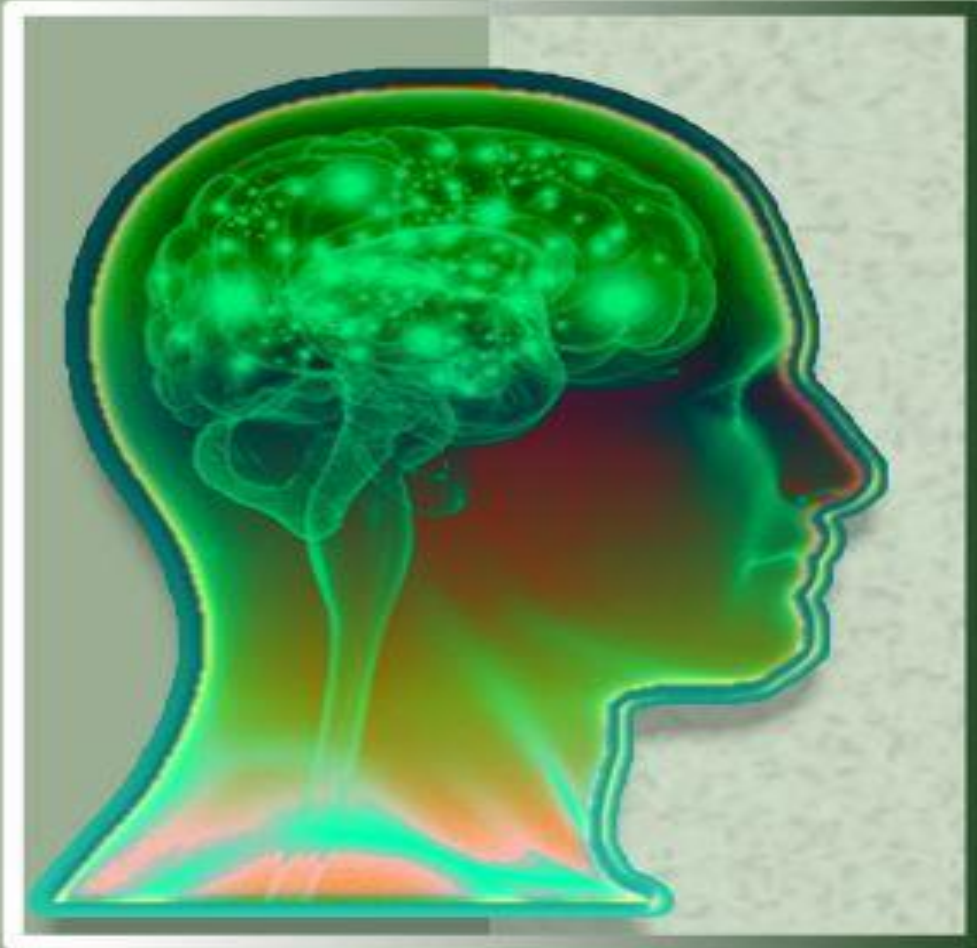


# ஸிவிங் ஸிபரேட்டட்



## **LIVING LIBERATED**

**Are we bound forever to vices, bad habits, addictions, and other sins that shackle and put us in bondage?**

**Today we can learn HOW to free ourselves from that bondage by the power of Jesus Christ!**

---

**Steve Flatt**

## Living Liberated

You are encouraged to study your Bible to prove the truth presented in these lessons or any other lesson. The comments presented herein are those of the authors and the compiler. You should verify their comments and opinions and teachings by others; e.g., a pastor, preacher, priest, rabbi, commentator, or publisher as it is YOUR responsibility to seek, know and do God's will.

In verifying to read different Bible translations, refer to Bible dictionaries and lexicons for meaning of words or phrases you do not know. Be careful with dictionary definitions as dictionaries give meaning of words and phrases from original language through current usage.

The meaning of words and phrases change over time. Also, several Greek words may be translated into one word in English and may distort the original meaning. For instance, the Greek words *de* and *kai* were translated as "and" in English. *De* is used to separate two nouns whereas *kai* connects two nouns.

Let God speak to you from His Holy Word as recorded in the Bible.



### International Bible Knowledge Institute

IBKI grants permission to reproduce for non-commercial purposes lessons in their entirety without change or charge.

Randolph Dunn, President - Roberto Santiago, Dean

Visit our website [Thebibleway.net](http://Thebibleway.net)

Contact us at [info.India.IBKI@gmail.com](mailto:info.India.IBKI@gmail.com)

## லிவிங் லிபரேட்டட்

இந்தப் பாடங்களில் அல்லது வேறு எந்தப் பாடத்திலும் கொடுக்கப்பட்டுள்ள உண்மையை நிரூபிக்க உங்கள் பைபிளைப் படிக்கும்படி நீங்கள் ஊக்குவிக்கப்படுகிறீர்கள். இங்கு வழங்கப்பட்ட கருத்துக்கள் ஆசிரியர்கள் மற்றும் தொகுப்பாளரின் கருத்துகளாகும். அவர்களின் கருத்துக்கள் மற்றும் கருத்துக்கள் மற்றும் பிறரால் போதனைகளை நீங்கள் சரிபார்க்க வேண்டும்; எ.கா., ஒரு போதகர், பிரசங்கி, பாதிரியார், ரபி, வர்ணனையாளர் அல்லது வெளியீட்டாளர், கடவுளின் சித்தத்தைத் தேடுவது, அறிந்துகொள்வது மற்றும் செய்வது உங்கள் பொறுப்பு. வெவ்வேறு பைபிள் மொழிபெயர்ப்புகளைப் படிக்கச் சரிபார்ப்பதில், உங்களுக்குத் தெரியாத வார்த்தைகள் அல்லது சொற்றொடர்களின் அர்த்தத்திற்கு பைபிள் அகராதிகள் மற்றும் அகராதிகளைப் பார்க்கவும். தற்போதைய பயன்பாட்டின் மூலம் அசல் மொழியிலிருந்து சொற்கள் மற்றும் சொற்றொடர்களின் அர்த்தத்தை அகராதிகள் தருவதால் அகராதி வரையறைகளில் கவனமாக இருக்கவும். வார்த்தைகள் மற்றும் சொற்றொடர்களின் அர்த்தம் காலப்போக்கில் மாறுகிறது. மேலும், பல கிரேக்க வார்த்தைகள் ஆங்கிலத்தில் ஒரு வார்த்தையாக மொழிபெயர்க்கப்படலாம் மற்றும் அசல் அர்த்தத்தை சிதைக்கலாம். உதாரணமாக, கிரேக்க வார்த்தைகளான டி மற்றும் காய் ஆங்கிலத்தில் "மற்றும்" என்று மொழிபெயர்க்கப்பட்டது. இரண்டு பெயர்ச்சொற்களை பிரிக்க டி பயன்படுத்தப்படுகிறது, அதே சமயம் காய் இரண்டு பெயர்ச்சொற்களை இணைக்கிறது. பைபிளில் பதிவு செய்யப்பட்டுள்ளபடி கடவுள் தம்முடைய பரிசுத்த வார்த்தையிலிருந்து உங்களிடம் பேசட்டும்.



### சர்வதேச பைபிள் அறிவு நிறுவனம்

IBKI ஆனது வணிக நோக்கங்கள் அல்லாத பாடங்களை மாற்றமோ அல்லது கட்டணமோ இல்லாமல் முழுவதுமாக மீண்டும் உருவாக்க அனுமதி வழங்குகிறது.

ராண்டால்ட் டன், தலைவர்

ராபர்டோ சாண்டியாகோ, டீன்

ஐப்ளங்கள் வலைத்தளமான [Thebibleway.net](http://Thebibleway.net)

[info.India.IBKI@gmail.com](mailto:info.India.IBKI@gmail.com) இல் எங்களைத் தொடர்பு

கொள்ளவு

## Living Liberated

### Chapter 1

#### Freedom from Anger

Did you know that the average man loses his temper six times a week? The average woman only loses her temper three times a week. Women tend to get angrier at people. Men tend to get angrier at things such as flat tires and non-working vending machines. Single people express anger twice as often as married folks, and yet the home is the place where we're most likely to express our anger. Anger is most frequently and intensely expressed toward people that we love, rather than strangers.

We all get angry it is a normal response. God made us with that capacity. Jesus got angry, didn't he? Remember the cleansing of the temple? Three hundred and seventy-five times in the Old Testament, we read that God was angry. Ephesians 4:26 states, "Be angry, and do not sin." In other words, there's a right way and there's a wrong way to get angry. So, anger, in and of itself, isn't wrong.

The issue isn't how do you get rid of all your anger; you're not going to do that. You were made with the capacity to anger at times. The issue is, how can you control your anger so that your anger doesn't control you, so that it doesn't cause you to sin and hurt yourself and other people.

#### I. Anger Expressed

##### 1. The Monster.

This is the person who just explodes. He or she is a walking time bomb. They have a hair trigger, and when they get angry, everything breaks loose, yelling, stomping, ranting, raving, throwing and cursing. Does that sound like someone you know?

A Biblical example of the monster-type of anger is Cain, Abel's brother. Genesis 4:5, "So Cain was very angry, and his face was downcast." Now listen to verse 8, "Now Cain said to his brother Abel, 'Let's go out to the field.' And while they were in the field, Cain attacked his brother Abel and killed him." You see that's the monster, it's somebody who loses control. Most of the time, those who express monster anger, are immediately sorry and beg for forgiveness, but the damage is done. Does it surprise you that men more than women express their anger in this way?

##### 2. The Mute.

The mute is the exact opposite of the monster. The mute is the silent type. They clam up and they hold it in. Sometimes they even pretend that they're not angry. Have

## லிவிங் லிபரேட்டட்

### அத்தியாயம் 1

#### கோபத்திலிருந்து விடுதலை

சராசரி மனிதன் வாரத்திற்கு ஆறு முறை நிதானத்தை இழக்கிறான் என்பது உங்களுக்குத் தெரியுமா? சராசரியாக ஒரு பெண் வாரத்திற்கு மூன்று முறை மட்டுமே தன் நிதானத்தை இழக்கிறாள். பெண்கள் மக்கள் மீது கோபப்படுவார்கள். தட்டையான டயர்கள் மற்றும் வேலை செய்யாத விற்பனை இயந்திரங்கள் போன்ற விஷயங்களில் ஆண்கள் கோபப்படுவார்கள். திருமணமானவர்களை விட ஒற்றை நபர்கள் இருமடங்கு அடிக்கடி கோபத்தை வெளிப்படுத்துகிறார்கள், ஆனால் நம் கோபத்தை வெளிப்படுத்தும் இடம் வீடுதான். அந்நியர்களை விட நாம் விரும்பும் நபர்களிடம் கோபம் அடிக்கடி மற்றும் தீவிரமாக வெளிப்படுத்தப்படுகிறது.

நாம் அனைவரும் கோபப்படுவது ஒரு சாதாரண பதில். அந்த ஆற்றலுடன் கடவுள் நம்மைப் படைத்தார். இயேசு கோபமடைந்தார், இல்லையா? கோவிலை சுத்தப்படுத்தியது நினைவிருக்கிறதா? பழைய ஏற்பாட்டில் முந்நூற்று எழுபத்தைந்து முறை கடவுள் கோபமடைந்தார் என்று வாசிக்கிறோம். எபேசியர் 4:26 கூறுகிறது, "கோபமாயிருங்கள், பாவம் செய்யாதீர்கள்." வேறு வார்த்தைகளில் கூறுவதானால், கோபப்படுவதற்கு ஒரு சரியான வழி இருக்கிறது மற்றும் ஒரு தவறான வழி இருக்கிறது. எனவே, கோபம், தன்னளவில், தவறில்லை.

உங்கள் கோபத்தை எப்படி அகற்றுவது என்பது பிரச்சினை அல்ல; நீங்கள் அதை செய்ய மாட்டீர்கள். நீங்கள் சில சமயங்களில் கோபம் கொள்ளும் திறனுடன் உருவாக்கப்பட்டுள்ளீர்கள். பிரச்சனை என்னவென்றால், உங்கள் கோபம் உங்களைக் கட்டுப்படுத்தாதபடிக்கு உங்கள் கோபத்தை எவ்வாறு கட்டுப்படுத்துவது, அதனால் நீங்கள் பாவம் செய்து உங்களையும் மற்றவர்களையும் காயப்படுத்தாமல் இருக்க வேண்டும்.

#### I. கோபத்தை வெளிப்படுத்தினார்

you ever been with a mute, and said "You're angry, aren't you?" They reply, "No, I'm not." "Yes, you are." "No, I'm not." "Yes, you are." "No, I'm not!!" They're concealing their feeling, letting it simmer. I call it the crock pot version of anger. It smolders all day.

This type of anger is not as volatile as the monster, but it's no less destructive on the individual. Someone said, "When you swallow your anger, your stomach keeps score." Folks like this, are susceptible to ulcers, headaches and hypertension. In fact, Dr. F.I. McMillan has written a book called, None of These Diseases, in which he lists 51 different types of major illnesses that are caused by bottled-up anger.

A biblical example of this kind of anger is the prophet, Jeremiah. He said, "I never sat in the company of revelers, never made merry with them; I sat alone because your hand was on me and you had filled me with indignation. Why is my pain unending and my wound grievous and incurable?" (Jeremiah 15:17) Poor old Jeremiah is sitting there alone holding it in and it's killing him.

Have you ever heard anyone say, "This just burns me up."? They're speaking more truth than they know. It's not so much what you eat, it's "what's eating you?"

### 3. The Martyr.

This guy is the pro at pity parties. He's self-punishing and passive. One of the chief characteristics of the martyr is depression. Many people will go to psychologists and say, "Do you know, I'm depressed." Sometimes after talking with the psychologist, the psychologist will say, "Yes, you're depressed, but what you really are experiencing is angry."

A biblical example is the older brother in the parable of the Prodigal Son. Remember his reaction? The elder brother was so angry that he would not go into the party. So, his father went out and pleaded with him. (Luke 15:28) Now if that older brother had been a monster, he would have gone into the party and trashed the place. If he had been a mute, he would have gone into the party and very obviously stood in the corner and sulked. But he was a martyr. He stayed outside in his own pity party so that his father had to come out and plead with him. One of the characteristics of the martyr is to make everyone else around them miserable. They're good at that.

### 3. விகாரமானவன்.

இந்த நபர் தான் வெடிக்கிறார். அவன் அல்லது அவள் வாக்கிங் டைம் பாம். அவர்களுக்கு ஒரு முடி தூண்டும் கருவி உள்ளது, மேலும் அவர்கள் கோபப்படும்போது, எல்லாமே உடைந்துவிடும், கத்துவது, மிதிப்பது, வெறித்தனம், வெறித்தனம், வீசுதல் மற்றும் சபிப்பது. உங்களுக்குத் தெரிந்தவர் போல் தெரிகிறதா?

கோபத்தின் அசுரன் வகைக்கு பைபிள் உதாரணம் ஆபேலின் சகோதரர் காயீன். ஆதியாகமம் 4:5, "அதனால் காயீன் மிகவும் கோபமடைந்தான், அவன் முகம் தாழ்ந்தது." இப்போது 8ஆம் வசனத்தைக் கேளுங்கள், "இப்பொழுது காயீன் தன் சகோதரன் ஆபேலை நோக்கி: நாம் வயலுக்குப் போவோம் என்று சொன்னான். அவர்கள் வயலில் இருந்தபோது, காயீன் தன் சகோதரன் ஆபேலைத் தாக்கி, அவனைக் கொன்றான்." அது அசுரன் என்பதை நீங்கள் பார்க்கிறீர்கள், அது யாரோ கட்டுப்பாட்டை இழக்கிறது. பெரும்பாலான நேரங்களில், அசுர கோபத்தை வெளிப்படுத்துபவர்கள், உடனடியாக வருந்துகிறார்கள், மன்னிப்புக் கேட்கிறார்கள், ஆனால் சேதம் ஏற்படுகிறது. பெண்களை விட ஆண்களே இவ்வாறு கோபத்தை வெளிப்படுத்துவது உங்களுக்கு ஆச்சரியமாக உள்ளதா?

### 4. தி மியூட்.

ஊமை அசுரனுக்கு நேர் எதிரானது. ஊமை என்பது அமைதியான வகை. அவர்கள் கவ்விக்கொண்டு அதை உள்ளே பிடித்துக்கொள்கிறார்கள். சில சமயங்களில் அவர்கள் கோபப்படாதது போல் நடக்கிறார்கள். நீங்கள் எப்போதாவது ஒரு ஊமையுடன் இருந்திருக்கிறீர்களா, "நீங்கள் கோபமாக இருக்கிறீர்கள், இல்லையா?" அவர்கள், "இல்லை, நான் இல்லை" என்று பதிலளித்தார்கள். "ஆம், நீங்கள் தான்." "நான்

#### 4. The Manipulator.

This is the, "I don't get mad, I get even." This kind of anger is the key to most TV and movie dramas. Someone is offended, they get mad, they decide to get even, you know the story.

On the domestic front, it may happen when the wife intentionally burns the toast, just a little bit. Or, when the husband teases hurtfully and then says sarcastically, "Can't you take a joke?" Now believe it or not, religious people are particularly susceptible to the manipulation form of anger expression. We don't think it's very spiritual to explode. We know it's not very spiritual to sit around and mope. But if you put a smile on your face, you can stab somebody in the back by manipulation.

A classic biblical example is the Pharisees. "But they were furious and began to plot with each other what they might do to Jesus." (Luke 6:11) See, they're not getting angry, they're going to get even.

If you fall into any one of those forms, I've got great news for you. You weren't born with it, you learned it. You learned that anger response. You learned it from your parents, television, friends, environment or somewhere else. The great news is, you can unlearn it. You don't have to be any of those four. You can release yourself and free yourself from those types of anger expressions.

## II. Disseminating Anger

### 1. Understand why.

Proverbs 19:11 says, "A man's wisdom gives him patience" The better I understand myself, the more I'll be able to control my anger. The truth of the matter is, anger isn't the problem. Anger is a warning light that something else is wrong in my life, and that's why I'm getting angry.

#### Causes

##### a. Physical or emotional hurt.

I read an interesting article lately about divorce, and those who have gone through the trauma of divorce. It said, "The divorce is far from over for the spouse who lives angrily ever after" and "one-third of those who have been divorced for over 10 years, still feel intense anger." Why? They've been hurt deeply and the deeper the hurt, the more intense the anger.

இல்ல." "ஆம், நீங்கள் தான்." "நான் இல்ல!!!" அவர்கள் தங்கள் உணர்வை மறைக்கிறார்கள், அதை கொதிக்க விடுகிறார்கள். நான் அதை கோபத்தின் கிராக் பாட் பதிப்பு என்று அழைக்கிறேன். இது நாள் முழுவதும் புகைபிடிக்கும்.

இந்த வகையான கோபம் அசுரனைப் போல கொந்தளிப்பானது அல்ல, ஆனால் அது தனிப்பட்ட நபருக்கு குறைவான அழிவு அல்ல. ஒருவர் சொன்னார், "உன் கோபத்தை விழுங்கும்போது, உன் வயிறு மதிப்பெண்ணை வைத்திருக்கும்." இது போன்றவர்கள், அல்சர், தலைவலி மற்றும் உயர் ரத்த அழுத்தத்திற்கு ஆளாகின்றனர். உண்மையில், டாக்டர். எஃப்ஐ மெக்மில்லன், இந்த நோய்கள் எதுவும் இல்லை என்ற புத்தகத்தை எழுதியுள்ளார், அதில் அவர் 51 வகையான பெரிய நோய்களைப் பட்டியலிட்டுள்ளார், அவை பாட்டில்-அப் கோபத்தால் ஏற்படுகின்றன.

இந்த வகையான கோபத்திற்கு பைபிள் உதாரணம் எரேமியா தீர்க்கதரிசி. அவர் கூறினார், "நான் ஒருபோதும் களியாட்டக்காரர்களுடன் அமர்ந்ததில்லை, அவர்களுடன் ஒருபோதும் மகிழ்ச்சியடையவில்லை; நான் தனியாக உட்கார்ந்தேன், ஏனென்றால் உங்கள் கை என் மீது இருந்ததால், நீங்கள் கோபத்தால் என்னை நிரப்பினீர்கள். என் வலி ஏன் தீராதது மற்றும் என் காயம் கடுமையானது மற்றும் ஆறாதது?" (எரேமியா 15:17) ஏழை வயதான எரேமியா தனியாக உட்கார்ந்து அதைப் பிடித்துக் கொண்டு இருக்கிறார், அது அவரைக் கொன்றுவிடுகிறது.

"இது என்னை எரிக்கிறது" என்று யாராவது சொல்வதை நீங்கள் எப்போதாவது கேட்டிருக்கிறீர்களா? அவர்கள் அறிந்ததை விட உண்மையை பேசுகிறார்கள். நீங்கள் என்ன சாப்பிடுகிறீர்கள் என்பது அவ்வளவு

b. When nothing is going right, everything is going wrong and you have to wait.

Anger comes out of your frustration. The classic example is traffic, isn't it? People do things in traffic they wouldn't do any other time. I've been in heavy congested traffic and seen two people up there jockeying and blowing horns, and I knew them both, and they knew each other, and they're both Christian folks. They were making those faces and yelling and shaking a fist, and all of a sudden, they get up beside each other and recognize each other, and feel shame. They're embarrassed. Why? They lost their temper out of frustration.

c. Insecurity.

We're angry when we're threatened, afraid and insecure. When somebody takes away my security, I'm like a passive animal that's cornered. I come out with my claws ready.

Understanding yourself is step one. What is it that makes you angry most often? Is it a hurt that you can't get over? Is it an insecurity that happens commonly? Is it a frustrating experience you go through daily? Understand yourself, that's the key.

2. Look to God, not to others, for your self-worth.

A sense of self-worth is essential for controlling your anger because insecure people are easily angered. Confident people are not easily angered. When you've got a good sense of self-worth, you can handle your hurts, your frustrations, your insecurities. "Don't pay attention to everything people say." (Ecclesiastes 7:21) The secret to overcoming a huge amount of anger in life is to develop a God based sense of self-worth, then it doesn't matter what everybody is saying about you.

I love the example of the apostles in Acts 4: 29, when Peter and John were brought before the Sanhedrin, and were threatened by them not to preach any more about Jesus, or else. Peter and John said, "Whether it is right in the sight of God to obey you rather than God, you'll have to choose, but we can't help but speak the things we've seen and heard." See they didn't get mad, they didn't get defensive, they just told the truth. Why? Their self-worth wasn't based upon what the Pharisees thought about them. Their self-worth was based upon what God thought about them.

There's a statement that I really like, "If God likes me, and I like me, and you don't like me, then you're the one with the problem." Isn't that right? It is important that I look to God for my self-worth. That way, the frustrations, the insecurities and the hurts won't bother me as much.

3. Stop and think before reacting.

இல்லை, அது "உங்களை என்ன சாப்பிடுகிறது?"

3. தியாகி.

இந்த பையன் பரிதாப பார்ட்டிகளில் சார்பு. அவர் சுய தண்டனை மற்றும் செயலற்றவர். தியாகியின் முக்கிய பண்புகளில் ஒன்று மனச்சோர்வு. பலர் உளவியலாளர்களிடம் சென்று, "உங்களுக்குத் தெரியுமா, நான் மன அழுத்தத்தில் இருக்கிறேன்" என்று கூறுவார்கள். சில சமயங்களில் உளவியலாளரிடம் பேசிய பிறகு, உளவியலாளர் கூறுவார், "ஆம், நீங்கள் மனச்சோர்வடைந்துள்ளீர்கள், ஆனால் நீங்கள் உண்மையில் கோபமாக அனுபவிக்கிறீர்கள்."

ஒரு பைபிள் உதாரணம் ஊதாரி மகனின் உவமையில் மூத்த சகோதரர். அவரது எதிர்வினை நினைவிருக்கிறதா? அண்ணன் கட்சிக்குள் போகாத அளவுக்கு கோபமாக இருந்தார். எனவே, அவரது தந்தை வெளியே சென்று அவரிடம் முறையிட்டார். (லூக்கா 15:28) இப்போது அந்த மூத்த சகோதரர் ஒரு அரக்கனாக இருந்திருந்தால், அவர் விருந்துக்குள் சென்று அந்த இடத்தை குப்பையில் போட்டிருப்பார். அவர் ஊமையாக இருந்திருந்தால், அவர் கட்சிக்குள் சென்று, மிக வெளிப்படையாக மூலையில் நின்று கசங்கியிருப்பார். ஆனால் அவர் ஒரு தியாகி. அவர் தனது சொந்த பரிதாபமான விருந்தில் வெளியில் தங்கினார், அதனால் அவரது தந்தை வெளியே வந்து அவரிடம் மன்றாட வேண்டும். தியாகியின் குணாதிசயங்களில் ஒன்று, தன்னைச் சுற்றியிருக்கும் அனைவரையும் துன்பத்திற்கு உள்ளாக்குவது. அவர்கள் அதில் நல்லவர்கள்.

4. கையாளுபவர்.

இது, "எனக்கு கோபம் வரவில்லை, சமமாகிவிடும்." இந்த வகையான கோபம் பெரும்பாலான தொலைக்காட்சி மற்றும்

Our mouths usually run faster than our minds. Have you ever noticed that when you get angry, your sharp tongue is the quickest thing to cut your own throat?

Proverbs 13:16 says, "Sensible people always think before they act." The key word to anger management is the word, "T-H-I-N-K." Start thinking before you start responding. That's why James said in James 1:19, "Let every man be swift to hear, slow to speak, and slow to anger." Do you know why you need to be slow to anger? Just give yourself a little time so that you can think. Thomas Jefferson once said, "When you're angry, count to ten." He also added, "When very angry, count to a hundred." That's good advice it will give you ten good seconds to think. I'll guarantee you, very few times will you come to the conclusion, the best way for me to respond is to be a monster, a mute, a martyr or a manipulator. THINK!

I know what some of you are thinking. "Oh, yeah Steve, that sounds great, sounds nice, neat, clinical and logical, but you don't understand. When I get mad, I get mad. I can't control it. I lose it. I can't help myself." Yes, you can! Do you hear me? Yes, you can. Don't you dare believe the lie that you can't stop and think before you lose it? In fact, I'll prove it to you.

Have you ever had an argument at home? You're at home arguing with your spouse or maybe your children, (everybody is arguing loudly), all of a sudden, the phone rings. "Hello (softly)." "How are you doing?" "Good, so nice to hear from you!" "Oh, you've never done that, have you? Why the change? Why the drastic change? You changed because you wanted to. You changed because you chose to. Let's be honest. No one makes you mad, you choose to be mad. I choose my anger. Do you know why? Because the hurt, the frustration, and the insecurity gets up, and I want to do something, so I just get mad.

Let's be honest about it. Sometimes it feels good to be mad, doesn't it? Just kind of vent your spleen. It feels good to be mad. The problem is, in the long run, it hurts you terribly. Proverbs 29:11 says, "A fool gives full vent to his anger, but a wise man keeps himself under control." That's so rich, it's worth repeating. "A fool gives full vent to his anger, but a wise man keeps himself under control." You can take two people, you can put them in the same environment, same conditions, same circumstances, same stimulus, one of them will blow the top, and the other will be cool. It's not the circumstance, it's the choice.

Galatians 5:22 lists the beautiful nine-fold fruit of the spirit. The last one is the capstone. It's self-control. When you walk with God's spirit, you've got the blessing of keeping it under control. THINK, before you react.

#### 4. Learn to relax.

திரைப்பட நாடகங்களுக்கு முக்கியமாகும். யாரோ புண்படுத்தப்படுகிறார்கள், அவர்கள் கோபப்படுகிறார்கள், அவர்கள் சமமாக முடிவு செய்கிறார்கள், கதை உங்களுக்குத் தெரியும்.

வீட்டுப் பார்வையில், மனைவி வேண்டுமென்றே சிற்றுண்டியை சிறிது சிறிதாக எரிக்கும்போது அது நிகழலாம். அல்லது, கணவன் புண்படும்படி கிண்டல் செய்துவிட்டு, "நகைச்சுவை எடுக்க முடியாதா?" என்று கிண்டலாகச் சொல்லும்போது. இப்போது அதை நம்புங்கள் அல்லது இல்லை, மதவாதிகள் குறிப்பாக கோபத்தை வெளிப்படுத்தும் கையாளுதலுக்கு எளிதில் பாதிக்கப்படுகின்றனர். வெடிப்பது மிகவும் ஆன்மீகம் என்று நாங்கள் நினைக்கவில்லை. சுற்றி உட்கார்ந்து துடைப்பது ஆன்மீகம் அல்ல என்பது எங்களுக்குத் தெரியும். ஆனால் உங்கள் முகத்தில் ஒரு புன்னகையை வைத்தால், நீங்கள் ஒருவரின் முதுகில் சூழ்ச்சி மூலம் குத்தலாம்.

ஒரு உன்னதமான பைபிள் உதாரணம் பரிசேயர்கள். "ஆனால் அவர்கள் கோபமடைந்து, இயேசுவை என்ன செய்யலாம் என்று ஒருவருக்கொருவர் சதி செய்ய ஆரம்பித்தார்கள்." (லூக்கா 6:11) பாருங்கள், அவர்கள் கோபப்படுவதில்லை, சமமாகப் போகிறார்கள். அந்த வடிவங்களில் ஏதேனும் ஒன்றில் நீங்கள் விழுந்தால், உங்களுக்காக நான் ஒரு சிறந்த செய்தியைப் பெற்றுள்ளேன். நீங்கள் அதனுடன் பிறக்கவில்லை, நீங்கள் கற்றுக்கொண்டீர்கள். கோபத்தின் பதிவை நீங்கள் கற்றுக்கொண்டீர்கள். உங்கள் பெற்றோர், தொலைக்காட்சி, நண்பர்கள், சூழல் அல்லது வேறு எங்கிருந்தோ அதை நீங்கள் கற்றுக்கொண்டீர்கள். சிறந்த செய்தி என்னவென்றால், நீங்கள் அதை அறியலாம். நீங்கள் அந்த நால்வரில் ஒருவராக இருக்க வேண்டியதில்லை. நீங்கள் உங்களை

Proverbs 14:30 says, "A heart at peace gives life to the body." Have you ever noticed that when you're uptight, you're more inclined to be angry? Temper and tension always go together. Have you ever been late for a morning meeting, you're in a rush and you can't find something you must have? Oh, what will I do? The pressure and frustration elicit my anger. I must learn to relax. Some of you are a walking time bomb because of the tension you feel all the time. Some of you feel so much tension at work that as soon as you come home, you snap your spouse's head off. You blame them for the tension you're under. The following are things to do to control our tension:

- "Be aware that tension is building and seek to diffuse it. You may have to change jobs. You may need to do something totally different, but don't let tension ruin your life."
- Exercise. I know that Paul said bodily exercise profits a little, but this is one of the ways it does profit a little. We are designed to build up stress, but we are designed to relieve it physically. You will relieve it, if you exercise.
- Carry around a little pocket New Testament. Open it up and read a little something, and pray a one-minute prayer. That will put everything in a better perspective. There's not that much to get uptight over.
- Get a sense of humor. God made us to have a sense of humor. God has a sense of humor. He made you, didn't he? He made me. He's got to have a sense of humor. And now the last thing.
- Continually ask God for help. You cannot have your life filled with the things that God's spirit gives and still have room for wrongly displayed anger. "But the fruit of the Spirit is love, joy, peace, patience, kindness, goodness, faithfulness, gentleness and self-control." (Galatians 5:22-23)

### III. Summary

Here is a real deep metaphor. If you were to go into Wendy's, McDonalds, Burger King or some other fast-food restaurant and take that little mustard packet, tear the corner, set it on the table and smash it, what's going to come out? Whatever is inside. Right? Mustard! Now the world squeezes you with its deadlines and expectations, whatever is inside of you will come out. If you are full of the fruits of the spirit, love, joy, peace, patience, kindness, goodness, gentleness, faithfulness, self-control, they will come out!

Listen to this statement, "When you're filled with love, almost nothing will upset you. When you're filled with anger, almost anything will upset you." It's what's on the inside that counts.

That's why we want to be filled with God's spirit so that he'll bear his fruit. Replace the hurt, the insecurity and the

விடுவித்து, அந்த வகையான கோப வெளிப்பாடுகளிலிருந்து உங்களை விடுவித்துக் கொள்ளலாம்.

## II. கோபத்தை பரப்புதல்

### 4. ஏன் என்று புரியும்.

நீதிமொழிகள் 19:11 கூறுகிறது,

"மனுஷனுடைய ஞானம் அவனுக்குப்

பொறுமையைக் கொடுக்கும்" என்னை நான் எவ்வளவு நன்றாகப் புரிந்துகொள்கிறேனோ, அவ்வளவு அதிகமாக என் கோபத்தைக் கட்டுப்படுத்த முடியும். உண்மை என்னவென்றால், கோபம் பிரச்சனை இல்லை. கோபம் என்பது என் வாழ்க்கையில் வேறு ஏதோ தவறு இருக்கிறது என்று ஒரு எச்சரிக்கை விளக்கு, அதனால் நான் கோபப்படுகிறேன்.

காரணம் உடல் அல்லது உணர்ச்சி காயம். விவாகரத்து மற்றும் விவாகரத்தின் அதிர்ச்சியை அனுபவித்தவர்கள் பற்றிய ஒரு சுவாரஸ்யமான கட்டுரையை சமீபத்தில் படித்தேன். அதில், "எப்போதும் கோபமாக வாழும் மனைவிக்கு விவாகரத்து வெகு தொலைவில் உள்ளது" மற்றும் "10 ஆண்டுகளுக்கும் மேலாக விவாகரத்து பெற்றவர்களில் மூன்றில் ஒரு பகுதியினர் இன்னும் கடுமையான கோபத்தை உணர்கிறார்கள்." ஏன்? அவர்கள் ஆழமாக காயப்படுத்தப்பட்டுள்ளனர் மற்றும் ஆழமான காயம், மேலும் தீவிரமான கோபம்.

பி. எதுவும் சரியாக நடக்காதபோது, எல்லாம் தவறாக நடக்கிறது, நீங்கள் காத்திருக்க வேண்டும்.

உங்கள் விரக்தியிலிருந்து கோபம் வெளிவருகிறது. சிறந்த உதாரணம் போக்குவரத்து, இல்லையா? மக்கள் போக்குவரத்தில் செய்யும் செயல்களை அவர்கள் வேறு எந்த நேரத்திலும் செய்ய மாட்டார்கள். நான் அதிக நெரிசலான போக்குவரத்தில் இருந்தேன், அங்கு இரண்டு

frustration that is causing your anger with Jesus. He can heal.  
Amazing Grace Lesson #1199

### Questions:

- God is?
  - Love
  - Righteous (just)
  - Truth
  - Mercy
  - Peace
  - All the above
  - a and c
  - a, c and e
  - a, b and c
- Everyone gets angry as it is a normal reaction.  
True \_\_\_\_\_ False \_\_\_\_\_
- Anger can be expressed by?
  - Exploding (verbal or physical assault)
  - Pouting (the silent treatment)
  - Martyr (self-pity)
  - Getting even (manipulator)
  - All the above
- Anger can be caused by?
  - Physical or emotional hurt
  - Frustration
  - Afraid, threatened and insecurity
  - All the above
- What is the key word for anger management?
  - Ten (count to ten)
  - Cry
  - Laugh (or smile)
  - Walk (away)
  - Think
- One can control anger by
  - Biting tongue and saying nothing (seething)
  - Understanding cause of anger
  - Think before reacting
  - Remove tension and stress
  - a, b and c
  - a, c and d
  - b, c and d

## Chapter 2

### Freedom From Harmful Attitudes

Picture the face or the name of the person that you admire most in life? Can you get that face? Get that name? Now, what is the single most reason that you admire that person so much? Boil it all down. Reduce it to one word if you can. Did you think of loving, honest, faithful, unselfish, loyal,

பேர் ஜாக்கி செய்து ஹாரன் அடிப்பதைப் பார்த்தேன், அவர்கள் இருவரையும் எனக்குத் தெரியும், அவர்கள் இருவரையொருவர் அறிந்திருக்கிறார்கள், அவர்கள் இருவரும் கிறிஸ்தவர்கள். அவர்கள் அந்த முகங்களை உருவாக்கி, கத்துகிறார்கள், முஷ்டியை அசைத்தனர், திடீரென்று அவர்கள் இருவருக்கொருவர் அருகில் எழுந்து இருவரை ஒருவர் அடையாளம் கண்டு வெட்கப்படுகிறார்கள். அவர்கள் வெட்கப்படுகிறார்கள். ஏன்? அவர்கள் விரக்தியால் நிதானத்தை இழந்தனர்.

c. பாதுகாப்பின்மை.  
அச்சுறுத்தல், பயம் மற்றும் பாதுகாப்பற்ற நிலையில் நாம் கோபமாக இருக்கிறோம். என் பாதுகாப்பை யாரேனும் பறிக்கும்போது, நான் ஒரு செயலற்ற விலங்கு போல இருக்கிறேன். நான் என் நகங்களை தயார் செய்து கொண்டு வெளியே வருகிறேன்.

உங்களைப் புரிந்துகொள்வது ஒரு படி. உங்களை அடிக்கடி கோபப்படுத்துவது எது? நீங்க முடியாத காயமா? இது பொதுவாக நடக்கும் பாதுகாப்பின்மையா? நீங்கள் தினமும் கடந்து செல்வது வெறுப்பூட்டும் அனுபவமா? நீங்களே புரிந்து கொள்ளுங்கள், அதுதான் முக்கியம்.

5. உங்கள் சுய மதிப்புக்காக மற்றவர்களை அல்ல, கடவுளையே பாருங்கள்.

பாதுகாப்பற்றவர்கள் எளிதில் கோபமடைவார்கள் என்பதால் உங்கள் கோபத்தைக் கட்டுப்படுத்த சுயமரியாதை உணர்வு அவசியம். நம்பிக்கை உள்ளவர்கள் எளிதில் கோபப்பட மாட்டார்கள். நீங்கள் சுயமரியாதையை நன்கு உணர்ந்தால், உங்கள் காயங்கள், உங்கள் ஏமாற்றங்கள், உங்கள் பாதுகாப்பின்மை ஆகியவற்றை நீங்கள் கையாளலாம். "மக்கள் சொல்வதையெல்லாம் கவனிக்காதீர்கள்." (பிரசங்கி 7:21) வாழ்க்கையில் அதிக அளவு கோபத்தை சமாளிப்பதற்கான ரகசியம், கடவுள் சார்ந்த சுயமரியாதை உணர்வை வளர்த்துக் கொள்வதுதான், பிறகு உங்களைப் பற்றி எல்லோரும் என்ன சொல்கிறார்கள் என்பது முக்கியமில்லை.

caring, happy, kind or humble? I could go on. The interesting thing about all these words is they all describe attitudes. Isn't that fascinating? All of those are attitudes. Did you choose appearance, ability or intelligence? I doubt that many, if any, did. Doesn't that tell you something?

Jesus tells us about human attitudes in the "Good Samaritan" parable. "A man was going down from Jerusalem to Jericho, when he fell into the hands of robbers. They stripped him of his clothes, beat him and went away, leaving him half dead. A priest happened to be going down the same road, and when he saw the man, he passed by on the other side. So too, a Levite, when he came to the place and saw him, passed by on the other side. But a Samaritan, as he traveled, came where the man was; and when he saw him, he took pity on him. He went to him and bandaged his wounds, pouring on oil and wine. Then he put the man on his own donkey, took him to an inn and took care of him. The next day he took out two silver coins and gave them to the innkeeper. 'Look after him,' he said, 'and when I return, I will reimburse you for any extra expense you may have.' "Which of these three do you think was a neighbor to the man who fell into the hands of robbers?" (Luke 10:30-36)

**Jesus shows us in this parable three very basic attitudes:**

1. What is yours is mine and I'm going to take it.

Somebody had that attitude in the parable can you figure out who? The thief or the thieves, the ones who found the man, beat him, took what he had and left him for dead. We know this about him. His attitude was "what's yours is mine and I'm going to take it." Frankly most of the people don't have that attitude. Oh, it's prevalent in this world. Folks with that kind of attitude are like the old dog that had the bone. He went to a lake looked over and saw his reflection. He saw what he thought to be another dog with a bone in his mouth and he wanted that one too. So, he let go to begin to bite at the other dog and what happened? He lost the bone he had. "What's yours is mine and I'm going to take it."

2. What's mine is mine and I'm going to keep it.

It's interesting to me that Jesus talks about a priest and a Levite, both religious men. They were probably going from Jericho to Jerusalem to do service in the temple. The priest and the Levites one week out of every year had to perform temple service. They had to do all the duties and prepare the sacrifices. To go along this route was not an unusual thing as Jericho is not very far from the Jerusalem, and many priests lived there. They saw this man beaten,

அப்போஸ்தலர்கள் அப்போஸ்தலர்களின் உதாரணத்தை நான் விரும்புகிறேன் 4:29, பேதுருவும் யோவானும் சன்ஹெட்ரின் முன் கொண்டுவரப்பட்டபோது, மேலும் இயேசுவைப் பற்றி மேலும் பிரசங்கிக்க வேண்டாம் என்று அவர்களால் அச்சுறுத்தப்பட்டார்கள், இல்லையெனில். பீட்டரும் ஜானும் சொன்னார்கள், "கடவுளைக் காட்டிலும் உங்களுக்குக் கீழ்ப்படிவது கடவுளின் பார்வையில் சரியானதா, நீங்கள் தேர்வு செய்ய வேண்டும், ஆனால் நாங்கள் பார்த்ததையும் கேட்டதையும் பேசாமல் இருக்க முடியாது." பாருங்கள், அவர்கள் கோபப்படவில்லை, அவர்கள் தற்காத்துக் கொள்ளவில்லை, அவர்கள் உண்மையைச் சொன்னார்கள். ஏன்? பரிசேயர்கள் அவர்களைப் பற்றி என்ன நினைத்தார்கள் என்பதன் அடிப்படையில் அவர்களின் சுய மதிப்பு இல்லை. அவர்களின் சுய மதிப்பு கடவுள் அவர்களைப் பற்றி என்ன நினைக்கிறார் என்பதை அடிப்படையாகக் கொண்டது.

நான் மிகவும் விரும்பும் ஒரு அறிக்கை உள்ளது, "கடவுள் என்னை விரும்புகிறார், நான் என்னை விரும்புகிறேன், மற்றும் நீங்கள் என்னை விரும்பவில்லை என்றால், நீங்கள் தான் பிரச்சனையில் இருப்பீர்கள்." அது சரியில்லையா? என்னுடைய சுயமரியாதைக்காக நான் கடவுளைப் பார்ப்பது முக்கியம். அந்த வகையில், விரக்திகள், பாதுகாப்பின்மைகள் மற்றும் காயங்கள் என்னை அதிகம் தொந்தரவு செய்யாது.

6. எதிர்வினையாற்றுவதற்கு முன் நிறுத்தி யோசியுங்கள்.

நம் வாய் பொதுவாக நம் மனதை விட வேகமாக இயங்கும். நீங்கள் கோபப்படும்போது, உங்கள் கூரிய நாக்கு உங்கள் தொண்டையை தானே அறுத்துக்கொள்ளும் என்பதை நீங்கள் எப்போதாவது கவனித்திருக்கிறீர்களா?

நீதிமொழிகள் 13:16 கூறுகிறது, "புத்திசாலிகள் எப்போதும் செயல்படுவதற்கு முன்பு சிந்திக்கிறார்கள்." கோபத்தை நிர்வகிப்பதற்கான முக்கிய சொல், "சிந்தியுங்கள்". நீங்கள் பதிலளிக்கத்

bleeding, and robbed, but they chose to pass by on the other side.

Now there could have been one other thing at work here. You see if a priest or Levite were heading toward the temple to perform a service, the last thing that individual would want to do would be to become unclean. According to the Jewish law, if you were to touch a corpse, it would make you ceremonially unclean. They may have been in a hurry with important work to do. They could have even thought about the risk of becoming ceremonially unclean. This man may either be dead, or he may die in my hands. So, rather than risking becoming unclean they went on their way. "What's mine is mine and I'm going to keep it."

These are the kind of person folks who goes through life hurting no one, breaking no rules, and making no enemies. In fact, that's the kind of person who goes through life determined to leave things just like they are. They won't bother you and don't want you bothering them. They do not consider those who went before and prepared the way. Somebody invested yesterday in what they enjoy today. When you've got an attitude of "What's mine is mine and I'm going to keep it" you just want to be left alone. No, you are not a society drainer. But you're not giving anything to anybody either.

Years ago, when I was a young teenager, I would spend a week every summer with my grandfather on the farm. Some of the greatest lessons I've ever learned in life have been those weeks out on the farm because I lived in the city, a suburban kid. One time I was with my granddaddy Flatt, we called him "Pap" was planting fruit trees. They were just little tiny saplings, it was a hot day, it was a lot of work and my granddaddy was almost 80. I said, "Pap what on earth are you planting those fruit trees for? You're not going to live long enough to ever eat one apple off that tree." He looked at me and in his own humble way, he taught me one of the greatest lessons about servant hood I've ever known. He said, "Now son, I'm not planting these for me. But much of what I've enjoyed on this farm is here because somebody else did some work before me. I'm not naive enough to think I'll pull an apple off this tree, but that's not the point, life didn't begin with me and life doesn't end with me." He said, "If my life is really going to be useful, I'll leave something here that somebody else can enjoy."

Therefore, it's not enough to say, "What's mine is mine and I'm going to keep it."

### 3. What's mine is yours, and I'm going to give it.

The Bible says that the Good Samaritan saw the victim and had compassion on him. He carried him to an inn, he paid for his care and said I'll come back by to check on him to see if I need to do anything else.

தொடங்குவதற்கு முன் சிந்திக்கத் தொடங்குங்கள். அதனால்தான் யாக்கோபு யாக்கோபு 1:19-ல், "ஒவ்வொரு மனிதனும் கேட்பதற்குத் தீவிரமாயும், பேசுவதற்குத் தாமதமாயும், கோபத்திற்குத் தாமதமாயும் இருக்கக்கூடவன்" என்றார். கோபத்தில் ஏன் மெதுவாக இருக்க வேண்டும் தெரியுமா? நீங்கள் சிந்திக்க சிறிது நேரம் கொடுங்கள். தாமஸ் ஜெபர்சன் ஒருமுறை கூறினார். "நீங்கள் கோபமாக இருக்கும்போது, பத்து வரை எண்ணுங்கள்." மேலும், "மிகவும் கோபமாக இருக்கும்போது, நூறாக எண்ணுங்கள்." இது ஒரு நல்ல அறிவுரை, இது உங்களுக்கு பத்து நல்ல வினாடிகளை சிந்திக்க வைக்கும். நான் உங்களுக்கு உத்தரவாதம் தருகிறேன், மிகச் சில சமயங்களில் நீங்கள் முடிவுக்கு வருவீர்கள், நான் பதிலளிக்க சிறந்த வழி ஒரு அசுரன், ஒரு ஊமை, ஒரு தியாகி அல்லது ஒரு சூழ்ச்சியாளர். சிந்தியுங்கள்!

உங்களில் சிலர் என்ன நினைக்கிறார்கள் என்பது எனக்குத் தெரியும். "ஓ, ஆமாம் ஸ்டீவ், அது நன்றாக இருக்கிறது, நன்றாக இருக்கிறது, சுத்தமாக இருக்கிறது, மருத்துவம் மற்றும் தர்க்கரீதியாக இருக்கிறது, ஆனால் உங்களுக்கு புரியவில்லை. எனக்கு பைத்தியம் பிடித்தால், எனக்கு பைத்தியம் பிடிக்கும். என்னால் அதைக் கட்டுப்படுத்த முடியாது. என்னால் அதை இழக்கிறேன். என்னால் முடியாது. நானே உதவி செய்." ஆமாம் உன்னால் முடியும்! நான் சொல்வது கேட்கிறதா? ஆமாம் உன்னால் முடியும். அதை இழக்கும் முன் நிறுத்தவும் சிந்திக்கவும் முடியாது என்ற பொய்யை நம்பத் துணியவில்லையா? உண்மையில், நான் அதை உங்களுக்கு நிரூபிக்கிறேன்.

நீங்கள் எப்போதாவது வீட்டில் தகராறு செய்திருக்கிறீர்களா? நீங்கள் வீட்டில் உங்கள் மனைவியுடன் அல்லது உங்கள் குழந்தைகளுடன் வாக்குவாதம் செய்கிறீர்கள், (எல்லோரும் சுத்தமாக வாதிடுகிறார்கள்), திடீரென்று தொலைபேசி ஒலிக்கிறது. "ஹலோ (மென்மையாக)." "எப்படி இருக்கிறாய்?" "நல்லது, உங்களிடமிருந்து கேட்பதில் மகிழ்ச்சி!!" ஓ, நீங்கள் அதை ஒருபோதும் செய்யவில்லை,

All three of the main characters, the Levite, the Priest, and the Samaritan had something in common. Don't think that only certain people can have certain kinds of attitudes. They had a lot in common.

a. They saw the same problem, a man in need lying there bleeding.

Many people say "I don't do much, I give much, because I don't have much opportunity." It's not the exposure to the need that makes a man or a woman a good servant. It is the attitude. It's not the person who has the most opportunities, who becomes the greatest servant.

b. They all had something else to do.

It's not how much time you have in your schedule that dictates whether or not you reach out and touch your fellow man. It's the person who has the best attitude. Some of the best stewards that I've ever known were also the busiest people. You see it has nothing to do with your agenda. It has nothing to do with your schedule. It has nothing to do with how much opportunity.

c. They all had reasons not to help.

They needed to do some work. They didn't want to risk touching a corpse. But listen to this. The Samaritan had the most significant reason of all for not helping. It was the enmity between the Jews and the Samaritans. The Jews hated the Samaritans. They called them to their faces, dogs. For that Samaritan to look over and to see that Jew bleeding there, it wouldn't have been at all unusual for a man who had gone through the kind of isolation and persecution Samaritans have gone through to say, "Look who the dog is now." Or, if he had a particularly bitter spirit to just go ahead and finish him off. But you see that's the beauty about attitude.

- His attitude helped him overcome his prejudice and it's the only thing that will. You and I have prejudices. We develop them as we go through life and the only way they'll be conquered is by attitude.
- It helped him conquer his convenience. See none of us want to have our convenience rattled. But, the attitude on the part of that Samaritan made him give his donkey, his money, his time and all because he had the right attitude, not because he had more availability or more time, but because he had the right attitude.

#### Four observations

1. Your attitude is more important than your abilities.

That was proved in the person that we admired the most. We admire the person most who has the right attitude. Attitude is the way we influence this world not by looks or our brain. Every person has something to

இல்லையா? ஏன் மாற்றம்? ஏன் கடுமையான மாற்றம்? நீங்கள் விரும்பியதால் மாறிவிட்டீர்கள். நீங்கள் தேர்ந்தெடுத்ததால் மாறிவிட்டீர்கள். நேர்மையாக இருக்கட்டும். யாரும் உங்களை பைத்தியமாக்குவதில்லை, நீங்கள் பைத்தியமாக இருக்க தேர்வு செய்கிறீர்கள். நான் என் கோபத்தை தேர்வு செய்கிறேன். ஏனென்று உனக்கு தெரியுமா? ஏனென்றால் காயம், விரக்தி மற்றும் பாதுகாப்பின்மை எழுந்து, நான் ஏதாவது செய்ய விரும்புகிறேன், அதனால் நான் வெறித்தனமாக இருக்கிறேன்.

இதில் நேர்மையாக இருப்போம். சில நேரங்களில் பைத்தியமாக இருப்பது நல்லது, இல்லையா? உங்கள் மண்ணீரலை வெளியேற்றவும். பைத்தியமாக இருப்பது நல்லது. பிரச்சனை என்னவென்றால், நீண்ட காலமாக, அது உங்களை மிகவும் காயப்படுத்துகிறது. நீதிமொழிகள் 29:11 கூறுகிறது, "முட்டாள் தன் கோபத்தை முழுவதுமாக வெளிப்படுத்துகிறான், ஆனால் ஞானி தன்னைக் கட்டுப்படுத்துகிறான்." அது மிகவும் பணக்காரமானது, அதை மீண்டும் மீண்டும் செய்வது மதிப்பு. "முட்டாள் தன் கோபத்தை முழுவதுமாக வெளிப்படுத்துகிறான், ஆனால் ஞானி தன்னைக் கட்டுக்குள் வைத்திருக்கிறான்." நீங்கள் இரண்டு பேரை அழைத்துச் செல்லலாம், நீங்கள் அவர்களை ஒரே சூழலில் வைக்கலாம், அதே சூழ்நிலைகள், அதே சூழ்நிலைகள், அதே தூண்டுதல், அவர்களில் ஒருவர் மேல் ஊதுவார், மற்றவர் குளிர்ச்சியாக இருப்பார். இது சூழ்நிலை அல்ல, தேர்வு.

கலாத்தியர் 5:22 ஆவியின் அழகிய ஒன்பது மடங்கு கனிகளைப் பட்டியலிடுகிறது. கடைசியாக இருப்பது கேப்ஸ்டோன். அது சுயக்கட்டுப்பாடு. நீங்கள் கடவுளுடைய ஆவியுடன் நடக்கும்போது, அதைக் கட்டுக்குள் வைத்திருக்கும் ஆசீர்வாதத்தைப் பெற்றிருக்கிறீர்கள். நீங்கள் எதிர்வினையாற்றுவதற்கு முன் சிந்தியுங்கள்.

4. ஓய்வெடுக்க கற்றுக்கொள்ளுங்கள்.

நீதிமொழிகள் 14:30 கூறுகிறது, "அமைதியுள்ள இதயம் உடலுக்கு உயிர் கொடுக்கும்." நீங்கள் நிமிர்ந்து இருக்கும் போது, நீங்கள் கோபப்படுவதை

give to his fellow man and something to give to God.  
Don't think: "I have nothing to give God" because you might also be thinking "God has not given me anything." That's paramount to blasphemy.

2. Your position doesn't count anything next to your attitude. The classic example is right here in this parable. The first two men were religious men. There was a Levite and a Priest. If anybody was trained to help people, it was them. If anybody had gone to school to learn to devote their life to people, it was the Priest and the Levite. Isn't it fascinating that the people who were trained the most, qualified the most, and schooled the most, helped the least?
3. Your attitude is more important than timing. In this parable the Good Samaritan had the poorest timing of all. You see if that beaten up Jew was half dead when the Priest and the Levite passed by, he was probably three-fourths dead by the time the Good Samaritan got there. But it didn't stop him from serving. Don't look for a time to have the right attitude. Have the right attitude and let time work itself out. Remember the purpose of this parable was for Jesus to respond to the question, who is my neighbor? Jesus says your neighbor has nothing to do with proximity, neighborhood associations, or timing. It's whoever has the right attitude to help.
4. A right attitude is active. Which of these three men do you think was a neighbor to the man who fell into the hands of the robbers, the expert in the law replied, the one who had mercy on him? Jesus told him, go and do likewise.
  - a. Look around to see who needs help
  - b. Eliminate your excuses
  - c. Help them "Just do it."

Amazing Grace Lesson #1106

#### Questions:

1. Match the character(s) with the attitude by circling the appropriate letter.
  - a. What's yours is mine and I'm going to take it.
  - b. What's mine is mine and I'm going to keep it.
  - c. What's mine is yours and I'm going to give it.
    1. Levite and Priest    a    b    c
    2. Robbers            a    b    c
    3. Samaritan          a    b    c
2. What attitudes did the Priest, Levite and Samaritan have in common?
  - a. \_\_\_\_\_ They all saw the same problem
  - b. \_\_\_\_\_ They all had something else to do
  - c. \_\_\_\_\_ They all had reasons not to help
  - d. \_\_\_\_\_ All the above
  - e. \_\_\_\_\_ They did not have anything in common
3. Your ability is more important than your attitude?  
True \_\_\_\_\_ False \_\_\_\_\_

எப்போதாவது கவனித்திருக்கிறீர்களா? கோபமும் பதற்றமும் எப்போதும் ஒன்றாகவே இருக்கும். நீங்கள் எப்போதாவது காலை சந்திப்பிற்கு தாமதமாக வந்திருக்கிறீர்களா, நீங்கள் அவசரத்தில் இருக்கிறீர்கள், உங்களிடம் இருக்க வேண்டிய ஒன்றைக் கண்டுபிடிக்க முடியவில்லையா? ஓ, நான் என்ன செய்வேன்? அழுத்தம் மற்றும் விரக்தி என் கோபத்தை வெளிப்படுத்துகிறது. நான் ஓய்வெடுக்க கற்றுக்கொள்ள வேண்டும். எப்பொழுதும் நீங்கள் உணரும் பதற்றத்தின் காரணமாக உங்களில் சிலர் வாக்கிங் டைம் பாம் ஆக இருக்கிறீர்கள். உங்களில் சிலர் வேலையில் அதிக பதற்றத்தை உணர்கிறீர்கள், நீங்கள் வீட்டிற்கு வந்தவுடன், உங்கள் மனைவியின் தலையை கழற்றுவிர்கள். நீங்கள் இருக்கும் பதற்றத்திற்கு அவர்களைக் குறை கூறுகிறீர்கள். நமது டென்ஷனைக் கட்டுப்படுத்த பின்வருவனவற்றைச் செய்ய வேண்டும்:

- "பதற்றம் உருவாகிறது என்பதை அறிந்திருங்கள் மற்றும் அதைப் பரப்ப முயலுங்கள். நீங்கள் வேலைகளை மாற்ற வேண்டியிருக்கலாம். நீங்கள் முற்றிலும் மாறுபட்ட ஒன்றைச் செய்ய வேண்டியிருக்கலாம், ஆனால் பதற்றம் உங்கள் வாழ்க்கையை அழிக்க அனுமதிக்காதீர்கள்."
- உடற்பயிற்சி. உடல் உடற்பயிற்சி சிறிது லாபம் தரும் என்று பால் சொன்னதை நான் அறிவேன், ஆனால் இது கொஞ்சம் லாபம் தரும் வழிகளில் ஒன்றாகும். நாங்கள் மன அழுத்தத்தை கட்டியெழுப்ப வடிவமைக்கப்பட்டுள்ளோம், ஆனால் உடல் ரீதியாக அதை விடுவிப்பதற்காக நாங்கள் வடிவமைக்கப்பட்டுள்ளோம். நீங்கள் உடற்பயிற்சி செய்தால், அதிலிருந்து விடுபடுவீர்கள்.
- புதிய ஏற்பாட்டை கொஞ்சம் பாக்கெட்டில் எடுத்துச் செல்லுங்கள். அதைத் திறந்து கொஞ்சம் கொஞ்சமாகப் படித்து, ஒரு நிமிட ஜெபம் செய்யுங்கள். அது எல்லாவற்றையும் ஒரு சிறந்த

4. Your position in life is just as important or even more important than your attitude.  
True \_\_\_\_\_ False \_\_\_\_\_
5. Scheduling your time to accomplish the most is very important and has a higher priority than attitude.  
True \_\_\_\_\_ False \_\_\_\_\_
6. A right attitude is active  
True \_\_\_\_\_ False \_\_\_\_\_
7. Which of the three men in this parable was "a neighbor" to the injured man?  
a. \_\_\_\_\_ Priest  
b. \_\_\_\_\_ Levite  
c. \_\_\_\_\_ Samaritan

### Chapter 3

### Believe It or Not

### Conquering Myths of Misery

We've all been taught certain myths as we grow up and most of them are frankly, harmless. But there are some myths that are extremely harmful.

There are just all kinds of things that we've heard and absorbed, that the world has taught us that just aren't true: Myths about yourself, myths about God, and myths about life and the future and money and sex and relationships, myths about heaven and hell. Some of those bring with them some extremely negative consequences.

One myth that undergirds so many of the others is "it doesn't matter" what you believe as long as you're sincere." Have you ever heard that? Sure, you have. It doesn't matter what you believe as long as you're sincere. That sounds so mature, that sounds so accommodating, so politically correct. But the problem with this commonly accepted cliché is, it's absurd. It's absolutely ridiculous, it's naive and it's irrational.

As you go through life, you'll find that so many times there are beliefs that are antithesis of each other; they can't both be true, that's just an impossibility. A few weeks ago, my wife and I had arranged via phone to be at a certain place at a certain time. You know how busy we get, a two-car family kind of thing, and I misunderstood. I believed I was to meet her at a certain place at a certain time and that's not what she believed. Now is it all right to believe whatever you believe as long as you're sincere? We were both sincere, but we never rendezvoused. It cost us both about three hours out of our day. You see you can be sincere, but you can be sincerely wrong.

I was channel surfing the other night and came across the middle of a movie about some terrorists who had gotten in and rearranged the computer and the radar signals for major airports. In this fictitious movie an airplane was coming in to land. The pilot thought they were 300 feet above the ground

கண்ணோட்டத்தில் வைக்கும்.

இறுகிப்போவதற்கு அவ்வளவாக இல்லை.

- நகைச்சுவை உணர்வைப் பெறுங்கள். கடவுள் நம்மை நகைச்சுவை உணர்வோடு படைத்தார். கடவுளுக்கு நகைச்சுவை உணர்வு உண்டு. அவர் உங்களை உருவாக்கினார், இல்லையா? அவர் என்னை உருவாக்கினார். அவருக்கு நகைச்சுவை உணர்வு இருக்க வேண்டும். இப்போது கடைசி விஷயம்.
- தொடர்ந்து கடவுளிடம் உதவி கேளுங்கள். கடவுளுடைய ஆவி தரும் காரியங்களால் உங்கள் வாழ்க்கையை நிரப்ப முடியாது, இன்னும் தவறாகக் காட்டப்படும் கோபத்திற்கு இடமளிக்க முடியாது. "ஆனால் ஆவியின் கனியோ அன்பு, மகிழ்ச்சி, சமாதானம், பொறுமை, தயவு, நற்குணம், விசுவாசம், சாந்தம் மற்றும் சுயக்கட்டுப்பாடு." (கலாத்தியர் 5:22-23)

### III. சுருக்கம்

இங்கே ஒரு உண்மையான ஆழமான உருவகம் உள்ளது. நீங்கள் வெண்டி, மெக்டொனால்ட்ஸ், பர்கர் கிங் அல்லது வேறு ஏதேனும் துரித உணவு விடுதிக்குள் சென்று அந்த சிறிய கடுகு பாக்கெட்டை எடுத்து, மூலையைக் கிழித்து, அதை மேசையில் வைத்து உடைத்தால், என்ன வெளியே வரப் போகிறது? உள்ளே என்ன இருந்தாலும். சரியா? கடுகு! இப்போது உலகம் அதன் காலக்கெடு மற்றும் எதிர்பார்ப்புகளால் உங்களை அழுத்துகிறது, உங்களுக்குள் உள்ள அனைத்தும் வெளியே வரும். நீங்கள் ஆவியின் கனிகளான அன்பு, மகிழ்ச்சி, அமைதி, பொறுமை, இரக்கம், நற்குணம், சாந்தம், விசுவாசம், சுயக்கட்டுப்பாடு ஆகியவற்றால் நிறைந்திருந்தால், அவை வெளிவரும்!

இந்தக் கூற்றைக் கேளுங்கள், "நீங்கள் அன்பினால் நிரம்பியிருக்கும்போது, எதுவும் உங்களை வருத்தப்படுத்தாது. நீங்கள் கோபத்தால் நிரப்பப்பட்டால், கிட்டத்தட்ட எதுவும் உங்களை வருத்தப்படுத்தும்." உள்ளே என்ன இருக்கிறது என்பதுதான் முக்கியம்.

when in fact as they came through the clouds, the runway was there and they crashed and burned. But you see the pilot thought he was 300 feet above...he was sincere. He was just sincerely wrong.

There are beliefs that we encounter that, if we don't correct them, will cause us to crash and burn. There are some very simple principles about belief. Some of these are going to seem elementary and fundamental, that's because they are. Some of these we aren't even conscious of, but let's go right to the root and build on it.

### 1. You choose what you believe.

It's true that there are numerous influences on our lives, but nobody forces you to believe anything. If I don't want to believe something, I don't have to. If I want to believe in something, I can. Nobody can stop me. If I want to believe the Bible is the word of God, I can believe that, and I do. If the Republicans and the Democrats are at an impasse, you can choose to believe the Democrats, or you can choose to believe the Republicans. It doesn't make any difference; you can choose to believe whatever you want.

Nobody forces you to believe anything. The point is you can't blame anybody else for what you believe. My parents, my teachers, my peers, they influence my belief, but they don't control them. This is a key point as we analyze the beliefs that we have. You may find you've embraced a belief that's been wrong for years, but you can change that belief.

God said in Proverbs 8:10 "Choose my instructions, instead of silver." In Romans 1:25, Paul was talking about some depraved godless people and said, "They exchanged the truth of God for a lie." Do you see the two things these verses have in common? The idea is choice, choosing what you believe.

### 2. Your beliefs control your behavior.

In other words, they determine how I act. Proverbs 4:23 in the NIV says, "Above all else, guard your heart, for it is the well-spring of life." I like the way the Good News translation renders this particular proverb, "Be careful what you think, for your life is shaped by your thoughts." That's exactly right. The old King James Version says, "As a man thinketh in his heart, so is he."

There is a belief behind every single action that you take in life? When you sit down in a chair, you believe consciously or unconsciously that it's going to support your weight.

அதனால்தான் நாம் கடவுளுடைய ஆவியால் நிரப்பப்பட விரும்புகிறோம், அதனால் அவர்தம் கனிகளைத் தருவார். இயேசுவின் மீது உங்கள் கோபத்தை ஏற்படுத்தும் காயம், பாதுகாப்பின்மை மற்றும் விரக்தியை மாற்றவும். அவரால் குணப்படுத்த முடியும். அற்புதமான அருள் பாடல் #1199

### கேள்விகள்:

2. கடவுள் ஒரு?

j. \_\_\_\_\_ அன்பு

k. \_\_\_\_\_ நீதிமான் (வெறும்)

l. \_\_\_\_\_ உண்மை

m. \_\_\_\_\_ கருணை

n. \_\_\_\_\_ சமாதானம்

o. \_\_\_\_\_ மேலே உள்ள அனைத்தும்

p. \_\_\_\_\_ a மற்றும் c

q. \_\_\_\_\_ a, c மற்றும் e

r. \_\_\_\_\_ a, b மற்றும் c

2. இது ஒரு சாதாரண எதிர்வினை என்பதால் அனைவருக்கும் கோபம் வரும்.

சரி தவறு \_\_\_\_\_

5. கோபத்தை வெளிப்படுத்த முடியுமா?

a. \_\_\_\_\_ வெடித்தல் (வாய்மொழி அல்லது உடல்நீதியான தாக்குதல்)

பி. \_\_\_\_\_ துடித்தல் (அமைதியான சிகிச்சை)

c. \_\_\_\_\_ தியாகி (சுய பரிதாபம்)

ஈ. \_\_\_\_\_ சமநிலை பெறுதல் (கையாளுபவர்)

e. \_\_\_\_\_ மேலே உள்ள அனைத்தும்

6. கோபம் எதனால் ஏற்படலாம்?

a. \_\_\_\_\_ உடல் அல்லது உணர்ச்சி காயம்

b. \_\_\_\_\_ ஏமாற்றம்

c. \_\_\_\_\_ பயம், அச்சுறுத்தல் மற்றும் பாதுகாப்பின்மை

d. \_\_\_\_\_ மேலே உள்ள அனைத்தும்

5. கோப மேலாண்மைக்கான முக்கிய சொல் என்ன?

அ. \_\_\_\_\_ பத்து (பத்து முதல் எண்ணுதல்)

பி. \_\_\_\_\_ கலங்குவது

c. \_\_\_\_\_ சிரி (அல்லது புன்னகை)

ஈ. \_\_\_\_\_ விலகி செல்

இ. \_\_\_\_\_ சிந்தியுங்கள்

Now for some of us that could take a great act of faith, but that's the belief. When you went out to your car this morning, put the key into the ignition and turned it, you believed the car was going to start. Every action we take has a belief behind it. The problem comes when my beliefs are wrong; because my beliefs will still determine my behavior.

Look at some practical applications. If you believe that you are an ornery person, how do you think you're going to act? Pretty ornery. If you believe you are a clumsy person, you'll find yourself stumbling over everything. If you believe you can't trust anybody else, you're going to go through life looking at everybody suspiciously. You'll act like they can't be trusted. If you believe that you cannot understand the Bible, you'll never read it. If you believe that God doesn't really care about you, you will not pray. If you believe God is out to get you, you will do everything you can to avoid God. See every action you have has behind it a corresponding belief. The point is, even if your beliefs are wrong, they affect your behavior, so all our beliefs must be examined.

### 3. The world bombards us with false beliefs.

I mean bombards us. One place to find these is the checkout line in the grocery store. Look over the Enquirer and Globe headlines. Every week there's a new cure for cancer, if you will just eat this the cancer will go away. I'd like to believe that, except right beside that article is one about the latest alien to visit earth. A preacher friend of mine clipped out one I really enjoyed. It said, "New Discovery – Fat Burning Prayers." The whole article said, "You just pray these prayers, and the pounds will melt away."

It's hard to know what to believe anymore, isn't it? We used to say, "I'll believe when I see it." But you can't even trust that anymore. Technology has come up with a thing called, "Virtual Reality." They blend fact and fiction so that you can't tell the difference such as the movies Forrest Gump and Jurassic Park. So, we really can't determine if what we see is real or not. The following are my own top ten myths that are fostered on these television talk shows. They are not funny. But these are some cultural myths that people are buying into without exception.

- My happiness comes over my responsibility.
- You'll be happy if you get what you want. (That's a lie.)
- The world owes you a living and happiness.
- All beliefs are equally valid. (Discussed in this

### 7. கோபத்தை கட்டுப்படுத்த முடியும்

- \_\_\_\_\_ நாக்கைக் கடித்துக் கொண்டு எதுவும் பேசாமல் (அழுதி)
- \_\_\_\_\_ கோபத்தின் காரணத்தைப் புரிந்துகொள்வது
- \_\_\_\_\_ எதிர்வினையாற்றுவதற்கு முன் சிந்தியுங்கள்
- \_\_\_\_\_ பதற்றம் மற்றும் மன அழுத்தத்தை நீக்கவும்
- \_\_\_\_\_ a, b மற்றும் c
- \_\_\_\_\_ a, c மற்றும் d
- \_\_\_\_\_ பி, சி மற்றும் டி

## பாடம் 2

### தீங்கிலிருந்து

### விடுதலைமனோபாவங்கள்

வாழ்க்கையில் நீங்கள் அதிகம் போற்றும் நபரின் முகத்தையோ பெயரையோ சித்தரிக்கவா? அந்த முகம் கிடைக்குமா? அந்தப் பெயர் கிடைக்குமா? இப்போது, அந்த நபரை நீங்கள் மிகவும் போற்றுவதற்கு ஒரே காரணம் என்ன? அனைத்தையும் கொதிக்க வைக்கவும். உங்களால் முடிந்தால் ஒரு வார்த்தையாக குறைக்கவும். அன்பான, நேர்மையான, உண்மையுள்ள, தன்னலமற்ற, விசுவாசமான, அக்கறையுள்ள, மகிழ்ச்சியான, இரக்கமான அல்லது பணிவானவர் என்று நீங்கள் நினைத்தீர்களா? நான் போகலாம். இந்த வார்த்தைகளில் உள்ள சுவாரஸ்யமான விஷயம் என்னவென்றால், அவை அனைத்தும் அணுகுமுறைகளை விவரிக்கின்றன. அது கவர்ச்சிகரமானதாக இல்லையா? இவை அனைத்தும் மனோபாவங்கள். தோற்றம், திறன் அல்லது புத்திசாலித்தனத்தை நீங்கள் தேர்ந்தெடுத்தீர்களா? பலர் செய்திருந்தால், நான் சந்தேகிக்கிறேன். அது உங்களுக்கு ஒன்று சொல்லவில்லையா?

"நல்ல சமாரியன்" உவமையில் மனித மனப்பான்மைகளைப் பற்றி இயேசு கூறுகிறார். "ஒரு மனிதன் எருசலேமிலிருந்து எரிகோவுக்குப் போகிறான், அவன் கொள்ளையர்களின் கைகளில் சிக்கினான், அவர்கள் அவனுடைய ஆடைகளைக் களைந்து, அவனை அடித்து, பாதி

lesson.)

- e. You can have it all. (No, you must sacrifice something.)
- f. There is never any reason to feel guilty.
- g. You shouldn't have to wait for anything.
- h. Man is basically good and unselfish.
- i. All your problems are somebody else's fault.
- j. The answer lies within you because we're all God.

(Propagated on talk shows) If the answer was within me, I would have figured it out a long time ago. Wouldn't you?

You see those are the kind of things that over and over again, we're hearing. Over 2,000 years ago when he was in his 90's the apostle John warned "Dear Friends, do not believe every spirit, but test the spirits to see whether they are from God" (1 John 4:1) and "For everything in the world - the cravings of sinful man, the lust of his eyes and the boasting of what he has and does, comes not from the Father but from the world." (1 John 2:16) The world is bombarding us with false beliefs.

#### 4. False beliefs.

A belief doesn't have to be true to affect your happiness and your emotional stability. If somebody ran in through one of the doors right now and began yelling, "Fire! Fire!" but there's no fire. It wouldn't make a lot of difference for a lot of us, because as soon as you heard somebody that emphatically screaming that alarm, you'd believe it. Then a number of things would happen. Your pulse would become rapid, your blood pressure would elevate, your muscles would tighten, and your stomach would begin to secrete acid. You would become just a nervous wreck, great emotional turmoil, even though it's not true.

That happens all the time in everyday life, and you don't even realize it. You worry about things that are not true. You're afraid of things that aren't real. You rely on things to give your life meaning and purpose that never were designed to do that. The result is confusion and misery. So even if a belief is not true, it still causes emotional turmoil in your life. If you want to overcome stress, guilt, anger, worry and emotional problems, you've got to clarify and correct the misbeliefs in your life.

I found a statement by a psychologist, Dr. Chris Thurman. He said, "Truth is the road map for negotiating the difficult challenges of life. Without it we get lost and develop emotional problems that tell us we're lost. We often settle

இறந்துவிட்டார்கள், அவரை பாதி இறந்துவிட்டார்கள். அதே வழியில் ஒரு பாதிரியார் சென்று கொண்டிருந்தார். அந்த மனிதனைக் கண்டதும் அக்கரைக் கடந்து போனான்; அப்படியே ஒரு லேவியனும் அந்த இடத்துக்கு வந்து அவனைப் பார்த்தபோது அந்தப் பக்கமாய்க் கடந்துபோனான்; ஆனால் ஒரு சமாரியன் அவன் பிரயாணம் செய்துகொண்டே அவன் இருந்த இடத்திற்கு வந்தான். ;அவன் அவனைக் கண்டு இரங்கி, அவனருகில் சென்று, அவனுடைய காயங்களைக் கட்டி, எண்ணெயையும் திராட்சரசத்தையும் ஊற்றி, அவனைத் தன் சொந்தக் கழுதையின் மேல் ஏற்றி, சத்திரத்திற்குக் கொண்டுபோய், அவனைக் கவனித்துக்கொண்டான். மறுநாள் அவர் இரண்டு வெள்ளிக் காசுகளை எடுத்து விடுதிக் காப்பாளரிடம் கொடுத்தார், 'அவரைப் பார்த்துக் கொள்ளுங்கள், நான் திரும்பி வரும்போது, உங்களுக்கு ஏற்படும் கூடுதல் செலவை நான் திருப்பித் தருகிறேன்.' "கொள்ளையர்களின் கைகளில் சிக்கியவருக்கு இந்த மூவரில் யார் பக்கத்து வீட்டுக்காரர் என்று நினைக்கிறீர்கள்?" (லூக்கா 10:30-36)

**இயேசு இந்த உவமையில் மூன்று அடிப்படை மனப்பான்மைகளைக் காட்டுகிறார்:**

4. உன்னுடையது என்னுடையது அதை நான் எடுக்கப் போகிறேன்.  
உவமையில் யாரோ அத்தகைய அணுகுமுறையைக் கொண்டிருந்தனர், யாரைக் கண்டுபிடிக்க முடியுமா? திருடனோ, திருடனோ, அந்த மனிதனைக் கண்டுபிடித்தவர்கள், அவரை அடித்து, அவரிடம் இருந்ததை எடுத்துக்கொண்டு இறந்துவிட்டார்கள். அவரைப் பற்றி நமக்குத் தெரியும். "உன்னுடையது என்னுடையது, நான் அதை எடுக்கப் போகிறேன்" என்பது அவரது அணுகுமுறை. வெளிப்படையாகச் சொன்னால், பெரும்பாலான மக்களுக்கு அந்த மனப்பான்மை இல்லை. ஓ, இது உலகில் பரவலாக உள்ளது. அந்த மாதிரி மனப்பான்மை உள்ளவர்கள் எலும்பைக்

for half-truth or no truth at all because it's easier." That's a great line, he's right. There are some made by psychologists I don't agree with, but I think he is right on target. He also said, "But truth is the only road to emotional health, there is no other path." That's a great quote, but Jesus had a better one. It was more powerful and more concise and said essentially the same thing. "You shall know the truth, and the truth will make you free." (John 8:32)

The goal of this series of lessons is to expose the lies that we've been taught and that some of us have bought into. We're going to also unveil the truth, and the truth will set you free from those things that bring misery to your life.

#### 5. The only source of absolute truth is God.

Mark that well. He is the only source of absolute truth. "I, the Lord, speak the truth; I declare what is right." (Isaiah 45:19) Jesus, who was the Son of God, was God come in the flesh. John said, "I am the way, I am the truth, and I am the life. No one comes to the Father except by me." (John 14:6)

The fundamental question that you need to ask yourself and every human being has to ask whether you're a Christian or not is: What is going to be the authority of my life? What is going to be my standard? What is going to be my compass? What is going to be my guide? What am I going to base my life on?

You have got two options. You can base it on the world, or you can base it on the Word. You either have what man says, and man will say a million different contradictory things, or you can have what God says. You can build your life on what culture says, or upon what Christ says. Which of those two do you think is more reliable?

The problem is not just that man is often dishonest and will share outright lies; the problem with man is that we are so ignorant that even when we think we're telling the truth, we don't know all the truth. Newsweek magazine has a section called Conventional Wisdom. Have you seen that? Think about what that means. Conventional Wisdom means it's wise today. Real wisdom is never conventional; real wisdom is eternal. One of the problems with man is we're always learning more. So, we have a hard time discovering what's infinitely wise.

I noticed something a few years ago that some of you can really relate to. Seventy-three million of us are Baby

கொண்ட வயதான நாயைப் போன்றவர்கள். அவர் ஒரு ஏரிக்குச் சென்று பார்த்தார், அவருடைய பிரதிபலிப்பைக் கண்டார். வாயில் எலும்புடன் வேறொரு நாயாக அவர் நினைத்ததைக் கண்டார், அதையும் விரும்பினார். எனவே, அவர் மற்ற நாயைக் கடிக்கத் தொடங்கினார், என்ன நடந்தது? அவரிடம் இருந்த எலும்பை இழந்தார். "உன்னுடையது என்னுடையது, நான் அதை எடுக்கப் போகிறேன்."

#### 5. என்னுடையது என்னுடையது அதை நான் வைத்திருக்கப் போகிறேன்.

ஒரு பாதிரியார் மற்றும் ஒரு லேவியரைப் பற்றி இயேசு பேசுவது எனக்கு சுவாரஸ்யமாக இருக்கிறது. அவர்கள் அநேகமாக ஜெரிகோவிலிருந்து ஜெருசலேமுக்கு ஆலயத்தில் சேவை செய்யச் சென்றிருக்கலாம். ஆசாரியனும் லேவியர்களும் ஒவ்வொரு வருடமும் ஒரு வாரம் ஆலய சேவை செய்ய வேண்டியிருந்தது. அவர்கள் அனைத்து கடமைகளையும் செய்து யாகங்களை தயார் செய்ய வேண்டும். ஜெரிகோ ஜெருசலேமிலிருந்து வெகு தொலைவில் இல்லை, மேலும் பல பாதிரியார்கள் அங்கு வாழ்ந்ததால் இந்த வழியில் செல்வது அசாதாரணமானது அல்ல. இந்த மனிதன் அடிக்கப்பட்டதையும், இரத்தம் கசிவதையும், கொள்ளையடிப்பதையும் அவர்கள் கண்டார்கள், ஆனால் அவர்கள் மறுபுறம் கடந்து செல்லத் தேர்ந்தெடுத்தார்கள்.

இப்போது இங்கே வேறு ஏதாவது வேலை இருந்திருக்கலாம். ஒரு ஆசாரியனோ அல்லது லேவியனோ ஒரு ஆராதனை செய்ய ஆலயத்தை நோக்கிச் சென்றால், அந்த நபர் கடைசியாகச் செய்ய விரும்புவது அசுத்தமாவதைத்தான். யூத சட்டத்தின்படி, நீங்கள் ஒரு சடலத்தைத் தொட்டால், அது உங்களை சடங்கு ரீதியாக அசுத்தப்படுத்தும். முக்கியமான வேலையில் அவசரமாக இருந்திருக்கலாம். சம்பிரதாய

Boomer children who were raised on the second best-selling book of all time, second only to the Bible. Do you know what that book is? Dr. Spock's Baby Book. He wrote it, "How to Rear Your Children." An entire generation of Americans was brought up on that book. The only problem is that just a few years ago, in his seventies, Dr. Spock publicly held a press conference and he said, "Whoops! I was wrong." You were what? It's too late, I'm dysfunctional. What do you mean you were wrong? An entire generation was reared on a man's theories and he comes to find out those were never correct in the first place. That's Conventional Wisdom.

The average life span of a science text used at the college level today is 18 months. That's the life span of a science text. In that kind of environment, you don't put your faith on something that you can't depend upon tomorrow, otherwise you might think you're climbing the ladder of success and you find out it's leaning against the wrong wall.

What am I going to base my life on? Jesus said, "Heaven and earth will pass away, but my words will never pass away." (Luke 21:33) David said "Your word, O Lord, is eternal; it stands firm in the heavens." (Psalm 119:89) People, God's word has stood the test of time like nothing else ever has or ever will. You can trust it as your standard and your compass and your guidebook because it's not based on conventional wisdom, it's based upon on the very character and ultimate knowledge of God. He is the only source of absolute truth.

#### 6. Build your life on God's truth!

It's the key. Now God's truth is found on every page of the Bible. I encourage you to read every bit of it, if you will. It is ultimately and most clearly embodied in Jesus Christ. One of the reasons 1 Peter 2:21 says Jesus came, is that he came to give us an example. A lot of us hear and a lot of us read, but most of us learn better when we actually see a model. Jesus was God come in the flesh. He said, "I am the way, I am the truth, and I am the life." In everything he said, in everything he did, in everything he was, it was the truth.

While recovering from knee surgery I decided to reread the gospels. I read Matthew, Mark, Luke, and John, because if I'm going to teach you about truth, I want to know this man who said, "I am the truth." Eighty different times in Scripture, Jesus said, "I tell you the truth." Isn't that something? Eighty times, he says emphatically, I want you

ரீதியாக அசுத்தமாகிவிடும் அபாயத்தைப் பற்றி அவர்கள் நினைத்திருக்கலாம். இந்த மனிதன் இறந்திருக்கலாம் அல்லது என் கைகளில் இறக்கலாம். அதனால், அசுத்தமாகிவிடும் அபாயத்தை விட அவர்கள் தங்கள் வழியில் சென்றனர். "என்னுடையது என்னுடையது, அதை நான் வைத்திருக்கப் போகிறேன்."

யாரையும் காயப்படுத்தாமல், விதிகளை மீறாமல், எதிரிகளை உருவாக்காமல் வாழ்க்கையை கடந்து செல்லும் மனிதர்கள் இவர்கள். உண்மையில், அந்த மாதிரியான நபர் தான், அவர்கள் இருப்பதைப் போலவே விஷயங்களை விட்டுவிட வேண்டும் என்பதில் உறுதியாக இருக்கிறார். அவர்கள் உங்களைத் தொந்தரவு செய்ய மாட்டார்கள், நீங்கள் அவர்களைத் தொந்தரவு செய்ய விரும்பவில்லை. முன்னே சென்று வழியமைத்தவர்களைக் கருதுவதில்லை. இன்று அவர்கள் அனுபவிக்கும் விஷயங்களில் ஒருவர் நேற்று முதலீடு செய்தார். "என்னுடையது என்னுடையது, அதை நான் வைத்திருக்கப் போகிறேன்" என்ற மனப்பான்மை உங்களுக்கு இருக்கும்போது நீங்கள் தனியாக இருக்க விரும்புகிறீர்கள். இல்லை, நீங்கள் சமூகத்தை வடிகட்டுபவர் அல்ல. ஆனால் நீங்கள் யாருக்கும் எதையும் கொடுக்கவில்லை.

பல ஆண்டுகளுக்கு முன்பு, நான் இளமை பருவத்தில், ஒவ்வொரு கோடைகாலத்திலும் ஒரு வாரம் என் தாத்தாவுடன் பண்ணையில் செலவிடுவேன். நான் நகரத்தில் வசித்த ஒரு புறநகர்ப் பிள்ளை என்பதால், அந்த வாரங்களில் பண்ணைக்கு வெளியே சென்றதுதான் வாழ்க்கையில் நான் கற்றுக்கொண்ட மிகச் சிறந்த பாடங்களில் சில. ஒரு முறை நான் என் தாத்தா பிளாட் உடன் இருந்தபோது, அவரை "பாப்" என்று அழைத்தோம், பழ மரங்களை நட்டுக்கொண்டிருந்தோம். அவை சிறிய சிறிய மரக்கன்றுகள், அது ஒரு சூடான நாள், அது நிறைய வேலை மற்றும் என் தாத்தாவுக்கு கிட்டத்தட்ட 80 வயது. நான் சொன்னேன், "அப்பா இந்த பூமியில் எதற்காக அந்த பழ மரங்களை நடுகிறீர்கள்? நீங்கள் நீண்ட காலம் வாழப் போவதில்லை. அந்த மரத்திலிருந்து ஒரு ஆப்பிளை சாப்பிட்டால்

to hear this. Twenty different times, he said, "Now you've heard it said, but I want to say it to you." Do you know what he was doing? He was clearing up myths that bring misery. He said now here are things you've bought into, but now let me tell you the truth.

As you study things Jesus said and things that other biblical writers have shared with us that are true, commit to three things.

a. Commit to seek the truth

Have that desire on your heart. "Have nothing to do with godless myths and old wives' tales; rather, train yourself to be godly." (1 Timothy 4:7) Later Paul warned Timothy, a young preacher, "For the time will come when men will not put up with sound doctrine. Instead, to suit their own desires, they will gather around them a great number of teachers to say what their itching ears want to hear. They will turn their ears away from the truth and turn aside to myths." (2 Timothy 4:3,4)

The point is test everything you hear, see or experience against God's truth. The world, or people around me, may say "It's hot, it's the in thing, everybody's doing it," The truth may declare it's not okay. I could take too long right here giving you a classic example. Let me tell you what pops into my mind. Astrology and the psychic hot lines, those things have to be making millions of dollars, there are too many on television not to be. I'm sure most people that dabble in those things, some of them are serious, some of them are for fun and some of them are just a joke. God's word says it's not funny. I can show you a dozen different passages that say it's wrong, it's evil, stay away from it. I test everything by God's word, even my own experience.

One of the things our generation believes in is personal experience. It's the ultimate truth. If I know it, feel it or sense it, it's got to be the way it is. Now you think about that. If technology can create a virtual reality experience so lifelike that I can't tell if it's false, don't you think the devil can do the same thing? In fact, don't you think he's had that power for years, and years, and years? I test even the experience that I'm convinced I've had against the truth of God's word, and if the two clashes, which do I accept? I accept the truth of God's word, Period. Just because you've experienced it doesn't mean it's right, true, or correct.

Most of us have seen the bumper sticker that says, "God says it, I believe it, that settles it." It's not a bad bumper

போதும்." அவர் என்னைப் பார்த்து, அவருடைய பணிவான முறையில், நான் அறிந்த வேலைக்காரன் பேட்டைப் பற்றிய மிகப் பெரிய பாடங்களில் ஒன்றை எனக்குக் கற்றுக் கொடுத்தார். அவர், "இப்போது மகனே, நான் இவற்றை எனக்காக நடவில்லை. ஆனால் நான் அதிகம் எனக்கு முன் வேறு யாரோ சில வேலைகளை செய்ததால் நான் இந்த பண்ணையில் மகிழ்ந்தேன். இந்த மரத்திலிருந்து ஒரு ஆப்பிளை இழுத்து விடுவேன் என்று நினைக்கும் அளவுக்கு நான் அப்பாவிடாக இல்லை, ஆனால் அது முக்கியமல்ல, வாழ்க்கை என்னுடன் தொடங்கவில்லை, வாழ்க்கை என்னுடன் முடிவடைவதில்லை" என்று அவர் கூறினார், "என் வாழ்க்கை உண்மையில் இருந்தால். பயனுள்ளதாக இருக்கும், வேறு யாராவது ரசிக்கக்கூடிய ஒன்றை நான் இங்கே விட்டுவிடுகிறேன்."

ஆதலால், "என்னுடையது என்னுடையது, நான் அதை வைத்துக்கொள்ளப் போகிறேன்" என்று சொன்னால் மட்டும் போதாது.

6. என்னுடையது உன்னுடையது, அதை நான் கொடுக்கப் போகிறேன்.

நல்ல சமாரியன் பாதிக்கப்பட்டவரைப் பார்த்து அவர் மீது இரக்கம் கொண்டதாக பைபிள் கூறுகிறது. அவர் அவரை ஒரு விடுதிக்கு அழைத்துச் சென்றார், அவர் தனது கவனிப்புக்கு பணம் கொடுத்தார், நான் வேறு ஏதாவது செய்ய வேண்டுமா என்று பார்க்க அவரைச் சரிபார்க்க நான் திரும்பி வருகிறேன் என்றார்.

லேவியர், பாதிரியார் மற்றும் சமாரியன் ஆகிய மூன்று முக்கிய கதாபாத்திரங்களுக்கும் பொதுவான ஒன்று இருந்தது. குறிப்பிட்ட சிலருக்கு மட்டுமே சில வகையான மனோபாவங்கள் இருக்கும் என்று நினைக்க வேண்டாம். அவர்களுக்கு நிறைய ஒற்றுமை இருந்தது.

d. அவர்கள் அதே பிரச்சனையைப்

பார்த்தார்கள், ஒரு தேவையுடைய ஒரு மனிதன் அங்கே இரத்தப்போக்குடன் கிடந்தான்.

"நான் அதிகம் செய்யவில்லை, அதிகம் கொடுக்கிறேன், ஏனென்றால் எனக்கு

sticker, but I've got a better one for you: "God said it, that settles it, whether I believe it or not." Whether I believe it or not, it doesn't make any difference; God said it, that's the way it is. Truth is truth whether I believe it or not.

The point is for me to seek it. But where do I seek it? Not from the grocery store checkout lines.

- (1) I seek it in Christ. Jesus said, "I came to this world to testify to the truth." (John 18:37)
- (2) I seek it in the word of God. The Bible says, "Thy word is truth." Proverbs 30:5 says, "The word is flawless."
- (3) I seek it through his church. Paul told Timothy, "You will know how people ought to conduct themselves in God's household which is the church of the living God, the pillar and foundation of the truth." (1 Timothy 3:15)

b. Commit to believe and embrace the truth.

It's not enough to seek it and it's not enough to know it, it has to be embraced. The word, "believe," is another word that popped out at me all the way through the gospel accounts. John 3:18, states, "'Whoever believes in him is not condemned, but whoever does not believe stands condemned already because he has not believed in the name of God's one and only Son.'" Even the devil has an intellectual ascent of God, a belief and not an embrace.

c. Commit to live the truth

I seek it, I believe and embrace it, and I live it. I obey it. I do it. I start by obeying the gospel putting my trust in the good news that Jesus is truth personified, God who came into the world. This guidebook, His Word [The Bible], shares with us the simple way that's done. It starts with the belief that Jesus is God's son, a belief that leads to us confessing him verbally, declaring to the world your allegiance to him. (Romans 10:9-10) It says once you have a commitment of your heart and your affection to him your whole obedience to the gospel is culminated by an experience called baptism, a physical immersion into water. Before Jesus' atoning death on the cross, He said to Nicodemus "except a man be born of water and of the Spirit, he cannot enter into the kingdom of God." (John 3:5) *"All of us who were baptized into Christ Jesus were baptized into his death? We were therefore buried with him through baptism into death in order that, just as Christ was raised from the dead through the glory of the Father, we too may live a new life."* (Romans 6:3-4)

Folks, that's the truth about your commitment to Jesus. That's the truth about how you start your life as a Christian, how you become a Christian. From that commitment, you live loving him and walking in the light of God's truth. But it's up to you. Remember you've got the freedom to believe

அதிக வாய்ப்புகள் இல்லை" என்று பலர் கூறுகிறார்கள். ஒரு ஆணை பெண்ணை ஒரு நல்ல வேலைக்காரனாக்குவது தேவையின் வெளிப்பாடு அல்ல. இது மனோபாவம். அதிக வாய்ப்புகளைப் பெற்றவர் அல்ல, பெரிய வேலைக்காரராக மாறுகிறார்.

e. அவர்கள் அனைவருக்கும் வேறு ஏதாவது செய்ய வேண்டியிருந்தது.

உங்கள் அட்டவணையில் நீங்கள் எவ்வளவு நேரம் வைத்திருக்கிறீர்கள் என்பது அல்ல, நீங்கள் உங்கள் சக மனிதனை அணுகி தொடுகிறீர்களா இல்லையா என்பதை ஆணையிடுகிறது. சிறந்த மனோபாவம் கொண்டவர் தான். நான் அறிந்த சில சிறந்த காரியதரிசிகளும் மிகவும் பரபரப்பான மனிதர்கள். உங்கள் நிகழ்ச்சி நிரலுக்கும் இதற்கும் எந்த சம்பந்தமும் இல்லை என்பதை நீங்கள் காண்கிறீர்கள். உங்கள் அட்டவணைக்கும் இதற்கும் எந்த சம்பந்தமும் இல்லை. எவ்வளவு வாய்ப்பு என்பதற்கும் எந்த சம்பந்தமும் இல்லை.

f. அவர்கள் அனைவருக்கும் உதவாததற்கு காரணங்கள் இருந்தன.

அவர்கள் சில வேலைகளைச் செய்ய வேண்டியிருந்தது. ஒரு பிணத்தைத் தொடும் அபாயத்தை அவர்கள் விரும்பவில்லை. ஆனால் இதைக் கேளுங்கள். சமாரியன் உதவி செய்யாததற்கு மிக முக்கியமான காரணம் இருந்தது. அது யூதர்களுக்கும் சமாரியர்களுக்கும் இடையே இருந்த பகை. யூதர்கள் சமாரியர்களை வெறுத்தனர். அவர்கள் அவர்களை தங்கள் முகங்களுக்கு அழைத்தனர், நாய்கள். அந்த சமாரியன் கண்ணுக்குப் பார்த்து, அங்கே யூதன் ரத்தம் கொட்டுவதைப் பார்க்க, சமாரியர்களின் தனிமை மற்றும் துன்புறுத்தலுக்கு ஆளான ஒருவர், "இப்போது நாய் யார் என்று பாருங்கள்" என்று சொல்வது வழக்கத்திற்கு மாறானதாக இருக்காது. ." அல்லது, அவருக்கு குறிப்பாக கசப்பான ஆவி இருந்தால், மேலே சென்று அவரை முடிக்க வேண்டும். ஆனால் அதுதான்

anything you want to believe. But whatever you believe, the truth is still the truth.

But there is a great warning, "*They perish because they refused to love the truth and so be saved.*" (2 Thessalonians 2:10) Somebody asked me the other day: "Will smoking send me to hell?" I said, "Well, I don't know about that, but it will smell like you've been there." But you know let's don't start picking out little sin. We all commit sin. Do you know what's going to send anybody to hell? 2 Thessalonians 2:10 tells us, it is to refuse to accept, love and follow the truth. God does not send anybody to hell; he lets everybody choose what they are going to believe and what they are going to do about those beliefs.

Amazing

Grace lesson #1244

### Questions:

1. It doesn't matter what one believes as long as he is sincere?  
True \_\_\_\_\_ False \_\_\_\_\_
2. One is free to choose whatever he wishes to believe?  
True \_\_\_\_\_ False \_\_\_\_\_
3. What one believes does not affect their action?  
True \_\_\_\_\_ False \_\_\_\_\_
4. My happiness comes over my responsibility?  
Fact \_\_\_\_\_ Fiction \_\_\_\_\_
5. You'll be happy if you get what you want.  
Fact \_\_\_\_\_ Fiction \_\_\_\_\_
6. The world owes you a living and happiness.  
Fact \_\_\_\_\_ Fiction \_\_\_\_\_
7. All beliefs are equally valid.  
Fact \_\_\_\_\_ Fiction \_\_\_\_\_
8. You can have it all without any sacrifice.  
Fact \_\_\_\_\_ Fiction \_\_\_\_\_
9. There is never any reason to feel guilty.  
Fact \_\_\_\_\_ Fiction \_\_\_\_\_
10. You shouldn't have to wait for anything.  
Fact \_\_\_\_\_ Fiction \_\_\_\_\_
11. Man is basically good and unselfish.  
Fact \_\_\_\_\_ Fiction \_\_\_\_\_
12. All your problems are somebody else's fault.  
Fact \_\_\_\_\_ Fiction \_\_\_\_\_
13. The answer lies within you because we're all God.  
Fact \_\_\_\_\_ Fiction \_\_\_\_\_
14. The source of absolute truth is
  - a. \_\_\_\_\_ Man's intellect
  - b. \_\_\_\_\_ Science
  - c. \_\_\_\_\_ God
15. To build a life on God's truth one must
  - a. \_\_\_\_\_ Commit to seek truth

மனோபாவத்தின் அழகு என்பதை நீங்கள் காண்கிறீர்கள்.

- அவரது அணுகுமுறை அவரது தப்பெண்ணத்தை கடக்க உதவியது, அது மட்டுமே இருக்கும். உங்களுக்கும் எனக்கும் தப்பெண்ணங்கள் உள்ளன. நாம் வாழ்க்கையில் செல்லும்போது அவற்றை உருவாக்குகிறோம், அவர்கள் வெற்றிபெறுவதற்கான ஒரே வழி அணுகுமுறையால் மட்டுமே.
- அது அவரது வசதியை வெல்ல உதவியது. நம்மில் எவரும் நம் வசதியை சீர்குலைக்க விரும்பவில்லை என்று பாருங்கள். ஆனால், அந்தச் சமற்கிருதத்தின் மனப்பான்மை, அவனுடைய கழுதை, அவனுடைய பணம், அவனுடைய நேரம் மற்றும் எல்லாவற்றையும் கொடுக்க வைத்தது, அவனிடம் சரியான அணுகுமுறை இருந்ததால், அவனுக்கு அதிக இருப்பு அல்லது அதிக நேரம் இருந்ததால் அல்ல, அவனிடம் சரியான அணுகுமுறை இருந்ததால்.

### நான்கு அவதானிப்புகள்

2. உங்கள் திறன்களை விட உங்கள் அணுகுமுறை முக்கியமானது. நாம் மிகவும் ரசித்த நபரில் அது நிரூபிக்கப்பட்டது. சரியான மனப்பான்மை கொண்ட நபரை நாம் மிகவும் பாராட்டுகிறோம். மனோபாவம் என்பது இந்த உலகத்தை நாம் செல்வாக்கு செலுத்துவது தோற்றம் அல்லது மூளையால் அல்ல. ஒவ்வொரு மனிதனும் தன் சக மனிதனுக்குக் கொடுப்பதற்கும், கடவுளுக்குக் கொடுப்பதற்கும் ஏதோ ஒன்று உண்டு. "கடவுளுக்குக் கொடுப்பதற்கு என்னிடம் எதுவும் இல்லை" என்று நினைக்காதீர்கள், ஏனென்றால் "கடவுள் எனக்கு எதையும் கொடுக்கவில்லை"

- b. \_\_\_\_\_ Commit to believe and embrace truth
- c. \_\_\_\_\_ Commit All the above to live the truth
- d. \_\_\_\_\_ There is no absolute truth

#### Chapter 4

### Why Should I Forgive?

Peter asked Jesus one day a long, long time ago "Lord, how many times shall I forgive my brother when he sins against me? Up to seven times?" (Matthew 18:21) What's really written between the lines or the thought behind the lines is: Lord, why do I need to forgive? I find it interesting that Peter asked, "how many times do I need to forgive my brother?" Sometimes it's easier to forgive a onetime offense, even if it's something that's as major as an assassination attempt, than it is to forgive those repeated irritations.

Each of us has one, two, maybe three sources of constant irritation in our lives. "Heavenly sandpaper," I call it, just rubs off our rough edges. Who's your heavenly sandpaper?

Peter asked, "Lord, how many times shall I forgive my brother?" It didn't dawn on me until this week that there's a chance that Peter could be extremely literal here. He may have been talking about his physical brother. I read just a couple of weeks ago that ninety percent of all resentment occurs in our own families. Most of the resentment that we harbor in our lives is toward people who are closest to us.

You know the old adage: "To dwell above with those we love that will be a glory, but to dwell below with those we know, now that's a different story." Sometimes it is the people who are closest to us. Maybe it was Andrew, Peter's brother. It's not out of the scope of the imagination to consider that Andrew kept leaving the milk out, or squeezed the toothpaste from the middle of the tube, or something which was a constant irritant to Peter. But whether it was Andrew or a figurative brother, Peter was having a hard time with this whole forgiveness question.

Peter may have been expecting Jesus to say, "Peter, that's pretty magnanimous of you. I'm impressed." Jewish law only required that you forgive a brother three times. After you forgave him three times of the same offense, you could tell him to get lost. So, Peter could have thought the law says "I ought to forgive my brother three times, I'll double that and I'll add one for good measure." "Lord, do you think it would be all right to forgive a brother seven times?" Our Lord said, "No Peter, would you believe 70 times seven

என்று நீங்கள் நினைக்கலாம்.  
நிந்தனைக்கு அது முதன்மையானது.

2. உங்கள் நிலைப்பாடு உங்கள் அணுகுமுறைக்கு அடுத்ததாக எதையும் கணக்கிடாது. உன்னதமான உதாரணம் இந்த உவமையில் உள்ளது. முதல் இரண்டு மனிதர்கள் மதவாதிகள். ஒரு லேவியனும் ஒரு ஆசாரியனும் இருந்தார்கள். மக்களுக்கு உதவ யாராவது பயிற்சி பெற்றிருந்தால், அது அவர்கள்தான். மக்களுக்காக தங்கள் வாழ்க்கையை அர்ப்பணிக்க கற்றுக்கொள்ள யாராவது பள்ளிக்குச் சென்றிருந்தால், அது பாதிரியாரும் லேவியரும் தான். அதிகம் பயிற்றுவிக்கப்பட்டவர்களும், அதிகத் தகுதி பெற்றவர்களும், அதிகப் பள்ளிப்படிப்பும் பெற்றவர்களும், குறைந்த அளவே உதவியிருப்பது கவர்ச்சிகரமானதல்லவா?

3. நேரத்தை விட உங்கள் அணுகுமுறை முக்கியமானது. இந்த உவமையில் நல்ல சமாரியன் எல்லாவற்றிலும் மோசமான நேரத்தைக் கொண்டிருந்தான். ஆசாரியனும் லேவியனும் கடந்து செல்லும் போது அந்த அடிக்கப்பட்ட யூதர் பாதி இறந்துவிட்டாரா என்று பாருங்கள், நல்ல சமாரியன் அங்கு வருவதற்குள் அவர் நான்கில் மூன்று பங்கு இறந்திருக்கலாம். ஆனால் அது அவரை சேவை செய்வதைத் தடுக்கவில்லை. சரியான அணுகுமுறையைப் பெற நேரத்தைத் தேடாதீர்கள். சரியான அணுகுமுறையைக் கொண்டிருங்கள் மற்றும் நேரம் செயல்பட்டும். என் அண்டை வீட்டான் யார் என்ற கேள்விக்கு இயேசு பதிலளிப்பதே இந்த உவமையின் நோக்கம் என்பதை நினைவில் கொள்ளுங்கள். உங்கள் அண்டை வீட்டாருக்கு அருகாமை, அக்கம்பக்கத் தொடர்புகள் அல்லது நேரத்துடன் எந்த தொடர்பும் இல்லை என்று இயேசு கூறுகிறார். உதவி செய்ய சரியான மனப்பான்மை உள்ளவர் தான்.

4. ஒரு சரியான அணுகுமுறை செயலில் உள்ளது. கொள்ளையர்களின் கைகளில் சிக்கிய மனிதனுக்கு இந்த மூன்று பேரில்

times" or there is no limit to the number of times you need to forgive.

If it's keeping score, it's not really forgiveness. Have you ever kept score with somebody? After Jesus tells Peter, "No, not seven times, but seventy times seven times." Jesus tells a parable, a story, to explain why we must learn to forgive.

The story begins this way. Jesus said, there is a man who is hopelessly in debt to a king. The Bible says in Matthew 18:23-24, that he owes the king ten thousand talents. Now talents were really more a measure of weight than it was of pure money, so it depends upon what the precious metal was. But the debt here is acknowledging all scholars to be millions and millions of dollars. Now that's a major debt! How do you get that far in debt? How can a servant borrow that much money? In those days, whenever you couldn't pay it back, the bankruptcy principle was simple. They simply took your wife and your children and sold them into slavery and put you into prison. That was bankruptcy.

"The servant fell on his knees before him. 'Be patient with me,' he begged, 'and I will pay back everything.'" (Verse 26) You've got to see the humor in that; it's one of the most hilarious statements I've ever read. A servant owes \$16 million and he says, "give me a few more days". To do what, get a passport and buy a one-way ticket to another country?

I did a little calculation. If he paid back a thousand dollars a day at current interest rates, it would take him 40 years. Now the point of the story, folks, is to show us three reasons that you and I need to forgive other people.

We need to forgive each other because we've been forgiven by God. "The servant's master took pity on him, canceled the debt and let him go." (I've underlined that in my Bible.) Do you know anybody else who will forgive a \$16 million debt? Who will say, all right let's just write it off and let him go? What a king! Completely forgiven. But the point of the parable is: That's nothing compared to the forgiveness that God has given to us, absolutely nothing.

Here's the parallel. I owe a debt to God, and you do, too. The Bible even calls it a sin debt. When I transgress against God, it builds up a debt to owe to him that I can never repay. The Bible says, in Romans 3:23, "*All of us have sinned and fallen short of the glory of God.*" The Scripture makes it abundantly clear, I can't pay my debt, you can't pay yours, but God has chosen in His love through the gift of His Son Jesus as the perfect sacrifice to forgive us, to wipe the slate clean, to cancel the debt and say, "Let's just start over." That is the gospel, the Good News. It's all tied up in the death, burial,

யார் பக்கத்து வீட்டுக்காரர் என்று நீங்கள் நினைக்கிறீர்கள், சட்ட நிபுணர் பதிலளித்தார், அவர் மீது கருணை காட்டியவர்? இயேசு அவனிடம், நீ போய் அவ்வாறே செய் என்றார்.

- d. யாருக்கு உதவி தேவை என்று சுற்றிப் பாருங்கள்
- e. உங்கள் சாக்குகளை அகற்றவும்
- f. "அதைச் செய்யுங்கள்" என்று அவர்களுக்கு உதவுங்கள்.

அற்புதமான அருள் பாடம் #1106

#### கேள்விகள்:

4. பொருத்தமான கடிதத்தை வட்டமிடுவதன் மூலம் குணாதிசயத்துடன் பாத்திரம்(களை) பொருத்தவும்.  
அ. உன்னுடையது என்னுடையது, நான் அதை எடுக்கப் போகிறேன்.  
b. என்னுடையது என்னுடையது அதை நான் வைத்திருக்கப் போகிறேன்.  
c. என்னுடையது உன்னுடையது அதை நான் கொடுக்கப் போகிறேன்.  
1. லேவியரும் பாத்திரியாரும் ஏ பி  
c  
2. கொள்ளையர்கள் அ பி  
c  
3. சமாரியன் அ பி c
5. பாத்திரியார், லேவியர் மற்றும் சமாரியன் ஆகியோர் பொதுவாக என்ன மனோபாவங்களைக் கொண்டிருந்தனர்?  
அ. \_\_\_\_ அவர்கள் அனைவரும் ஒரே பிரச்சனையைப் பார்த்தார்கள்  
பி. \_\_\_\_ அவர்கள் அனைவருக்கும் வேறு ஏதாவது செய்ய வேண்டும்  
c. \_\_\_\_ அவர்கள் அனைவருக்கும் உதவாததற்கு காரணங்கள் இருந்தன  
ஈ. \_\_\_\_ மேலே உள்ள அனைத்தும்  
இ. \_\_\_\_ அவர்களுக்கு பொதுவான எதுவும் இல்லை
6. உங்கள் அணுகுமுறையை விட உங்கள் திறமை முக்கியமா?  
உண்மை \_\_\_\_ தவறான \_\_\_\_
4. வாழ்க்கையில் உங்கள் நிலைப்பாடு உங்கள் அணுகுமுறையை விட முக்கியமானது அல்லது முக்கியமானது.  
உண்மை \_\_\_\_ தவறான \_\_\_\_
5. மிக அதிகமானவற்றைச் செய்ய உங்கள் நேரத்தை திட்டமிடுவது மிகவும்

and resurrection of Jesus. The good news Jesus has for us when we obediently come to Him confessing, repenting and being baptized in His name asking Him to forgive and wipe our slate clean.

God expects me to do for others what he's done for me. In fact, that's really the message. How would you feel if you just had a \$16 million debt wiped clean? Would you feel relief, joy and freedom? Those words may be too shallow. How about excitement, ecstasy or undying gratitude? How do you think you would treat people if you had just been forgiven of a \$16 million debt that was hovering over your head? Don't you think you'd be easygoing? Don't you think you would say, "Yes, I'm in a great mood? That's all right, I'll forgive you."

Look at this servant's reaction beginning in verse 28. "*But when that servant went out, he found one of his fellow servants who owed him a hundred denarii, equivalent to one hundred days wages. He grabbed him and began to choke him. 'Pay back what you owe me!' he demanded. 'His fellow servant fell to his knees and begged him, 'Be patient with me, and I will pay you back.' But he refused. Instead, he went off and had the man thrown into prison*" Now can you believe that? He owed \$16 million to his boss and he was forgiven. Now his fellow servant owes him a hundred denarii, extremely small compared to the amount he had been forgiven by his master. He refuses to show any mercy instead he throws him into prison.

You say, how in the world can he respond that way? That servant who owed the cancelled \$16 million debt didn't really feel forgiven. He still, for whatever reason, felt like a sword was still hanging over his head. So, he was foolishly trying to collect such a small amount to still pay off this perceived \$16 million debt.

The real tragedy is that a lot of Christians live that way today. They obey the gospel, they came to Christ and the sin debt is cancelled; but they still live their lives feeling, Lord, I'll make it up to you. I know I owe you a lot, so I'm going to pay that off. I'll work off my sin debt knowing that they never can. They are demanding, exacting, and unforgiving to other people around them in their frustrations. Sadly, I've seen all too much of that. That is why it is so important that every Christian understand grace. When you believe you are forgiven, you will be able to forgive others and not until.

Notice the first servant's harshness in the parable. He grabbed and began to choke that second servant demanding that he pay his debt. Under Roman law you could do that. If somebody owed you money, you could go choke him until he paid. But after this guy choked him a while and didn't squeeze anything out of him, he had him thrown into jail.

Whenever you find someone harsh, judgmental,

முக்கியமானது மற்றும் மனோபாவத்தை விட அதிக முன்னுரிமையைக் கொண்டுள்ளது.

உண்மை \_\_\_\_\_ தவறான \_\_\_\_\_

6. சரியான அணுகுமுறை செயலில் உள்ளது

உண்மை \_\_\_\_\_ தவறான \_\_\_\_\_

7. இந்த உவமையில் உள்ள மூன்று ஆண்களில் யார் காயமடைந்த மனிதருக்கு "அண்டை வீட்டாராக" இருந்தார்?

j. \_\_\_\_\_ பாதிரியார்

k. \_\_\_\_\_ லேவியர்

l. \_\_\_\_\_ சமாரியன்

அத்தியாயம் 3

## நம்புகிறாயோ இல்லையோ துன்பத்தின் கட்டுக்கதைகளை வெல்வது

நாம் வளரும்போது சில கட்டுக்கதைகள் கற்பிக்கப்படுகின்றன, அவற்றில் பெரும்பாலானவை வெளிப்படையாக, பாதிப்பில்லாதவை. ஆனால் மிகவும் தீங்கு விளைவிக்கும் சில கட்டுக்கதைகள் உள்ளன.

நாம் கேள்விப்பட்டு உள்வாங்கிய அனைத்து வகையான விஷயங்களும் உண்மையல்ல என்று உலகம் நமக்குக் கற்பித்தவை: உங்களைப் பற்றிய கட்டுக்கதைகள், கடவுளைப் பற்றிய கட்டுக்கதைகள் மற்றும் வாழ்க்கை மற்றும் எதிர்காலம், பணம், பாலினம் மற்றும் உறவுகள் பற்றிய கட்டுக்கதைகள், சொர்க்கம் மற்றும் நரகம் பற்றிய கட்டுக்கதைகள். அவற்றில் சில மிகவும் எதிர்மறையான விளைவுகளை அவர்களுடன் கொண்டு வருகின்றன.

மற்றவர்களில் பலரைக் குறைக்கும் ஒரு கட்டுக்கதை என்னவென்றால், நீங்கள் நேர்மையாக இருக்கும் வரை நீங்கள் எதை நம்புகிறீர்கள் என்பது "அது முக்கியமில்லை". என்று கேட்டதுண்டா? நிச்சயமாக, உங்களிடம் உள்ளது. நீங்கள் உண்மையாக இருக்கும் வரை நீங்கள் எதை நம்புகிறீர்கள் என்பது முக்கியமல்ல. அது மிகவும் முதிர்ந்ததாகத் தெரிகிறது, அது மிகவும் இணக்கமாகத் தெரிகிறது, அரசியல் ரீதியாக சரியானது. ஆனால் பொதுவாக ஏற்றுக்கொள்ளப்பட்ட இந்த கிளிஷேவின்

hypercritical, negative, unforgiving, and ungracious, he is carrying with him unresolved guilt. A judgmental and negative person, who is always putting someone else down, never extending to anybody the offer of forgiveness, is carrying unresolved guilt. When we feel unforgiven, we tend to be unforgiving.

Sometimes you see that in parents. You see a parent who is demanding, rigid and overbearing. They are reacting to the guilt that they feel as a parent. Sometimes you see it in bosses. Sometimes you see it in coworkers. Paul said in Ephesians 4:32, "*Be kind and compassionate to one another, forgiving each other, just as in Christ God forgave you.*" The key to forgiveness is to recognize how much God forgives me today.

### **Resentment makes me miserable.**

It's a hell on earth. It tortures you. Look with me in the parable at verse 31, "*When the other servants saw what had happened,*" (this was after the first one had tossed the second one in jail) "*they were greatly distressed and went and told their master everything that had happened. Then the master called the servant in. 'You wicked servant,' he said, 'I canceled all that debt of yours because you pleaded with me. Shouldn't you have had mercy on your fellow servant just as I had on you?' In anger his master turned him over to the jailers to be tortured, until he should pay back all he owed.*" See, when the king found out how unforgiving his servant was, he went to him and said, if you're going to be that way, I'll be that way, too. He then handed him over to the jailer to be tortured.

Somebody asked if this parable is a symbol of hell. Yes, it is, but it's also symbolic of a hell on earth. Because when resentment gets inside you and resentment grows and infects you, it tortures you, and it locks you up in a prison. It destroys you far more than it does the person you hate and won't forgive. The question we need to ask ourselves from time to time is are bitter and unforgiven actions robbing us of happiness? What hurt is still hurting you? If you find one someday, let it go. It's only tormenting you. The other person that you are hating and not forgiving may not even know - they may be totally unaware. All around us are millions of people imprisoned by guilt, enslaved by their own anger and anxiety and tormented by resentment, sometimes year after year after year. The forgiveness of Christ is the only key to unlock that jail. For your own sake, forgive. Learn to ask for forgiveness and learn to offer forgiveness. My motto is: Forgiveness, enjoy it and employ it, or you live a life of misery.

### **I will need future forgiveness.**

*"This is how my heavenly Father will treat each of you unless you forgive your brother from your heart."* (Matthew 18:35)

John Wesley was once told by a man who knew him, "I could never forgive a certain person." Wesley responded, "I hope you never sin." The point of his admonition; if you're going

பிரச்சனை என்னவென்றால், இது அபத்தமானது. இது முற்றிலும் அபத்தமானது, இது அப்பாவிமானது மற்றும் இது பகுத்தறிவற்றது.

நீங்கள் வாழ்க்கையில் செல்லும்போது, பல சமயங்களில் ஒன்றுக்கொன்று எதிரான நம்பிக்கைகள் இருப்பதை நீங்கள் காண்பீர்கள்; இரண்டுமே உண்மையாக இருக்க முடியாது, அது சாத்தியமற்றது. சில வாரங்களுக்கு முன்பு, நானும் என் மனைவியும் ஒரு குறிப்பிட்ட நேரத்தில் ஒரு குறிப்பிட்ட இடத்தில் இருக்க தொலைபேசி மூலம் ஏற்பாடு செய்தோம். நாங்கள் எவ்வளவு பிஸியாக இருக்கிறோம் என்பது உங்களுக்குத் தெரியும், இரண்டு கார் குடும்பம் மாதிரியான விஷயம், நான் தவறாகப் புரிந்துகொண்டேன். ஒரு குறிப்பிட்ட நேரத்தில் ஒரு குறிப்பிட்ட இடத்தில் அவளைச் சந்திப்பேன் என்று நான் நம்பினேன், அவள் அதை நம்பவில்லை. இப்போது நீங்கள் உண்மையாக இருக்கும் வரை நீங்கள் எதை நம்பினாலும் அதை நம்புவது சரியா? நாங்கள் இருவரும் நேர்மையாக இருந்தோம், ஆனால் நாங்கள் சந்திப்பதில்லை. எங்கள் இருவருக்குமே ஒரு நாளில் மூன்று மணிநேரம் செலவாகும். நீங்கள் நேர்மையாக இருக்க முடியும் என்பதை நீங்கள் காண்கிறீர்கள், ஆனால் நீங்கள் உண்மையாக தவறாக இருக்கலாம்.

நான் மறுநாள் இரவு சேனல் சர்ஃபிங் செய்துகொண்டிருந்தபோது, சில பயங்கரவாதிகள் உள்ளே நுழைந்து, பெரிய விமான நிலையங்களுக்கான கணினி மற்றும் ரேடார் சிக்னல்களை மறுசீரமைத்ததைப் பற்றிய திரைப்படத்தின் நடுவில் வந்தேன். இந்த கற்பனை திரைப்படத்தில் ஒரு விமானம் தரையிறங்க வந்து கொண்டிருந்தது. அவர்கள் தரையில் இருந்து 300 அடி உயரத்தில் இருப்பதாக விமானி நினைத்தார், உண்மையில் அவர்கள் மேகங்கள் வழியாக வந்தபோது, ஓடுபாதை இருந்தது, அவை நொறுங்கி எரிந்தன. ஆனால் விமானி தான் 300 அடி உயரத்தில் இருப்பதாக நினைத்ததை நீங்கள் பார்க்கிறீர்கள்... அவர் நேர்மையானவர். அவர் உண்மையாகவே தவறு செய்தார்.

to live the rest of your life in perfection, then perhaps you don't need to forgive anybody else. But if you're going to commit another sin, you'd better make sure forgiveness is ready and willing because forgiveness is a two-way street. Don't dare burn the bridge that you're going to have to walk over to get to heaven.

In what we call the Lord's Prayer in the Sermon on the Mount where our Lord teaches us how to pray; He said, "*Forgive us our debts as we forgive our debtors*" Do you understand what that prayer says? That is praying, "Father, you forgive me as much as I'm willing to forgive the other people around me." Now I ask you, do you really want to pray that prayer? See, the Bible says we can only receive what we're willing to offer to other people.

In that same Sermon on the Mount in the part we call the Beatitudes. Jesus said, "*Blessed are the merciful for they shall receive mercy.*" What we offer to somebody else we are able to receive, but what we're not willing to offer somebody else, we cannot receive. God says, be forgiving because I want to be able to forgive you. Look at verse 35 again, "unless you forgive from your heart," not lip service, not some little faint intellectual acknowledgment, but from the heart, right down in the core of your spirit. Put simply, the parable is teaching forgiveness is a way of life. It's the only way to live and the reason is we're all imperfect beings. You're going to hurt others, and other people are going to hurt you because we're just imperfect beings, so we have to live in a constant state of forgiveness. You've got to enjoy it and then employ it as a lifestyle.

#### **Why do I need to forgive?**

1. Because God has forgiven me.
2. To escape the torment of resentment that's going to shackle me if I don't forgive.
3. Because I don't want to burn the bridge that I'm going to have to walk across. I want to forgive so God will forgive me.

#### **Who do you need to forgive?**

1. Do you blame anyone else in the world for your unhappiness? Do you blame a spouse? If only my husband would get his act straight, then I'd do a lot better. I'd be able to come to church more if he'd come with me. Do you blame your parents? If my parents hadn't done this to me when I was little, if that hadn't been a part of that, then my life would be a lot better today. Do you blame a teacher? If my teacher would have just. Do you blame a boss? If I just had a different boss. If you blame anyone for your unhappiness, that's

நாம் சந்திக்கும் நம்பிக்கைகள் உள்ளன, அவற்றை நாம் சரிசெய்யவில்லை என்றால், அது நம்மை நொறுக்கி எரித்துவிடும். நம்பிக்கை பற்றி சில மிக எளிய கொள்கைகள் உள்ளன. இவற்றில் சில அடிப்படை மற்றும் அடிப்படையாகத் தோன்றுகின்றன, ஏனென்றால் அவை தான். இவற்றில் சிலவற்றை நாம் அறிந்திருக்கவில்லை, ஆனால் வேருக்குச் சென்று அதை உருவாக்குவோம்.

#### **3. நீங்கள் நம்புவதை நீங்கள் தேர்வு செய்கிறீர்கள்.**

நம் வாழ்வில் பல தாக்கங்கள் உள்ளன என்பது உண்மைதான், ஆனால் எதையும் நம்பும்படி யாரும் உங்களை வற்புறுத்துவதில்லை. நான் எதையாவது நம்ப விரும்பவில்லை என்றால், நான் நம்ப வேண்டியதில்லை. நான் எதையாவது நம்ப விரும்பினால், என்னால் முடியும். என்னை யாராலும் தடுக்க முடியாது. பைபிள் கடவுளின் வார்த்தை என்று நான் நம்ப விரும்பினால், என்னால் அதை நம்ப முடியும், நான் செய்கிறேன். குடியரசுக் கட்சியினரும் ஜனநாயகக் கட்சியினரும் ஒரு முட்டுக்கட்டையில் இருந்தால், நீங்கள் ஜனநாயகக் கட்சியினரை நம்புவதைத் தேர்வு செய்யலாம் அல்லது குடியரசுக் கட்சியினரை நம்புவதை நீங்கள் தேர்வு செய்யலாம். இது எந்த வித்தியாசத்தையும் ஏற்படுத்தாது; நீங்கள் எதை வேண்டுமானாலும் நம்பலாம்.

எதையும் நம்பும்படி யாரும் உங்களை வற்புறுத்துவதில்லை. நீங்கள் நம்பியதற்கு வேறு யாரையும் குறை சொல்ல முடியாது என்பதுதான் முக்கிய விஷயம். என் பெற்றோர், ஆசிரியர்கள், என் சகாக்கள், அவர்கள் என் நம்பிக்கையை பாதிக்கிறார்கள், ஆனால் அவர்கள் அவர்களைக் கட்டுப்படுத்தவில்லை. நாம் கொண்டுள்ள நம்பிக்கைகளை பகுப்பாய்வு செய்யும் போது இது ஒரு முக்கிய அம்சமாகும். பல ஆண்டுகளாக தவறான

an indication of resentment. Blame is an indication of an unforgiven wrong, rather real or perceived, it doesn't make any difference, and it's you that's not forgiving. You need to let it go right now. Let it go or it will torture you and harm your future life.

2. Have I been keeping score? Is there a score sheet in my mind with

regard to this person so that whenever they're doing something, you're thinking, they owe me? Did your spouse make a major mistake sometime in the past? He or she is sorry, and life has gone on, but you're holding it over his or her head. You've become an unpleasable person because no matter what one does, it's part of a bottomless pit of repayment. No matter how good a person is, you're thinking in your mind, he owes me. I want to tell you something today as straight as I can tell you. As bad as whatever was done, you're the one killing the marriage. You're killing it by your unforgiveness. You've never forgiven, and the spouse may be getting to the point of asking, "What's the use? I can't seem to ever be forgiven."

Marriage is just one of the areas that can apply. You may have been neglected as a child. You may have been abused as a child. You may not have been loved as you should have as a child. I don't know any of us who were loved as we should have been as a child. Why? Because we are not able to love perfectly. We're imperfect beings.

3. Do you find yourself acting a certain way toward someone because he reminds you of someone you resent?

I know that sounds strange, but there are all kinds of people who they will look at a person and say, "He reminds me of someone back in my childhood." So, he will treat them totally different simply because of a past problem they - he never lets go. If we search our souls, a lot of us have a lot more forgiving to do than we give ourselves credit for. We need to do it now!

Amazing Grace Lesson #1239

#### Questions:

1. God is?

- \_\_\_\_\_ Love
- \_\_\_\_\_ Righteous (just)
- \_\_\_\_\_ Truth
- \_\_\_\_\_ Mercy
- \_\_\_\_\_ Peace
- \_\_\_\_\_ All the above
- \_\_\_\_\_ a and c
- \_\_\_\_\_ a, c and e
- \_\_\_\_\_ a, b and c

2. How many times should you forgive?

- \_\_\_\_\_ One

நம்பிக்கையை நீங்கள்

ஏற்றுக்கொண்டிருப்பதை நீங்கள் காணலாம், ஆனால் நீங்கள் அந்த நம்பிக்கையை மாற்றலாம்.

நீதிமொழிகள் 8:10 இல் கடவுள் கூறினார்

"வெள்ளிக்குப் பதிலாக என் அறிவுரைகளைத் தேர்ந்தெடுங்கள்." ரோமர் 1:25 இல், பவுல் சில மோசமான கடவுளற்ற மக்களைப் பற்றி பேசி, "கடவுளின் உண்மையை அவர்கள் பொய்யாக மாற்றினார்கள்" என்று கூறினார். இந்த வசனங்கள் பொதுவான இரண்டு விஷயங்களைப் பார்க்கிறீர்களா? யோசனை தேர்வு, நீங்கள் நம்புவதைத் தேர்ந்தெடுப்பது.

4. உங்கள் நம்பிக்கைகள் உங்கள்

நடத்தைகளை கட்டுப்படுத்துகின்றன.

வேறு வார்த்தைகளில் கூறுவதானால், நான் எவ்வாறு செயல்படுகிறேன் என்பதை அவர்கள் தீர்மானிக்கிறார்கள். NIV இல் நீதிமொழிகள் 4:23 கூறுகிறது, "எல்லாவற்றிற்கும் மேலாக, உங்கள் இதயத்தைக் காத்துக் கொள்ளுங்கள், ஏனென்றால் அது வாழ்க்கையின் வசந்தம்." இந்த குறிப்பிட்ட பழமொழியை நற்செய்தி மொழிபெயர்ப்பானது, "நீங்கள் நினைப்பதில் கவனமாக இருங்கள், ஏனென்றால் உங்கள் வாழ்க்கை உங்கள் எண்ணங்களால் வடிவமைக்கப்பட்டுள்ளது" என்று நான் விரும்புகிறேன். அது சரியாகத்தான் இருக்கிறது. பழைய கிங் ஜேம்ஸ் பதிப்பு கூறுகிறது, "ஒரு மனிதன் தன் இதயத்தில் எப்படி நினைக்கிறானோ, அப்படியே அவனும் இருக்கிறான்."

வாழ்க்கையில் நீங்கள் செய்யும் ஒவ்வொரு செயலுக்கும் ஒரு நம்பிக்கை இருக்கிறதா? நீங்கள் ஒரு நாற்காலியில் உட்காரும்போது, அது உங்கள் எடையை ஆதரிக்கப் போகிறது என்று நனவாகவோ அல்லது அறியாமலோ நீங்கள் நம்புகிறீர்கள். இப்போது நம்மில் சிலருக்கு அது ஒரு பெரிய நம்பிக்கையை எடுக்க முடியும், ஆனால் அதுதான்

- b. \_\_\_\_ Seven
- c. \_\_\_\_ One hundred
- d. \_\_\_\_ Every time someone ask.

3. When one forgives does he keep score of offenses?  
Yes \_\_\_\_ No \_\_\_\_
4. Obedience to the Gospel cancels our debt to God?  
True \_\_\_\_ False \_\_\_\_
5. When is man's sin and rebellion cancelled?  
a. \_\_\_\_ Our physical death  
b. \_\_\_\_ Our death to sin  
c. \_\_\_\_ Our confession that Jesus is Lord  
d. \_\_\_\_ When we trust God to forgive and obey Him  
e. \_\_\_\_ a, b and c
6. The key to forgiveness is to recognize how much God has forgiven us?  
True \_\_\_\_ False \_\_\_\_
7. Why do I need to forgive?  
a. \_\_\_\_ Because God has forgiven me  
b. \_\_\_\_ To escape the torment of resentment  
c. \_\_\_\_ I do not want to burn the bridge I will have to walk across  
d. \_\_\_\_ I want God to forgive me  
e. \_\_\_\_ All the above  
f. \_\_\_\_ a and d

## Chapter 5

### Is Homosexuality a Sin?

Twenty-five years ago, the word homosexuality was spoken only in a whisper, and rarely, even at that. Then about two decades ago, homosexuality made its way to the public's attention in a very major way. This time with a new name, "the Gay Community", and with a new movement, called "Gay Rights". Homosexuality literally came 'out of the closet' and was no longer something that was taboo in the media or in public conversation. Instead, it was being billed as something called "an alternative lifestyle."

It is interesting that for centuries now, Christian people have believed that homosexuality was an unquestioned and direct violation of God's will. But now that premise is being confronted by a far more liberal public opinion, which is right? Is homosexuality an alternative lifestyle, or is it sin? It is a blatant digression from God's law. Well, those of us who accept the Bible as God's inspired and inerrant Word, God's very breath to man, we have no other choice than to turn to this Word to find that answer. Before we look to the Bible and its specific verses in their context, I think it might be helpful to consider just a few facts about the background of this issue, worldwide.

நம்பிக்கை. இன்று காலை நீங்கள் உங்கள் காருக்கு வெளியே சென்றபோது, சாவியை பற்றவைப்பில் வைத்து அதைத் திருப்பினால், கார் ஸ்டார்ட் ஆகப் போகிறது என்று நீங்கள் நம்பினீர்கள். நாம் செய்யும் ஒவ்வொரு செயலுக்கும் ஒரு நம்பிக்கை இருக்கிறது. என் நம்பிக்கைகள் தவறாக இருக்கும்போது பிரச்சனை வருகிறது; ஏனென்றால் என் நம்பிக்கைகள் இன்னும் என் நடத்தையை தீர்மானிக்கும்.

சில நடைமுறை பயன்பாடுகளைப் பாருங்கள். நீங்கள் ஒரு விசித்திரமான நபர் என்று நீங்கள் நம்பினால், நீங்கள் எப்படி செயல்படுவீர்கள் என்று நினைக்கிறீர்கள்? அழகான அழகு. நீங்கள் ஒரு விகாரமான நபர் என்று நீங்கள் நம்பினால், நீங்கள் எல்லாவற்றிலும் தடுமாறுவீர்கள். உங்களால் வேறு யாரையும் நம்ப முடியாது என்று நீங்கள் நம்பினால், எல்லாரையும் சந்தேகத்திற்கிடமாகப் பார்த்துக் கொண்டே வாழ்வீர்கள். அவர்களை நம்ப முடியாதது போல் நடந்து கொள்வீர்கள். நீங்கள் பைபிளை புரிந்து கொள்ள முடியாது என்று நீங்கள் நம்பினால், நீங்கள் அதை ஒருபோதும் படிக்க மாட்டீர்கள். கடவுள் உண்மையில் உங்களைப் பற்றி கவலைப்படவில்லை என்று நீங்கள் நம்பினால், நீங்கள் ஜெபிக்க மாட்டீர்கள். கடவுள் உங்களைப் பெற இருக்கிறார் என்று நீங்கள் நம்பினால், கடவுளைத் தவிர்க்க உங்களால் முடிந்த அனைத்தையும் செய்வீர்கள். நீங்கள் செய்யும் ஒவ்வொரு செயலுக்கும் அதற்குப் பின்னால் உள்ள நம்பிக்கையைப் பாருங்கள். முக்கிய விஷயம் என்னவென்றால், உங்கள் நம்பிக்கைகள் தவறாக இருந்தாலும், அவை உங்கள் நடத்தையைப் பாதிக்கின்றன, எனவே எங்கள் நம்பிக்கைகள் அனைத்தும் ஆராயப்பட வேண்டும்.

3. உலகம் தவறான நம்பிக்கைகளால் நம்மைத் தாக்குகிறது.

For example, homosexuality is not really a contemporary issue at all. Anthropological investigations have indicated that homosexual behavior occurred, even among the most ancient of tribes. There is very little about it in recorded history. But it is interesting in western civilization, especially British history, you find some fascinating facts, most of them in the forms of prohibitions against homosexual behavior. For example, in the year 1290, British law commanded that a Sodomite be buried alive. In 1533, Henry VIII changed the mode of execution, but it was still a capital offense. Finally in British law, in 1861, it substituted life imprisonment for capital punishment, but it was still considered a very hideous type of offense. Would you believe that life imprisonment was still the penalty for a convicted homosexual in Britain until the year 1967? There have been similar laws in the United States, though with less severe type of penalties.

Times have changed. Not only are homosexual practices largely legal, but they are also becoming increasingly commonplace and accepted in our culture. The question arises, "just how commonplace?" Frankly, there is very little reliable data. The first major study this century about homosexual activity in United States didn't occur until 1950. It was conducted by Dr. E. G. Kinsey. He traveled all over the country, interviewing literally thousands of men--his study was on males only--and he concluded that about ten percent of the male population engaged in at least three years of homosexual experience between the ages of 16 and 65. In 1972, Dr. Paul Gebhardt was commissioned by the National Institute of Mental Health to conduct another study. His study showed even significantly higher results--up to one-fourth of male America were involved in such behavior.

There have been more conservative scholars who have rebuked and rebuffed those claims. Reliable data is still very difficult to come by. But most experts, both conservative and liberal (and anywhere in between), would agree that at least seven percent of the American male population and about five percent of the American female population are actively engaged in practicing homosexuality. While we don't know the numbers, the fact of the matter is the Gay Rights movement has picked up a world of steam. They now have their own magazines and their own communities. They run their own places of entertainment and nightspots, and they have one of the strongest legislative lobbies in the United States of America.

There is one other thing I want us to look at, though, before we turn to the Bible and see what scripture says about homosexuality. I think it is necessary for us to define the terms, though I am sure that all of us have a connotation in our minds of what homosexuality is.

A homosexual act is an act of sexual intercourse between two members of the same sex. It is an act. I want to differentiate that by definition from a homosexual orientation. Listen

அதாவது எங்களை குண்டுவீசுகிறது. இவற்றைக் கண்டுபிடிப்பதற்கான ஒரு இடம் மளிகைக் கடையில் உள்ள செக்அவுட் லைன் ஆகும். என்க்வைரர் மற்றும் குளோப் தலைப்புச் செய்திகளைப் பாருங்கள். ஒவ்வொரு வாரமும் புற்று நோய்க்கு ஒரு புதிய மருந்து, இதை சாப்பிட்டால் புற்று நோய் நீங்கும். நான் நம்ப விரும்புகிறேன், அந்த கட்டுரையை தவிர, பூமிக்கு வந்த சமீபத்திய வேற்றுக்கிரகவாசி பற்றிய கட்டுரை ஒன்று உள்ளது. என்னுடைய ஒரு பிரசங்கி நண்பர் நான் மிகவும் ரசித்த ஒன்றைக் கிளிப் செய்தார். அதில், "புதிய கண்டுபிடிப்பு - கொழுப்பை எரிக்கும் பிரார்த்தனைகள்." முழு கட்டுரையும், "நீங்கள் இந்த பிரார்த்தனைகளை ஜெபித்தால், பவுண்டுகள் கரைந்துவிடும்."

இனி எதை நம்புவது என்பது கடினம் அல்லவா? பார்த்ததும் நம்புவேன்' என்று சொல்லிக் கொண்டிருந்தோம். ஆனால் நீங்கள் அதை இனி நம்ப முடியாது. தொழில்நுட்பம் "விரிச்சுவல் ரியாலிட்டி" என்று ஒரு விஷயத்தைக் கொண்டு வந்துள்ளது. பாரஸ்ட் கம்ப் மற்றும் ஜூராசிக் பார்க் போன்ற திரைப்படங்கள் போன்ற வித்தியாசத்தை நீங்கள் சொல்ல முடியாதபடி அவை உண்மை மற்றும் புனைகதைகளை கலக்கின்றன. எனவே, நாம் பார்ப்பது உண்மையானதா இல்லையா என்பதை தீர்மானிக்க முடியாது. இந்த தொலைக்காட்சி பேச்சு நிகழ்ச்சிகளில் வளர்க்கப்பட்ட எனது சொந்த பத்து கட்டுக்கதைகள் பின்வருமாறு. அவை வேடிக்கையானவை அல்ல. ஆனால் இவை விதிவிலக்கு இல்லாமல் மக்கள் வாங்கும் சில கலாச்சார கட்டுக்கதைகள்.

அ. என் சந்தோஷம் என் பொறுப்பை தாண்டி வருகிறது. பி. நீங்கள் விரும்பியது கிடைத்தால் நீங்கள் மகிழ்ச்சியாக இருப்பீர்கள். (அது பொய்.) சி. உலகம் உங்களுக்கு வாழ்வதற்கும் மகிழ்ச்சிக்கும்

closely. A homosexual orientation is a tendency or a desire to prefer a homosexual relationship over a heterosexual one.

There is a difference between those two and you will see why we distinguish these in a moment. A homosexual act is an action; a homosexual orientation is the desire or the longing. Those two are as different as a heterosexual act is different from a heterosexual orientation. Now there are two technical terms that need to be defined, pervers and inverts.

There are those who would be labeled as pervers. Pervers, or perversion, are those individuals who were heterosexual in nature, but have changed to a homosexual orientation. You say, "why would anybody change their sexual longing, their sexual orientation?" Again, research is sketchy, and the reasons vary. It is interesting to note that there has been a stronger correlation between perversion and certain environments, for example, mono-sex institutions. Places where there is a single gender, for example, prison or boarding school, even the Armed Forces, have generally sighted higher incidence of perversion than the population at large.

Then there is a second category of those individuals who would be homosexuals. These individuals are called inverts. Inverts are individuals who can never remember being attracted to members of the opposite sex. From their very beginning of their cognizant adult lives, they have felt attracted to the same sex. Research is sketchy as to what causes inversion. But a correlation exists. One of the factors has been the absence of father figures within the home. In fact, in ghetto situations in America where there is a higher incidence of the absence of a father, there is a corresponding incidence of inversion - about twice that of the national population.

We are going to come back to those terms later, but remember, the difference between a homosexual act, a homosexual orientation, perversion and inversion.

Now let's get to the Bible. What does the Bible say about homosexual behavior? The Word of God doesn't have a wealth of material on the subject, but when the Bible has something to say about homosexuality, it speaks strongly against such behavior. I suppose the first place you run across it in the Bible is Genesis 19. Lot, who was kin to Abraham, received two strangers in the town of Sodom and his house was literally bombarded by the lewd, base fellows of the town, men who were obviously homosexual, both in their orientation and in their action. So, they stormed Lot's home. Eventually by the way, Sodom and its sister city, Gomorrah, were destroyed. In Judges 19, you read about a similar situation, this time in the city of Gibeah.

D. S. Bailey in his book, Homosexuality and the Christian Tradition, has tried to argue that the transgressors

கடன்பட்டிருக்கிறது. ஈ. எல்லா நம்பிக்கைகளும் சமமாக செல்லுபடியாகும். (இந்த பாடத்தில் விவாதிக்கப்பட்டது.) இ. நீங்கள் அனைத்தையும் பெறலாம். (இல்லை, நீங்கள் ஏதாவது தியாகம் செய்ய வேண்டும்.) f. குற்ற உணர்ச்சிக்கு எப்போதும் எந்த காரணமும் இல்லை. g. நீங்கள் எதற்கும் காத்திருக்க வேண்டியதில்லை. ம. மனிதன் அடிப்படையில் நல்லவன், தன்னலமற்றவன். நான். உங்கள் பிரச்சனைகள் அனைத்தும் யாரோ ஒருவரின் தவறு. ஜே. பதில் உங்களுக்குள் உள்ளது, ஏனென்றால் நாம் அனைவரும் கடவுள்.

(பேச்சு நிகழ்ச்சிகளில் பிரச்சாரம்) பதில் எனக்குள் இருந்திருந்தால், நான் அதை நீண்ட காலத்திற்கு முன்பே கண்டுபிடித்திருப்பேன். மாட்டீர்களா?

நாங்கள் மீண்டும் மீண்டும் கேட்கும் விஷயங்களை நீங்கள் பார்க்கிறீர்கள். 2,000 ஆண்டுகளுக்கு முன்பு, அப்போஸ்தலன் யோவான் தனது 90களில் இருந்தபோது எச்சரித்தார், "அன்புள்ள நண்பர்களே, ஒவ்வொரு ஆவியையும் நம்பாதீர்கள், ஆனால் ஆவிகள் கடவுளிடமிருந்து வந்ததா என்று சோதிக்கவும்" (1 யோவான் 4:1) மற்றும் "உலகில் உள்ள அனைத்திற்கும் - பாவிமான மனிதனின் ஆசைகள், அவனது கண்களின் இச்சை மற்றும் அவன் உள்ளதையும் செய்வதையும் பெருமைப்படுத்துவது தந்தையிடமிருந்து அல்ல, உலகத்திலிருந்து வருகிறது." (1 யோவான் 2:16) பொய்யான நம்பிக்கைகளால் உலகம் நம்மைத் தாக்கி வருகிறது.

4. தவறான நம்பிக்கைகள். உங்கள் மகிழ்ச்சியையும் உங்கள் உணர்ச்சி நிலைத்தன்மையையும் பாதிக்க ஒரு நம்பிக்கை உண்மையாக இருக்க வேண்டியதில்லை. யாரேனும் ஒருவர்

(particularly in the episode involving Lot and the strangers in his home) were really violating rules of hospitality and that's why they were being reprimanded, not for their homosexual activity. Mr. Bailey's theory doesn't stand the test of scrutiny, because we are given an interpretation of what occurred in Sodom and Gomorrah. It is found in the little book of Jude, verse 7. "*In a similar way, Sodom and Gomorrah and the surrounding towns gave themselves up to sexual immorality and perversion. They serve as an example of those who suffer the punishment of eternal fire.*" That makes it pretty clear, doesn't it? The letter that we call Jude is written to let us know--at least that part of it--that those individuals were condemned because of their homosexual behavior. Frankly, that corresponds to some Old Testament prohibitions, like Leviticus 18:22 and Leviticus 20:13 where male homosexuality is described as an abomination for which the death penalty is prescribed.

The strength of these statements is found both in their context and also with the severity of the penalty that is attached. Then when you go from the Old Testament into the New Testament, you find that Paul continues to deplore homosexual activity. "*Even the women exchanged natural relations for unnatural ones. In the same way, the men also abandoned natural relations with women and were inflamed with lust for one another.*" (Romans 1:24-25) All of that is within the context of those individuals who have turned away from God--they are Godless--and God will not tolerate that type of behavior. Strong words, but really the same thing Paul also said in 1 Corinthians 6:9 when he listed those who were unrighteous, and he included homosexuals. In 1 Timothy 1:10, Sodomites were listed among the lawless and disobedient.

Now I want to point something out here that, if you haven't heard before, you will probably hear in the future. There has been a movement afoot, among liberal theologians, to stress that Paul in those three admonitions against homosexuality, was condemning perversion, not inversion. You remember the difference? That Paul was saying to those individuals who were "born with a natural attraction for the opposite sex", but who have changed, that for those individuals to do so is wrong. The implication there is, "if anyone is an invert who chooses to practice homosexual behavior, that person would not be prohibited."

That is not right. There are at least two reasons from scripture that this is true:

1) The primary reason is the word that Paul used to condemn homosexual behavior in Romans 1, in 1 Corinthians 6, and in 1 Timothy 1. He uses a Greek word that is really an umbrella term that refers to all homosexual behavior. By contrast, he could have used one of three different Greek terms that would have referred specifically to sexual perversion, but he chose not to do that. So, the implication is

இப்போது கதவுகளில் ஒன்றின் வழியாக ஓடி வந்து, "தீ! நெருப்பு!" என்று கத்த ஆரம்பித்தால். ஆனால் நெருப்பு இல்லை. நம்மில் பலருக்கு இது பெரிய மாற்றத்தை ஏற்படுத்தாது, ஏனென்றால் யாரோ ஒருவர் அந்த அலாரத்தை அழுத்தமாக கத்துவதை நீங்கள் கேட்டவுடன், நீங்கள் அதை நம்புவீர்கள். அப்போது பல விஷயங்கள் நடக்கும். உங்கள் துடிப்பு வேகமாக மாறும், உங்கள் இரத்த அழுத்தம் அதிகரிக்கும், உங்கள் தசைகள் இறுக்கமடையும், உங்கள் வயிறு அமிலத்தை சுரக்க ஆரம்பிக்கும். அது உண்மை இல்லை என்றாலும், நீங்கள் ஒரு பதட்டமான சிதைவு, பெரும் உணர்ச்சிக் கொந்தளிப்பாக மாறுவீர்கள்.

இது அன்றாட வாழ்க்கையில் எல்லா நேரத்திலும் நடக்கும், நீங்கள் அதை உணரவில்லை. உண்மை இல்லாத விஷயங்களைப் பற்றி நீங்கள் கவலைப்படுகிறீர்கள். உண்மை இல்லாத விஷயங்களுக்கு நீங்கள் பயப்படுகிறீர்கள். உங்கள் வாழ்க்கையின் அர்த்தத்தையும் நோக்கத்தையும் கொடுக்க நீங்கள் ஒருபோதும் வடிவமைக்கப்படாத விஷயங்களை நம்பியிருக்கிறீர்கள். விளைவு குழப்பமும் துயரமும்தான். ஒரு நம்பிக்கை உண்மையாக இல்லாவிட்டாலும், அது உங்கள் வாழ்க்கையில் உணர்ச்சிக் கொந்தளிப்பை ஏற்படுத்துகிறது. மன அழுத்தம், குற்ற உணர்வு, கோபம், கவலை மற்றும் உணர்ச்சிப் பிரச்சனைகளை நீங்கள் சமாளிக்க விரும்பினால், உங்கள் வாழ்க்கையில் உள்ள தவறான நம்பிக்கைகளை நீங்கள் தெளிவுபடுத்தி சரி செய்ய வேண்டும்.

ஒரு உளவியலாளர் டாக்டர் கிறிஸ் தர்மனின் அறிக்கையை நான் கண்டேன். அவர் கூறினார், "உண்மை என்பது வாழ்க்கையின் கடினமான சவால்களை பேச்சுவார்த்தை நடத்துவதற்கான சாலை வரைபடம். அது இல்லாமல் நாம் தொலைந்துபோகிறோம்,

clear, whether inversion or perversion, homosexual activity is condemned.

2) Notice that the context in Romans 1 is that of creation. The prohibition against homosexuality isn't just aimed at individuals, whether inverts or perverts. It states that that's in violation of God's order of things. "*Since what may be known about God is plain to them because God has made it plain to them. For since the creation of the world, God's invisible quality, his eternal power and his divine nature have been clearly seen, being understood from what has been made so that men are without excuse.*" (Romans 1:19-20)

You see, the context of Romans 1 is that God's made it clear what his design was. It is for a man to choose a woman, and for the two to be together within the context of marriage, in a life-long relationship. That is the natural way God made things, the way He has chosen to run this world. It is very clear from the language.

### Conclusion:

#### A. In General

- 1) Homosexuality is likely more common in our culture than any of us would like to admit.
- 2) Homosexuality is an issue that is making its way to the forefront today.
- 3) The consistency and the fervor with which the Bible speaks against homosexual acts mean that a Christian cannot accept such a practice, as a God-ordained or a God-accepted lifestyle. That would be true regardless of an individual's sexual orientation or motivation.

#### B. To Christians

1) The Bible teaches that we abhor sin, but we love the sinner. When we call a man or a woman a homosexual, are we referring to what they are, or to what they do? Now think about that for a moment. When would you call a person a murderer? When they have committed murder, right? When would you call a person a thief? When he or she has stolen something. On a more positive note, when would you call a person a plumber? Only if they have demonstrated skill in that task. For many of us, who are Christians, the nature of the sin homosexuality is of such distaste for us, then perhaps we have had a harder time of segregating the sin from the sinner.

There are those in our world who may have a homosexual orientation, but who are fighting the sin. God can rescue them from that, just like he can rescue you and me from our tendencies to whatever our "Achille's heel" of sin is--and ours may be totally different. But I implore Christians, as we face the homosexuality issue, don't run from the problem, face it. Love the sinner while abhorring the sin. That's what Jesus did, that's what he would expect us to do regarding the sin of homosexuality as well as the sins of prostitution, chemical dependency, anger and all other sins.

Years ago, the Interpreter's Bible (a commentary) wrote this

நாம் தொலைந்துவிட்டோம் என்று சொல்லும் உணர்ச்சிப் பிரச்சினைகளை உருவாக்குகிறோம். பெரும்பாலும் அரை உண்மை அல்லது உண்மை இல்லை, ஏனெனில் இது எளிதானது. " அருமையான வரி, அவர் சொல்வது சரிதான். உளவியலாளர்களால் உருவாக்கப்பட்ட சிலவற்றை நான் ஏற்கவில்லை, ஆனால் அவர் இலக்கில் சரியாக இருப்பதாக நான் நினைக்கிறேன். அவர் மேலும் கூறினார், "ஆனால் உணர்ச்சி ஆரோக்கியத்திற்கான ஒரே பாதை உண்மை, வேறு வழியில்லை." அது ஒரு சிறந்த மேற்கோள், ஆனால் இயேசு ஒரு சிறந்த மேற்கோள் இருந்தது. இது மிகவும் சக்திவாய்ந்ததாகவும், சுருக்கமாகவும் இருந்தது மற்றும் அடிப்படையில் அதையே கூறியது. "நீங்கள் உண்மையை அறிவீர்கள், சத்தியம் உங்களை விடுதலையாக்கும்." (யோவான் 8:32)

இந்தத் தொடர் பாடங்களின் குறிக்கோள், நமக்குக் கற்பிக்கப்படும் பொய்களையும், நம்மில் சிலர் வாங்கிய பொய்களையும் அம்பலப்படுத்துவதாகும். நாங்கள் உண்மையை வெளிக்கொணரப் போகிறோம், உங்கள் வாழ்க்கையில் துன்பத்தைத் தரும் விஷயங்களிலிருந்து உண்மை உங்களை விடுவிக்கும்.

5. முழுமையான உண்மையின் ஒரே ஆதாரம் கடவுள்.

அதை நன்றாகக் குறிக்கவும். முழுமையான உண்மையின் ஒரே ஆதாரம் அவர்தான். "கர்த்தராகிய நான் உண்மையைப் பேசுகிறேன்; சரியானதை அறிவிக்கிறேன்." (ஏசாயா 45:19) தேவனுடைய குமாரனாகிய இயேசு, மாம்சத்தில் வந்த தேவன். யோவான் சொன்னார், "நானே வழி, நானே சத்தியம், நானே ஜீவன். என்னாலேயல்லாமல் ஒருவனும் பிதாவினிடத்தில் வருவதில்லை" (யோவான் 14:6)

நீங்கள் ஒரு கிறிஸ்தவரா இல்லையா என்று

about Romans 1:27 "The subject is one, in which, in honesty must be faced, but one on which no man of fine feeling should linger."

I suppose that's described our outlook on homosexuality and homosexual behavior for decades. I'm afraid we live in a time where our minds must linger on it longer, because of the place it has taken in our society.

Amazing Grace Lesson #1013

### Questions:

1. Since creation homosexuality has been accepted or tolerated by society?  
True \_\_\_\_\_ False \_\_\_\_\_
2. A homosexual act is sexual intercourse between two members of the same sex?  
True \_\_\_\_\_ False \_\_\_\_\_
3. Homosexual orientation is a tendency or desire toward homosexual relation over a heterosexual one?  
True \_\_\_\_\_ False \_\_\_\_\_
4. Men of Sodom and Gomorrah gave themselves over to sexual perversion?  
True \_\_\_\_\_ False \_\_\_\_\_
5. All sexual activity outside marriage both homosexuality and fornication, is sin?  
True \_\_\_\_\_ False \_\_\_\_\_
6. The apostle Paul condemned homosexuality and is quoted as saying "Even the women exchanged natural relations for unnatural ones. In the same way, the men also abandoned natural relations with women and were inflamed with lust for one another."  
True \_\_\_\_\_ False \_\_\_\_\_

### Chapter 6

### Freedom From Chemical Dependency

A preacher looked out on his 300-member congregation. Each parishioner is characterized by a smiling face, nice clothes, combed hair, polished teeth. The preacher had just preached a strong sermon on Christian lifestyle, including a recitation on the evils of drinking and a passionate admonition to his people to totally abstain from the occasional use even of alcohol or stronger drugs.

Concluding his lesson, he looks over the crowd assuming deep in his heart that maybe a few would imbibe upon occasion, but he feels sure that none of his members have a serious problem with drinking or with drugs. Little does he realize, halfway back on the left there sits Mike. Mike is a 24-year-old medical student who teaches the high school Bible class. He serves on the mission committee and everybody admires him for his zeal and his work and his dedication. But what nobody knows is that Mike's father lives in another town and he's an alcoholic, and that Mike is

உங்களையும் ஒவ்வொரு மனிதனும் கேட்க வேண்டிய அடிப்படைக் கேள்வி: என் வாழ்க்கையின் அதிகாரம் என்னவாக இருக்கும்? எனது தரநிலை என்னவாக இருக்கும்? என் திசைகாட்டி என்னவாக இருக்கும்? எனக்கு என்ன வழிகாட்டியாக இருக்கப் போகிறது? நான் என் வாழ்க்கையை எதை அடிப்படையாகக் கொள்ளப் போகிறேன்?

உங்களுக்கு இரண்டு விருப்பங்கள் உள்ளன. நீங்கள் அதை உலகத்தை அடிப்படையாகக் கொள்ளலாம் அல்லது வார்த்தையின் அடிப்படையில் அதை அடிப்படையாகக் கொள்ளலாம். ஒன்று உங்களிடம் மனிதன் சொல்வதைக் கொண்டிருக்கிறான், மேலும் மனிதன் ஒரு மில்லியன் வித்தியாசமான முரண்பாடான விஷயங்களைச் சொல்வான், அல்லது கடவுள் சொல்வதை நீங்கள் வைத்திருக்க முடியும். கலாச்சாரம் என்ன சொல்கிறது அல்லது கிறிஸ்து என்ன சொல்கிறது என்பதன் அடிப்படையில் உங்கள் வாழ்க்கையை நீங்கள் கட்டியெழுப்ப முடியும். இந்த இரண்டில் எது நம்பகமானது என்று நினைக்கிறீர்கள்?

மனிதன் பெரும்பாலும் நேர்மையற்றவனாகவும், அப்பட்டமான பொய்களைப் பகிர்ந்துகொள்பவனாகவும் இருப்பதே பிரச்சினை அல்ல; மனிதனின் பிரச்சினை என்னவென்றால், நாம் உண்மையைச் சொல்கிறோம் என்று நினைத்தாலும், எல்லா உண்மையும் நமக்குத் தெரியாது. நியூஸ்வீக் இதழில் வழக்கமான ஞானம் என்ற பிரிவு உள்ளது. அதைப் பார்த்தீர்களா? இதன் பொருள் என்ன என்று சிந்தியுங்கள். வழக்கமான ஞானம் என்றால் அது இன்று புத்திசாலித்தனமாக இருக்கிறது. உண்மையான ஞானம் ஒருபோதும் மரபு சார்ந்தது அல்ல; உண்மையான ஞானம் நித்தியமானது. மனிதனின் பிரச்சினைகளில் ஒன்று, நாம் எப்போதும் அதிகமாகக் கற்றுக்கொள்கிறோம். எனவே, எல்லையற்ற

compulsively driven to achieving greater and greater accomplishments in a vain attempt to gain his father's approval and to raise his own self esteem. Everybody in the church thinks that Mike has it together. They think he has a healthy, vital relationship with God. But what they don't see is a profound sense of worthlessness that's driving Mike to an ulcer.

Four rows behind Mike, there are Clarence and Sharon. Sharon attends faithfully while Clarence only comes about once a month. The preacher knows Clarence is an awfully successful businessman. He's heard he earns well into six figures, what he doesn't know is that Clarence is an alcoholic. And when he gets drunk, he gets mean, violent and beats Sharon.

Across the aisle there's Tim and Allison, and their little daughter Amanda. The preacher has heard they're having trouble, even separated for a while. Just this week, he got wind that Tim may be having a hard time at the job. He has no idea that it's all due to Tim's cocaine binges every two weeks.

Then on the third row, down front on the right, there's sweet little Emma. A widow now, Emma was a charter member of the local congregation when it began 47 years ago. Always faithful in attendance, Emma started missing some services lately, friends noticed her hands shook. And they feared that she was suffering in the early stages of Parkinson's disease. Little did they know that her shaking hands came from temporary withdrawal from prescription pain medication that she began taking two years ago, following a minor surgery, prescriptions that she had repeatedly refilled by lying to her doctor and deceiving her pharmacist.

On the back row, there's Marvin, whose 12-year-old son was killed by a drunk driver. Across the way, two teens who vandalized the area school after they had drunk beer and smoked pot. The list goes on and on and on. Now folks the names that I presented to you are purely hypothetical, but the scenarios that I just shared with you are real. They and hundreds of others are repeated in this and every church in America. Chemical dependency and drug abuse are plaguing our country and destroying millions of lives. Five out of 12 people have had their lives touched by chemical dependency.

Now let's stop a few moments and consider what we're talking about. What do we mean by chemical dependency? Chemical dependency is defined as the state that results from the process of increasingly turning to chemical use to meet life's needs. In other words, the chemical may be alcohol, the most prevalent, dangerous, costly, deadly drug in our culture. It may be nicotine, cocaine, crack, heroine, amphetamines, morphine, tranquilizers or any number of prescription drugs., If there is a reliance on some chemical substance to make it through life, the day, the week or to meet life's needs;

ஞானம் எது என்பதைக் கண்டுபிடிப்பதில் எங்களுக்கு சிரமம் உள்ளது.

உங்களில் சிலர் உண்மையில் தொடர்புபடுத்தக்கூடிய ஒன்றை சில ஆண்டுகளுக்கு முன்பு நான் கவனித்தேன். எங்களில் எழுபத்து மூன்று மில்லியன் பேர் பேபி பூமர் குழந்தைகள், அவர்கள் பைபிளுக்கு அடுத்தபடியாக எல்லா காலத்திலும் அதிகம் விற்பனையாகும் இரண்டாவது புத்தகத்தில் வளர்க்கப்பட்டவர்கள். அந்த புத்தகம் என்ன தெரியுமா? டாக்டர். ஸ்போக்கின் குழந்தை புத்தகம். "உங்கள் குழந்தைகளை எப்படி வளர்ப்பது" என்று அவர் எழுதினார். அமெரிக்கர்களின் முழு தலைமுறையும் அந்த புத்தகத்தில் வளர்க்கப்பட்டது. ஒரே பிரச்சனை என்னவென்றால், சில ஆண்டுகளுக்கு முன்பு, தனது எழுபதுகளில், டாக்டர் ஸ்போக் பகிரங்கமாக ஒரு செய்தியாளர் சந்திப்பை நடத்தினார், அவர் கூறினார், "அச்சச்சோ! நான் தவறு செய்தேன்." நீங்கள் என்னவாக இருந்தீர்கள்? இது மிகவும் தாமதமானது, நான் செயலிழந்துவிட்டேன். நீங்கள் என்ன தவறு செய்தீர்கள் என்று அர்த்தம்? ஒரு முழு தலைமுறையும் ஒரு மனிதனின் கோட்பாடுகளில் வளர்க்கப்பட்டது, முதலில் அவை ஒருபோதும் சரியானவை அல்ல என்பதை அவர் கண்டுபிடிக்கிறார். அது தான் கன்வென்ஷனல் விஸ்டம்.

இன்று கல்லூரி அளவில் பயன்படுத்தப்படும் அறிவியல் உரையின் சராசரி ஆயுட்காலம் 18 மாதங்கள். அதுதான் அறிவியல் நூலின் ஆயுட்காலம். அந்த மாதிரியான சூழலில், நாளை நீங்கள் சார்ந்து இருக்க முடியாத ஒன்றை நீங்கள் நம்புவதில்லை, இல்லையெனில் நீங்கள் வெற்றியின் ஏணியில் ஏறிக்கொண்டிருப்பதாக நீங்கள் நினைக்கலாம், அது தவறான சுவரில் சாய்ந்திருப்பதைக் காணலாம்.

whatever the substance may be, that's called chemical dependency. It may mean having a drink a day. It may mean having to have several drinks every two hours. It may mean an evening tranquilizer so you can get to sleep. It may mean a cocaine binge every other weekend. That's chemical dependency.

Chemical dependency often leads to a physical addiction. Now look at that definition, let's understand what we're talking about. Physical addiction occurs when the cells of the body change the way they function because of the use of certain substances. A physical addiction literally means you are physiologically altered and your body craves that chemical in order to function.

The tragedy of those two things is chemical dependency invariably fails to meet the life needs that the user is seeking to meet. Let's not lie about it. A fix of something to a drug user feels good initially. That's why they take it. There is a pleasure. But over just a short period of time, that chemical begins to isolate those people, isolate them from God, from others they love and from the things that really can meet their life's needs. After a period of chemical dependency physical addiction begins and physical addiction is a death process. Sometimes it's slow, often fast, but always fatal unless the cycle is broken and that seldom occurs.

### **How devastating is the dependency and abuse problem?**

#### It is catastrophe.

Statistics from the Alcohol and Drug Council of Middle Tennessee show that in Nashville Tennessee drugs are involved in 50 percent of all spouse abuse, 50 percent of all traffic fatalities, 35 percent of all suicides, 62 percent of all assaults, 52 percent of all rapes, 49 percent of all murders, alcohol or chemical addiction involved, 38 percent of all child abuse, 68 percent of all manslaughters, and 69 percent of all drownings.

But the one that really blew me away was a 1994 Tennessean article that said in Metro Nashville, more than 80 percent of the locally sentenced felons are because of an offense related to drugs. Now let that sink in. If it weren't for drugs, you could take four out of every five convicted felons out of jail in our community. It is destroying lives, it's destroying families.

#### It's wiping us out.

It's the tool that's Satan is using to just kill us. Nationwide in 1960, in our country there were fewer than 30,000 arrests for drug-related offenses. In 1990, there were over one million. Today, 1994, American prison cells are filled with drug dealers, addicts, alcohol abusers and the mentally ill, often mentally ill because of substance abuse.

நான் என் வாழ்க்கையை எதை அடிப்படையாகக் கொள்ளப் போகிறேன்? இயேசு சொன்னார், "வானமும் பூமியும் ஒழிந்துபோம், ஆனால் என் வார்த்தைகள் ஒழிந்துபோவதில்லை" (லூக்கா 21:33) தாவீது "கர்த்தாவே, உமது வார்த்தை நித்தியமானது, அது பரலோகத்தில் நிலைத்திருக்கிறது." (சங்கீதம் 119:89) மக்களே, கடவுளுடைய வார்த்தையானது வேறு எதற்கும் இல்லாதது அல்லது எப்போதும் விரும்பாதது போல் காலத்தின் சோதனையாக நிற்கிறது. நீங்கள் அதை உங்கள் நிலையான மற்றும் உங்கள் திசைகாட்டி மற்றும் உங்கள் வழிகாட்டி புத்தகமாக நம்பலாம், ஏனெனில் இது வழக்கமான ஞானத்தின் அடிப்படையில் இல்லை, இது கடவுளின் தன்மை மற்றும் இறுதி அறிவை அடிப்படையாகக் கொண்டது. முழுமையான உண்மையின் ஒரே ஆதாரம் அவர்தான்.

6. கடவுளின் சத்தியத்தின் மீது உங்கள் வாழ்க்கையை உருவாக்குங்கள்! அது தான் சாவி. இப்போது பைபிளின் ஒவ்வொரு பக்கத்திலும் கடவுளுடைய சத்தியம் காணப்படுகிறது. நீங்கள் விரும்பினால், ஒவ்வொரு பகுதியையும் படிக்குமாறு நான் உங்களை ஊக்குவிக்கிறேன். இது இறுதியில் மற்றும் மிகத் தெளிவாக இயேசு கிறிஸ்துவில் பொதிந்துள்ளது. இயேசு வந்தார் என்று 1 பேதுரு 2:21 கூறுகிறது, அவர் நமக்கு ஒரு உதாரணம் கொடுக்க வந்தார். நம்மில் பலர் கேட்கிறோம், பலர் படிக்கிறோம், ஆனால் நம்மில் பெரும்பாலோர் ஒரு மாதிரியைப் பார்க்கும்போது நன்றாகக் கற்றுக்கொள்கிறோம். இயேசு மாம்சத்தில் வந்த கடவுள். நானே வழி, நானே சத்தியம், நானே ஜீவன் என்றார். அவர் சொன்ன எல்லாவற்றிலும், அவர் செய்த எல்லாவற்றிலும், அவர் எல்லாவற்றிலும் உண்மை இருந்தது.

Some people tend to say, "Well, let's just put more of them in prison." We've already got four million of them in prison right now. Today, America has the highest incarceration percentage of any industrialized country in the world. Five hundred and nineteen of every 100,000 U.S. citizens are in prison; 80 percent of that because of drugs. Compare America to Canada which has 116 for every 100,000 and in Japan only 36 for every 100,000. Drug-related cases are so epidemic that our nation's courtrooms are becoming impotent.

Medically in our country, drugs are costing us \$75 billion a year; and half-a-million newborns every year. This one breaks my heart. A half-a-million newborns every year are exposed to drugs during pregnancies. Crack babies that were a rarity just a decade ago may crowd and fill \$2,000-a-day pediatric wards today. It is a catastrophe.

#### Specific causes.

The cause did not start as an epidemic; it goes back to one on one. Why do people mess with drugs? What's the whole root? You already know them.

Peer pressure - This pressure particularly affects young people. Their curiosity wants to know what it's all about. Some people like to play with fire. I don't know why, but they do.

Pain - Every alcoholic is seeking to relieve pain. It's the number one reason for drinking. It may be emotional, physical or psychological. But pain is a reason.

Lack of self-worth and self-esteem - Young people who turn to drugs are typically the ones who are most insecure. Oh, some of them are big and bold and a lot of bravado, but you when cut through that, they're the ones who are insecure. Adults are the same way. The whole idea of the cocktail party is the idea that I can't relate in my natural state but give me a little chemical and I'll loosen up. I'll be acceptable, I've got self-worth.

#### Root cause.

Some of you are going to think this is simplistic, but this is the truth. The root cause of the epidemic goes all the way back to the Garden of Eden. When Adam and Eve chose to sin, they lost life. They lost real life meaning they not only lost an endless quantity of life on what was then a perfect earth, they lost a quality of life. Prior to that point, they didn't know what pain was, they didn't know what frustration was, they didn't know what worry was. They didn't know what it was to be sad. They had absolute meaning in life. But when they sinned, they lost it, and they lost it for all of us. For centuries, men and women have been trying to get it back. We tried drugs, money, power, work, play, religion, and 1,001 other things.

முழங்கால் அறுவை சிகிச்சையில் இருந்து மீண்டு வரும்போது சுவிசேஷங்களை மீண்டும் படிக்க முடிவு செய்தேன். நான் மத்தேயு, மார்க், லூக்கா மற்றும் ஜான் ஆகியோரைப் படித்தேன், ஏனென்றால் நான் உங்களுக்கு சத்தியத்தைப் பற்றி கற்பிக்கப் போகிறேன் என்றால், "நானே சத்தியம்" என்று சொன்ன இவரை நான் அறிய விரும்புகிறேன். வேதாகமத்தில் எண்பது வெவ்வேறு முறைகளில், "நான் உங்களுக்கு உண்மையைச் சொல்கிறேன்" என்று இயேசு கூறினார். அது ஒன்று இல்லையா? எண்பது முறை, அவர் அழுத்தமாக கூறுகிறார், இதை நீங்கள் கேட்க விரும்புகிறேன். இருபது வெவ்வேறு முறை, அவர் சொன்னார், "இப்போது நீங்கள் சொன்னதைக் கேட்டீர்கள், ஆனால் நான் அதை உங்களிடம் சொல்ல விரும்புகிறேன்." அவர் என்ன செய்து கொண்டிருந்தார் தெரியுமா? துன்பத்தைத் தரும் கட்டுக்கதைகளைத் துடைத்துக் கொண்டிருந்தார். இப்போது நீங்கள் வாங்கிய விஷயங்கள் இங்கே உள்ளன, ஆனால் இப்போது நான் உங்களுக்கு உண்மையைச் சொல்கிறேன் என்றார்.

நீங்கள் இயேசு சொன்ன விஷயங்களையும் மற்ற விவிலிய எழுத்தாளர்கள் நம்முடன் பகிர்ந்துகொண்ட உண்மைகளையும் படிக்கும்போது, மூன்று விஷயங்களைச் செய்யுங்கள்.

b. உண்மையைத் தேட அர்ப்பணிப்போம் உங்கள் இதயத்தில் அந்த ஆசை இருக்கட்டும். "கடவுள் இல்லாத கட்டுக்கதைகள் மற்றும் பழைய மனைவிகளின் கதைகளுடன் எந்த தொடர்பும் இல்லை; மாறாக, தெய்வீகமாக இருக்க உங்களைப் பயிற்றுவிக்கவும்." (1 தீமோத்தேயு 4:7) பின்னர் பவுல் இளம் பிரசங்கியான தீமோத்தேயுவை எச்சரித்தார், "மனிதர்கள் சரியான கோட்பாட்டைக் கடைப்பிடிக்காத காலம் வரும். மாறாக,

### Core message.

There is only one thing that will recapture the real life that was lost in the Garden of Eden, it's Jesus Christ.

Jesus often talked about being life? He said, "*I am the bread of life,*" (John 6:48) "*I am the way, I am the truth, I am the life,*" (John 14:6), "I have come, so that they might have life, and have it abundantly," (John 10:10) and "I am the resurrection and the life." (John 11:25) Eleven different times in the gospel accounts, Jesus said, "I am life." He's the life we lost. A genuine relationship with Jesus is the only thing that can replace what was lost in Eden. Using anything else to try to fill that void is sin.

### Sin.

Do you know what the word, "sin," means? In the Hebrew it means "to miss the mark." It was used of an archer who missed the mark. By the way, I hear this question all the time. Is alcoholism a sin, or is it a disease? Is chemical dependency a sin, or is it a disease? It is always asked as if it has to be an either/or answer. The truth is, it's both. It's BOTH! It is sin, like materialism, or greed, or work-aholism, or a thousand other things, it totally misses the mark in the quest for real life. That's sin, but so are a lot of others. But it becomes a disease once chosen and frequented. Those chemical substances rack and ravage the body literally beyond the individual's control.

For about 10 percent of our population that are alcoholic, once they start to drink, the combination of their physical, their psychological make-up, and the power of the drug, makes it virtually impossible for them to stop by sheer will-power. Something will have to intervene. For us to look piously at a person who's an alcoholic and say "Quit drinking" would be like telling a drowning man "Start swimming." Both of them would if they could. They can't.

### Enslavement

The psychological and the physical addictive powers of drugs are incredible. In 1 Corinthians 6:12, the Corinthians were saying "Everything is permissible for me, everything is permissible." They were misusing their freedom. Paul says "*Everything is permissible for me, but I will not be mastered by anything.*" Read that last point again, "I will not be mastered by anything." The fact is those who fool with drugs, become fools. They will be mastered by those substances to where they will have to have a snort, a fix, a drink, a smoke, a pill or a shot, whatever.

Paul says we're slaves either to sin or we're slaves to God. "I put this in human terms because you are weak in your natural selves." Now we don't admit that, but every one of us is weak. We're weak as kittens. "*Just as you used to offer the parts of your body in slavery to impurity and to ever-increasing wickedness, so now offer them in slavery to righteousness leading to holiness.*" (Romans 6:19) He says,

தங்கள் சொந்த விருப்பங்களுக்கு ஏற்ப, அவர்கள் தங்களைச் சுற்றி ஏராளமான போதகர்களை கூடிவருவார்கள். அவர்களின் காதுகள் கேட்க விரும்புவதைச் சொல்ல, அவர்கள் தங்கள் காதுகளை உண்மையிலிருந்து விலக்கிவிட்டு, கட்டுக்கதைகளுக்குத் திரும்புவார்கள்." (2 தீமோத்தேயு 4:3,4)

கடவுளின் சத்தியத்திற்கு எதிராக நீங்கள் கேட்கும், பார்க்கும் அல்லது அனுபவிக்கும் அனைத்தையும் சோதிப்பதே புள்ளி. உலகம், அல்லது என்னைச் சுற்றியுள்ளவர்கள், "இது சூடாக இருக்கிறது, இது தான், எல்லோரும் செய்கிறார்கள்" என்று கூறலாம், அது சரியில்லை என்று உண்மை அறிவிக்கலாம். ஒரு உன்னதமான உதாரணத்தை இங்கே கொடுக்க நான் அதிக நேரம் எடுக்கலாம். என் மனதில் தோன்றியதைச் சொல்கிறேன். ஜோதிடம் மற்றும் அமானுஷ்ய ஹாட் லைன்கள், அந்த விஷயங்கள் மில்லியன் கணக்கான டாலர்களை சம்பாதிக்க வேண்டும், தொலைக்காட்சியில் பல இல்லை. பெரும்பாலான மக்கள் அந்த விஷயங்களில் ஈடுபடுவார்கள் என்று நான் நம்புகிறேன், அவர்களில் சிலர் தீவிரமானவர்கள், அவர்களில் சிலர் வேடிக்கைக்காகவும் இன்னும் சிலர் நகைச்சுவையாகவும் இருக்கிறார்கள். இது வேடிக்கையாக இல்லை என்று கடவுளின் வார்த்தை கூறுகிறது. இது தவறு, தீமை, அதிலிருந்து விலகி இருங்கள் என்று ஒரு டஜன் வெவ்வேறு பத்திகளைக் காட்ட முடியும். நான் எல்லாவற்றையும் கடவுளுடைய வார்த்தையால் சோதிக்கிறேன், என் சொந்த அனுபவமும் கூட.

நம் தலைமுறை நம்பும் விஷயங்களில் ஒன்று தனிப்பட்ட அனுபவம். இது இறுதி உண்மை. நான் அதை அறிந்தால், உணர்ந்தால் அல்லது உணர்ந்தால், அது அப்படியே இருக்க வேண்டும். இப்போது நீங்கள் அதைப் பற்றி

don't offer yourselves that way. But I'll tell you something about the drug enslavement. Here's the key: Satan, if you'll remember in John 8:44, is called by Jesus a liar, and the father of all lies. Do you know what Satan tells the chemically dependent, and those of you out there who are chemically dependent? Do you know what he's telling you? He's telling you over and over again, you can stop anytime you want to. Do you know what the chemically dependent do? They'll stop for a little while, just to give themselves a false proof that they can do it. But they can't.

There are 18 million alcoholics in America today, just one drug, 18 million alcoholics. Only 15 percent are seeking help. Do you know why only three million seek help? It is because the other 15 million believe the lie. They believe the lie that they've mastered the drug, when the drug has mastered them.

### **The cure**

Will power can't do it. Is it an absolutely endless cycle? No, there is a cure for the dependent person.

#### **1. Realize the inadequacy and destructiveness of drug abuse.**

First, he or she must realize the inadequacy and the destructiveness of drug abuse. The person must come to a point that if they continue on their present course, it would be more painful than recovering. In other words, the person has to realize that he or she is chemically dependent. The first step of the 12-step program developed by Alcoholics Anonymous is (and this is the foundation): When an individual will come and say in the presence of others, "I admit I am powerless over alcohol and that my life has become unmanageable." Until they are willing to admit that there's no help. When they admit that, the door becomes open.

#### **2. Believe that Christ can fill the void in life.**

He or she must believe that Christ can fill the void in life. You say, what void? The void we talked about earlier. The void created when sin entered the world, the void that drug and chemicals are trying to fill in the first place just to help you get through the day, to get over the pain or to give you the high. They don't do it, but Jesus does. He is the way, the truth, and the life.

This isn't a new thing, it goes back 2,000 years when Paul said in Ephesians 5:18, "*Don't get drunk on wine.*" There's the alcohol drug. He said, that doesn't fill the void. "But instead, be filled with the Spirit." What's he talking about? He's talking about the Spirit of Christ, the Spirit of God and the Holy Spirit that God lets dwell in you when you come

சிந்தியுங்கள். தொழில்நுட்பம் ஒரு மெய்நிகர் ரியாலிட்டி அனுபவத்தை உருவாக்கினால், அது பொய்யா என்று என்னால் சொல்ல முடியாது, பிசாசு அதையே செய்ய முடியும் என்று நீங்கள் நினைக்கவில்லையா? உண்மையில், அவர் பல ஆண்டுகளாக, பல ஆண்டுகளாக, பல ஆண்டுகளாக அந்த சக்தியைக் கொண்டிருந்தார் என்று நீங்கள் நினைக்கவில்லையா? கடவுளுடைய வார்த்தையின் உண்மைக்கு எதிராக நான் பெற்ற அனுபவத்தை கூட நான் சோதிக்கிறேன், இரண்டும் மோதினால், நான் எதை ஏற்றுக்கொள்வது? நான் கடவுளின் வார்த்தையின் உண்மையை ஏற்றுக்கொள்கிறேன், காலம். நீங்கள் அதை அனுபவித்ததால் அது சரி, உண்மை அல்லது சரியானது என்று அர்த்தமல்ல.

"கடவுள் சொல்கிறார், நான் அதை நம்புகிறேன், அது தீர்த்து வைக்கிறது" என்று பம்பர் ஸ்டிக்கரை நம்மில் பலர் பார்த்திருப்போம். இது ஒரு மோசமான பம்பர் ஸ்டிக்கர் அல்ல, ஆனால் உங்களுக்காக ஒரு சிறந்த ஸ்டிக்கர் ஒன்றை நான் பெற்றுள்ளேன்: "கடவுள் அதைச் சொன்னார், நான் நம்பினாலும் நம்பாவிட்டாலும் அதைத் தீர்த்து வைப்பார்." நான் நம்பினாலும் நம்பாவிட்டாலும் அது எந்த மாற்றத்தையும் ஏற்படுத்தாது; கடவுள் சொன்னார், அது அப்படித்தான். நான் நம்பினாலும் நம்பாவிட்டாலும் உண்மைதான் உண்மை.

நான் அதைத் தேடுவதுதான் நோக்கம். ஆனால் நான் அதை எங்கே தேடுவது? மளிகைக் கடையின் செக்அவுட் வரிகளிலிருந்து அல்ல.

(1) நான் அதை கிறிஸ்துவில் தேடுகிறேன்.

"சத்தியத்திற்கு சாட்சியாக நான் இவ்வுலகிற்கு வந்தேன்" என்று இயேசு கூறினார். (யோவான் 18:37)

(2) நான் அதை தேவனுடைய வார்த்தையில் தேடுகிறேன். "உம்முடைய வார்த்தை சத்தியம்" என்று பைபிள் சொல்கிறது.

to Christ. By the way, the second step in Alcoholics Anonymous is to say, "I have come to believe in a power greater than myself that can restore me to sanity." They're right, only I'll go further. The source of that power is Jesus Christ. He and He alone will ultimately restore you to sanity.

### 3. Become part of a healing community.

The dependent person becomes part of a healing community. A "healing community," can be the AA, the NA or another support group. But I want you to hear this and hear this well. We are not just talking to dependent folks, we're talking to a lot of people who are part of a family, you become codependent. A chemically dependent person will not get well on their own. Did you hear that? A chemically dependent person will not get well on their own. They will not identify the problem on their own. They will not seek help on their own. They will not stay the course of recovery alone. That's why God was so wise when he said in Ecclesiastes 4:9-11, "*two are better than one. Because if one is walking alone and falls down, there's nobody to pick him up. But if there are two and one falls down, he's got somebody to pick him up.*"

Recovery from chemical dependency is a lifelong process. That's why alcoholics who've been sober for 10 years can still be seen attending AA meetings, because the dependent person has to become part of a healing community. Now I want to say something to church folks. Folks, that ought to be the church. Do you hear me? It's a shame that a program like Alcoholics Anonymous didn't rise up in churches, but outside of them.

In 1978 in a Gallup Poll, one out of four Americans admitted having a personal alcohol problem. But only eight percent said they would turn to the church or its trained personnel if they or a family member had a drinking problem; only eight percent. See, we've done an awfully good job pointing out that chasing a drug is wrong, we've not done a very good job of trying to extend a hand and saying, "Here's how you get it right. Here's how you get it fixed." We've got to do both.

Galatians 6:1 says, "*Brother, if anyone is caught in a sin, ye who are spiritual restore him gently.*" And then the next verse says, "You carry one another's burdens." And the word there means a prolonged journey, not just saying, "You ought to quit that." Get the burden and put it on your back and carry with them over the long haul.

### 4. Be open and honest about manipulation, lying and rationalization.

நீதிமொழிகள் 30:5 கூறுகிறது, "வார்த்தை பிழையற்றது."

(3) அவருடைய தேவாலயத்தின் மூலம் நான் அதைத் தேடுகிறேன். பவுல் தீமோத்தேயுவிடம், "சத்தியத்தின் தூணும் அஸ்திபாரமுமான ஜீவனுள்ள தேவனுடைய சபையாகிய தேவனுடைய வீட்டில் ஜனங்கள் எவ்வாறு நடந்துகொள்ள வேண்டும் என்பதை நீங்கள் அறிவீர்கள்" என்று கூறினார். (1 தீமோத்தேயு 3:15)

பி. உண்மையை நம்புவதற்கும் ஏற்றுக்கொள்வதற்கும் உறுதியளிக்கவும். அதைத் தேடினால் மட்டும் போதாது, அதைத் தெரிந்து கொண்டால் மட்டும் போதாது, தழுவிக்கொள்ள வேண்டும். "நம்பிக்கை" என்ற வார்த்தை, சுவிசேஷக் கணக்குகள் மூலம் எனக்குள் தோன்றிய மற்றொரு வார்த்தையாகும். யோவான் 3:18, கூறுகிறது, "அவரை விசுவாசிக்கிறவன் கண்டிக்கப்படுவதில்லை, ஆனால் விசுவாசிக்காதவன் தேவனுடைய ஒரே குமாரனின் நாமத்தை விசுவாசிக்காததால், ஏற்கெனவே கண்டனம் செய்யப்பட்டிருக்கிறான். கடவுள், ஒரு நம்பிக்கை மற்றும் தழுவல் அல்ல.

c. உண்மையை வாழ அர்ப்பணிக்கவும் நான் அதைத் தேடுகிறேன், நான் நம்புகிறேன், தழுவுகிறேன், நான் வாழ்கிறேன். நான் அதைக் கடைப்பிடிக்கிறேன். நான் செய்கிறேன். இயேசு உலகிற்கு வந்த கடவுள் என்ற உண்மையை வெளிப்படுத்தியவர் என்ற நற்செய்தியில் நம்பிக்கை வைத்து நற்செய்திக்கு கீழ்ப்படிவதன் மூலம் தொடங்குகிறேன். இந்த வழிகாட்டி புத்தகம், அவருடைய வார்த்தை [தி பைபிள்], செய்த எளிய வழியை எங்களுடன் பகிர்ந்து கொள்கிறது. இது இயேசு கடவுளின் மகன் என்ற நம்பிக்கையுடன் தொடங்குகிறது, இது அவரை வாய்மொழியாக ஒப்புக்கொள்வதற்கும், அவர் மீதான உங்கள் விசுவாசத்தை உலகுக்கு அறிவிக்கும் நம்பிக்கைக்கும் வழிவகுக்கிறது. (ரோமர் 10:9-10) அது கூறுகிறது ஒருமுறை நீங்கள் உங்கள் இதயத்தில் அர்ப்பணிப்பு மற்றும் அவர் மீது உங்கள் பாசம் இருந்தால்,

The dependent person must become open and honest about his manipulation, his lying, his rationalization, because every drug dependent person goes through that. They lie to everybody.

"If we confess our sins, he is faithful and just to forgive them and cleanse us from all unrighteousness." (1 John 1:9)  
He's got to come clean. It frees his spirit.

#### 5. Relearn healthy living skills.

The dependent person relearns healthy living skills.

#### 6. The family's part.

a) Maintain agape love for the addict, for the dependent.

That means a love that seeks the best for them, never gives up, but it does what's best.

b) Don't aid or abet the dependent behavior. Don't fuel the fire. You keep the agape love. Be like the father in the parable of the Prodigal Son. He didn't keep sending money. He knew the boy had to come to his senses; he had to come home.

c) Confront carefully. You do have to confront at times. They will not get well alone. You've got to show them what's happening to their lives. Do you how many confrontations it takes on the average for a dependent person to seek recovery? Fifty-four, yes 54. If you're living with an alcoholic, if you're living with a drug addict and you have tried over and over again to help them find the help they need to get well, take some heart in that statistic. If you're chasing anything to give you real meaning in life other than Jesus, you're missing the mark. It may be your job, it may be play, it may be your pocketbook; or whatever. If you are chemically dependent today, I hope you're at the point where you'll say in the presence of somebody right now, your family, or a small group, "My life has become unmanageable, and I am powerless to change it." Until you do, you'll continue to be enslaved.

Amazing Grace Lesson #1202

#### **Questions:**

1. Chemical dependency is the process of increasingly turning to chemical use to meet life's needs.

True \_\_\_\_\_ False \_\_\_\_\_

2. Chemical dependency never leads to physical dependency.

True \_\_\_\_\_ False \_\_\_\_\_

3. Why do people mess with drugs?

a. \_\_\_\_\_ Peer pressure

b. \_\_\_\_\_ Pain

c. \_\_\_\_\_ Lack of self-worth

சுவிசேஷத்திற்கான உங்கள் முழு கீழ்ப்படிதலும் ஞானஸ்நானம் என்று அழைக்கப்படும் ஒரு அனுபவத்தின் மூலம் முடிவடைகிறது, இது தண்ணீரில் உடல் முழுக்கப்படுகிறது. சிலுவையில் இயேசுவின் பாவநிவாரண மரணத்திற்கு முன், அவர் நிக்கொதேமஸிடம் "ஒருவன் தண்ணீரினாலும் ஆவியினாலும் பிறக்காவிட்டால், அவன் தேவனுடைய ராஜ்யத்தில் பிரவேசிக்க முடியாது" என்று கூறினார். (யோவான் 3:5)" கிறிஸ்து இயேசுவுக்குள் ஞானஸ்நானம் பெற்ற நாம் அனைவரும் அவருடைய மரணத்திற்குள் ஞானஸ்நானம் பெற்றோம்? ஆகவே, கிறிஸ்து பிதாவின் மகிமையினாலே மரித்தோரிலிருந்து எழுப்பப்பட்டதுபோல நாமும் ஒரு புதிய வாழ்க்கையை வாழ்வதற்காக, ஞானஸ்நானத்தின் மூலம் மரணத்திற்குள் அவரோடு அடக்கம் செய்யப்பட்டோம். (ரோமர் 6:3-4)

மக்களே, அதுவே இயேசுவின் மீதான உங்கள் உறுதிப்பாட்டின் உண்மை. நீங்கள் ஒரு கிறிஸ்தவராக உங்கள் வாழ்க்கையை எவ்வாறு தொடங்குகிறீர்கள், நீங்கள் எப்படி கிறிஸ்தவராக மாறுகிறீர்கள் என்பதற்கான உண்மை இதுதான். அந்த அர்ப்பணிப்பிலிருந்து, நீங்கள் அவரை நேசிக்கிறீர்கள் மற்றும் கடவுளின் சத்தியத்தின் வெளிச்சத்தில் நடக்கிறீர்கள். ஆனால் அது உங்களுடையது. நீங்கள் நம்ப விரும்பும் எதையும் நம்புவதற்கான சுதந்திரம் உங்களுக்கு உள்ளது என்பதை நினைவில் கொள்ளுங்கள். ஆனால் நீங்கள் எதை நம்பினாலும் உண்மை இன்னும் உண்மையாகவே இருக்கிறது.

ஆனால் ஒரு பெரிய எச்சரிக்கை உள்ளது, "அவர்கள் சத்தியத்தை நேசிக்க மறுத்ததால் அவர்கள் அழிந்து போகிறார்கள், அதனால் இரட்சிக்கப்படுகிறார்கள்." (2 தெசலோனிகேயர் 2:10) ஒரு நாள் ஒருவர் என்னிடம் கேட்டார்: "புகைபிடித்தல் என்னை நரகத்திற்கு அனுப்புமா?" நான், "அது எனக்கு தெரியாது, ஆனால் நீங்கள் அங்கு சென்றது போல் வாசனை வரும்" என்றேன். ஆனால் சிறிய பாவத்தை எடுக்க ஆரம்பிக்க வேண்டாம் என்று உங்களுக்குத் தெரியும். நாம் அனைவரும் பாவம் செய்கிறோம்.

- d. \_\_\_\_ All the above  
e. \_\_\_\_ None of the above
4. The root cause of chemical dependency is  
a. \_\_\_\_ "One is created that way"  
b. \_\_\_\_ Society  
c. \_\_\_\_ Hunger  
d. \_\_\_\_ Sin
5. One can stop being dependent any time they wish  
True \_\_\_\_ False \_\_\_\_
6. To free and heal from chemical dependency one has to:  
a. \_\_\_\_ Realize the inadequacy and destructiveness of drug abuse.  
b. \_\_\_\_ Believe that Christ can fill the void in life.  
c. \_\_\_\_ Become part of a healing community.  
d. \_\_\_\_ Become open and honest about manipulation, lying and rationalization.  
e. \_\_\_\_ Relearn healthy living skills.  
f. \_\_\_\_ All the above  
g. \_\_\_\_ None of the above
7. Family love will confront chemical dependency but will not fund it  
True \_\_\_\_ False \_\_\_\_
8. How many confrontations does it take before a person dependent on chemicals will seek recovery?  
a. \_\_\_\_ 24  
b. \_\_\_\_ 54  
c. \_\_\_\_ 84  
d. \_\_\_\_ 104  
e. \_\_\_\_ 1004

## Chapter 7

### Freedom from Procrastination

#### Introduction:

Procrastination... millions of lives are less than they can be or should be spiritually, physically, intellectually, emotionally, etc., because they perpetually procrastinate. How do we get freedom from procrastination?

Procrastination is a universal problem a most of us put off dealing with. Most of us know what to do but we just tend to put it off and after a while it becomes our lifestyle. Are you a procrastinator? Do you constantly put things off? Does this little poem describe you?

Procrastination is my sin,  
It only brings me sorrow.  
I know that I should give it up,  
In fact, I will, tomorrow.

This lesson discusses the causes, costs, and cure for procrastination.

யாரையாவது நரகத்திற்கு அனுப்புவது எது தெரியுமா? 2 தெசலோனிக்கேயர் 2:10 நமக்குச் சொல்கிறது, சத்தியத்தை ஏற்க மறுப்பது, நேசிப்பது மற்றும் பின்பற்றுவது. கடவுள் யாரையும் நரகத்திற்கு அனுப்புவதில்லை; ஒவ்வொருவரும் அவர்கள் எதை நம்பப் போகிறார்கள், அந்த நம்பிக்கைகளைப் பற்றி அவர்கள் என்ன செய்யப் போகிறார்கள் என்பதைத் தேர்ந்தெடுக்க அவர் அனுமதிக்கிறார். அற்புதமான அருள் பாடம் #1244

#### கேள்விகள்:

16. ஒருவர் உண்மையாக இருக்கும் வரை எதை நம்பினாலும் பரவாயில்லை?  
உண்மை \_\_\_\_ தவறான \_\_\_\_
17. ஒருவர் நம்ப விரும்புவதைத் தேர்ந்தெடுக்க சுதந்திரமா?  
உண்மை \_\_\_\_ தவறான \_\_\_\_
18. ஒருவர் நம்புவது அவர்களின் செயலை பாதிக்காது?  
உண்மை \_\_\_\_ தவறான \_\_\_\_
19. என் சந்தோஷம் என் பொறுப்பை மீறி வருகிறதா?  
உண்மை \_\_\_\_ புனைவு \_\_\_\_
20. நீங்கள் விரும்பியது கிடைத்தால் நீங்கள் மகிழ்ச்சியாக இருப்பீர்கள்.  
உண்மை \_\_\_\_ புனைவு \_\_\_\_
21. உலகம் உங்களுக்கு வாழ்வதற்கும் மகிழ்ச்சிக்கும் கடன்பட்டிருக்கிறது.  
உண்மை \_\_\_\_ புனைவு \_\_\_\_
22. எல்லா நம்பிக்கைகளும் சமமாக செல்லுபடியாகும்.  
உண்மை \_\_\_\_ புனைவு \_\_\_\_
23. எந்த தியாகமும் இல்லாமல் நீங்கள் அனைத்தையும் பெறலாம்.  
உண்மை \_\_\_\_ புனைவு \_\_\_\_
24. குற்ற உணர்ச்சிக்கு எப்போதும் எந்த காரணமும் இல்லை.  
உண்மை \_\_\_\_ புனைவு \_\_\_\_
25. நீங்கள் எதற்கும் காத்திருக்க வேண்டியதில்லை.  
உண்மை \_\_\_\_ புனைவு \_\_\_\_
26. மனிதன் அடிப்படையில் நல்லவன், தன்னலமற்றவன்.  
உண்மை \_\_\_\_ புனைவு \_\_\_\_

## Causes

### 1. Indecision.

Have you ever been in a restaurant, the waiter comes over and you make him go away because you can't make up your mind? Or, have you ever perused the menu, order and after the entrees arrives say, "I wish I had selected what you ordered." Indecision makes us procrastinate, makes us put off buying a car, choosing a college, or changing jobs.

### 2. Fear.

When I'm afraid I put things off. Has anyone ever postponed a visit to the dentist you know you need? Any one put off needed surgery? Have you put off sharing your faith with a co-worker? Why? It's because you're afraid. Fear makes us procrastinate.

### 3. Perfectionism.

Perfectionism tends to make us procrastinate. Solomon said, "Whoever watches the wind, will not plant; whoever looks at the clouds will not reap." (Ecclesiastes 11:4) In other words, if you wait till everything is just right, the clouds and barometric pressure, you'll never get it done. The Living Bible paraphrases that verse: "If you wait for perfect conditions, you'll never get anything done." Amen. Perfectionism will cause procrastination.

### 4. Anger.

Procrastination may be a way of getting back at people that we don't like, or people we don't want to please.

Have any of you who are parents ever told your children "Turn off the TV, wash your hands and come to the table to eat?" Two minutes later you repeat, "Turn off the TV, wash your hands and come to the table to eat" Five minutes later, "... Why is that? Is it because the show is so good, or kids are masters at procrastinating to let you know that they are wanting their independence?"

Does anybody have a mate that you've been asking to do a certain thing for months, and they're not doing it? One reason may be that they are resisting your control. Procrastination is sometimes a form of passive resistance. It may be caused by anger.

### 5. Laziness.

The most frequent of all causes is pure and simple, laziness. Proverbs uses a word to refer to a lazy person; "slug" and refers to a slow crawling mollusk of which we are well familiar. "The sluggard (lazy) desires and gets nothing, but he who is diligent will prosper." (Proverbs 13:4)

Our generation has a low tolerance for sacrifice and pain. I can remember when my great-grandfather worked diligently out in the field right up into his early 80's. By contrast, our "couch potato" culture loves the word, "easy." If it's easy, I

27. உங்கள் பிரச்சனைகள் அனைத்தும் யாரோ ஒருவரின் தவறு.

உண்மை \_\_\_\_\_ புனைவு \_\_\_\_\_

28. பதில் உங்களுக்குள் உள்ளது, ஏனென்றால் நாம் அனைவரும் கடவுள்.

உண்மை \_\_\_\_\_ புனைவு \_\_\_\_\_

29. முழுமையான உண்மையின் ஆதாரம்

a. \_\_\_\_\_ மனிதனின் அறிவுத்திறன்

b. \_\_\_\_\_ அறிவியல்

c. \_\_\_\_\_ இறைவன்

30. கடவுளின் சத்தியத்தின் மீது ஒரு வாழ்க்கையை கட்டியெழுப்ப வேண்டும்

a. \_\_\_\_\_ உண்மையைத் தேட உறுதி

b. \_\_\_\_\_ உண்மையை

நம்புவதற்கும் தழுவுவதற்கும் உறுதியளிக்கவும்

c. \_\_\_\_\_ உண்மையை வாழ

மேற்கூறிய அனைத்தையும் அர்ப்பணிக்கவும்

d. \_\_\_\_\_ முழுமையான உண்மை இல்லை

## அத்தியாயம் 4

### நான் ஏன் மன்னிக்க வேண்டும்?

"ஆண்டவரே, என் சகோதரன் எனக்கு எதிராகப் பாவம் செய்தால், நான் எத்தனை முறை மன்னிக்க வேண்டும்? ஏழு முறை வரை?" என்று பேதுரு ஒரு நாள் நீண்ட, நீண்ட காலத்திற்கு முன்பு இயேசுவிடம் கேட்டார். (மத்தேயு 18:21) உண்மையில் வரிகளுக்கு இடையே எழுதப்பட்டிருப்பது அல்லது வரிகளுக்குப் பின்னால் உள்ள சிந்தனை: ஆண்டவரே, நான் ஏன் மன்னிக்க வேண்டும்? "நான் எத்தனை முறை என் சகோதரனை மன்னிக்க வேண்டும்?" என்று பீட்டர் கேட்டது எனக்கு சுவாரஸ்யமாக இருக்கிறது. மீண்டும் மீண்டும் எரிச்சல்.

நம் ஒவ்வொருவருக்கும் ஒன்று, இரண்டு, ஒருவேளை மூன்று ஆதாரங்கள் நம் வாழ்வில் நிலையான எரிச்சலை ஏற்படுத்தும். "ஹெவன்லி மணர்த்துகள் கொண்ட

like it, if it's hard, I don't. Have you ever seen how often the word, "easy" is used in advertising? Easy to use, easy to apply, easy to get. Would these books become bestsellers; "Ten Difficult Steps to Change Your Life" or "Seven Gut-Wrenching Ways to Get Into Shape"? Who would buy them? We want it easy. Two common misconceptions about procrastination are (a) "It's easier to avoid this problem than to face it" and (b) "It will be easier to handle tomorrow." No, the longer it is delayed the more difficult. It's rarely easier tomorrow.

## Cost

### 1. Procrastination creates obstacles.

"The way of the sluggard (the lazy procrastinator) is blocked with thorns." (Proverbs 15:19) Procrastination always makes the problem worse. What happens when you put off that leaky roof, and put it off, and put it off? You need a new roof! Has anyone ever had a major engine repair because you've put off checking or changing the oil in your car? Procrastination turns a problem into a crisis. It creates obstacles.

### 2. Procrastination wastes opportunities.

"A sluggard does not plow in season, so at harvest time, he finds nothing." (Proverbs 20:4) The procrastinator doesn't take advantage of the opportunity to plant, so he doesn't reap. When opportunity knocks, open the door.

John Greenleaf Whittier said, "The saddest words of tongue in men are, 'It might have been.'" "If only" are two of the most useless words in the English language. While we are postponing, life is passing. Procrastination wastes opportunity.

### 3. Procrastination hurts other people.

Laziness keeps us from being loving. Love requires commitment and effort. A lot of people don't want to exert that effort.

It's easier to be lazy, than it is to be loving. I can't tell you how many marriages break up simply because two people are lazy. They put off doing what they know they should do. I've heard couples sitting in my office and say, "I know what I should do, but I just can't." No, it isn't you can't, it's you won't. You think you'll put it off, and it will get better.

People who procrastinate hurt their children. Lazy parents produce problem children. It creates problems with your children if you put off (a) teaching them about the facts of life, when you know they need it, (b) discipline to build character and responsibility and (c) postpone another family vacation where family bonding occurs and fond memories are developed. You're destroying your children. Procrastination really does hurt other people.

## Cures

### 1. Quit making excuses.

காகிதம்," நான் அதை அழைக்கிறேன், எங்கள் கரடுமுரடான விளிம்புகளை தேய்க்கிறேன். உங்கள் பரலோக மணர்த்துகள்கள் யார்?

பீட்டர் கேட்டார், "ஆண்டவரே, நான் என் சகோதரனை எத்தனை முறை மன்னிக்க வேண்டும்?" பீட்டர் இங்கே மிகவும் சொற்பொழிவாக இருக்க வாய்ப்பு இருப்பதாக இந்த வாரம் வரை எனக்குப் புரியவில்லை. அவர் தனது உடல் சகோதரனைப் பற்றி பேசி இருக்கலாம். தொண்ணூறு சதவிகித மனக்கசப்பு நம் சொந்தக் குடும்பங்களிலேயே நிகழ்கிறது என்று சில வாரங்களுக்கு முன்பு படித்தேன். நம் வாழ்வில் நாம் கொண்டிருக்கும் பெரும்பாலான வெறுப்புகள், நமக்கு நெருக்கமானவர்கள் மீதுதான்.

பழைய பழமொழி உங்களுக்குத் தெரியும்: "நாம் விரும்புகிறவர்களுடன் மேலே வாழ்வது ஒரு பெருமை, ஆனால் நமக்குத் தெரிந்தவர்களுடன் கீழே வசிப்பது, இப்போது அது வேறு கதை." சில சமயம் நமக்கு நெருக்கமானவர்கள்தான். ஒருவேளை அது பீட்டரின் சகோதரர் ஆண்ட்ரூவாக இருக்கலாம். ஆண்ட்ரூ தொடர்ந்து பாலை வெளியே விட்டாலோ, குழாயின் நடுவில் இருந்து பற்பசையை பிழிந்தாலோ அல்லது பீட்டருக்கு தொடர்ந்து எரிச்சலை ஏற்படுத்தியதாலோ எண்ணுவது கற்பனைக்கு அப்பாற்பட்டது அல்ல. ஆனால் அது ஆண்ட்ரூவாக இருந்தாலும் சரி அல்லது ஒரு அடையாளச் சகோதரனாக இருந்தாலும் சரி, இந்த முழு மன்னிப்புக் கேள்வியிலும் பீட்டர் மிகவும் சிரமப்பட்டார்.

பீட்டர், "பீட்டர், அது உன்னைப் பற்றி மிகவும் பெருமையாக இருக்கிறது. நான் ஈர்க்கப்பட்டேன்" என்று இயேசு சொல்வார் என்று பேதுரு எதிர்பார்த்திருக்கலாம். ஒரு சகோதரனை மூன்று முறை மன்னிக்க வேண்டும் என்று யூதச் சட்டம் கூறுகிறது.

"The sluggard says, 'There's a lion outside', or 'I'll be murdered in the street.'" (Proverbs 22:13) If you missed the point of that proverb, let me make it clear. How many lions do you suppose roam the Land of Israel, in the days of Solomon? Solomon is saying the procrastinator comes up with all kinds of excuses. Everybody else has excuses, but I have reasons. I ran across something this week that I thought was great. It was a list of excuses that people had submitted to insurance companies to collect for accidents. One of them said, "The guy was all over the road. I had to swerve a number of times before I hit him." How about this one? "I pulled away from the side of the road, glanced at my mother-in-law and drove over the embankment." Another fellow said, "In my attempt to kill a fly, I drove into a telephone pole." I like this one, "I've been driving my car for 40 years when I fell asleep and had an accident." Well, no wonder, that's a long time. How's this guy, talking about an excuse, trying to put responsibility somewhere else. "The telephone pole was approaching fast; I attempted to swerve off its path when it hit my front end." My favorite is this last one, "The pedestrian had no idea which way to go, so I ran over him."

What's your excuse? What is it that leads you to say, "One of these days..."? The Bible says, "The lazy man is full of excuses." Benjamin Franklin said "People who are good at making excuses are seldom good at anything else." The number one excuse people use for procrastinating "When things settle down, I'll \_\_\_\_\_" (You fill in the blank.) I've got news for all of you. Things will never settle down. They will only settle down when the Lord comes again.

### 2. Stop stalling.

For the procrastinator "One of these days," is "none of these days." Stop stalling, do it today. Start now.

If you tend to procrastinate, these three words will change your life. "Do it now." Write that down. Take a magic marker, write on piece of cardboard; put it on your refrigerator, bathroom mirror, desk or on your car visor. Have it staring you in the face, "Do it now!" Every time you begin to think, "I'll get to that later," look those three words in the face and do it now!

NASA tells us that the greatest amount of energy expended is getting the rocket off the pad. Once it gets into orbit, it's a cinch. Stop stalling, get started and if it cannot be finished today, do part of it. Do 10 minutes today, 10 minutes tomorrow, and 10 minutes the next day. See how much you will accomplish in six short weeks. It will astound you.

### 3. Start scheduling.

"Finish your outdoor work and get your fields ready; after that, build your house." (Proverbs 24:27) In other words, set your priorities, what needs to be done first, and schedule a time to do them. You don't ever have time - you must make time!

அதே குற்றத்தை மூன்று முறை மன்னித்த பிறகு, அவரை தொலைந்து போகச் சொல்லலாம். எனவே, "நான் என் சகோதரனை மூன்று முறை மன்னிக்க வேண்டும், நான் அதை இரட்டிப்பாக்குவேன், நல்ல நடவடிக்கைக்கு ஒன்றைச் சேர்ப்பேன்" என்று சட்டம் கூறுகிறது என்று பீட்டர் நினைத்திருக்கலாம். "ஆண்டவரே, ஒரு சகோதரனை ஏழு முறை மன்னிப்பது சரியாக இருக்கும் என்று நினைக்கிறீர்களா?" நம் ஆண்டவர் சொன்னார், "இல்லை பேதுரு, 70 முறை ஏழு முறை நம்புவீர்களா" அல்லது நீங்கள் எத்தனை முறை மன்னிக்க வேண்டும் என்பதற்கு வரம்பு இல்லை.

இது மதிப்பெண்ணைக் காப்பாற்றினால், அது உண்மையில் மன்னிப்பு அல்ல. நீங்கள் எப்போதாவது ஒருவருடன் மதிப்பெண்களை வைத்திருந்தீர்களா? இயேசு பேதுருவிடம், "இல்லை, ஏழு முறை அல்ல, எழுபது முறை ஏழு முறை" என்று சொன்ன பிறகு. நாம் ஏன் மன்னிக்க கற்றுக்கொள்ள வேண்டும் என்பதை விளக்க இயேசு ஒரு உவமை, ஒரு கதை சொல்கிறார்.

கதை இப்படித் தொடங்குகிறது. இயேசு சொன்னார், ஒரு ராஜாவிடம் நம்பிக்கையின்றி கடன்பட்டிருக்கிற ஒரு மனிதன் இருக்கிறான். மத்தேயு 18:23-24 ல், அவர் ராஜாவுக்கு பத்தாயிரம் தாலந்து கடன்பட்டிருப்பதாக பைபிள் கூறுகிறது. இப்போது திறமைகள் தூய பணத்தை விட எடையின் அளவாக இருந்தன, எனவே அது விலைமதிப்பற்ற உலோகம் என்ன என்பதைப் பொறுத்தது. ஆனால் இங்குள்ள கடன் எல்லா அறிஞர்களையும் மில்லியன் மற்றும் மில்லியன் டாலர்கள் என்று ஒப்புக்கொள்கிறது. இப்போது அது ஒரு பெரிய கடன்! கடனில் இவ்வளவு தூரம் எப்படி வருவீர்கள்? ஒரு வேலைக்காரன் எப்படி இவ்வளவு பணத்தை கடன் வாங்க முடியும்? அந்த நாட்களில், நீங்கள் திருப்பிச் செலுத்த முடியாத போதெல்லாம், திவால்

Schedule the important and the unimportant. Schedule time for personal and family Bible study, time to be with your wife, additional time for family and schedule time to be alone (your quiet time). If you don't commit time for things, they simply won't get done. However, just scheduling something is not sufficient; you must work your schedule and more than once per day. On rare occasions when waiting on someone or for something, it may be impossible to continue working on your top priority task. Then work on a less important task until the obstacle is removed or resolved on the top priority task.

"Make the most of every opportunity." (Ephesians 5:16)  
There was a famous author who wrote his first book while he was riding on the subway in New York, and he made the most of every opportunity. Another man memorized a thousand Bible verses at stop lights. That's making the most of every opportunity! Wise men and women plan, schedule and execute.

#### 4. Face your fears.

Remember, the main cause of procrastination is fear. When you're avoiding something, you're probably afraid of it. Identify it and face it. The greatest fear is the fear of failure. That's why we put more things off than anything else. We're afraid we'll fail. Folks, just face up to it, fear isn't a sign of weakness, it's a sign of humanity. Mark Twain said, "Courage isn't the absence of fear, it's moving on in spite of your fear." If you flee from your fears, they grow bigger. If you face them, they grow smaller.

There are two things to ask yourself when facing a fear: (a) "What's the worst thing that can happen?" Usually, it's not nearly as bad as you think and (b) Recite Philippians 4:13, "I can do all things through him who strengthens me." Recite that over about three times, it becomes easier to tackle whatever it is in front of you knowing God strengthens.

#### 5. Focus on the reward for your efforts.

There are very few things in life are easy. Life is tough. You have to persevere to see the reward. Concentrate on the gain beyond the pain. Concentrate on how good you'll feel when you finish the task.

Here is a little illustration. When children come home from school, if they sit down and complete their homework first, they will enjoy the rest of the afternoon and they will enjoy their evening more because undone homework is not hanging over their head. It's the philosophy "you can pay now and play later, or you can play now and pay later."

The principle is, "Let us not become weary in doing good, for at a proper time we will reap a harvest if we do not give up." (Galatians 6:9) The wrong question is "what do I feel like doing". The right question is "what does God want me to do". It's only a very immature person who lives his life by

கொள்கை எளிமையானது. அவர்கள் உங்கள் மனைவியையும் உங்கள் குழந்தைகளையும் வெறுமனே அழைத்துச் சென்று அடிமைகளாக விற்று உங்களை சிறையில் அடைத்தனர். அது திவால்.

"வேலைக்காரன் அவன் முன் முழங்காலில் விழுந்தான். "என்னிடம் பொறுமையா இரு" என்று கெஞ்சினான், "எல்லாவற்றையும் நான் திருப்பிக் கொடுப்பேன்." (வசனம் 26) அதில் உள்ள நகைச்சுவையை நீங்கள் பார்க்க வேண்டும்; நான் படித்தவற்றில் இது மிகவும் வேடிக்கையான அறிக்கைகளில் ஒன்றாகும். ஒரு வேலைக்காரன் \$16 மில்லியன் கடன்பட்டிருக்கிறான், அவன், "எனக்கு இன்னும் சில நாட்கள் கொடு" என்று கூறுகிறான். என்ன செய்ய, பாஸ்போர்ட்டைப் பெற்று, மற்றொரு நாட்டிற்கு ஒரு வழி டிக்கெட்டை வாங்கவா?

நான் ஒரு சிறிய கணக்கீடு செய்தேன். தற்போதைய வட்டி விகிதத்தில் அவர் ஒரு நாளைக்கு ஆயிரம் டாலர்களை திருப்பிச் செலுத்தினால், அது அவருக்கு 40 ஆண்டுகள் ஆகும். இப்போது கதையின் நோக்கம், நண்பர்களே, நீங்களும் நானும் மற்றவர்களை மன்னிக்க வேண்டும் என்பதற்கான மூன்று காரணங்களை எங்களுக்குக் காண்பிப்பதாகும்.

நாம் ஒருவருக்கொருவர் மன்னிக்க வேண்டும், ஏனென்றால் நாம் கடவுளால் மன்னிக்கப்பட்டுள்ளோம். "வேலைக்காரன் எஜமான் அவன் மீது இரக்கம் கொண்டு, கடனை ரத்துசெய்துவிட்டு, அவனை விடுவித்தார்." (என் பைபிளில் அடிக்கோடிட்டுக் காட்டியுள்ளேன்.) \$16 மில்லியன் கடனை மன்னிக்கும் வேறு யாரையாவது உங்களுக்குத் தெரியுமா? யார் சொல்வார்கள், சரி அதை எழுதி வைத்து விட்டு அவரை விடுங்கள்? என்ன ராஜா! முற்றிலும் மன்னிக்கப்பட்டது. ஆனால் உவமையின் பொருள் என்னவென்றால்: கடவுள் நமக்கு அளித்த மன்னிப்புடன் ஒப்பிடும்போது அது ஒன்றும் இல்லை, முற்றிலும் ஒன்றும் இல்லை.

இதோ இணை. நான் கடவுளுக்கு

his feelings. Everything above leads us to the following two questions.

### **What is it that needs changing in your life?**

- Is it "one of these days I'm going to become a Christian"?
- Is it "one of these days I'm going to get involved in the ministry God has assigned to me"?
- Is it "one of these days I'm going to read and study the Bible daily"?
- Is it "one of these days I'm going to quit drinking, be a better parent, spend some time with the wife and kids or whatever I've have been putting off that I know needs to be done"?

### **What is it going to take to get you in gear?**

God says, "I want to help." The biggest mistake in life is to postpone or delay the opportunity for Jesus Christ to change you and to save you.

"I don't know of anybody who doesn't eventually want to get their life right with God. They say, "One of these days, I'm going to make that commitment. One of these days, I'm going to get my life in order. One of these days, I'm going to obey God by repenting of my sins, confessing my belief that Jesus is God, to be buried for remission of my sins in water baptism and to arise a new Christian cleansed being forgiven of all my sins." Why not now? A good intention is only procrastination. You know the old saying, and it's true: "The road to hell is paved with good intentions." Why not today?"

Amazing

Grace

Lesson

#1200

### **Questions:**

#### 1. The Causes of Procrastination.

- \_\_\_\_\_ Indecision
- \_\_\_\_\_ Fear
- \_\_\_\_\_ Perfectionism
- \_\_\_\_\_ Anger
- \_\_\_\_\_ Laziness
- \_\_\_\_\_ All the above
- \_\_\_\_\_ a and c
- \_\_\_\_\_ a, d and e
- \_\_\_\_\_ b, c and d

#### 2. The Cost of Procrastination.

- \_\_\_\_\_ It creates obstacles. (Prov. 15:19)
- \_\_\_\_\_ It wastes opportunities. (Prov. 20:4)
- \_\_\_\_\_ It hurts other people.
- \_\_\_\_\_ All the above
- \_\_\_\_\_ a and b
- \_\_\_\_\_ a and c

கடன்பட்டிருக்கிறேன், நீங்களும் செய்கிறீர்கள். பைபிள் அதை பாவக்கடன் என்றும் அழைக்கிறது. நான் கடவுளுக்கு எதிராக மீறினால், அது அவருக்குக் கொடுக்க வேண்டிய கடனை என்னால் ஒருபோதும் திருப்பிச் செலுத்த முடியாது. ரோமர் 3:23-ல் பைபிள் சொல்கிறது, "நாம் எல்லாரும் பாவம் செய்து, தேவனுடைய மகிமைக்கு குறைவுபட்டிருக்கிறோம்." என்னுடைய கடனை என்னால் செலுத்த முடியாது, உன்னுடைய கடனை உங்களால் செலுத்த முடியாது, ஆனால் தேவன் தம்முடைய அன்பில் தம்முடைய குமாரனாகிய இயேசுவின் அன்பளிப்பின் மூலம் நம்மை மன்னிப்பதற்கும், ஸ்லேட்டைத் துடைப்பதற்கும் சரியான பலியாகத் தேர்ந்தெடுத்திருக்கிறார், கடனை ரத்து செய்துவிட்டு, "இப்போது தொடங்குவோம்" என்று சொல்ல. அதுவே நற்செய்தி, நற்செய்தி. இது அனைத்தும் இயேசுவின் மரணம், அடக்கம் மற்றும் உயிர்த்தெழுதல் ஆகியவற்றில் பிணைக்கப்பட்டுள்ளது. நாம் கீழ்ப்படிதலுடன் அவரிடம் வந்து, மனந்திரும்பி, அவருடைய நாமத்தினாலே ஞானஸ்நானம் பெற்று, மன்னித்து, நம்முடைய ஸ்லேட்டைத் துடைத்துவிடும்படி வேண்டிக் கொள்ளும்போது, இயேசு நமக்குக் கிடைத்த நற்செய்தி.

கடவுள் எனக்கு செய்ததை மற்றவர்களுக்கு செய்ய வேண்டும் என்று எதிர்பார்க்கிறார். உண்மையில், அதுதான் செய்தி. நீங்கள் \$16 மில்லியன் கடனைத் துடைத்திருந்தால் எப்படி உணருவீர்கள்? நீங்கள் நிம்மதி, மகிழ்ச்சி மற்றும் சுதந்திரத்தை உணர்கிறீர்களா? அந்த வார்த்தைகள் மிகவும் ஆழமற்றதாக இருக்கலாம். உற்சாகம், பரவசம் அல்லது அழியாத நன்றியுணர்வு எப்படி? உங்கள் தலைக்கு மேல் படர்ந்த \$16 மில்லியன் கடனை நீங்கள் மன்னித்திருந்தால், மக்களை எப்படி நடத்துவீர்கள் என்று நினைக்கிறீர்கள்? நீங்கள் எளிதாக இருப்பீர்கள் என்று நினைக்கவில்லையா? "ஆமாம், எனக்கு ரொம்ப மூட் இருக்கு, பரவாயில்லை, நான் உன்னை மன்னிக்கிறேன்" என்று நீங்கள் நினைக்கவில்லையா?

வசனம்

28ல்

தொடங்கும்

இந்த

g. \_\_\_\_ b and c

3. The Cure.

- Quit making excuses. (Prov. 22:13)
- Stop stalling.
- Start scheduling. (Prov. 24:27)
- Face your fears. (Phil. 4:13)
- Focus on the rewards of your efforts. (Gal. 6:9)
- All the above
- a, b and c
- a, c and d
- b, c and e
- b, c, d and e

4. A procrastinator's favorite expression is "one of these days I"

whereas God's states "Today is the Day."

True \_\_\_\_ False \_\_\_\_

5. What is the most important thing generally postponed by a procrastinator?
- Expressing their feeling of love to a family member
  - Telling someone of their sorrow asking for forgiveness
  - Salvation, obedience to God for forgiveness

## Chapter 8

### On Pride and Humility

Many people desire the answer to the questions (1) how do I free myself from lust, addictions and hang-ups that mess up life and (2) how do I get the power to make the needed changes or how do I get God's power in my life?

The beginning point is to admit the problem, not just the physical manifestation of the problem, but the root problem. The root problem is "I'm in charge, and I don't need God." That was the problem Adam and Eve had. Paul wrestled with it in Romans 7, and it's our problem.

The key is found in James 4:6. Everything in the rest of the lesson is going to spring from that great text. James said, "God opposes the proud, but he gives grace to the humble." That's worth repeating. "God opposes the proud, but he gives grace to the humble." The Bible states the key to power in your life is humility and the key barrier to God's power is pride, because a person full of pride cannot see a need to change or to improve. Only when one is full of humility, will he be given the power to change.

The Bible talks about two kinds of pride. There really is a good kind of pride. If you don't believe that, read Galatians 6:4, or 2 Corinthians 7:4. The good kind of pride is

வேலைக்காரனின் எதிர்வினையைப் பாருங்கள். "ஆனால், அந்த வேலைக்காரன் வெளியே சென்றபோது, நூறு நாள் கூலிக்கு சமமான நூறு தெனாரி கடன்பட்டிருந்த தன் சக வேலைக்காரன் ஒருவனைக் கண்டான். அவன் அவனைப் பிடித்து நெரிக்க ஆரம்பித்தான். எனக்கு வேண்டியதைத் திருப்பிக் கொடு!" அவனுடைய சக வேலைக்காரன் முழங்காலில் விழுந்து, 'என்னிடம் பொறுமையாக இரு, நான் உனக்குத் திருப்பித் தருகிறேன்' என்று கெஞ்சினான். "ஆனால் அவர் மறுத்துவிட்டார், மாறாக, அவர் வெளியே சென்று அந்த நபரை சிறையில் தள்ளினார்" "இப்போது உங்களால் நம்ப முடிகிறதா? அவர் தனது முதலாளிக்கு \$16 மில்லியன் கடன்பட்டிருந்தார், அவர் மன்னிக்கப்பட்டார். இப்போது அவனுடைய சக வேலைக்காரன் அவனுக்கு நூறு டெனாரி கடன்பட்டிருக்கிறான். அவர் கருணை காட்ட மறுத்து சிறையில் தள்ளுகிறார்.

நீங்கள் சொல்கிறீர்கள், உலகில் அவர் எப்படி பதிலளிக்க முடியும்? ரத்து செய்யப்பட்ட \$16 மில்லியன் கடனை செலுத்த வேண்டிய அந்த வேலைக்காரன் உண்மையில் மன்னிக்கப்பட்டதாக உணரவில்லை. இன்னும், என்ன காரணத்தினாலோ, ஒரு வாள் தன் தலைக்கு மேல் தொங்குவது போல் உணர்ந்தான். எனவே, \$16 மில்லியன் கடனை அடைப்பதற்காக அவர் முட்டாள்தனமாக இவ்வளவு சிறிய தொகையை வசூலிக்க முயன்றார்.

இன்று நிறைய கிறிஸ்தவர்கள் அப்படி வாழ்கிறார்கள் என்பதுதான் உண்மையான சோகம். அவர்கள் சுவிசேஷத்திற்குக் கீழ்ப்படிகிறார்கள், அவர்கள் கிறிஸ்துவிடம் வந்தார்கள் மற்றும் பாவக் கடன் ரத்து செய்யப்படுகிறது; ஆனால் அவர்கள் இன்னும் தங்கள் வாழ்க்கையை உணர்ந்து வாழ்கிறார்கள், ஆண்டவரே, நான் அதை உங்களுக்குச் செய்கிறேன். நான் உங்களுக்கு நிறைய கடன்பட்டிருக்கிறேன் என்று எனக்குத் தெரியும், அதனால் நான் அதைச் செலுத்தப் போகிறேன். அவர்களால் ஒருபோதும் முடியாது என்பதை அறிந்து நான் என் பாவக் கடனை அடைப்பேன். அவர்கள் விரக்தியில் தங்களைச் சுற்றியுள்ள

synonymous with self-respect, satisfaction for a job well done and the enjoyment of seeing others succeed. Only two or three times in the Bible do you see pride referred to that way. Ninety-nine percent of the time, you'll find pride referred to in a very negative way, where it's linked with conceit, selfishness, arrogance or egotism. Somebody said, "Egotism is the only disease that when you've got it, it makes everybody else sick." By looking at a number of famous and important people, one can see how one can easily become victim.

Remember Muhammad Ali, those of you in my generation or above, and how brash and proud Ali was in his prime? The story is told that Ali was on a plane one time and it was about to take off. The flight attendant came to Ali and said, "Sir, you'll have to buckle your seat belt." Ali in his typical brash, showman-type manner said, "Superman don't need no seat belt." To which the flight attendant responded, "Superman don't need no airplane either." He buckled the belt.

Pride's very easy to see in others, but it's difficult to see in ourselves, but it's there. It's not only the basic human problem, it is your basic problem, and it's my basic problem, too.

### **Pride that leads to other problems.**

#### **1. Pride prevents personal growth.**

You think you've got it altogether and don't need to change, grow or improve. You have pride dwelling in your spirit. Somebody said, "When the head starts swelling, the mind stops growing." The one sure way to know that you need this lesson is if you don't think you do.

Solomon said "Do you see a man wise in his own eyes? There is more hope for a fool than for him." (Proverbs 26:12) "He who heeds discipline shows the way to life, but whoever ignores correction leads others astray." (Proverbs 10:17) These two verses together are saying the proud man or woman only goes by self-evaluation. They think they know everything there is to know and there's no sense getting any counsel.

If you've got marriage problems and you won't talk to anybody about it, that's pride. That's all it is, pure and simple. If you've got financial difficulties and you won't seek counsel about that, that's just your pride. If you're failing at your work, school, or some relationship and you're just trying to cover it up, that's pride. All too often we'd rather look smart than be smart. The way to become smart is by being humble. Pride prevents one from growing.

மற்றவர்களிடம் கோருகிறார்கள், துல்லியமாக, மன்னிக்க மாட்டார்கள். துரதிர்ஷ்டவசமாக, நான் அதை அதிகமாக பார்த்திருக்கிறேன். அதனால்தான் ஒவ்வொரு கிறிஸ்தவனும் கிருபையைப் புரிந்துகொள்வது மிகவும் முக்கியம். நீங்கள் மன்னிக்கப்பட்டதாக நீங்கள் நம்பும் போது, நீங்கள் மற்றவர்களை மன்னிக்க முடியும், அதுவரை அல்ல.

உவமையில் முதல் வேலைக்காரனின் கடுமையைக் கவனியுங்கள். அவன் கடனை அடைக்கக் கோரி அந்த இரண்டாவது வேலைக்காரனைப் பிடித்து கழுத்தை நெரிக்கத் தொடங்கினான். ரோமானிய சட்டத்தின் கீழ் நீங்கள் அதை செய்ய முடியும். யாராவது உங்களுக்கு கடன்பட்டிருந்தால், அவர் செலுத்தும் வரை நீங்கள் அவரை கழுத்தை நெரிக்கலாம். ஆனால் இந்த நபர் சிறிது நேரம் அவரை மூச்சுத் திணறடித்து, அவரிடமிருந்து எதையும் கசக்கிவிடாமல், அவரை சிறையில் தள்ளினார்.

நீங்கள் யாரையாவது கடுமையாக, தீர்ப்பளிக்கும், மிகையான விமர்சனத்திற்குரிய, எதிர்மறையான, மன்னிக்காத, மற்றும் கருணையற்றவராகக் கண்டால், அவர் தீர்க்கப்படாத குற்றத்தை அவருடன் சுமந்து செல்கிறார். ஒரு நியாயமான மற்றும் எதிர்மறையான நபர், எப்போதும் வேறொருவரைத் தாழ்த்திக் கொண்டிருப்பார், மன்னிப்புக்கான வாய்ப்பை யாரிடமும் நீட்டிக்கமாட்டார், தீர்க்கப்படாத குற்றத்தை சுமக்கிறார். நாம் மன்னிக்கப்படவில்லை என்று உணரும்போது, நாம் மன்னிக்காதவர்களாக இருக்கிறோம்.

சில சமயங்களில் பெற்றோரிடம் இதைப் பார்க்கலாம். நீங்கள் கோரும், கடினமான மற்றும் தாங்கும் ஒரு பெற்றோரைப் பார்க்கிறீர்கள். ஒரு பெற்றோராக அவர்கள் உணரும் குற்ற உணர்ச்சிக்கு அவர்கள் எதிர்வினையாற்றுகிறார்கள். சில நேரங்களில் நீங்கள் அதை முதலாளிகளிடம் பார்க்கிறீர்கள். சில சமயங்களில் சக ஊழியர்களிடம் இதைப் பார்க்கலாம். எபேசியர் 4:32-ல் பவுல் கூறினார், "கிறிஸ்துவில் கடவுள் உங்களை மன்னித்தது போல, ஒருவருக்கொருவர் தயவாகவும்

## 2. Pride sabotages my relationships.

Pride is the root of all relational conflict and disharmony. When you act out of pride, you tend to be demanding, unsympathetic, even obnoxious and rude.

Have you ever seen a proud person treat a waiter in a fancy restaurant? It's disgusting, they are demanding and never being satisfied. Pride makes us hold grudges and keep score. It makes us unable to admit we're wrong. "Pride only breeds quarrels." (Proverbs 13:10) I'm going to repeat that. "Pride only breeds quarrels."

The root of virtually every argument or quarrel in a marriage is pride. You don't want to admit that your husband or wife may be partially right. So many family conflicts could be resolved if we could just swallow our pride.

How many times do you think this scenario has been acted out? A young man gets rebellious and lets loose at his dad and the father loses his temper and says, "Get out of the house and don't come back." They are alienated for who knows how long because neither of them can force out these six most difficult words in the English language, "I was wrong. I am sorry." Pride destroys relationships, and pride also produces stress and anxiety.

They drift apart for who knows how long because neither of them can force themselves to utter these four most difficult words in the language: "I made a mistake. I'm sorry."

The focus of a pride-filled person is on self. It's on my status and my image. Politicians now have spin-doctors. They don't care about the truth; they just want the image to be right. Image is everything. But it really reveals an insecurity and a feeling of inferiority.

Have you ever watched on FOX, CNN or another channel one of the worldwide summits, or a UN meeting? You see these tinhorn dictators and the ambassadors from the tiniest countries come marching in with eight rows of braids and 40 medals and these brightly adorned uniforms, but the presidents and the ambassadors of other countries, come in just in a modest dark suit. Why? They don't need to impress anybody. They're secure.

Have you ever seen on FOX, CNN or another channel one of the world summits, or a UN meeting those dictators and ambassadors of the smaller countries parading in uniforms brightly adorned with eight rows of bars and forty medals? While others enter simply in a modest dark suit. Why? They don't need to impress anyone. They are confident.

Tony Campolo, one of my favorite authors, said, "Pride often destroys those that we love the most." The pride of parents

இரக்கமாகவும் இருங்கள், ஒருவருக்கொருவர் மன்னியுங்கள்." மன்னிப்பதற்கான திறவுகோல் இன்று கடவுள் என்னை எவ்வளவு மன்னிக்கிறார் என்பதை அங்கீகரிப்பதாகும்.

**மனக்கசப்பு என்னை வருத்தமடையச் செய்கிறது.**

இது பூமியில் ஒரு நரகம். அது உங்களை சித்திரவதை செய்கிறது. வசனம் 31ல் உள்ள உவமையில் என்னுடன் பாருங்கள், "மற்ற வேலைக்காரர்கள் நடந்ததைக் கண்டபோது," (இது முதல்வன் இரண்டாமவனைச் சிறையில் தள்ளியதும்) "அவர்கள் மிகவும் வேதனையடைந்து, தங்கள் எஜமானிடம் போய்ச் சொன்னார்கள். நடந்தது எல்லாம், பிறகு எஜமான் அந்த வேலைக்காரனை உள்ளே அழைத்தார், 'பொல்லாத வேலைக்காரனே, நீ என்னிடம் மன்றாடினதால் உன்னுடைய கடனையெல்லாம் ரத்து செய்தேன், நீ என்னைப் போல் உன் சக வேலைக்காரன் மேல் இரக்கம் காட்டியிருக்க வேண்டாமா? உன் மீது இருந்ததா?' கோபத்தில் அவனுடைய எஜமான் அவன் கடனையெல்லாம் திருப்பிச் செலுத்தும் வரை சித்திரவதை செய்ய சிறைச்சாலைக்காரர்களிடம் ஒப்படைத்தார். அப்படி இருக்க, நானும் அப்படித்தான் இருப்பேன்.

இந்த உவமை நரகத்தின் சின்னமா என்று ஒருவர் கேட்டார். ஆம், அது தான், ஆனால் இது பூமியில் உள்ள ஒரு நரகத்தின் அடையாளமும் கூட. ஏனென்றால், மனக்கசப்பு உங்களுக்குள் நுழைந்து, வெறுப்பு வளர்ந்து உங்களைத் தொற்றினால், அது உங்களைச் சித்திரவதை செய்து, உங்களைச் சிறையில் அடைத்துவிடும். நீங்கள் வெறுக்கும் மற்றும் மன்னிக்காத நபரை விட இது உங்களை அதிகம் அழிக்கிறது. கசப்பான மற்றும் மன்னிக்கப்படாத செயல்கள் நம் மகிழ்ச்சியைப் பறிக்கின்றனவா என்பது அவ்வப்போது நம்மை நாமே கேட்டுக் கொள்ள வேண்டிய கேள்வி? என்ன காயம் இன்னும் உங்களை காயப்படுத்துகிறது? எப்போதாவது ஒன்றைக் கண்டால், அதை விடுங்கள். அது உன்னை மட்டுமே வேதனைப்படுத்துகிறது. நீங்கள் வெறுக்கும் மற்றும் மன்னிக்காத மற்றொரு நபருக்கு தெரியாது - அவர்கள் முற்றிலும் அறியாமல்

can lead to the destruction of children. People who are out to prove they are better than others often use their children to this end. Campolo goes and explains what we already know. "How many parents have pridefully lived through their children's grades, through their children's sports career, through their children's beauty, and all under the guise upon doing it for their betterment. They're wrecking their psyches, while they're inflating their own personal egos." Campolo concludes by saying, "Happiness is often the casualty of pride."

Proverbs 29:25 says it's a dangerous thing to be concerned about what others think of you. Pride causes anxiety and stress because if I'm trying to live one image, but inside I'm something else, I become stressed, discouraged, and disillusioned. By contrast, the very first thing Jesus our Lord said on the Sermon on the Mount was "Happy are the humble."

### Happiness through humility

If you're going to break free of the things that shackle you, there's no way you're going to do it until you begin to develop the mindset of humility. This is the real core of the lesson.

#### 1. Recognize your weaknesses honestly.

"He who conceals his sins does not prosper, but whoever confesses and renounces them finds mercy." (Proverbs 28:13) If you don't admit your weaknesses, if you do not admit your perpetual areas of spiritual failure, neither you nor God will be able to work on them.

I love the story of the teenage boy who said to his sister, "Sis, I'm afraid I'm guilty of the sin of vanity." She looked at him and said, "You, vanity, how?" He said, "Well because every time I walk by the mirror, I catch myself stopping and looking and saying, 'Wow, what a hunk.'" She laughed and said, "No, that's not vanity, that's just ignorance."

Many of you will bow and pray tonight before we go to sleep, and say, "Lord, if I've committed sin today." Stop right there, just stop and think. Leave off the "if," because there's no question about it, you have committed sin today. Take the time to isolate the sin in your life, particularly the perpetual sin, the sin you're trying to stuff in the closet. Maybe it's your adulterous affair, maybe it's your lying tongue, maybe it's the hatred of a parent, maybe it's a broken relationship at work or maybe it's something you're just pretending doesn't exist. Get it out on the table and stretch it out before God. Until you admit your weakness, you'll not know genuine humility.

#### 2. Evaluate your strength realistically.

Pride is based upon a false evaluation of self, but humility is based upon the truth. Jesus said, "You shall know the truth, and the truth shall set you free." Paul said, "Do not think of yourself more highly than you ought, but rather think of

இருக்கலாம். நம்மைச் சுற்றிலும் கோடிக்கணக்கான மக்கள் குற்ற உணர்வால் சிறையில் அடைக்கப்பட்டுள்ளனர், தங்கள் சொந்த கோபத்தாலும் கவலையாலும் அடிமைப்படுத்தப்பட்டு, வெறுப்பினால் துன்புறுத்தப்படுகிறார்கள், சில சமயங்களில் வருடா வருடம். கிறிஸ்துவின் மன்னிப்புதான் அந்தச் சிறையின் பூட்டைத் திறக்க ஒரே திறவுகோல். உங்கள் சொந்த நலனுக்காக, மன்னிக்கவும். மன்னிப்பு கேட்க கற்றுக்கொள்ளுங்கள் மற்றும் மன்னிப்பு வழங்க கற்றுக்கொள்ளுங்கள். எனது குறிக்கோள்: மன்னிப்பு, அதை அனுபவித்து அதைப் பயன்படுத்துங்கள், அல்லது நீங்கள் துயரமான வாழ்க்கையை வாழ்கிறீர்கள். **எதிர்காலத்தில் எனக்கு மன்னிப்பு தேவைப்படும்.**

"உங்கள் சகோதரனை உங்கள் இதயப்பூர்வமாக மன்னிக்காவிட்டால், என் பரலோகத் தகப்பன் உங்கள் ஒவ்வொருவரையும் இப்படித்தான் நடத்துவார்." (மத்தேயு 18:35)

ஜான் வெஸ்லி ஒருமுறை அவரை அறிந்த ஒருவரால், "ஒரு குறிப்பிட்ட நபரை என்னால் மன்னிக்கவே முடியாது" என்று கூறினார். வெஸ்லி பதிலளித்தார், "நீங்கள் ஒருபோதும் பாவம் செய்ய மாட்டீர்கள் என்று நம்புகிறேன்." அவரது அறிவுரையின் புள்ளி; உங்கள் வாழ்நாள் முழுவதையும் நீங்கள் முழுமையாக வாழப் போகிறீர்கள் என்றால், ஒருவேளை நீங்கள் யாரையும் மன்னிக்க வேண்டிய அவசியமில்லை. ஆனால் நீங்கள் மற்றொரு பாவத்தைச் செய்யப் போகிறீர்கள் என்றால், மன்னிப்பு என்பது இருவழிப் பாதை என்பதால், மன்னிப்பு தயாராகவும் தயாராகவும் இருப்பதை உறுதிப்படுத்திக் கொள்வது நல்லது. சொர்க்கத்திற்குச் செல்ல நீங்கள் நடந்து செல்ல வேண்டிய பாலத்தை எரிக்கத் துணியாதீர்கள்.

நாம் எப்படி ஜெபிக்க வேண்டும் என்று நமக்குக் கற்றுக்கொடுக்கும் மலைப் பிரசங்கத்தில் கர்த்தருடைய ஜெபம் என்று அழைக்கிறோம்; அவர் கூறினார், "எங்கள் கடனாளிகளை நாங்கள் மன்னிப்பது போல் எங்கள் கடன்களையும் மன்னியுங்கள்" அந்த ஜெபம் என்ன சொல்கிறது என்பது உங்களுக்கு புரிகிறதா? அதாவது, "அப்பா,

yourself with sober judgment." (Romans 12:3) In other words, be realistic about who you are. Some people think humility is an inferiority complex. Humility isn't saying, "Oh I'm wretched, horrible, worthless or nothing. I'm just an old worm." That's not true. You're not a worm, you're not nothing, you're something. Jesus didn't die for nothing. Every one of us, unique in creation, is made in the image of God. The fact is you have strengths. All of us do. God gave them to us but we're also weak in areas. Humility is being honest about your weaknesses and realistic about your strengths.

I love the story of the little girl who walked in Baskin Robbins. She could barely see up over the counter, and said, "Sir, I want one of those hand-packed pints, no lid, just a spoon." The fellow looked at her and said, "Well little girl, are you sure you can eat all that?" "Oh, yes sir," she said. "You see I'm much bigger on the inside than I am on the outside."

Pride is pretending you're much bigger on the outside than you are on the inside. "Each man should test his own actions, then he can take pride in himself without comparing himself to someone else." (Galatians 6:4) That is one of my life texts. There is also a good kind of pride. Paul said, you enjoy your own abilities, enjoy your own successes, a job well done, but don't compare. There are two reasons not to compare.

- a. You can always find someone who is not doing as good a job as you and you'll be proud.
- b. You can always find someone who is doing a better job than you and you'll get discouraged.

God says, I don't want you being either of those. I made you absolutely unique. You're like the snowflake, no two are the same. God just wants you to be you. If you're not going to be you, who's going to be you? Don't compare with other people - you'll either be proud or discouraged.

Galatians 6:4 is a difficult command to obey, particularly in a culture where everything is built upon competition. Let's just be honest, in America, we only want top dogs. We only want gold medal winners. We only want the salesman of the year. You watch during the fall when the camera goes down to the sidelines in the football game and they pan that sideline, all the players take that helmet off and turn. What do they say? Their team record may be four and seven, but they'll look at the camera and say, "We're number one, we're number one." How many times have you ever seen a football player turn to the camera and say, "We're number four, we're number four, and we're proud of it."? No! No! Being number one is not what it's all about, never has been God's standard. It's all about admitting your weakness honestly while recognizing and using your strength.

3. Enjoy your successes gratefully.

என்னைச் சுற்றியுள்ள மற்றவர்களை நான் எவ்வளவு மன்னிக்க விரும்புகிறேனோ அதே அளவு என்னை மன்னியுங்கள்." இப்போது நான் உங்களிடம் கேட்கிறேன், நீங்கள் உண்மையிலேயே அந்த ஜெபத்தை ஜெபிக்க விரும்புகிறீர்களா? பாருங்கள், நாம் மற்றவர்களுக்கு வழங்க விரும்புவதை மட்டுமே நாம் பெற முடியும் என்று பைபிள் கூறுகிறது.

அதே மலைப்பிரசங்கத்தில் நாம் பீட்டியூட்ஸ் என்று அழைக்கிறோம். இயேசு சொன்னார், "இரக்கமுள்ளவர்கள் பாக்கியவான்கள், ஏனென்றால் அவர்கள் கருணையைப் பெறுவார்கள்." நாம் வேறு ஒருவருக்கு எதை வழங்குகிறோமோ அதை நாம் பெற முடியும், ஆனால் நாம் மற்றவருக்கு வழங்க விரும்பாததை நாம் பெற முடியாது. கடவுள் கூறுகிறார், மன்னியுங்கள், ஏனென்றால் நான் உங்களை மன்னிக்க விரும்புகிறேன். வசனம் 35 ஐ மீண்டும் பாருங்கள், "உங்கள் இதயத்திலிருந்து நீங்கள் மன்னிக்காவிட்டால்," உதட்டளவில் அல்ல, சில மங்கலான அறிவுசார் அங்கீகாரம் அல்ல, ஆனால் இதயத்திலிருந்து, உங்கள் ஆவியின் மையத்தில் இருந்து. எளிமையாகச் சொன்னால், உவமை மன்னிப்பை ஒரு வாழ்க்கை முறை என்று கற்பிக்கிறது. வாழ்வதற்கான ஒரே வழி இதுதான், நாம் அனைவரும் அபூரண மனிதர்கள். நீங்கள் மற்றவர்களைக் காயப்படுத்தப் போகிறீர்கள், மற்றவர்கள் உங்களைத் துன்புறுத்தப் போகிறார்கள், ஏனென்றால் நாங்கள் அபூரண மனிதர்கள், எனவே நாம் எப்போதும் மன்னிக்கும் நிலையில் வாழ வேண்டும். நீங்கள் அதை அனுபவிக்க வேண்டும், பின்னர் அதை ஒரு வாழ்க்கை முறையாக பயன்படுத்த வேண்டும்.

**நான் ஏன் மன்னிக்க வேண்டும்?**

2. ஏனென்றால் கடவுள் என்னை மன்னித்துவிட்டார்.
2. என்னைக் கட்டிப்போடப் போகும் மனக்கசப்பின் வேதனையிலிருந்து தப்பிக்க நான் மன்னிக்கவில்லை.
3. ஏனென்றால் நான் செய்ய வேண்டிய பாலத்தை நான் எரிக்க விரும்பவில்லை

Paul said "What do you have that you did not receive? And if you did not receive it, why do you boast as though you did?" (1 Corinthians 4:7) Do you know what Paul was saying? Everything you and I have has been given to us by God. We say, I've built my business with my own two hands. It was my idea. Great, but where did you get that mind, your health or your hands? They all came from God. Where did you get the DNA that fashioned your chromosomes that made you like you are? You see the fact is, we all do have designer genes, if you'll pardon the pun. But we didn't design them, God did.

How many of you chose your parents, where you were to be born or when you were going to be born? Those are all gifts from God, and what you do with them is your gift back to God. Humility then enjoys success in life, but it does so gratefully, knowing the origin of that success. "Every good and perfect gift comes down from the Father." (James 1:17) We need to remember that and the lesson of the whale. When the whale gets to the top, and starts to blow off, is when he gets harpooned. One minute you can be a hero, and the next minute you can be a zero. Don't ever forget, there's just 12 inches difference between a halo and a noose. What we need to do is enjoy our successes gratefully.

#### 4. Serve other people unselfishly.

In October 1989, Psychology Today did a great article about depression. It was focusing on the epidemic that major depression is becoming our culture. It particularly focused on the Baby Boom population, people between ages 30 and 45. Do you realize that people who are in the Baby Boom generation are three to ten times more likely to suffer major depression than their grandparents? That seems bizarre to me because our grandparents were the ones who went through the Depression, the ones who had to struggle to raise ten kids from the milk of one cow. I mean, isn't it amazing?

It continued, "It can be traced to the historical and cultural occurrences which have exalted the individual." In other words, the article said, depression is a result of the "Me" generation---me, my image and my goals. It is plain old selfishness and pride. What they found out, is that a person who's all wrapped up in himself makes a pretty small package.

The article also stated "Just as belief in the nation was crumbling, and belief in God was also fading, the sky-

குறுக்கே நடக்க. நான் மன்னிக்க விரும்புகிறேன் அதனால் கடவுள் என்னை மன்னிப்பார்.

#### யாரை மன்னிக்க வேண்டும்?

2. உங்கள் மகிழ்ச்சியின்மைக்கு உலகில் வேறு யாரையும் குறை கூறுகிறீர்களா? மனைவியைக் குறை கூறுகிறீர்களா? என்கணவர் மட்டும் சரியாகச் செயல்பட்டால், நான் இன்னும் சிறப்பாகச் செய்வேன். அவர் என்னுடன் வந்திருந்தால் நான் அதிகமாக தேவாலயத்திற்கு வர முடியும். உங்கள் பெற்றோரைக் குறை கூறுகிறீர்களா? நான் சிறுவனாக இருந்தபோது என் பெற்றோர் எனக்கு இதைச் செய்யாமல் இருந்திருந்தால், அது ஒரு பகுதியாக இல்லாமல் இருந்திருந்தால், இன்று என் வாழ்க்கை மிகவும் சிறப்பாக இருந்திருக்கும். ஆசிரியரைக் குறை கூறுகிறீர்களா? என் ஆசிரியர் இருந்தால் போதும். நீங்கள் ஒரு முதலாளியைக் குறை கூறுகிறீர்களா? எனக்கு வேறு முதலாளி இருந்தால். உங்கள் மகிழ்ச்சியின்மைக்கு நீங்கள் யாரையும் குறை கூறினால், அது வெறுப்பின் அறிகுறியாகும். பழி என்பது மன்னிக்கப்படாத தவறு, மாறாக உண்மையான அல்லது உணரப்பட்ட, அது எந்த மாற்றத்தையும் ஏற்படுத்தாது, மன்னிக்காதது நீங்கள்தான். நீங்கள் இப்போதே அதை விட்டுவிட வேண்டும். அதை விடுங்கள் அல்லது அது உங்களை சித்திரவதை செய்து உங்கள் எதிர்கால வாழ்க்கைக்கு தீங்கு விளைவிக்கும்.

2. நான் ஸ்கோரை வைத்திருக்கிறேனா? என் மனதில் மதிப்பெண் பட்டியல் இருக்கிறதா இந்த நபரைப் பொறுத்தவரை, அவர்கள் ஏதாவது செய்யும்போது, நீங்கள் நினைக்கிறீர்கள், அவர்கள் எனக்கு கடன்பட்டிருக்கிறீர்களா? உங்கள் மனைவி கடந்த காலத்தில் எப்போதாவது ஒரு பெரிய தவறு செய்தாரா? அவன் அல்லது அவள் வருந்துகிறார்கள், வாழ்க்கை சென்றுவிட்டது, ஆனால் நீங்கள் அதை

rocketing divorce rate was eroding belief in the family. When people no longer believe that their country is so powerful, that the family can be a source of enduring unity and support, or that a relationship with God is important, what else can they turn to for identity, satisfaction, and hope? People then only have one alternative; they turn to themselves and depression results."

In that same magazine, there was another article called, "Beyond Selfishness." Keep in mind this is Psychology Today. It's not trying to promote any particular Christian value. But it said that helping other people overcomes depression. In fact, the article said that when you help others, it actually creates endorphins in your brain. Some of you who are runners and athletes know what endorphins are. It's the hormone chemical that literally gives runners a high. The article stated that when you volunteer to help somebody else, physically you get that same kind of thing. "Volunteering to help makes people feel good physically and emotionally. Like runner's calm, it's good for your health."

What Psychology Today said in 1989 was simply restating what Paul said in Philippians 2, over 2,000 years ago. "Do nothing out of selfish ambition or vain conceit, but in humility consider others better than yourselves. Each of you should look not only to your own interests, but also to the interest of others. Your attitude should be the same as that of Christ Jesus." (Philippians 2:3) Paul is saying humility isn't thinking poorly of yourself, it's just thinking more about others. The focus is off my needs, my desires, my wants, and the focus is on what other people need. I like to put it this way: humility isn't thinking less of yourself; humility is thinking less about yourself. The model is Jesus. When all the apostles were in that Upper Room, all too proud to wash each other's feet, Jesus walked in, took a basin and towel, and began washing their feet. Oh, it embarrassed them so much. But proud and insecure people can't serve others, they're too wrapped up in themselves. Each of us needs to lighten up on the introspection, i.e., what about me? Let us just dive in and serve other people.

##### 5. Humble yourself voluntarily.

"Humble yourself in the sight of the Lord, and he will lift you up." (James 4:10) I want you to notice that humility is a choice, it's a verb. Nowhere in the Bible are we told to ask God to humble us, it's something we're to choose. We choose to act, speak, and think in a humble way and the promise is, if we humble ourselves, then Christ will lift us

அவன் அல்லது அவள் தலைக்கு மேல் வைத்திருக்கிறீர்கள். நீங்கள் விரும்பத்தகாத நபராகிவிட்டீர்கள், ஏனென்றால் ஒருவர் என்ன செய்தாலும், அது ஒரு அடிமட்ட திருப்பிச் செலுத்தும் குழியின் ஒரு பகுதியாகும். ஒருவன் எவ்வளவு நல்லவனாக இருந்தாலும், அவன் எனக்குக் கடன்பட்டவன் என்று மனதில் நினைத்துக் கொண்டிருக்கிறாய். நான் உங்களுக்குச் சொல்லக்கூடிய அளவுக்கு இன்று உங்களுக்கு ஒன்றைச் சொல்ல விரும்புகிறேன். என்ன செய்தாலும் மோசம், நீங்கள்தான் திருமணத்தைக் கொல்கிறீர்கள். உங்கள் மன்னிப்பின்மையால் நீங்கள் அதைக் கொல்கிறீர்கள். நீங்கள் ஒருபோதும் மன்னிக்கவில்லை, மனைவி கேட்கும் நிலைக்கு வரலாம், "என்ன பயன்? என்னை மன்னிக்க முடியாது என்று தோன்றுகிறது." விண்ணப்பிக்கக்கூடிய பகுதிகளில் திருமணம் ஒன்றுதான். சிறுவயதில் நீங்கள் புறக்கணிக்கப்பட்டிருக்கலாம். நீங்கள் சிறுவயதில் துஷ்பிரயோகம் செய்யப்பட்டிருக்கலாம். குழந்தையாக இருந்தபோது நீங்கள் நேசிக்கப்படாமல் இருக்கலாம். சிறுவயதில் இருந்திருக்க வேண்டிய அன்பான எங்களில் யாரையும் எனக்குத் தெரியாது. ஏன்? ஏனென்றால் நம்மால் முழுமையாக நேசிக்க முடியாது. நாம் அபூரண மனிதர்கள்.

3. நீங்கள் வெறுப்படைந்த ஒருவரை அவர் உங்களுக்கு நினைவூட்டுவதால், நீங்கள் ஒருவரிடம் ஒரு குறிப்பிட்ட வழியில் செயல்படுவதை நீங்கள் காண்கிறீர்களா?

இது விசித்திரமானது என்று எனக்குத் தெரியும், ஆனால் எல்லா வகையான நபர்களும் ஒரு நபரைப் பார்த்து, "அவர் என் குழந்தைப் பருவத்தில் யாரையாவது நினைவுபடுத்துகிறார்" என்று கூறுவார்கள். எனவே, கடந்த கால பிரச்சனையின் காரணமாக அவர் அவர்களை முற்றிலும் வித்தியாசமாக நடத்துவார் - அவர் ஒருபோதும் விடமாட்டார். நாம் நம் ஆன்மாவைத் தேடினால், நம்மில் பலருக்கு நாம் கடன் கொடுப்பதை விட அதிகமாக மன்னிக்க வேண்டும். நாம் இப்போது அதை

up. That's called a paradox. God says the way up is down. The more I humble myself, the more I do admit my weaknesses and recognize my strengths, enjoy my successes in a grateful way, the more I serve others, the more God lifts me up. But the opposite is also true, just as the way up is down, the way down is up.

"Pride goes before destruction, and a haughty spirit before a fall." (Proverbs 16:18) How many personifications of that proverb have you seen? The moment I start getting filled with pride, the moment I think I've got all the answers, is the moment I begin walking right out to the end of the gangplank. If you're thinking that you don't need God, you will. You will, it's just a matter of time. That's true regardless of whether or not you believe it. It's going to happen. But the longer you wait to see it, the more you'll lose. In a nutshell the worst thing about pride is it cuts off all the wonderful things that God wants to give us. God opposes the proud, but he gives grace to the humble.

Amazing Grace Lesson #1197

### Questions:

- God is
  - \_\_\_\_\_ Love
  - \_\_\_\_\_ Righteous (just)
  - \_\_\_\_\_ Truth
  - \_\_\_\_\_ Mercy
  - \_\_\_\_\_ Peace
  - \_\_\_\_\_ All the above
  - \_\_\_\_\_ a, b and c
  - \_\_\_\_\_ a and c
  - \_\_\_\_\_ a, c and e
- God is the perfect example of being pleased in doing a good job without any egotism or self-centeredness (pride) in what He had done.  
True \_\_\_\_\_ False \_\_\_\_\_
- Egotism, self-centeredness, is the only disease that makes everyone else sick.  
True \_\_\_\_\_ False \_\_\_\_\_
- Disharmony and relational conflicts their roots in pride?  
True \_\_\_\_\_ False \_\_\_\_\_
- Pride is destroyed by
  - \_\_\_\_\_ Maturity, one just gets older
  - \_\_\_\_\_ Education
  - \_\_\_\_\_ Hard work
  - \_\_\_\_\_ Humility
- Pride is based upon a valid self-examination.  
True \_\_\_\_\_ False \_\_\_\_\_
- Pride is pretending to be bigger on the outside than you are on the inside.

செய்ய வேண்டும்! அற்புதமான அருள் பாடம் #1239

### கேள்விகள்:

- கடவுள்?
  - \_\_\_\_\_ அன்பு
  - \_\_\_\_\_ நீதிமான் (வெறும்)
  - \_\_\_\_\_ உண்மை
  - \_\_\_\_\_ கருணை
  - \_\_\_\_\_ சமாதானம்
  - \_\_\_\_\_ மேலே உள்ள அனைத்தும்
  - \_\_\_\_\_ a மற்றும் c
  - \_\_\_\_\_ a, c மற்றும் e
  - \_\_\_\_\_ a, b மற்றும் c
- எத்தனை முறை மன்னிக்க வேண்டும்?
  - \_\_\_\_\_ ஒன்று
  - \_\_\_\_\_ ஏழு
  - \_\_\_\_\_ நூறு
  - \_\_\_\_\_ ஒவ்வொரு முறையும் யாராவது கேட்கிறார்கள்.
- ஒருவன் மன்னிக்கும்போது அவன் குற்றங்களை எண்ணிக்கொண்டே இருக்கிறானா?  
ஆம் இல்லை \_\_\_\_\_
- நற்செய்திக்குக் கீழ்ப்படிவது கடவுளுக்கு நாம் செலுத்த வேண்டிய கடனை ரத்து செய்யுமா?  
சரி தவறு \_\_\_\_\_
- மனிதனின் பாவமும் கலகமும் எப்போது ரத்து செய்யப்படுகிறது?
  - \_\_\_\_\_ நமது உடல் மரணம்
  - \_\_\_\_\_ பாவத்திற்கு நமது மரணம்
  - \_\_\_\_\_ இயேசுவே ஆண்டவர் என்பது நமது வாக்குமூலம்
  - \_\_\_\_\_ கடவுளை மன்னித்து கீழ்ப்படிவார் என்று நாம் நம்பும்போது
  - \_\_\_\_\_ a, b மற்றும் c
- மன்னிப்பதற்கான திறவுகோல், கடவுள் நம்மை எவ்வளவு மன்னித்திருக்கிறார் என்பதை அங்கீகரிப்பதுதான்?  
சரி தவறு \_\_\_\_\_
- நான் ஏன் மன்னிக்க வேண்டும்?
  - \_\_\_\_\_ ஏனெனில் கடவுள் என்னை மன்னித்துவிட்டார்

True \_\_\_\_\_ False \_\_\_\_\_

8. Pride is the opposite of humility

True \_\_\_\_\_ False \_\_\_\_\_

9. One can make a choice to be prideful or humble

True \_\_\_\_\_ False \_\_\_\_\_

## Chapter 9

### Taking Steps to Freedom

"They promise them freedom, while they themselves are slaves of depravity---for a man is a slave to whatever has mastered him." (2 Peter 2:19) Listen to that last sentence again. "For a man is a slave to whatever has mastered him."

Not long ago the New York Times carried an article about addictions, and the whole premise was that Americans seem hooked on this idea of addiction. Not too long ago, you only heard the idea of addiction mentioned with regard to drugs and alcohol. Now it says that there are addictions to all kinds of things, food, cigarettes, exercise, relationships, shopping, work, sex and video games. In fact, there's now a monthly publication called, Lifeline America, that focuses on nothing except our addictions. There are over 200 different kinds of addiction support groups meeting throughout the country.

Many if not most of us tend to be addicted to something. There is something that literally has a mastery of or a control over our lives. You may be into one of the new ones, or you may be victim to one of the oldies, like drinking. Over 18,000,000 Americans are problem drinkers. It disrupts their lives and their families. Surely some of us are addicted to eating, I don't mean for livelihood, but for pleasure. Did you know that Americans are 2.3 billion pounds overweight? What is your addiction? What is your life-controlling vice? Whatever it is, I want to share with you seven steps to freedom.

#### 1) Freedom starts today.

Freedom starts today, not tomorrow, not next week, not next month. Have you ever noticed how many more people go on a diet tomorrow instead of today? I love what Solomon says in Proverbs 27:1, "Do not boast about tomorrow, for you do not know what a day may bring." In other words, quit telling yourself, "one of these days." The truth is, it's going to be harder to change tomorrow than it is today, because delay always makes the problem worse. Begin today.

"Whoever watches the wind will not plant; whoever looks at the clouds will not reap." (Ecclesiastes 11:4) In other words, don't get distracted. Don't make excuses, the greater the delay, the bigger the problem. So, step one is, freedom

h. \_\_\_\_\_ வெறுப்பின் வேதனையிலிருந்து தப்பிக்க

i. \_\_\_\_\_ நான் பாலத்தை எரிக்க விரும்பவில்லை, நான் கடந்து செல்ல வேண்டும்

j. \_\_\_\_\_ கடவுள் என்னை மன்னிக்க வேண்டும்

k. \_\_\_\_\_ மேலே உள்ள அனைத்தும்

l. \_\_\_\_\_ a மற்றும் d

அத்தியாயம் 5

### ஓரினச்சேர்க்கை பாவமா?

இருபத்தைந்து ஆண்டுகளுக்கு முன்பு, ஓரினச்சேர்க்கை என்ற வார்த்தை ஒரு கிசுகிசுப்பாக மட்டுமே பேசப்பட்டது, அரிதாக, அதுவும் கூட. பின்னர் சமார் இரண்டு தசாப்தங்களுக்கு முன்னர், ஓரினச்சேர்க்கை பொதுமக்களின் கவனத்திற்கு மிக முக்கிய வழியில் வழிவகுத்தது. இந்த முறை "ஓரினச்சேர்க்கையாளர் சமூகம்" என்ற புதிய பெயருடனும், "ஓரினச்சேர்க்கை உரிமைகள்" என்ற புதிய இயக்கத்துடனும். ஓரினச்சேர்க்கை உண்மையில் 'அறைக்கு வெளியே' வந்தது, அது இனி ஊடகங்களில் அல்லது பொது உரையாடலில் தடைசெய்யப்பட்ட ஒன்று அல்ல. அதற்கு பதிலாக, இது "ஒரு மாற்று வாழ்க்கை முறை" என்று அழைக்கப்பட்டது.

பல நூற்றாண்டுகளாக, ஓரினச்சேர்க்கை கடவுளின் விருப்பத்தை கேள்விக்குட்படுத்தப்படாத மற்றும் நேரடியாக மீறுவதாக கிறிஸ்தவ மக்கள் நம்புகிறார்கள் என்பது சுவாரஸ்யமானது. ஆனால் இப்போது அந்த முன்மாதிரியை மிகவும் தாராளவாத பொதுக் கருத்து எதிர்கொள்கிறது, எது சரி? ஓரினச்சேர்க்கை ஒரு மாற்று வாழ்க்கை முறையா, அல்லது அது பாவமா? இது கடவுளின் சட்டத்திலிருந்து அப்பட்டமான விலகல். சரி, பைபிளை கடவுளின் ஏவப்பட்ட மற்றும் செயலற்ற வார்த்தையாக ஏற்றுக்கொள்பவர்கள், மனிதனுக்கு கடவுளின் சுவாசம், அதற்கான பதிலைக் கண்டுபிடிக்க இந்த வார்த்தையைத் தவிர வேறு வழியில்லை. நாம் பைபிளையும் அதன் குறிப்பிட்ட

has got to start today. Don't put off until tomorrow what can be started today.

### 2) Refuse to blame others.

Refuse to blame others. You'll never get out of your addiction until you refuse to blame others. But this old cover of "alibiing" is as old as Adam and Eve. Do you remember? Adam sinned and blamed his wife; Eve sinned and blamed the snake, serpent, But the point is we tend to want to blame somebody else. I'll never get better until I take personal responsibility. It's my life, I make choices.

One of my favorite chapters in the Bible states. "Let each one carry his own load." (Galatians 6:5) It's talking about personal responsibility. It's not saying we don't help one another. Because three verses earlier, it says "to bear one another's burdens, so fulfill the law of Christ." But I am responsible for me and you are responsible for you.

"Do not be deceived: God will not be mocked. Whatsoever a man sows that shall he also reap." (Galatians 6:7) Who are you blaming for your big problem in life? Are you blaming your parents, your husband, your wife, your teacher or your boss? Or are you blaming the devil? Are you blaming God? To break free, you must take responsibility for your life then you will not seek a remedy to your problem. Stop excusing yourself and stop accusing other people. Refuse to blame others.

### 3) Examine your life.

Take a personal inventory of your life. Do a frank evaluation. Ask some tough questions: What is my addiction? Why do I have it? When did it start? How frequently do I fall victim to it? When are the situations in which I'm tempted most? Why am I afraid to do something about it? It's hard to ask those questions, but they must be asked if we are to correct our problem.

"Let us examine our ways and test them and return to the Lord." (Lamentations 3:40) To change we have to stop pretending. We can't cover up our faults. We must come face to face with them. The fact is, hiding our hurt only intensifies it and makes it worse. Denial prevents healing.

"For day and night your hand was heavy upon me; my strength was sapped as in the heat of summer. Then I acknowledged my sin to you and did not cover up my iniquity. I said, 'I will confess my transgressions to the Lord'---and you forgave the guilt of my sin." (Psalms 32:4,

வசனங்களையும் அவற்றின் சூழலில் பார்ப்பதற்கு முன், உலகளாவிய ரீதியில் இந்தப் பிரச்சினையின் பின்னணியைப் பற்றிய சில உண்மைகளைக் கருத்தில் கொள்வது உதவியாக இருக்கும் என்று நினைக்கிறேன்.

உதாரணமாக, ஓரினச்சேர்க்கை உண்மையில் ஒரு சமகால பிரச்சினை அல்ல. பழங்கால பழங்குடியினரிடையே கூட ஓரினச்சேர்க்கை நடத்தை நிகழ்ந்ததாக மானுவலியல் ஆய்வுகள் சுட்டிக்காட்டியுள்ளன. பதிவு செய்யப்பட்ட வரலாற்றில் இது பற்றி மிகக் குறைவு. ஆனால் மேற்கத்திய நாகரிகத்தில், குறிப்பாக பிரிட்டிஷ் வரலாற்றில் இது சுவாரஸ்யமானது, நீங்கள் சில கவர்ச்சிகரமான உண்மைகளைக் காணலாம், அவற்றில் பெரும்பாலானவை ஓரினச்சேர்க்கை நடத்தைக்கு எதிரான தடைகளின் வடிவங்களில் உள்ளன. உதாரணமாக, 1290-ம் ஆண்டு, ஒரு சோடோமையரை உயிருடன் புதைக்க பிரிட்டிஷ் சட்டம் கட்டளையிட்டது. 1533 இல், ஹென்றி VIII மரணதண்டனை முறையை மாற்றினார், ஆனால் அது இன்னும் மரண தண்டனைக்குரிய குற்றமாக இருந்தது. இறுதியாக, பிரிட்டிஷ் சட்டத்தில், 1861 இல், அது மரண தண்டனைக்கு ஆயுள் தண்டனையை மாற்றியது, ஆனால் அது இன்னும் மிகவும் கொடூரமான குற்றமாகக் கருதப்பட்டது. 1967 ஆம் ஆண்டு வரை பிரிட்டனில் ஒரு ஓரினச்சேர்க்கையாளருக்கு ஆயுள் தண்டனை என்பது இன்னும் தண்டனையாக இருந்தது என்றால் நீங்கள் நம்புவீர்களா? குறைவான கடுமையான தண்டனைகள் இருந்தாலும், அமெரிக்காவில் இதே போன்ற சட்டங்கள் உள்ளன.

காலம் மாறிவிட்டது. ஓரினச்சேர்க்கை நடைமுறைகள் பெரும்பாலும் சட்டபூர்வமானவை மட்டுமல்ல, அவை பெருகிய முறையில் பொதுவானதாகவும், நம் கலாச்சாரத்தில் ஏற்றுக்கொள்ளப்பட்டதாகவும் மாறி வருகின்றன. கேள்வி எழுகிறது, "எவ்வளவு பொதுவானது?" வெளிப்படையாக, மிகவும் சிறிய நம்பகமான தரவு உள்ளது. அமெரிக்காவில் ஓரினச்சேர்க்கை செயல்பாடு பற்றி இந்த நூற்றாண்டின் முதல்

5) David said, I wouldn't face my problem, and I was drying up.

David examined his own life, and when he did, he came clean before the Lord. It was like lancing a boil. All of a sudden, he felt this freeing relief. Examine your life. Let me tell you something, that's not a once in a lifetime thing. We need to be examining our lives regularly because vice, addiction and other sins will insidiously creep in and control you before you even know it.

#### 4) Employ Christ's sovereignty.

Christ is waiting to help. Employ his sovereignty - you can't do it alone. You need a power greater than yourself. Why don't you go straight to the source and get the greatest power? "Therefore, do not let sin reign in your mortal body so that you obey its evil desires. Do not offer the parts of your body to sin, as instruments of wickedness, but rather offer yourselves to God, as those who have been brought from death to life." (Roman 6:12, 13)

For a man is a slave to whatever masters him. So, you are a slave. Romans 6:20 states, you're either a slave to sin, or you're a slave to righteousness. The bottom line is we all really are a slave. But the good news is, you can choose your master. "Submit yourselves, then, to the Lord." (James 4:7) The solution to your addiction is to choose the right master. Every day you're controlled by something. You're controlled by a bottle or by a pill. Many are controlled by other people. You may be controlled by the thirst for power, you may be controlled by food. But you are going to have to serve something. Why not choose the right master? God says, "Let me be sovereign."

Often, we only want to give God the problem. We say to God, I've got a problem. I need you to take care it. But to tell you the truth, I really want to run the rest of my life. God says, if you want me to work on the problem, you've got to give me every area of your life, and give it all to me, not just part. When we do, it produces incredible power to change.

So, why don't more people do it? The truth is, they're afraid. They're afraid that by submitting their lives to Christ it will turn them into something they don't want to be. They're afraid it means no fun, no freedom, and becoming some distorted view of a fanatic for Christ. That's one of the biggest lies that has ever escaped from hell. Did you hear that? That's a lie straight from the flames of hell. Jesus said, "I've come so that you can have life and have it to the full." What God is saying is, "Don't you know I was your architect? Don't you know that I was your chief construction engineer? Don't you know that I know the way you work? Don't you know that I know you need fun? Don't you know

பெரிய ஆய்வு 1950 வரை நிகழவில்லை. இது டாக்டர். EG Kinsey ஆல் நடத்தப்பட்டது. அவர் நாடு முழுவதும் பயணம் செய்தார், ஆயிரக்கணக்கான ஆண்களை நேர்காணல் செய்தார் - அவரது ஆய்வு ஆண்களை மட்டுமே பற்றியது - மேலும் அவர் முடிவு செய்தார், ஆண் மக்கள் தொகையில் சுமார் பத்து சதவீதம் பேர் 16 முதல் 65 வயது வரை குறைந்தது மூன்று வருட ஓரினச்சேர்க்கை அனுபவத்தில் ஈடுபட்டுள்ளனர். 1972 ஆம் ஆண்டில், டாக்டர் பால் கெபார்ட் தேசிய மனநல நிறுவனத்தால் மற்றொரு ஆய்வை மேற்கொள்ள நியமிக்கப்பட்டார்.

அந்தக் கூற்றுகளை கண்டித்து மறுத்த பழமைவாத அறிஞர்கள் அதிகம். நம்பகமான தரவு இன்னும் வர மிகவும் கடினமாக உள்ளது. ஆனால் பெரும்பாலான நிபுணர்கள், பழமைவாத மற்றும் தாராளவாத (மற்றும் இடையில் எங்கும்), அமெரிக்க ஆண் மக்கள்தொகையில் குறைந்தது ஏழு சதவிகிதம் மற்றும் அமெரிக்க பெண் மக்கள்தொகையில் சுமார் ஐந்து சதவிகிதம் ஓரினச்சேர்க்கையில் தீவிரமாக ஈடுபட்டுள்ளனர் என்பதை ஒப்புக்கொள்கிறார்கள். எங்களுக்கு எண்கள் தெரியவில்லை என்றாலும், உண்மை என்னவென்றால், ஓரின சேர்க்கை உரிமைகள் இயக்கம் நீராவி உலகத்தை எடுத்துள்ளது. அவர்கள் இப்போது தங்கள் சொந்த பத்திரிகைகள் மற்றும் அவர்களின் சொந்த சமூகங்களைக் கொண்டுள்ளனர். அவர்கள் தங்கள் சொந்த பொழுதுபோக்கு இடங்கள் மற்றும் இரவுப் புள்ளிகளை நடத்துகிறார்கள், மேலும் அவர்கள் அமெரிக்காவில் வலுவான சட்டமன்ற லாபிகளில் ஒன்றைக் கொண்டுள்ளனர்.

பைபிளைப் பார்த்து, ஓரினச்சேர்க்கையைப் பற்றி வேதம் என்ன சொல்கிறது என்பதைப் பார்ப்பதற்கு முன், இன்னொரு விஷயத்தைப் பார்க்க வேண்டும் என்று நான் விரும்புகிறேன். ஓரினச்சேர்க்கை என்றால் என்ன என்பது பற்றி நம் அனைவரின் மனதிலும் ஒரு அர்த்தம் இருப்பதாக நான் உறுதியாக நம்புகிறேன் என்றாலும், விதிமுறைகளை வரையறுப்பது அவசியம் என்று நான் நினைக்கிறேன்.

that I know you need freedom? Therefore, in the short term and the long term, you submit your life to me, and I'll give you more joy than you can ever find anywhere else."

You think about the epitome of Christian people that you know and look at their lives and tell me they are not joy filled. If I get a picture of somebody in my life that is dour and sour and down on anything, he does not rank at my list of top ten Christian people, because he is not, he has missed it somewhere. Jesus said, "I've come so that you can have life, and have it to the full. Make God sovereign in my life.

##### 5) Distance myself from temptation.

If you don't want to get stung by the bees, stay away from them. Avoid situations where you know your temptation is going to be looking you in the eye. The Bible says, "Resist the devil and he'll flee from you." This is not only biblical, it's just good old common sense.

That means if you've got a problem with drinking, don't stock a bar in your house. If I've got a problem with lust, I don't need to go to places that sell pornography. If I've got a problem with overeating, I don't need to line the shelves with junk food. Stay away from the things that cause me problems.

Now can I confess something to you here? I've got weaknesses. I have things in my life that have controlled me and that I still wrestle with daily to keep from controlling me. One of them is food, but my real Achilles heel is ice cream.

Eleven years ago, my wife and I were building a house. While we were building a house, we moved into a little apartment complex on Murfreesboro Road. Across the street in the shopping center was a Baskin Robbins. About 8:00 every night, two hours after our evening meal there was this little churning in my stomach. I'd say, "I believe I'm going to go across the street." It started out slow, one dip. In a couple of weeks, it was two scoops. Within a month, I said, "give me pint and don't put on the lid, just stick a spoon in there." In eight months, I gained 30 pounds. But thank God, I broke that addiction. I'd like to tell you that I applied all these spiritual principles. I didn't, we moved. Baskin Robbins just went "out of sight and out of mind." The key to overcoming temptation is planning in advance not to be around it.

Can I give our teenagers a little word of advice? About a year ago, a year ago this month, a lot of our teens went through a great program called, "True Love Waits," where you made a commitment to stay sexually pure until marriage. I hope you're still on track with that commitment, but if you're going to fulfill that commitment, here's a great piece of advice. You don't wait till you're in the back seat of a car, or you're sitting alone on a couch at your date's house alone, to then ask yourself the question: Do I want to stay pure? If you wait to

ஓரினச்சேர்க்கை என்பது ஒரே பாலினத்தைச் சேர்ந்த இருவருக்கு இடையேயான உடலுறவு ஆகும். இது ஒரு செயல். நான் அதை ஓரினச்சேர்க்கை நோக்குநிலையிலிருந்து வேறுபடுத்த விரும்புகிறேன். கூர்ந்து கேளுங்கள். ஓரினச்சேர்க்கை நோக்குநிலை என்பது ஒரு பாலின உறவை விட ஓரினச்சேர்க்கை உறவை விரும்பும் ஒரு போக்கு அல்லது விருப்பம்.

அந்த இரண்டுக்கும் இடையே ஒரு வித்தியாசம் உள்ளது, இதை ஏன் ஒரு கணத்தில் வேறுபடுத்துகிறோம் என்பதை நீங்கள் காண்பீர்கள். ஓரினச்சேர்க்கை ஒரு செயல்; ஓரினச்சேர்க்கை நோக்குநிலை என்பது ஆசை அல்லது ஏக்கம். ஒரு பாலினச் செயல் வேறுபட்டது, ஒரு பாலின நோக்குநிலையிலிருந்து வேறுபட்டது போல அந்த இரண்டும் வேறுபட்டவை. இப்போது வரையறுக்கப்பட வேண்டிய இரண்டு தொழில்துட்ப சொற்கள் உள்ளன, வக்கிரம் மற்றும் தலைகீழ்.

வக்கிரமானவர்கள் என்று முத்திரை குத்தப்படுபவர்களும் உண்டு. வக்கிரம் அல்லது வக்கிரம் என்பது, இயல்பில் வேற்றுமையினராக இருந்த, ஆனால் ஓரினச்சேர்க்கை நோக்குநிலைக்கு மாறிய நபர்கள். "ஏன் யாராவது தங்கள் பாலியல் ஏக்கத்தை, பாலியல் நோக்குநிலையை மாற்றிக்கொள்ள வேண்டும்?" மீண்டும், ஆராய்ச்சி திட்டவட்டமானது, காரணங்கள் வேறுபடுகின்றன. வக்கிரம் மற்றும் சில சூழல்களுக்கு இடையே ஒரு வலுவான தொடர்பு உள்ளது என்பதைக் குறிப்பிடுவது சுவாரஸ்யமானது, எடுத்துக்காட்டாக, மோனோ-செக்ஸ் நிறுவனங்கள். ஒற்றை பாலினம் இருக்கும் இடங்கள், எடுத்துக்காட்டாக, சிறை அல்லது உறைவிடப் பள்ளி, ஆயுதப் படைகள் கூட, பொதுவாக மக்கள்தொகையைக் காட்டிலும் அதிக வக்கிர நிகழ்வுகளைக் கண்டுள்ளன.

பின்னர் ஓரினச்சேர்க்கையாளர்களாக இருக்கும் நபர்களில் இரண்டாவது வகை உள்ளது. இந்த நபர்கள் தலைகீழ் என்று அழைக்கப்படுகிறார்கள். தலைகீழ் நபர்கள் எதிர் பாலின உறுப்பினர்களிடம் ஈர்க்கப்பட்டதை ஒருபோதும் நினைவில்

that point, it's going to be too late. You plan in advance; you decide to avoid the temptation in advance.

Teen, if you want to live your life the way God wants you to live it, you plan your dates. My youth ministers told me a long time ago, "You either go by your plans, or your glands." Let me tell you, you want to go by your plans. Don't you give the devil an opportunity to make you fall! One fellow quit smoking, and somebody asked him, "How did you quit smoking?" I love his answer, he said, "I wet my matches." That's good. Every time he tried to get it out and strike one, he couldn't get that match to strike. He planned in advance.

"Do not give the devil a foothold." (Ephesians 4:27) It's like climbing a mountain, you get a foothold that allows him to step up and get another foothold, then another and another. Don't let the devil be the king of your mountain. You start by not letting him get a foothold. That may mean you have to choose new friends, get a new job or move somewhere else. The Bible says, "Flee from temptation." You don't toy with it or flirt with it, you run from it. If we're honest, when we flee from temptation, most of us leave a forwarding address. Sometimes we say, "I'll be right down the road, come see me, down there." We want to play with it. Playing with the temptation will not work - you must distance yourself from it.

#### 6) Opt for something better.

"As a man thinketh in his heart, so is he." (Proverbs 23:7) The battle for your life is fought in your mind. Whatever captures my attention, captures me.

My thoughts control my emotions, my emotions control my decisions, and my decisions control my actions, right? The beginning point of the end product, our actions, starts with our thinking. If you have an addiction, a sin that is mastering your life and you are pretending you could break, you can't break it because it's got you by the throat, I will assure you that you dwell on it every day mentally. In fact, you may be dwelling on it every single hour.

The real key to resisting temptation is not in resisting but refocusing. Do you understand? The real key to resisting temptation is not in the resisting, it's the refocusing. You can't just look at that temptation that's got you by the throat and say, "No, no, no, I don't want it, I don't want it, I don't want it," when every ounce of your flesh desires it. You do want it. That won't work. If you just try to resist, you'll lose. However, you must refocus your attention, you mentally change channels so that when temptation calls, you drop the phone. You don't try to argue by saying "I don't want that; I don't want that" because it is a lie. That's why it's a temptation. The only way you'll have victory over temptation is to refocus your attention on something else, whatever you concentrate on gets you.

கொள்ள முடியாது. அவர்களின் அறிவார்ந்த வயதுவந்த வாழ்க்கையின் ஆரம்பத்திலிருந்தே, அவர்கள் ஒரே பாலினத்தின்பால் ஈர்க்கப்பட்டதாக உணர்ந்தனர். எதனால் தலைகீழாக மாறுகிறது என்பது பற்றிய ஆராய்ச்சி திட்டவாட்டமாக உள்ளது. ஆனால் ஒரு தொடர்பு உள்ளது. வீட்டிற்குள் தந்தையின் உருவங்கள் இல்லாதது ஒரு காரணியாகும். உண்மையில், அமெரிக்காவில் உள்ள கெட்டோ சூழ்நிலைகளில் தந்தை இல்லாத அதிக நிகழ்வுகள் உள்ளன, அதற்கேற்ப தலைகீழ் நிகழ்வு உள்ளது - இது தேசிய மக்கள்தொகையை விட இரண்டு மடங்கு அதிகம்.

நாங்கள் பின்னர் அந்த விதிமுறைகளுக்கு வருவோம், ஆனால் நினைவில் கொள்ளுங்கள், ஓரினச்சேர்க்கை செயல், ஓரினச்சேர்க்கை நோக்குநிலை, வக்கிரம் மற்றும் தலைகீழ் ஆகியவற்றுக்கு இடையேயான வித்தியாசம்.

இப்போது பைபிளுக்கு வருவோம். ஓரினச்சேர்க்கை நடத்தை பற்றி பைபிள் என்ன சொல்கிறது? கடவுளின் வார்த்தை இந்த விஷயத்தில் பொருள் செல்வத்தை கொண்டிருக்கவில்லை, ஆனால் ஓரினச்சேர்க்கை பற்றி பைபிள் ஏதாவது சொல்லும் போது, அது அத்தகைய நடத்தைக்கு எதிராக கடுமையாக பேசுகிறது. பைபிளில் நீங்கள் அதைக் கடந்து செல்லும் முதல் இடம் ஆதியாகமம் 19 என்று நான் நினைக்கிறேன். ஆபிரகாமின் உறவினரான லோத்து, சோதோம் நகரத்தில் இரண்டு அந்நியர்களைப் பெற்றார், அவருடைய வீடு உண்மையில் அந்த நகரத்தின் கீழ்த்தரமான தோழர்களால் குண்டுவிசித் தாக்கப்பட்டது. அவர்களின் நோக்குநிலையிலும் செயலிலும் வெளிப்படையாக ஓரினச்சேர்க்கையாளர்கள். எனவே, அவர்கள் லோத்தின் வீட்டை முற்றுகையிட்டனர். இறுதியில், சோதோமும் அதன் சகோதரி நகரமான கொமோராவும் அழிக்கப்பட்டன. நியாயாதிபதிகள் 19-ல், இதேபோன்ற சூழ்நிலையைப் பற்றி நீங்கள் வாசிக்கிறீர்கள், இந்த முறை கிபியா நகரில்.

That's why so many people fail on a diet. What do you think about while you're on a diet? Food! You say, "Fifteen more minutes and I can have another celery stick." You sit there and look at that clock." Resistance will not work, you must refocus.

I took my mother to the doctor the other day. She's had to go on insulin because of diabetes. But we were in the office talking with the doctor. I was hungry when I went in, but over on the side on the table, he had a big old gunky yellow model of a five-pound blob of fat. I saw it and kept staring and I lost that hunger real fast. Why did I lose my desire for something to eat? It was by refocusing.

Paul says in Philippians 4:8 "Finally, brothers, whatever is true, whatever is noble, whatever is right, whatever is pure, whatever is lovely, whatever is admirable---if anything is excellent or praiseworthy---think about such things." Do you realize that's called the principle of replacement? You replace the bad with the good, because nature will not allow a vacuum. When you say that your gas tank is empty, it's not empty, it's full of air. You fill it back up, it's full of gas and the air is gone. When you think "I'm going to get rid of this thought", it will come right back if it's not replaced by something better. That's the principle of replacement. It's the principle of a positive affection. Opt for something better.

Don't sit around all day saying, "No, I don't want to be drunk. No, I don't want to give in to sexual desire. No, I don't want to use all my money gambling. No, I don't want to keep smoking." Whatever the problem, that's the wrong way to fight it. The Bible says, you fill your mind with positive things. That's part of knowing the truth, and letting the truth set you free. Opt for something better.

#### 7) Make solid relationships.

Every human being needs a support group. You may not want to call it that, but you sure need it, and so do I. Every person needs a circle of caring people to give him reinforcement and support. Solomon said in Ecclesiastes 4:9, "Two are better than one, because they have a good return for their work: If one falls down, his friend can help him up. But pity the man who falls and has no one to help him up!" That's truer spiritually than it is physically.

January 1st people make resolutions to become a new person. "I'm going to break all my bad habits," and then what? Two months later we are right back into the same old thing. There's a cycle.

We are not what we want to be, and so we humble ourselves. We say, "God, I need your help. I'm failing." The Bible says, "Humble yourselves in the sight of the Lord, and He'll lift you up." So, we humble ourselves, God gives us the power to do better. We start doing better and after a few weeks or a

டிஎஸ் பெய்லி தனது ஓரினச்சேர்க்கை மற்றும் கிறிஸ்தவ பாரம்பரியம் என்ற புத்தகத்தில், மீறுபவர்கள் (குறிப்பாக லோட் மற்றும் அவரது வீட்டில் அந்நியர்கள் சம்பந்தப்பட்ட அத்தியாயத்தில்) உண்மையில் விருந்தோம்பல் விதிகளை மீறுவதாக வாதிட முயன்றார், அதனால்தான் அவர்கள் கண்டிக்கப்படுகிறார்கள், அவர்களுக்காக அல்ல. ஓரினச்சேர்க்கை செயல்பாடு. திரு. பெய்லியின் கோட்பாடு ஆய்வுக்கு நிற்கவில்லை, ஏனென்றால் சோதோம் மற்றும் கொமோராவில் என்ன நடந்தது என்பதற்கான விளக்கம் நமக்கு கொடுக்கப்பட்டுள்ளது. இது யூதாவின் சிறிய புத்தகம், வசனம் 7 இல் காணப்படுகிறது. "இதேபோல், சோதோம் மற்றும் கொமோரா மற்றும் சுற்றியுள்ள நகரங்கள் பாலியல் ஒழுக்கக்கேடு மற்றும் வக்கிரம் ஆகியவற்றிற்கு தங்களைக் கொடுத்தன. அவை நித்திய நெருப்பின் தண்டனையை அனுபவிப்பவர்களுக்கு ஒரு எடுத்துக்காட்டு. " இது மிகவும் தெளிவாகிறது, இல்லை' அது? ஜூட் என்று நாம் அழைக்கும் கடிதம் - குறைந்த பட்சம் அதன் ஒரு பகுதியையாவது - அந்த நபர்கள் தங்கள் ஓரினச்சேர்க்கை நடத்தையால் கண்டனம் செய்யப்பட்டதை எங்களுக்குத் தெரிவிக்க எழுதப்பட்டுள்ளது. வெளிப்படையாக, இது லேவியராகமம் 18:22 மற்றும் லேவியராகமம் 20:13 போன்ற சில பழைய ஏற்பாட்டு தடைகளுக்கு ஒத்திருக்கிறது, அங்கு ஆண் ஓரினச்சேர்க்கை ஒரு அருவருப்பானது, அதற்காக மரண தண்டனை விதிக்கப்படுகிறது.

இந்த அறிக்கைகளின் வலிமையானது அவற்றின் சூழலில் மற்றும் இணைக்கப்பட்டுள்ள தண்டனையின் தீவிரம் ஆகிய இரண்டிலும் காணப்படுகிறது. நீங்கள் பழைய ஏற்பாட்டிலிருந்து புதிய ஏற்பாட்டிற்குச் செல்லும்போது, பால் ஓரினச்சேர்க்கை நடவடிக்கையை தொடர்ந்து கண்டனம் செய்வதை நீங்கள் காண்கிறீர்கள். "பெண்கள் கூட இயற்கைக்கு மாறான உறவுகளை பரிமாறிக் கொண்டனர். அதே போல், ஆண்களும் பெண்களுடனான இயற்கையான உறவை கைவிட்டு, ஒருவர் மீது ஒருவர் காமத்தால் தூண்டப்பட்டனர்." (ரோமர் 1:24-25) இவை அனைத்தும் கடவுளிடமிருந்து விலகிய அந்த நபர்களின்

couple of months, we start getting proud about how good we're doing. Beware! "Pride goes before a fall." We go right back down. We get down in the depths and we begin to humble ourselves again, and the cycle goes over and over. How do you break that cycle? You need friends. You need Christian friends who will pray for you, who will care for you, who will encourage you, who will help make you accountable and keep you on track. Two are better than one, because they pick each other up.

I'll give you a parallel verse to this, so important. "Confess your sins to each other and pray for each other so that you may be healed." (James 5:16) Did you understand? Now tell me the truth, do you like that verse? "Confess your sins to each other and pray for each other so that you..." Do you like that verse? Oh, be honest, you don't like that verse much. I think it's the least obeyed verse in the Bible. We don't want to confess our sins to each other. Nobody does. I don't want to open up. Now it says, "so that we may be healed." We like that part. We want to be healed.

We want the power to break the addiction grip on my life. That comes only by confessing my sin, not only to God, but to each other. That doesn't necessarily mean in front of all the brethren and giving a generic statement. I think in the context that James wrote it, it meant more to a select few Christian brothers and sisters, who know me, who love me, who trust me, and whom I trust implicitly and who I know will talk to me every day and say, "how are you doing? I prayed for you today."

Now many of you are thinking right now, I have this addiction that is mastering me. I want to break it, but I don't want anybody to know about my problems. I don't give you any hope of ever coming to a lasting solution. I don't give you any hope at all. Because that's the attitude, I can do it on my own, I don't need God. I'll take it all by myself. That attitude will keep you in bondage.

It is essential that we learn to live transparently before God and before the people in our lives who love us the most. Just say, "I have strengths, and I have weaknesses. This is me." The Church, Christian people not the church building, is designed by God to be transparent so we can encourage one another and pray for one another. It is the number one reason God designed a church in the first place. That's why you need to be in some kind of small group. It may be a care group, a Bible study group, just a group of friends who live around you or Christian friends you've developed over years. But you need close, intimate friends where you can sit down sometime with tears in your eyes and say, "I'm burned out, I'm about as depressed as I can get." Or where you can look them in the eye and say to maybe others your age, "I'm having trouble parenting. I've got a child that I don't know what to do with, and I'm at the end of my rope." They will

சூழலில் உள்ளன - அவர்கள் கடவுள் அற்றவர்கள் - கடவுள் அத்தகைய நடத்தையை பொறுத்துக்கொள்ள மாட்டார். வலுவான வார்த்தைகள், ஆனால் உண்மையில் அதே விஷயத்தை பவுல் 1 கொரிந்தியர் 6:9 இல் அவர் அநீதியானவர்களை பட்டியலிட்டபோது கூறினார், மேலும் அவர் ஓரினச்சேர்க்கையாளர்களையும் சேர்த்தார். 1 தீமோத்தேயு 1:10 இல், சோதோமையர்கள் சட்டமற்ற மற்றும் கீழ்ப்படியாதவர்களில் பட்டியலிடப்பட்டனர்.

இப்போது நான் இங்கே ஒன்றைச் சட்டிக்காட்ட விரும்புகிறேன், நீங்கள் முன்பு கேள்விப்பட்டிருக்கவில்லை என்றால், எதிர்காலத்தில் நீங்கள் கேட்கலாம். ஓரினச்சேர்க்கைக்கு எதிரான அந்த மூன்று அறிவுரைகளிலும் பவுல், தலைகீழாக அல்ல, வக்கிரத்தைக் கண்டித்ததாக, தாராளவாத இறையியலாளர்கள் மத்தியில் ஒரு இயக்கம் உள்ளது. வித்தியாசம் உங்களுக்கு நினைவிருக்கிறதா? "எதிர் பாலினத்தின் மீது இயற்கையான ஈர்ப்புடன் பிறந்தவர்கள்", ஆனால் மாறிய நபர்களிடம், அந்த நபர்கள் அவ்வாறு செய்வது தவறு என்று பால் கூறுகிறார். அதில் உள்ள உட்குறிப்பு என்னவென்றால், "யாராவது தலைகீழாக ஓரினச்சேர்க்கையில் ஈடுபடத் தேர்வுசெய்தால், அந்த நபர் தடை செய்யப்பட மாட்டார்."

அது சரியல்ல. இது உண்மையாக இருப்பதற்கு குறைந்தபட்சம் இரண்டு காரணங்கள் வேதத்தில் உள்ளன:

1) ரோமர் 1, 1 கொரிந்தியர் 6, மற்றும் 1 தீமோத்தேயு 1 இல் ஓரினச்சேர்க்கை நடத்தையை கண்டிக்க பவுல் பயன்படுத்திய வார்த்தை முதன்மையான காரணம். அவர் ஒரு கிரேக்க வார்த்தையைப் பயன்படுத்துகிறார், இது உண்மையில் அனைத்து ஓரினச்சேர்க்கை நடத்தையையும் குறிக்கும் ஒரு குடைச் சொல்லாகும். இதற்கு நேர்மாறாக, பாலியல் வக்கிரத்தைக் குறிப்பிடும் மூன்று வெவ்வேறு கிரேக்க சொற்களில் ஒன்றை அவர் பயன்படுத்தியிருக்கலாம், ஆனால் அவர் அதைச் செய்ய வேண்டாம் என்று தேர்வு

probably look at you and say, "I didn't know anybody else was the same way, but I'm that way, too."

You need somebody close enough in your life that you can look in the eye and say, "You know five years ago I went on a business trip, and I started nipping a little bit of booze, and I didn't think anything of it. But now, I drink every day and I hide it in the closet, and I don't want anybody to know that I'm addicted." Until you can get a group of people that you can confide in, you'll stay in your addiction.

To paraphrase James 5:16, revealing your feeling is the first step to healing. Others of you are thinking, well I'm going to quit. I'm just not going to tell anybody. That's a cop-out. That's making provisions for the flesh, Romans 14:13. You're guaranteeing failure by making an escape hatch so that you can bail out and nobody will know you ever failed. Everybody needs a support group.

### Summary

Seven steps to freedom, straight from the Word, clear as a bell, no mistaking and no short cutting.

- 1) Freedom starts today.
- 2) Refuse to blame others.
- 3) Examine your life.
- 4) Employ Christ's sovereignty.
- 5) Distance yourself from temptation.
- 6) Opt for something better.
- 7) Make solid relationships.

"The God who comforts us in all our troubles, so that we can comfort those in any trouble with the comfort we ourselves received from God." (2 Corinthians 1:4) When God heals me of my addiction, my life-controlling sin, I receive comfort from him. This is the very same comfort I'll pass on to somebody else. The best people to help somebody overcome a particular addiction, whether it is booze, workaholism, or whatever, are people who've come out of the same thing. Because the comfort they've received from God, God uses them to pass it on. That's what we need to be and do. We want to be more that way.

#1198

Amazing Grace Lesson

### Questions:

1. God is
  - a. \_\_\_\_\_ Love
  - b. \_\_\_\_\_ Righteous (just)
  - c. \_\_\_\_\_ Truth
  - d. \_\_\_\_\_ Mercy
  - e. \_\_\_\_\_ Peace
  - f. \_\_\_\_\_ All the above
  - g. \_\_\_\_\_ a and c
  - h. \_\_\_\_\_ a, c and e

2. All mankind is a slave to whatever has mastered him?

செய்தார். எனவே, தலைகீழாக இருந்தாலும் சரி, வக்கிரமாக இருந்தாலும் சரி, ஓரினச்சேர்க்கை நடவடிக்கை கண்டிக்கப்படுகிறது என்பது தெளிவாகிறது.

2) ரோமர் 1 இல் உள்ள சூழல் படைப்பின் சூழல் என்பதை கவனியுங்கள். ஓரினச்சேர்க்கைக்கு எதிரான தடை, தலைகீழாக இருந்தாலும் சரி, வக்கிரமாக இருந்தாலும் சரி, தனிநபர்களை மட்டும் இலக்காகக் கொண்டதல்ல. அது கடவுளின் ஒழுங்குமுறையை மீறுவதாகக் கூறுகிறது. "கடவுளைப் பற்றி அறியக்கூடியது அவர்களுக்குத் தெளிவாக இருப்பதால், கடவுள் அதை அவர்களுக்குத் தெளிவுபடுத்தியுள்ளார். ஏனென்றால், உலகம் தோன்றியதிலிருந்து, கடவுளின் கண்ணுக்குத் தெரியாத குணம், அவருடைய நித்திய சக்தி மற்றும் அவரது தெய்வீக தன்மை ஆகியவை தெளிவாகக் காணப்படுகின்றன. மனிதர்கள் மன்னிப்பு இல்லாமல் இருக்க வேண்டும் என்பதற்காக உருவாக்கப்பட்டன." (ரோமர் 1:19-20)

நீங்கள் பார்க்கிறீர்கள், ரோமர் 1 இன் சூழல் என்னவென்றால், கடவுள் தனது வடிவமைப்பு என்ன என்பதை தெளிவாக்கினார். ஒரு ஆணுக்கு ஒரு பெண்ணைத் தேர்ந்தெடுப்பது, இருவரும் திருமண சூழலுக்குள், வாழ்நாள் முழுவதும் உறவில் ஒன்றாக இருக்க வேண்டும். அதுவே கடவுள் பொருட்களைப் படைத்த இயற்கை வழி, இந்த உலகத்தை இயக்க அவர் தேர்ந்தெடுத்த வழி. மொழியிலிருந்து மிகத் தெளிவாகத் தெரிகிறது.

### முடிவுரை:

#### C. பொதுவாக

- 1) ஓரினச்சேர்க்கை என்பது நம்மில் எவரும் ஒப்புக்கொள்ள விரும்புவதை விட நம் கலாச்சாரத்தில் மிகவும் பொதுவானது.
- 2) ஓரினச்சேர்க்கை என்பது இன்று முன்னணியில் இருக்கும் ஒரு பிரச்சினை.
- 3) ஓரினச்சேர்க்கைச் செயல்களுக்கு எதிராக பைபிள் பேசும் நிலைத்தன்மையும் ஆவேசமும், கடவுளால் நியமிக்கப்பட்ட அல்லது கடவுளால் ஏற்றுக்கொள்ளப்பட்ட வாழ்க்கை முறையை ஒரு கிறிஸ்தவரால் ஏற்றுக்கொள்ள முடியாது. ஒரு நபரின்

True \_\_\_\_\_ False \_\_\_\_\_

3. When is it time to start controlling your life?  
a. \_\_\_\_\_ Tomorrow  
b. \_\_\_\_\_ As soon as time is available  
c. \_\_\_\_\_ Today
4. Who is to blame for your addiction or lack of self-control?  
a. \_\_\_\_\_ Parents  
b. \_\_\_\_\_ Society  
c. \_\_\_\_\_ Someone else  
d. \_\_\_\_\_ Self
5. How does one identify their addiction or lack of self-control?  
a. \_\_\_\_\_ See a doctor  
b. \_\_\_\_\_ Seek help from a friend  
c. \_\_\_\_\_ Self examination
6. People are afraid to submit to Christ because they think it means no more fun or freedom?  
True \_\_\_\_\_ False \_\_\_\_\_
7. Flirting with a temptation is okay as long as one does not yield to the temptation?  
True \_\_\_\_\_ False \_\_\_\_\_
8. The battle for your life is fought in your mind (heart)?  
True \_\_\_\_\_ False \_\_\_\_\_

#### Chapter 10

### God's Principles on Pain

This lesson is about myths involving pain. We are a very pain-conscious society. Everywhere you turn there are ads for pain relievers and painkillers. Technology has led us from aspirin to Tylenol to Ibuprofen to Naproxen to I don't even know what's out there. It seems like the whole world has a headache, doesn't it?

One of the facts of life is that we all face problems, and we all feel pain. As long as we are alive, we are going to have pain. You are going to have physical, emotional, and spiritual pain. The world gives us a whole collection of myths about what to do with that pain.

The world basically says pain is an awful thing. It's the worst thing you can experience. So just avoid problems if you possibly can; don't face them. Two major myths the world would have you believe are (a) ignore it, it will go away and (b) escape it, take a drink, a pill or something else. All myths have a grain of appeal in the short term, but they tend to bring major misery in the long run.

The eminent psychologist Scott Peck said, "Fearing pain, almost all of us to one degree or another, attempt to avoid problems. We procrastinate, hoping they will go away. We ignore and pretend they don't exist. We attempt to get out of

பாலியல் நோக்குநிலை அல்லது உந்துதல் எதுவாக இருந்தாலும் அது உண்மையாக இருக்கும்.

#### D. கிறிஸ்தவர்களுக்கு

1) நாம் பாவத்தை வெறுக்கிறோம், ஆனால் நாம் பாவியை நேசிக்கிறோம் என்று பைபிள் போதிக்கிறது. ஒரு ஆண் அல்லது பெண்ணை ஓரினச்சேர்க்கையாளர் என்று அழைக்கும்போது, அவர்கள் என்ன செய்கிறார்கள், அல்லது அவர்கள் என்ன செய்கிறார்கள் என்பதைக் குறிப்பிடுகிறோமா? இப்போது ஒரு கணம் அதைப் பற்றி சிந்தியுங்கள். ஒருவரை எப்போது கொலைகாரன் என்று அழைப்பீர்கள்? அவர்கள் எப்போது கொலை செய்தார்கள், இல்லையா? ஒரு நபரை எப்போது திருடன் என்று அழைப்பீர்கள்? அவன் அல்லது அவள் எதையாவது திருடும்போது. மிகவும் நேர்மறையான குறிப்பில், ஒரு நபரை எப்போது பிளம்பர் என்று அழைப்பீர்கள்? அந்தப் பணியில் அவர்கள் திறமையை வெளிப்படுத்தியிருந்தால் மட்டுமே. கிறிஸ்தவர்களான நம்மில் பலருக்கு, ஓரினச்சேர்க்கை பாவத்தின் தன்மை நமக்கு வெறுப்பாக இருக்கிறது, ஒருவேளை பாவத்தை பாவியிடம் இருந்து பிரிப்பதில் நமக்கு கடினமான நேரம் இருந்திருக்கலாம். ஓரினச்சேர்க்கை நோக்குநிலையைக் கொண்டிருக்கலாம், ஆனால் பாவத்தை எதிர்த்துப் போராடுபவர்கள் நம் உலகில் உள்ளனர். எங்களுடைய "அச்சிலின் குதிகால்" பாவம் எதுவாக இருந்தாலும், உங்களையும் என்னையும் நம்முடைய போக்குகளில் இருந்து அவர் காப்பாற்றுவது போல, கடவுள் அவர்களை அதிலிருந்து மீட்க முடியும் - நம்முடையது முற்றிலும் வேறுபட்டிருக்கலாம். ஆனால் நான் கிறிஸ்தவர்களை வேண்டிக்கொள்கிறேன், நாம் ஓரினச்சேர்க்கை பிரச்சினையை எதிர்கொள்கிறோம், பிரச்சனையிலிருந்து ஓடாதீர்கள், அதை எதிர்கொள்ளுங்கள். பாவத்தை வெறுக்கும்போது பாவியை நேசிக்கவும். இயேசு அதைத்தான் செய்தார், ஓரினச்சேர்க்கையின் பாவம் மற்றும் விபச்சாரத்தின் பாவங்கள், இரசாயனச் சார்பு, கோபம் மற்றும் பிற எல்லா

them, rather than to suffer through them." He concluded with, "This tendency to avoid problems and the emotional pain inherent in them is the primary basis for human mental illness." Did you hear that? "The tendency to avoid problems and pain inherent in them is the primary basis for human mental illness." He's right, and the fact is God doesn't want you to ignore your pain. He doesn't really want you to run from your pain. God wants you to discover the cause of your pain and then go to the root for real relief.

Pain is like a warning light on the dashboard of your car. When that warning light comes on, it indicates that something is wrong. You can take a hammer and crash it if you want to ignore it, or you can just turn your head. But the fact of the matter is, if you're prudent, you'll go find out what's causing the problem (or pain) and cure it. The myth then is to run from pain, to ignore pain, to find an escape from it. The truth is that pain is a tool that God uses to bring good in my life. The problem is, we don't tend to understand it or recognize the good that pain can ultimately bring to our lives.

This lesson is not how to do away with your pain. Nothing short of death will do that. It is to help us to understand pain. Once we understand a purpose behind pain, it's a lot easier to deal with.

Those of you who are ex-athletes can remember the endless practices in whatever sport you were involved in. You would have the conditioning time, lining up and doing those wind sprints. You think your legs were going to buckle and your lungs were going to explode, but you knew there was a greater purpose than just the running. It was to accomplish something better.

### God uses our pain to:

#### 1. Motivate me.

He uses my pain to spur me into action. Some people are so afraid to go to the dentist that the only thing that will make them go is a pain that is greater than their fear. Pain can be a great motivator. I like what some wise fellow said, "We don't change when we see the light, we change when we feel the heat." That's when we're motivated to make a change. The alcoholic, drug addict and chemically dependent will seldom seek help before they hit bottom. To hit bottom, simply means, experiencing enough pain physically, emotionally, and spiritually, that their pain is worse than their desire for the drug. They say, "I can't see going on like this anymore." Nothing short of that will get them to change.

In the Bible, the parable of the Prodigal Son is the classic example. He goes to father and says, "I want all that's due

பாவங்களைப் பற்றியும் நாம் செய்ய வேண்டும் என்று அவர் எதிர்பார்ப்பார்.

பல ஆண்டுகளுக்கு முன்பு, மொழிபெயர்ப்பாளரின் பைபிள் (ஒரு வர்ணனை) ரோமர் 1:27 பற்றி இதை எழுதியது "பொருள் ஒன்று, இதில் நேர்மையாக எதிர்கொள்ள வேண்டும், ஆனால் எந்த ஒரு நல்ல உணர்வுள்ள மனிதனும் தாமதிக்கக்கூடாது."

பல தசாப்தங்களாக ஓரினச்சேர்க்கை மற்றும் ஓரினச்சேர்க்கை நடத்தை பற்றிய நமது கண்ணோட்டத்தை அது விவரிக்கிறது என்று நினைக்கிறேன். நம் சமூகத்தில் அது பெற்றுள்ள இடத்தின் காரணமாக, நம் மனம் அதில் நீண்ட காலம் தங்கியிருக்க வேண்டிய காலகட்டத்தில் நாம் வாழ்கிறோம் என்று நான் பயப்படுகிறேன்.

அற்புதமான அருள் பாடம் #1013

### கேள்விகள்:

1. உருவாக்கம் ஓரினச்சேர்க்கை சமூகத்தால் ஏற்றுக்கொள்ளப்பட்டதா அல்லது பொறுத்துக்கொள்ளப்பட்டதா? சரி தவறு \_\_\_\_\_
5. ஓரினச்சேர்க்கை என்பது ஒரே பாலினத்தைச் சேர்ந்த இருவருக்கு இடையேயான உடலுறவு? சரி தவறு \_\_\_\_\_
6. ஓரினச்சேர்க்கை நோக்குநிலை என்பது ஓரினச்சேர்க்கை உறவை நோக்கிய ஒரு போக்கு அல்லது விருப்பமா? சரி தவறு \_\_\_\_\_
7. சோதோம் மற்றும் கொமோரா ஆண்கள் பாலியல் வக்கிரத்திற்கு தங்களை ஒப்படைத்தார்களா? சரி தவறு \_\_\_\_\_
5. திருமணத்திற்கு வெளியே உள்ள அனைத்து பாலியல் செயல்பாடுகளும் ஓரினச்சேர்க்கை மற்றும் வேசித்தனம், பாவமா? சரி தவறு \_\_\_\_\_
7. அப்போஸ்தலனாகிய பவுல் ஓரினச்சேர்க்கையை கண்டித்து, "பெண்கள் கூட இயற்கைக்கு மாறான

to me, and I want it right now." Then he takes it and goes to some far country where he just wastes it, he blows it. The Bible says he went out looking for a job. He got a job feeding pigs, it's a shame and disgrace for a Jewish boy to feed pigs, but he got so hungry he would have scooted the pigs over and got right down there and eaten with them. The hunger pain motivated him.

## 2. To mold me.

Pain will mold or shape me like clay into what I need to be. David said, "It was good for me to be afflicted so that I might learn your decrees." (Psalm 119:71) David says pain is a teaching tool. It makes us pliable. God uses pain not just to motivate me, just to get me off square one; he then uses it but to mold me, to teach me. It's like a bit in a horse's mouth. Are you equestrians or raised on a farm with a horse or a mule? You put that bit there and just the slightest pull causes the pain. It causes the horse to go one way or the other. That's the way God uses our pain. Somebody says that God whispers to us in our pleasure, but he SHOUTS to us in our pain. Has God ever shouted to you through your pain?

Aristotle rightly observed that there are some things that a human can only learn through pain. Mark Twain putting it in his homespun way said, "If a cat ever sits on a hot stove, he'll never sit on a hot stove again." Of course, he'll never sit on a cold one either. But the point is, by being burned, he learned like that cat. There are some things you can learn only by being burned.

Has God ever gotten your attention through pain? I know some workaholics. God has gotten their attention through an ulcer, through angina. I know some workaholics for whom God has gotten their attention through emotional pain when their spouse came to them and said, "I'm not putting up with it anymore."

Some folks have been overextended financially, been up to their eyes in debt, leveraged everything they owned, had a severe case of "wantitis." Do you know what happened? They got burned. If they've got an ounce of common sense, they learned through that pain. You don't want pain to be the only or the main source of your total education. You're going to have an extremely miserable life if that's the case. But some of life's deepest insights are learned only at the expense of pain. Those lessons are there because God loves you. He will motivate, and mold you.

## 3. To measure me.

It helps us see what we are really like on the inside. For instance, when I experience pain, the way I react to it

உறவுகளுக்கு இயற்கையான உறவுகளை பரிமாறிக்கொண்டனர். அதேபோல், ஆண்களும் பெண்களுடனான இயற்கையான உறவை கைவிட்டு, ஒருவருக்கொருவர் காமத்தால் தூண்டப்பட்டனர்" என்று மேற்கோள் காட்டப்பட்டுள்ளது.

சரி தவறு \_\_\_\_\_

## அத்தியாயம் 6

### இரசாயன சார்பிலிருந்து விடுதலை

ஒரு பிரசங்கி தன் 300 உறுப்பினர்களைக் கொண்ட சபையைப் பார்த்தார். ஒவ்வொரு திருச்சபைக்கும் சிரிக்கும் முகம், நல்ல உடைகள், சீவப்பட்ட தலைமுடி, பளபளப்பான பற்கள். போதகர் கிறிஸ்தவ வாழ்க்கை முறை பற்றிய ஒரு வலுவான பிரசங்கத்தை போதித்தார், இதில் குடிப்பழக்கத்தின் தீமைகள் பற்றிய பாராயணம் மற்றும் ஆல்கஹால் அல்லது வலுவான போதைப்பொருட்களை எப்போதாவது பயன்படுத்துவதை முற்றிலும் தவிர்க்க வேண்டும் என்று தனது மக்களுக்கு உணர்ச்சிவசப்பட்ட அறிவுரை.

அவர் தனது பாடத்தை முடிக்கையில், அவர் தனது இதயத்தில் ஆழமாகப் பார்க்கிறார், சில சமயங்களில் ஒரு சிலர் குடிப்பார்கள் என்று கருதுகிறார், ஆனால் அவரது உறுப்பினர்கள் எவருக்கும் குடிப்பதில் அல்லது போதைப்பொருளில் கடுமையான பிரச்சனை இல்லை என்பதை அவர் உறுதியாக உணர்கிறார். பாதிடிலேயே இடதுபுறத்தில் மைக் அமர்ந்திருப்பதை அவர் உணரவில்லை. மைக் 24 வயதான மருத்துவ மாணவர், அவர் உயர்நிலைப் பள்ளி பைபிள் வகுப்பில் கற்பிக்கிறார். அவர் பணிக் குழுவில் பணியாற்றுகிறார், அவருடைய வைராக்கியம் மற்றும் அவரது பணி மற்றும் அவரது அர்ப்பணிப்புக்காக எல்லோரும் அவரைப் பாராட்டுகிறார்கள். ஆனால் யாருக்கும் தெரியாதது என்னவென்றால், மைக்கின் தந்தை வேறொரு ஊரில் வசிக்கிறார், அவர் ஒரு குடிகாரர், மேலும் மைக் தனது தந்தையின் அங்கீகாரத்தைப் பெறவும் தனது சுயமரியாதையை உயர்த்தவும் வீணான முயற்சியில் பெரிய மற்றும் பெரிய சாதனைகளை அடைய கட்டாயப்படுத்தப்படுகிறார். தேவாலயத்தில்

measures my faith. My commitment can be measured by how I react to pain. My maturity is measured by how I react to pain. My patience is measured by how I react to pain. Your problems and the pain that they bring with them are among the best ways to see what's inside of you. The reason pain is among the best barometers of what's inside of you is because it's impossible to maintain an image when you're in pain.

Now let's be honest, we all project images, don't we? Sure, you do. We project physical images. We comb our hair and we brush our teeth. Ladies, you put on your make-up. We project a social image. We smile and we have pleasant social conversation. But give yourself three days at home with the flu and see how much any of those things matter to you. You just drag into the bathroom and look into the mirror, you've got that bad case of bed-head look, like a wreck and you don't care. The pain has stripped away the image.

Now that's not just true physically. That's true with emotional pain. All the time, people will get up, dress up and go to work. They've got their image shields up, but underneath, there is a personal problem, there is a relationship problem, there is a sin that's beginning to dominate their life. It's no longer got just a foothold; it's developing a stronghold over their heart. As that pain intensifies, sooner or later in front of somebody, those images will come down. Sooner or later, that person will fall and just break down. The image is gone and as unpleasant as that sounds, God says that's not really bad because you ought to be more concerned about your character than your image. Pain tests character.

You may say, "I'm a person of integrity." But when the pain gets intense, you'll find out if you stand for the truth or if you buckle under. You may declare, "I'm committed to Christ." But, when pain is there, you'll run to what you're most committed. The real question is: What does pain say about your life? When you're in a squeeze, what comes out of you? Are you a fair-weathered believer or a consistent believer?

As long as things were okay, the Children of Israel were okay, but when pain came, they yielded. This is the reason they wandered in the wilderness for 40 years instead of getting to the Promised Land. God says, "Remember how the Lord your God led you all the way into the desert these 40 years, to humble you and to test you in order to know what was in your heart, whether or not you would keep his commands." (Deuteronomy 8:2) After they had gone through a parted Red Sea and seen the Egyptians defeated, they yielded to the pain of thirst and began griping and complaining. This pain of thirst measured their hearts. God knew they were not ready to obey His commands. They were not ready to have a commitment that will extend through pain. In my pain, God measures me.

#### 4. To monitor me.

உள்ள அனைவரும் மைக்கில் அதை ஒன்றாக வைத்திருப்பதாக நினைக்கிறார்கள். அவர் கடவுளுடன் ஆரோக்கியமான, முக்கியமான உறவைக் கொண்டிருப்பதாக அவர்கள் நினைக்கிறார்கள்.

மைக்கிற்குப் பின்னால் நான்கு வரிசைகள், கிளாரன்ஸ் மற்றும் ஷேரோன். கிளாரன்ஸ் மாதம் ஒருமுறை மட்டுமே வரும்போது ஷேரோன் உண்மையாக கலந்து கொள்கிறார். கிளாரன்ஸ் ஒரு வெற்றிகரமான தொழிலதிபர் என்பதை அந்தச் சாமியாருக்குத் தெரியும். அவர் ஆறு இலக்கங்களில் நன்றாக சம்பாதிக்கிறார் என்று கேள்விப்பட்டிருக்கிறார், கிளாரன்ஸ் ஒரு குடிகாரர் என்பது அவருக்குத் தெரியாது. மேலும் அவர் குடிபோதையில் இருக்கும் போது, அவர் மோசமான, வன்முறை மற்றும் ஷேரோனை அடிக்கிறார்.

இடைகழி முழுவதும் டிம் மற்றும் அலிசன் மற்றும் அவர்களின் சிறிய மகள் அமண்டா உள்ளனர். சாமியார் அவர்கள் பிரச்சனையில் இருப்பதைக் கேள்விப்பட்டிருக்கிறார், சிறிது நேரம் கூட பிரிந்துவிட்டார்கள். இந்த வாரம்தான், டிம் வேலையில் சிரமப்படக்கூடும் என்று அவருக்குத் தெரிந்தது. இரண்டு வாரங்களுக்கு ஒருமுறை டிம்மின் கோகோயின் போதையே காரணம் என்பது அவருக்குத் தெரியாது.

பின்னர் மூன்றாவது வரிசையில், வலதுபுறத்தில் முன்பக்கத்தில், இனிமையான குட்டி எம்மா இருக்கிறார். இப்போது ஒரு விதவை, எம்மா 47 ஆண்டுகளுக்கு முன்பு உள்ளூர் சபை தொடங்கியபோது அதன் பட்டய உறுப்பினராக இருந்தார். எப்போதும் வருகையில் உண்மையுள்ள, எம்மா சமீபத்தில் சில சேவைகளை இழக்கத் தொடங்கினார், அவரது கைகள் நடுங்குவதை நண்பர்கள் கவனித்தனர். பார்கின்சன் நோயின் ஆரம்ப கட்டத்தில் அவள் அவதிப்படுகிறாள் என்று அவர்கள் பயந்தார்கள். இரண்டு ஆண்டுகளுக்கு முன்பு, ஒரு சிறிய அறுவை சிகிச்சைக்குப் பிறகு, மருத்துவரிடம் பொய் சொல்லி, தன் மருந்தாளரை ஏமாற்றி, மீண்டும் மீண்டும் நிரப்பிய மருந்துச் சீட்டுகளைத் தொடர்ந்து,

God will use my pain to keep me on track, just to put parameters around me and just make sure that I don't get too far afield. For example, a fever is the way your body is telling you that you may have an infection somewhere. The pain you feel with a sore throat tells you that there is a deeper problem. But if you never have either or those symptoms, those problems could have gotten much worse, maybe even life threatening. God uses pain to monitor us and to allow us to monitor ourselves.

A practical application of this is painful emotions. These painful emotions are telling you that something is out of kilter. When I feel depressed over a prolonged period of time, feel resentful and I can't get over it, feel increasingly hostile, totally fearful, or get apathetic and say, "Nothing matters," my painful emotions are telling me something is wrong. They are our barometers. They are letting us know. We should get a thing checked out. Pain is a monitoring device for our protection.

Two thousand years ago Shepherds who had a sheep or a lamb that was a little too aggressive or tended to get a little wayward would break its legs. They still do that today. After they break its legs, they put a splint on it. That little old sheep can hardly move. It just pegs around a little bit. I know that sounds cruel, but they're doing it for their protection.

Sometimes God puts a splint on your life to keep you from wandering too far from the flock. You may resent it, resist it and you may curse it, but it's because God loves you.

Do you recall the story of Joseph? It's a story of pain. He was betrayed by his brothers and sold by them into slavery. He goes to a place where he doesn't know the people, he doesn't know the language or the customs. He is a slave in a man's house, but he walks uprightly and faithfully. While he is there he is falsely accused by his master's wife, thrown into prison and forgotten. Years later he comes out and by God's amazing providence, rises the second in charge of all Egypt. But even then, there's a pain. There's a pain of about 20 years knowing that he was abandoned by his family.

Finally, his brothers come down looking for food and Joseph reveals himself to them and all the family comes down, but at the very end of the book of Genesis, after Jacob, Joseph's father, dies, all of his brothers feared that Joseph was going to get even. He's going to get his revenge. Instead, Joseph said, "You intended it for my harm, but God intended it for good." You intended it for harm, but that's all right, God intended it for good. God was monitoring Joseph's life all along. He was watching him. God used the pain in Joseph's life to motivate him, to mold him, and to measure him for greatness.

There are people in your life who mean to harm you. We all have those people. They may have harmed you as a child, they may be harming you right now, physically, emotionally,

இரண்டு வருடங்களுக்கு முன், அவள் எடுத்துக் கொள்ளத் தொடங்கிய, வலி நிவாரணி மருந்துகளை தற்காலிகமாக விலக்கியதால், அவள் கை நடுங்கியது என்பது அவர்களுக்குத் தெரியாது.

பின் வரிசையில், மார்வின் இருக்கிறார், அவரது 12 வயது மகன் குடிபோதையில் வாகனம் ஓட்டியதால் கொல்லப்பட்டார். வழியில், இரண்டு இளைஞர்கள் பீர் குடித்துவிட்டு பானை புகைத்த பின்னர் அப்பகுதி பள்ளியை நாசப்படுத்தினர். பட்டியல் நீண்டு கொண்டே செல்கிறது. நண்பர்களே, நான் உங்களுக்கு வழங்கிய பெயர்கள் முற்றிலும் கற்பனையானவை, ஆனால் நான் உங்களுடன் பகிர்ந்து கொண்ட காட்சிகள் உண்மையானவை. அவர்களும் நூற்றுக்கணக்கானவர்களும் அமெரிக்காவில் உள்ள ஒவ்வொரு தேவாலயத்திலும் திரும்பத் திரும்பக் கூறப்படுகிறார்கள். இரசாயனச் சார்பு மற்றும் போதைப்பொருள் பாவனை நம் நாட்டைப் பீடித்து, மில்லியன் கணக்கான உயிர்களை அழித்து வருகின்றன. 12 பேரில் ஐந்து பேர் இரசாயனச் சார்புகளால் தங்கள் வாழ்க்கையைத் தொட்டுள்ளனர்.

இப்போது சிறிது நேரம் நிறுத்திவிட்டு நாம் எதைப் பற்றி பேசுகிறோம் என்பதைக் கருத்தில் கொள்வோம். இரசாயன சார்பு என்றால் என்ன? இரசாயன சார்பு என்பது வாழ்க்கையின் தேவைகளை பூர்த்தி செய்ய இரசாயன பயன்பாட்டிற்கு பெருகிய முறையில் திரும்பும் செயல்முறையின் விளைவாக ஏற்படும் நிலை என வரையறுக்கப்படுகிறது. வேறு வார்த்தைகளில் கூறுவதானால், ரசாயனம் ஆல்கஹால், நமது கலாச்சாரத்தில் மிகவும் பொதுவான, ஆபத்தான, விலையுயர்ந்த, கொடிய போதைப்பொருளாக இருக்கலாம். அது நிகோடின், கோகோயின், கிராக், ஹீரோயின், ஆம்பெடமைன்கள், மார்பின், ட்ரான்க்விலைசர்ஸ் அல்லது எத்தனையோ மருந்து மருந்துகளாக இருக்கலாம்., வாழ்நாள் முழுவதும், நாள், வாரம் அல்லது வாழ்க்கையின் தேவைகளைப் பூர்த்தி செய்ய ஏதேனும் இரசாயனப் பொருளை நம்பியிருந்தால்; எந்தப் பொருளாக இருந்தாலும், அது வேதியியல் சார்பு

some other way and it hurts. But the great news I have for you is that God says to you, I've got a plan, I've got a purpose that's bigger than that. They may mean it for your harm, but don't worry, I'm your God and I'm going to work it out for your good.

At the end of Joseph's life, we find out he had two sons. One of them was named Manasseh and the other one was named Ephraim. I don't know about you, but I like the meaning of names. Manasseh means "he made me forget" and Ephraim means, "fruitful" or "successful." Joseph named his two boys that because Joseph realized that in all the pain he had endured, God worked and monitored his life for preparing him for greatness. He said, "God has made me forget that pain and now he has made me successful. He has made me fruitful." Folks, God will use that same pain that you feel to monitor you to greatness. But you must allow Him to do so.

##### 5. To mature me.

It is possible to grow spiritually and emotionally during bright, healthy, cheerful, sunny days of spring and summer, when everything is going great, and life is fantastic. You can grow during good times but will grow far more and far deeper in the dark days of the soul. You will grow far deeper in the valleys than on the mountains. That's just the way humans are made.

Through the years, people have told me countless times as they have gone through the valley, "I've learned more this past year being out of work, than I've ever known prior to that time." Somebody said, "I've learned more through this financial crisis than I ever could have matured any other way." Speaking of the death of a loved one somebody said, "I didn't know how to trust in God until I went through this, and now I know how to trust in God." These are true statements because grace does grow best in winter. That's when God matures you.

Jesus's brother said, "Consider it pure joy, my brothers, whenever you face trials of many kinds, because you know that the testing of your faith develops perseverance. Perseverance must finish its work so that you may be mature and complete, not lacking in anything." (James 1:2, 3) He said all the perseverance and all the problems work together so you can be mature and complete. Pain is the high cost of growth! We've heard it since we were kids, it's trite but it's true, there is no gain without pain. Contrary to what the world wants to tell you there are no five easy steps to a wonderful life.

The truth of the matter is that we live in a time when we want the product without paying the price.

The product we want is maturity, emotional stability, a sense of fulfillment and satisfaction, happiness and wisdom. That's the product we all want, but we don't want to pay the price.

எனப்படும். இது ஒரு நாளைக்கு ஒரு பானம் என்று அர்த்தம். ஒவ்வொரு இரண்டு மணி நேரத்திற்கும் பல பானங்கள் குடிக்க வேண்டும் என்று அர்த்தம். இது ஒரு மாலை அமைதியைக் குறிக்கலாம், எனவே நீங்கள் தூங்கலாம். ஒவ்வொரு வார இறுதியிலும் கோகோயின் குடிப்பதை இது குறிக்கலாம். அது வேதியியல் சார்பு.

இரசாயன சார்பு பெரும்பாலும் உடல் அடிமைத்தனத்திற்கு வழிவகுக்கிறது. இப்போது அந்த வரையறையைப் பாருங்கள், நாம் எதைப் பற்றி பேசுகிறோம் என்பதைப் புரிந்துகொள்வோம். சில பொருட்களின் பயன்பாடு காரணமாக உடலின் செல்கள் செயல்படும் விதத்தை மாற்றும்போது உடல் அடிமையாதல் ஏற்படுகிறது. உடல் ரீதியான அடிமைத்தனம் என்பது நீங்கள் உடலியல் ரீதியாக மாற்றப்பட்டிருப்பதையும், உங்கள் உடல் செயல்பட அந்த இரசாயனத்தை விரும்புவதையும் குறிக்கிறது.

அந்த இரண்டு விஷயங்களின் சோகம் என்னவென்றால், இரசாயன சார்பு என்பது பயனர் சந்திக்க விரும்பும் வாழ்க்கைத் தேவைகளைப் பூர்த்தி செய்வதில் தவறில்லை. இதில் பொய் சொல்ல வேண்டாம். போதைப்பொருள் பயன்படுத்துபவருக்கு ஏதாவது ஒரு திருத்தம் ஆரம்பத்தில் நன்றாக இருக்கும். அதனால்தான் எடுக்கிறார்கள். இன்பம் உண்டு. ஆனால் ஒரு குறுகிய காலத்திற்குள், அந்த இரசாயனம் அந்த மக்களை தனிமைப்படுத்தவும், கடவுளிடமிருந்து தனிமைப்படுத்தவும், அவர்கள் விரும்பும் மற்றவர்களிடமிருந்து மற்றும் அவர்களின் வாழ்க்கையின் தேவைகளை உண்மையில் பூர்த்தி செய்யக்கூடிய விஷயங்களிலிருந்து தனிமைப்படுத்தவும் தொடங்குகிறது. இரசாயன சார்பு காலத்திற்குப் பிறகு உடல் அடிமையாதல் தொடங்குகிறது மற்றும் உடல் அடிமையாதல் ஒரு மரண செயல்முறையாகும். சில நேரங்களில் அது மெதுவாகவும், அடிக்கடி வேகமாகவும் இருக்கும், ஆனால் சுழற்சி உடைந்து எப்போதாவது நிகழும் வரை எப்போதும் ஆபத்தானது.

The price is pain in one form or another. There are no shortcuts.

The very thing that is discouraging you the most, God is using to develop you. The apostle Paul said, "I've got a thorn in my flesh, and three times I sought the Lord and said, 'Lord, take that thorn away from me.'" (2 Corinthians 12:7 -10) We don't know what that thorn was and I'm glad we don't, because we can relate to it. But I know one thing about a thorn. It hurts. I've never had a thorn in me that didn't hurt. It brought pain. As badly as he wanted the pain of my thorn taken away Paul concluded, after God refused to remove the thorn, "through it I learned how desperately I needed the presence of Jesus Christ in my life."

You really don't know that Jesus Christ is all you need until Jesus Christ is all you've got and then you'll know.  
Amazing Grace lesson #1247

### Questions:

1. You can ignore most problems and they will go away?  
True \_\_\_\_\_ False \_\_\_\_\_
2. Pain is used by God to bring good into one's life?  
True \_\_\_\_\_ False \_\_\_\_\_
3. Pain motivates some into action  
True \_\_\_\_\_ False \_\_\_\_\_
4. Pain is an education tool as it causes one to change?  
True \_\_\_\_\_ False \_\_\_\_\_
5. Pain measures the internal man?  
True \_\_\_\_\_ False \_\_\_\_\_
6. Painful emotions are telling you that something is out of control?  
True \_\_\_\_\_ False \_\_\_\_\_

### Chapter 11

### Self-Control Set Me Free

Sometime back I received a piece of direct mail. It was colorful and on the outside of the envelope it said: "If you have ever felt fat, clumsy, or depressed, this letter is for you." Wow! I couldn't resist. I opened it up and "For only \$29.95 plus \$3 for shipping and handling," they would send you this kit that would take care of all your problems. Change your life for only \$29.95!

When I see that stuff, I wonder who buys those things. I know the answer. People like you and me, people who want to get things that are out of control in their lives and wanted them under control. Did you know that over 2,000 new self-help books flood the market each year? We just gobble those things up. Why? Because they are things and habits in our lives that are out of control, things like temper.

### சார்பு மற்றும் துஷ்பிரயோகம் பிரச்சனை எவ்வளவு பேரழிவை ஏற்படுத்துகிறது?

இது பேரழிவு.

மிடில் டென்னசியின் ஆல்கஹால் மற்றும் போதைப்பொருள் கவுன்சிலின் புள்ளிவிவரங்கள், நாஷ்வில்லி டென்னசியில் போதைப்பொருள் 50 சதவிகிதம் வாழ்க்கைத் துணை துஷ்பிரயோகம், 50 சதவிகிதம் போக்குவரத்து இறப்பு, 35 சதவிகிதம் தற்கொலைகள், 62 சதவிகிதம் அனைத்து பாலியல் பலாத்காரங்களில் 52 சதவிகிதம் என்று காட்டுகின்றன. , அனைத்து கொலைகள், மது அல்லது இரசாயன அடிமைத்தனம் சம்பந்தப்பட்ட அனைத்து 49 சதவீதம், அனைத்து குழந்தைகள் துஷ்பிரயோகம் 38 சதவீதம், அனைத்து ஆணவக் கொலைகள் 68 சதவீதம், மற்றும் அனைத்து நீரில் மூழ்கி 69 சதவீதம்.

ஆனால் 1994 ஆம் ஆண்டு டென்னிசியன் கட்டுரையில் மெட்ரோ நாஷ்வில்லியில், 80 சதவீதத்திற்கும் அதிகமான குற்றவாளிகள் போதைப்பொருள் தொடர்பான குற்றத்தின் காரணமாக என்னை மிகவும் கவர்ந்தது. இப்போது அது மூழ்கட்டும். போதைப்பொருள் இல்லை என்றால், எங்கள் சமூகத்தில் ஒவ்வொரு ஐந்து குற்றவாளிகளில் நான்கு பேரை நீங்கள் சிறையில் இருந்து வெளியே எடுக்கலாம். இது வாழ்க்கையை அழிக்கிறது, குடும்பங்களை அழிக்கிறது.

அது நம்மை அழிக்கிறது.

சாத்தான் நம்மைக் கொல்லப் பயன்படுத்தும் கருவி இது. 1960 ஆம் ஆண்டு நாடு முழுவதும் போதைப்பொருள் தொடர்பான குற்றங்களுக்காக 30,000 க்கும் குறைவானவர்களே கைது செய்யப்பட்டுள்ளனர். 1990 இல், ஒரு மில்லியனுக்கும் அதிகமானோர் இருந்தனர். இன்று, 1994, அமெரிக்க சிறைச்சாலைகள் போதைப்பொருள் வியாபாரிகள், போதைக்கு அடிமையானவர்கள், மதுவை துஷ்பிரயோகம் செய்பவர்கள் மற்றும் மனநலம் பாதிக்கப்பட்டவர்கள், போதைப்பொருள் துஷ்பிரயோகம்

Do you have a problem with your temper? You may be like the wife who said: my husband is very temperamental. He's 90 percent temper and 10 percent mental. Anybody have a problem with spending? Anybody got spending out of control? If you do, you need this bumper sticker, "Anybody who says money can't buy happiness, just doesn't know where to shop." Anybody have a problem with mood swings, eating or procrastination, drinking, sexual desires or some other addiction?

How can we really break free from these life deforming habits and hurts and hang-ups?

### The Problem

Why is it that we have these things and can't seem to get out of the cycle? Well Paul tells us in Romans 7:15-8, "I do not understand what I do. For what I want to do I do not do, but what I hate I do. I know that nothing good lives in me, that is, in my sinful nature. For I have the desire to do what is good, but I cannot carry it out." Can you relate to what Paul is saying? Paul said, all the things that I want to do, I don't seem to do, and all the things that I really want to refrain from doing, I just go ahead and do them.

Have you ever broken a bad habit only to have it return maybe within a matter of days? Let me give you an example. How many of you made New Year's resolutions? How many have kept all the resolutions you made? Probably none of us, because resolutions will not suffice. Good intentions are seldom good enough. It takes more to change.

How many times have you promised, "I'll never smoke another cigarette again"? How many times have you promised yourself, or your family, or God, "I'm not going to lose my temper anymore," or, "I'm never going to drink again," or, "I really am going to begin my diet tomorrow," or, "I'm going to be a better father, I'll never strike you again," only to drift right back into the behavior from which you came.

### The Results

1. Frustration. The apostle Paul tells us three things. He said, "The first result is, it's frustrating." It's greatly frustrating. "I do not understand what I do." Why do I keep making the same mistakes? Why do I do what I don't want to do? Why do I do things that I know are bad for me?

2. Confusion. Paul said, I had the desire to do what's right, but not the power. If you've ever been on a diet, you know how that goes. You start out the morning with great resolution and intention, don't you? Then as the day begins to go on, do you watch that resolution begin to drift away? So, by the time you get home, you're so hungry you could eat almost anything and everything. By that time, my idea of a

காரணமாக பெரும்பாலும் மனநோயாளிகளால் நிரப்பப்படுகின்றன.

சிலர், "சரி, அவர்களில் அதிகமானவர்களை சிறையில் அடைப்போம்" என்று சொல்ல முனைகிறார்கள். அவர்களில் நான்கு மில்லியன் பேர் ஏற்கனவே சிறையில் அடைக்கப்பட்டுள்ளனர். இன்று, உலகில் எந்த தொழில்மயமான நாட்டிலும் அமெரிக்காதான் அதிக சிறைவாசி சதவீதத்தைக் கொண்டுள்ளது. ஒவ்வொரு 100,000 அமெரிக்க குடிமக்களில் ஐந்தாறறு பத்தொன்பது பேர் சிறையில் உள்ளனர்; அதில் 80 சதவீதம் போதைப்பொருள் காரணமாகும். ஒவ்வொரு 100,000 க்கு 116 மற்றும் ஜப்பானில் 100,000 க்கு 36 மட்டுமே உள்ள கனடாவுடன் அமெரிக்காவை ஒப்பிடுக. போதைப்பொருள் தொடர்பான வழக்குகள் மிகவும் தொற்றுநோயாக இருப்பதால், நம் நாட்டின் நீதிமன்ற அறைகள் வலிமையற்றதாக மாறி வருகின்றன.

நம் நாட்டில் மருத்துவ ரீதியாக, மருந்துகளுக்கு ஆண்டுக்கு 75 பில்லியன் டாலர்கள் செலவாகிறது; மற்றும் ஒவ்வொரு ஆண்டும் அரை மில்லியன் புதிதாகப் பிறந்த குழந்தைகள். இது என் இதயத்தை உடைக்கிறது. ஒவ்வொரு ஆண்டும் அரை மில்லியன் புதிதாகப் பிறந்த குழந்தைகள் கர்ப்ப காலத்தில் போதைப்பொருளுக்கு ஆளாகிறார்கள். ஒரு தசாப்தத்திற்கு முன்பு அரிதாக இருந்த கிராக் குழந்தைகள் இன்று ஒரு நாளைக்கு \$2,000 குழந்தைகளுக்கான வார்டுகளை நிரப்பலாம். இது ஒரு பேரழிவு.

### குறிப்பிட்ட காரணங்கள்.

காரணம் ஒரு தொற்றுநோயாகத் தொடங்கவில்லை; அது ஒன்றன் பின் ஒன்றாக செல்கிறது. மக்கள் ஏன் போதைப்பொருளுடன் குழப்பமடைகிறார்கள்? முழு ரூட் என்ன? அவர்களை உங்களுக்கு ஏற்கனவே தெரியும்.

சகாக்களின் அழுத்தம் - இந்த அழுத்தம் குறிப்பாக இளைஞர்களை பாதிக்கிறது. அவர்களின் ஆர்வம் அது எதைப் பற்றியது என்பதை அறிய விரும்புகிறது. சிலர் நெருப்புடன் விளையாட விரும்புகிறார்கள்.

balanced diet is a Big Mac in both hands. That's the way we are. I want to change, but I don't know how. I have the motivation, but I don't have the determination. I've got the desire, but I don't have the power.

The reason self-help books don't work is that they don't empower us to do it. They'll tell a negative person to stop being negative. I've known hundreds, perhaps thousands of negative people in my life. I've never known one to change by my saying to them, "Just stop being negative." Have you? The self-help books tell the procrastinators "Try to get there 10 minutes early." They know that that's why they bought the self-help book. They can't get there; they just keep putting things off.

3. Defeat and discouragement. "What a wretched man I am! Who will rescue me from this body of death?" (Romans 7:24) Paul said, I'm losing the battle. I'm defeated. I just can't change. How many promises have I made to God and to myself that I've broken, often within a matter of a few hours? So, you just want to throw up your hands and say, "I'm tired of trying." If you have felt that way or if you feel that way today, do I have some great news for you. You can change, and the power is there. You don't have to stay in this cycle of failure/defeat, failure/defeat, failure/defeat, over and over. The Bible makes clear the principles of how you can gain control over that which is out of control.

### The promise

Jesus said in John 8:32, "You shall know the truth, and the truth shall make you free." The secret to personal change is not willpower. That's not enough. The secret to personal change isn't a pill. The secret to personal change isn't hypnosis, it's not a fat farm or some gimmick. Jesus said, the way to break free from the habits, hurts, and addictions in your life, is by knowing the truth.

But how can that be? How does knowing the truth set me free from my bad habits? To unlock the secret of Jesus' statement, you've got to remember a basic axiom. Your thoughts control your emotions, and your emotions control your decisions, and your decisions control your actions. Do you see that? That's the way it always flows. Have you ever said, "He makes me so mad"? He can't make you mad. She can't make you mad. They don't have that power. What you are really saying is "every time I look at him, I think negative thoughts". Those negative thoughts may result from remembering something that happened in the past. Consequently, I get a negative emotion which leads to

ஏன் என்று எனக்குத் தெரியவில்லை, ஆனால் அவர்கள் செய்கிறார்கள்.

வலி - ஒவ்வொரு குடிகாரனும் வலியைப் போக்க முயல்கிறான். குடிப்பதற்கு இதுவே முதல் காரணம். இது உணர்ச்சி, உடல் அல்லது உளவியல் ரீதியாக இருக்கலாம். ஆனால் வலி ஒரு காரணம்.

சுய மதிப்பு மற்றும் சுயமரியாதை இல்லாமை - போதைப்பொருளுக்கு திரும்பும் இளைஞர்கள் பொதுவாக மிகவும் பாதுகாப்பற்றவர்கள். ஓ, அவர்களில் சிலர் பெரியவர்கள் மற்றும் தைரியமானவர்கள் மற்றும் மிகவும் துணிச்சலானவர்கள், ஆனால் நீங்கள் அதைக் குறைக்கும்போது, அவர்கள் பாதுகாப்பற்றவர்கள். பெரியவர்களும் அப்படித்தான். காக்டெய்ல் பார்ட்டியின் முழு யோசனையும் என் இயல்பான நிலையில் என்னால் தொடர்பு கொள்ள முடியாது, ஆனால் எனக்கு கொஞ்சம் ரசாயனம் கொடுத்தால் நான் தளர்த்துவேன். நான் ஏற்றுக்கொள்ளப்படுவேன், எனக்கு சுய மதிப்பு இருக்கிறது.

மூல காரணம்.

உங்களில் சிலர் இது எளிமையானது என்று நினைக்கப் போகிறீர்கள், ஆனால் இதுதான் உண்மை. தொற்றுநோய்க்கான மூல காரணம் ஏதேன் தோட்டம் வரை செல்கிறது. ஆதாமும் ஏவாளும் பாவத்தைத் தேர்ந்தெடுத்தபோது, அவர்கள் வாழ்க்கையை இழந்தனர். அவர்கள் நிஜ வாழ்க்கையை இழந்தனர், அதாவது அவர்கள் ஒரு முழுமையான பூமியில் முடிவில்லாத வாழ்க்கையை இழந்தது மட்டுமல்லாமல், வாழ்க்கைத் தரத்தையும் இழந்தனர். அதற்கு முன், அவர்களுக்கு வலி என்றால் என்ன, ஏமாற்றம் என்றால் என்ன, கவலை என்றால் என்ன என்று தெரியாது. சோகமாக இருப்பது என்னவென்று அவர்களுக்குத் தெரியவில்லை. அவர்கள் வாழ்க்கையில் முழுமையான அர்த்தத்தை கொண்டிருந்தனர். ஆனால் அவர்கள் பாவம் செய்தபோது, அவர்கள் அதை இழந்துவிட்டார்கள், அவர்கள் அதை நம் அனைவருக்காகவும் இழந்தார்கள். பல நூற்றாண்டுகளாக, ஆண்களும் பெண்களும் அதை மீட்டெடுக்க முயற்சிக்கின்றனர்.

negative decisions. These negative decisions may even lead you to a very negative action.

It all starts with the thought process. Solomon in Proverbs 23:7 stated, "For as he thinketh in his heart, so is he." If I'm acting depressed, it's because I'm feeling depressed. I'm feeling depressed because I am thinking depressed thoughts. Most of us try to work on the action not the cause. We try to work on the external things. God says, you've got to start with your thinking.

That's why Jesus says, if you know the truth, if you'll focus on the truth, it will set you free. Bad beliefs lead to bad behavior. Every behavior you have is based on a belief. It's based on a value in your life that you have either consciously or unconsciously. This is important: Behind every self-defeating behavior is a lie that I'm believing. If you are involved in a wrong behavior, the root cause is you are believing something that is not true. The devil is fooling me and deceiving me.

### **The prescription**

#### **1. Admit my problem.**

Admit the root of my problem. That's the starting point for breaking free. Most of us have this vague feeling that something is wrong with me. We don't know what it is, and we can't put our finger on it, but something just doesn't seem to be right.

God put his finger on it. He says your basic problem is your basic attitude of life, regardless of your hang-up. This attitude has a name, it's a word that we don't hear much anymore, it's not hip, it's not cool, and one certainly won't hear it in the media. The word is disgusting and repulsive. It is SIN.

You and I have all kinds of wrong perceptions about sin. Sin is not, first and foremost, doing drugs, getting drunk, robbing a bank or running off with somebody's wife. Those things are really the second wave of sin. They are the result of the underlying sin. The root problem is an attitude that says, "I'm in charge, and I don't need God." That is the core of what Paul called in Romans 7, the sinful nature. It's man's oldest problem. It's been around since Adam and Eve. I'm going to ignore God, and I'm going to do my way, my own thing.

Every one of us is grappling daily with that basic response attitude of sin. We wrestle every day in that tug-of-war. Who's in charge, me or God?

John said "If we say we have no sin, we are deceiving ourselves and the truth is not in us." (1 John 1:8) Put that together with what Jesus said, "You shall know the truth, and

போதைப்பொருள், பணம், அதிகாரம், வேலை, விளையாட்டு, மதம் மற்றும் 1,001 விஷயங்களை முயற்சித்தோம்.

### **முக்கிய செய்தி.**

ஏதேன் தோட்டத்தில் காணாமல் போன நிஜ வாழ்க்கையை மீண்டும் கைப்பற்றும் ஒரே ஒரு விஷயம் இருக்கிறது, அது இயேசு கிறிஸ்து.

ஜீவனாக இருப்பதைப் பற்றி இயேசு அடிக்கடி பேசுகிறாரா? அவர் கூறினார், "நானே ஜீவ அப்பம்" (யோவான் 6:48) "நானே வழி, நானே சத்தியம், நானே ஜீவன்," (யோவான் 14:6), "நான் வந்தேன், அதனால் அவர்கள் ஜீவனைப் பெறலாம், அதை மிகுதியாகப் பெறலாம்" (யோவான் 10:10) மற்றும் "நானே உயிர்த்தெழுதலும் ஜீவனுமாயிருக்கிறேன்." (யோவான் 11:25) பதினொரு முறை சுவிசேஷ பதிவுகளில், "நானே ஜீவன்" என்று இயேசு கூறினார். நாம் இழந்த வாழ்க்கை அவர். ஏதேனில் இழந்ததை மாற்றக்கூடிய ஒரே விஷயம் இயேசுவுடனான உண்மையான உறவு. அந்த வெற்றிடத்தை நிரப்புவதற்கு வேறு எதையும் பயன்படுத்துவது பாவம்.

### **பாவம்.**

"பாவம்" என்ற வார்த்தையின் அர்த்தம் என்ன தெரியுமா? எபிரேய மொழியில் இதன் அர்த்தம் "குறியை தவறவிடுவது". குறி தவறிய ஒரு வில்லாளிக்கு இது பயன்படுத்தப்பட்டது. சொல்லப்போனால், இந்தக் கேள்வியை நான் எப்போதும் கேட்கிறேன். குடிப்பழக்கம் ஒரு பாவமா, அல்லது அது ஒரு நோயா? இரசாயன சார்பு பாவமா, அல்லது நோயா? இது எப்பொழுதும் ஒன்று/அல்லது பதில் இருக்க வேண்டும் என கேட்கப்படுகிறது. உண்மை என்னவென்றால், இது இரண்டும் தான். இது இரண்டும்! அது பாவம், பொருளாசை, அல்லது பேராசை, அல்லது வேலை-அஹோலிசம், அல்லது வேறு ஆயிரம் விஷயங்கள் போன்றவை, நிஜ வாழ்க்கைக்கான தேடலில் அது முற்றிலுமாக அடையாளத்தை இழக்கிறது. அது பாவம், ஆனால் பலர் அப்படித்தான். ஆனால் அது ஒருமுறை தேர்ந்தெடுத்து அடிக்கடி வரும் நோயாகிவிடும். அந்த இரசாயனப் பொருட்கள் தனிநபரின் கட்டுப்பாட்டிற்கு

the truth will make you free." So, by denying your sin, you have no truth in you.

We act like we've got it all together. Who do you think you're trying to fool? If you're acting like nothing ever gets out of control in your life, are you trying to fool God? Are you trying to fool other people? You're only fooling yourself. Nobody has it all together. Every one of us every day has that tug-of-war. When you pretend you have everything together and that you're in charge, you're only hurting yourself.

## 2. Stop deceiving myself.

I have to stop deceiving myself. That's worth repeating. In order to stop defeating myself, I have to stop deceiving myself. The root problem is, I think I'm in charge and I don't need God. We are not made to live that way.

When an alcoholic goes to Alcohol Anonymous the very first thing required of him is to admit, "I am powerless to control my situation and my life has become unmanageable." Too often we have to hit rock bottom before we admit anything, not when we feel a little heat, but when the fire is out of control. Then we begin to say "maybe I could use a little help."

Most people wait too late to seek help. They wait too late to admit the problem. I have men come into my office and say, "my wife dropped a bombshell on me. She said, she's fed up with my neglect, my abuse, my vile tongue, my temper and she's walking out. What can I do? I need help." Down deep I'm sitting there thinking there's often very little that I can do, very little, because he has waited too long.

- Admit your problem. You have a hang-up in life, come clean with it in the mirror, and before the Almighty God.
- Believe that Christ can change me. Remember Romans 7:24, "Who can deliver me from this body of death? ... Thanks be to God through Jesus Christ our Lord." Paul said the answer to my problem is a person. Through Jesus Christ, God will provide the power that you are lacking. If you don't believe that, you won't get rid of your hang-ups. Because "through Christ Jesus the law of the Spirit of life has set me free from the law of sin and death." (Romans 8:2) There's a way-out folks. The law of the Spirit of Christ will set me free.

If I were to go outside and, on the grass, somewhere find a dead bird, pick that little bird up, that dead bird, throw it in the air and say, "Fly," what's going to happen? It's going to fall back down. I pick it up and throw it back up and say, "Fly!" It's going to fall back down. What is the only thing

அப்பாற்பட்ட உடலை உண்மையில் அழிக்கின்றன.

குடிப்பழக்கத்திற்கு அடிமையான நமது மக்களில் சுமார் 10 சதவிகிதத்தினர், அவர்கள் குடிக்க ஆரம்பித்தவுடன், அவர்களின் உடல், உளவியல் மற்றும் போதைப்பொருளின் சக்தி ஆகியவற்றின் கலவையானது, சுத்த மனவலிமையால் அவர்களை நிறுத்துவது கிட்டத்தட்ட சாத்தியமற்றது. ஏதாவது தலையிட வேண்டும். குடிப்பழக்கத்திற்கு அடிமையான ஒருவரை பக்தியுடன் பார்த்து, "குடிப்பதை நிறுத்து" என்று சொல்வது, நீரில் மூழ்கியவரிடம் "நீச்சலடிக்கத் தொடங்கு" என்று சொல்வது போல் இருக்கும். முடிந்தால் இருவரும் செய்வார்கள். அவர்களால் முடியாது.

## அடிமைப்படுத்துதல்

போதைப்பொருளின் உளவியல் மற்றும் உடல் போதை சக்திகள் நம்பமுடியாதவை. 1 கொரிந்தியர் 6:12ல், கொரிந்தியர்கள் "எனக்கு எல்லாம் அனுமதிக்கப்படுகிறது, எல்லாம் அனுமதிக்கப்படுகிறது" என்று கூறினர். அவர்கள் தங்கள் சுதந்திரத்தை தவறாக பயன்படுத்தினார்கள். பால் கூறுகிறார் "எல்லாம் எனக்கு அனுமதிக்கப்படுகிறது, ஆனால் நான் எதிலும் தேர்ச்சி பெற மாட்டேன்." அந்த கடைசி புள்ளியை மீண்டும் படியுங்கள், "நான் எதிலும் தேர்ச்சி பெற மாட்டேன்." போதைப்பொருளை ஏமாற்றுவவர்கள் முட்டாள்களாக மாறுகிறார்கள் என்பதே உண்மை. குறட்டை, ஃபிக்ஸ், பானம், புகை, மாத்திரை அல்லது ஷாட் என எதுவாக இருந்தாலும் அந்த பொருட்களால் அவர்கள் தேர்ச்சி பெறுவார்கள்.

நாம் பாவத்திற்கு அடிமைகள் அல்லது கடவுளுக்கு அடிமைகள் என்று பவுல் கூறுகிறார். "உங்கள் இயற்கையான சுயத்தில் நீங்கள் பலவீனமாக இருப்பதால் இதை நான் மனித வார்த்தைகளில் வைத்தேன்." இப்போது நாம் அதை ஒப்புக்கொள்ளவில்லை, ஆனால் நாம் ஒவ்வொருவரும் பலவீனமாக இருக்கிறோம். நாங்கள் பூனைக்குட்டிகளைப் போல பலவீனமாக இருக்கிறோம். "உங்கள் உடலின் பாகங்களை அசுத்தத்திற்கும், அதிகரித்து

that's going to make that bird fly? The only thing that is going to make him fly is a new life, become a new creation. He doesn't need to turn over a new leaf, he needs a new life. He needs power under those wings. A new life is the only thing that's going to make him fly.

Why don't you try Jesus? I've seen him change hundreds and hundreds of lives. "If anyone is in Christ, he is a new creation; behold the old is gone, and the new has come." That's the truth for anyone who will let Christ do His transforming work. (2 Corinthians 5:17)

A few years ago, a letter was printed in Time magazine in response to its cover story, "Who is Jesus Christ?" Of course, the article had all these opinions from many scholars. Mike Mandel wrote "As far as I'm concerned, the liberal theologians can keep their historical Jesus and their cut and paste Bible. I'm a former alcoholic and adulterer set free by the pow-er of the living Christ Jesus. Who cares about higher criticism when the resurrected Son of God can transform you here and now?" Amen, Mike, Amen!

Paul says, in 2 Timothy 1:7 "For God did not give us a spirit of timidity, but a spirit of power, of love and of self-discipline (self-control)" Some of you who were baptized into Christ a long time ago are holding back. You're not committing all that you are to him, you're holding back, you're also holding on. You're holding on to your addictions, to your hang-ups, and to your perpetual sins.

You have bought the world's lie that if you've really committed all that you are to Jesus Christ, you'd become some kind of weird fanatic. You'd sell everything today. You would just be absolutely weird. Folks, that's a lie. You would be in self-control because Christ is controlling you. You'd be powerful. You'd be loving. You'd be the person you've always dreamed of being. "Where the Spirit of the Lord is, there is freedom." (2 Corinthians 3:17) That's the foundation for our study.

Amazing Grace lesson #1196

### Questions:

- The reasons for lack of self-control are?
  - \_\_\_\_\_ Frustration
  - \_\_\_\_\_ Confusion
  - \_\_\_\_\_ Defeat and discouragement
  - \_\_\_\_\_ Improper training Inherited
  - \_\_\_\_\_ a, b and c
  - \_\_\_\_\_ a, b and d
  - \_\_\_\_\_ a, b and e
  - \_\_\_\_\_ a, c and e
- The secret to personal change is willpower  
True \_\_\_\_\_ False \_\_\_\_\_
- Your thoughts control your emotions  
True \_\_\_\_\_ False \_\_\_\_\_

வரும் அக்கிரமத்திற்கும் அடிமைத்தனமாக வழங்குவது போல், இப்போது பரிசுத்தத்திற்கு வழிவகுக்கும் நீதிக்கு அடிமையாக அவற்றை வழங்குங்கள்." (ரோமர் 6:19) அவர் கூறுகிறார், உங்களை அப்படி கொடுக்க வேண்டாம். ஆனால் போதைப்பொருள் அடிமைத்தனத்தைப் பற்றி நான் உங்களுக்குச் சொல்கிறேன். இதோ திறவுகோல்: யோவான் 8:44-ல் சாத்தான், இயேசுவால் பொய்யர் என்றும், எல்லாப் பொய்களுக்கும் தந்தை என்றும் உங்களுக்கு நினைவிருக்கும். வேதியியல் சார்ந்தவர்களுக்கும், வேதியியல் சார்ந்து இருப்பவர்களுக்கும் சாத்தான் என்ன சொல்கிறான் தெரியுமா? அவர் உங்களுக்கு என்ன சொல்கிறார் தெரியுமா? அவர் உங்களிடம் மீண்டும் மீண்டும் கூறுகிறார், நீங்கள் எப்போது வேண்டுமானாலும் நிறுத்தலாம். வேதியியல் சார்ந்தவர்கள் என்ன செய்வார்கள் தெரியுமா? அவர்கள் அதை செய்ய முடியும் என்று ஒரு தவறான ஆதாரத்தை தங்களுக்கு வழங்குவதற்காக, அவர்கள் சிறிது நேரம் நிறுத்திவிடுவார்கள். ஆனால் அவர்களால் முடியாது.

இன்று அமெரிக்காவில் 18 மில்லியன் குடிகாரர்கள் உள்ளனர், ஒரு போதை மருந்து, 18 மில்லியன் குடிகாரர்கள். 15 சதவீதம் பேர் மட்டுமே உதவியை நாடுகின்றனர். மூன்று மில்லியன் மட்டுமே உதவியை நாடுவது ஏன் தெரியுமா? ஏனென்றால் மற்ற 15 மில்லியன் பேர் பொய்யை நம்புகிறார்கள். அவர்கள் போதைப்பொருளில் தேர்ச்சி பெற்றதாக பொய்யை அவர்கள் நம்புகிறார்கள், போதைப்பொருள் அவர்களைக் கைப்பற்றியது.

### சிகிச்சை

விருப்ப சக்தியால் அதை செய்ய முடியாது. இது முற்றிலும் முடிவற்ற சுழற்சியா? இல்லை, சார்ந்து இருப்பவருக்கு மருந்து உண்டு.

2. போதைப்பொருள் துஷ்பிரயோகத்தின் போதாமை மற்றும் அழிவுத்தன்மையை உணருங்கள்.

முதலில், போதைப்பொருள் பாவனையின் போதாமை மற்றும் அழிவுத்தன்மையை அவன் அல்லது அவள் உணர வேண்டும்.

4. Your emotions control your decisions  
True \_\_\_\_\_ False \_\_\_\_\_
5. Your decisions control your action  
True \_\_\_\_\_ False \_\_\_\_\_
6. As a man thinks in his heart, mind, so is he  
True \_\_\_\_\_ False \_\_\_\_\_
7. One can overcome lack of self-control by  
a. \_\_\_\_\_ Stop deceiving self  
b. \_\_\_\_\_ Admit there is a problem  
c. \_\_\_\_\_ Commit life to Christ  
d. \_\_\_\_\_ a and c  
e. \_\_\_\_\_ b and c  
f. \_\_\_\_\_ a, b and c
8. God gave us a spirit of  
a. \_\_\_\_\_ Timidity  
b. \_\_\_\_\_ Power  
c. \_\_\_\_\_ Love  
d. \_\_\_\_\_ Self-discipline  
e. \_\_\_\_\_ a, b and c  
f. \_\_\_\_\_ a, c and d  
g. \_\_\_\_\_ a, b, c and d  
h. \_\_\_\_\_ b, c and d

## Chapter 12

### How to Handle Pressure

Let's take a poll. How many of you have at least one worry? We do worry, don't we? We live in an era where we are filled and bombarded by stress, anxiety, worry, and pressure. In fact, we are literally worrying ourselves sick. The American Psychiatric Association has labeled ours "The Age of Anxiety," and their diagnosis is borne out simply by the facts. The American Academy of Physicians say that at least two-thirds of all the patients they see come to them with stress-related illnesses. Then, the three best selling prescription drugs are: 1) Tagamet, an ulcer medication; 2) Enderol, a medicine for hypertension and 3) valium, a tranquilizer.

In 1988, Newsweek magazine ran an article that projected that American businesses lose over \$150 billion a year through stress and anxiety related illnesses. Now the amazing thing is we really don't have all that much to worry about. Consider 40 percent of the things we worry about never happen, 30 percent concern old decisions that can no longer be changed and 12 percent center on criticism which is often untrue and usually made by people who feel inferior. Incidentally, most of life's critics are people who have a deep inferiority complex. A few percent of all the things we worry about relate to our health, which if we worry about will only make it worse. That leaves only eight percent of all the things that could even begin to be labeled "legitimate," needing mental attention. But, the truth of the matter is, you and I

அவர்கள் தற்போதைய போக்கை தொடர்ந்தால், அது குணமடைவதை விட வேதனையாக இருக்கும் என்ற நிலைக்கு அந்த நபர் வர வேண்டும். வேறு வார்த்தைகளில் கூறுவதானால், அவர் அல்லது அவள் வேதியியல் சார்ந்து இருப்பதை நபர் உணர வேண்டும். ஆல்கஹாலிக்ஸ் அநாமதேயரால் உருவாக்கப்பட்ட 12-படி திட்டத்தின் முதல் படி (இதுதான் அடித்தளம்): ஒரு நபர் வந்து மற்றவர்கள் முன்னிலையில் கூறும்போது, "நான் மதுவின் மீது சக்தியற்றவன் மற்றும் என் வாழ்க்கை நிர்வகிக்க முடியாததாகிவிட்டது என்பதை ஒப்புக்கொள்கிறேன்." எந்த உதவியும் இல்லை என்பதை ஒப்புக்கொள்ள அவர்கள் தயாராக இருக்கும் வரை. அவர்கள் அதை ஒப்புக்கொண்டால், கதவு திறந்திருக்கும்.

2. வாழ்க்கையில் உள்ள வெற்றிடத்தை கிறிஸ்துவால் நிரப்ப முடியும் என்று நம்புங்கள். கிறிஸ்து வாழ்க்கையில் வெற்றிடத்தை நிரப்ப முடியும் என்று அவன் அல்லது அவள் நம்ப வேண்டும். என்ன வெற்றிடம் என்கிறீர்களா? நாம் முன்பு பேசிய வெற்றிடம். பாவம் உலகில் நுழைந்தபோது உருவாக்கப்பட்ட வெற்றிடத்தை, போதைப்பொருள் மற்றும் இரசாயனங்கள் முதல் இடத்தை நிரப்ப முயற்சிக்கும் வெற்றிடத்தை நீங்கள் நாள் முழுவதும் கடக்க, வலியைப் போக்க அல்லது உங்களுக்கு உயர்வை வழங்க உதவுகின்றன. அவர்கள் அதை செய்யவில்லை, ஆனால் இயேசு செய்கிறார். அவரே வழியும், சக்தியும், ஜீவனுமாவார்.

இது ஒரு புதிய விஷயம் அல்ல, எபேசியர் 5:18 இல் பவுல் கூறியது 2,000 ஆண்டுகளுக்கு முந்தையது, "மது அருந்திக் குடிபோதையில் இருக்காதீர்கள்." மது போதை மருந்து இருக்கிறது. அது வெற்றிடத்தை நிரப்பாது என்றார். "ஆனால் அதற்கு பதிலாக,

don't often hearken to those statistics. Instead, we tend to be engulfed by worry over and over again.

I want to share with you some things that Jesus had to say about a prescription for an antidote to worry and to stress. During the last week of Jesus' life, He is undergoing great anxiety. He knew He was going to die. He makes that declaration to His disciples in John 13. He tells them He's going to die and one of them was going to betray Him. In chapter 14, He states the good news that He is going away to prepare a place for them. In John 15 & 16, He tells the disciples the bad news. He says, the world is going to hate you just like it has hated me, you're going to scatter and I won't be able to find a single one of you. Then Jesus said, "I have told you these things, so that in me you may have peace." (John 16:33) Underline John 16:33 in your Bible, then highlight "in me" with a yellow highlighter. When Christ dwells in you and you dwell in Christ, you can have peace.

Later in the same verse he said, "In this world you will have trouble." That's right. Put your hope in the world. Get involved in all worldly things, you'll have trouble. You'll have anxiety, strife and stress. But then he said, "take heart! I have overcome the world."

The umbrella statement is, if we are in Jesus, we can have peace. Our Lord gives us a prescription for overcoming worry that is tremendous. "After Jesus said this, he looked toward heaven and prayed: 'Father, the time has come. Glorify your Son, that your Son may glorify you. For you granted him authority over all people that he might give eternal life to all those you have given him. Now this is eternal life: that they may know you, the only true God, and Jesus Christ, whom you have sent. I have brought you glory on earth by completing the work you gave me to do.'" (John 17:1-4)

**Why would Jesus be under stress? Why would he need to say these things about peace? He had every reason in the world.**

1. He was misunderstood.

One of the reasons you and I tend to come under stress and pressure is when we are misunderstood. They misunderstood Jesus' motive. They misunderstood his mission. They misunderstood his message.

2. He was not accepted.

Don't you feel stress when someone around you doesn't accept you? Particularly your peers. It was the peers of Jesus who didn't accept him. The religious people, the ones who were looking for a Messiah, but they turned him away.

3. He was tempted.

That's why he felt stress. Hebrews 4:15 said he was tempted in all points like as we. I'm going to go a little farther than

ஆவியானவரால் நிரப்பப்படுங்கள்." அவர் என்ன பேசுகிறார்? அவர் கிறிஸ்துவின் ஆவியானவர், தேவனுடைய ஆவி மற்றும் பரிசுத்த ஆவியானவர் பற்றி பேசுகிறார், நீங்கள் கிறிஸ்துவிடம் வரும்போது கடவுள் உங்களில் வசிக்க அனுமதிக்கிறார். மூலம், ஆல்கஹாலிக்ஸ் அநாமதேயத்தின் இரண்டாவது படி, "என்னை மீண்டும் நல்லறிவுக்குத் திரும்பச் செய்யக்கூடிய என்னைவிட மேலான ஒரு சக்தியை நான் நம்பினேன்" என்று கூறுவது. அவர்கள் சொல்வது சரிதான், நான் மட்டுமே மேலே செல்வேன். அந்த சக்தியின் ஆதாரம் இயேசு கிறிஸ்து. அவர் மற்றும் அவர் மட்டுமே இறுதியில் உங்களை நல்லறிவுக்கு மீட்டெடுப்பார்.

3. குணப்படுத்தும் சமூகத்தின் ஒரு பகுதியாகுங்கள்.

சார்ந்துள்ள நபர் ஒரு குணப்படுத்தும் சமூகத்தின் ஒரு பகுதியாக மாறுகிறார். ஒரு "குணப்படுத்தும் சமூகம்", AA, NA அல்லது மற்றொரு ஆதரவு குழுவாக இருக்கலாம். ஆனால் நீங்கள் இதைக் கேட்க வேண்டும், இதை நன்றாகக் கேட்க வேண்டும் என்று நான் விரும்புகிறேன். நாங்கள் சார்ந்து இருப்பவர்களுடன் மட்டும் பேசவில்லை, ஒரு குடும்பத்தில் உள்ள பலரிடம் பேசுகிறோம், நீங்கள் இணை சார்ந்தவர்களாக மாறுங்கள். இரசாயனத்தை சார்ந்து இருப்பவர் சுயமாக குணமடைய மாட்டார். நீ அதை கேட்டாயா? இரசாயனத்தை சார்ந்து இருப்பவர் சுயமாக குணமடைய மாட்டார். அவர்களே பிரச்சினையை அடையாளம் காண மாட்டார்கள். சுயமாக உதவி தேட மாட்டார்கள். அவர்கள் மீட்சியின் போக்கில் மட்டும் இருக்க மாட்டார்கள். அதனால்தான் தேவன் பிரசங்கி 4:9-11-ல், "ஒருவரை விட இருவர் மேலானவர்கள். ஏனென்றால், ஒருவர் தனியாக நடந்து சென்று கீழே விழுந்தால், அவரைத் தூக்கிச் செல்ல யாரும் இல்லை. ஆனால் இருவர் மற்றும் ஒருவர் கீழே

that. I think Jesus knew temptations that you and I can't even imagine. He was tempted to take a shortcut around the cross and you and I can't identify with that. We don't have the option of saving the world.

#### 4. He had many enemies.

Now you and I know something about that. Any one of us have some people who don't care a great deal for us, but if the truth be known, I don't know that I have anybody that really wants to crucify me, to take my life or wrench it away from me.

#### 5. His disciples were slow learners.

That would have killed me. I'm just not as patient as our Lord. He spent over three years with them day and night trying to let it all sink in and they still couldn't figure it out. He loved them enough to die for them. I think I would have wanted to kill them. They were slow learners. He faced the stress and pressure of tremendous responsibility. Victory over sin, victory over the grave, the opportunity of salvation, the opportunity of heaven for every single human being, all that was on his shoulders. That's pressure and his time running out.

#### 6. He was going to hand over the advancement of the kingdom into the hands of infallible men.

### **How did Jesus deal with it and how does he tell you and me to deal with it?**

#### 1. Jesus knew who to go to.

Feeling all this pressure he says, Father, I've got to talk to you. You and I need to know and practice what Jesus knew and practiced.

#### 2. He knew why he came to earth.

He had a purpose and when he says, Father, the time the hour has come, he's saying his mission is just about complete.

#### 3. Jesus gave up his rights.

It relieved a tremendous amount of pressure. "Father, the time has come. Glorify your Son, that your Son may glorify you." Why would Jesus pray that the Father glorify Him? Jesus was God come in the flesh. He was part of the Trinity. He was part of the Godhead. But, you see He had to pray that God glorify Him because Jesus in coming to this earth and taking on the human form of a servant had given up his rights. Folks, I want to tell you something that too many of us don't know. It's amazing the pressure that comes from each one of us trying to protect every inch of the turf of our rights. We don't want to yield on this, we don't want to relinquish on this, and we are going to guard every right to fight for the chance. Jesus gave up his rights and it relieved a tremendous amount of pressure.

#### 4. He had something to give.

விழுந்தால், அவரை அழைத்துச் செல்ல ஒருவர் இருக்கிறார்.

இரசாயன சார்புநிலையிலிருந்து மீள்வது என்பது வாழ்நாள் முழுவதும் நடைபெறும் செயலாகும். அதனால்தான் 10 ஆண்டுகளாக நிதானமாக இருக்கும் குடிகாரர்கள் AA கூட்டங்களில் கலந்துகொள்வதை இன்னும் காணலாம், ஏனென்றால் சார்ந்திருப்பவர் குணப்படுத்தும் சமூகத்தின் ஒரு பகுதியாக மாற வேண்டும். இப்போது நான் தேவாலய மக்களுக்கு ஒன்று சொல்ல விரும்புகிறேன். மக்களே, அது தேவாலயமாக இருக்க வேண்டும். நான் சொல்வது கேட்கிறதா? ஆல்கஹாலிக்ஸ் அனானிமஸ் போன்ற ஒரு திட்டம் தேவாலயங்களில் எழவில்லை, ஆனால் அவற்றுக்கு வெளியே எழுவது வெட்கக்கேடானது.

1978 ஆம் ஆண்டில் ஒரு கேலப் வாக்கெடுப்பில், நான்கு அமெரிக்கர்களில் ஒருவர் தனிப்பட்ட ஆல்கஹால் பிரச்சனை இருப்பதாக ஒப்புக்கொண்டார். ஆனால் தங்களுக்கு அல்லது குடும்ப அங்கத்தினருக்கு குடிப்பழக்கம் இருந்தால் தேவாலயம் அல்லது அதன் பயிற்சி பெற்ற பணியாளர்களிடம் திரும்புவோம் என்று எட்டு சதவீதம் பேர் மட்டுமே கூறியுள்ளனர்; எட்டு சதவீதம் மட்டுமே. பாருங்கள், போதைப்பொருளைத் துரத்துவது தவறு என்பதைச் சுட்டிக்காட்டி ஒரு நல்ல வேலையைச் செய்துவிட்டோம், கையை நீட்டி, "இதோ, நீங்கள் அதை எப்படிச் சரியாகப் புரிந்துகொள்கிறீர்கள். இதோ, நீங்கள் அதை எப்படிப் பெறுகிறீர்கள். சரி செய்யப்பட்டது." இரண்டையும் நாம் செய்ய வேண்டும்.

கலாத்தியர் 6:1 கூறுகிறது, "சகோதரரே, ஒருவன் பாவத்தில் அகப்பட்டால், ஆவிக்குரியவர்களே அவனை மெதுவாக மீட்டுக்கொள்ளுங்கள்." பின்னர் அடுத்த வசனம், "நீங்கள் ஒருவர் மற்றவரின் சுமைகளை சுமக்கிறீர்கள்" என்று கூறுகிறது. மேலும் அங்குள்ள வார்த்தை ஒரு நீண்ட பயணத்தை குறிக்கிறது, "நீங்கள் அதை விட்டுவிட வேண்டும்" என்று மட்டும் கூறவில்லை. பாரத்தை எடுத்து உங்கள்

He was granted the authority over all people that he might give eternal life. He had something to give all right; it was the greatest gift of all time. It is eternal life to everybody who would come to him, put their trust in Him and obey His gospel.

5. He did a good job.

"I have brought you glory on earth by completing the work you gave me to do."

**How do you and I get relief from stress and pressure that we face every day? We do the same thing Jesus did.**

1. Turn everything over to God.

Like Jesus, we too must turn everything over to God. "Cast all your anxiety on him because he cares for you." (1 Peter 5:7) Two observations a) God is concerned about me. God cares for me; He cares for you and He cares for all of us; b) He cares about everything in my life. He said "cast all your anxieties."

2. Understand your purpose in life.

We've been created with different abilities all for the purpose of glorifying God and serving others. When you have a purpose in life, it can help you handle pressure. Now one of the things that I do following Jesus' lead is when I feel the pressures coming in on me and I feel them like you do, when I feel stressed, I revert back to my basic purpose in life.

3. Give up your rights.

This is probably the one most of us need work on and the one that gives us the greatest difficulty because we live in a culture that is so filled with assertiveness training. It's contrary to the way the world thinks. There are five destructive emotions that damage and hamper our life - resentment, bitterness, anger, hatred, and fear. They'll eat you up and they'll spit you out and I will guarantee you that a major source of each of those five is often when people are not willing to give up their rights.

I want you to think with me for a moment. It is rare for you to have an argument over an issue if you understand and practice this principle. Now let me be clear, I'm not talking about being a wimp or a perpetual dish rag. There are a few things in life that are worth drawing a line in the sand for, but not 98 percent of the time that we do. I found that the really strong people in this world are the ones who are willing to yield their rights. It's the weak who fight for their turf. The greatest example I know is Jesus. Philippians 2:5, "Your attitude should be the same as that of Christ Jesus: Who, being in very nature God, did not consider equality with God something to be grasped, but made himself nothing, taking the very nature of a servant."

முதுகில் வைத்து, நீண்ட தூரம் அவர்களுடன் எடுத்துச் செல்லுங்கள்.

5. கையாளுதல், பொய் மற்றும் பகுத்தறிவு பற்றி வெளிப்படையாகவும் நேர்மையாகவும் இருங்கள்.

போதைப்பொருள் சார்ந்த ஒவ்வொரு நபரும் தனது கையாளுதல், பொய், பகுத்தறிவு ஆகியவற்றைப் பற்றி வெளிப்படையாகவும் நேர்மையாகவும் இருக்க வேண்டும். எல்லோரிடமும் பொய் சொல்கிறார்கள்.

"நம்முடைய பாவங்களை நாம் அறிக்கையிட்டால், அவற்றை மன்னித்து, எல்லா அநியாயங்களிலிருந்தும் நம்மைச் சுத்திகரிப்பதற்கு அவர் உண்மையும் நீதியும் உள்ளவராயிருக்கிறார்." (1 யோவான் 1:9) அவர் சுத்தமாக வர வேண்டும். அது விடுவிக்கிறது அவரது ஆவி.

5. ஆரோக்கியமான வாழ்க்கை திறன்களை மீண்டும் கற்றுக் கொள்ளுங்கள். சார்ந்திருக்கும் நபர் ஆரோக்கியமான வாழ்க்கைத் திறன்களை மீண்டும் கற்றுக்கொள்கிறார்.

6. குடும்பத்தின் பகுதி.

a) அடிமையானவர் மீதும், சார்ந்திருப்பவர் மீதும் அகாபே அன்பைப் பேணுங்கள். அதாவது, அவர்களுக்கு சிறந்ததைத் தேடும் அன்பு, ஒருபோதும் கைவிடாது, ஆனால் அது சிறந்ததைச் செய்கிறது.

b) சார்பு நடத்தைக்கு உதவவோ அல்லது தூண்டவோ வேண்டாம். தீயை எரிக்க வேண்டாம். நீங்கள் அகாபே அன்பை வைத்திருங்கள். ஊதாரி மகனின் உவமையில் உள்ள தந்தையைப் போல இருங்கள். அவர் தொடர்ந்து பணம் அனுப்பவில்லை. சிறுவன் சுயநினைவுக்கு வர வேண்டும் என்று அவனுக்குத் தெரியும்; அவர் வீட்டிற்கு வர வேண்டும்.

c) கவனமாக எதிர்கொள்ளுங்கள். நீங்கள் சில நேரங்களில் எதிர்கொள்ள வேண்டும்.

I have observed in my lifetime that fighting for rights can make you do some awfully foolish things. When Abraham Lincoln lived a rich man loaned a poor man \$2.50 and after a while the poor man was unable to repay, the rich man was so upset he went to Lincoln and asked for representation. Lincoln didn't want to take the case, but he came back and said, well I'll tell you what. You give me \$10 up front and I'll take it. The man gave him \$10 then Lincoln went to the poor man and gave him \$5. He said, "you take \$2.50 of this and pay him back and you can keep that \$2.50" and Lincoln pocketed \$5.00. You see that man spent \$10 to get \$2.50 back. You may say, people don't do those kinds of stupid things. You wouldn't believe what I've seen husbands and wives accuse each other of doing as they fight for their rights instead of yielding.

4. Be a generous person.

That's what Jesus did. You give things away it relieves pressure. Be generous with your prayer, your money, and your talents.

5. Glorify God with excellence.

Do the best you can do in a day, then go to bed and put your head on the pillow. It's amazing how good you feel. Some of the stress that we feel in the world is when we know we have not done what we could have done, it haunts us. Just do your best and then feel the relief as the stress lessens.

Amazing Grace Lesson #1108

**Questions:**

1. Which statements regarding worry are true?
  - a. \_\_\_\_ 40% of concerns do not ever occur
  - b. \_\_\_\_ 30 % are old decisions that cannot be changed
  - c. \_\_\_\_ 12 % are based on untrue criticism
  - d. \_\_\_\_ All the above
  - e. \_\_\_\_ None of the above
2. Peace is found in?
  - a. \_\_\_\_ Loving family
  - b. \_\_\_\_ Financial security
  - c. \_\_\_\_ In Jesus
3. In this world you will have trouble?
 

True \_\_\_\_ False \_\_\_\_
4. Jesus was under stressful situations because
  - a. \_\_\_\_ He was misunderstood
  - b. \_\_\_\_ He was not accepted
  - c. \_\_\_\_ He was tempted
  - d. \_\_\_\_ He had many enemies
  - e. \_\_\_\_ His disciples were slow learners
  - f. \_\_\_\_ All the above

4. Jesus overcame stress because

அவர்கள் மட்டும் குணமடைய மாட்டார்கள். அவர்களின் வாழ்க்கையில் என்ன நடக்கிறது என்பதை நீங்கள் அவர்களுக்குக் காட்ட வேண்டும். ஒரு சார்புடைய நபர் மீண்டு வருவதற்கு சராசரியாக எத்தனை மோதல்கள் தேவை? ஐம்பத்து நான்கு, ஆம் 54. நீங்கள் ஒரு குடிகாரனுடன் வாழ்கிறீர்கள் என்றால், நீங்கள் ஒரு போதைப் பழக்கத்திற்கு அடிமையாக இருந்தால், அவர்கள் குணமடையத் தேவையான உதவியைக் கண்டுபிடிக்க நீங்கள் மீண்டும் மீண்டும் முயற்சித்திருந்தால், அதில் கொஞ்சம் மனதாருங்கள். புள்ளிவிவரம். இயேசுவைத் தவிர வாழ்க்கையில் உண்மையான அர்த்தத்தை வழங்க நீங்கள் எதையும் துரத்துகிறீர்கள் என்றால், நீங்கள் குறி தவறிவிட்டீர்கள். அது உங்கள் வேலையாக இருக்கலாம், விளையாட்டாக இருக்கலாம், உங்கள் பாக்கெட் புத்தகமாக இருக்கலாம்; அல்லது எதுவானாலும். இன்று நீங்கள் வேதியியல் சார்ந்து இருந்தால், நீங்கள் இப்போது யாரேனும், உங்கள் குடும்பத்தினர் அல்லது ஒரு சிறிய குழுவின் முன்னிலையில், "என் வாழ்க்கை நிர்வகிக்க முடியாததாகிவிட்டது, அதை மாற்ற நான் சக்தியற்றவன்.." நீங்கள் செய்யும் வரை, நீங்கள் தொடர்ந்து அடிமையாக இருப்பீர்கள். அற்புதமான அருள் பாடல் #1202

**கேள்விகள்:**

1. இரசாயன சார்பு என்பது வாழ்க்கையின் தேவைகளைப் பூர்த்தி செய்ய இரசாயன பயன்பாட்டிற்கு அதிகளவில் திரும்பும் செயல்முறையாகும்.
 

உண்மை\_\_\_\_ தவறான \_\_\_\_
2. இரசாயன சார்பு ஒருபோதும் உடல் சார்புக்கு வழிவகுக்காது.
 

சரி தவறு \_\_\_\_
9. மக்கள் ஏன் போதைப்பொருளுடன் குழப்பமடைகிறார்கள்?
  - f. \_\_\_\_ சகாக்களின் அழுத்தம்
  - g. \_\_\_\_ வலி
  - h. \_\_\_\_ சுய மதிப்பு இல்லாமை
  - i. \_\_\_\_ மேலே உள்ள அனைத்தும்

- \_\_\_\_\_ He knew who to go to
- \_\_\_\_\_ He knew why He came to earth
- \_\_\_\_\_ He gave up His rights
- \_\_\_\_\_ He had a purpose and something to give
- \_\_\_\_\_ He did a good job
- \_\_\_\_\_ All the above
- \_\_\_\_\_ b and d
- \_\_\_\_\_

- We can overcome stress and pressure by
  - \_\_\_\_\_ Turning our life over to God
  - \_\_\_\_\_ Understanding the purpose of life
  - \_\_\_\_\_ Giving up our rights
  - \_\_\_\_\_ Being a generous person
  - \_\_\_\_\_ Glorifying God
  - \_\_\_\_\_ All the above
  - \_\_\_\_\_ a, c and e
  - \_\_\_\_\_ a, b and e
  - \_\_\_\_\_ b, d and e

## Chapter 12

### Freedom From Debt

One of the most common, frequent and dominant shackles of our day is debt. Debt literally fetters millions and millions of Americans. In fact, there are precious few people that I know, particularly in my generation and under, who aren't up to their chins in debt. Others are up to the top of their heads in debt, almost bankrupt.

Why is debt so consuming? I've done a great deal of research and have reached one key reason. We spend more money than we make. Okay? Is that profound? Our yearnings exceed our earnings. A 1995 survey indicated that the average American puts \$1,300 on credit for every \$1,000 that they make. That's the problem. Somebody put it this way: "When your outgo exceeds your income, then your upkeep will be your downfall."

The result of borrowing is a record number of personal and business bankruptcies. Millions of families are so strapped for money that every month is a difficult ordeal because of burgeoning debt.

#### Causes of debt

##### 1. Covetousness.

The root of 95+ percent of this debt dilemma is an old-fashioned thing the Bible calls coveting. There is an epidemic in our culture of "wantitis." For most of us, our debt is not caused by our need but our greed. We want to buy things that we don't need with money we don't have to impress people we don't even like. Isn't that right?

- \_\_\_\_\_ மேலே எதுவும் இல்லை
- வேதியியல் சார்புக்கு மூல காரணம்
    - \_\_\_\_\_ "ஒன்று அவ்வாறே படைக்கப்படுகிறது"
    - \_\_\_\_\_ சமூகம்
    - \_\_\_\_\_ பசி
    - \_\_\_\_\_ பாவம்
  - ஒருவர் எப்போது வேண்டுமானாலும் சார்ந்திருப்பதை நிறுத்தலாம் சரி தவறு \_\_\_\_\_
  - இரசாயன சார்பிலிருந்து விடுபட மற்றும் குணமடைய ஒருவர் செய்ய வேண்டியது:
    - \_\_\_\_\_ போதைப்பொருள் துஷ்பிரயோகத்தின் போதாமை மற்றும் அழிவுத்தன்மையை உணருங்கள்.
    - \_\_\_\_\_ கிறிஸ்து வாழ்க்கையில் வெற்றிடத்தை நிரப்ப முடியும் என்று நம்புங்கள்.
    - \_\_\_\_\_ குணப்படுத்தும் சமூகத்தின் ஒரு பகுதியாகுங்கள்.
    - \_\_\_\_\_ கையாளுதல், பொய் மற்றும் பகுத்தறிவு பற்றி வெளிப்படையாகவும் நேர்மையாகவும் மாறுங்கள்.
    - \_\_\_\_\_ ஆரோக்கியமான வாழ்க்கைத் திறன்களைக் கற்றுக்கொள்ளுங்கள்.
    - \_\_\_\_\_ மேலே உள்ள அனைத்தும்
    - \_\_\_\_\_ மேலே எதுவும் இல்லை
  - குடும்ப அன்பு இரசாயன சார்புநிலையை எதிர்கொள்ளும் ஆனால் அதற்கு நிதியளிக்காது சரி தவறு \_\_\_\_\_
  - இரசாயனங்களைச் சார்ந்து இருப்பவர் மீண்டு வருவதற்கு முன் எத்தனை மோதல்கள் தேவை?
    - அ. \_\_\_\_\_ 24
    - பி. \_\_\_\_\_ 54
    - சி. \_\_\_\_\_ 84
    - ஈ. \_\_\_\_\_ 104
    - இ. \_\_\_\_\_ 1004

The reason for this is we are being bombarded by all this "wantitis" message. By the time a student graduates from high school, he or she has seen on an average 350,000 commercials. All those commercials are saying one of three things; (a) "Having more things will make me happy," (remember in America we are guaranteed life, liberty, and the purchase of happiness); (b) "Having more things will make me important." (It's the devil's old ploy about what I have makes me what I am. Such as "Having a MasterCard won't really make you a better person, well then again, maybe it will") and (c) "Having more things will make you secure." God says these are all lies.

a) Lie number one - having more things will make me happy - "Whoever loves money never has money enough; whoever loves wealth is never satisfied with his income...As goods increase, so do those who consume them. And what benefit are they to the owner except to feast his eyes on them?" (Ecclesiastes 5:10-1)

b) Lie number two - having more things will make me important - "Watch out! Be on your guard against all kinds of greed; for a man's life does not consist in the abundance of his possessions." (Luke 12:15)

c) Lie number three - having things, more things, will make me secure. "Whoever trusts in his riches will fall, but the righteous will thrive like a green leaf." (Proverbs 11:28) That's what God's Word has to say. Most of us still buy the lies, and as we buy the lies, we want to buy things with money that we don't have, and we go into this thing called, "debt."

## 2. Pretend we are somebody we are not

It's a shallow and harmful view of borrowing. Debt beckons us like the sweet, siren song luring a mariner to the destructive, rocky shores. The lyrics suggest that borrowing is the way to achieve the beautiful, wrinkle-free life. Just like little children who dress up in daddy's and mama's clothes and pretend to be bigger than they are. Debt allows us to pretend to be somebody we're not.

Here's what Solomon said about debt in Proverbs 12:9, "Better to be a nobody and yet have a servant than to pretend to be a somebody and have no food." Here's what he said in Proverbs 13:7, "One man pretends to be rich, yet has nothing; another man pretends to be poor, yet has great wealth." Isn't that true?

Have you ever noticed in the paper some guy with the yacht, a fleet of Rolls Royces, jewels and an Aspen home then all of a sudden, he goes bellyup. Why? Because what he owed on all that stuff was more than it was worth. On the other hand, it seems like every few months, I find out about somebody who has the modest of lifestyles, who's worth a fortune. See, the former is a pretender, and the latter is the

## தள்ளிப்போடுவதில் இருந்து விடுதலை

### அறிமுகம்:

தள்ளிப்போடுதல்... மில்லியன்கணக்கான உயிர்கள் ஆன்மீகம், உடல், அறிவு, உணர்வு போன்றவற்றில் இருக்கக்கூடிய அல்லது இருக்க வேண்டியதை விட குறைவாகவே உள்ளன, ஏனெனில் அவை நிரந்தரமாக தள்ளிப்போடுகின்றன. தள்ளிப்போடுவதில் இருந்து நாம் எப்படி விடுதலை பெறுவது?

தள்ளிப்போடுதல் என்பது ஒரு உலகளாவிய பிரச்சனையாகும். என்ன செய்வது என்று நம்மில் பெரும்பாலோருக்குத் தெரியும், ஆனால் நாம் அதைத் தள்ளிப்போடுகிறோம், சிறிது நேரத்திற்குப் பிறகு அது நம் வாழ்க்கைமுறையாக மாறுகிறது. நீங்கள் தள்ளிப்போடுபவரா? நீங்கள் தொடர்ந்து விஷயங்களைத் தள்ளி வைக்கிறீர்களா? இந்த சிறிய கவிதை உங்களை விவரிக்கிறதா?

தள்ளிப்போடுவது என் பாவம், அது எனக்கு வருத்தத்தை மட்டுமே தருகிறது. நான் அதை விட்டுவிட வேண்டும் என்று எனக்குத் தெரியும், உண்மையில், நான் நாளை செய்வேன்.

இந்த பாடம் தள்ளிப்போடுவதற்கான காரணங்கள், செலவுகள் மற்றும் சிகிச்சை பற்றி விவாதிக்கிறது.

### காரணங்கள்

1. தீர்மானமின்மை. நீங்கள் எப்போதாவது ஒரு உணவகத்தில் இருந்திருக்கிறீர்களா, பணியாளர் வந்து, உங்களால் முடிவெடுக்க முடியாததால் அவரைப் போகச் செய்கிறீர்களா? அல்லது, நீங்கள் எப்போதாவது மெனுவை ஆராய்ந்து பார்த்தீர்களா, ஆர்டர் செய்த பிறகு, "நீங்கள் ஆர்டர் செய்ததை நான் தேர்ந்தெடுத்திருக்க விரும்புகிறேன்" என்று சொல்லுங்கள். உறுதியற்ற தன்மை நம்மைத் தள்ளிப்போடச் செய்கிறது, கார் வாங்குவதையோ, கல்லூரியைத் தேர்ந்தெடுப்பதையோ, வேலைகளை மாற்றுவதையோ தள்ளிப் போடுகிறது.

2. பயம். நான் பயப்படும்போது விஷயங்களைத் தள்ளி வைக்கிறேன்.

real thing. The problem with pretending is, sooner or later, you have to stop likewise with debt. Sooner or later, you have to pay it with interest.

Now believe it or not, there was a time in this country where credit was very difficult to obtain. I know that's hard to believe. There was a time in this country when you could keep spending to a minimum because when you run out of money, you stop spending. That did not stop coveting; it just put a damper on your spending. Ironically, about the same time that our federal government began living on money that it didn't have is about that same time debt and credit became available to practically everybody. We all became like the "Eveready Bunny." We just keep on spending, and spending, and spending. We have a very shallow and harmful view of debt.

### Cures for becoming debt free

If you could take care of the causes, you should find the cure. Then how do we attack the causes? The tenth commandment says, "You shall not covet" and is followed by a long series of things that you are not to covet. Paul included coveting when he summed up the Law stating in Romans 13:9 "Do not covet," and whatever other commandments there may be, are summed up in this one rule: "Love your neighbor as yourself." But in our materialistic, consumer-oriented culture, frankly, that's easier said than done but it can be done. There are three things to consider in dealing with your covetousness:

#### 1. Resist comparison with other people

Comparing always leads to coveting. That's why in the tenth commandment, it says, "Don't covet your neighbor's house, or your neighbor's ox, or your neighbor's manservant." When you start comparing with your neighbor, you're going to end up coveting.

"Each one should test his own actions. Then he can take pride in himself, without comparing himself to somebody else." (Galatians 6:4) Can you look at what someone else has and not covet that? What I'm really asking is, have you learned the secret of being able to admire without having to acquire? I don't have to acquire everything that I enjoy. If you're a person who has to actually own everything you enjoy, you're going to be perpetually miserable. Learn to admire without having to acquire. Remember, if the grass is greener on the other side of the fence, the odds are that the water bill is higher, too.

#### 2. Rejoice over what God has given you

Focus your attention on what God's given to you. "Every good and perfect gift comes from above from the Father of

உங்களுக்குத் தேவை என்று உங்களுக்குத் தெரிந்த பல் மருத்துவரின் வருகையை யாராவது எப்போதாவது ஒத்திவைத்திருக்கிறார்களா? யாருக்காவது அறுவை சிகிச்சை தேவைப்படுமா? உங்கள் நம்பிக்கையை சக ஊழியரிடம் பகிர்ந்து கொள்வதை தள்ளிப் போட்டுவிட்டீர்களா? ஏன்? நீங்கள் பயப்படுவதால் தான். பயம் நம்மைத் தள்ளிப்போட வைக்கிறது.

5. பரிபூரணவாதம். பரிபூரணவாதம் நம்மைத் தள்ளிப்போட வைக்கிறது. சாலொமோன், "காற்றைப் பார்க்கிறவன் நடமாட்டான், மேகங்களைப் பார்ப்பவன் அறுவடை செய்யமாட்டான்" என்றார். (பிரசங்கி 11:4) வேறு வார்த்தைகளில் கூறுவதானால், மேகங்கள் மற்றும் காற்றழுத்தம் எல்லாம் சரியாகும் வரை நீங்கள் காத்திருந்தால், நீங்கள் அதை ஒருபோதும் செய்ய மாட்டீர்கள். தி லிவிங் பைபிள் அந்த வசனத்தை விளக்குகிறது: "நீங்கள் சரியான நிலைமைகளுக்காக காத்திருந்தால், நீங்கள் எதையும் செய்ய மாட்டீர்கள்." ஆமென். பூரணத்துவம் தாமதத்தை ஏற்படுத்தும்.

4. கோபம். தள்ளிப்போடுதல் என்பது நமக்குப் பிடிக்காதவர்களையோ அல்லது நாம் மகிழ்விக்க விரும்பாதவர்களையோ திரும்பப் பெறுவதற்கான ஒரு வழியாக இருக்கலாம்.

உங்களில் பெற்றோர்களான உங்களில் யாராவது உங்கள் பிள்ளைகளுக்கு "டிவியை அணைத்துவிட்டு, கைகளை கழுவிவிட்டு சாப்பிடுவதற்கு மேஜைக்கு வாருங்கள்?" இரண்டு நிமிடம் கழித்து, "டிவியை அணைத்துவிட்டு, கைகளை கழுவி சாப்பிட டேபிளுக்கு வாருங்கள்" என்று மீண்டும் மீண்டும் சொல்கிறீர்கள், ஐந்து நிமிடம் கழித்து, "... அது ஏன்? நிகழ்ச்சி மிகவும் சிறப்பாக இருந்ததாலா அல்லது குழந்தைகள் தங்கள் சுதந்திரத்தை விரும்புவதை உங்களுக்குத் தெரியப்படுத்துவதைத் தள்ளிப்போடுவதில் வல்லவர்களா?

சில மாதங்களாக நீங்கள் ஒரு குறிப்பிட்ட காரியத்தைச் செய்ய வேண்டும் என்று கேட்டும், அவர்கள் அதைச் செய்யாத துணை

light.” (James 1:17) Or, I like Solomon said in Ecclesiastes 5:19, “...When God gives any man wealth and possessions, and enables him to enjoy them, ...this is a gift from God.” God says, enjoy my gifts as I give them to you. That’s what we need to do.

Have you ever been a victim of that? “When and then” thinking says, “When I get \_\_\_\_\_, then I’ll be happy. You can fill in the blank, whatever it is for you. The idea is when something changes, I’ll be happy. No, you won’t. Oh, you’ll be happy for a little while. Can you remember what you received last Christmas? “When and then” thinking, what is it that you’re waiting on to make you happy? What is it, a new house, new job, new car, a new position, marriage? “When and then” thinking never makes you happy. I become as happy as I choose to be and when I focus on what God has given me.

### 3. Remember what’s really important

“So, we fix our eyes not on what is seen, but on what is unseen. For what is seen is temporary, but what is unseen is eternal.” (2 Corinthians 4:18) As you decide what your priorities in life are going to be, and where you’re going to focus your attention, you should always be asking yourself, can I see it? If you can see it, then you’re focusing on the temporary, the wrong thing.

It’s a little sobering to look around and realize that a hundred years from now what you see will not be here. The carpet, the chairs, the walls, the building, our clothes, the people won’t be here. Paul was absolutely right, “If you can see it, it’s temporary.” Everything you can see will eventually erode, it will rot, rust, wear out, and go away as opposed to things you can’t see i.e., your relationship with God and others, love, honesty, values and your soul. See what we need to do is quit coveting and remember what’s really important. That’s how you deal with covetousness.

You must put the axe to the taproot of covetousness before you can apply the next cure. You apply key biblical principles to money management. Remember it will not work unless you deal with the heart problem by conquering your coveting problem. But there are four great pillars that the Bible teaches about using your money.

#### a. Earn your money slowly, but surely.

Get rich quick schemes almost never work. They’re a dime a dozen, and they’re more accurately called, “go broke quick” schemes. Proverbs 13:11 says, “he who gathers

யாருக்காவது உண்டா? அவர்கள் உங்கள் கட்டுப்பாட்டை எதிர்ப்பது ஒரு காரணமாக இருக்கலாம். தள்ளிப்போடுதல் என்பது சில நேரங்களில் செயலற்ற எதிர்ப்பின் ஒரு வடிவமாகும். இது கோபத்தால் ஏற்படலாம்.

5. சோம்பல். எல்லா காரணங்களிலும் மிகவும் பொதுவானது தூய்மையான மற்றும் எளிமையானது, சோம்பல். பழமொழிகள் ஒரு சோம்பேறி நபரைக் குறிக்க ஒரு வார்த்தையைப் பயன்படுத்துகின்றன; “ஸ்லக்” என்பது நமக்கு நன்கு தெரிந்த, மெதுவாக ஊர்ந்து செல்லும் மொல்லஸ்க்கைக் குறிக்கிறது. “சோம்பேறி (சோம்பேறி) ஆசைப்பட்டு எதையும் பெறமாட்டான், ஆனால் விடாமுயற்சியுடன் இருப்பவன் செழிப்பான்.” (நீதிமொழிகள் 13:4)

தியாகம் மற்றும் வலியை சகிப்புத்தன்மை குறைவாகவே எங்கள் தலைமுறை கொண்டுள்ளது. எனது தாத்தா தனது 80 களின் முற்பகுதியில் களத்தில் விடாமுயற்சியுடன் பணியாற்றியதை என்னால் நினைவில் கொள்ள முடிகிறது. இதற்கு நேர்மாறாக, நமது “மஞ்சத்தில் உருளைக்கிழங்கு” கலாச்சாரம் “எளிதானது” என்ற வார்த்தையை விரும்புகிறது. எளிதாக இருந்தால் பிடிக்கும், கடினமாக இருந்தால் பிடிக்காது. “எளிதான” என்ற வார்த்தை விளம்பரத்தில் எவ்வளவு அடிக்கடி பயன்படுத்தப்படுகிறது என்பதை நீங்கள் எப்போதாவது பார்த்திருக்கிறீர்களா? பயன்படுத்த எளிதானது, பயன்படுத்த எளிதானது, பெற எளிதானது. இந்த புத்தகங்கள் பெஸ்ட்செல்லர் ஆகுமா; “உங்கள் வாழ்க்கையை மாற்றுவதற்கான பத்து கடினமான படிகள்” அல்லது “வடிவத்தை பெற ஏழு குடல்-பிளவு வழிகள்”? அவற்றை யார் வாங்குவார்கள்? நாங்கள் எளிதாக விரும்புகிறோம். தள்ளிப்போடுதல் பற்றிய இரண்டு பொதுவான தவறான கருத்துக்கள் (அ) “இந்த பிரச்சனையை எதிர்கொள்வதை விட தவிர்க்க எளிதானது” மற்றும் (ஆ) “நாளை கையாள்வது எளிதாக இருக்கும்.” இல்லை, எவ்வளவு காலம் தாமதமாகிறதோ அவ்வளவு கடினம். அது”

money little by little makes it grow.” In Proverbs 6:6, Solomon uses a metaphor that we can all identify with. “Go to the ant, you sluggard; consider its ways and be wise! It has no commander, no overseer or ruler, yet it stores its provisions in summer and gathers its food at harvest.” He said, be like the ants, work and supply and store little by little.

Now sure, there are some vocations that pay higher salaries than others, but no matter what your choice of work, put in a good week’s work, a reasonable number of hours with maximum effort, and earn your money.

b. Save money regularly.

The word, “save,” is practically a forgotten term in modern American economics. But the “little by little” principle doesn’t just mean earning, it also applies to saving. Listen to what Solomon said in Proverbs 21:20, “In the house of the wise are stores of choice food and oil, but a foolish man devours all that he has.”

Teach your children and grandchildren this and teach them well. The day that a person starts earning an income is the same day that person should begin to save and do it every time he receives income. If they start earning an income at age 14, throwing papers in driveways, start saving right then. If they’re 24, or 44, it’s not an option, it’s a priority. If an individual saved between seven-and-a-half and ten percent of his income regularly, he or she will be prepared for emergencies, contingencies, temporary unemployment, and retirement. I’m not talking about putting your trust or your security in your money, remember if you can see it, it’s going anyway. Money is nothing more or less than a tool that’s placed in our hands as God’s stewards.

Contentment comes through saving including some type savings account and by any number of good investments. But contentment comes through saving. Stress and panic come when we spend to the limit and beyond. We panic over every unexpected financial challenge and there are people all over America living in that situation.

c. Share generously.

Jesus said, “Do not store up for yourselves treasures on earth, where moth and rust destroy, and where thieves break in and steal. But store up for yourselves treasures in heaven, where moth and rust do not destroy, and where thieves do not break in and steal. For where your treasure is, there your heart will be also.” (Matthew 6:19-21)

**செலவு**

1. தள்ளிப்போடுதல் தடைகளை உருவாக்குகிறது. "சோம்பேறியின் (சோம்பேறியின்) வழி முட்களால் அடைக்கப்பட்டது." (நீதிமொழிகள் 15:19) தள்ளிப்போடுவது பிரச்சினையை எப்போதும் மோசமாக்குகிறது. அந்தக் கசிவுக் கூரையைத் துண்டித்து, அதைத் துண்டித்து, துண்டித்தால் என்ன நடக்கும்? புதிய கூரை வேண்டும்! உங்கள் காரில் உள்ள எண்ணெயைச் சரிபார்ப்பதையோ மாற்றுவதையோ நீங்கள் தள்ளிப்போட்டதால், எப்போதாவது பெரிய எஞ்சின் பழுது ஏற்பட்டுள்ளதா? தள்ளிப்போடுதல் பிரச்சினையை நெருக்கடியாக மாற்றுகிறது. தடைகளை உருவாக்குகிறது.

2. தள்ளிப்போடுதல் வாய்ப்புகளை வீணாக்குகிறது. "ஒரு சோம்பேறி பருவத்தில் உழுவதில்லை, அதனால் அறுவடை நேரத்தில், அவர் எதையும் கண்டுபிடிக்க முடியாது." (நீதிமொழிகள் 20:4) நடவு செய்வதற்கான வாய்ப்பைத் தள்ளிப்போடுபவர் பயன்படுத்துவதில்லை, அதனால் அவர் அறுவடை செய்யமாட்டார். வாய்ப்பு தட்டும்போது, கதவைத் திற.

ஜான் கிரீன்லீஃப் விட்டியர் கூறினார், "ஆண்களில் நாவின் சோகமான வார்த்தைகள், 'அது இருந்திருக்கலாம்'." "இருந்திருந்தால்" என்பது ஆங்கில மொழியில் மிகவும் பயனற்ற இரண்டு வார்த்தைகள். நாம் தள்ளிப்போடும்போது, வாழ்க்கை கடந்து செல்கிறது. தள்ளிப்போடுதல் வாய்ப்பை வீணடிக்கிறது.

3. தள்ளிப்போடுதல் மற்றவர்களை காயப்படுத்துகிறது. சோம்பேறித்தனம் நம்மை நேசிக்காமல் தடுக்கிறது. அன்புக்கு அர்ப்பணிப்பும் முயற்சியும் தேவை. நிறைய பேர் அந்த முயற்சியில் ஈடுபட விரும்பவில்லை.

அன்பாக இருப்பதை விட சோம்பேறியாக இருப்பது எளிது. இரண்டு பேர் சோம்பேறிகளாக இருப்பதால் எத்தனை திருமணங்கள் முறிகின்றன என்பதை

Now those words from Jesus tell us a couple of absolutely critical things: (a) where we put our money is where our affections are. You cannot separate the two) and (b) when we give money to the Lord's work, we're storing up for ourselves treasures in heaven. Now I'll confess to you, I don't fully understand that. I know what heaven is metaphorically, it is a spiritual place. But I know that God promises me that anything I forfeit on this earth for the good of His cause will somehow reap a reward in heaven.

God required the Children of Israel to give 10%. He requires Christians to give as they have been prospered which could be more but, in some situations, and circumstances it could be less. God expects us to give because we want to give, but it is not limited to money. We must also give ourselves. By giving ourselves wholeheartedly to Him, we will focus our attention on things above and be less inclined to desire material things, power, position or prestige.

### How is giving money going to keep me out of debt?

The more you give to him, the more God will bless you. Jesus said "Give, and it will be given to you. A good measure, pressed down, shaken together and running over in your lap." (Luke 6:38) Now that doesn't mean that God is some slot machine that when we put money into him, he's going to give it back all that time. It means he's going to bless us in every way, but you test it. Have you ever seen anybody out give God? Have you ever seen anybody give more to God than he somehow returns to them?

"It is more blessed to give than to receive." Do you know what the Hebrew word there, the Aramaic word for "blessed" literally means? Happier. You are happier when you give than when you receive. And a lot of us know that firsthand. Now the happier you are, the less inclined you'll be to spend money to buy things to make you happier. In other words, the happier you are as you give that money away, the less inclined you are to go covet things you don't really need. So, earn money little by little, save regularly, share generously.

Budget consciently and responsibly. It's clear from Scripture that we've already examined, God expects planning and stewardship concerning his assets placed in our hands. Another is "What man would build a tower without first counting the cost." (Luke 14) He is saying you need to have a plan, a budget addressing the desire to be debt-free.

That ought to be every Christian's desire. The Bible does not place an absolute moratorium on debt, but it says in Proverbs 22:7, "the borrower is the servant of the lender." Somebody put it this way, there are two kinds of men in this world, there

என்னால் சொல்ல முடியாது. தங்களுக்குத் தெரிந்ததைச் செய்வதைத் தள்ளிப் போடுகிறார்கள். என் அலுவலகத்தில் தம்பதிகள் உட்கார்ந்து, "நான் என்ன செய்ய வேண்டும் என்று எனக்குத் தெரியும், ஆனால் என்னால் முடியாது" என்று சொல்வதை நான் கேட்டிருக்கிறேன். இல்லை, உங்களால் முடியாது அல்ல, உங்களால் முடியாது. நீங்கள் அதை தள்ளிப்போடுவீர்கள் என்று நினைக்கிறீர்கள், அது நன்றாக இருக்கும்.

தள்ளிப்போடுபவர்கள் தங்கள் குழந்தைகளை காயப்படுத்துகிறார்கள். சோம்பேறி பெற்றோர்கள் பிரச்சனையுள்ள குழந்தைகளை உருவாக்குகிறார்கள். (அ) வாழ்க்கையின் உண்மைகளைப் பற்றி அவர்களுக்குத் தேவை என்று உங்களுக்குத் தெரிந்தால், (ஆ) ஒழுக்கம் மற்றும் பொறுப்பை வளர்ப்பதற்கான ஒழுக்கம் மற்றும் (இ) குடும்பப் பிணைப்பு ஏற்படும் மற்றொரு குடும்ப விடுமுறையை ஒத்திவைத்தால், அது உங்கள் குழந்தைகளுக்கு சிக்கல்களை உருவாக்குகிறது. இனிமையான நினைவுகள் உருவாகின்றன. நீங்கள் உங்கள் குழந்தைகளை அழிக்கிறீர்கள். தள்ளிப்போடுவது உண்மையில் மற்றவர்களை காயப்படுத்துகிறது.

### குணப்படுத்துகிறது

1. சாக்குப்போக்கு சொல்வதை நிறுத்துங்கள். "வெளியே சிங்கம் இருக்கிறது" அல்லது 'தெருவில் நான் கொல்லப்படுவேன்' என்று சோம்பேறி சொல்கிறான்." (நீதிமொழிகள் 22:13) அந்தப் பழமொழியின் குறிப்பை நீங்கள் தவறவிட்டால், அதை நான் தெளிவுபடுத்துகிறேன். சாலொமோனின் நாட்களில் இஸ்ரவேல் தேசத்தில் எத்தனை சிங்கங்கள் சுற்றித் திரிந்தன என்று நினைக்கிறீர்கள்? தள்ளிப்போடுபவர் எல்லா வகையான சாக்குகளையும் கொண்டு வருவதாக சாலமன் கூறுகிறார். மற்ற அனைவருக்கும் சாக்குகள் உள்ளன, ஆனால் எனக்கு காரணங்கள் உள்ளன. இந்த வாரம் நன்றாக இருந்தது என்று நினைத்தேன். விபத்துக்களுக்காக மக்கள் காப்பீட்டு நிறுவனங்களுக்குச் சமர்ப்பித்த சாக்குகளின் பட்டியல் அது. அவர்களில் ஒருவர், "பையன் சாலை முழுவதும் இருந்தான், நான் அவனை

are men who earn interest, and there are men who pay interest. I will guarantee you the latter are servants to the former. It may take a while, but every one of us ought to have the goal to be debt-free as soon as we can.

The question: how much is enough? Your plan should ask three basic questions:

1. What are my family needs?
2. How much do I want to give to God?
3. How much can I save?

Debt doesn't have to bind us. But unmanaged debt in many ways is synonymous with sin, that's how it's gotten to be.  
Amazing Grace lesson #1203

#### Questions:

1. It is wrong to pretend to be rich when you are not; but, not wrong to pretend to be poor when you are not.

True \_\_\_\_\_ False \_\_\_\_\_

2. The common cause, root, of debt is

- a. \_\_\_\_\_ Sickness
- b. \_\_\_\_\_ Education
- c. \_\_\_\_\_ Unemployment
- d. \_\_\_\_\_ Covetousness

3. Lies of covetousness are

- a. \_\_\_\_\_ Having more things will make me happy. (Eccl. 5:10-11)
- b. \_\_\_\_\_ Having more things will make me important. (Luke 12:15)
- c. \_\_\_\_\_ Having more things will make me secure (Prov. 11:28)
- d. \_\_\_\_\_ All the above

4. The cure for the debt dilemma

- a. \_\_\_\_\_ Take matters in you on hand, self-control.
- b. \_\_\_\_\_ Resist comparison of self with others. (Gal. 6:4)
- c. \_\_\_\_\_ Focus on what God has provided and rejoice. (James 1:17; Eccl. 5:19)
- d. \_\_\_\_\_ Remember what's really important. (2 Cor. 4:18)
- e. \_\_\_\_\_ All the above
- f. \_\_\_\_\_ a, c and d
- g. \_\_\_\_\_ b, c and d
- h. \_\_\_\_\_ a, b and d

5. Which of the following are biblical principles?

- a. \_\_\_\_\_ Earn money slowly. (Prov. 13:11; 6:6-9)
- b. \_\_\_\_\_ Save regularly. (Prov. 21:21)
- c. \_\_\_\_\_ Give generously. (Matt. 6:19-21; Luke 6:38)
- d. \_\_\_\_\_ Budget responsibility. (Luke 14:25-33)

அடிப்பதற்கு முன்பு நான் பல முறை சாய்ந்தேன்." இது எப்படி? "நான் சாலையின் ஓரத்திலிருந்து விலகி, என் மாமியாரைப் பார்த்துவிட்டு, கரையின் மீது ஓட்டினேன்." மற்றொரு தோழர், "நான் ஒரு ஈயைக் கொல்லும் முயற்சியில், நான் ஒரு டெலிபோன் கம்பத்தில் ஓட்டினேன்." இது எனக்கு மிகவும் பிடிக்கும், "நான் தூங்கி விபத்துக்குள்ளானபோது 40 வருடங்களாக என் காரை ஓட்டி வருகிறேன். ஒரு சாக்கு, பொறுப்பை வேறொரு இடத்தில் வைக்க முயற்சிக்கிறார். "தொலைபேசி கம்பம் வேகமாக நெருங்கிக்கொண்டிருந்தது; அது என் முன் முனையைத் தாக்கியபோது நான் அதன் பாதையிலிருந்து விலகிச் செல்ல முயற்சித்தேன்." எனக்கு மிகவும் பிடித்தது இதுதான், "பாதசாரிக்கு எந்த வழியில் செல்வது என்று தெரியவில்லை, அதனால் நான் அவன் மீது ஓடினேன்."

உங்கள் மன்னிப்பு என்ன? "இந்த நாட்களில் ஒன்று..." என்று சொல்ல உங்களைத் தூண்டுவது எது? "சோம்பேறி சாக்குகளால் நிறைந்திருக்கிறான்" என்று பைபிள் கூறுகிறது. பெஞ்சமின் ஃபிராங்க்ளின் கூறினார், "சாக்குப்போக்கு சொல்வதில் திறமையானவர்கள் வேறு எதிலும் வல்லவர்கள்." "விஷயங்கள் சீராகும் போது, நான் \_\_\_\_\_" (நீங்கள் காலியாக உள்ளதை நிரப்பவும்.) தள்ளிப்போடுவதற்கு மக்கள் பயன்படுத்தும் நம்பர் ஒன் சாக்கு. விஷயங்கள் ஒருபோதும் நிலைபெறாது. இறைவன் மீண்டும் வரும்போதுதான் அவர்கள் குடியேறுவார்கள்.

2. நிறுத்தப்படுவதை நிறுத்துங்கள். தள்ளிப்போடுபவர்க்கு "இந்த நாட்களில் ஒன்று" என்பது "இந்த நாட்களில் எதுவுமில்லை." நிறுத்துவதை நிறுத்துங்கள், இன்றே செய்யுங்கள். இப்போதே துவக்கு.

நீங்கள் தள்ளிப்போட முனைந்தால், இந்த மூன்று வார்த்தைகள் உங்கள் வாழ்க்கையை மாற்றிவிடும். "உடனே செய்." அதை எழுதுங்கள். ஒரு மேஜிக் மார்க்கரை எடுத்து, அட்டைப் பெட்டியில் எழுதுங்கள்; அதை உங்கள் குளிர்சாதன பெட்டி, குளியலறை கண்ணாடி, மேசை அல்லது உங்கள் கார் விசர் மீது வைக்கவும். அது உங்கள் முகத்தை உற்றுப் பார்த்து, "இப்போதே செய்!"

- e. \_\_\_\_\_ Desire to be debt free. (Prov. 22:7)  
 f. \_\_\_\_\_ All the above  
 g. \_\_\_\_\_ None of the above  
 h. \_\_\_\_\_ b, c and d

ஒவ்வொரு முறையும், "அதை நான் பின்னர் பெறுவேன்" என்று நீங்கள் நினைக்கத் தொடங்கும் ஒவ்வொரு முறையும், அந்த மூன்று வார்த்தைகளை முகத்தில் பார்த்து இப்போது அதைச் செய்யுங்கள்!

ராக்கெட்டை திண்டுக்கு வெளியே எடுப்பதே அதிக ஆற்றல் செலவழிப்பதாக நாசா சொல்கிறது. அது சுற்றுப்பாதையில் நுழைந்தவுடன், அது ஒரு சிஞ்ச். நிறுத்துவதை நிறுத்துங்கள், தொடங்குங்கள், இன்று முடிக்க முடியாவிட்டால், அதில் ஒரு பகுதியைச் செய்யுங்கள். இன்று 10 நிமிடங்கள், நாளை 10 நிமிடங்கள், அடுத்த நாள் 10 நிமிடங்கள் செய்யுங்கள். ஆறு குறுகிய வாரங்களில் நீங்கள் எவ்வளவு சாதிப்பீர்கள் என்று பாருங்கள். அது உங்களை வியக்க வைக்கும்.

3. திட்டமிடலைத் தொடங்குங்கள்.

"உங்கள் வெளிப்புற வேலைகளை முடித்து, உங்கள் வயல்களை தயார் செய்யுங்கள்; அதன் பிறகு, உங்கள் வீட்டைக் கட்டுங்கள்." (நீதிமொழிகள் 24:27) வேறு வார்த்தைகளில் கூறுவதானால், உங்கள் முன்னுரிமைகளை அமைக்கவும், முதலில் என்ன செய்ய வேண்டும், அவற்றைச் செய்வதற்கு நேரத்தை திட்டமிடுங்கள். உங்களுக்கு எப்போதும் நேரம் இல்லை - நீங்கள் நேரம் ஒதுக்க வேண்டும்!

முக்கியமான மற்றும் முக்கியமில்லாதவற்றைத் திட்டமிடுங்கள். தனிப்பட்ட மற்றும் குடும்ப பைபிள் படிப்புக்கான நேரத்தை திட்டமிடுங்கள், உங்கள் மனைவியுடன் இருக்க நேரம், குடும்பத்திற்கு கூடுதல் நேரம் மற்றும் தனியாக இருக்க நேரத்தை திட்டமிடுங்கள் (உங்கள் நேரம்). நீங்கள் விஷயங்களுக்கு நேரத்தை ஒதுக்கவில்லை என்றால், அவை வெறுமனே செய்து முடிக்கப்படாது. இருப்பினும், எதையாவது திட்டமிடுவது மட்டும் போதாது; உங்கள் அட்டவணை மற்றும் ஒரு நாளைக்கு ஒரு முறைக்கு மேல் வேலை செய்ய வேண்டும். அரிதான சந்தர்ப்பங்களில் யாருக்காகவோ அல்லது எதற்காகவோ காத்திருக்கும் போது, உங்களின் முதன்மையான பணியைத் தொடர முடியாமல் போகலாம்.

முதன்மையான பணியில் தடை நீக்கப்படும் வரை அல்லது தீர்க்கப்படும் வரை குறைவான முக்கியத்துவம் வாய்ந்த பணியில் வேலை செய்யுங்கள்.

"ஒவ்வொரு வாய்ப்பையும் பயன்படுத்திக் கொள்ளுங்கள்." (எபேசியர் 5:16) நியூயார்க்கில் சுரங்கப்பாதையில் சவாரி செய்யும் போது தனது முதல் புத்தகத்தை எழுதிய ஒரு பிரபல எழுத்தாளர் இருந்தார், மேலும் அவர் ஒவ்வொரு வாய்ப்பையும் பயன்படுத்தினார். மற்றொரு மனிதன் நிறுத்த விளக்குகளில் ஆயிரம் பைபிள் வசனங்களை மனப்பாடம் செய்தான். அது ஒவ்வொரு வாய்ப்பையும் அதிகம் பயன்படுத்துகிறது! புத்திசாலியான ஆண்களும் பெண்களும் திட்டமிட்டு, திட்டமிடுகிறார்கள் மற்றும் செயல்படுத்துகிறார்கள்.

4. உங்கள் அச்சங்களை எதிர்கொள்ளுங்கள். நினைவில் கொள்ளுங்கள், தள்ளிப்போடுவதற்கான முக்கிய காரணம் பயம். நீங்கள் எதையாவது தவிர்க்கும்போது, அதற்கு நீங்கள் பயப்படுவீர்கள். அதை அடையாளம் கண்டு அதை எதிர்கொள்ளுங்கள். மிகப்பெரிய பயம் தோல்வி பயம். அதனால்தான் எல்லாவற்றையும் விட அதிகமான விஷயங்களை நாங்கள் தள்ளி வைக்கிறோம். நாங்கள் தோல்வியடைவோம் என்று பயப்படுகிறோம். மக்களே, பயம் என்பது பலவீனத்தின் அடையாளம் அல்ல, அது மனித நேயத்தின் அடையாளம். மார்க் ட்வைன் கூறினார், "தேரீயம் என்பது பயம் இல்லாதது அல்ல, அது உங்கள் பயத்தை மீறி நகர்கிறது." உங்கள் அச்சங்களிலிருந்து நீங்கள் ஓடிவிட்டால், அவை பெரிதாகின்றன. நீங்கள் அவற்றை எதிர்கொண்டால், அவை சிறியதாக வளரும்.

பயத்தை எதிர்கொள்ளும் போது உங்களை நீங்களே கேட்டுக்கொள்ள இரண்டு விஷயங்கள் உள்ளன: (அ) "நடக்கக்கூடிய மோசமான விஷயம் என்ன?" பொதுவாக, இது நீங்கள் நினைப்பது போல் மோசமாக இல்லை மற்றும் (ஆ) பிலிப்பியர் 4:13 ஐப் படிக்கவும், "என்னைப் பலப்படுத்துகிறவர் மூலமாக என்னால் எல்லாவற்றையும் செய்ய முடியும்."

கடவுள் பலப்படுத்துகிறார் என்பதை அறிந்தால், உங்களுக்கு முன்னால் உள்ள அனைத்தையும் சமாளிப்பது எளிதாகிறது என்று மூன்று முறைக்கு மேல் சொல்லுங்கள்.

5. உங்கள் முயற்சிகளுக்கான வெகுமதியில் கவனம் செலுத்துங்கள்.

வாழ்க்கையில் எளிதான விஷயங்கள் மிகக் குறைவு. வாழ்க்கை கடினமானது. வெகுமதியைப் பார்க்க நீங்கள் விடாமுயற்சியுடன் இருக்க வேண்டும். வலிக்கு அப்பாற்பட்ட லாபத்தில் கவனம் செலுத்துங்கள். நீங்கள் பணியை முடிக்கும்போது நீங்கள் எவ்வளவு நன்றாக உணருவீர்கள் என்பதில் கவனம் செலுத்துங்கள்.

இங்கே ஒரு சிறிய விளக்கம். குழந்தைகள் பள்ளியிலிருந்து வீட்டிற்கு வந்ததும், அவர்கள் உட்கார்ந்து தங்கள் வீட்டுப்பாடங்களை முதலில் முடித்தால், அவர்கள் மதியம் முழுவதும் மகிழ்வார்கள், மேலும் அவர்கள் தங்கள் மாலை நேரத்தை அதிகமாக ரசிப்பார்கள், ஏனெனில் செய்யப்படாத வீட்டுப்பாடம் அவர்களின் தலையில் தொங்கவில்லை. "நீங்கள் இப்போது பணம் செலுத்தி பின்னர் விளையாடலாம் அல்லது இப்போது விளையாடலாம் மற்றும் பின்னர் பணம் செலுத்தலாம்" என்பது தத்துவம்.

"நன்மை செய்வதில் சோர்ந்து போகாமல் இருப்போம், ஏனெனில் நாம் கைவிடவில்லை என்றால் சரியான நேரத்தில் அறுவடை செய்வோம்" என்பதே கொள்கை. (கலாத்தியர் 6:9) "நான் என்ன செய்ய விரும்புகிறேன்" என்பது தவறான கேள்வி. "கடவுள் நான் என்ன செய்ய விரும்புகிறார்" என்பதே சரியான கேள்வி. மிகவும் முதிர்ச்சியடையாத நபர் மட்டுமே தனது உணர்வுகளால் வாழ்கிறார். மேலே உள்ள அனைத்தும் பின்வரும் இரண்டு கேள்விகளுக்கு நம்மை இட்டுச் செல்கின்றன.

**உங்கள் வாழ்க்கையில் என்ன மாற்றம் தேவை?**

- "இந்த நாட்களில் நான் ஒரு கிறிஸ்தவனாக மாறப் போகிறேன்?"
- "கடவுள் எனக்கு நியமித்துள்ள ஊழியத்தில் நான் ஈடுபடப் போகிறேன் இந்த நாட்களில் ஏதாவது ஒன்றா?"

- இந்த நாட்களில் நான் தினமும் பைபிளைப் படிக்கவும் படிக்கவும் போகிறேனா?
- "இந்த நாட்களில் நான் குடிப்பழக்கத்தை விட்டுவிடப் போகிறேனா, ஒரு சிறந்த பெற்றோராக இருக்கப் போகிறேன், மனைவி மற்றும் குழந்தைகளுடன் சிறிது நேரம் செலவிடப் போகிறேன் அல்லது நான் எதையாவது செய்ய வேண்டும் என்று எனக்குத் தெரிந்ததைத் தள்ளிப் போடுகிறேனா?

**உங்களை கியரில் கொண்டு செல்ல என்ன எடுக்கப் போகிறது?**

கடவுள் கூறுகிறார், "நான் உதவ விரும்புகிறேன்." இயேசு கிறிஸ்து உங்களை மாற்றி உங்களை காப்பாற்றும் வாய்ப்பை தள்ளிப்போடுவது அல்லது தாமதப்படுத்துவதுதான் வாழ்க்கையில் மிகப்பெரிய தவறு.

"இறுதியில் கடவுளுடன் தங்கள் வாழ்க்கையை சரியாகப் பெற விரும்பாத எவரையும் பற்றி எனக்குத் தெரியாது. அவர்கள் கூறுகிறார்கள், "இந்நாளில் ஒரு நாள், நான் அந்த உறுதிமொழியைச் செய்யப் போகிறேன். இந்த நாட்களில், நான் என் வாழ்க்கையை ஒழுங்கமைக்கப் போகிறேன். இந்த நாட்களில் ஒரு நாள், நான் என் பாவங்களுக்காக மனந்திரும்பி கடவுளுக்குக் கீழ்ப்படிகிறேன், இயேசு கடவுள் என்று என் நம்பிக்கையை ஒப்புக்கொள்கிறேன், என் பாவங்களை நீர் ஞானஸ்நானத்தில் அடக்கம் செய்ய வேண்டும், மேலும் என் பாவங்கள் அனைத்தும் மன்னிக்கப்பட்டு ஒரு புதிய கிறிஸ்தவராக எழுவேன். "ஏன் இப்போது இல்லை? ஒரு நல்ல எண்ணம் தள்ளிப்போடுதல் மட்டுமே. பழைய பழமொழி உங்களுக்குத் தெரியும், அது உண்மைதான்: "நரகத்திற்கான பாதை நல்ல நோக்கத்துடன் அமைக்கப்பட்டது." ஏன் இன்று இல்லை? அற்புதமான கிரேஸ் பாடம் #1200

**கேள்விகள்:**

1. தள்ளிப்போடுவதற்கான காரணங்கள்.
  - j. \_\_\_\_ தீர்மானமின்மை
  - k. \_\_\_\_ பயம்

- l. \_\_\_\_ பரிபூரணவாதம்
- m. \_\_\_\_ கோபம்
- n. \_\_\_\_ சோம்பல்
- o. \_\_\_\_ மேலே உள்ள அனைத்தும்
- p. \_\_\_\_ a மற்றும் c
- q. \_\_\_\_ a, d மற்றும் e
- r. \_\_\_\_ பி, சி மற்றும் டி

2. தள்ளிப்போடுவதற்கான செலவு.

- h. \_\_\_\_ இது தடைகளை உருவாக்குகிறது.  
(நீதி. 15:19)
- i. \_\_\_\_ இது வாய்ப்புகளை  
வீணாக்குகிறது. (நீதி. 20:4)
- j. \_\_\_\_ இது மற்றவர்களை  
காயப்படுத்துகிறது.
- k. \_\_\_\_ மேலே உள்ள அனைத்தும்
- l. \_\_\_\_ a மற்றும் b
- m. \_\_\_\_ a மற்றும் c
- n. \_\_\_\_ பி மற்றும் சி

3. சிகிச்சை.

- k. \_\_\_\_ சாக்குப்போக்கு சொல்வதை  
நிறுத்துங்கள். (நீதி. 22:13)
- l. \_\_\_\_ முட்டுக்கட்டை நிறுத்து.
- m. \_\_\_\_ திட்டமிடலைத் தொடங்கவும்.  
(நீதி. 24:27)
- n. \_\_\_\_ அச்சத்தை எதிர்கொள். (பிலி. 4:13)
- o. \_\_\_\_ உங்கள் முயற்சிகளின்  
பலன்களில் கவனம் செலுத்துங்கள்.  
(கலா. 6:9)
- p. \_\_\_\_ மேலே உள்ள அனைத்தும்
- q. \_\_\_\_ a, b மற்றும் c
- r. \_\_\_\_ a, c மற்றும் d
- s. \_\_\_\_ பி, சி மற்றும் இ
- t. \_\_\_\_ பி, சி, டி மற்றும் இ

4. ஒத்திவைப்பவரின் விருப்பமான  
வெளிப்பாடு "இந்த நாட்களில் நான்"  
அதேசமயம் கடவுள் "இன்று நாள்" என்று  
கூறுகிறார்.

உண்மை \_\_\_\_ தவறான \_\_\_\_

10. ஒத்திவைப்பவர் பொதுவாக  
ஒத்திவைக்கும் மிக முக்கியமான  
விஷயம் என்ன?

- a. \_\_\_\_\_ ஒரு குடும்ப உறுப்பினரிடம் தங்கள் அன்பின் உணர்வை வெளிப்படுத்துதல்
- b. \_\_\_\_\_ மன்னிப்பு கேட்டு ஒருவரிடம் தங்கள் வருத்தத்தை கூறுதல்
- c. \_\_\_\_\_ இரட்சிப்பு, மன்னிப்புக்காக கடவுளுக்குக் கீழ்ப்படிதல்

அத்தியாயம் 8

## பெருமை மற்றும் பணிவு பற்றி

(1) வாழ்க்கையை குழப்பும் காமம், அடிமையாதல் மற்றும் ஹேங்-அப்களில் இருந்து என்னை நான் எவ்வாறு விடுவிப்பது மற்றும் (2) தேவையான மாற்றங்களைச் செய்வதற்கான சக்தியை நான் எவ்வாறு பெறுவது அல்லது கடவுளின் சக்தியை எவ்வாறு பெறுவது என்ற கேள்விகளுக்கான பதில்களை பலர் விரும்புகிறார்கள். என் வாழ்க்கையில்?

ஆரம்பப் புள்ளி பிரச்சனையை ஒப்புக்கொள்வது, பிரச்சனையின் உடல் வெளிப்பாடு மட்டுமல்ல, அடிப்படை பிரச்சனை. "நான் பொறுப்பில் இருக்கிறேன், எனக்கு கடவுள் தேவையில்லை" என்பதே மூல பிரச்சனை. அதுதான் ஆதாமுக்கும் ஏவாளுக்கும் இருந்த பிரச்சனை. ரோமர் 7 இல் பவுல் அதனுடன் மல்யுத்தம் செய்தார், அது எங்கள் பிரச்சனை.

திறவுகோல் யாக்கோபு 4:6 இல் காணப்படுகிறது. பாடத்தின் எஞ்சிய பகுதிகள் அனைத்தும் அந்த சிறந்த உரையிலிருந்து துளிர்விடப் போகிறது. ஜேம்ஸ் கூறினார், "பெருமையுள்ளவர்களை கடவுள் எதிர்க்கிறார், ஆனால் அவர் தாழ்மையுள்ளவர்களுக்கு கிருபை அளிக்கிறார்." திரும்பத் திரும்பச் சொல்வது மதிப்பு. "கடவுள் பெருமையுள்ளவர்களை எதிர்க்கிறார், ஆனால் தாழ்மையுள்ளவர்களுக்கு அவர் கிருபை அளிக்கிறார்." உங்கள் வாழ்க்கையில் அதிகாரத்திற்கான திறவுகோல் மனத்தாழ்மை மற்றும் கடவுளின் சக்திக்கான முக்கிய தடை பெருமை என்று பைபிள் கூறுகிறது, ஏனென்றால் பெருமை நிறைந்த

ஒரு நபர் மாற்ற அல்லது மேம்படுத்த வேண்டிய அவசியத்தை பார்க்க முடியாது. ஒருவன் பணிவு நிறைந்தவனாக இருந்தால்தான், அவனுக்கு மாற்றும் சக்தி கிடைக்கும்.

பைபிள் இரண்டு வகையான பெருமைகளைப் பற்றி பேசுகிறது. உண்மையில் ஒரு நல்ல பெருமை இருக்கிறது. நீங்கள் அதை நம்பவில்லை என்றால், கலாத்தியர் 6:4 அல்லது 2 கொரிந்தியர் 7:4 ஐப் படியுங்கள். நல்ல வகையான பெருமை என்பது சுயமரியாதை, சிறப்பாகச் செய்த வேலையில் திருப்தி மற்றும் பிறர் வெற்றி பெறுவதைக் கண்டு மகிழ்தல் ஆகியவற்றுக்கு ஒத்ததாக இருக்கிறது. பைபிளில் இரண்டு அல்லது மூன்று முறை மட்டுமே பெருமை என்று குறிப்பிடப்படுவதைக் காண்கிறீர்கள். தொண்ணூற்று ஒன்பது சதவிகிதம், பெருமை என்பது மிகவும் எதிர்மறையான வழியில் குறிப்பிடப்படுவதைக் காணலாம், அங்கு அது அகந்தை, சுயநலம், ஆணவம் அல்லது அகங்காரம் ஆகியவற்றுடன் இணைக்கப்பட்டுள்ளது. யாரோ சொன்னார்கள், "தன்னம்பிக்கை என்பது ஒரே நோய், அது உங்களுக்கு கிடைத்தால், அது மற்ற அனைவரையும் நோய்வாய்ப்படுத்துகிறது." பல பிரபலமான மற்றும் முக்கியமான நபர்களைப் பார்ப்பதன் மூலம், ஒருவர் எவ்வாறு எளிதில் பலியாக முடியும் என்பதைப் பார்க்கலாம்.

முஹம்மது அலியை ஞாபகம் வைத்துக் கொள்ளுங்கள், உங்களில் என் தலைமுறையில் அல்லது அதற்கு மேற்பட்டவர்கள், அலி எவ்வளவு துணிச்சலாகவும் பெருமையாகவும் இருந்தார்? அலி ஒரு முறை விமானத்தில் இருந்ததாகவும், அது புறப்படவிருந்ததாகவும் கதை சொல்லப்படுகிறது. விமானப் பணிப்பெண் அலியிடம் வந்து, "ஐயா, நீங்கள் சீட் பெல்ட்டைக் கட்டிக்கொள்ள வேண்டும்" என்றார். அலி தனது வழக்கமான துணிச்சலான, ஷோமேன் பாணியில், "சூப்பர்மேனுக்கு சீட் பெல்ட் தேவையில்லை" என்று கூறினார். அதற்கு விமானப் பணிப்பெண், "சூப்பர்மேனுக்கு விமானமும் தேவையில்லை" என்று பதிலளித்தார். அவர் பெல்ட்டைக் கட்டினார்.

பெருமையை மற்றவர்களிடம் பார்ப்பது மிகவும் எளிதானது, ஆனால் நம்மில் பார்ப்பது கடினம், ஆனால் அது இருக்கிறது. இது அடிப்படை மனித பிரச்சனை மட்டுமல்ல, இது உங்கள் அடிப்படை பிரச்சனை, அது என்னுடைய அடிப்படை பிரச்சனையும் கூட.

**மற்ற பிரச்சனைகளுக்கு வழிவகுக்கும் பெருமை.**

2. பெருமை தனிப்பட்ட வளர்ச்சியைத் தடுக்கிறது.

நீங்கள் அதை முழுவதுமாகப் பெற்றுவிட்டதாக நினைக்கிறீர்கள், மாற்றவோ, வளரவோ அல்லது மேம்படுத்தவோ தேவையில்லை. உங்கள் ஆன்மாவில் உங்களுக்கு பெருமை இருக்கிறது. யாரோ சொன்னார்கள், "தலை வீங்கத் தொடங்கும் போது, மனம் வளர்வதை நிறுத்துகிறது." இந்தப் பாடம் உங்களுக்குத் தேவை என்பதைத் தெரிந்துகொள்வதற்கான ஒரு உறுதியான வழி, நீங்கள் அவ்வாறு செய்யவில்லையென்றால்.

சாலொமோன், "ஒரு மனிதனை அவன் பார்வையில் நீ அறிவாயா? அவனைவிட மூடனுக்கு நம்பிக்கை அதிகம்" என்றார். (நீதிமொழிகள் 26:12) "ஒழுக்கத்தைக் கடைப்பிடிப்பவன் வாழ்வுக்கான வழியைக் காட்டுகிறான், ஆனால் திருத்துவதைப் புறக்கணிப்பவன் மற்றவர்களை வழிதவறச் செய்கிறான்." (நீதிமொழிகள் 10:17) இந்த இரண்டு வசனங்களும் சேர்ந்து பெருமையுள்ள ஆணோ பெண்ணோ சுய மதிப்பீட்டின் மூலம் மட்டுமே செல்கிறார்கள் என்று கூறுகின்றன. அவர்கள் தெரிந்து கொள்ள வேண்டிய அனைத்தையும் அறிந்திருப்பதாக அவர்கள் நினைக்கிறார்கள், எந்த ஆலோசனையும் பெறுவதில் அர்த்தமில்லை.

உங்களுக்கு திருமண பிரச்சனைகள் இருந்தால், அதைப் பற்றி யாரிடமும் பேச

மாட்டீர்கள் என்றால், அதுதான் பெருமை. அது அவ்வளவுதான், தூய்மையானது மற்றும் எளிமையானது. உங்களுக்கு நிதிச் சிக்கல்கள் இருந்தால், அதைப் பற்றி நீங்கள் ஆலோசனை கேட்க மாட்டீர்கள் என்றால், அது உங்கள் பெருமை. உங்கள் வேலை, பள்ளி அல்லது சில உறவுகளில் நீங்கள் தோல்வியுற்றால், அதை மறைக்க முயற்சிக்கிறீர்கள் என்றால், அது பெருமை. பெரும்பாலும் நாம் புத்திசாலியாக இருப்பதை விட புத்திசாலியாக இருக்க விரும்புகிறோம். புத்திசாலியாக மாறுவதற்கான வழி அடக்கமாக இருப்பதுதான். பெருமை ஒருவனை வளரவிடாமல் தடுக்கிறது.

2. பெருமை என் உறவுகளை நாசமாக்குகிறது.

அகந்தையே அனைத்து உறவு மோதல்களுக்கும் ஒற்றுமையின்மைக்கும் வேர். நீங்கள் பெருமைக்காக செயல்படும் போது, நீங்கள் கோரும், இரக்கமற்ற, அருவருப்பான மற்றும் முரட்டுத்தனமாக இருக்க முனைகிறீர்கள்.

ஒரு ஆடம்பரமான உணவகத்தில் பணியாளருக்கு ஒரு பெருமை வாய்ந்த நபர் உபசரிப்பதை நீங்கள் எப்போதாவது பார்த்திருக்கிறீர்களா? இது அருவருப்பானது, அவர்கள் கோருகிறார்கள் மற்றும் ஒருபோதும் திருப்தியடையவில்லை. பெருமை நம்மை பகைமை கொள்ளச் செய்து, மதிப்பெண்ணைத் தக்கவைக்க வைக்கிறது. நாம் தவறு செய்கிறோம் என்பதை ஒப்புக்கொள்ள முடியாமல் செய்கிறது. "பெருமை மட்டுமே சண்டைகளை வளர்க்கிறது." (நீதிமொழிகள் 13:10) நான் அதை மீண்டும் சொல்கிறேன். "பெருமை மட்டுமே சண்டைகளை வளர்க்கிறது."

ஒரு திருமணத்தில் கிட்டத்தட்ட ஒவ்வொரு வாக்குவாதம் அல்லது சண்டையின் வேர்

பெருமை. உங்கள் கணவன் அல்லது மனைவி ஓரளவு சரியாக இருக்கலாம் என்பதை நீங்கள் ஒப்புக்கொள்ள விரும்பவில்லை. நம் பெருமையை மட்டும் விழுங்கினால் எத்தனையோ குடும்பச் சண்டைகள் தீர்ந்துவிடும்.

இந்தக் காட்சி எத்தனை முறை நடித்திருக்கிறது என்று நினைக்கிறீர்கள்? ஒரு இளைஞன் கிளர்ச்சியடைந்து, அவனது அப்பாவை விட்டுவிடுகிறான், தந்தை பொறுமை இழந்து, "வீட்டை விட்டு வெளியேறு, திரும்பி வராதே" என்று கூறுகிறார். "நான் தவறு செய்தேன். மன்னிக்கவும்" என்ற ஆங்கில மொழியில் உள்ள மிகக் கடினமான இந்த ஆறு வார்த்தைகளை இருவராலும் வற்புறுத்த முடியாது என்பதால், எவ்வளவு காலம் என்று யாருக்குத் தெரியும் என்று அவர்கள் அந்நியப்படுகிறார்கள். பெருமை உறவுகளை அழிக்கிறது, மேலும் பெருமை மன அழுத்தத்தையும் பதட்டத்தையும் உருவாக்குகிறது.

"நான் தப்பு செய்துவிட்டேன். மன்னிக்கவும்." மொழியில் மிகவும் கடினமான நான்கு வார்த்தைகளை உச்சரிக்கும்படி இருவருமே தங்களை வற்புறுத்த முடியாது என்பதால், எவ்வளவு காலம் என்று யாருக்குத் தெரியும் என்று அவர்கள் பிரிந்து செல்கிறார்கள். பெருமை நிறைந்த ஒருவரின் கவனம் தன் மீதுதான் இருக்கும். இது எனது நிலை மற்றும் எனது உருவத்தில் உள்ளது. அரசியல்வாதிகளுக்கு இப்போது ஸ்பின் டாக்டர்கள் உள்ளனர். அவர்கள் உண்மையைப் பற்றி கவலைப்படுவதில்லை; அவர்கள் படம் சரியாக இருக்க வேண்டும் என்று விரும்புகிறார்கள். படம் தான் எல்லாமே. ஆனால் அது உண்மையில் ஒரு பாதுகாப்பின்மை மற்றும் தாழ்வு மனப்பான்மையை வெளிப்படுத்துகிறது. நீங்கள் எப்போதாவது FOX, CNN அல்லது வேறொரு சேனலில் உலகளாவிய உச்சிமாநாடுகளில் ஒன்றையோ அல்லது UN கூட்டத்தையோ பார்த்திருக்கிறீர்களா? இந்த

டிஹாரன் சர்வாதிகாரிகளும், மிகச்சிறிய நாடுகளின் தூதர்களும் எட்டு வரிசை ஜடைகள் மற்றும் 40 பதக்கங்கள் மற்றும் இந்த பிரகாசமான அலங்கரிக்கப்பட்ட சீருடைகளுடன் அணிவகுத்து வருவதை நீங்கள் காண்கிறீர்கள், ஆனால் மற்ற நாடுகளின் ஜனாதிபதிகள் மற்றும் தூதர்கள் சாதாரணமான இருண்ட உடையில் வருகிறார்கள். ஏன்? அவர்கள் யாரையும் கவர வேண்டிய அவசியம் இல்லை. அவர்கள் பாதுகாப்பாக இருக்கிறார்கள்.

நீங்கள் எப்போதாவது FOX, CNN அல்லது வேறொரு சேனலில் உலக உச்சிமாநாடுகளில் ஒன்றைப் பார்த்திருக்கிறீர்களா அல்லது சிறிய நாடுகளின் சர்வாதிகாரிகள் மற்றும் தூதர்கள் எட்டு வரிசை பட்டைகள் மற்றும் நாற்பது பதக்கங்களால் பிரகாசமாக அலங்கரிக்கப்பட்ட சீருடையில் அணிவகுத்துச் செல்வதை ஐ.நா. மற்றவர்கள் சாதாரணமான இருண்ட உடையில் நுழையும்போது. ஏன்? அவர்கள் யாரையும் கவர வேண்டிய அவசியம் இல்லை. அவர்கள் நம்பிக்கையுடன் இருக்கிறார்கள்.

எனக்குப் பிடித்த எழுத்தாளர்களில் ஒருவரான டோனி காம்போலோ, "பெருமை நாம் மிகவும் விரும்புவவர்களை அடிக்கடி அழித்துவிடும்" என்றார். பெற்றோரின் பெருமை குழந்தைகளின் அழிவுக்கு வழிவகுக்கும். மற்றவர்களை விட தாங்கள் சிறந்தவர்கள் என்பதை நிரூபிக்க விரும்புவவர்கள் பெரும்பாலும் தங்கள் குழந்தைகளை இந்த நோக்கத்திற்காக பயன்படுத்துகிறார்கள். காம்போலோ சென்று நமக்கு ஏற்கனவே தெரிந்ததை விளக்குகிறார். "எத்தனை பெற்றோர்கள் தங்கள் குழந்தைகளின் மதிப்பெண்கள் மூலம், தங்கள் குழந்தைகளின் விளையாட்டு வாழ்க்கை மூலம், தங்கள் குழந்தைகளின் அழகு மூலம், மற்றும் அவர்களின் முன்னேற்றத்திற்காக அதைச் செய்கிறார்கள் என்ற போர்வையில் பெருமையுடன் வாழ்ந்திருக்கிறார்கள். ஈகோக்கள்." காம்போலோ, "மகிழ்ச்சி என்பது பெரும்பாலும் பெருமையின் மரணம்" என்று கூறி முடிக்கிறார்.

மற்றவர்கள் உங்களைப் பற்றி என்ன நினைக்கிறார்கள் என்பதைப் பற்றி

கவலைப்படுவது ஆபத்தான விஷயம் என்று நீதிமொழிகள் 29:25 கூறுகிறது. அகங்காரம் கவலை மற்றும் மன அழுத்தத்தை ஏற்படுத்துகிறது, ஏனென்றால் நான் ஒரு உருவத்தை வாழ முயற்சிக்கிறேன், ஆனால் நான் வேறு ஏதாவொன்றாக இருந்தால், நான் மன அழுத்தம், ஊக்கம் மற்றும் ஏமாற்றம் அடைகிறேன். இதற்கு நேர்மாறாக, மலைப்பிரசங்கத்தில் நம்முடைய கர்த்தராகிய இயேசு சொன்ன முதல் விஷயம், "தாழ்த்தப்பட்டவர்கள் சந்தோஷமானவர்கள்" என்பதாகும்.

### பணிவு மூலம் மகிழ்ச்சி

உங்களைக் கட்டுக்குள் வைத்திருக்கும் விஷயங்களிலிருந்து நீங்கள் விடுபடப் போகிறீர்கள் என்றால், நீங்கள் மனத்தாழ்மையின் மனநிலையை வளர்த்துக் கொள்ளத் தொடங்கும் வரை நீங்கள் அதைச் செய்யப் போவதில்லை. இதுதான் பாடத்தின் உண்மையான கரு.

1. உங்கள் பலவீனங்களை நேர்மையாக அங்கீகரிக்கவும்.

"தன் பாவங்களை மறைப்பவன் செழிக்க மாட்டான், ஆனால் அவற்றை ஒப்புக்கொண்டு கைவிடுகிறவன் இரக்கம் பெறுகிறான்." (நீதிமொழிகள் 28:13) உங்கள் பலவீனங்களை நீங்கள் ஒப்புக்கொள்ளவில்லையென்றால், உங்களுடைய நிரந்தரமான ஆன்மீகத் தோல்விகளை நீங்கள் ஒப்புக்கொள்ளாவிட்டால், உங்களால் அல்லது கடவுளால் அவற்றைச் செய்ய முடியாது.

டீன் ஏஜ் பையன் தன் தங்கையிடம், "அக்கா, நான் வீண் பாவம் செய்தேன் என்று பயப்படுகிறேன்" என்று சொன்ன கதை எனக்கு மிகவும் பிடிக்கும். அவள் அவனைப் பார்த்து, "நீ, வேனிட்டி, எப்படி?" அவர் சொன்னார், ஏனென்றால் நான் ஒவ்வொரு முறை கண்ணாடியில் நடக்கும்போதும், நான் என்னை நிறுத்தி பார்த்து, 'வாவ், என்ன ஒரு ஹங்க்' என்று சொல்கிறேன். "அவள் சிரித்தாள், "இல்லை, அது வீண் இல்லை, இது வெறும் அறியாமை."

உங்களில் பலர் இன்றிரவு நாம் உறங்கும்

முன் குனிந்து பிரார்த்தனை செய்து, "இறைவா, நான் இன்று பாவம் செய்திருந்தால்" என்று சொல்வீர்கள். அங்கேயே நிறுத்துங்கள், நிறுத்தி யோசியுங்கள். "என்றால்" என்பதை விட்டுவிடுங்கள், ஏனென்றால் அதைப் பற்றி எந்த கேள்வியும் இல்லை, நீங்கள் இன்று பாவம் செய்துவிட்டீர்கள். உங்கள் வாழ்க்கையில் உள்ள பாவங்களை, குறிப்பாக நிரந்தர பாவத்தை, நீங்கள் மறைவை அடைக்க முயற்சிக்கும் பாவத்தை தனிமைப்படுத்த நேரம் ஒதுக்குங்கள். ஒருவேளை இது உங்கள் விபச்சாரமாக இருக்கலாம், ஒருவேளை இது உங்கள் பொய் நாக்காக இருக்கலாம், ஒருவேளை இது பெற்றோரின் வெறுப்பாக இருக்கலாம், ஒருவேளை இது வேலையில் உடைந்த உறவாக இருக்கலாம் அல்லது நீங்கள் இல்லை என்று பாசாங்கு செய்கிறீர்கள். அதை மேசையில் எடுத்து கடவுளுக்கு முன்பாக நீட்டவும். உங்கள் பலவீனத்தை ஒப்புக்கொள்ளும் வரை, உண்மையான பணிவு உங்களுக்குத் தெரியாது.

2. உங்கள் பலத்தை யதார்த்தமாக மதிப்பிடுங்கள்.

பெருமை என்பது தன்னைப் பற்றிய தவறான மதிப்பீட்டை அடிப்படையாகக் கொண்டது, ஆனால் பணிவு உண்மையை அடிப்படையாகக் கொண்டது. "நீங்கள் சத்தியத்தை அறிவீர்கள், சத்தியம் உங்களை விடுதலையாக்கும்" என்று இயேசு கூறினார். பவுல் சொன்னார், "உன்னை உன்னிப்பாக நினைக்காதே, மாறாக உன்னை நிதானமாக நினைத்துக்கொள்." (ரோமர் 12:3) வேறுவிதமாகக் கூறினால், நீங்கள் யார் என்பதைப் பற்றி யதார்த்தமாக இருங்கள். சிலர் பணிவு என்பது ஒரு தாழ்வு மனப்பான்மை என்று நினைக்கிறார்கள். பணிவு, "ஐயோ நான் மோசமானவன், பயங்கரமானவன், மதிப்பற்றவன் அல்லது ஒன்றுமில்லை. நான் ஒரு பழைய புழு" என்று கூறவில்லை. அது உண்மை இல்லை. நீங்கள் ஒரு புழு அல்ல, நீங்கள் ஒன்றும் இல்லை, நீங்கள் ஏதோ ஒன்று. இயேசு சும்மா இறக்கவில்லை. படைப்பில் தனித்துவமான நாம் ஒவ்வொருவரும் கடவுளின் சாயலில் படைக்கப்பட்டுள்ளோம். உங்களிடம் பலம் இருக்கிறது என்பதே உண்மை. நாம்

அனைவரும் செய்கிறோம். கடவுள் அவற்றை நமக்குக் கொடுத்தார், ஆனால் நாமும் பகுதிகளில் பலவீனமாக இருக்கிறோம். பாஸ்கின் ராபின்ஸில் நடந்த சிறுமியின் கதை எனக்கு மிகவும் பிடிக்கும். அவளால் கவுண்டரைப் பார்க்க முடியவில்லை, மேலும் "சார், எனக்கு அந்த கையால் பேசு செய்யப்பட்ட பைன்ட்களில் ஒன்று வேண்டும், மூடி இல்லை, ஒரு ஸ்பூன் போதும்." தோழி அவளைப் பார்த்து, "சரி குட்டி, நீ அதெல்லாம் சாப்பிட முடியுமா?" "ஓ, ஆமாம் சார்" என்றாள். "நான் வெளியில் இருப்பதை விட உள்ளே நான் மிகவும் பெரியவன் என்று நீங்கள் பார்க்கிறீர்கள்."

அகங்காரம் என்பது நீங்கள் உள்ளே இருப்பதை விட வெளியில் மிகவும் பெரியவர் என்று பாசாங்கு செய்வது. "ஒவ்வொரு மனிதனும் தனது சொந்த செயல்களைச் சோதித்துப் பார்க்க வேண்டும், பின்னர் அவர் தன்னை வேறொருவருடன் ஒப்பிடாமல் தன்னைப் பற்றி பெருமை கொள்ள முடியும்." (கலாத்தியர் 6:4) இது என் வாழ்க்கை நூல்களில் ஒன்று. ஒரு நல்ல பெருமையும் உண்டு. பால் கூறினார், நீங்கள் உங்கள் சொந்த திறமைகளை அனுபவிக்கிறீர்கள், உங்கள் சொந்த வெற்றிகளை அனுபவிக்கிறீர்கள், ஒரு வேலையை நன்றாக செய்கிறீர்கள், ஆனால் ஒப்பிட வேண்டாம். ஒப்பிடாமல் இருப்பதற்கு இரண்டு காரணங்கள் உள்ளன.

b. உங்களைப் போல் நல்ல வேலையைச் செய்யாத ஒருவரை நீங்கள் எப்போதும் காணலாம், நீங்கள் பெருமைப்படுவீர்கள்.

பி. உங்களை விட சிறப்பாக வேலை செய்யும் ஒருவரை நீங்கள் எப்போதும் காணலாம், நீங்கள் சோர்வடைவீர்கள்.

கடவுள் கூறுகிறார், நீங்கள் அந்த இருவரில் இருப்பதற்கு நான் விரும்பவில்லை. நான் உன்னை முற்றிலும் தனித்துவமானவனாக்கினேன். நீங்கள் ஸ்னோஃப்ளேக் போன்றவர்கள், இரண்டும் ஒன்றல்ல. நீங்கள் நீங்களாக இருக்க வேண்டும் என்று கடவுள் விரும்புகிறார். நீங்கள் நீங்களாக இருக்கப் போவதில்லை

என்றால், நீங்கள் யாராக இருக்கப் போகிறீர்கள்? மற்றவர்களுடன் ஒப்பிடாதீர்கள் - நீங்கள் பெருமைப்படுவீர்கள் அல்லது ஊக்கமளிப்பீர்கள்.

கலாத்தியர் 6:4 கீழ்ப்படிவது கடினமான கட்டளை, குறிப்பாக எல்லாமே போட்டியின் அடிப்படையில் கட்டமைக்கப்பட்ட ஒரு கலாச்சாரத்தில். நேர்மையாக இருக்கட்டும், அமெரிக்காவில், எங்களுக்கு டாப் நாய்கள் மட்டுமே தேவை. தங்கப் பதக்கம் வென்றவர்கள் மட்டுமே எங்களுக்கு வேண்டும். இந்த ஆண்டின் விற்பனையாளரை மட்டுமே நாங்கள் விரும்புகிறோம். இலையுதிர் காலத்தில், கால்பந்து விளையாட்டில் கேமரா பக்கவாட்டில் இறங்குவதை நீங்கள் பார்க்கிறீர்கள், மேலும் அவர்கள் அந்த பக்கத்தை பான் செய்கிறார்கள், எல்லா வீரர்களும் அந்த ஹெல்மெட்டை கழற்றிவிட்டு திரும்புகிறார்கள். என்ன சொல்கிறார்கள்? இவர்களது டீம் ரெக்கார்டு நான்காகவும் ஏழாகவும் இருக்கலாம், ஆனால் கேமராவைப் பார்த்து, "நாங்கள்தான் நம்பர் ஒன், நாங்கள் நம்பர் ஒன்" என்று சொல்வார்கள். ஒரு கால்பந்து வீரர் கேமராவைப் பார்த்து, "நாங்கள் நம்பர் 4, நாங்கள் நம்பர் 4, நாங்கள் அதைப் பற்றி பெருமைப்படுகிறோம்" என்று எத்தனை முறை பார்த்திருப்பீர்கள்? இல்லை! இல்லை! நம்பர் ஒன் ஆக இருப்பது என்பது எல்லாம் இல்லை, கடவுளின் தரமாக இருந்ததில்லை. அது'

#### 4. உங்கள் வெற்றிகளை நன்றியுடன் அனுபவிக்கவும்.

பவுல், "நீங்கள் பெறாதது உங்களுக்கு என்ன இருக்கிறது? நீங்கள் அதைப் பெறவில்லை என்றால், நீங்கள் பெற்றதைப் போல ஏன் பெருமை பேசுகிறீர்கள்?" (1 கொரிந்தியர் 4:7) பவுல் என்ன சொன்னார் தெரியுமா? உனக்கும் எனக்கும் உள்ள அனைத்தும் கடவுளால் நமக்கு கொடுக்கப்பட்டவை. நாங்கள் சொல்கிறோம், நான் எனது சொந்த கைகளால் எனது வணிகத்தை உருவாக்கினேன். அது என் யோசனை. அருமை, ஆனால் அந்த மனதை, உங்கள்

ஆரோக்கியத்தை அல்லது உங்கள் கைகளை எங்கிருந்து பெற்றீர்கள்? அவர்கள் அனைவரும் கடவுளிடமிருந்து வந்தவர்கள். உங்கள் குரோமோசோம்களை வடிவமைத்த டிஎன்ஏ எங்கிருந்து உங்களுக்கு கிடைத்தது? உண்மை என்னவென்றால், நாம் அனைவரும் வடிவமைப்பாளர் மரபணுக்களைக் கொண்டுள்ளோம், நீங்கள் சிலேடையை மன்னிக்க வேண்டும். ஆனால் நாம் அவற்றை வடிவமைக்கவில்லை, கடவுள் செய்தார்.

உங்களில் எத்தனை பேர் உங்கள் பெற்றோரைத் தேர்ந்தெடுத்தீர்கள், நீங்கள் எங்கு பிறக்க வேண்டும் அல்லது எப்போது பிறக்கப் போகிறீர்கள்? அவை அனைத்தும் கடவுளிடமிருந்து கிடைத்த பரிசுகள், அவற்றைக் கொண்டு நீங்கள் செய்வது கடவுளுக்கு நீங்கள் கொடுக்கும் பரிசு. பணிவு பின்னர் வாழ்க்கையில் வெற்றியை அனுபவிக்கிறது, ஆனால் அது அந்த வெற்றியின் தோற்றத்தை அறிந்து நன்றியுடன் செய்கிறது. "ஒவ்வொரு நல்ல மற்றும் சரியான பரிசு தந்தையிடமிருந்து வருகிறது." (யாக்கோபு 1:17) அதையும் திமிங்கிலம் தரும் பாடத்தையும் நாம் நினைவில் கொள்ள வேண்டும். திமிங்கிலம் உச்சிக்கு வந்து, வீசத் தொடங்கும் போது, அது ஹார்பூன் ஆகிவிடும். ஒரு நிமிடம் ஹீரோவாகலாம், அடுத்த நிமிடம் பூஜ்ஜியமாகலாம். ஒரு ஒளிவட்டத்திற்கும் கயிற்றிற்கும் இடையே வெறும் 12 அங்குல வித்தியாசம் மட்டுமே உள்ளது என்பதை மறந்துவிடாதீர்கள். நாம் செய்ய வேண்டியது நமது வெற்றிகளை நன்றியுடன் அனுபவிக்க வேண்டும்.

4. பிறருக்கு தன்னலமின்றி சேவை செய். அக்டோபர் 1989 இல், சைக்காலஜி டுடே மனச்சோர்வைப் பற்றி ஒரு சிறந்த கட்டுரையை வெளியிட்டது. பெரும் மனச்சோர்வு நமது கலாச்சாரமாக மாறி வருகிறது என்ற தொற்றுநோயை

மையமாகக் கொண்டது. இது குறிப்பாக 30 மற்றும் 45 வயதுக்குட்பட்ட குழந்தை பூம் மக்கள் மீது கவனம் செலுத்துகிறது. பேபி பூம் தலைமுறையில் உள்ளவர்கள் தங்கள் தாத்தா பாட்டியை விட மூன்று முதல் பத்து மடங்கு அதிக மன அழுத்தத்திற்கு ஆளாகிறார்கள் என்பதை நீங்கள் அறிந்திருக்கிறீர்களா? இது எனக்கு வினோதமாகத் தோன்றுகிறது, ஏனென்றால் எங்கள் தாத்தா பாட்டி மனச்சோர்வைச் சந்தித்தவர்கள், ஒரு பசுவின் பாலில் பத்து குழந்தைகளை வளர்க்க போராட வேண்டியவர்கள். அதாவது, ஆச்சரியமாக இல்லையா?

அது தொடர்ந்தது, "தனிமனிதனை உயர்த்திய வரலாற்று மற்றும் கலாச்சார நிகழ்வுகளில் இது கண்டறியப்படலாம்." வேறு வார்த்தைகளில் கூறுவதானால், மனச்சோர்வு என்பது "நான்" தலைமுறையின் விளைவாகும் - நான், என் உருவம் மற்றும் எனது குறிக்கோள்களின் விளைவாகும் என்று கட்டுரை கூறியது. இது பழைய சுயநலம் மற்றும் பெருமை. அவர்கள் கண்டுபிடித்தது என்னவென்றால், தன்னைத்தானே சுற்றிக் கொண்ட ஒரு நபர் ஒரு சிறிய தொகுப்பை உருவாக்குகிறார்.

அந்தக் கட்டுரை மேலும் கூறியது: "தேசத்தின் மீதான நம்பிக்கை சிதைந்து, கடவுள் நம்பிக்கையும் மங்கியது போல, விவாகரத்து விகிதம் குடும்பத்தின் மீதான நம்பிக்கையை அழிக்கிறது. மக்கள் தங்கள் நாடு மிகவும் சக்தி வாய்ந்தது என்று நம்பாத போது, குடும்பம் நீடித்த ஒற்றுமை மற்றும் ஆதரவின் ஆதாரமாக இருக்க முடியும், அல்லது கடவுளுடனான உறவு முக்கியமானது, அடையாளம், திருப்தி மற்றும் நம்பிக்கைக்கு அவர்கள் வேறு எதைச் செய்ய முடியும்? மக்களுக்கு ஒரே ஒரு மாற்று மட்டுமே உள்ளது; அவர்கள் தங்களைத் தாங்களே மாற்றிக்

கொள்கிறார்கள் மற்றும் மனச்சோர்வு ஏற்படுகிறது."

அதே இதழில், "சுயநலத்திற்கு அப்பாற்பட்டது" என்ற மற்றொரு கட்டுரையும் வந்தது. இது இன்று உளவியல் என்பதை நினைவில் கொள்ளுங்கள். இது எந்த குறிப்பிட்ட கிறிஸ்தவ மதிப்பையும் ஊக்குவிக்க முயற்சிக்கவில்லை. ஆனால் மற்றவர்களுக்கு உதவுவது மனச்சோர்வைக் கடக்கும் என்று அது கூறியது. உண்மையில், நீங்கள் மற்றவர்களுக்கு உதவும்போது, அது உண்மையில் உங்கள் மூளையில் எண்டோர்பின்களை உருவாக்குகிறது என்று கட்டுரை கூறுகிறது. ஓட்டப்பந்தய வீரர்கள் மற்றும் விளையாட்டு வீரர்களான உங்களில் சிலருக்கு எண்டோர்பின்கள் என்றால் என்ன என்பது தெரியும். இது ஓட்டப்பந்தய வீரர்களுக்கு உயர்தரத்தை வழங்கும் ஹார்மோன் இரசாயனமாகும். நீங்கள் வேறு ஒருவருக்கு உதவ முன்வந்தால், உடல் ரீதியாக நீங்கள் அதே மாதிரியானதைப் பெறுவீர்கள் என்று கட்டுரை கூறுகிறது. "உதவி செய்ய முன்வந்து மக்களை உடல் ரீதியாகவும் உணர்ச்சி ரீதியாகவும் நன்றாக உணர வைக்கிறது. ஓட்டப்பந்தய வீரரின் அமைதியைப் போல, இது உங்கள் ஆரோக்கியத்திற்கு நல்லது."

1989 இல் உளவியல் இன்று கூறியது, 2,000 ஆண்டுகளுக்கு முன்பு பிலிப்பியர் 2 இல் பவுல் கூறியதை வெறுமனே மீண்டும் கூறுவதாகும். "சுய இலட்சியத்தினாலோ, வீண் கர்வத்தினாலோ எதையும் செய்யாதிருங்கள், ஆனால் மனத்தாழ்மையுடன் உங்களை விட மற்றவர்களை சிறந்தவர்களாகக் கருதுங்கள். நீங்கள் ஒவ்வொருவரும் உங்கள் சொந்த நலன்களை மட்டுமல்ல, மற்றவர்களின் நலனையும் பார்க்க வேண்டும். உங்கள் அணுகுமுறை கிறிஸ்துவைப் போலவே இருக்க வேண்டும். கிறிஸ்தவ சமயத்தை தோற்றுவித்தவர்."

(பிலிப்பியர் 2:3) மனத்தாழ்மை என்பது உங்களைப் பற்றி தவறாக நினைப்பது அல்ல, அது மற்றவர்களைப் பற்றி அதிகம் நினைப்பதுதான் என்று பவுல் கூறுகிறார். கவனம் என் தேவைகள், என் ஆசைகள், என் விருப்பங்கள், மற்றவர்களுக்கு என்ன தேவை என்பதில் கவனம் உள்ளது. நான் இதை இவ்வாறு கூற விரும்புகிறேன்: பணிவு என்பது உங்களைப் பற்றி குறைவாக நினைப்பது அல்ல; பணிவு என்பது உங்களைப் பற்றி குறைவாக நினைப்பது. முன்மாதிரி இயேசு. அப்போஸ்தலர்கள் அனைவரும் அந்த மேல் அறையில் இருந்தபோது, ஒருவருக்கொருவர் கால்களைக் கழுவுவதில் பெருமையாக இருந்தபோது, இயேசு உள்ளே நுழைந்தார், ஒரு தொட்டியையும் துண்டுகளையும் எடுத்து, அவர்கள் கால்களைக் கழுவத் தொடங்கினார்கள். ஓ, அது அவர்களை மிகவும் சங்கடப்படுத்தியது. ஆனால் பெருமை மற்றும் பாதுகாப்பற்ற மக்கள் மற்றவர்களுக்கு சேவை செய்ய முடியாது, அவர்கள் தங்களைத் தாங்களே மூடிக்கொள்கிறார்கள். நாம் ஒவ்வொருவரும் சுயபரிசோதனையை ஒளிரச் செய்ய வேண்டும், அதாவது, என்னைப் பற்றி என்ன? நாம் மட்டும் மூழ்கி மற்றவர்களுக்கு சேவை செய்வோம்.

6. தானாக முன்வந்து உங்களைத் தாழ்த்திக் கொள்ளுங்கள்.

"கர்த்தருடைய சந்நிதியில் உங்களைத் தாழ்த்துங்கள், அவர் உங்களை உயர்த்துவார்." (யாக்கோபு 4:10) பணிவு என்பது ஒரு தேர்வு என்பதை நீங்கள் கவனிக்க வேண்டும், அது ஒரு வினைச்சொல். பைபிளில் எங்கும் நம்மைத் தாழ்த்தும்படி கடவுளிடம் கேட்கும்படி கூறப்படவில்லை, அது நாம் தேர்ந்தெடுக்க வேண்டிய ஒன்று. நாம் ஒரு பணிவான வழியில் செயல்படவும், பேசவும், சிந்திக்கவும் தேர்வு செய்கிறோம், வாக்குறுதி

என்னவென்றால், நாம் நம்மைத் தாழ்த்திக் கொண்டால், கிறிஸ்து நம்மை உயர்த்துவார். இது ஒரு முரண்பாடு என்று அழைக்கப்படுகிறது. கடவுள் மேலே செல்லும் வழி கீழே உள்ளது என்கிறார். நான் எந்த அளவுக்கு என்னைத் தாழ்த்துகிறேனோ, அவ்வளவு அதிகமாக என்னுடைய பலவீனங்களை ஒப்புக்கொள்கிறேன், என்பலத்தை அடையாளம் கண்டுகொள்கிறேன், என் வெற்றிகளை நன்றியுடன் அனுபவிக்கிறேனோ, அவ்வளவு அதிகமாக நான் மற்றவர்களுக்கு சேவை செய்கிறேனோ, அவ்வளவு அதிகமாக கடவுள் என்னை உயர்த்துகிறார். ஆனால், மேலே செல்லும் வழி கீழிறங்கும் வழி, கீழிறங்கும் வழி என்பது போல, இதற்கு நேர்மாறானது உண்மை.

"ஆணவம் அழிவுக்கு முன்னும், ஆணவம் விழுவதற்கு முன்னும் செல்லும்."  
(நீதிமொழிகள் 16:18) அந்தப் பழமொழியின் எத்தனை உருவங்களை நீங்கள் பார்த்திருக்கிறீர்கள்? நான் பெருமிதத்தால் நிரம்பத் தொடங்கும் தருணம், எல்லா பதில்களும் கிடைத்துவிட்டதாக நான் நினைக்கும் தருணம், நான் கும்பலின் இறுதிவரை நடக்கத் தொடங்கும் தருணம். உங்களுக்கு கடவுள் தேவையில்லை என்று நீங்கள் நினைத்தால், அது உங்களுக்குத் தேவை. நீங்கள் செய்வீர்கள், இது ஒரு நேரத்தின் விஷயம். நீங்கள் நம்பினாலும் நம்பாவிட்டாலும் அது உண்மைதான். நடக்கப் போகிறது. ஆனால் அதைக் காண நீங்கள் எவ்வளவு நேரம் காத்திருக்கிறீர்களோ, அவ்வளவு அதிகமாக நீங்கள் இழக்க நேரிடும். சுருக்கமாகச் சொன்னால், பெருமையின் மிக மோசமான விஷயம் என்னவென்றால், கடவுள் நமக்குக் கொடுக்க விரும்பும் அனைத்து அற்புதமான விஷயங்களையும் அது துண்டித்துவிடும். பெருமையுள்ளவர்களை கடவுள் எதிர்க்கிறார், ஆனால்

தாழ்மையுள்ளவர்களுக்கு அவர் கிருபை அளிக்கிறார். அற்புதமான அருள் பாடம் #1197

**கேள்விகள்:**

6. கடவுள் ஒரு
- \_\_\_\_\_ அன்பு
  - \_\_\_\_\_ நீதிமான் (வெறும்)
  - \_\_\_\_\_ உண்மை
  - \_\_\_\_\_ கருணை
  - \_\_\_\_\_ சமாதானம்
  - \_\_\_\_\_ மேலே உள்ள அனைத்தும்
  - \_\_\_\_\_ a, b மற்றும் c
  - ம. \_\_\_\_\_ a மற்றும் c
  - நான். \_\_\_\_\_ a, c மற்றும் e
7. தான் செய்த காரியத்தில் எந்த அகங்காரம் அல்லது சுயநலம் (பெருமை) இல்லாமல் ஒரு நல்ல வேலையைச் செய்வதில் மகிழ்ச்சி அடைவதற்கு கடவுள் சரியான உதாரணம்.
- உண்மை \_\_\_\_\_ தவறான \_\_\_\_\_
8. சுயநலம், சுயநலம், மற்ற அனைவரையும் நோய்வாய்ப்படுத்தும் ஒரே நோய்.
- உண்மை \_\_\_\_\_ தவறான \_\_\_\_\_
9. ஒற்றுமையின்மை மற்றும் உறவு மோதல்கள் பெருமையில் அவற்றின் வேர்கள்?
- உண்மை \_\_\_\_\_ தவறான \_\_\_\_\_
10. பெருமை அழிக்கப்படுகிறது
- \_\_\_\_\_ முதிர்ச்சி, ஒருவருக்கு வயதாகிறது
  - \_\_\_\_\_ கல்வி
  - \_\_\_\_\_ கடின உழைப்பு
  - \_\_\_\_\_ பணிவு
11. பெருமை என்பது சரியான சுய பரிசோதனையை அடிப்படையாகக் கொண்டது.
- உண்மை \_\_\_\_\_ தவறான \_\_\_\_\_
12. அகங்காரம் என்பது உள்ளே இருப்பதை விட வெளியில் பெரியதாக பாசாங்கு செய்வது.
- உண்மை \_\_\_\_\_ தவறான \_\_\_\_\_
13. பெருமை என்பது பணிவுக்கு எதிரானது
- உண்மை \_\_\_\_\_ தவறான \_\_\_\_\_

14. ஒருவர் பெருமையாக அல்லது பணிவாக இருக்க ஒரு தேர்வு செய்யலாம் உண்மை \_\_\_\_\_ தவறான \_\_\_\_\_

அத்தியாயம் 9

### சுதந்திரத்திற்கான படிகளை எடுத்துக்கொள்வது

"அவர்கள் அவர்களுக்கு சுதந்திரத்தை உறுதியளிக்கிறார்கள், அதே சமயம் அவர்களே சீரழிவின் அடிமைகளாக இருக்கிறார்கள் - ஒரு மனிதன் தனக்கு எதில் தேர்ச்சி பெற்றிருக்கிறானோ அதற்கு அடிமை." (2 பேதுரு 2:19) அந்த கடைசி வாக்கியத்தை மீண்டும் கேளுங்கள். "ஏனென்றால், ஒரு மனிதன் தன்னைக் கைப்பற்றியவற்றுக்கு அடிமை."

நீண்ட காலத்திற்கு முன்பு நியூயார்க் டைம்ஸ் போதைப்பொருள் பற்றி ஒரு கட்டுரையை வெளியிட்டது, மேலும் அமெரிக்கர்கள் போதைப்பொருள் பற்றிய இந்த யோசனையில் இணந்துவிட்டதாகத் தெரிகிறது. மிக நீண்ட காலத்திற்கு முன்பு, போதைப்பொருள் மற்றும் மதுபானம் பற்றி குறிப்பிடப்பட்ட அடிமைத்தனத்தின் யோசனையை நீங்கள் கேள்விப்பட்டிருக்கிறீர்கள். உணவு, சிகரெட், உடற்பயிற்சி, உறவுகள், ஷாப்பிங், வேலை, செக்ஸ் மற்றும் வீடியோ கேம்கள் என எல்லாவற்றுக்கும் அடிமையாவதாக இப்போது சொல்கிறது. உண்மையில், இப்போது லைஃப்லைன் அமெரிக்கா என்ற மாதாந்திர வெளியீடு உள்ளது, அது எங்கள் அடிமைத்தனத்தைத் தவிர வேறு எதிலும் கவனம் செலுத்தவில்லை. நாடு முழுவதும் 200 க்கும் மேற்பட்ட வெவ்வேறு வகையான அடிமையாதல் ஆதரவு குழுக்கள் சந்திக்கின்றன.

நம்மில் பலர் இல்லையென்றாலும் ஏதோ ஒரு விஷயத்திற்கு அடிமையாகி விடுகிறோம். உண்மையில் நம் வாழ்வில் தேர்ச்சி அல்லது கட்டுப்பாட்டைக் கொண்ட ஒன்று உள்ளது. நீங்கள் புதியவர்களில் ஒருவராக இருக்கலாம் அல்லது குடிப்பழக்கம் போன்ற பழையவர்களில் ஒருவருக்கு நீங்கள் பலியாகலாம். 18,000,000 அமெரிக்கர்கள்

பிரச்சனை குடிப்பவர்கள். இது அவர்களின் வாழ்க்கையையும் குடும்பத்தையும் சீர்குலைக்கிறது. நிச்சயமாக நம்மில் சிலர் சாப்பிடுவதற்கு அடிமையாகிவிட்டோம், நான் வாழ்வாதாரத்திற்காக அல்ல, ஆனால் மகிழ்ச்சிக்காக. அமெரிக்கர்கள் 2.3 பில்லியன் பவுண்டுகள் அதிக எடை கொண்டவர்கள் என்பது உங்களுக்குத் தெரியுமா? உங்கள் போதை என்ன? உங்கள் வாழ்க்கையை கட்டுப்படுத்தும் துணை என்ன? எதுவாக இருந்தாலும், சுதந்திரத்திற்கான ஏழு படிகளை உங்களுடன் பகிர்ந்து கொள்ள விரும்புகிறேன்.

1) சுதந்திரம் இன்று தொடங்குகிறது. சுதந்திரம் இன்று தொடங்குகிறது, நாளை அல்ல, அடுத்த வாரம் அல்ல, அடுத்த மாதம் அல்ல. இன்றைக்குப் பதிலாக நாளை இன்னும் எத்தனை பேர் டயட்டில் செல்கிறார்கள் என்பதை நீங்கள் எப்போதாவது கவனித்திருக்கிறீர்களா? நீதிமொழிகள் 27:1ல் சாலொமோன் சொல்வது எனக்கு மிகவும் பிடிக்கும், "நாளை பற்றி பெருமை கொள்ளாதே, ஏனென்றால் ஒரு நாள் என்ன கொண்டு வரும் என்று உனக்குத் தெரியாது." வேறு வார்த்தைகளில் கூறுவதானால், "இந்த நாட்களில் ஒன்று" என்று நீங்களே சொல்லிக்கொள்வதை நிறுத்துங்கள். உண்மை என்னவென்றால், நாளை மாற்றுவது இன்று இருப்பதை விட கடினமாக இருக்கும், ஏனென்றால் தாமதம் எப்போதும் சிக்கலை மோசமாக்குகிறது. இன்றே தொடங்குங்கள்.

"காற்றைப் பார்க்கிறவன் நடமாட்டான்; மேகங்களைப் பார்ப்பவன் அறுவடை செய்யமாட்டான்." (பிரசங்கி 11:4)  
வேறுவிதமாகக் கூறினால், திசைதிருப்பாதீர்கள். சாக்குப்போக்கு சொல்லாதீர்கள், தாமதம் அதிகமாகும், பெரிய பிரச்சனை. ஆக, முதல் படி, சுதந்திரம் இன்றே தொடங்க வேண்டும். இன்று

தொடங்கக்கூடியதை நாளை வரை தள்ளிப் போடாதீர்கள்.

2) மற்றவர்களைக் குறை கூற மறுக்கவும். மற்றவர்களைக் குறை கூற மறுக்கவும். நீங்கள் மற்றவர்களைக் குறை கூற மறுக்கும் வரை உங்கள் அடிமைத்தனத்திலிருந்து நீங்கள் ஒருபோதும் வெளியேற மாட்டீர்கள். ஆனால் "அலிபியிங்" என்ற இந்த பழைய கவர் ஆதாம் மற்றும் ஏவாளைப் போலவே பழமையானது. உனக்கு நினைவிருக்கிறதா? ஆதாம் பாவம் செய்து தன் மனைவியைக் குற்றம் சாட்டினான்; ஏவாள் பாவம் செய்து பாம்பு, பாம்பு என்று குற்றம் சாட்டினாள், ஆனால் நாம் வேறு யாரையாவது குற்றம் சொல்ல விரும்புகிறோம். நான் தனிப்பட்ட பொறுப்பை ஏற்காத வரை நான் ஒருபோதும் நன்றாக இருக்க மாட்டேன். இது என் வாழ்க்கை, நான் தேர்வு செய்கிறேன்.

பைபிளில் எனக்கு மிகவும் பிடித்த அத்தியாயங்களில் ஒன்று கூறுகிறது. "ஒவ்வொருவரும் அவரவர் சுமையை சுமக்கட்டும்." (கலாத்தியர் 6:5) இது தனிப்பட்ட பொறுப்பைப் பற்றி பேசுகிறது. நாம் ஒருவருக்கொருவர் உதவி செய்ய மாட்டோம் என்று சொல்லவில்லை. ஏனென்றால், மூன்று வசனங்களுக்கு முன்பு, "ஒருவருடைய சுமைகளை ஒருவர் சுமந்து, கிறிஸ்துவின் சட்டத்தை நிறைவேற்றுவர்கள்" என்று கூறுகிறது. ஆனால் எனக்கு நான் பொறுப்பு, உங்களுக்கு நீங்கள் பொறுப்பு.

"ஏமாறாதீர்கள்: கடவுள் கேலி செய்யப்படமாட்டார். ஒருவன் எதை விதைக்கிறானோ அதையே அறுப்பான்." (கலாத்தியர் 6:7) வாழ்க்கையில் உங்கள் பெரிய பிரச்சினைக்கு யாரைக் குறை கூறுகிறீர்கள்? உங்கள் பெற்றோர், உங்கள் கணவர், உங்கள் மனைவி, உங்கள் ஆசிரியர் அல்லது உங்கள் முதலாளியை நீங்கள் குற்றம் சாட்டுகிறீர்களா? அல்லது சாத்தான் மீது பழி சுமத்துகிறீர்களா? நீங்கள்

கடவுளைக் குறை கூறுகிறீர்களா? விடுபட, உங்கள் வாழ்க்கைக்கு நீங்கள் பொறுப்பேற்க வேண்டும், பின்னர் உங்கள் பிரச்சினைக்கு நீங்கள் தீர்வு காண மாட்டீர்கள். உங்களை மன்னிப்பதை நிறுத்துங்கள் மற்றும் மற்றவர்களை குற்றம் சாட்டுவதை நிறுத்துங்கள். மற்றவர்களைக் குறை கூற மறுக்கவும்.

3) உங்கள் வாழ்க்கையை ஆராயுங்கள். உங்கள் வாழ்க்கையின் தனிப்பட்ட சரக்குகளை எடுத்துக் கொள்ளுங்கள். ஒரு வெளிப்படையான மதிப்பீடு செய்யுங்கள். சில கடினமான கேள்விகளைக் கேளுங்கள்: எனது அடிமைத்தனம் என்ன? என்னிடம் ஏன் அது இருக்கிறது? எப்போது தொடங்கியது? நான் எவ்வளவு அடிக்கடி அதற்கு பலியாகிவிடுவேன்? நான் எப்பொழுது அதிகம் ஆசைப்பட்டேன்? இதைப் பற்றி ஏதாவது செய்ய நான் ஏன் பயப்படுகிறேன்? அந்தக் கேள்விகளைக் கேட்பது கடினம், ஆனால் நம் பிரச்சனையை நாம் சரி செய்ய வேண்டுமா என்று அவர்களிடம் கேட்க வேண்டும்.

"நம் வழிகளைச் சோதித்து, அவற்றைச் சோதித்து, ஆண்டவரிடம் திரும்புவோம்." (புலம்பல் 3:40) மாறுவதற்கு நாம் பாசாங்கு செய்வதை நிறுத்த வேண்டும். நம் தவறுகளை மறைக்க முடியாது. நாம் அவர்களுடன் நேருக்கு நேர் வர வேண்டும். உண்மை என்னவென்றால், நம் காயத்தை மறைப்பது அதைத் தீவிரப்படுத்துகிறது மற்றும் மோசமாக்குகிறது. மறுப்பு குணப்படுத்துவதைத் தடுக்கிறது.

இரவும் பகலும் உமது கரம் என்மேல் பாரமாயிருந்தது; கோடையின் உஷ்ணத்தில் என் பலம் தணிந்தது; அப்பொழுது நான் என் பாவத்தை உன்னிடத்தில் ஒப்புக்கொண்டேன், என் அக்கிரமத்தை மறைக்காமல், கர்த்தரிடத்தில் என் மீறுதலை அறிக்கையிடுவேன் என்றேன். '--- என்

பாவத்தின் குற்றத்தை நீ மன்னித்தாய்." (சங்கீதம் 32:4, 5) டேவிட் சொன்னார், நான் என் பிரச்சினையை எதிர்கொள்ளமாட்டேன், நான் வறண்டு போனேன்.

தாவீது தன் சொந்த வாழ்க்கையை ஆராய்ந்து பார்த்தான், அவன் கர்த்தருக்கு முன்பாக சுத்தமாக வந்தான். அது கொதித்தது போல் இருந்தது. திடீரென்று, இந்த விடுதலையை அவர் உணர்ந்தார். உங்கள் வாழ்க்கையை ஆராயுங்கள். நான் உங்களுக்கு ஒன்றைச் சொல்கிறேன், இது வாழ்க்கையில் ஒரு முறை அல்ல. நாம் நமது வாழ்க்கையைத் தவறாமல் ஆராய்ந்துகொண்டே இருக்க வேண்டும், ஏனென்றால் துணை, அடிமையாதல் மற்றும் பிற பாவங்கள் நயவஞ்சகமாக ஊடுருவி, அதை நீங்கள் அறிவதற்கு முன்பே உங்களைக் கட்டுப்படுத்தும்.

4) கிறிஸ்துவின் இறையாண்மையைப் பயன்படுத்துங்கள்.  
கிறிஸ்து உதவக் காத்திருக்கிறார். அவருடைய இறையாண்மையைப் பயன்படுத்துங்கள் - உங்களால் தனியாகச் செய்ய முடியாது. உங்களை விட மேலான சக்தி வேண்டும். நீங்கள் ஏன் நேரடியாக மூலத்திற்குச் சென்று மிகப்பெரிய சக்தியைப் பெறக்கூடாது? "ஆகையால், பாவம் அதன் தீய இச்சைகளுக்குக் கீழ்ப்படிய உங்கள் உடலில் ஆட்சி செய்ய விடாதீர்கள், உங்கள் உடலின் பாகங்களை துன்மார்க்கத்தின் கருவிகளாக பாவத்திற்கு ஒப்புக்கொடுக்காதீர்கள், மாறாக உங்களைக் கடவுளிடம் இருந்து கொண்டு வரப்பட்டவர்களைப் போல ஒப்புக்கொடுங்கள். மரணம் வாழ்க்கைக்கு." (ரோமன் 6:12, 13)

ஏனென்றால், ஒரு மனிதன் தனக்கு எஜமானராக இருப்பவருக்கு அடிமை. எனவே, நீங்கள் ஒரு அடிமை. ரோமர் 6:20 கூறுகிறது, நீங்கள் பாவத்திற்கு அடிமை, அல்லது நீங்கள்

நீதிக்கு அடிமை. இதன் முக்கிய அம்சம் என்னவென்றால், நாம் அனைவரும் உண்மையில் அடிமைகள். ஆனால் நல்ல செய்தி என்னவென்றால், உங்கள் மாஸ்டரை நீங்கள் தேர்வு செய்யலாம். "அப்படியானால், கர்த்தருக்கு அடிபணியுங்கள்." (ஜேம்ஸ் 4:7) உங்கள் அடிமைத்தனத்திற்கு சரியான எஜமானரை தேர்ந்தெடுப்பதே தீர்வு. ஒவ்வொரு நாளும் நீங்கள் ஏதாவொன்றால் கட்டுப்படுத்தப்படுகிறீர்கள். நீங்கள் ஒரு பாட்டில் அல்லது மாத்திரை மூலம் கட்டுப்படுத்தப்படுகிறீர்கள். பலர் மற்றவர்களால் கட்டுப்படுத்தப்படுகிறார்கள். அதிகார தாகத்தால் நீங்கள் கட்டுப்படுத்தப்படலாம், உணவால் கட்டுப்படுத்தப்படலாம். ஆனால் நீங்கள் ஏதாவது சேவை செய்ய வேண்டும். சரியான மாஸ்டரை ஏன் தேர்வு செய்யக்கூடாது? கடவுள் கூறுகிறார், "நான் இறையாண்மையாக இருக்கட்டும்."

பெரும்பாலும், நாம் பிரச்சனையை கடவுளுக்கு மட்டுமே கொடுக்க விரும்புகிறோம். நான் கடவுளிடம் சொல்கிறோம், எனக்கு ஒரு பிரச்சனை இருக்கிறது. அதை நீங்கள் கவனித்துக் கொள்ள வேண்டும். ஆனால் உண்மையைச் சொல்வதென்றால், நான் என் வாழ்நாள் முழுவதும் ஓட விரும்புகிறேன். கடவுள் கூறுகிறார், நான் பிரச்சனையில் வேலை செய்ய விரும்பினால், உங்கள் வாழ்க்கையின் ஒவ்வொரு பகுதியையும் எனக்குக் கொடுக்க வேண்டும், மேலும் அனைத்தையும் எனக்குக் கொடுக்க வேண்டும், ஒரு பகுதியை மட்டும் அல்ல. நாம் அவ்வாறு செய்யும்போது, அது மாற்றுவதற்கான நம்பமுடியாத சக்தியை உருவாக்குகிறது.

எனவே, ஏன் அதிகமான மக்கள் அதைச் செய்யக்கூடாது? உண்மை என்னவென்றால், அவர்கள் பயப்படுகிறார்கள். கிறிஸ்துவுக்கு தங்கள் வாழ்க்கையைச் சமர்ப்பிப்பதன் மூலம் அது அவர்கள் விரும்பாத ஒன்றாக மாறிவிடும் என்று அவர்கள் பயப்படுகிறார்கள். அது வேடிக்கை இல்லை, சுதந்திரம் இல்லை என்று அவர்கள் பயப்படுகிறார்கள், மேலும் கிறிஸ்துவின் வெறியர்களின் சில சிதைந்த பார்வையாக

மாறுகிறது. நரகத்தில் இருந்து தப்பித்த மிகப்பெரிய பொய்களில் இதுவும் ஒன்று. நீ அதை கேட்டாயா? இது நரகத்தின் நெருப்பிலிருந்து நேராக ஒரு பொய். இயேசு சொன்னார், "நான் வந்தேன், அதனால் நீங்கள் வாழ்வைப் பெறுவீர்கள், அதை முழுமையாகப் பெறுவீர்கள்." கடவுள் என்ன சொல்கிறார் என்றால், "நான் உங்கள் கட்டிடக் கலைஞர் என்று உங்களுக்குத் தெரியாதா? நான் உங்கள் தலைமை கட்டுமானப் பொறியாளர் என்பது உங்களுக்குத் தெரியாதா? நீங்கள் வேலை செய்யும் விதம் எனக்குத் தெரியும் என்பது உங்களுக்குத் தெரியாதா? நான் என்று உங்களுக்குத் தெரியாதா? உங்களுக்கு வேடிக்கை தேவை என்று தெரியுமா? உங்களுக்கு சுதந்திரம் தேவை என்று எனக்குத் தெரியும் என்று உங்களுக்குத் தெரியாதா? எனவே, குறுகிய காலத்திலும் நீண்ட காலத்திலும்,

உங்களுக்குத் தெரிந்த கிறிஸ்தவ மக்களின் சுருக்கத்தைப் பற்றி நீங்கள் நினைக்கிறீர்கள், அவர்களின் வாழ்க்கையைப் பார்த்து, அவர்கள் மகிழ்ச்சியுடன் இல்லை என்று என்னிடம் கூறுகிறீர்கள். என் வாழ்க்கையில் யாரேனும் ஒருவரின் படம் எனக்குக் கிடைத்தால், எதற்கும் கசப்பும், புளிப்பும் இருக்கிறது, அவர் என்னுடைய முதல் பத்து கிறிஸ்தவர்களின் பட்டியலில் இடம் பெறவில்லை, ஏனென்றால் அவர் இல்லை, அவர் அதை எங்காவது தவறவிட்டார். இயேசு சொன்னார், "நான் வந்தேன், அதனால் நீங்கள் வாழ்வைப் பெறுவீர்கள், அதை முழுமையாகப் பெறுங்கள், என் வாழ்க்கையில் கடவுளை இறையாண்மையாக ஆக்குங்கள்.

5) சோதனையிலிருந்து என்னைத் தூர விலக்கிக் கொள்ளுங்கள். நீங்கள் தேனீக்களால் கடிக்க விரும்பவில்லை என்றால், அவர்களிடமிருந்து விலகி இருங்கள். உங்கள் சோதனையானது உங்களைப் பார்த்துக் கொண்டிருக்கப் போகிறது என்பதை நீங்கள் அறிந்த சூழ்நிலைகளைத் தவிர்க்கவும். "பிசாசுக்கு எதிர்த்து நில்லுங்கள், அப்பொழுது அவன் உன்னைவிட்டு ஓடிப்போவான்" என்று

பைபிள் சொல்கிறது. இது விவிலியம் மட்டுமல்ல, இது நல்ல பழைய பொது அறிவு.

அதாவது, உங்களுக்கு குடிப்பழக்கம் இருந்தால், உங்கள் வீட்டில் ஒரு மதுபானம் வைக்க வேண்டாம். காமத்தில் எனக்கு பிரச்சனை இருந்தால், ஆபாசத்தை விற்கும் இடங்களுக்கு நான் செல்ல வேண்டியதில்லை. அதிகமாக சாப்பிடுவதில் எனக்கு சிக்கல் இருந்தால், நான் அலமாரிகளில் குப்பை உணவுகளை வரிசைப்படுத்த வேண்டியதில்லை. எனக்கு பிரச்சனைகளை ஏற்படுத்தும் விஷயங்களில் இருந்து விலகி இருங்கள்.

இப்போது நான் உங்களிடம் ஏதாவது ஒப்புக்கொள்ளலாமா? எனக்கு பலவீனங்கள் உள்ளன. என் வாழ்க்கையில் என்னைக் கட்டுப்படுத்திய விஷயங்கள் உள்ளன, மேலும் என்னைக் கட்டுப்படுத்தாமல் இருக்க நான் தினமும் மல்யுத்தம் செய்கிறேன். அவற்றில் ஒன்று உணவு, ஆனால் எனது உண்மையான அகிலெஸ் ஹீல் ஐஸ்கிரீம்.

பதினோரு வருடங்களுக்கு முன்பு நானும் என் மனைவியும் வீடு கட்டிக் கொண்டிருந்தோம். நாங்கள் ஒரு வீட்டைக் கட்டும் போது, நாங்கள் மர்ஃப்ரீஸ்போரோ சாலையில் உள்ள ஒரு சிறிய அடுக்குமாடி குடியிருப்பில் குடியேறினோம். ஷாப்பிங் சென்டரில் தெரு முழுவதும் பாஸ்கின் ராபின்ஸ் இருந்தது. ஒவ்வொரு இரவும் சுமார் 8:00 மணிக்கு, எங்கள் இரவு உணவுக்கு இரண்டு மணி நேரத்திற்குப் பிறகு, என் வயிற்றில் இந்த சிறிய சறுக்கல் இருந்தது. நான் சொல்வேன், "நான் தெரு முழுவதும் செல்லப் போகிறேன் என்று நம்புகிறேன்." அது மெதுவாக தொடங்கியது, ஒரு சரிவு. ஒரிரு வாரங்களில், இரண்டு ஸ்கூப் ஆனது. ஒரு மாதத்திற்குள், "பைண்ட் கொடுங்கள், மூடி வைக்க வேண்டாம், ஒரு ஸ்பூன் அங்கேயே வைக்கவும்" என்றேன். எட்டு மாதங்களில், நான் 30 பவுண்டுகள் பெற்றேன். ஆனால் கடவுளுக்கு நன்றி, நான் அந்த போதை பழக்கத்தை முறித்துக் கொண்டேன். இந்த ஆன்மீகக் கொள்கைகள் அனைத்தையும் நான் கடைப்பிடித்தேன் என்பதை நான் உங்களுக்குச் சொல்ல விரும்புகிறேன். நான் செய்யவில்லை, நாங்கள் நகர்ந்தோம்.

பாஸ்கின் ராபின்ஸ் "பார்வை மற்றும் மனதை விட்டு" சென்றார்.

எங்கள் இளைஞர்களுக்கு நான் ஒரு சிறிய அறிவுரை கூற முடியுமா? ஏறக்குறைய ஒரு வருடத்திற்கு முன்பு, ஒரு வருடத்திற்கு முன்பு, எங்கள் பதின்வயதினர் பலர் "உண்மையான காதல் காத்திருக்கிறது" என்ற ஒரு சிறந்த திட்டத்தைச் சந்தித்தனர், அங்கு நீங்கள் திருமணம் வரை பாலியல் ரீதியாக தூய்மையாக இருக்க உறுதி பூண்டீர்கள். அந்த உறுதிப்பாட்டுடன் நீங்கள் இன்னும் பாதையில் இருப்பீர்கள் என்று நம்புகிறேன், ஆனால் நீங்கள் அந்த உறுதிப்பாட்டை நிறைவேற்றப் போகிறீர்கள் என்றால், இதோ ஒரு சிறந்த ஆலோசனை. நீங்கள் ஒரு காரின் பின் இருக்கையில் இருக்கும் வரை காத்திருக்க வேண்டாம், அல்லது உங்கள் தேதி வீட்டில் தனியாக ஒரு சோபாவில் நீங்கள் தனியாக அமர்ந்திருக்கிறீர்கள், பிறகு உங்களை நீங்களே கேள்வி கேட்டுக்கொள்ளுங்கள்: நான் தூய்மையாக இருக்க வேண்டுமா? அதுவரை நீங்கள் காத்திருந்தால், அது மிகவும் தாமதமாகிவிடும். நீங்கள் முன்கூட்டியே திட்டமிடுங்கள்; நீங்கள் முன்கூட்டியே சோதனையைத் தவிர்க்க முடிவு செய்கிறீர்கள்.

பதின்வயதினர், உங்கள் வாழ்க்கையை கடவுள் விரும்பும் விதத்தில் நீங்கள் வாழ விரும்பினால், உங்கள் தேதிகளைத் திட்டமிடுங்கள். என் இளைஞர் மந்திரிகள் நீண்ட காலத்திற்கு முன்பு என்னிடம் சொன்னார்கள், "நீங்கள் உங்கள் திட்டங்களின்படி செல்லுங்கள், அல்லது உங்கள் சுரப்பிகள்." நான் உங்களுக்கு சொல்கிறேன், நீங்கள் உங்கள் திட்டங்களின்படி செல்ல விரும்புகிறீர்கள். உங்களை வீழ்த்த பிசாசுக்கு வாய்ப்பளிக்க வேண்டாமா! ஒரு தோழர் புகைபிடிப்பதை விட்டுவிட்டார், யாரோ அவரிடம், "நீங்கள் எப்படி புகைபிடிப்பதை விட்டுவிட்டீர்கள்?" அவரது பதில் எனக்கு மிகவும் பிடிக்கும், அவர் கூறினார், "நான் எனது போட்டிகளை ஈரப்படுத்தினேன்." அது நன்று. ஒவ்வொரு முறையும் அவர் அதை அவுட் செய்து ஒரு அடிக்க முயற்சித்தாலும், அந்த மேட்சை

ஸ்ட்ரைக் செய்ய அவரால் முடியவில்லை. முன்கூட்டியே திட்டமிட்டார்.

"பிசாசுக்கு அடி கொடுக்காதே." (எபேசியர் 4:27) இது ஒரு மலையில் ஏறுவதைப் போன்றது, நீங்கள் ஒரு காலடியைப் பெறுவீர்கள், அது அவரைப் படியெடுத்து மற்றொரு காலடியைப் பெற அனுமதிக்கிறது, பின்னர் மற்றொன்று மற்றும் மற்றொன்று. பிசாசு உங்கள் மலையின் ராஜாவாக இருக்க வேண்டாம். நீங்கள் அவரை காலூன்ற விடாமல் ஆரம்பியுங்கள். நீங்கள் புதிய நண்பர்களைத் தேர்ந்தெடுக்க வேண்டும், புதிய வேலையைப் பெற வேண்டும் அல்லது வேறு எங்காவது செல்ல வேண்டும் என்று அர்த்தம். "சோதனைக்கு விலகி ஓடுங்கள்" என்று பைபிள் சொல்கிறது. நீங்கள் அதனுடன் விளையாடவோ அல்லது உல்லாசமாகவோ இல்லை, நீங்கள் அதிலிருந்து ஓடுகிறீர்கள். நாம் நேர்மையாக இருந்தால், சோதனையிலிருந்து தப்பிக்கும்போது, நம்மில் பெரும்பாலோர் முன்னனுப்புதல் முகவரியை விட்டுவிடுவோம். சில சமயங்களில், "நான் சாலையில் வருவேன், கீழே என்னைப் பார்க்க வாருங்கள்" என்று கூறுவோம். நாங்கள் அதனுடன் விளையாட விரும்புகிறோம். சலனத்துடன் விளையாடுவது வேலை செய்யாது - நீங்கள் அதிலிருந்து விலகி இருக்க வேண்டும்.

6) சிறந்த ஒன்றைத் தேர்ந்தெடுக்கவும்.

"மனுஷன் தன் இருதயத்தில் நினைப்பதுபோல அவனும் இருக்கிறான்." (நீதிமொழிகள் 23:7) உங்கள் வாழ்க்கைக்கான போர் உங்கள் மனதில் போராடுகிறது. எது என் கவனத்தை ஈர்க்கிறதோ, அது என்னை ஈர்க்கிறது.

என் எண்ணங்கள் என் உணர்ச்சிகளைக் கட்டுப்படுத்துகின்றன, என் உணர்ச்சிகள் என் முடிவுகளைக் கட்டுப்படுத்துகின்றன, என் முடிவுகள் என் செயல்களைக் கட்டுப்படுத்துகின்றன, இல்லையா? இறுதிப் பொருளின் தொடக்கப் புள்ளி, நமது செயல்கள், நமது சிந்தனையில் இருந்து தொடங்குகிறது. உங்களுக்கு ஒரு அடிமைத்தனம் இருந்தால், உங்கள் வாழ்க்கையில் தேர்ச்சி பெற்ற ஒரு பாவம்

மற்றும் நீங்கள் உடைக்க முடியும் என்று பாசாங்கு செய்தால், அதை உடைக்க முடியாது, ஏனென்றால் அது உங்களை தொண்டையில் அடைத்துவிட்டது, நீங்கள் ஒவ்வொரு நாளும் மனதளவில் அதில் வாழ்கிறீர்கள் என்று நான் உங்களுக்கு உறுதியளிக்கிறேன். உண்மையில், நீங்கள் ஒவ்வொரு மணி நேரமும் அதில் தங்கியிருக்கலாம்.

சோதனையை எதிர்ப்பதற்கான உண்மையான திறவுகோல் எதிர்ப்பதில் இல்லை, ஆனால் கவனம் செலுத்துவதாகும். உனக்கு புரிகிறதா? சோதனையை எதிர்ப்பதற்கான உண்மையான திறவுகோல் எதிர்ப்பதில் இல்லை, அது மீண்டும் கவனம் செலுத்துகிறது. ஒவ்வொரு அவுன்ஸ் போதும், "இல்லை, இல்லை, இல்லை, எனக்கு அது வேண்டாம், எனக்கு வேண்டாம், எனக்கு இது வேண்டாம்" என்று தொண்டையைப் பிடித்து இழுத்த அந்த சலனத்தை மட்டும் பார்த்துக் கொண்டிருக்க முடியாது. உங்கள் உடல் அதை விரும்புகிறது. உனக்கு அது வேண்டும். அது வேலை செய்யாது. நீங்கள் எதிர்க்க முயற்சித்தால், நீங்கள் தோல்வியடைவீர்கள். இருப்பினும், நீங்கள் உங்கள் கவனத்தை மீண்டும் ஒருமுகப்படுத்த வேண்டும், நீங்கள் மனதளவில் சேனல்களை மாற்றுகிறீர்கள், இதனால் சோதனை அழைப்புகள் வரும்போது, நீங்கள் தொலைபேசியை கைவிடுவீர்கள். "எனக்கு அது வேண்டாம்; எனக்கு அது வேண்டாம்" என்று நீங்கள் வாதிட முயற்சிக்காதீர்கள், ஏனென்றால் அது பொய். அதனால் தான் இது ஒரு சலனம். சோதனையின் மீது வெற்றி பெறுவதற்கான ஒரே வழி, உங்கள் கவனத்தை வேறொன்றில் செலுத்துவதுதான்.

அதனால்தான் பலர் டயட்டில் தவறிவிடுகிறார்கள். நீங்கள் டயட்டில் இருக்கும்போது என்ன நினைக்கிறீர்கள்? உணவு! "இன்னும் பதினைந்து நிமிஷங்கள், நான் இன்னொரு செலரி குச்சியை எடுத்துக் கொள்ளலாம்" என்று சொல்கிறீர்கள். நீங்கள் அங்கே உட்கார்ந்து அந்த கடிகாரத்தைப் பாருங்கள்." எதிர்ப்பு வேலை செய்யாது, நீங்கள் கவனம் செலுத்த வேண்டும்.

மறுநாள் அம்மாவை மருத்துவரிடம்

அழைத்துச் சென்றேன். நீரிழிவு நோயின் காரணமாக அவள் இன்சலின் எடுக்க வேண்டியிருந்தது. ஆனால் நாங்கள் டாக்டருடன் அலுவலகத்தில் பேசிக்கொண்டிருந்தோம். நான் உள்ளே சென்றபோது எனக்கு பசியாக இருந்தது, ஆனால் மேசையின் பக்கத்தில், அவர் ஐந்து பவுண்டு எடையுள்ள கொழுப்பின் ஒரு பெரிய பழைய குங்கி மஞ்சள் மாதிரியை வைத்திருந்தார். நான் அதைப் பார்த்தேன், வெறித்துப் பார்த்தேன், அந்த பசியை நான் வேகமாக இழந்தேன். நான் ஏன் ஏதாவது சாப்பிட வேண்டும் என்ற ஆசையை இழந்தேன்? அது மீண்டும் கவனம் செலுத்துவதன் மூலம்.

பிலிப்பியர் 4:8 ல் பவுல் கூறுகிறார், "சகோதரரே, எது உண்மையோ, எது உன்னதமானது, எது நேர்மையானது, எது தூய்மையானது, எது அழகானது, எது போற்றுதலுக்குரியது எதுவோ, எது சிறந்ததோ, எது போற்றுதலுக்குரியதோ அவைகளை சிந்தித்துப் பாருங்கள். விஷயங்கள்." அதை மாற்றுவதற்கான கொள்கை என்று நீங்கள் புரிந்துகொள்கிறீர்களா? நீங்கள் கெட்டதை நல்லதை மாற்றுகிறீர்கள், ஏனென்றால் இயற்கை ஒரு வெற்றிடத்தை அனுமதிக்காது. உங்கள் எரிவாயு தொட்டி காலியாக உள்ளது என்று நீங்கள் சொன்னால், அது காலியாக இல்லை, காற்று நிறைந்ததாக இருக்கிறது. நீங்கள் அதை மீண்டும் நிரப்புகிறீர்கள், அதில் வாயு நிரம்பியுள்ளது மற்றும் காற்று போய்விட்டது. "நான் இந்த எண்ணத்திலிருந்து விடுபடப் போகிறேன்" என்று நீங்கள் நினைக்கும் போது, அது சிறந்த ஒன்றை மாற்றவில்லை என்றால் அது மீண்டும் வரும். அதுதான் மாற்றுக் கொள்கை. இது ஒரு நேர்மறையான அன்பின் கொள்கை. சிறந்த ஒன்றைத் தேர்ந்தெடுக்கவும்.

"இல்லை, நான் குடிபோதையில் இருக்க விரும்பவில்லை. இல்லை, நான் பாலியல் ஆசைக்கு அடிபணிய விரும்பவில்லை. இல்லை, என் பணத்தை சூதாட்டத்தில் பயன்படுத்த விரும்பவில்லை. இல்லை. இல்லை. , நான் தொடர்ந்து புகைபிடிக்க விரும்பவில்லை." எந்த பிரச்சனையாக

இருந்தாலும் அதை எதிர்த்து போராடுவது தவறான வழி. பைபிள் சொல்கிறது, நீங்கள் உங்கள் மனதை நேர்மறையான விஷயங்களால் நிரப்புகிறீர்கள். இது உண்மையை அறிந்துகொள்வதன் ஒரு பகுதியாகும், மேலும் உண்மை உங்களை விடுவிக்க அனுமதிப்பதாகும். சிறந்த ஒன்றைத் தேர்ந்தெடுக்கவும்.

7) உறுதியான உறவுகளை உருவாக்குங்கள். ஒவ்வொரு மனிதனுக்கும் ஒரு ஆதரவு குழு தேவை. நீங்கள் அதை அழைக்க விரும்பாமல் இருக்கலாம், ஆனால் உங்களுக்கு இது நிச்சயமாகத் தேவை, எனக்கும் அது தேவை. ஒவ்வொரு நபருக்கும் அவருக்கு வலுவூட்டல் மற்றும் ஆதரவைக் கொடுக்க அக்கறையுள்ள நபர்களின் வட்டம் தேவை. சாலமன் பிரசங்கி 4:9 இல், "ஒருவரை விட இருவர் சிறந்தவர்கள், ஏனென்றால் அவர்கள் தங்கள் வேலைக்கு நல்ல பலனைக் கொண்டுள்ளனர்: ஒருவர் கீழே விழுந்தால், அவரது நண்பர் அவருக்கு உதவ முடியும், ஆனால் அவருக்கு உதவ யாரும் இல்லாமல் விழுந்தவருக்கு பரிதாபப்படுங்கள். மேலே!" இது உடல் ரீதியாக இருப்பதை விட ஆன்மீக ரீதியில் உண்மையானது.

ஜனவரி 1 ஆம் தேதி மக்கள் புதிய நபராக மாறுவதற்கான தீர்மானங்களை எடுக்கிறார்கள். "நான் எனது எல்லா கெட்ட பழக்கங்களையும் உடைக்கப் போகிறேன்," பின்னர் என்ன? இரண்டு மாதங்களுக்குப் பிறகு நாங்கள் அதே பழைய விஷயத்திற்குத் திரும்புகிறோம். ஒரு சுழற்சி இருக்கிறது.

நாம் என்னவாக இருக்க விரும்புகிறோமோ அப்படி இல்லை, எனவே நம்மை நாமே தாழ்த்துகிறோம். "கடவுளே, எனக்கு உங்கள் உதவி தேவை, நான் தோல்வியடைகிறேன்" என்று கூறுகிறோம். "கர்த்தருடைய சந்நிதியில் உங்களைத் தாழ்த்துங்கள், அவர் உங்களை உயர்த்துவார்" என்று பைபிள் சொல்கிறது. எனவே, நாம் நம்மைத் தாழ்த்திக் கொள்கிறோம், சிறப்பாகச் செய்வதற்கான சக்தியை கடவுள் நமக்குத் தருகிறார். நாங்கள் சிறப்பாகச் செயல்படத் தொடங்குகிறோம், சில வாரங்கள் அல்லது இரண்டு மாதங்களுக்குப் பிறகு, நாங்கள் எவ்வளவு சிறப்பாகச் செய்கிறோம்

என்பதைப் பற்றி பெருமைப்படத் தொடங்குகிறோம். ஜாக்கிரதை! "பெருமை வீழ்ச்சிக்கு முன் செல்கிறது." நாங்கள் மீண்டும் கீழே செல்கிறோம். நாம் ஆழத்தில் இறங்குகிறோம், மீண்டும் நம்மைத் தாழ்த்திக் கொள்ளத் தொடங்குகிறோம், சுழற்சி மீண்டும் மீண்டும் செல்கிறது.

அந்த சுழற்சியை எப்படி உடைப்பது? உங்களுக்கு நண்பர்கள் தேவை. உங்களுக்காக ஜெபிப்பவர்கள், உங்களைக் கவனித்துக்கொள்பவர்கள், உங்களை ஊக்குவிப்பவர்கள், உங்களைப் பொறுப்பேற்கச் செய்து உங்களைப் பாதையில் வைத்திருக்க உதவும் கிறிஸ்தவ நண்பர்கள் உங்களுக்குத் தேவை. ஒன்றை விட இருவர் சிறந்தவர்கள், ஏனென்றால் அவர்கள் ஒருவரையொருவர் எடுத்துக்கொள்கிறார்கள்.

இதற்கு இணையான ஒரு வசனம் தருகிறேன், மிக முக்கியமானது. "உங்கள் பாவங்களை ஒருவருக்கொருவர் அறிக்கையிட்டு, நீங்கள் குணமடைய ஒருவருக்காக ஒருவர் பிரார்த்தனை செய்யுங்கள்." (யாக்கோபு 5:16) உங்களுக்குப் புரிந்ததா? இப்போது உண்மையைச் சொல்லுங்கள், அந்த வசனம் உங்களுக்குப் பிடிக்குமா? "உங்கள் பாவங்களை ஒருவருக்கொருவர் அறிக்கையிட்டு, ஒருவருக்காக ஒருவர் பிரார்த்தனை செய்யுங்கள், அதனால் நீங்கள்..." அந்த வசனம் உங்களுக்கு பிடித்திருக்கிறதா? ஓ, உண்மையைச் சொல்லுங்கள், அந்த வசனம் உங்களுக்குப் பிடிக்கவில்லை. பைபிளில் மிகக் குறைவாகக் கீழ்ப்படிந்த வசனம் இது என்று நினைக்கிறேன். நாம் ஒருவருக்கொருவர் பாவங்களை ஒப்புக்கொள்ள விரும்பவில்லை. யாரும் செய்வதில்லை. நான் திறக்க விரும்பவில்லை. இப்போது அது, "நாம் குணமடையலாம்" என்று கூறுகிறது. நாங்கள் அந்த பகுதியை விரும்புகிறோம். நாங்கள் குணமடைய விரும்புகிறோம்.

என் வாழ்வின் மீதான போதைப் பிடியை உடைக்கும் சக்தி எங்களுக்கு வேண்டும். அது என் பாவத்தை ஒப்புக்கொள்வதன் மூலம் மட்டுமே வருகிறது, கடவுளிடம் மட்டுமல்ல, ஒருவருக்கொருவர். எல்லா சகோதரர்களுக்கும் முன்பாக ஒரு

பொதுவான அறிக்கையை வழங்க வேண்டும் என்று அவசியமில்லை. ஜேம்ஸ் எழுதிய சூழலில், என்னை அறிந்த, என்னை நேசிப்ப, என்னை நம்பும், நான் மறைமுகமாக நம்பும், எனக்குத் தெரிந்த, ஒவ்வொரு நாளும் என்னுடன் பேசும் தேர்ந்தெடுக்கப்பட்ட சில கிறிஸ்தவ சகோதர சகோதரிகளுக்கு இது அதிகம் என்று நினைக்கிறேன். "நீங்கள் எப்படி இருக்கிறீர்கள்? நான் இன்று உங்களுக்காக பிரார்த்தனை செய்தேன்" என்று கூறுங்கள்.

இப்போது உங்களில் பலர் இப்போது நினைத்துக் கொண்டிருக்கிறீர்கள், எனக்கு இந்த அடிமைத்தனம் உள்ளது, அது என்னை மாஸ்டர் செய்கிறது. நான் அதை உடைக்க விரும்புகிறேன், ஆனால் என் பிரச்சனைகள் பற்றி யாரும் தெரிந்து கொள்ள விரும்பவில்லை. நிரந்தரமான தீர்வுக்கு வருவேன் என்ற நம்பிக்கையை நான் உங்களுக்கு வழங்கவில்லை. நான் உங்களுக்கு எந்த நம்பிக்கையும் கொடுக்கவில்லை. அதுதான் மனப்பான்மை என்பதால், நான் அதை சொந்தமாக செய்ய முடியும், எனக்கு கடவுள் தேவையில்லை. அனைத்தையும் நானே எடுத்துக்கொள்வேன். அந்த மனப்பான்மை உங்களை அடிமைத்தனத்தில் வைத்திருக்கும்.

கடவுளுக்கு முன்பாகவும், நம் வாழ்க்கையில் நம்மை மிகவும் நேசிக்கும் மக்களுக்கு முன்பாகவும் வெளிப்படையாக வாழ கற்றுக்கொள்வது அவசியம். "எனக்கு பலம் உண்டு, பலவீனமும் உண்டு. இது நான்" என்று சொல்லுங்கள். தேவாலயம், கிறிஸ்தவ மக்கள் தேவாலய கட்டிடம் அல்ல, கடவுளால் வெளிப்படையானதாக வடிவமைக்கப்பட்டுள்ளது, எனவே நாம் ஒருவரையொருவர் ஊக்குவித்து ஒருவருக்கொருவர் ஜெபிக்கலாம். கடவுள் முதலில் ஒரு தேவாலயத்தை வடிவமைத்ததற்கு இதுவே முதல் காரணம். அதனால்தான் நீங்கள் ஒரு சிறிய குழுவில் இருக்க வேண்டும். இது ஒரு கவனிப்பு குழுவாகவோ, பைபிள் படிப்புக் குழுவாகவோ, உங்களைச் சுற்றி வாழும் நண்பர்களின் குழுவாகவோ அல்லது பல ஆண்டுகளாக நீங்கள் உருவாக்கிய கிறிஸ்தவ நண்பர்களாகவோ இருக்கலாம்.

ஆனால் உங்களுக்கு நெருக்கமான, நெருங்கிய நண்பர்கள் தேவை, அங்கு நீங்கள் சில சமயங்களில் கண்ணீருடன் உட்கார்ந்து, "நான் எரிந்துவிட்டேன், என்னால் முடிந்த அளவுக்கு நான் மனச்சோர்வடைந்தேன்" என்று சொல்லலாம். அல்லது நீங்கள் அவர்களை எங்கே கண்ணில் பார்த்து, உங்கள் வயதில் இருக்கும் மற்றவர்களிடம், "எனக்கு பெற்றோரை வளர்ப்பதில் சிக்கல் உள்ளது. எனக்கு என்ன செய்வது என்று தெரியாத ஒரு குழந்தையைப் பெற்றுள்ளேன், நான் முடிவில் இருக்கிறேன். என் கயிறு." அவர்கள் உங்களைப் பார்த்து, "எனக்கு வேறு யாரும் அப்படித்தான் என்று எனக்குத் தெரியாது, ஆனால் நானும் அப்படித்தான் இருக்கிறேன்" என்று சொல்வார்கள்.

உங்கள் வாழ்க்கையில் உங்களுக்கு நெருக்கமான ஒருவர் தேவை, நீங்கள் கண்ணைப் பார்த்து, "ஐந்து ஆண்டுகளுக்கு முன்பு நான் ஒரு வணிகப் பயணத்திற்குச் சென்றேன், நான் கொஞ்சம் சாராயத்தைக் குடிக்க ஆரம்பித்தேன், அதைப் பற்றி நான் எதுவும் நினைக்கவில்லை என்பது உங்களுக்குத் தெரியும். ஆனால் இப்போது, நான் தினமும் குடித்துவிட்டு, அதை அலமாரியில் மறைத்து வைக்கிறேன், நான் அடிமையாகிவிட்டேன் என்று யாருக்கும் தெரியக்கூடாது." நீங்கள் நம்பக்கூடிய நபர்களின் குழுவை நீங்கள் பெறும் வரை, நீங்கள் உங்கள் அடிமைத்தனத்தில் இருப்பீர்கள்.

ஜேம்ஸ் 5:16 ஐப் பொறுத்த வரையில், உங்கள் உணர்வை வெளிப்படுத்துவது குணப்படுத்துவதற்கான முதல் படியாகும். உங்களில் மற்றவர்கள் நினைக்கிறார்கள், நான் வெளியேறப் போகிறேன். நான் யாரிடமும் சொல்லப் போவதில்லை. அது ஒரு போலீஸ் அவுட். அது மாம்சத்திற்கான ஏற்பாடுகளைச் செய்கிறது, ரோமர் 14:13. நீங்கள் தப்பித்துக்கொள்வதன் மூலம் தோல்விக்கு உத்தரவாதம் அளிக்கிறீர்கள், இதன் மூலம் நீங்கள் ஜாமீன் பெறலாம், நீங்கள் தோல்வியடைந்ததை யாரும் அறிய மாட்டார்கள். அனைவருக்கும் ஒரு ஆதரவு குழு தேவை.

**சுருக்கம்**

சுதந்திரத்திற்கான ஏழு படிகள், வார்த்தையிலிருந்து நேராக, ஒரு மணி போல் தெளிவானது, எந்த தவறும் இல்லை மற்றும் குறுகிய வெட்டும் இல்லை.

1) சுதந்திரம் இன்று தொடங்குகிறது. 2) மற்றவர்களைக் குறை கூற மறுக்கவும். 3) உங்கள் வாழ்க்கையை ஆராயுங்கள். 4) கிறிஸ்துவின் இறையாண்மையைப் பயன்படுத்துங்கள். 5) சோதனையிலிருந்து விலகி இருங்கள். 6) சிறந்த ஒன்றைத் தேர்ந்தெடுக்கவும். 7) உறுதியான உறவுகளை உருவாக்குங்கள்.

"நம்முடைய எல்லா பிரச்சனைகளிலும் நம்மை ஆறுதல்படுத்தும் கடவுள், அதனால் எந்த பிரச்சனையிலும் நாம் கடவுளிடமிருந்து பெற்ற ஆறுதலால் நாம் ஆறுதல்படுத்த முடியும்." (2 கொரிந்தியர் 1:4) என் அடிமைத்தனத்திலிருந்து, என் உயிரைக் கட்டுப்படுத்தும் பாவத்திலிருந்து கடவுள் என்னைக் குணப்படுத்தும்போது, அவரிடமிருந்து நான் ஆறுதலைப் பெறுகிறேன். இதே ஆறுதலை நான் இன்னொருவருக்குக் கொடுப்பேன். சாராயம், வேலைப்பளு, அல்லது எதுவாக இருந்தாலும், ஒரு குறிப்பிட்ட போதை பழக்கத்தை சமாளிக்க ஒருவருக்கு உதவ சிறந்த நபர்கள், அதே விஷயத்திலிருந்து வெளியே வந்தவர்கள். ஏனென்றால், அவர்கள் கடவுளிடமிருந்து பெற்ற ஆறுதல், அதைக் கடத்த கடவுள் அவர்களைப் பயன்படுத்துகிறார். அதுதான் நாம் இருக்க வேண்டும், செய்ய வேண்டும். நாங்கள் அதிகமாக இருக்க விரும்புகிறோம். அற்புதமான அருள் பாடல் #1198

### கேள்விகள்:

#### 1. கடவுள்

- \_\_\_\_\_ அன்பு
- \_\_\_\_\_ நீதிமான் (வெறும்)
- \_\_\_\_\_ உண்மை
- \_\_\_\_\_ கருணை
- \_\_\_\_\_ சமாதானம்
- \_\_\_\_\_ மேலே உள்ள அனைத்தும்
- \_\_\_\_\_ a மற்றும் c
- \_\_\_\_\_ a, c மற்றும் e

2. மனிதகுலம் அனைத்தும் தனக்கு எஜமானராகிய எதற்கும் அடிமையா?

உண்மை \_\_\_\_\_ தவறான \_\_\_\_\_

3. உங்கள் வாழ்க்கையை கட்டுப்படுத்துவது எப்போது?

- d. \_\_\_\_\_ நாளை
- e. \_\_\_\_\_ நேரம் கிடைத்தவுடன்
- f. \_\_\_\_\_ இன்று

4. உங்கள் அடிமைத்தனம் அல்லது சுயக்கட்டுப்பாடு இல்லாமைக்கு யார் காரணம்?

- a. \_\_\_\_\_ பெற்றோர்
- b. \_\_\_\_\_ சமூகம்
- c. \_\_\_\_\_ வேறொருவர்
- d. \_\_\_\_\_ சுய

5. ஒருவர் அவர்களின் அடிமைத்தனம் அல்லது சுயக்கட்டுப்பாடு இல்லாமையை எவ்வாறு அடையாளம் காண்பது?

- a. \_\_\_\_\_ மருத்துவரைப் பார்க்கவும்
- b. \_\_\_\_\_ நண்பரின் உதவியை நாடுங்கள்
- c. \_\_\_\_\_ சுய பரிசோதனை

6. மக்கள் கிறிஸ்துவுக்கு அடிபணிய பயப்படுகிறார்கள், ஏனென்றால் அது வேடிக்கை அல்லது சுதந்திரம் இல்லை என்று அவர்கள் நினைக்கிறார்கள்?

சரி தவறு \_\_\_\_\_

8. ஒருவன் சோதனைக்கு அடிபணியாத வரையில் ஒரு சலனத்துடன் ஊர்சுற்றுவது சரியா?

சரி தவறு \_\_\_\_\_

9. உங்கள் வாழ்க்கைக்கான போர் உங்கள் மனதில் (இதயத்தில்) போராடுகிறதா?

சரி தவறு \_\_\_\_\_

அத்தியாயம் 10

## வலி பற்றிய கடவுளின் கோட்பாடுகள்

இந்தப் பாடம் வலி சம்பந்தப்பட்ட கட்டுக்கதைகளைப் பற்றியது. நாம் மிகவும் வலி உணர்வுள்ள சமூகம். எங்கு திரும்பினாலும் வலி நிவாரணிகள் மற்றும் வலி நிவாரணிகளுக்கான விளம்பரங்கள் உள்ளன. தொழில்நுட்பம் நம்மை ஆஸ்பிரின் முதல் டைலெனோல், இப்பூபுரூஃபன் முதல் நாப்ராக்ஸன் வரை இட்டுச் சென்றது, அங்கு என்ன இருக்கிறது என்று எனக்குத்

தெரியவில்லை. உலகமே தலை வலிக்கிறது போலிருக்கிறது, இல்லையா?

வாழ்க்கையின் உண்மைகளில் ஒன்று, நாம் அனைவரும் பிரச்சினைகளை எதிர்கொள்கிறோம், நாம் அனைவரும் வலியை உணர்கிறோம். நாம் உயிருடன் இருக்கும் வரை வலிகள் இருந்து கொண்டே இருக்கும். நீங்கள் உடல், உணர்ச்சி மற்றும் ஆன்மீக வலியை அனுபவிக்கப் போகிறீர்கள். அந்த வலியை என்ன செய்வது என்பது பற்றிய கட்டுக்கதைகளின் முழு தொகுப்பையும் உலகம் நமக்கு வழங்குகிறது.

வலி என்பது ஒரு பயங்கரமான விஷயம் என்று உலகம் சொல்கிறது. நீங்கள் அனுபவிக்கக்கூடிய மிக மோசமான விஷயம் இது. எனவே உங்களால் முடிந்தால் பிரச்சனைகளைத் தவிர்க்கவும்; அவர்களை எதிர்கொள்ள வேண்டாம். உலகம் நீங்கள் நம்பும் இரண்டு முக்கிய கட்டுக்கதைகள் (அ) அதை புறக்கணிக்கவும், அது போய்விடும் மற்றும் (ஆ) அதிலிருந்து தப்பிக்கவும், ஒரு பானம், மாத்திரை அல்லது வேறு ஏதாவது ஒன்றை எடுத்துக் கொள்ளுங்கள். எல்லா கட்டுக்கதைகளும் குறுகிய காலத்தில் ஈர்க்கும் ஒரு தானியத்தைக் கொண்டுள்ளன, ஆனால் அவை நீண்ட காலத்திற்கு பெரும் துயரத்தைக் கொண்டுவருகின்றன.

புகழ்பெற்ற உளவியலாளர் ஸ்காட் பெக் கூறினார், "வலிக்கு பயந்து, கிட்டத்தட்ட நாம் அனைவரும் ஏதோ ஒரு வகையில், பிரச்சனைகளைத் தவிர்க்க முயற்சி செய்கிறோம். அவை போய்விடும் என்ற நம்பிக்கையில் நாம் தள்ளிப்போடுகிறோம். நாங்கள் புறக்கணித்து, அவை இல்லை என்று பாசாங்கு செய்கிறோம். வெளியேற முயற்சிக்கிறோம். அவர்கள் மூலம் கஷ்டப்படுவதை விட, அவர்களில்." "பிரச்சினைகளைத் தவிர்ப்பதற்கான இந்தப் போக்கு மற்றும் அவற்றில் உள்ளார்ந்த உணர்ச்சி வலி ஆகியவை மனித மனநோய்க்கான முதன்மை அடிப்படையாகும்" என்று அவர் முடித்தார். நீ அதை கேட்டாயா? "பிரச்சினைகள் மற்றும் அவற்றில் உள்ளார்ந்த வலிகளைத் தவிர்க்கும் போக்கு மனித மனநோய்க்கான முதன்மை அடிப்படையாகும்." அவர் சொல்வது சரிதான்,

உங்கள் வலியை நீங்கள் புறக்கணிப்பதை கடவுள் விரும்பவில்லை. உங்கள் வலியிலிருந்து நீங்கள் ஓடுவதை அவர் உண்மையில் விரும்பவில்லை. உங்கள் வலிக்கான காரணத்தை நீங்கள் கண்டுபிடித்து, உண்மையான நிவாரணத்திற்கான வேருக்குச் செல்ல வேண்டும் என்று கடவுள் விரும்புகிறார்.

வலி என்பது உங்கள் காரின் டேஷ்போர்டில் இருக்கும் எச்சரிக்கை விளக்கு போன்றது. அந்த எச்சரிக்கை விளக்கு எரியும்போது, ஏதோ தவறு இருப்பதைக் குறிக்கிறது. நீங்கள் அதை புறக்கணிக்க விரும்பினால், நீங்கள் ஒரு சுத்தியலை எடுத்து அதை நொறுக்கலாம் அல்லது உங்கள் தலையைத் திருப்பலாம். ஆனால் உண்மை என்னவென்றால், நீங்கள் விவேகமாக இருந்தால், பிரச்சனைக்கு (அல்லது வலி) என்ன காரணம் என்பதைக் கண்டுபிடித்து அதைக் குணப்படுத்துவீர்கள். வலியிலிருந்து ஓடுவது, வலியைப் புறக்கணிப்பது, அதிலிருந்து தப்புவது என்பது புராணம். உண்மை என்னவென்றால், வலி என்பது என் வாழ்க்கையில் நல்லதைக் கொண்டுவர கடவுள் பயன்படுத்தும் ஒரு கருவி. பிரச்சனை என்னவென்றால், நாம் அதைப் புரிந்து கொள்ள முனைவதில்லை அல்லது வலி இறுதியில் நம் வாழ்வில் கொண்டு வரக்கூடிய நல்லதை அங்கீகரிக்கவில்லை.

இந்த பாடம் உங்கள் வலியை எப்படி நீக்குவது என்பது அல்ல. மரணத்திற்குக் குறைவான எதுவும் அதைச் செய்யாது. அது வலியைப் புரிந்துகொள்ள உதவும். வலியின் பின்னணியில் உள்ள ஒரு நோக்கத்தை நாம் புரிந்துகொண்டால், அதைச் சமாளிப்பது மிகவும் எளிதானது.

உங்களில் முன்னாள் தடகள வீரர்களாக இருப்பவர்கள், நீங்கள் எந்த விளையாட்டில் ஈடுபட்டிருந்தாலும் முடிவில்லாத நடைமுறைகளை நினைவில் வைத்திருக்க முடியும். நீங்கள் சீரமைக்கும் நேரம், வரிசையாக நின்று, அந்த காற்றோட்டங்களைச் செய்ய வேண்டும். உங்கள் கால்கள் கொக்கி மற்றும் உங்கள் நுரையீரல் வெடிக்கப் போகிறது என்று நீங்கள் நினைக்கிறீர்கள், ஆனால் ஓடுவதை

விட ஒரு பெரிய நோக்கம் இருப்பதாக உங்களுக்குத் தெரியும். ஏதாவது சிறப்பாகச் சாதிக்க வேண்டும் என்பதற்காகத்தான்.

**கடவுள் நம் வலியைப் பயன்படுத்துகிறார்:**

2. என்னை ஊக்குவிக்கவும்.

அவர் என் வலியைப் பயன்படுத்தி என்னைச் செயல்படத் தூண்டுகிறார். சிலர் பல் மருத்துவரிடம் செல்ல மிகவும் பயன்படுகிறார்கள், அவர்கள் பயத்தை விட வலி மட்டுமே அவர்களைப் போக வைக்கும். வலி ஒரு பெரிய தூண்டுதலாக இருக்கலாம். "ஒளியைக் கண்டால் நாம் மாறுவதில்லை, வெப்பத்தை உணர்ந்தால் மாறுவோம்" என்று சில அறிவாளிகள் சொன்னது எனக்குப் பிடித்திருக்கிறது. அப்போதுதான் நாம் மாற்றத்தை ஏற்படுத்த உந்துதல் பெறுகிறோம். குடிப்பழக்கம், போதைக்கு அடிமையானவர்கள் மற்றும் இரசாயனத்தை சார்ந்து இருப்பவர்கள் அடிமட்டத்திற்கு வருவதற்கு முன் எப்போதாவது உதவியை நாடுவார்கள். கீழே அடிப்பது என்றால், உடல் ரீதியாகவும், உணர்ச்சி ரீதியாகவும், ஆன்மீக ரீதியாகவும் போதுமான வலியை அனுபவிப்பது, போதைப்பொருளின் மீதான அவர்களின் விருப்பத்தை விட அவர்களின் வலி மோசமானது என்று அர்த்தம். இனி இப்படி நடப்பதை பார்க்க முடியாது' என்கிறார்கள். அதற்குக் குறைவான எதுவும் அவர்களை மாற்றாது.

பைபிளில், ஊதாரி குமாரனின் உவமை சிறந்த உதாரணம். அவர் தந்தையிடம் சென்று, "எனக்கு வேண்டிய அனைத்தும் எனக்கு வேண்டும், இப்போதே எனக்கு வேண்டும்" என்று கூறுகிறார். பின்னர் அவர் அதை எடுத்துக்கொண்டு தொலைதூர நாட்டிற்குச் செல்கிறார், அங்கு அவர் அதை வீணாக்குகிறார், அவர் அதை வீசுகிறார். அவர் வேலை தேடி வெளியே சென்றார் என்று பைபிள் சொல்கிறது. அவருக்கு பன்றிகளுக்கு உணவளிக்கும் வேலை

கிடைத்தது, ஒரு யூத பையன் பன்றிகளுக்கு உணவளிப்பது அவமானம் மற்றும் அவமானம், ஆனால் அவருக்கு மிகவும் பசியாக இருந்தது, அவர் பன்றிகளை ஓட்டிக்கொண்டு அங்கேயே இறங்கி அவர்களுடன் சாப்பிட்டிருப்பார். பசி வலி அவனைத் தூண்டியது.

2. என்னை வடிவமைக்க.

வலி என்னை களிமண்ணைப் போல வடிவமைக்கும் அல்லது நான் என்னவாக இருக்க வேண்டும் என்று வடிவமைக்கும். தாவீது, "உம்முடைய கட்டளைகளைக் கற்றுக்கொள்வதற்காக நான் துன்பப்படுவது நல்லது" என்றார். (சங்கீதம் 119:71) வலி ஒரு கற்பிக்கும் கருவி என்று டேவிட் கூறுகிறார். அது நம்மை நெகிழ வைக்கிறது. கடவுள் வலியைப் பயன்படுத்துவது என்னைத் தூண்டுவதற்கு மட்டுமல்ல, என்னைப் பிரிந்து செல்லவும்; பின்னர் அவர் அதைப் பயன்படுத்துகிறார், ஆனால் என்னை வடிவமைக்க, எனக்கு கற்பிக்க. இது குதிரையின் வாயில் ஒரு பிட் போன்றது. நீங்கள் குதிரை சவாரி செய்பவரா அல்லது குதிரை அல்லது கழுதையுடன் ஒரு பண்ணையில் வளர்க்கப்பட்டவரா? நீங்கள் அந்த பிட்டை அங்கே வைத்து, சிறிதளவு இழுத்தால் வலி ஏற்படுகிறது. இது குதிரையை ஒரு வழி அல்லது வேறு வழியில் செல்ல வைக்கிறது. கடவுள் நம் வலியை இப்படித்தான் பயன்படுத்துகிறார். நம் இன்பத்தில் கடவுள் நம்மிடம் கிசுகிசுக்கிறார், ஆனால் நம் வலியில் அவர் கத்துகிறார் என்று ஒருவர் கூறுகிறார். உங்கள் வலியின் மூலம் கடவுள் எப்போதாவது உங்களிடம் கத்தினாரா?

ஒரு மனிதன் வலியின் மூலம் மட்டுமே கற்றுக்கொள்ளக்கூடிய சில விஷயங்கள் உள்ளன என்பதை அரிஸ்டாட்டில் சரியாகக் கவனித்தார். மார்க் ட்வைன் அதை தனது ஹோம்ஸ்பன் முறையில் வைத்து, "ஒரு பூனை எப்போதாவது ஒரு சூடான அடுப்பில்

அமர்ந்தால், அது மீண்டும் ஒரு சூடான அடுப்பில் உட்காராது." நிச்சயமாக, அவர் குளிர்ச்சியான ஒன்றில் உட்கார மாட்டார். ஆனால் விஷயம் என்னவென்றால், எரிக்கப்பட்டதன் மூலம், அவர் அந்த பூனையைப் போல கற்றுக்கொண்டார். எரிக்கப்படுவதன் மூலம் மட்டுமே நீங்கள் கற்றுக்கொள்ளக்கூடிய சில விஷயங்கள் உள்ளன.

வலியின் மூலம் கடவுள் எப்போதாவது உங்கள் கவனத்தை ஈர்த்திருக்கிறாரா? எனக்கு சில வேலையாட்களை தெரியும். அல்சர் மூலம், ஆஞ்சினா மூலம் கடவுள் அவர்களின் கவனத்தை ஈர்த்துள்ளார். சில வேலையாட்களை நான் அறிவேன், அவர்களின் மனைவி அவர்களிடம் வந்து, "இனி நான் அதைச் சகித்துக் கொள்ள மாட்டேன்" என்று கூறியபோது உணர்ச்சி வலியின் மூலம் கடவுள் அவர்களின் கவனத்தை ஈர்த்துள்ளார்.

சில மக்கள் நிதி ரீதியாக மிகைப்படுத்தப்பட்டுள்ளனர், அவர்களின் கண்களுக்கு கடனில் உள்ளனர், அவர்கள் வைத்திருந்த அனைத்தையும் பயன்படுத்தினர், கடுமையான "வாண்டிடிஸ்" நோயால் பாதிக்கப்பட்டுள்ளனர். என்ன நடந்தது தெரியுமா? எரிந்து போனார்கள். அவர்களுக்கு ஒரு அவன்ஸ் பொது அறிவு இருந்தால், அவர்கள் அந்த வலியின் மூலம் கற்றுக்கொண்டார்கள். உங்கள் மொத்தக் கல்வியின் ஒரே அல்லது முக்கிய ஆதாரமாக வலியை நீங்கள் விரும்பவில்லை. அப்படியானால் நீங்கள் மிகவும் துன்பகரமான வாழ்க்கையைப் பெறுவீர்கள். ஆனால் வாழ்க்கையின் சில ஆழமான நுண்ணறிவுகள் வலியின் இழப்பில் மட்டுமே கற்றுக்கொள்ளப்படுகின்றன. கடவுள் உங்களை நேசிப்பதால் அந்த பாடங்கள் உள்ளன. அவர் உங்களை ஊக்குவிப்பார், வடிவமைப்பார்.

3. என்னை அளவிட.

உள்ளே நாம் உண்மையில் எப்படி இருக்கிறோம் என்பதைப் பார்க்க இது உதவுகிறது. உதாரணமாக, நான் வலியை

அனுபவிக்கும் போது, அதற்கு நான் எதிர்வினையாற்றும் விதம் என் நம்பிக்கையை அளவிடுகிறது. வலிக்கு நான் எப்படி நடந்துகொள்கிறேன் என்பதன் மூலம் எனது அர்ப்பணிப்பை அளவிட முடியும். வலிக்கு நான் எப்படி நடந்துகொள்கிறேன் என்பதன் மூலம் எனது முதிர்ச்சி அளவிடப்படுகிறது. வலியை நான் எப்படி எதிர்கொள்கிறேன் என்பதன் மூலம் என் பொறுமை அளவிடப்படுகிறது. உங்கள் பிரச்சனைகள் மற்றும் அவர்கள் கொண்டு வரும் வலி ஆகியவை உங்களுக்குள் என்ன இருக்கிறது என்பதைப் பார்ப்பதற்கான சிறந்த வழிகளில் ஒன்றாகும். உங்களுக்குள் என்ன இருக்கிறது என்பதற்கான சிறந்த காற்றழுத்தமானிகளில் வலி இருப்பதற்கான காரணம், நீங்கள் வலியில் இருக்கும்போது ஒரு படத்தைப் பராமரிக்க இயலாது.

இப்போது நேர்மையாக இருக்கட்டும், நாம் அனைவரும் படங்களைத் திட்டமிடுகிறோம், இல்லையா? நிச்சயமாக, நீங்கள் செய்கிறீர்கள். நாங்கள் இயற்பியல் படங்களைத் திட்டமிடுகிறோம். நாங்கள் எங்கள் தலைமுடியை சீப்புகிறோம், பல் துலக்குகிறோம். பெண்களே, நீங்கள் அலங்காரம் செய்து கொள்ளுங்கள். நாங்கள் ஒரு சமூக படத்தை முன்வைக்கிறோம். நாங்கள் புன்னகைக்கிறோம், இனிமையான சமூக உரையாடலைக் கொண்டிருக்கிறோம். ஆனால் காய்ச்சலுடன் வீட்டிலேயே மூன்று நாட்களைக் கொடுங்கள், அவற்றில் ஏதேனும் உங்களுக்கு எவ்வளவு முக்கியம் என்பதைப் பாருங்கள். நீங்கள் குளியலறையில் இழுத்து கண்ணாடியில் பார்க்க, நீங்கள் படுக்கையில்-தலை தோற்றம் அந்த மோசமான கேஸ் கிடைத்தது, ஒரு சிதைவு போன்ற மற்றும் நீங்கள் கவலை இல்லை. வலி பிம்பத்தை பறித்து விட்டது.

இப்போது அது உடல் ரீதியாக மட்டும் உண்மை இல்லை. உணர்ச்சி வலியுடன் அது உண்மைதான். எந்நேரமும் மக்கள் எழுந்து உடுத்திக்கொண்டு வேலைக்குப் போவார்கள். அவர்கள் தங்கள் படத்தைக் கவசமாகப் பெற்றுள்ளனர், ஆனால் கீழே, ஒரு தனிப்பட்ட பிரச்சனை உள்ளது, ஒரு உறவு பிரச்சனை உள்ளது, ஒரு பாவம் அவர்களின் வாழ்க்கையில் ஆதிக்கம் செலுத்தத்

தொடங்குகிறது. அது இனி ஒரு காலடியில் இல்லை; அது அவர்களின் இதயத்தின் மீது ஒரு கோட்டையை உருவாக்குகிறது. அந்த வலி தீவிரமடையும் போது, விரைவில் அல்லது பிற்பாடு யாரேனும் முன்னால், அந்த படங்கள் கீழே வந்துவிடும். விரைவில் அல்லது பின்னர், அந்த நபர் விழுந்து உடைந்து விடுவார். பிம்பம் போய்விட்டது மற்றும் அது விரும்பத்தகாததாக இருக்கிறது, அது உண்மையில் மோசமானதல்ல என்று கடவுள் கூறுகிறார், ஏனென்றால் உங்கள் உருவத்தை விட உங்கள் குணத்தைப் பற்றி நீங்கள் அதிக அக்கறை காட்ட வேண்டும். வலியை சோதிக்கும் தன்மை.

"நான் ஒரு நேர்மையான நபர்" என்று நீங்கள் கூறலாம். ஆனால் வலி தீவிரமடையும் போது, நீங்கள் உண்மைக்காக நிற்கிறீர்களா அல்லது கீழே கொக்கிப் போடுகிறீர்களா என்பதை நீங்கள் கண்டுபிடிப்பீர்கள். "நான் கிறிஸ்துவுக்குக் கடமைப்பட்டிருக்கிறேன்" என்று நீங்கள் அறிவிக்கலாம். ஆனால், வலி இருக்கும் போது, நீங்கள் மிகவும் உறுதியுடன் இருப்பதை நோக்கி ஓடுவீர்கள். உண்மையான கேள்வி: வலி உங்கள் வாழ்க்கையைப் பற்றி என்ன சொல்கிறது? நீங்கள் அழுத்தத்தில் இருக்கும்போது, உங்களிடமிருந்து என்ன வெளிவரும்? நீங்கள் ஒரு நியாயமான காலநிலை விசுவாசி அல்லது ஒரு நிலையான விசுவாசி?

விஷயங்கள் சரியாக இருக்கும் வரை, இஸ்ரவேல் புத்திரர் சரியாக இருந்தார்கள், ஆனால் வலி வந்தபோது, அவர்கள் கொடுத்தார்கள். வாக்குப்பண்ணப்பட்ட தேசத்திற்குச் செல்வதற்குப் பதிலாக அவர்கள் 40 வருடங்கள் வனாந்தரத்தில் அலைந்ததற்கு இதுவே காரணம். கடவுள் கூறுகிறார், "உன் கடவுளாகிய ஆண்டவர் இந்த 40 ஆண்டுகாலம் முழுவதும் உன்னைப் பாலைவனத்திற்கு அழைத்துச் சென்று, உன்னைத் தாழ்த்தவும், அவருடைய கட்டளைகளைக் கடைப்பிடிப்பீர்களா இல்லையா என்பதை அறியும் பொருட்டு, உங்கள் இதயத்தில் உள்ளதை அறிய உங்களைச் சோதித்ததை நினைவில் வைப்புகள்." (உபாகமம் 8:2) அவர்கள் பிளவுபட்ட செங்கடல் வழியாகச் சென்று எகிப்தியர்கள் தோற்கடிக்கப்பட்டதைக்

கண்ட பிறகு, அவர்கள் தாகத்தின் வலிக்கு அடிபணிந்து, பிடுங்கிக்கொண்டு புகார் செய்ய ஆரம்பித்தார்கள். இந்த தாகத்தின் வலி அவர்களின் இதயங்களை அளவிட்டது. அவர்கள் அவருடைய கட்டளைகளுக்குக் கீழ்ப்படியத் தயாராக இல்லை என்று கடவுள் அறிந்திருந்தார். வலியின் மூலம் நீட்டிக்கப்படும் ஒரு அர்ப்பணிப்பைக் கொண்டிருக்க அவர்கள் தயாராக இல்லை. என் வலியில், கடவுள் என்னை அளவிடுகிறார்.

4. என்னை கண்காணிக்க.

கடவுள் என் வலியைப் பயன்படுத்தி என்னைத் தடமறிவார், என்னைச் சுற்றி அளவுருக்களை வைத்து, நான் அதிக தூரம் வராமல் பார்த்துக் கொள்வேன். உதாரணமாக, காய்ச்சல் என்பது உங்களுக்கு எங்காவது தொற்று இருக்கலாம் என்று உங்கள் உடல் சொல்கிறது. தொண்டை வலியுடன் நீங்கள் உணரும் வலி, ஒரு ஆழமான பிரச்சனை இருப்பதைக் கூறுகிறது. ஆனால் அந்த அறிகுறிகளோ அல்லது அந்த அறிகுறிகளோ உங்களிடம் இல்லை என்றால், அந்த பிரச்சனைகள் மிகவும் மோசமாகி இருக்கலாம், ஒருவேளை உயிருக்கு கூட அச்சுறுத்தலாக இருக்கலாம். கடவுள் நம்மைக் கண்காணிக்கவும் நம்மைக் கண்காணிக்கவும் வலியைப் பயன்படுத்துகிறார்.

இந்த நடைமுறை பயன்பாடு வலி உணர்ச்சிகள். இந்த வலிமிகுந்த உணர்ச்சிகள், ஏதோ ஒன்று கெட்டுப்போய்விட்டதாகச் சொல்கிறது. நான் நீண்ட காலமாக மனச்சோர்வடைந்த நிலையில், வெறுப்பாக உணர்கிறேன் மற்றும் என்னால் அதைக் கடக்க முடியவில்லை, பெருகிய முறையில் விரோதமாக உணர்கிறேன், முற்றிலும் பயப்படுகிறேன், அல்லது அக்கறையின்மை மற்றும் "எதுவும் முக்கியமில்லை" என்று சொல்லும்போது, என் வலிமிகுந்த உணர்வுகள் ஏதோ தவறு இருப்பதாக என்னிடம் கூறுகின்றன. அவர்கள் எங்கள் காற்றழுத்தமானிகள். அவர்கள் எங்களுக்கு தெரியப்படுத்துகிறார்கள். நாம் ஒரு விஷயத்தைச் சரிபார்க்க வேண்டும். வலி என்பது நமது பாதுகாப்பிற்கான ஒரு கண்காணிப்பு சாதனம்.

இரண்டாயிரம் ஆண்டுகளுக்கு முன்பு, மேய்ப்பர்கள் ஒரு செம்மறி ஆடு அல்லது ஆட்டுக்குட்டியை வைத்திருந்தால், அது கொஞ்சம் ஆக்ரோஷமான அல்லது கொஞ்சம் வழிதவறிச் செல்லும். இன்றும் அதைத்தான் செய்கிறார்கள். அவர்கள் அதன் கால்களை உடைத்த பிறகு, அவர்கள் அதன் மீது ஒரு துண்டத்தை வைத்தனர். அந்த சிறிய வயதான ஆடுகளால் நகர முடியாது. இது கொஞ்சம் கொஞ்சமாக சுற்றி வருகிறது. இது கொடூரமானது என்று எனக்குத் தெரியும், ஆனால் அவர்கள் அதை தங்கள் பாதுகாப்பிற்காக செய்கிறார்கள்.

சில சமயங்களில் மந்தையிலிருந்து வெகுதூரம் அலைந்து திரிவதைத் தடுக்க கடவுள் உங்கள் வாழ்க்கையில் ஒரு பிளவை வைக்கிறார். நீங்கள் அதை எதிர்க்கலாம், எதிர்க்கலாம், நீங்கள் சபிக்கலாம், ஆனால் கடவுள் உங்களை நேசிப்பதால் தான்.

ஜோசப்பின் கதை உங்களுக்கு நினைவிருக்கிறதா? இது ஒரு வலியின் கதை. அவர் தனது சகோதரர்களால் காட்டிக் கொடுக்கப்பட்டு அவர்களால் அடிமையாக விற்கப்பட்டார். மக்களுக்குத் தெரியாத, மொழி, பழக்க வழக்கங்கள் தெரியாத இடத்திற்குச் செல்கிறான். அவர் ஒரு மனிதனின் வீட்டில் அடிமை, ஆனால் அவர் நேர்மையாகவும் உண்மையாகவும் நடக்கிறார். அவர் அங்கு இருக்கும் போது அவரது எஜமானரின் மனைவியால் பொய்யாக குற்றம் சாட்டப்பட்டு, சிறையில் தள்ளப்பட்டு மறந்து விடுகிறார். பல ஆண்டுகளுக்குப் பிறகு அவர் வெளியே வருகிறார், கடவுளின் அற்புதமான பாதுகாப்பால், எகிப்து முழுவதற்கும் இரண்டாவது பொறுப்பாளராக உயர்ந்தார். ஆனால் அப்போதும் ஒரு வலி இருக்கிறது. அவர் தனது குடும்பத்தினரால் கைவிடப்பட்டதை அறிந்து சுமார் 20 வருடங்கள் வலி உள்ளது.

இறுதியாக, அவரது சகோதரர்கள் உணவைத் தேடி வருகிறார்கள், ஜோசப் தன்னை வெளிப்படுத்துகிறார், மேலும் அனைத்து குடும்பத்தினரும் கீழே வருகிறார்கள், ஆனால் ஆதியாகமம் புத்தகத்தின் முடிவில், ஜோசப்பின் தந்தை ஜேக்கப் இறந்த பிறகு,

அவரது சகோதரர்கள் அனைவரும் ஜோசப் போகிறார் என்று பயந்தனர். சமமாக பெற. அவன் பழிவாங்கப் போகிறான். அதற்குப் பதிலாக, யோசேப்பு, "எனக்கு தீங்கு விளைவிப்பதற்காக நீங்கள் நினைத்தீர்கள், ஆனால் கடவுள் அதை நன்மைக்காக நினைத்தார்." நீங்கள் அதை தீங்கு செய்ய நினைத்தீர்கள், ஆனால் அது பரவாயில்லை, கடவுள் அதை நன்மைக்காக நோக்கினார். யோசேப்பின் வாழ்க்கையை கடவுள் கண்காணித்து வந்தார். அவனையே பார்த்துக் கொண்டிருந்தான். யோசேப்பின் வாழ்க்கையின் வலியை கடவுள் அவரை ஊக்கப்படுத்தவும், அவரை வடிவமைக்கவும், மகத்துவத்திற்காக அளவிடவும் பயன்படுத்தினார்.

உங்கள் வாழ்க்கையில் உங்களுக்கு தீங்கு விளைவிக்கும் நபர்கள் இருக்கிறார்கள். நம் அனைவருக்கும் அந்த மக்கள் உள்ளனர். அவர்கள் சிறுவயதில் உங்களுக்கு தீங்கு செய்திருக்கலாம், அவர்கள் இப்போது உங்களுக்கு உடல் ரீதியாகவும், உணர்ச்சி ரீதியாகவும், வேறுவிதமாகவும் தீங்கு விளைவித்திருக்கலாம், அது வலிக்கிறது. ஆனால் உங்களுக்காக நான் வைத்திருக்கும் சிறந்த செய்தி என்னவென்றால், கடவுள் உங்களிடம் கூறுகிறார், என்னிடம் ஒரு திட்டம் உள்ளது, அதை விட பெரிய நோக்கம் எனக்கு உள்ளது. அவர்கள் உங்கள் தீங்குக்காக அதைக் குறிக்கலாம், ஆனால் கவலைப்பட வேண்டாம், நான் உங்கள் கடவுள், நான் உங்கள் நன்மைக்காக அதைச் செய்யப் போகிறேன்.

ஜோசப்பின் வாழ்க்கையின் முடிவில், அவருக்கு இரண்டு மகன்கள் இருப்பதைக் கண்டுபிடித்தோம். அவர்களில் ஒருவரின் பெயர் மனாசே, மற்றவர் பெயர் எப்ராயீம். உங்களைப் பற்றி எனக்குத் தெரியாது, ஆனால் பெயர்களின் அர்த்தம் எனக்குப் பிடிக்கும். மனாசே என்றால் "என்னை மறக்கச் செய்தார்" என்றும் எப்ராயீம் என்றால் "பலன்" அல்லது "வெற்றிகரமானது" என்றும் பொருள். ஜோசப் தனது இரண்டு பையன்களுக்கும் பெயரிட்டார், ஏனெனில் ஜோசப் தான் அனுபவித்த அனைத்து வலிகளிலும், கடவுள் வேலை செய்தார் மற்றும் அவரை மகத்துவத்திற்கு

தயார்படுத்துவதற்காக அவரது வாழ்க்கையை கண்காணித்தார். "கடவுள் அந்த வலியை மறக்கச் செய்து, இப்போது என்னை வெற்றியடையச் செய்திருக்கிறார், அவர் என்னைப் பழகச் செய்தார்." மக்களே, நீங்கள் உணரும் அதே வலியை கடவுள் உங்களை மகத்துவமாக கண்காணிக்க பயன்படுத்துவார். ஆனால் நீங்கள் அவரை அவ்வாறு செய்ய அனுமதிக்க வேண்டும்.

5. என்னை பக்குவப்படுத்த.

வசந்த காலத்திலும் கோடைகாலத்திலும் பிரகாசமான, ஆரோக்கியமான, மகிழ்ச்சியான, சன்னி நாட்களில் ஆன்மீக ரீதியாகவும் உணர்ச்சி ரீதியாகவும் வளர முடியும், எல்லாம் நன்றாக இருக்கும் போது, வாழ்க்கை அற்புதமாக இருக்கும். நீங்கள் நல்ல காலங்களில் வளரலாம் ஆனால் ஆன்மாவின் இருண்ட நாட்களில் மிகவும் ஆழமாக வளரும். நீங்கள் மலைகளை விட பள்ளத்தாக்குகளில் மிகவும் ஆழமாக வளர்வீர்கள். அப்படித்தான் மனிதர்கள் படைக்கப்பட்டிருக்கிறார்கள்.

பல ஆண்டுகளாக, மக்கள் பள்ளத்தாக்கு வழியாகச் சென்றபோது எண்ணற்ற முறை என்னிடம் சொன்னார்கள், "கடந்த ஆண்டு வேலை இல்லாமல் இருந்ததை விட, அந்த நேரத்திற்கு முன்பு நான் அறிந்ததை விட அதிகமாக கற்றுக்கொண்டேன்." யாரோ சொன்னார்கள், "இந்த நிதி நெருக்கடியின் மூலம் நான் வேறு வழியில் முதிர்ச்சியடையாததை விட அதிகமாக கற்றுக்கொண்டேன்." அன்புக்குரியவரின் மரணத்தைப் பற்றி ஒருவர் பேசுகையில், "நான் இதை கடந்து செல்லும் வரை கடவுளை எப்படி நம்புவது என்று எனக்குத் தெரியாது, இப்போது கடவுளை எப்படி நம்புவது என்று எனக்குத் தெரியும்" என்று கூறினார். குளிர்காலத்தில் கருணை சிறப்பாக வளரும் என்பதால் இவை உண்மையான அறிக்கைகள். அப்போதுதான் கடவுள் உங்களைப் பக்குவப்படுத்துகிறார்.

இயேசுவின் சகோதரர் கூறினார், "என் சகோதரரே, நீங்கள் பலவிதமான சோதனைகளைச் சந்திக்கும் போதெல்லாம், அதை தூய்மையான மகிழ்ச்சியாகக் கருதுங்கள், ஏனென்றால் உங்கள்

விசுவாசத்தின் சோதனை விடாமுயற்சியை வளர்க்கிறது என்பதை நீங்கள் அறிவீர்கள். விடாமுயற்சி அதன் வேலையை முடிக்க வேண்டும், இதனால் நீங்கள் முதிர்ச்சியடையும், முழுமையானவர்களாக இருக்க வேண்டும், குறைவில்லாமல் இருக்க வேண்டும். எதுவும்." (யாக்கோபு 1:2, 3) எல்லா விடாமுயற்சியும் எல்லா பிரச்சனைகளும் ஒன்றாக வேலை செய்வதால் நீங்கள் முதிர்ச்சியுடனும் முழுமையுடனும் இருக்க முடியும் என்றார். வலி என்பது வளர்ச்சியின் அதிக செலவு! சிறுவயதில் இருந்தே கேள்விப்பட்டிருக்கிறோம், இது அற்பமானது ஆனால் உண்மைதான், வலியின்றி லாபம் இல்லை. உலகம் உங்களுக்குச் சொல்ல விரும்புவதற்கு மாறாக, அற்புதமான வாழ்க்கைக்கு ஐந்து எளிய படிகள் இல்லை.

விலை கொடுத்து வாங்காமல் பொருள் வேண்டும் என்ற காலத்தில் நாம் வாழ்கிறோம் என்பதே உண்மை.

நாம் விரும்பும் தயாரிப்பு முதிர்ச்சி, உணர்ச்சி நிலைத்தன்மை, நிறைவு மற்றும் திருப்தி உணர்வு, மகிழ்ச்சி மற்றும் ஞானம். அதுதான் நாம் அனைவரும் விரும்பும் தயாரிப்பு, ஆனால் நாங்கள் விலை கொடுக்க விரும்பவில்லை. விலை ஒரு வடிவத்தில் அல்லது மற்றொரு வலி. குறுக்குவழிகள் எதுவும் இல்லை.

உங்களை மிகவும் ஊக்கப்படுத்துகிற விஷயம், உங்களை மேம்படுத்த கடவுள் பயன்படுத்துகிறார். அப்போஸ்தலனாகிய பவுல் சொன்னார், "என் மாம்சத்தில் ஒரு முள் இருக்கிறது, நான் மூன்று முறை கர்த்தரைத் தேடி, 'ஆண்டவரே, அந்த முள்ளை என்னிடமிருந்து அகற்றும்' என்று சொன்னேன்." (2 கொரிந்தியர் 12:7-10) நாங்கள் இல்லை' அந்த முள் என்னவென்று எனக்குத் தெரியாது, நாங்கள் செய்யாததில் நான் மகிழ்ச்சியடைகிறேன், ஏனென்றால் நாம் அதனுடன் தொடர்புபடுத்த முடியும். ஆனால் முள்ளைப் பற்றி எனக்கு ஒன்று தெரியும். இது காயப்படுத்துகிறது. காயப்படுத்தாத ஒரு முள்ளும் எனக்குள் இருந்ததில்லை. வலியை தந்தது. என் முள்ளின் வலியை எவ்வளவு மோசமாக அகற்ற விரும்புகிறாரோ, அவ்வளவு

மோசமாக, கடவுள் முள்ளை அகற்ற மறுத்த பிறகு, "இதன் மூலம் என் வாழ்க்கையில் இயேசு கிறிஸ்துவின் பிரசன்னம் எனக்கு எவ்வளவு தேவைப்பட்டது என்பதை நான் கற்றுக்கொண்டேன்" என்று முடித்தார்.

இயேசு கிறிஸ்து உங்களுக்குத் தேவையான அனைத்துமே இயேசு கிறிஸ்து மட்டுமே என்பது உங்களுக்குத் தெரியாது, பின்னர் நீங்கள் அறிந்து கொள்வீர்கள். அற்புதமான அருள் பாடம் #1247

### கேள்விகள்:

7. பெரும்பாலான பிரச்சனைகளை நீங்கள் புறக்கணிக்க முடியுமா மற்றும் அவை போய்விடும்?  
உண்மை \_\_\_\_\_ தவறான \_\_\_\_\_
8. ஒருவருடைய வாழ்க்கையில் நன்மையை கொண்டுவருவதற்கு வலியை கடவுள் பயன்படுத்துகிறாரா?  
உண்மை \_\_\_\_\_ தவறான \_\_\_\_\_
9. வலி சிலரை செயலில் ஈடுபட தூண்டுகிறது  
உண்மை \_\_\_\_\_ தவறான \_\_\_\_\_
10. வலி ஒரு கல்விக் கருவியா அது ஒருவரை மாற்றுவதற்கு காரணமாகிறது?  
உண்மை \_\_\_\_\_ தவறான \_\_\_\_\_
11. வலி மனிதனை அளவிடுகிறதா?  
உண்மை \_\_\_\_\_ தவறான \_\_\_\_\_
12. வலிமிகுந்த உணர்ச்சிகள் ஏதோ கட்டுப்பாட்டில் இல்லை என்று சொல்கிறதா?  
உண்மை \_\_\_\_\_ தவறான \_\_\_\_\_

அத்தியாயம் 11

### சுயக்கட்டுப்பாடு என்னை விடுவிக்கிறது

சில நாட்களுக்கு முன்பு எனக்கு ஒரு நேரடி அஞ்சல் வந்தது. அது வண்ணமயமாக இருந்தது மற்றும் உறையின் வெளிப்புறத்தில் அது கூறியது: "நீங்கள் எப்போதாவது கொழுப்பாகவோ, விகாரமாகவோ அல்லது மனச்சோர்வடைந்தவராகவோ உணர்ந்திருந்தால், இந்தக் கடிதம் உங்களுக்கானது." ஆஹா! என்னால் எதிர்க்க முடியவில்லை. நான் அதைத் திறந்து, "கப்பல் மற்றும் கையாளுதலுக்கான \$29.95 மற்றும் \$3

மட்டும்", அவர்கள் உங்கள் எல்லா பிரச்சனைகளையும் கவனித்துக்கொள்ளும் இந்த கிட்டை உங்களுக்கு அனுப்புவார்கள். \$29.95க்கு உங்கள் வாழ்க்கையை மாற்றிக் கொள்ளுங்கள்!

அந்த பொருட்களைப் பார்க்கும்போது, அந்த பொருட்களை யார் வாங்குகிறார்கள் என்று எனக்கு ஆச்சரியமாக இருக்கிறது. எனக்கு பதில் தெரியும். உங்களையும் என்னையும் போன்றவர்கள், தங்கள் வாழ்க்கையில் கட்டுப்பாடற்ற விஷயங்களைப் பெற விரும்புவார்கள் மற்றும் அவற்றைக் கட்டுப்பாட்டில் வைத்திருக்க விரும்புவார்கள். ஒவ்வொரு ஆண்டும் 2,000 க்கும் மேற்பட்ட புதிய சுய உதவி புத்தகங்கள் சந்தையில் பெருகும் என்பது உங்களுக்குத் தெரியுமா? நாங்கள் அந்த விஷயங்களைப் பற்றிக் கொள்கிறோம். ஏன்? ஏனென்றால் அவை நம் வாழ்வில் கட்டுப்பாடற்ற விஷயங்கள் மற்றும் பழக்கங்கள், கோபம் போன்றவை.

உங்கள் கோபத்தில் உங்களுக்கு பிரச்சனை உள்ளதா? மனைவி சொன்னது போல் நீங்கள் இருக்கலாம்: என் கணவர் மிகவும் சுபாவமுள்ளவர். அவர் 90 சதவீதம் நிதானமும், 10 சதவீதம் மனநிலையும் கொண்டவர். செலவு செய்வதில் யாருக்காவது பிரச்சனை உள்ளதா? யாரேனும் கட்டுப்பாட்டை மீறிச் செலவு செய்தார்களா? நீங்கள் செய்தால், உங்களுக்கு இந்த பம்பர் ஸ்டிக்கர் தேவை, "பணத்தால் மகிழ்ச்சியை வாங்க முடியாது என்று சொல்லும் எவரும், எங்கு வாங்குவது என்று தெரியவில்லை." யாருக்காவது மனநிலை மாற்றங்கள், உண்ணாதல் அல்லது தள்ளிப்போடுதல், குடிப்பழக்கம், பாலியல் ஆசைகள் அல்லது வேறு ஏதேனும் அடிமையாதல் போன்ற பிரச்சனைகள் உள்ளதா?

இந்த வாழ்க்கையை சிதைக்கும் பழக்கங்கள் மற்றும் காயங்கள் மற்றும் ஹேங்-அப்களில் இருந்து நாம் உண்மையில் எப்படி விடுபடுவது?

**பிரச்சினை**

நாம் ஏன் இந்த விஷயங்களை வைத்திருக்கிறோம் மற்றும் சுழற்சியில் இருந்து வெளியேற முடியவில்லை? ரோமர் 7:15-8ல் பவுல் நமக்குச் சொல்கிறார், "நான் என்ன செய்கிறேன் என்று எனக்குப் புரியவில்லை. நான் என்ன செய்ய விரும்புகிறேனோ அதை நான் செய்யவில்லை, ஆனால் நான் வெறுப்பதைச் செய்கிறேன். நல்லது எதுவுமே எனக்குள் இல்லை என்று எனக்குத் தெரியும், அதாவது, என் பாவ சுபாவத்தில், நல்லதைச் செய்ய எனக்கு விருப்பம் உள்ளது, ஆனால் என்னால் அதைச் செய்ய முடியாது." பவுல் சொல்வதை உங்களால் தொடர்புபடுத்த முடியுமா? பால் கூறினார், நான் செய்ய விரும்பும் அனைத்தும், நான் செய்யத் தோன்றவில்லை, மற்றும் நான் உண்மையில் விரும்பும் அனைத்தும் தவிர்க்கவும் செய்வதிலிருந்து, நான் மேலே சென்று அவற்றைச் செய்கிறேன்.

ஒரு சில நாட்களுக்குள் அது திரும்ப வேண்டும் என்பதற்காக நீங்கள் எப்போதாவது ஒரு கெட்ட பழக்கத்தை உடைத்திருக்கிறீர்களா? ஒரு உதாரணம் சொல்கிறேன். உங்களில் எத்தனை பேர் புத்தாண்டு தீர்மானங்களை எடுத்தீர்கள்? நீங்கள் எடுத்த அனைத்து தீர்மானங்களையும் எத்தனை பேர் காப்பாற்றியுள்ளனர்? ஒருவேளை நாம் யாரும் இல்லை, ஏனென்றால் தீர்மானங்கள் போதுமானதாக இருக்காது. நல்ல நோக்கங்கள் எப்போதாவது போதுமானதாக இருக்கும். மாற்றுவதற்கு அதிக நேரம் எடுக்கும்.

"இனிமேல் நான் சிகரெட் பிடிக்க மாட்டேன்" என்று எத்தனை முறை வாக்குறுதி அளித்திருக்கிறீர்கள்? உங்களுக்கோ, உங்கள் குடும்பத்தாருக்கோ, கடவுளுக்கோ, "இனி நான் கோபத்தை இழக்கப் போவதில்லை" அல்லது, "நான் இனி ஒருபோதும் குடிக்கப் போவதில்லை" அல்லது, "நான் உண்மையில் தொடங்கப் போகிறேன்" என்று எத்தனை முறை வாக்குறுதி அளித்துள்ளீர்கள்? நாளை என்னுடைய உணவுமுறை," அல்லது, "நான் ஒரு சிறந்த தந்தையாகப் போகிறேன், இனி ஒருபோதும் நான் உன்னைத் தாக்க

மாட்டேன்", நீங்கள் வந்த நடத்தைக்குத் திரும்புவதற்கு மட்டுமே.

#### முடிவுகள்

4. விரக்தி. அப்போஸ்தலன் பவுல் நமக்கு மூன்று விஷயங்களைக் கூறுகிறார். "முதல் முடிவு ஏமாற்றமாக இருக்கிறது" என்றார். இது மிகவும் வெறுப்பாக இருக்கிறது. "நான் என்ன செய்கிறேன் என்று எனக்கு புரியவில்லை." நான் ஏன் அதே தவறுகளை தொடர்ந்து செய்கிறேன்? நான் செய்ய விரும்பாததை ஏன் செய்கிறேன்? எனக்கு கெட்டது என்று எனக்குத் தெரிந்த விஷயங்களை நான் ஏன் செய்கிறேன்?

5. குழப்பம். பவுல் கூறினார், எனக்கு சரியானதைச் செய்ய ஆசை இருந்தது, ஆனால் சக்தி இல்லை. நீங்கள் எப்போதாவது டயட்டில் இருந்திருந்தால், அது எப்படி நடக்கும். நீங்கள் சிறந்த தீர்மானத்துடனும் நோக்கத்துடனும் காலையைத் தொடங்குகிறீர்கள், இல்லையா? நாள் செல்லத் தொடங்கும் போது, அந்தத் தீர்மானம் விலகிச் செல்வதை நீங்கள் பார்க்கிறீர்களா? எனவே, நீங்கள் வீட்டிற்கு வருவதற்குள், நீங்கள் மிகவும் பசியாக இருக்கிறீர்கள், நீங்கள் கிட்டத்தட்ட எதையும் சாப்பிடலாம். அந்த நேரத்தில், சமச்சீர் உணவு பற்றிய எனது யோசனை இரண்டு கைகளிலும் பிக் மேக் ஆகும். நாமும் அப்படித்தான். நான் மாற விரும்புகிறேன், ஆனால் எப்படி என்று எனக்குத் தெரியவில்லை. எனக்கு உந்துதல் இருக்கிறது, ஆனால் என்னிடம் உறுதி இல்லை. எனக்கு ஆசை இருக்கிறது, ஆனால் சக்தி இல்லை.

சுய உதவி புத்தகங்கள் வேலை செய்யாததற்குக் காரணம், அதைச் செய்வதற்கு அவை நமக்கு அதிகாரம் அளிக்கவில்லை. எதிர்மறையான நபரிடம் எதிர்மறையாக இருப்பதை நிறுத்தச் சொல்வார்கள். என் வாழ்க்கையில் நூற்றுக்கணக்கான, ஒருவேளை

ஆயிரக்கணக்கான எதிர்மறை நபர்களை நான் அறிந்திருக்கிறேன். "எதிர்மறையாக இருப்பதை மட்டும் நிறுத்துங்கள்" என்று நான் அவர்களிடம் கூறியதன் மூலம் ஒருவரை மாற்றுவது எனக்குத் தெரியாது. உங்களிடம் உள்ளதா? சுய உதவி புத்தகங்கள் தள்ளிப்போடுபவர்களிடம் "10 நிமிடங்களுக்கு முன்னதாக அங்கு செல்ல முயற்சி செய்யுங்கள்" என்று கூறுகின்றன. அதனால்தான் சுயஉதவி புத்தகத்தை வாங்கினார்கள் என்பது அவர்களுக்குத் தெரியும். அவர்கள் அங்கு செல்ல முடியாது; அவர்கள் விஷயங்களைத் தள்ளி வைக்கிறார்கள்.

6. தோல்வி மற்றும் ஊக்கமின்மை. "நான் எவ்வளவு கேவலமானவன்! இந்த மரணச் சரீரத்திலிருந்து என்னை யார் மீட்பது?" (ரோமர் 7:24) பவுல் சொன்னார், நான் போரில் தோற்கிறேன். நான் தோற்றுவிட்டேன். என்னால் மாற்ற முடியாது. நான் கடவுளுக்கும் எனக்கும் எத்தனை வாக்குறுதிகளை அளித்திருக்கிறேன், சில மணிநேரங்களில் அடிக்கடி நான் மீறினேன்? எனவே, நீங்கள் உங்கள் கைகளை தூக்கி எறிந்துவிட்டு, "நான் முயற்சி செய்து சோர்வாக இருக்கிறேன்" என்று சொல்ல விரும்புகிறீர்கள். நீங்கள் அப்படி உணர்ந்திருந்தால் அல்லது இன்று நீங்கள் அப்படி உணர்ந்திருந்தால், உங்களுக்காக சில சிறந்த செய்திகளை நான் வைத்திருக்கிறேன். நீங்கள் மாறலாம், சக்தி இருக்கிறது. தோல்வி/தோல்வி, தோல்வி/தோல்வி, தோல்வி/தோல்வி என்ற இந்த சூழற்சியில் நீங்கள் தொடர்ந்து இருக்க வேண்டியதில்லை. கட்டுப்பாடற்றவற்றின் மீது நீங்கள் எவ்வாறு கட்டுப்பாட்டைப் பெறலாம் என்பதற்கான கொள்கைகளை பைபிள் தெளிவுபடுத்துகிறது.

### சத்தியம்

யோவான் 8:32ல் இயேசு சொன்னார், "நீங்கள் சத்தியத்தை அறிவீர்கள், சத்தியம் உங்களை

விடுதலையாக்கும்." தனிப்பட்ட மாற்றத்திற்கான ரகசியம் மன உறுதி அல்ல. அது போதாது. தனிப்பட்ட மாற்றத்திற்கான ரகசியம் ஒரு மாத்திரை அல்ல. தனிப்பட்ட மாற்றத்திற்கான ரகசியம் ஹிப்னாஸிஸ் அல்ல, அது ஒரு கொழுத்த பண்ணை அல்லது சில வித்தை அல்ல. உங்கள் வாழ்வில் உள்ள பழக்கவழக்கங்கள், துன்பங்கள் மற்றும் அடிமைத்தனங்களில் இருந்து விடுபடுவதற்கான வழி உண்மையை அறிவதே என்றார் இயேசு.

ஆனால் அது எப்படி முடியும்? உண்மையை அறிவது எப்படி என் கெட்ட பழக்கங்களிலிருந்து என்னை விடுவிக்கிறது? இயேசுவின் கூற்றின் ரகசியத்தைத் திறக்க, நீங்கள் ஒரு அடிப்படைக் கொள்கையை நினைவில் கொள்ள வேண்டும். உங்கள் எண்ணங்கள் உங்கள் உணர்ச்சிகளைக் கட்டுப்படுத்துகின்றன, உங்கள் உணர்ச்சிகள் உங்கள் முடிவுகளைக் கட்டுப்படுத்துகின்றன, உங்கள் முடிவுகள் உங்கள் செயல்களைக் கட்டுப்படுத்துகின்றன. அதைப் பார்க்கிறீர்களா? எப்பொழுதும் அப்படித்தான் ஓடும். "அவர் என்னை மிகவும் பைத்தியமாக்குகிறார்" என்று நீங்கள் எப்போதாவது சொன்னீர்களா? அவர் உங்களை பைத்தியமாக்க முடியாது. அவளால் உன்னை பைத்தியமாக்க முடியாது. அவர்களுக்கு அந்த சக்தி இல்லை. நீங்கள் உண்மையில் சொல்வது என்னவென்றால், "நான் அவரைப் பார்க்கும் ஒவ்வொரு முறையும் எதிர்மறையான எண்ணங்கள் தோன்றும்". அந்த எதிர்மறை எண்ணங்கள் கடந்த காலத்தில் நடந்த ஒன்றை நினைவில் கொள்வதால் ஏற்படலாம். இதன் விளைவாக, நான் எதிர்மறையான உணர்ச்சிகளைப் பெறுகிறேன், இது எதிர்மறையான முடிவுகளுக்கு வழிவகுக்கிறது. இந்த எதிர்மறை முடிவுகள் உங்களை மிகவும் எதிர்மறையான செயலுக்கு கூட இட்டுச் செல்லலாம்.

இது அனைத்தும் சிந்தனை செயல்முறையுடன் தொடங்குகிறது. நீதிமொழிகள் 23:7-ல் சாலமன், "அவன் தன் இருதயத்தில் எப்படி நினைக்கிறானோ, அப்படியே அவன் இருக்கிறான்" என்று

கூறினார். நான் மனச்சோர்வினால் நடிக்கிறேன் என்றால், நான் மனச்சோர்வடைந்திருப்பதால் தான். நான் மனச்சோர்வை உணர்கிறேன், ஏனென்றால் நான் மனச்சோர்வடைந்த எண்ணங்களை நினைத்துக்கொண்டிருக்கிறேன். நம்மில் பெரும்பாலோர் செயலில் செயல்பட முயற்சி செய்கிறோம், காரணம் அல்ல. வெளிப்புற விஷயங்களில் வேலை செய்ய முயற்சிக்கிறோம். கடவுள் கூறுகிறார், நீங்கள் உங்கள் சிந்தனையுடன் தொடங்க வேண்டும்.

அதனால்தான் இயேசு கூறுகிறார், நீங்கள் உண்மையை அறிந்தால், நீங்கள் சத்தியத்தில் கவனம் செலுத்தினால், அது உங்களை விடுவிக்கும். கெட்ட நம்பிக்கைகள் கெட்ட நடத்தைக்கு வழிவகுக்கும். உங்கள் ஒவ்வொரு நடத்தையும் ஒரு நம்பிக்கையை அடிப்படையாகக் கொண்டது. இது உங்கள் வாழ்க்கையில் நீங்கள் உணர்ந்தோ அல்லது அறியாமலோ வைத்திருக்கும் மதிப்பை அடிப்படையாகக் கொண்டது. இது முக்கியமானது: ஒவ்வொரு சுய-தோற்கடிக்கும் நடத்தைக்கு பின்னால் நான் நம்புவது ஒரு பொய். நீங்கள் தவறான நடத்தையில் ஈடுபட்டிருந்தால், உண்மை இல்லாத ஒன்றை நீங்கள் நம்புவதுதான் மூலக் காரணம். பிசாசு என்னை ஏமாற்றி ஏமாற்றுகிறது.

### மருந்துச்சீட்டு

6. என் பிரச்சனையை ஒப்புக்கொள்.

என் பிரச்சனையின் மூலத்தை ஒப்புக்கொள். அதுதான் விடுதலைக்கான தொடக்கப் புள்ளி. நம்மில் பலருக்கு என்னிடம் ஏதோ தவறு இருக்கிறது என்ற தெளிவற்ற உணர்வு இருக்கிறது. அது என்னவென்று எங்களுக்குத் தெரியாது, அதில் விரல் வைக்க முடியாது, ஆனால் ஏதோ சரியாகத் தெரியவில்லை.

கடவுள் விரலை வைத்தார். உங்கள் ஹேங்-அப்பைப் பொருட்படுத்தாமல், உங்கள் அடிப்படை பிரச்சனை உங்கள் அடிப்படை வாழ்க்கை அணுகுமுறை என்று அவர் கூறுகிறார். இந்த மனப்பான்மைக்கு ஒரு பெயர் உண்டு, இது நாம் அதிகம் கேட்காத ஒரு வார்த்தை, இது இடுப்பு அல்ல, இது

குளிர்ச்சியானது அல்ல, அதை ஒருவர் நிச்சயமாக ஊடகங்களில் கேட்க மாட்டார். வார்த்தை அருவருப்பானது மற்றும் வெறுக்கத்தக்கது. இது SIN.

உங்களுக்கும் எனக்கும் பாவத்தைப் பற்றி எல்லாவிதமான தவறான எண்ணங்களும் உள்ளன. பாவம் என்பது போதைப்பொருள் பாவிப்பது, குடித்துவிட்டு, வங்கியில் கொள்ளையடிப்பது அல்லது ஒருவரின் மனைவியுடன் ஓடுவது அல்ல. அந்த விஷயங்கள் உண்மையில் பாவத்தின் இரண்டாவது அலை. அவை அடிப்படை பாவத்தின் விளைவு. "நான் பொறுப்பில் இருக்கிறேன், எனக்கு கடவுள் தேவையில்லை" என்ற மனோபாவமே மூலப் பிரச்சனை. அதுதான் ரோமர் 7ல் பவுல் அழைத்ததன் முக்கிய அம்சம், பாவ இயல்பு. இது மனிதனின் பழமையான பிரச்சனை. இது ஆதாம் மற்றும் ஏவாளிலிருந்து உள்ளது. நான் கடவுளைப் புறக்கணிக்கப் போகிறேன், என் வழியில், என் சொந்த காரியத்தைச் செய்யப் போகிறேன்.

நாம் ஒவ்வொருவரும் பாவத்தின் அந்த அடிப்படை மறுமொழி மனப்பான்மையுடன் தினமும் போராடிக் கொண்டிருக்கிறோம். அந்த இழுபறியில் தினமும் மல்யுத்தம் செய்கிறோம். யார் பொறுப்பு, நானா அல்லது கடவுளா?

"நம்மிடம் பாவம் இல்லை என்று சொன்னால், நம்மை நாமே ஏமாற்றிக் கொள்கிறோம், உண்மை நம்மில் இல்லை" என்று ஜான் கூறினார். (1 யோவான் 1:8) "நீங்கள் சத்தியத்தை அறிவீர்கள், சத்தியம் உங்களை விடுதலையாக்கும்" என்று இயேசு சொன்னதையும் சேர்த்து வைக்கவும். எனவே, உங்கள் பாவத்தை மறுப்பதன் மூலம், உங்களிடம் உண்மை இல்லை.

நாங்கள் அனைத்தையும் ஒன்றாகப் பெற்றதைப் போல நாங்கள் செயல்படுகிறோம். நீங்கள் யாரை முட்டாளாக்க முயற்சிக்கிறீர்கள் என்று நினைக்கிறீர்கள்? உங்கள் வாழ்க்கையில் எதுவும் கட்டுப்பாட்டை மீறாதது போல் நீங்கள் நடந்து கொண்டால், நீங்கள் கடவுளை முட்டாளாக்க முயற்சிக்கிறீர்களா? நீங்கள்

மற்றவர்களை ஏமாற்ற முயற்சிக்கிறீர்களா? உங்களை நீங்களே ஏமாற்றிக் கொள்கிறீர்கள். யாரும் ஒன்றாக இல்லை. நம் ஒவ்வொருவருக்கும் ஒவ்வொரு நாளும் அந்த இழுபறி உண்டு. நீங்கள் எல்லாவற்றையும் ஒன்றாக வைத்திருப்பதாகவும், நீங்கள் பொறுப்பில் இருப்பதாகவும் நீங்கள் பாசாங்கு செய்யும்போது, நீங்கள் உங்களைத் தான் காயப்படுத்துகிறீர்கள்.

7. என்னை நானே ஏமாற்றுவதை நிறுத்து.  
நான் என்னை ஏமாற்றுவதை நிறுத்த வேண்டும். திரும்பத் திரும்பச் சொல்வது மதிப்பு. என்னைத் தோற்கடிப்பதை நிறுத்த, நான் என்னை ஏமாற்றுவதை நிறுத்த வேண்டும். மூலப் பிரச்சனை என்னவென்றால், நான் பொறுப்பில் இருக்கிறேன், எனக்கு கடவுள் தேவையில்லை. அப்படி வாழ நாம் உருவாக்கப்படவில்லை.

ஒரு குடிகாரன் ஆல்கஹால் அநாமதேயரிடம் சென்றால், அவனுக்கு முதலில் தேவைப்படுவது, "என் நிலைமையைக் கட்டுப்படுத்த நான் சக்தியற்றவன், என் வாழ்க்கை நிர்வகிக்க முடியாததாகிவிட்டது" என்று ஒப்புக்கொள்வதுதான். பெரும்பாலும், நாம் எதையும் ஒப்புக்கொள்வதற்கு முன், நாம் ஒரு சிறிய வெப்பத்தை உணரும் போது அல்ல, ஆனால் தீ கட்டுப்பாட்டை மீறும் போது கீழே அடிக்க வேண்டும். பின்னர் நாங்கள் "ஒருவேளை நான் ஒரு சிறிய உதவியைப் பயன்படுத்தலாம்" என்று சொல்ல ஆரம்பிக்கிறோம்.

பெரும்பாலான மக்கள் உதவி பெற மிகவும் தாமதமாக காத்திருக்கிறார்கள். அவர்கள் பிரச்சனையை ஒப்புக்கொள்ள மிகவும் தாமதமாக காத்திருக்கிறார்கள். எனது அலுவலகத்திற்குள் ஆண்கள் வந்து, "என் மனைவி என் மீது குண்டை வீசினாள். என் புறக்கணிப்பு, என் துஷ்பிரயோகம், என் மோசமான நாக்கு, என் கோபம் ஆகியவற்றால் அவள் சோர்ந்து போய்விட்டாள், அவள் வெளியேறுகிறாள். நான் என்ன செய்ய வேண்டும்? எனக்கு தேவை உதவி." அவர் நீண்ட நேரம்

காத்திருந்ததால், என்னால் செய்யக்கூடியது மிகக் குறைவு, மிகக் குறைவு என்று நினைத்துக்கொண்டு நான் அங்கேயே அமர்ந்திருக்கிறேன்.

c. உங்கள் பிரச்சனையை

ஒப்புக்கொள்ளுங்கள். உங்களுக்கு வாழ்க்கையில் ஒரு ஹேங்-அப் உள்ளது, கண்ணாடியில் அதைக் கொண்டு சுத்தமாக வாருங்கள், மேலும் சர்வவல்லமையுள்ள கடவுள் முன்.

d. கிறிஸ்துவால் என்னை மாற்ற முடியும் என்று நம்புங்கள். ரோமர் 7:24, "இந்த மரண சரீரத்திலிருந்து யார் என்னை விடுவிக்க முடியும்? ... நம்முடைய கர்த்தராகிய இயேசு கிறிஸ்துவின் மூலம் கடவுளுக்கு நன்றி." என் பிரச்சனைக்கு ஒரு நபர் தான் பதில் என்றார் பால். இயேசு கிறிஸ்து மூலம், கடவுள் உங்களுக்கு இல்லாத வல்லமையை வழங்குவார். நீங்கள் அதை நம்பவில்லை என்றால், உங்கள் ஹேங்-அப்களில் இருந்து விடுபட மாட்டீர்கள். ஏனென்றால், "கிறிஸ்து இயேசுவின் மூலமாக ஜீவ ஆவியின் பிரமாணம் என்னை பாவம் மற்றும் மரணத்தின் சட்டத்திலிருந்து விடுவித்தது." (ரோமர் 8:2) மக்களே வெளியேற ஒரு வழி இருக்கிறது. கிறிஸ்துவின் ஆவியின் சட்டம் என்னை விடுதலையாக்கும்.

நான் வெளியே சென்று, புல்லில், எங்காவது ஒரு இறந்த பறவையைக் கண்டால், அந்த சிறிய பறவையை, அந்த இறந்த பறவையை தூக்கி, காற்றில் எறிந்து, "பற" என்று சொன்னால், என்ன நடக்கும்? அது மீண்டும் கீழே விழப் போகிறது. நான் அதை எடுத்து மீண்டும் மேலே எறிந்துவிட்டு, "பறக!" அது மீண்டும் கீழே விழப் போகிறது. அந்தப் பறவையை மட்டும் பறக்கவிடப் போவது என்ன? ஒரு புதிய வாழ்க்கை, ஒரு புதிய படைப்பாக மாறுவது மட்டுமே அவரை பறக்க வைக்கப் போகிறது. புதிய இலையைப் புரட்ட வேண்டிய அவசியமில்லை, அவருக்கு ஒரு புதிய வாழ்க்கை தேவை. அந்த சிறகுகளின்

கீழ் அவருக்கு அதிகாரம் தேவை. ஒரு புதிய வாழ்க்கை மட்டுமே அவரை பறக்க வைக்கப் போகிறது.

நீங்கள் ஏன் இயேசுவை முயற்சி செய்யக்கூடாது? அவர் நூற்றுக்கணக்கான மற்றும் நூற்றுக்கணக்கான வாழ்க்கையை மாற்றுவதை நான் பார்த்திருக்கிறேன். "ஒருவன் கிறிஸ்துவுக்குள் இருந்தால், அவன் புதிய சிருஷ்டி, இதோ பழையது போய்விட்டது, புதியது வந்தது." கிறிஸ்துவை மாற்றும் வேலையைச் செய்ய அனுமதிக்கும் எவருக்கும் அதுவே உண்மை. (2 கொரிந்தியர் 5:17)

சில வருடங்களுக்கு முன் டைம் இதழில் அதன் அட்டைப்படக் கதைக்கு பதில் கடிதம் ஒன்று அச்சிடப்பட்டது, "யார் இயேசு கிறிஸ்து?" நிச்சயமாக, கட்டுரை பல அறிஞர்களிடமிருந்து இந்த கருத்துக்களைக் கொண்டிருந்தது. மைக் மண்டேல் எழுதினார் "என்னைப் பொறுத்த வரையில், தாராளவாத இறையியலாளர்கள் தங்கள் வரலாற்று இயேசுவையும், அவர்களின் வேதாகமத்தையும் வைத்துக்கொள்ள முடியும். நான் ஒரு முன்னாள் குடிகாரன் மற்றும் விபச்சாரம் செய்பவன், உயிருள்ள கிறிஸ்து இயேசுவின் வல்லமையால் விடுவிக்கப்பட்டவன். யார் கவலைப்படுகிறார்கள் உயிர்த்தெழுந்த கடவுளின் குமாரன் உங்களை இங்கேயும் இப்போதும் மாற்றும் போது உயர்ந்த விமர்சனத்தைப் பற்றி?" ஆமென், மைக், ஆமென்!

2 தீமோத்தேயு 1:7ல் பவுல் கூறுகிறார், "ஏனென்றால் தேவன் நமக்கு பயமுறுத்தும் ஆவியைக் கொடுக்கவில்லை, மாறாக வலிமை, அன்பு மற்றும் சுய ஒழுக்கம் (சுயக்கட்டுப்பாடு) ஆகியவற்றின் ஆவியைக் கொடுத்தார்" உங்களில் சிலர் கிறிஸ்துவுக்குள் ஞானஸ்நானம் பெற்றவர்கள். முன்பு காலம் தள்ளி நிற்கிறது. நீங்கள் அவரிடம் உள்ள அனைத்தையும் அவரிடம் ஒப்படைக்கவில்லை, நீங்கள் பின்வாங்குகிறீர்கள், மேலும் பிடித்துக் கொண்டிருக்கிறீர்கள். நீங்கள் உங்கள் அடிமைத்தனங்கள், உங்கள் ஹேங்-அப்கள்

மற்றும் உங்கள் நிரந்தர பாவங்களை பற்றி வைத்திருக்கிறீர்கள்.

நீங்கள் உண்மையிலேயே இயேசு கிறிஸ்துவுக்கு அர்ப்பணித்திருந்தால், நீங்கள் ஒருவித வித்தியாசமான வெறியராக ஆகிவிடுவீர்கள் என்று உலகின் பொய்யை நீங்கள் வாங்கிவிட்டீர்கள். நீங்கள் இன்று எல்லாவற்றையும் விற்றுவிடுவீர்கள். நீங்கள் முற்றிலும் விசித்திரமாக இருப்பீர்கள். மக்களே, அது பொய். கிறிஸ்து உங்களைக் கட்டுப்படுத்துவதால் நீங்கள் சுயக் கட்டுப்பாட்டில் இருப்பீர்கள். நீங்கள் சக்தி வாய்ந்தவராக இருப்பீர்கள். நீங்கள் அன்பாக இருப்பீர்கள். நீங்கள் எப்போதும் கனவு காணும் நபராக இருப்பீர்கள். "கர்த்தருடைய ஆவி எங்கே இருக்கிறதோ அங்கே சுதந்திரம் இருக்கிறது." (2 கொரிந்தியர் 3:17) அதுவே நம் படிப்புக்கு அடித்தளம். அற்புதமான அருள் பாடம் #1196

#### கேள்விகள்:

9. சுயக்கட்டுப்பாடு இல்லாததற்கான காரணங்கள் என்ன?
  - a. \_\_\_\_ ஏமாற்றம்
  - b. \_\_\_\_ குழப்பம்
  - c. \_\_\_\_ தோல்வி மற்றும் ஊக்கமின்மை
  - d. \_\_\_\_ முறையற்ற பயிற்சி மரபுவழி
  - e. \_\_\_\_ a, b மற்றும் c
  - f. \_\_\_\_ a, b மற்றும் d
  - g. \_\_\_\_ a, b மற்றும் e
  - h. \_\_\_\_ a, c மற்றும் e
10. தனிப்பட்ட மாற்றத்திற்கான ரகசியம் மன உறுதி சரி தவறு \_\_\_\_
11. உங்கள் எண்ணங்கள் உங்கள் உணர்ச்சிகளைக் கட்டுப்படுத்துகின்றன உண்மை \_\_\_\_ தவறான \_\_\_\_
12. உங்கள் உணர்ச்சிகள் உங்கள் முடிவுகளைக் கட்டுப்படுத்துகின்றன உண்மை \_\_\_\_ தவறான \_\_\_\_
13. உங்கள் முடிவுகள் உங்கள் செயலைக் கட்டுப்படுத்தும் உண்மை \_\_\_\_ தவறான \_\_\_\_
14. ஒரு மனிதன் தன் இதயத்தில், மனதில் எப்படி நினைக்கிறானோ, அப்படியே அவனும் இருக்கிறான் உண்மை \_\_\_\_ தவறான \_\_\_\_

15. தன்னடக்கமின்மையை ஒருவரால் சமாளிக்க முடியும்
- \_\_\_\_\_ தன்னைத்தானே ஏமாற்றிக் கொள்வதை நிறுத்துங்கள்
  - \_\_\_\_\_ ஒரு சிக்கல் இருப்பதை ஒப்புக்கொள்
  - \_\_\_\_\_ கிறிஸ்துவுக்கு வாழ்க்கையை ஒப்புக்கொடுங்கள்
  - \_\_\_\_\_ a மற்றும் c
  - \_\_\_\_\_ பி மற்றும் சி
  - \_\_\_\_\_ a, b மற்றும் c

16. கடவுள் நமக்கு ஒரு ஆவியைக் கொடுத்தார்
- அ. \_\_\_\_\_ கூச்சம்
  - பி. \_\_\_\_\_ சக்தி
  - ச. \_\_\_\_\_ அன்பு
  - ஈ. \_\_\_\_\_ சுய ஒழுக்கம்
  - இ. \_\_\_\_\_ a, b மற்றும் c
  - ஃ. \_\_\_\_\_ a, c மற்றும் d
  - ஊ. \_\_\_\_\_ a, b, c மற்றும் d
  - ஋. \_\_\_\_\_ பி, சி மற்றும் டி

அத்தியாயம் 12

### அழுத்தத்தை எவ்வாறு கையாள்வது

வாக்கெடுப்பு நடத்துவோம். உங்களில் எத்தனை பேருக்கு குறைந்தபட்சம் ஒரு கவலை இருக்கிறது? நாங்கள் கவலைப்படுகிறோம், இல்லையா? நாம் மன அழுத்தம், பதட்டம், கவலை மற்றும் அழுத்தம் ஆகியவற்றால் நிரப்பப்பட்டு குண்டுவீசப்பட்ட ஒரு சகாப்தத்தில் வாழ்கிறோம். உண்மையில், நாம் உண்மையில் நோய்வாய்ப்பட்டிருக்கிறோம் என்று கவலைப்படுகிறோம். அமெரிக்க மனநல சங்கம் எங்களுடையது "கவலையின் வயது" என்று பெயரிட்டுள்ளது, மேலும் அவர்களின் நோயறிதல் வெறுமனே உண்மைகளால் உறுதிப்படுத்தப்படுகிறது. அமெரிக்கன் அகாடமி ஆஃப் பிசிஷியன்ஸ் கூறுகிறது, அவர்கள் பார்க்கும் நோயாளிகளில் குறைந்தது மூன்றில் இரண்டு பங்கு மன அழுத்தம் தொடர்பான நோய்களால் அவர்களிடம் வருகிறார்கள். பின்னர், மூன்று சிறந்த விற்பனையான பரிந்துரைக்கப்பட்ட மருந்துகள்: 1)

டாகாமெட், அல்சர் மருந்து: 2) எண்டரால், உயர் இரத்த அழுத்தத்திற்கான மருந்து மற்றும் 3) வேலியம், ஒரு அமைதிப்படுத்தும் மருந்து.

1988 ஆம் ஆண்டில், நியூஸ் வீக் பத்திரிகை ஒரு கட்டுரையை வெளியிட்டது, இது அமெரிக்க வணிகங்கள் மன அழுத்தம் மற்றும் கவலை தொடர்பான நோய்களால் ஆண்டுக்கு \$150 பில்லியனுக்கு மேல் இழக்கின்றன என்று கணித்துள்ளது. இப்போது ஆச்சரியமான விஷயம் என்னவென்றால், உண்மையில் நாம் கவலைப்படுவதற்கு எல்லாம் இல்லை. நாம் கவலைப்படும் விஷயங்களில் 40 சதவிகிதம் ஒருபோதும் நடக்காது என்றும், 30 சதவிகிதம் இனி மாற்ற முடியாத பழைய முடிவுகளைப் பற்றியும், 12 சதவிகிதம் விமர்சனத்தில் கவனம் செலுத்துகிறது, இது பெரும்பாலும் உண்மைக்குப் புறம்பானது மற்றும் பொதுவாக தாழ்வு மனப்பான்மை கொண்டவர்களால் செய்யப்படுகிறது. தற்செயலாக, பெரும்பாலான வாழ்க்கை விமர்சகர்கள் ஆழ்ந்த தாழ்வு மனப்பான்மை கொண்டவர்கள். நாம் கவலைப்படும் அனைத்து விஷயங்களிலும் சில சதவிகிதம் நம் ஆரோக்கியத்துடன் தொடர்புடையது, நாம் கவலைப்பட்டால் அதை மோசமாக்கும். இது "சட்டபூர்வமானது" என்று பெயரிடப்படக்கூடிய அனைத்து விஷயங்களிலும் எட்டு சதவிகிதத்தை மட்டுமே விட்டுச்செல்கிறது, மனநல கவனம் தேவை. ஆனால், உண்மை என்னவென்றால், நீங்களும் நானும் இல்லை அந்த புள்ளிவிவரங்களுக்கு அடிக்கடி செவிசாய்ப்பதில்லை. மாறாக, நாம் மீண்டும் மீண்டும் கவலையில் மூழ்கிவிடுகிறோம்.

கவலைப்படுவதற்கும் மன அழுத்தத்துக்கும் ஒரு மருந்தைப் பற்றி இயேசு சொன்ன சில விஷயங்களை உங்களுடன் பகிர்ந்து கொள்ள விரும்புகிறேன். இயேசுவின் வாழ்க்கையின் கடைசி வாரத்தில், அவர் மிகுந்த கவலையில் இருக்கிறார். அவர் இறக்கப் போகிறார் என்று அவருக்குத் தெரியும். யோவான் 13ல் அவர் தனது சீடர்களுக்கு அந்த அறிவிப்பை செய்கிறார். தான் இறக்கப் போவதாகவும் அவர்களில் ஒருவர் அவரைக் காட்டிக் கொடுக்கப் போவதாகவும் அவர்களிடம் கூறுகிறார். அதிகாரம் 14ல், அவர்களுக்காக

ஒரு இடத்தை ஆயத்தம் செய்யப் போகிறேன் என்ற நற்செய்தியைக் கூறுகிறார். யோவான் 15 & 16 இல், அவர் சீடர்களுக்கு கெட்ட செய்தியைக் கூறுகிறார். அவர் கூறுகிறார், உலகம் என்னை வெறுத்தது போல் உங்களை வெறுக்கப் போகிறது, நீங்கள் சிதறடிக்கப் போகிறீர்கள், உங்களில் ஒருவரைக் கூட என்னால் கண்டுபிடிக்க முடியாது. அப்போது இயேசு, "என்னில் நீங்கள் அமைதி பெறுவதற்காக இவற்றை உங்களுக்குச் சொன்னேன்" என்றார். (ஜான் 16:33) உங்கள் பைபிளில் ஜான் 16:33ஐ அடிக் கோடிட்டு, மஞ்சள் நிற ஹைலைட்டரைக் கொண்டு "என்னில்" என்பதை ஹைலைட் செய்யவும்.

பின்னர் அதே வசனத்தில், "இவ்வுலகில் நீங்கள் கஷ்டப்படுவீர்கள்" என்று கூறினார். அது சரி. உங்கள் நம்பிக்கையை உலகில் வையுங்கள். எல்லா உலக விஷயங்களிலும் ஈடுபடுங்கள், உங்களுக்கு சிரமம் ஏற்படும். உங்களுக்கு கவலை, சச்சரவு மற்றும் மன அழுத்தம் இருக்கும். ஆனால் அப்போது அவர், "உறுதியோடு இருங்கள்! நான் உலகத்தை வென்றுவிட்டேன்" என்றார்.

குடை அறிக்கை, நாம் இயேசுவில் இருந்தால், நாம் அமைதி பெறலாம். கவலையை வெல்வதற்கான ஒரு மருந்தை நம் இறைவன் நமக்குத் தருகிறார், அது மிகப்பெரியது. "இயேசு இதைச் சொன்னபின், வானத்தை நோக்கிப் பார்த்து, "அப்பா, நேரம் வந்துவிட்டது; உம்முடைய குமாரன் உம்மை மகிமைப்படுத்தும்படிக்கு உம்முடைய குமாரனை மகிமைப்படுத்துங்கள்; நீங்கள் எல்லாருக்கும் நித்திய ஜீவனைக் கொடுக்க, எல்லா ஜனங்கள்மேலும் அவருக்கு அதிகாரம் கொடுத்தீர்." அவருக்குக் கொடுத்தார்கள், இதுவே நித்திய ஜீவன்: ஒரே மெய்க் கடவுளாகிய உம்மையும், நீர் அனுப்பிய இயேசு கிறிஸ்துவையும் அவர்கள் அறிந்து கொள்வதற்காக, நீர் எனக்குக் கொடுத்த வேலையைச் செய்து, பூமியில் உமக்கு மகிமையைக் கொண்டு வந்தேன். யோவான் 17:1-4)

**இயேசு ஏன் மன அழுத்தத்தில் இருந்தார்? அமைதியைப் பற்றி அவர் ஏன் இப்படிச் சொல்ல வேண்டும்? அவருக்கு உலகில் எல்லா காரணங்களும் இருந்தன.**

1. அவர் தவறாக புரிந்து கொள்ளப்பட்டார். நீங்களும் நானும் மன அழுத்தம் மற்றும் அழுத்தத்திற்கு உள்ளாவதற்கான காரணங்களில் ஒன்று, நாம் தவறாகப் புரிந்து கொள்ளப்படுவதுதான். இயேசுவின் உள்நோக்கத்தை அவர்கள் தவறாகப் புரிந்துகொண்டனர். அவர்கள் அவருடைய பணியை தவறாக புரிந்து கொண்டனர். அவருடைய செய்தியைத் தவறாகப் புரிந்துகொண்டார்கள்.

2. அவர் ஏற்றுக்கொள்ளப்படவில்லை. உங்களைச் சுற்றியுள்ளவர்கள் உங்களை ஏற்றுக்கொள்ளாதபோது நீங்கள் மன அழுத்தத்தை உணரவில்லையா? குறிப்பாக உங்கள் சகாக்கள். இயேசுவின் சகாக்கள் அவரை ஏற்றுக்கொள்ளவில்லை. மதவாதிகள், ஒரு மேசியாவைத் தேடிக்கொண்டிருந்தவர்கள், ஆனால் அவர்கள் அவரைத் திருப்பிவிட்டார்கள்.

3. அவர் சோதிக்கப்பட்டார். அதனால்தான் அவர் மன அழுத்தத்தை உணர்ந்தார். எபிரேயர் 4:15, நம்மைப் போலவே எல்லா விஷயங்களிலும் அவர் சோதிக்கப்பட்டார் என்று கூறினார். நான் அதைவிட சிறிது தூரம் செல்லப் போகிறேன். நீங்களும் நானும் கற்பனை செய்து பார்க்க முடியாத சோதனைகளை இயேசு அறிந்திருந்தார் என்று நினைக்கிறேன். சிலுவையைச் சுற்றி ஒரு குறுக்குவழியை எடுக்க அவர் ஆசைப்பட்டார், உங்களாலும் நானும் அதை அடையாளம் காண முடியாது. உலகைக் காப்பாற்றும் விருப்பம் எங்களிடம் இல்லை.

4. அவருக்குப் பல எதிரிகள் இருந்தனர். இப்போது உங்களுக்கும் எனக்கும் அதைப் பற்றி ஒன்று தெரியும். நம்மில் யாரேனும் ஒருவர் நம்மைப் பற்றி அதிகம் கவலைப்படாத சிலர் இருக்கிறார்கள், ஆனால் உண்மை தெரிந்தால், என்னைச் சிலுவையில் அறையவோ, என் உயிரைப் பறிக்கவோ அல்லது அதைப் பறிக்கவோ விரும்பும் எவரும் என்னிடம் இருப்பதாக எனக்குத் தெரியவில்லை. என்னை.

5. அவருடைய சீடர்கள் மெதுவாகக் கற்பவர்கள்.

அது என்னைக் கொன்றிருக்கும். நான் நம் ஆண்டவரைப் போல் பொறுமையாக இல்லை. அவர் அவர்களுடன் மூன்று ஆண்டுகளுக்கும் மேலாக இரவும் பகலும் செலவிட்டார், அதையெல்லாம் மூழ்கடிக்க அவர்களால் இன்னும் கண்டுபிடிக்க முடியவில்லை. அவர்களுக்காக இறக்கும் அளவுக்கு அவர்களை நேசித்தார். நான் அவர்களைக் கொல்ல நினைத்திருப்பேன் என்று நினைக்கிறேன். அவர்கள் மெதுவாகக் கற்பவர்கள். அவர் மிகப்பெரிய பொறுப்பின் அழுத்தத்தையும் அழுத்தத்தையும் எதிர்கொண்டார். பாவத்தின் மீதான வெற்றி, கல்லறையின் மீதான வெற்றி, இரட்சிப்பின் வாய்ப்பு, ஒவ்வொரு மனிதனுக்கும் சொர்க்கத்தின் வாய்ப்பு, அனைத்தும் அவன் தோளில் இருந்தது. அது அழுத்தம் மற்றும் அவரது நேரம் ஓடிக்கொண்டிருக்கிறது.

6. அவர் ராஜ்யத்தின் முன்னேற்றத்தை தவறில்லாத மனிதர்களின் கைகளில் ஒப்படைக்கப் போகிறார்.

**இயேசு அதை எப்படி சமாளித்தார், எப்படி சமாளிக்க வேண்டும் என்று உங்களுக்கும் எனக்கும் சொல்கிறார்?**

1. யாரிடம் செல்ல வேண்டும் என்பதை இயேசு அறிந்திருந்தார். இந்த அழுத்தத்தை உணர்ந்த அவர், அப்பா, நான் உங்களிடம் பேச வேண்டும் என்று கூறுகிறார். இயேசு அறிந்ததையும் நடைமுறைப்படுத்தியதையும் நீங்களும் நானும் அறிந்து நடைமுறைப்படுத்த வேண்டும்.

2. அவர் ஏன் பூமிக்கு வந்தார் என்பது அவருக்குத் தெரியும். அவருக்கு ஒரு நோக்கம் இருந்தது, தந்தையே, நேரம் வந்துவிட்டது என்று அவர் கூறும்போது, அவர் தனது பணி முடிந்துவிட்டது என்று கூறுகிறார்.

3. இயேசு தனது உரிமைகளை விட்டுக்கொடுத்தார். இது மிகப்பெரிய அழுத்தத்தை நீக்கியது. "அப்பா, நேரம் வந்துவிட்டது. உமது குமாரனை மகிமைப்படுத்துங்கள், உங்கள் குமாரன் உம்மை மகிமைப்படுத்துவார்." "பிதா அவரை மகிமைப்படுத்தும்படி இயேசு

ஏன் ஜெபித்தார்? இயேசு மாம்சத்தில் வந்த கடவுள். அவர் திரித்துவத்தின் ஒரு பகுதியாக இருந்தார். அவர் கடவுளின் ஒரு பகுதியாக இருந்தார். ஆனால், இயேசு இந்த பூமிக்கு வந்து ஒரு வேலைக்காரனின் மனித உருவத்தை எடுத்துக்கொண்டு தனது உரிமைகளை விட்டுக்கொடுத்ததால், கடவுள் அவரை மகிமைப்படுத்தும்படி அவர் ஜெபிக்க வேண்டியிருந்தது என்பதை நீங்கள் காண்கிறீர்கள். மக்களே, நம்மில் பலருக்குத் தெரியாத ஒன்றை நான் உங்களுக்குச் சொல்ல விரும்புகிறேன். நமது உரிமைகளின் ஒவ்வொரு அங்குலத்தையும் பாதுகாக்க முயற்சிக்கும் நம் ஒவ்வொருவரிடமிருந்தும் வரும் அழுத்தம் ஆச்சரியமாக இருக்கிறது. நாங்கள் இதற்கு அடிபணிய விரும்பவில்லை, நாங்கள் இதை விட்டுவிட விரும்பவில்லை, மேலும் வாய்ப்புக்காக போராடுவதற்கான ஒவ்வொரு உரிமையையும் நாங்கள் பாதுகாக்கப் போகிறோம். இயேசு தம்முடைய உரிமைகளை விட்டுக்கொடுத்தார், அது ஒரு மிகப்பெரிய அழுத்தத்தைத் தணித்தது.

4. அவர் கொடுக்க ஏதாவது இருந்தது. அவர் நித்திய ஜீவனைக் கொடுப்பதற்காக எல்லா மக்களுக்கும் அதிகாரம் கொடுக்கப்பட்டார். அவனிடம் எல்லாம் சரியாக கொடுக்க ஏதாவது இருந்தது; அது எல்லா காலத்திலும் மிகப்பெரிய பரிசு. அவரிடம் வந்து, அவர்மீது நம்பிக்கை வைத்து, அவருடைய நற்செய்தியைக் கடைப்பிடிக்கும் அனைவருக்கும் அது நித்திய ஜீவன்.

5. அவர் ஒரு நல்ல வேலை செய்தார். "நீ எனக்குக் கொடுத்த வேலையைச் செய்து பூமியில் உனக்குப் பெருமை சேர்த்தேன்."

**நீங்களும் நானும் ஒவ்வொரு நாளும் எதிர்கொள்ளும் மன அழுத்தம் மற்றும் அழுத்தத்திலிருந்து எப்படி விடுபடுவது? இயேசு செய்ததையே நாமும் செய்கிறோம்.**

2. எல்லாவற்றையும் கடவுளிடம் திருப்புங்கள்.

இயேசுவைப் போலவே நாமும் எல்லாவற்றையும் கடவுளிடம் ஒப்படைக்க

வேண்டும். "அவர் உங்களை கவனித்துக்கொள்கிறார், ஏனென்றால் உங்கள் கவலைகளை அவர் மீது போடுங்கள்." (1 பேதுரு 5:7) இரண்டு அவதானிப்புகள் அ) கடவுள் என்னைப் பற்றி கவலைப்படுகிறார். கடவுள் என்னைக் கவனித்துக்கொள்கிறார்; அவர் உங்களுக்காக அக்கறை காட்டுகிறார், அவர் நம் அனைவரையும் கவனித்துக்கொள்கிறார்; b) அவர் என் வாழ்க்கையில் எல்லாவற்றிலும் அக்கறை காட்டுகிறார். "உங்கள் கவலைகள் அனைத்தையும் தூக்கி எறியுங்கள்" என்றார்.

2. வாழ்க்கையில் உங்கள் நோக்கத்தைப் புரிந்து கொள்ளுங்கள்.

கடவுளை மகிமைப்படுத்தவும் மற்றவர்களுக்கு சேவை செய்யவும் நாம் பல்வேறு திறன்களுடன் படைக்கப்பட்டுள்ளோம். வாழ்க்கையில் ஒரு குறிக்கோள் இருந்தால், அது அழுத்தத்தை சமாளிக்க உதவும். இப்போது இயேசுவின் வழிகாட்டுதலைப் பின்பற்றி நான் செய்யும் காரியங்களில் ஒன்று, என்மீது வரும் அழுத்தங்களை நான் உணரும்போது, உங்களைப் போலவே நானும் அவற்றை உணர்கிறேன், நான் மன அழுத்தத்தை உணரும்போது, வாழ்க்கையில் எனது அடிப்படை நோக்கத்திற்குத் திரும்புகிறேன்.

3. உங்கள் உரிமைகளை விட்டுவிடுங்கள். இது அநேகமாக நம்மில் பெரும்பாலோர் வேலை செய்ய வேண்டிய ஒன்றாகும், மேலும் இது எங்களுக்கு மிகப்பெரிய சிரமத்தை அளிக்கிறது, ஏனென்றால் நாம் உறுதியான பயிற்சியால் நிரப்பப்பட்ட ஒரு கலாச்சாரத்தில் வாழ்கிறோம். இது உலகம் நினைக்கும் முறைக்கு எதிரானது. நம் வாழ்க்கையை சேதப்படுத்தும் மற்றும் தடைசெய்யும் ஐந்து அழிவு உணர்ச்சிகள் உள்ளன - வெறுப்பு, கசப்பு, கோபம், வெறுப்பு மற்றும் பயம். அவர்கள் உங்களைத் தின்றுவிடுவார்கள், அவர்கள் உங்களைத் துப்புவார்கள், மேலும் மக்கள் தங்கள் உரிமைகளை விட்டுக்கொடுக்கத் தயாராக இல்லாதபோதுதான் அந்த ஐந்தில்

ஒவ்வொன்றின் முக்கிய ஆதாரம் என்று நான் உங்களுக்கு உத்தரவாதம் தருகிறேன்.

நீங்கள் என்னுடன் ஒரு கணம் சிந்திக்க வேண்டும் என்று நான் விரும்புகிறேன். இந்த கொள்கையை நீங்கள் புரிந்துகொண்டு நடைமுறைப்படுத்தினால், ஒரு பிரச்சினையில் உங்களுக்கு வாக்குவாதம் ஏற்படுவது அரிது. இப்போது நான் தெளிவாக சொல்கிறேன், நான் ஒரு விம்ப் அல்லது நிரந்தர டிஷ் ராக் பற்றி பேசவில்லை. வாழ்க்கையில் சில விஷயங்கள் மணலில் ஒரு கோடு வரைவதற்குத் தகுதியானவை, ஆனால் நாம் செய்யும் நேரத்தின் 98 சதவிகிதம் அல்ல. இந்த உலகில் உண்மையிலேயே வலிமையானவர்கள் தங்கள் உரிமைகளை வழங்கத் தயாராக இருப்பதை நான் கண்டேன். பலவீனமானவர்கள் தங்கள் தரைக்காக போராடுகிறார்கள். எனக்குத் தெரிந்த மிகச் சிறந்த உதாரணம் இயேசு. பிலிப்பியர் 2:5, "உங்களுடைய மனப்பான்மை கிறிஸ்து இயேசுவைப் போலவே இருக்க வேண்டும்: அவர் இயற்கையில் கடவுளாக இருப்பதால், கடவுளுடன் சமமாக இருப்பதைக் கருத்தில் கொள்ளாமல், ஒரு வேலைக்காரனின் இயல்பை எடுத்துக் கொண்டு, தன்னை ஒன்றும் செய்யவில்லை."

என் வாழ்நாளில் உரிமைகளுக்காகப் போராடுவது உங்களை சில மோசமான முட்டாள்தனமான செயல்களைச் செய்ய வைக்கும் என்பதை நான் அவதானித்திருக்கிறேன். ஆபிரகாம் லிங்கன் வாழ்ந்த போது ஒரு பணக்காரர் ஒரு ஏழைக்கு \$2.50 கடன் கொடுத்தார், சிறிது காலத்திற்குப் பிறகு அந்த ஏழையால் திருப்பிச் செலுத்த முடியவில்லை, பணக்காரர் மிகவும் வருத்தமடைந்தார், அவர் லிங்கனிடம் சென்று பிரதிநிதித்துவம் கேட்டார். லிங்கன் வழக்கை எடுக்க விரும்பவில்லை, ஆனால் அவர் திரும்பி வந்து, நான் உங்களுக்கு என்ன சொல்கிறேன் என்று கூறினார். நீங்கள் எனக்கு முன் \$10 கொடுங்கள், நான் எடுத்துக்கொள்கிறேன். அந்த நபர் அவருக்கு \$10 கொடுத்தார், பிறகு லிங்கன் அந்த ஏழையிடம் சென்று \$5 கொடுத்தார். அவர் கூறினார், "நீங்கள் இதில் \$2.50 எடுத்து அவருக்கு திருப்பி செலுத்துங்கள், நீங்கள்

\$2.50 வைத்துக்கொள்ளலாம்" மற்றும் லிங்கன் \$5.00 பாக்கெட் செய்தார். அந்த மனிதன் \$2.50 திரும்ப பெற \$10 செலவழித்ததை நீங்கள் காண்கிறீர்கள்.

இதுபோன்ற முட்டாள்தனமான செயல்களை மக்கள் செய்வதில்லை என்று நீங்கள் கூறலாம். நான் சொல்வதை நீங்கள் நம்ப மாட்டீர்கள்

4. தாராள மனப்பான்மை கொண்டவராக இருங்கள்.

அதைத்தான் இயேசு செய்தார். நீங்கள் விஷயங்களை விட்டுவிடுகிறீர்கள், அது அழுத்தத்தை குறைக்கிறது. உங்கள் பிரார்த்தனை, உங்கள் பணம் மற்றும் உங்கள் திறமைகளில் தாராளமாக இருங்கள்.

5. மேன்மையுடன் கடவுளை மகிமைப்படுத்துங்கள்.

ஒரு நாளில் உங்களால் முடிந்ததைச் செய்யுங்கள், பிறகு படுக்கைக்குச் சென்று தலையணையில் தலையை வைக்கவும். நீங்கள் எவ்வளவு நன்றாக உணர்கிறீர்கள் என்பது ஆச்சரியமாக இருக்கிறது. உலகில் நாம் உணரும் சில மன அழுத்தம், நம்மால் முடிந்ததை நாம் செய்யவில்லை என்று தெரிந்தால், அது நம்மை ஆட்டிப்படைக்கிறது. உங்களால் முடிந்ததைச் செய்யுங்கள், பிறகு மன அழுத்தம் குறையும்போது நிவாரணத்தை உணருங்கள். அற்புதமான அருள் பாடம் #1108

#### கேள்விகள்:

1. கவலை பற்றிய எந்த அறிக்கைகள் உண்மை?

- g. \_\_\_\_ 40% கவலைகள் எப்போதும் ஏற்படுவதில்லை
- h. \_\_\_\_ 30 % மாற்ற முடியாத பழைய முடிவுகள்
- i. \_\_\_\_ 12% உண்மையற்ற விமர்சனத்தை அடிப்படையாகக் கொண்டது
- j. \_\_\_\_ மேலே உள்ள அனைத்தும்
- k. \_\_\_\_ மேலே எதுவும் இல்லை

2. அமைதி எங்கு காணப்படுகிறது?

- d. \_\_\_\_ அன்பான குடும்பம்
- e. \_\_\_\_ பொருளாதார பாதுகாப்பு
- f. \_\_\_\_ இயேசுவில்

8. இந்த உலகத்தில் உனக்கு கஷ்டம் வருமா?  
உண்மை \_\_\_\_\_ தவறான \_\_\_\_\_
4. இயேசு மன அழுத்த சூழ்நிலைகளில் இருந்ததால்
- d. \_\_\_\_\_ அவர் தவறாகப் புரிந்து கொள்ளப்பட்டார்
- e. \_\_\_\_\_ அவர் ஏற்றுக்கொள்ளப்படவில்லை
- f. \_\_\_\_\_ அவர் சோதிக்கப்பட்டார்
- ஈ. \_\_\_\_\_ அவருக்கு பல எதிரிகள் இருந்தனர்
- இ. \_\_\_\_\_ அவருடைய சீடர்கள் மெதுவாகக் கற்றவர்கள்
1. \_\_\_\_\_ மேலே உள்ள அனைத்தும்
9. ஏனெனில் இயேசு மன அழுத்தத்தை வென்றார்
- a. \_\_\_\_\_ யாரிடம் செல்ல வேண்டும் என்று அவருக்குத் தெரியும்
- i. \_\_\_\_\_ அவர் ஏன் பூமிக்கு வந்தார் என்பது அவருக்குத் தெரியும்
- j. \_\_\_\_\_ அவர் தனது உரிமைகளை விட்டுக்கொடுத்தார்
- k. \_\_\_\_\_ அவருக்கு ஒரு நோக்கம் மற்றும் கொடுக்க ஏதாவது இருந்தது
- l. \_\_\_\_\_ அவர் ஒரு நல்ல வேலை செய்தார்
- m. \_\_\_\_\_ மேலே உள்ள அனைத்தும்
- n. \_\_\_\_\_ பி மற்றும் டி
- o.
10. மன அழுத்தம் மற்றும் அழுத்தத்தை நாம் சமாளிக்க முடியும்
- j. \_\_\_\_\_ நம் வாழ்க்கையை கடவுளிடம் திருப்புதல்
- k. \_\_\_\_\_ வாழ்க்கையின் நோக்கத்தைப் புரிந்துகொள்வது
- l. \_\_\_\_\_ நமது உரிமைகளை விட்டுக்கொடுப்பது
- m. \_\_\_\_\_ தாராள மனப்பான்மை கொண்டவர்
- n. \_\_\_\_\_ கடவுளை மகிமைப்படுத்துதல்
- o. \_\_\_\_\_ மேலே உள்ள அனைத்தும்
- p. \_\_\_\_\_ a, c மற்றும் e
- q. \_\_\_\_\_ a, b மற்றும் e

r. \_\_\_\_ பி, டி மற்றும் இ

அத்தியாயம் 12

## கடனில் இருந்து விடுதலை

நமது நாளின் மிகவும் பொதுவான, அடிக்கடி மற்றும் ஆதிக்கம் செலுத்தும் கட்டுகளில் ஒன்று கடன். கடன் உண்மையில் மில்லியன் கணக்கான மற்றும் மில்லியன் கணக்கான அமெரிக்கர்களைப் பிடிக்கிறது. உண்மையில், எனக்கு தெரிந்த சில விலைமதிப்பற்ற நபர்கள் உள்ளனர், குறிப்பாக எனது தலைமுறை மற்றும் அதற்குக் குறைவானவர்கள், கடனில் கன்னம் இல்லாதவர்கள். மற்றவர்கள் கடனில் தலையின் உச்சியில் இருக்கிறார்கள், கிட்டத்தட்ட திவாலானார்கள்.

கடன் ஏன் இவ்வளவு தின்று கொண்டிருக்கிறது? நான் நிறைய ஆராய்ச்சி செய்து ஒரு முக்கிய காரணத்தை அடைந்தேன். நாம் சம்பாதிப்பதை விட அதிக பணத்தை செலவிடுகிறோம். சரி? அது ஆழமானதா? நமது ஏக்கங்கள் நமது வருமானத்தை விட அதிகமாகும். 1995 ஆம் ஆண்டு ஒரு கணக்கெடுப்பு, சராசரி அமெரிக்கர் அவர்கள் சம்பாதிக்கும் ஒவ்வொரு \$1,000க்கும் \$1,300 கடனில் வைப்பதாகக் குறிப்பிடுகிறது. அது தான் பிரச்சனையே. யாரோ ஒருவர் இவ்வாறு கூறினார்: "உங்கள் செலவு உங்கள் வருமானத்தை விட அதிகமாக இருந்தால், உங்கள் பராமரிப்பு உங்கள் வீழ்ச்சியாக இருக்கும்."

கடன் வாங்குவதன் விளைவாக தனிப்பட்ட மற்றும் வணிக திவால்களின் சாதனை எண்ணிக்கையாகும். லட்சக்கணக்கான குடும்பங்கள் பணத்துக்காக மிகவும் திணறுகின்றன, ஒவ்வொரு மாதமும் பெருகிய கடன் காரணமாக கடினமான சோதனையாக இருக்கிறது.

### கடனுக்கான காரணங்கள்

1. பேராசை. இந்த கடன் சங்கடத்தின் 95+ சதவீதத்தின் வேர் பைபிள் பேராசை என்று அழைக்கும் ஒரு பழங்கால விஷயம். நமது கலாச்சாரத்தில் "வான்டிடிஸ்" என்ற

தொற்றுநோய் உள்ளது. நம்மில் பெரும்பாலோருக்கு, நமது கடன் நமது தேவையால் அல்ல, மாறாக நமது பேராசையால் ஏற்படுகிறது. நமக்குத் தேவையில்லாத பொருட்களைப் பணம் கொடுத்து வாங்க விரும்புகிறோம், நமக்குப் பிடிக்காதவர்களைக் கவர வேண்டிய அவசியமில்லை. அது சரியில்லையா?

இதற்குக் காரணம், இந்த "வாண்டிடிஸ்" செய்தியால் நாம் குண்டடிபடுவதுதான். ஒரு மாணவர் உயர்நிலைப் பள்ளியில் பட்டம் பெறும் நேரத்தில், சராசரியாக 350,000 விளம்பரங்களைப் பார்த்திருப்பார். அந்த விளம்பரங்கள் அனைத்தும் மூன்றில் ஒன்றைச் சொல்கிறது; (அ) "அதிக விஷயங்களை வைத்திருப்பது எனக்கு மகிழ்ச்சியைத் தரும்," (அமெரிக்காவில் நமக்கு வாழ்க்கை, சுதந்திரம் மற்றும் மகிழ்ச்சியை வாங்குவதற்கு உத்தரவாதம் உண்டு என்பதை நினைவில் கொள்க); (ஆ) "அதிக விஷயங்களை வைத்திருப்பது என்னை முக்கியமாக்கும்." (என்னிடம் இருப்பது என்னை என்னவாக ஆக்கிறது என்பது பிசாசின் பழைய தந்திரம். "மாஸ்டர்கார்டு வைத்திருப்பது உண்மையில் உங்களை ஒரு சிறந்த நபராக மாற்றாது, மீண்டும், ஒருவேளை அது இருக்கலாம்") மற்றும் (c) "அதிக விஷயங்களை வைத்திருப்பது உன்னைப் பத்திரப்படுத்து." இவை அனைத்தும் பொய் என்று கடவுள் கூறுகிறார்.

அ) பொய் நம்பர் ஒன் - அதிக விஷயங்களைக் கொண்டிருப்பது எனக்கு மகிழ்ச்சியைத் தரும் - "பணத்தை விரும்புவனுக்கு ஒருபோதும் பணம் போதாது; செல்வத்தை விரும்புவன் தனது வருமானத்தில் ஒருபோதும் திருப்தி அடைவதில்லை. அவர்கள் உரிமையாளருக்கு அவர் கண்களுக்கு விருந்து கொடுப்பதைத் தவிர?" (பிரசங்கி 5:10-1)

b) பொய் எண் இரண்டு - அதிக விஷயங்களைக் கொண்டிருப்பது என்னை முக்கியமானதாக்கும் - ""எச்சரிக்கை! எல்லா வகையான பேராசையிலிருந்தும் எச்சரிக்கையாக இருங்கள்; ஒரு மனிதனின்

வாழ்க்கை அவனுடைய சொத்துக்களின் மிகுதியில் இல்லை. " (லூக்கா 12:15) )

c) பொய் எண் மூன்று - பொருட்களைக் கொண்டிருப்பது, அதிகமான விஷயங்கள், என்னைப் பாதுகாப்பாக வைக்கும். "தன் செல்வத்தை நம்புகிறவன் வீழ்வான், ஆனால் நீதிமான்கள் பச்சை இலையைப் போல செழித்து வளர்வார்கள்." (நீதிமொழிகள் 11:28) கடவுளுடைய வார்த்தை அதைத்தான் சொல்கிறது. நம்மில் பெரும்பாலோர் இன்னும் பொய்களை வாங்குகிறோம், நாங்கள் பொய்களை வாங்குகிறோம், நம்மிடம் இல்லாத பணத்தைக் கொண்டு பொருட்களை வாங்க விரும்புகிறோம், மேலும் "கடன்" என்று அழைக்கப்படும் விஷயத்திற்குச் செல்கிறோம்.

2. நாம் யாரோ நாம் இல்லை என்று பாசாங்கு இது கடன் வாங்குவது பற்றிய ஆழமற்ற மற்றும் தீங்கு விளைவிக்கும் பார்வை. ஒரு மாலுமியை அழிவுகரமான, பாறைக் கரைக்கு இழுக்கும் இனிமையான, சைரன் பாடலைப் போல கடன் நம்மை அழைக்கிறது. அழகான, சுருக்கமில்லாத வாழ்க்கையை அடைய கடன் வாங்குவதே வழி என்று பாடல் வரிகள் தெரிவிக்கின்றன. அப்பா, அம்மாவின் உடைகளை உடுத்தி, அவர்களை விட பெரியவர்கள் போல் நடிக்கும் சிறு குழந்தைகள் போல. கடன் என்பது நாம் இல்லாத ஒருவராக நடிக்க அனுமதிக்கிறது.

நீதிமொழிகள் 12:9-ல் கடனைப் பற்றி சாலமன் கூறியது இங்கே உள்ளது, "உணவு இல்லாதவனாக வேடமிடுவதை விட, யாராக இருந்தாலும் ஒரு வேலைக்காரனாக இருப்பது நல்லது." நீதிமொழிகள் 13:7 இல் அவர் கூறியது இதுதான், "ஒருவன் பணக்காரனாக பாசாங்கு செய்கிறான், ஆனால் ஒன்றும் இல்லை; மற்றொரு மனிதன் ஏழையாக பாசாங்கு செய்கிறான், ஆனால் பெரும் செல்வத்தை உடையவன்." அது உண்மையல்லவா?

படகு, ரோல்ஸ் ராய்ஸ், நகைகள் மற்றும் ஒரு ஆஸ்பென் வீடு ஆகியவற்றுடன் சில பையன்கள் திடீரென்று வயிற்றை உயர்த்துவதை நீங்கள் எப்போதாவது

காகிதத்தில் கவனித்திருக்கிறீர்களா? ஏன்? ஏனென்றால், அந்த எல்லாப் பொருட்களுக்கும் அவர் செலுத்த வேண்டியவை அதன் மதிப்பை விட அதிகம். மறுபுறம், சில மாதங்களுக்கு ஒருமுறை, அடக்கமான வாழ்க்கை முறைகளைக் கொண்ட ஒருவரைப் பற்றி நான் கண்டுபிடிப்பது போல் தோன்றுகிறது, அவர் ஒரு செல்வத்திற்கு மதிப்புடையவர். பார், முன்னவர் ஒரு பாசாங்கு செய்பவர், பிந்தையவர் உண்மையான விஷயம். பாசாங்கு செய்வதில் உள்ள சிக்கல் என்னவென்றால், விரைவில் அல்லது பின்னர், நீங்கள் கடனையும் நிறுத்த வேண்டும். விரைவில் அல்லது பின்னர், நீங்கள் அதை வட்டியுடன் செலுத்த வேண்டும்.

இப்போது நம்பினாலும் நம்பாவிட்டாலும், இந்த நாட்டில் கடன் பெறுவது மிகவும் கடினமாக இருந்த ஒரு காலம் இருந்தது. நம்புவது கடினம் என்று எனக்குத் தெரியும். இந்த நாட்டில் ஒரு காலத்தில் நீங்கள் செலவழிப்பதை குறைந்தபட்சமாக வைத்திருக்க முடியும், ஏனென்றால் உங்களிடம் பணம் இல்லாமல் போனால், நீங்கள் செலவழிப்பதை நிறுத்திவிடுவீர்கள். அது ஆசையை நிறுத்தவில்லை; அது உங்கள் செலவினங்களைத் தடுக்கிறது. முரண்பாடாக, நமது மத்திய அரசு தன்னிடம் இல்லாத பணத்தில் வாழத் தொடங்கிய அதே நேரத்தில், கடன் மற்றும் கடன் நடைமுறையில் அனைவருக்கும் கிடைத்தது. நாங்கள் அனைவரும் "எவ்ரெடி பன்னி" போல ஆனோம். நாம் செலவழித்து, செலவு செய்து, செலவு செய்து கொண்டே இருக்கிறோம். கடனைப் பற்றி எங்களுக்கு மிகவும் ஆழமற்ற மற்றும் தீங்கு விளைவிக்கும் பார்வை உள்ளது.

### **கடனில் இருந்து விடுபடுவதற்கான சிகிச்சைகள்**

காரணங்களை நீங்கள் கவனித்துக் கொள்ள முடிந்தால், நீங்கள் சிகிச்சை கண்டுபிடிக்க வேண்டும். பிறகு எப்படி காரணங்களை தாக்குவது? பத்தாவது கட்டளை, "நீங்கள் ஆசைப்படாதீர்கள்" என்று கூறுகிறது, மேலும் நீங்கள் ஆசைப்படக் கூடாத விஷயங்களின் நீண்ட வரிசையை பின்பற்றுகிறது. ரோமர்

13:9-ல் கூறப்பட்ட சட்டத்தை பவுல் சுருக்கமாகச் சொன்னபோது பேராசையை உள்ளடக்கியது, "அஞ்சியாதே' மற்றும் பிற கட்டளைகள் எதுவாக இருந்தாலும், இந்த ஒரு விதியில் சுருக்கமாக: 'உன்னிடத்தில் அன்புகூருவது போல் உன் அண்டை வீட்டாரையும் நேசி.'" பொருள்முதல்வாத, நுகர்வோர் சார்ந்த கலாச்சாரம், வெளிப்படையாகச் சொல்வதானால், அதைச் செய்வதை விடச் சொல்வது எளிது, ஆனால் அதைச் செய்ய முடியும். உங்கள் பேராசையைக் கையாள்வதில் மூன்று விஷயங்களைக் கருத்தில் கொள்ள வேண்டும்:

2. மற்றவர்களுடன் ஒப்பிடுவதை எதிர்க்கவும் ஒப்பிடுவது எப்போதும் பேராசைக்கு வழிவகுக்கிறது. அதனால்தான் பத்தாவது கட்டளையில், "உன் அயலான் வீட்டையோ, உன் அயலான் மாட்டையோ, உன் அண்டை வீட்டுக்காரனையோ ஆசைப்படாதே" என்று கூறுகிறது. நீங்கள் உங்கள் அண்டை வீட்டாருடன் ஒப்பிடத் தொடங்கும் போது, நீங்கள் ஆசைப்படுவீர்கள்.

"ஒவ்வொருவரும் அவரவர் செயல்களைச் சோதிக்க வேண்டும். அப்போது அவர் தன்னை வேறொருவருடன் ஒப்பிடாமல் தன்னைப் பற்றி பெருமை கொள்ள முடியும். (கலாத்தியர் 6:4) வேறொருவரிடம் இருப்பதைப் பார்த்து, அதற்கு ஆசைப்படாமல் இருக்க முடியுமா? நான் உண்மையில் கேட்பது என்னவென்றால், வாங்காமல் ரசிக்கக்கூடிய ரகசியத்தை நீங்கள் கற்றுக்கொண்டீர்களா? நான் அனுபவிக்கும் அனைத்தையும் நான் பெற வேண்டியதில்லை. நீங்கள் அனுபவிக்கும் அனைத்தையும் உண்மையில் சொந்தமாக வைத்திருக்க வேண்டிய ஒரு நபராக நீங்கள் இருந்தால், நீங்கள் நிரந்தரமாக துயரத்தில் இருக்கப் போகிறீர்கள். வாங்காமல் பாராட்ட கற்றுக்கொள்ளுங்கள். வேலியின் மறுபுறத்தில் புல் பசுமையாக இருந்தால்,

தண்ணீர் கட்டணமும் அதிகமாக இருக்கும் என்பதை நினைவில் கொள்ளுங்கள்.

2. கடவுள் உங்களுக்குக் கொடுத்ததைப் பற்றி மகிழ்ச்சியுங்கள்

கடவுள் உங்களுக்கு வழங்கியவற்றில் உங்கள் கவனத்தை செலுத்துங்கள்.

"ஒவ்வொரு நல்ல மற்றும் சரியான பரிசும் ஒளியின் தந்தையிடமிருந்து மேலிருந்து வருகிறது." (யாக்கோபு 1:17) அல்லது,

பிரசங்கி 5:19-ல் சாலமன் கூறியது போல்,

"...கடவுள் எந்த மனிதனுக்கும்

செல்வத்தையும் உடைமைகளையும்

கொடுத்து, அவற்றை அனுபவிக்கும் போது, ...

இது கடவுளிடமிருந்து கிடைத்த பரிசு."

கடவுள் கூறுகிறார், என் பரிசுகளை நான் உங்களுக்குக் கொடுப்பதைப் போலவே அனுபவியுங்கள். அதைத்தான் நாம் செய்ய வேண்டும்.

நீங்கள் எப்போதாவது அதற்கு

பலியாகியிருக்கிறீர்களா? "எப்போது,

பின்னர்" என்று நினைப்பது, "எனக்கு

\_\_\_\_\_ கிடைக்கும் போது, நான்

மகிழ்ச்சியாக இருப்பேன். உங்களுக்கான வெற்றிடத்தை நீங்கள் நிரப்பலாம். ஏதாவது

மாறினால், நான் மகிழ்ச்சியாக இருப்பேன் என்பது யோசனை. இல்லை, நீங்கள் செய்ய

மாட்டீர்கள். ஆமா, கொஞ்ச நேரம்

சந்தோஷமா இருப்பீங்க. கடந்த

கிறிஸ்துமஸில் நீங்கள் எதைப் பெற்றீர்கள் என்பது உங்களுக்கு நினைவிருக்கிறதா?

"எப்போது, பின்னர்" என்று நினைத்து,

உங்களை மகிழ்விக்க நீங்கள் என்ன

காத்திருக்கிறீர்கள்? அது என்ன, புதிய வீடு,

புதிய வேலை, புதிய கார், புதிய பதவி,

திருமணம்? "எப்போது, பின்னர்" என்று

நினைப்பது உங்களுக்கு மகிழ்ச்சியைத்

தராது. நான் எப்படி இருக்க

விரும்புகிறேனோ அதே அளவு மகிழ்ச்சி

அடைகிறேன், கடவுள் எனக்குக்

கொடுத்ததில் கவனம் செலுத்தும்போது.

3. எது உண்மையில் முக்கியமானது என்பதை நினைவில் வையுங்கள்

“எனவே, நாம் நம் கண்களை பார்ப்பதில் அல்ல, ஆனால் காணாதவற்றின் மீது வைக்கிறோம். ஏனென்றால், காணப்படுவது தற்காலிகமானது, ஆனால் காணாதது நித்தியமானது. (2 கொரிந்தியர் 4:18) வாழ்க்கையில் உங்கள் முன்னுரிமைகள் என்னவாக இருக்கப் போகிறீர்கள், உங்கள் கவனத்தை எங்கு செலுத்தப் போகிறீர்கள் என்பதை நீங்கள் தீர்மானிக்கும்போது, நீங்கள் எப்போதும் உங்களை நீங்களே கேட்டுக்கொள்ள வேண்டும், நான் பார்க்கலாமா? நீங்கள் அதைப் பார்க்க முடிந்தால், நீங்கள் தற்காலிகமான, தவறான விஷயத்தில் கவனம் செலுத்துகிறீர்கள்.

சுற்றும் முற்றும் பார்க்கும்போது, நூறு வருடங்கள் கழித்து நீங்கள் பார்ப்பது இங்கு இருக்காது என்பதை உணர்ந்து கொள்வது கொஞ்சம் நிதானமாக இருக்கிறது. கம்பளம், நாற்காலிகள், சுவர்கள், கட்டிடம், எங்கள் உடைகள், மக்கள் இங்கு இருக்க மாட்டார்கள். பவுல் முற்றிலும் சரி, "நீங்கள் அதைப் பார்க்க முடிந்தால், அது தற்காலிகமானது." நீங்கள் பார்க்கக்கூடிய அனைத்தும் இறுதியில் சிதைந்துவிடும், அது அழுகிவிடும், துருப்பிடித்து, தேய்ந்துவிடும், மேலும் நீங்கள் பார்க்க முடியாத விஷயங்களுக்கு மாறாக மறைந்துவிடும், அதாவது கடவுள் மற்றும் மற்றவர்களுடனான உங்கள் உறவு, அன்பு, நேர்மை, மதிப்புகள் மற்றும் உங்கள் ஆன்மா. நாம் என்ன செய்ய வேண்டும் என்பதைப் பார்க்க, பேராசையை விட்டுவிட்டு, உண்மையில் முக்கியமானது என்ன என்பதை நினைவில் கொள்ளுங்கள். நீங்கள் பேராசையை இப்படித்தான் சமாளிக்கிறீர்கள்.

அடுத்த மருந்தைப் பயன்படுத்துவதற்கு முன், பேராசையின் வேருக்கு நீங்கள் கோடாரியை வைக்க வேண்டும். நீங்கள்

பண மேலாண்மைக்கு முக்கிய பைபிள் கொள்கைகளைப் பயன்படுத்துகிறீர்கள். உங்கள் பேராசைப் பிரச்சனையை வெல்வதன் மூலம் இதயப் பிரச்சனையைச் சமாளிக்கும் வரை அது வேலை செய்யாது என்பதை நினைவில் கொள்ளுங்கள். ஆனால் உங்கள் பணத்தைப் பயன்படுத்துவதைப் பற்றி பைபிள் கற்பிக்கும் நான்கு பெரிய தூண்கள் உள்ளன.

அ. உங்கள் பணத்தை மெதுவாக சம்பாதிக்கவும், ஆனால் நிச்சயமாக. பணக்கார விரைவான திட்டங்கள் கிட்டத்தட்ட ஒருபோதும் வேலை செய்யாது. அவை ஒரு பத்து காசுகள், மேலும் அவை மிகவும் துல்லியமாக, "விரைவில் உடைந்து போ" திட்டங்கள் என்று அழைக்கப்படுகின்றன. நீதிமொழிகள் 13:11 கூறுகிறது, "கொஞ்சம் கொஞ்சமாய்ச் சேர்ப்பவன் அதை வளரச் செய்கிறான்." நீதிமொழிகள் 6:6 இல், சாலமன் ஒரு உருவகத்தைப் பயன்படுத்துகிறார், அதை நாம் அனைவரும் அடையாளம் காணலாம். "சோம்பேறியே, ஏறும்பிடம் போ; அதன் வழிகளைக் கருத்தில் கொண்டு ஞானமாக இரு! அதற்குத் தளபதியோ, கண்காணியோ, ஆட்சியாளரோ இல்லை, ஆனால் அது கோடைக்காலத்தில் தன் உணவுகளைச் சேமித்து, அறுவடையில் தன் உணவைச் சேகரிக்கிறது." ஏறும்புகளைப் போல இருங்கள், வேலை செய்து கொஞ்சம் கொஞ்சமாக சப்ளை செய்து சேமித்து வையுங்கள் என்றார்.

இப்போது நிச்சயமாக, சில தொழில்களில் மற்றவர்களை விட அதிக சம்பளம் கொடுக்கப்படுகிறது, ஆனால் உங்கள் விருப்பப்படி வேலை எதுவாக இருந்தாலும், ஒரு நல்ல வார வேலையில், அதிகபட்ச முயற்சியுடன் நியாயமான எண்ணிக்கையிலான மணிநேரங்களை வைத்து, உங்கள் பணத்தை சம்பாதிக்கவும்.

பி. தவறாமல் பணத்தை சேமிக்கவும். "சேவ்" என்ற சொல், நவீன அமெரிக்க பொருளாதாரத்தில் நடைமுறையில் மறக்கப்பட்ட வார்த்தையாகும். ஆனால் "கொஞ்சம் கொஞ்சமாக" கொள்கை சம்பாதிப்பதை மட்டும் குறிக்கவில்லை, இது சேமிப்பிற்கும் பொருந்தும். நீதிமொழிகள் 21:20-ல் சாலொமோன் சொல்வதைக் கேளுங்கள், "ஞானிகளின் வீட்டில் உணவும் எண்ணெயும் கிடக்கிறது, ஆனால் மூடனோ தனக்கு உண்டான அனைத்தையும் தின்றுவிடுவான்."

உங்கள் பிள்ளைகளுக்கும் பேரக்குழந்தைகளுக்கும் இதைக் கற்றுக்கொடுங்கள், அவர்களுக்கு நன்றாகக் கற்றுக்கொடுங்கள். ஒருவர் வருமானம் ஈட்டத் தொடங்கும் நாளே, அந்த நபர் ஒவ்வொரு முறை வருமானம் பெறும்போதும் அதைச் சேமித்துச் செய்யத் தொடங்க வேண்டும். அவர்கள் 14 வயதில் வருமானம் ஈட்டத் தொடங்கினால், சாலைகளில் காகிதங்களைத் தூக்கி எறிந்துவிட்டு, அப்போதே சேமிக்கத் தொடங்குங்கள். அவர்கள் 24 அல்லது 44 ஆக இருந்தால், அது ஒரு விருப்பம் அல்ல, அது ஒரு முன்னுரிமை. ஒரு தனிநபர் தனது வருமானத்தில் ஏழரை முதல் பத்து சதவிகிதம் வரை தவறாமல் சேமித்தால், அவர் அவசரநிலைகள், தற்செயல்கள், தற்காலிக வேலையின்மை மற்றும் ஓய்வு பெறுவதற்கு தயாராக இருப்பார். உங்கள் பணத்தின் மீது உங்கள் நம்பிக்கையையோ பாதுகாப்பையோ வைத்து நான் பேசவில்லை, உங்களால் பார்க்க முடிந்தால், அது எப்படியும் நடக்கும் என்பதை நினைவில் கொள்ளுங்கள். பணம் என்பது கடவுளின் பணிப்பெண்களாக நம் கைகளில் வைக்கப்பட்டுள்ள ஒரு கருவியை விட அதிகமாகவோ அல்லது குறைவாகவோ இல்லை.

சில வகையான சேமிப்புக் கணக்குகள் உட்பட சேமிப்பதன் மூலமும், எத்தனையோ

நல்ல முதலீடுகள் மூலமும் திருப்தி கிடைக்கிறது. ஆனால் சேமிப்பின் மூலம் மனநிறைவு கிடைக்கும். வரம்பு மீறி செலவு செய்யும் போது மன அழுத்தமும் பீதியும் வரும். ஒவ்வொரு எதிர்பாராத நிதி சவாலுக்கும் நாங்கள் பீதி அடைகிறோம், அமெரிக்கா முழுவதும் அந்த சூழ்நிலையில் மக்கள் வாழ்கின்றனர்.

c. தாராளமாக பகிருங்கள்.

இயேசு சொன்னார், “பூமியில் உங்களுக்காகப் பொக்கிஷங்களைச் சேர்த்துவைக்காதீர்கள்; ஆனால், அந்துப்பூச்சியும் துருவும் அழியாத, திருடர்கள் புகுந்து திருடாத பரலோகத்தில் உங்களுக்காகப் பொக்கிஷங்களைச் சேர்த்துவையுங்கள். உன் பொக்கிஷம் எங்கே இருக்கிறதோ, அங்கே உன் இருதயமும் இருக்கும்.” (மத்தேயு 6:19-21) இப்போது இயேசுவின் அந்த வார்த்தைகள் இரண்டு முக்கியமான விஷயங்களைச் சொல்கிறது: (அ) நம்முடைய பணத்தை எங்கே வைக்கிறோம் என்பதுதான் நம்முடைய பாசங்கள் இருக்கும் இடம். . இரண்டையும் உங்களால் பிரிக்க முடியாது) மற்றும் (ஆ) இறைவனின் பணிக்கு நாம் பணம் கொடுக்கும்போது, பரலோகத்தில் நமக்காக பொக்கிஷங்களைச் சேமித்து வைக்கிறோம். இப்போது நான் உங்களிடம் ஒப்புக்கொள்கிறேன், எனக்கு அது முழுமையாக புரியவில்லை. சொர்க்கம் என்றால் என்ன என்பதை நான் அறிவேன், அது ஒரு ஆன்மீக இடம். ஆனால் அவருடைய நன்மைக்காக இந்த பூமியில் நான் எதையாவது இழக்கிறேனோ, அது எப்படியாவது பரலோகத்தில் ஒரு வெகுமதியை அறுவடை செய்யும் என்று கடவுள் எனக்கு வாக்களிக்கிறார் என்பதை நான் அறிவேன்.

கடவுள் இஸ்ரவேல் புத்திரருக்கு 10% கொடுக்க வேண்டும். கிரிஸ்துவர் அவர்கள் செழிப்பு அடைந்ததைப் போலவே கொடுக்க

வேண்டும் என்று அவர் கோருகிறார், அது அதிகமாக இருக்கலாம், ஆனால் சில சூழ்நிலைகள் மற்றும் சூழ்நிலைகளில் அது குறைவாக இருக்கலாம். நாம் கொடுக்க விரும்புவதால் கொடுக்க வேண்டும் என்று கடவுள் எதிர்பார்க்கிறார், ஆனால் அது பணத்துடன் மட்டுப்படுத்தப்படவில்லை. நாமும் கொடுக்க வேண்டும். முழு மனதுடன் அவருக்கு அர்ப்பணிப்பதன் மூலம், மேலே உள்ள விஷயங்களில் நம் கவனத்தை செலுத்துவோம், மேலும் பொருள், அதிகாரம், பதவி அல்லது கௌரவம் ஆகியவற்றில் ஆசைப்படுவதைக் குறைக்கிறோம்.

### **பணம் கொடுப்பது எப்படி என்னை கடனில் இருந்து காப்பாற்றும்?**

நீங்கள் அவருக்கு எவ்வளவு அதிகமாகக் கொடுக்கிறீர்களோ, அவ்வளவு அதிகமாக கடவுள் உங்களை ஆசீர்வதிப்பார். இயேசு சொன்னார், "கொடுங்கள், அது உங்களுக்குக் கொடுக்கப்படும். ஒரு நல்ல அளவு, அழுத்தி, ஒன்றாக அசைத்து, உங்கள் மடியில் ஓடுகிறது." (லூக்கா 6:38) கடவுள் ஏதோ ஒரு ஸ்லாட் மெஷின் என்று அர்த்தம் இல்லை, நாம் அவரிடம் பணத்தைப் போட்டால், அவர் அதைத் திரும்பக் கொடுக்கப் போகிறார். அவர் எல்லா வகையிலும் நம்மை ஆசீர்வதிப்பார் என்று அர்த்தம், ஆனால் நீங்கள் அதை சோதிக்கிறீர்கள். யாரேனும் கடவுளுக்கு கொடுப்பதை நீங்கள் பார்த்ததுண்டா? யாரேனும் கடவுளுக்குக் கொடுப்பதை விட அதிகமாகக் கொடுப்பதை நீங்கள் எப்போதாவது பார்த்திருக்கிறீர்களா?

"வாங்குவதை விட கொடுப்பதே பாக்கியம்." அங்குள்ள எபிரேய வார்த்தையான "ஆசீர்வதிக்கப்பட்டவர்" என்பதற்கான அராமிக் வார்த்தையின் அர்த்தம் என்ன தெரியுமா? மகிழ்ச்சியான. நீங்கள் பெறுவதை விட கொடுக்கும்போது நீங்கள் மகிழ்ச்சியாக இருப்பீர்கள். அதுவும் நம்மில் பலருக்கு நேரில் தெரியும். இப்போது நீங்கள் எவ்வளவு மகிழ்ச்சியாக இருக்கிறீர்களோ, அவ்வளவு குறைவாக நீங்கள் மகிழ்ச்சியாக இருக்க பொருட்களை வாங்குவதற்கு பணம் செலவழிப்பீர்கள். வேறு வார்த்தைகளில்

கூறுவதானால், அந்த பணத்தை நீங்கள் கொடுக்கும்போது நீங்கள் எவ்வளவு மகிழ்ச்சியாக இருக்கிறீர்கள், உண்மையில் உங்களுக்குத் தேவையில்லாத விஷயங்களை விரும்புவதற்கு நீங்கள் குறைவாகவே விரும்புகிறீர்கள். எனவே, கொஞ்சம் கொஞ்சமாக பணம் சம்பாதிக்கவும், தவறாமல் சேமிக்கவும், தாராளமாகப் பகிரவும்.

மெய்யெழுத்து மற்றும் பொறுப்புடன் பட்ஜெட்.நாம் ஏற்கனவே ஆய்வு செய்துள்ளோம் என்பது வேதத்திலிருந்து தெளிவாகிறது, கடவுள் நம் கைகளில் வைக்கப்பட்டுள்ள அவருடைய சொத்துக்களைப் பற்றிய திட்டமிடல் மற்றும் பணிப்பெண்ணை எதிர்பார்க்கிறார். இன்னொன்று "என்ன மனிதன் முதலில் செலவைக் கணக்கிடாமல் ஒரு கோபுரத்தை உருவாக்குவான்." (லூக்கா 14) அவர் உங்களிடம் ஒரு திட்டம் இருக்க வேண்டும் என்று கூறுகிறார், கடன்றதாக இருக்க வேண்டும் என்ற விருப்பத்திற்கு ஒரு பட்ஜெட்.

இது ஒவ்வொரு கிறிஸ்தவனின் விருப்பமாக இருக்க வேண்டும். பைபிள் கடனை முழுமையாக நிறுத்தவில்லை, ஆனால் நீதிமொழிகள் 22:7 இல், "கடன் வாங்குபவர் கடன் கொடுப்பவரின் வேலைக்காரன்" என்று கூறுகிறது. யாரோ இப்படிச் சொல்கிறார்கள், இந்த உலகில் இரண்டு வகையான ஆண்கள் இருக்கிறார்கள், வட்டி சம்பாதிக்கும் ஆண்கள் இருக்கிறார்கள், வட்டிக்கு பணம் செலுத்தும் ஆண்களும் இருக்கிறார்கள். பிந்தையவர்கள் முந்தையவர்களுக்கு வேலைக்காரர்கள் என்று நான் உங்களுக்கு உறுதியளிக்கிறேன். இதற்கு சிறிது நேரம் ஆகலாம், ஆனால் நம்மால் முடிந்தவரை கடனில் இருந்து விடுபட வேண்டும் என்ற இலக்கை நாம் ஒவ்வொருவரும் கொண்டிருக்க வேண்டும்.

கேள்வி: எவ்வளவு போதுமானது? உங்கள் திட்டம் மூன்று அடிப்படை கேள்விகளைக் கேட்க வேண்டும்:

4. எனது குடும்பத் தேவைகள் என்ன?
5. நான் கடவுளுக்கு எவ்வளவு கொடுக்க விரும்புகிறேன்?

6. நான் எவ்வளவு சேமிக்க முடியும்?

கடன் நம்மை கட்ட வேண்டியதில்லை. ஆனால் பல வழிகளில் நிர்வகிக்கப்படாத கடன் பாவத்திற்கு ஒத்ததாக இருக்கிறது, அது எப்படி இருக்கிறது. அமேசிங் கிரேஸ் பாடம் #1203

**கேள்விகள்:**

1. இல்லாத போது செல்வந்தராகக் காட்டிக் கொள்வது தவறு; ஆனால், நீங்கள் இல்லாதபோது ஏழையாக நடிப்பதில் தவறில்லை.

உண்மை \_\_\_\_\_ தவறான \_\_\_\_\_

3. கடனுக்கான பொதுவான காரணம், வேர்

- e. \_\_\_\_\_ நோய்
- f. \_\_\_\_\_ கல்வி
- g. \_\_\_\_\_ வேலையின்மை
- h. \_\_\_\_\_ பேராசை

4. பேராசையின் பொய்கள்

- e. \_\_\_\_\_ அதிக விஷயங்களை வைத்திருப்பது எனக்கு மகிழ்ச்சியைத் தரும். (பிர. 5:10-11)
- f. \_\_\_\_\_ அதிக விஷயங்களை வைத்திருப்பது என்னை முக்கியமானதாக மாற்றும். (லூக்கா 12:15)
- g. \_\_\_\_\_ அதிகமான பொருட்களை வைத்திருப்பது என்னைப் பாதுகாப்பாய் ஆக்கும் (நீதி. 11:28)
- h. \_\_\_\_\_ மேலே உள்ள அனைத்தும்

5. கடன் தொல்லைக்கு மருந்து

- i. \_\_\_\_\_ உங்களிடம் உள்ள விஷயங்களை கையில் எடுத்துக் கொள்ளுங்கள், சுயக்கட்டுப்பாடு.
- j. \_\_\_\_\_ தன்னை மற்றவர்களுடன் ஒப்பிடுவதை எதிர்க்கவும். (கலா. 6:4)
- k. \_\_\_\_\_ கடவுள் வழங்கியவற்றில் கவனம் செலுத்தி மகிழ்ச்சியுங்கள். (யாக்கோபு 1:17; பிர. 5:19)
- l. \_\_\_\_\_ உண்மையில் முக்கியமானது என்ன என்பதை நினைவில் கொள்ளுங்கள். (2 கொரி. 4:18)

m. \_\_\_\_ மேலே உள்ள அனைத்தும்

n. \_\_\_\_ a, c மற்றும் d

o. \_\_\_\_ பி, சி மற்றும் டி

p. \_\_\_\_ a, b மற்றும் d

6. பின்வருவனவற்றில் பைபிள்

கொள்கைகள் யாவை?

i. \_\_\_\_ மெதுவாக பணம் சம்பாதிக்கவும்.  
(நீதி. 13:11; 6:6-9)

j. \_\_\_\_ தொடர்ந்து சேமிக்கவும். (நீதி.  
21:21)

k. \_\_\_\_ தாராளமாக கொடுங்கள். (மத்.  
6:19-21; லூக்கா 6:38)

l. \_\_\_\_ பட்ஜெட் பொறுப்பு. (லூக்கா 14:25-  
33)

m. \_\_\_\_ கடன் இல்லாமல் இருக்க ஆசை.  
(நீதி. 22:7)

n. \_\_\_\_ மேலே உள்ள அனைத்தும்

o. \_\_\_\_ மேலே எதுவும் இல்லை

p. \_\_\_\_ பி, சி மற்றும் டி

Electives Studies | தேர்ந்தெடுக்கப்பட்ட ஆய்வுகள்

[Planned Redemption](#) | திட்டமிட்ட மீட்பு

[What Shall We Do?](#) | நாங்கள் என்ன செய்ய வேண்டும்?

myth of Misery | துன்பத்தின் கட்டுக்கதை

[First Principles of Christ](#) | கிறிஸ்துவின் முதல் கோட்பாடுகள்

[Holy Spirit](#) | பரிசுத்த ஆவி

[Silence of the Scriptures](#) | வேதத்தின் மௌனம்

[Marriage and Divorce](#) | திருமணம் மற்றும் விவாகரத்து

[End of Time on Earth](#) | பூமியில் காலத்தின் முடிவு

Myths about Pain | வலி பற்றிய கட்டுக்கதைகள்

[Jehovah's Witnesses church](#) | கிபி 100க்குப் பிறகு போதனைகள் மற்றும் நடைமுறைகள்

[Today's Church Practices](#) | இன்றைய தேவாலய நடைமுறைகள்

[Teachings & Practices after AD 100](#) |

[Shadows, Types and Prophecies](#) | நிழல்கள், வகைகள் மற்றும் தீர்க்கதரிசனங்கள்கிபி

100க்குப் பிறகு போதனைகள் மற்றும் நடைமுறைகள்

[Compiling and Translating the Bible](#) | வலி பற்றிய கட்டுக்கதைகள்

Additional Studies | கூடுதல் ஆய்வுகள்

[Creation before Genesis](#) | ஆதியாகமத்திற்கு முன் படைப்பு

Myths about forgiveness | மன்னிப்பு பற்றிய கட்டுக்கதைகள்

Myths about Happiness | மகிழ்ச்சி பற்றிய கட்டுக்கதைகள்

[Lessons From The Cross](#) | சிலுவையிலிருந்து பாடங்கள்

[Daniel](#) | டேனியல்

[God's Sabbath](#) | கடவுளின் ஓய்வுநாள்

[God's Rebuilding Process](#) | கடவுளின் மறுகட்டமைப்பு செயல்முறை

[Greatest Questions Ever Asked](#) | இதுவரை கேட்கப்பட்ட மிகப்பெரிய கேள்விகள்

[Living For One Another](#) | ஒருவருக்காக ஒருவர் வாழ்வது

[Living The Maximum Life](#) | அதிகபட்ச வாழ்க்கையை வாழ்வது

[Promises Now and For Evermore](#) | இப்போதும் எவர்மோரிக்குமான வாக்குறுதிகள்

[Real Men are Godly Men](#) | உண்மையான மனிதர்கள் தெய்வீக மனிதர்கள்

[Wonderful Words Of Life](#) | வாழ்க்கையின் அற்புதமான வார்த்தைகள்

[Types and Metaphors](#) | வகைகள் மற்றும் உருவகங்கள்

Interesting but not required | சுவாரஸ்யமானது ஆனால் தேவையில்லை

[Outlined Bible](#) | சுருக்கமாக பைபிள்

[Summarized Bible](#) | சுருக்கமாக பைபிள்

LESSONS AND SERVICES PROVIDED BY INTERNATIONAL BIBLE KNOWLEDGE INSTITUTE ARE FREE OF CHARGE.  
YOU WILL NEVER BE ASK FOR TUITION OR ANY OTHER FEE. IBKI IS NOT AN ACCREDITED INSTITUTION.

சர்வதேச பைபிள் அறிவு நிறுவனத்தால் வழங்கப்படும் பாடங்கள் மற்றும் சேவைகள் கட்டணம் இலவசம். நீங்கள் ஒருபோதும் கல்வி அல்லது வேறு எந்த கட்டணத்தையும் கேட்க மாட்டீர்கள். IBKI ஒரு அங்கீகாரம் பெற்ற நிறுவனம் அல்ல.

கடவுளைப் பற்றியும் அவருடைய சித்தத்தைப் பற்றியும் மேலும் அறிந்துகொள்ள ஆர்வமுள்ள எவருக்கும் பைபிள் பாடங்கள் கிடைக்கச் செய்வதே நிறுவனத்தின் குறிக்கோள்.

பாடங்களை அச்சிட பதிவிறக்கம் செய்யலாம், ஆன்லைனில் படிக்கலாம் அல்லது தனிநபர்கள் அல்லது தேவாலயங்களால் மின்னஞ்சல் அமைச்சகத்தில் பயன்படுத்தலாம். சர்வதேச விவிலிய அறிவு நிறுவனத்தில் (IBKI) டிப்ளோமா பெற, ஒரு மாணவர் தேவையான நான்கு படிப்புகள் மற்றும் 7 தேர்ந்தெடுக்கப்பட்ட பாடங்களை முடித்திருக்க வேண்டும். மேம்பட்ட ஆய்வுகள் "BKS" (பைபிள் அறிவு அறிஞர்) விருதைப் பெற, ஒரு மாணவர் டிப்ளோமாவைப் பெறுவதோடு, அனைத்து தேர்வுப் பாடங்களையும் 7 கூடுதல் படிப்புகளையும் முடித்திருக்க வேண்டும். IBKI ஆனது வணிக நோக்கற்ற புத்தகங்கள் மற்றும் பாடங்களை அவற்றின் முழுமையிலும் மாற்றம் அல்லது கட்டணம் இல்லாமல் மீண்டும் உருவாக்க அனுமதி வழங்குகிறது.

Course One - The Message | பாடம் ஒன்று - செய்தி

[How Did Everything Get Here?](#) | எல்லாம் எப்படி இங்கு வந்தது?

[The Man Who Was God](#) | கடவுளாக இருந்த மனிதன்

[Christ - God's Mystery](#) | கிறிஸ்து - கடவுளின் மர்மம்

[Myths About God](#) | கடவுள் பற்றிய கட்டுக்கதைகள்

Course Two - Obedience To His Message | பாடம் இரண்டு - அவருடைய செய்திக்குக் கீழ்ப்படிதல்

[Time Before Christ](#) | கிறிஸ்துவுக்கு முன் காலம்

[Time Christ on the Earth](#) | பூமியில் கிறிஸ்துவின் நேரம்

[Time After Christ](#) | கிறிஸ்துவுக்குப் பின் காலம்

[Time to Decide](#) | முடிவெடுக்கும் நேரம்

[From Death Through The Cross To Life](#) | மரணத்திலிருந்து சிலுவையிலிருந்து வாழ்க்கைக்கு

Course Three - A New Spiritual Life In Christ | பாடம் மூன்று - கிறிஸ்துவில் ஒரு புதிய ஆன்மீக வாழ்க்கை

[Baptism into Christ](#) | பாடம் மூன்று - கிறிஸ்துவில் ஒரு புதிய ஆன்மீக வாழ்க்கை

[From Life to Death - Mortal Man](#) | வாழ்விலிருந்து இறப்பு வரை - மரண மனிதன்

[A Kingdom Not Made With Hands](#) | கைகளால் உருவாக்கப்படாத ஒரு ராஜ்யம்

[Servants In The Kingdom](#) | ராஜ்யத்தில் வேலைக்காரர்கள்

[Message From The Epistles](#) | நிருபங்களிலிருந்து செய்தி

[Worship God In Spirit and Truth](#) | ஆவியிலும் உண்மையிலும் கடவுளை வணங்குங்கள்

Course Four - Maturing In Christ | பாடம் நான்கு - கிறிஸ்துவில் முதிர்ச்சி அடைதல்

[Jesus of Nazareth](#) | நாசரேத்தின் இயேசு

[Life Of Christ](#) | கிறிஸ்துவின் வாழ்க்கை

[United in Christ](#) | கிறிஸ்துவில் ஐக்கியம்

[Spiritual Milk](#) | ஆன்மீக பால்

[Living Liberated](#) | லிவிங் லிபரேட்டட்

[Body, Soul, Spirit - Where Do They Go When You Die?](#) | உடல், ஆன்மா, ஆவி - நீங்கள் இறக்கும்போது அவை எங்கு செல்கின்றன?

[Revelation Of Jesus Christ](#) | இயேசு கிறிஸ்துவின் வெளிப்பாடு