



படம் 6.1 இனிப்புப் பண்டங்களும் மாமிச உணவுகளும்

மேலே படங்களில் காண்பிக்கப்பட்டிருக்கும் உணவுகளைப் பாருங்கள். அவற்றை இனம் கண்டு கொள்ளுங்கள். கேக், ஐஸ்கிரீம், சொக்கலட், மாமிசவகை அவற்றின் மத்தியில் உண்டு. அவ்வுணவுகள் மிகவும் சுவையானவை, சத்தானவை ஆயினும் கேக், ஐஸ்கிரீம் ஆகிய இனிப்புப் பண்டங்கள் நீரிழிவு நோயாளிக்கு கேடானது. மாட்டிறைச்சி, பன்றி இறைச்சி, சொசேஜஸ் ஆகிய உணவுகளும் இருதய நோயாளிக்கு வருத்தத்தினை ஏற்படுத்தும். அந்நோயாளிகள் அவ்வகை உணவுகளை உண்பதால் மேலும் நோயின் விளைவுகள் அதிகரிக்கும் அதனால் வெகுவிரைவில் மரணத்தைச் சந்திக்க வேண்டிய நிலை உருவாகும்.

இந்த உணவுகளைக் காணும் போது நம் எல்லோருக்கும் ஆசை ஏற்படுவதுண்டு. ஆசையை அடிப்படையாக வைத்து நாம் எடுக்கும் தீர்மானத்தின் விளைவு நல்லதாகவோ கெட்டதாகவோ அமைந்துவிடுகிறது. மேற்குறிப்பிட்ட நோயாளிகள் ஆசையின்படி செயற்பட்டால் அவர்களின் நோய்நிலைமை மேலும் ஆபத்தாகும்.

தொடக்கநூல் 3ம் அதிகாரத்தில், காணப்படும் பாம்பு பெண்ணை, ஆசைக்கு எவ்வாறு தூண்டுகிறது என்பதை 3 : 1 - 6 ல் உள்ள இறைவார்த்தைகள் எடுத்துக் காட்டுகின்றன.

பாம்பு : கடவுள் உங்களிடம் தோட்டத்திலுள்ள எல்லா மரங்களிலிருந்தும் உண்ணக்கூடாது என்றது உண்மையா?

பெண் - “தோட்டத்தில் இருக்கும் மரங்களின் பழங்களை நாங்கள் உண்ணலாம். ஆனால், தோட்டத்தின் நடுவில் உள்ள மரத்தின் கனியை மட்டும் நீங்கள் உண்ணக்கூடாது; அதைத் தொடவும் கூடாது மீறினால் நீங்கள் சாவீர்கள்; கடவுள் சொன்னார்.” (தொ. நூ 3 : 2-3)

பாம்பு - நீங்கள் சாகமாட்டீர்கள். ஏனெனில் அதிலிருந்து உண்ணும் நாளில் உங்கள் கண்கள் திறக்கப்படும். நீங்கள் கடவுளைப் போல நன்மை, தீமை அறிவீர்கள் என்பது கடவுளுக்குத் தெரியும்.

அந்தமரம் உண்பதற்குச் சுவையானதாகவும், கண்களுக்குக் களிப்பூட்டுவதாகவும், அறிவு பெறுவதற்கு விரும்பத்தக்கதாகவும் இருந்ததைக் கண்டு, பெண் அதன் பழத்தைப் பறித்து உண்டாள். அதைத் தன்னுடனிருந்த தன் கணவனுக்கும் கொடுத்தாள். அவனும் உண்டான்.

(தொ. நூ 3 : 6)

மேலேயுள்ள திருவிவிலியப் பகுதியில், பெண்ணிடமிருந்த 'ஆசை' பேசிய முறையை பின்வரும் விடயங்கள் எடுத்துக் காட்டுகின்றன.

- ✦ இந்த மரம் உண்பதற்குச் சுவையானது
- ✦ கண்களுக்கு களிப்பூட்டுவது
- ✦ அறிவு பெறுவதற்கு விரும்பத்தக்கது.

பெண் நன்மை தீமை பற்றி விளங்கிக்கொள்ளும் மரத்தின் கனியைப் பறித்து உண்பதற்கு முன்னரே, பழத்தின் சுவையையும் அது அறிவைப் பெறுவதற்கு சிறந்தது எனவும் முடிவு செய்து கொண்டாள். ஆசைக்கு அடிமைப்பட்டு அவள் தவறான தீர்மானம் எடுத்தாள் இதன் மூலம் நமக்கும் பல செய்திகள் கிடைக்கின்றன.

- ✦ ஆசைக்கு அடிமைப்பட்டு பிழையான தீர்மானம் எடுப்பது தவறானது.
- ✦ நாம் தீர்மானம் எடுக்கும் போது மனச்சான்றுக்குச் செவிசாய்த்து அதற்குக் கீழ்ப்படிய வேண்டும்.

இறைவன் அன்பான தந்தையாவார். எனவே அவர் தமது பிள்ளைகள் நல்வழியில் செல்ல அறிவு புகட்டுகின்றார். ஆதாம் ஏவாளுக்கு கூறிய அறிவுரை அதற்கு உதாரணமாகும்.

ஆனால் நன்மை தீமை அறிவதற்கு ஏதுவான மரத்திலிருந்து மட்டும் உண்ணாதே; ஏனெனில் அதிலிருந்து நீ உண்ணும் நாளில் சாகவே சாவாய்;

(தொ.நூ. 2:17)

காயினுக்குக் கொடுத்த அறிவுரைகள் இது தொடர்பான இன்னுமொரு உதாரணமாகும்.

ஆகவே ஆண்டவர் காயினிடம் “ நீ ஏன் சினமுற்றிருக்கிறாய்? உன் முகம் வாடியிருப்பது ஏன்?

நீ நல்லது செய்தால் உயர்வடைவாய் அல்லவா? நீ நல்லது செய்யாவிட்டால், பாவம் உன்மேல் வேட்கை கொண்டு உன் வாயிலில் படுத்திருக்கும். நீ அதை அடக்கி ஆள வேண்டும்.”

(தொ.நூ. 4: 6 - 7)

ஆதாம் ஏவாள் ஆசைக்கு அடிமைப்பட்டு நன்மை தீமை அறியும் மரமாகிய விலக்கப்பட்ட மரத்தின் கனியை உண்டனர். காயின் பொறாமையால் தனது சகோதரனைக் கொன்றான். பாவத்தில் விழுந்த ஆதிப்பெற்றோரிடமும், காயினிடமும் கடவுள் பின்வருமாறு வினவினார்.

(தொ.நூ. 3:11-19)	(தொ.நூ. 4:9)
<p><b>ஆதாமிடம் வினவுதல்</b>  “நீ ஆடையின்றி இருக்கின்றாய் என்று உனக்குச் சொன்னது யார்? நீ உண்ணக்கூடாது என்று நான் விலக்கிய மரத்திலிருந்து நீ உண்டாயோ?”</p> <p><b>பெண்ணிடம் வினவுதல்</b>  “நீ ஏன் இவ்வாறு செய்தாய்?”</p> <p>பெண் - “ பாம்பு என்னை ஏமாற்றியது நானும் உண்டேன்.”</p>	<p><b>காயினிடம் வினவுதல்</b>  “ உன் சகோதரன் ஆபேல் எங்கே?”</p> <p>காயின் - “எனக்குத் தெரியாது. நான் என்ன என் சகோதரனுக்குக் காவலாளியோ?”</p>

பாவத்தில் விழுந்த மனிதனுக்கு கடவுள் தண்டனை வழங்கினார்.

ஏவாளுக்கு  
தொ.நா.  
3:16

- ✦ உன் மகப்பேற்றின் வேதனையை மிகுதியாக்குவேன்.
- ✦ வேதனையில் நீ குழந்தைகளைப் பெறுவாய்.
- ✦ உன் கணவன்மேல் நீ வேட்கை கொள்வாய் அவனோ உன்னை ஆள்வான்.

ஆதாமுக்கு  
தொ.நா.  
3:17-19

- ✦ உன் பொருட்டு நிலம் சபிக்கப்பட்டுள்ளது.
- ✦ உன் வாழ் நாளெல்லாம் வருந்தி அதன் பயனை உழைத்து உண்பாய்.
- ✦ முட்செடியையும், முட்புதரையும் உனக்கு அது முளைப்பிக்கும்.
- ✦ வயல் வெளிப் பயிர்களை நீ உண்பாய்.
- ✦ நீ மண்ணிலிருந்து உருவாக்கப்பட்டதால் அதற்குத் திரும்புவாய்.

காயினுக்கு  
தொ.நா.  
4:11-12

- ✦ நீ சபிக்கப்பட்டிருக்கின்றாய்.
- ✦ நீ மண்ணில் பயிரிடும்பொழுது அது இனிமேல் உனக்குப் பலன் தராது.
- ✦ மண்ணுலகில் நீ நாடோடியாக அலைந்து திரிவாய்.

இறைவன் ஆதிப்பெற்றோருக்கும், காயினுக்கும் தண்டனை கொடுத்தது, கோபத்தினால் அல்ல, மாறாக அன்பினால் ஆகும். இச்செயற்பாடு பிள்ளைகள் குற்றம் செய்யும் போது அவர்களைத் தண்டிக்கும் பெற்றோரைப் போன்றதாகும். பெற்றோர் நாம் செய்யும் பிழைக்குத் தண்டனை வழங்கினாலும், அவர்கள் எம்மை அன்பு செய்கிறார்கள். எம்மை மன்னிக்கிறார்கள். அவ்வாறே இறைவனுடைய அன்பும், இரக்கமும் இருக்கும் என்பதை பின்வரும் வாக்குறுதிகள் எடுத்துக் காட்டுகின்றன.

‘உனக்கும், பெண்ணுக்கும் உண் வித்துக்கும் அவள் வித்துக்கும் பகையை உண்டாக்குவேன். அவள் வித்து உன் தலையைக் காயப்படுத்தும். நீ அதன் குதிங்காலை காயப்படுத்துவாய்’

(தொ.நூ. 3:15)

இந்த வாக்குறுதி மூலம் இறைவன் ஆதாமுக்கும், ஏவாளுக்கும் மீட்புப் பற்றிய எதிர்பார்ப்பைக் கொடுக்கிறார். ஒரு மீட்பரை அனுப்புவதற்கும் வாக்குப் பண்ணுகிறார்.

ஆண்டவராகிய கடவுள் மனிதனுக்கும், அவன் மனைவிக்கும் தோல் ஆடைகள் செய்து அவர்கள் அணியச் செய்தார்.

(தொ.நூ. 3:21)

அத்தி இலைகளைக் கொண்டு ஆடை தைத்து அணிந்திருந்த மனிதனுக்கு தோல் ஆடைகளைத் தயாரித்துக் கொடுத்ததன் மூலம் இறைவனின் இரக்கமும் அன்பும் வெளிக் காட்டப்படுகிறது. இச்செயற்பாடு இறைவனின் பராமரிப்பும் பாதுகாப்பும் மனிதனுக்கு உண்டு என்பதை விளக்குகிறது, பாவம் செய்த காயினுக்கும் இறைவன் அவ்வாறே இரக்கம் காட்டினார்.

“அப்படியன்று காயினைக் கொல்லுகிற எவனும் ஏழுமறை பழிவாங்கப்படுவான்” என்று சொல்லி, காயினைக் கண்டு பிடிக்கும் எவனும் அவனைக் கொல்லாமல் இருக்க ஆண்டவர் அவன்மேல் ஓர் அடையாளம் இட்டார்.

(தொ.நூ. 4:15)

குற்றவாளி ஒருவரின் வாழ்வின் உரிமையும் இறைவனுக்கே உரியது என்பது நமக்கு நினைவூட்டப்படுகிறது. நாம் நேரிய வழியில் நடப்பதற்கு எமக்கு அறிவுரை வழங்கி, உதவ பல வழிகள் உண்டு. அவற்றில் சில,

- ★ மனச்சான்று
- ★ ஆசிரியர்கள்

- ★ பெற்றோர், பெரியோர்
- ★ சமயத் தலைவர்கள்

நீரும், உமக்கு நேரிய வழிகாட்டி அறிவுரை கூறுபவர்களுக்கு செவிமடுத்து, கீழ்ப்படிந்து இறையாசீரைப் பெற்றுக் கொள்ள மனதில் உறுதி பூண வேண்டும்.

## நோவா

ஆதிப்பெற்றோர் காலம் தொடக்கம் இவ்வுலகில் பாவம் வளர்ந்தது. நோவாவின் காலம் நெருங்கும் போது அது உச்சக் கட்டத்தை அடைந்திருந்தது. அது தொடர்பாக திருவிவிலிய ஆசிரியர் இவ்வாறு கூறுகிறார்.

மண்ணுலகில் மனிதர் செய்யும் தீமைகள் பெருகுவதையும் அவர்களின் இதயச் சிந்தனைகள் எல்லாம் நாள் முழுவதும் தீமையையே உருவாக்குவதையும் ஆண்டவர் கண்டார்.

வானுலகின் கீழ் உயிருள்ள எல்லாவற்றையும் அழிப்பதற்காக மண்ணுலகின் மேல் வெள்ளப்பருக்கு வரச்செய்வேன். மண்ணுலகில் உள்ளவையெல்லாம் மடிந்துபோம்.

(தொ.நூ. 6:5-7, 6:17)

இவ்வுலகில் பாவம் வளர்ந்ததால் இறைவனே மனிதனை இப்பூமியிலிருந்து அழித்துவிட தீர்மானித்ததாக திருவிவிலிய ஆசிரியர் கூறுகிறார். எவ்வாறாயினும் இவ்விடத்தில் திருவிவிலிய ஆசிரியர் எடுத்துக் காட்ட முற்படுவது, பெருவெள்ளம் ஒன்றால் மனிதனை அழிக்கவன்று, மனிதன் மூலம் இவ்வுலகில் வளர்ச்சியடைந்த பாவத்தை அகற்றி புதுயுகம் ஒன்றை உருவாக்குவதற்கேயாகும். அப்புதுப்படைப்பின் ஆரம்ப கர்த்தா நோவா ஆவார். அவர் இவ் அழைப்பைப் பெற்றுக் கொள்ள ஏதுவான முக்கியமான காரணத்தை இவ்வாறு எடுத்துக் காட்டலாம். (தொ.நூ. 6:9)

- ✦ அவர் நீதிமான்
- ✦ அவரின் பரம்பரையில் அவரே குற்றமற்றவர்
- ✦ அவர் இறைவனோடு நல்லுறவை வளர்த்திருந்தார்

நோவா நீதிமானாகக் காணப்பட்டதால் அவரின் குடும்பத்தினர் அனைவருமே பெரியதொரு அழிவிலிருந்து மீட்கப்பட்டனர்.

உங்கள் ஒவ்வொருவரின் நேர்மையும், உண்மைத்தன்மையும்

- ✦ தனிப்பட்ட முறையில் உமக்கும்
- ✦ உமது குடும்பத்தினருக்கும்
- ✦ நமது நாட்டிற்கும்

நன்மையை ஏற்படுத்தும் என்பதை மனதில் கொள்க.

## செயற்பாடு

1. ஆசையினால் தவறான பாதையில் சென்ற உமது நண்பர் ஒருவருக்கு நீர் காட்டும் நல்வழிமுறைகள் ஐந்து தருக.
2. கட்டிளமைப்பருவத்தில் இருக்கும் நீர் ஆசைப்படுபவை சில கீழே தரப்பட்டுள்ளன. அவற்றால் உமக்கு ஏற்படும் நன்மை தீமைகளை எழுதுக.

ஆசைகள்	நன்மை	தீமை
1. கணனி		
2. இணையம்		
3. கையடக்கத் தொலைபேசி		
4. முகப்புத்தகம் (Face Book)		
5. அலங்காரம்		

3. நோவாவைப் போன்று நீதிமானாக வாழ, உமது வாழ்க்கையில் கடைப்பிடிக்க வேண்டிய பண்புகள் ஐந்து எழுதுக.
4. இன்றைய சமுதாயத்தில் பாவம் படிப்படியாக வளர்கிறது என்பதற்கு உதாரணங்கள் ஐந்து எழுதி, அவற்றை நீக்க நீர் கூறும் ஆலோசனைகள் ஐந்து எழுதுக.

### வாழ்க்கைக்கு

- † ஆசைகளுக்கு அடிமையாகாதிருப்போம்.
- † மனச்சான்றின் குரலொலிக்கு விழிப்போடு இருப்போம்.
- † பெற்றோர், பெரியோரின் அறிவுரைகளுக்கு கீழ்ப்படிவோம்.
- † நோவாவைப் போன்று நேர்மையாளராக வாழ்வோம்.