

వంటిట్లో మరణము



గ్రంథకర్త : పాస్టర్. జో క్రూస్

Copyright © 2008, 2021
by Lu Ann Crews

All rights reserved.
Printed in India.

Published by:
Amazing Facts India
Post Box No 51
Banjara Hills, Hyderabad
Telangana, 500034

www.AmazingFactsIndia.org

వంటిట్లో మరణము

గ్రంథకర్త : పాస్టర్. జో క్రూస్

1వ అధ్యాయము

ఆరోగ్యము - ఒక ముఖ్య ప్రాధాన్యత

క్రాన్నెళ్ళ క్రిందట భారతదేశములోని ఒకానొక పట్టణములో ఒక సర్వే జరిగింది. అక్కడ నివాసముంటున్న ప్రతి యొక్కరూ దాదాపు 156 ప్రశ్నలకు బదులిచ్చారు. అయితే అక్కడ వెలుగు చూసిన ఆసక్తికరమైన అంశమేమంటే, ఆ ప్రాంత పెద్దలలో ఎవరికినీ అక్కడి రాజకీయాల పట్ల గాని, చరిత్ర పట్ల గాని, ఐశ్వర్యం పట్ల గాని, వాతావరణం పట్ల గాని పెద్దగా ఆసక్తి లేదు గాని, “ఆరోగ్యం - తమ ఆరోగ్యం, వారి కుటుంబ ఆరోగ్యం” పట్ల మాత్రమే వారు శ్రద్ధాసక్తి కలిగినట్లు కనబడింది. ఎంత దయనీయమైన స్థితిలో మనము జీవిస్తున్నామో చూడండి! వైద్యశాస్త్రం ఎంతగానో అభివృద్ధి చెంది, ఎంతో మంది డాక్టర్లు, ఆసుపత్రులు, అనేక రకాల మందులు, వైద్య శాస్త్ర పరిజ్ఞానం, చికిత్సా విధానాలు, ఆధునిక పరికరాలు, వైద్య సదుపాయాలు, రోగ నిర్ధారణ పరీక్షలు, ఆపరేషన్ సౌకర్యాలు, మాత్రలు విటమిన్లు మొదలగునవి ఉన్ననూ, ఈ మానవ కుటుంబమును కలిచివేసే జబ్బులు, రోగాలు తెగుళ్ళు పట్టి పీడిస్తూనే ఉన్నాయి.

దీనికి తోడు లక్షలాది మంది, తినకూడని పదార్థాలను తినుట వల్లనూ, త్రాగుట వల్లనూ సరైన ఆహార నియమాలు పాటించకపోవుట వల్లనూ సరైన ఆహార నియమాలు పాటించకపోవుట వల్లనూ అనేక దుష్ప్రభావాలకు లోనగుచున్నారు. పలురకాల నొప్పులతో బాధపడుతూ సతమతమౌతున్న ప్రపంచంలో మనం జీవిస్తున్నాం. వ్యాధి బాధలతో జనులు చేసే “ఆక్రంధనలే” నేటి సమాజానికి ఆనవాళ్ళుగా మారాయి.

వైద్యశాస్త్రంలో అద్భుత ఆవిష్కరణలు జరుగుచునే యున్ననూ, సమాజాన్ని పట్టి పీడిస్తున్న ఆరోగ్య సమస్యలు, దిగజారుతున్న ఆయుష్కాలము మన సమాజం ఎదుర్కొంటున్న భయంకరమైన సవాళ్ళు.

ప్రశ్నార్థకమవుతున్న అంగహీనతలకు, అకాల మరణాలకు పరిశుద్ధ గ్రంథము (బైబిలు)లోనే సరళమైన చక్కని సమాధానం దొరుకుతుంది.

నిర్గమకాండము 15:26లోని దేవుని హెచ్చరికకు చెవియొగ్గి యున్నట్లైతే, నేడు లక్షలాది మంది ప్రాణాలతో ఉండేవారు. “మీ దేవుడైన యెహోవా వాక్కును శ్రద్ధగా విని ఆయన దృష్టికి న్యాయమైనది చేసి, ఆయన ఆజ్ఞలకు విధేయులై ఆయన కట్టడలన్నిటిని అనుసరించి నడచిన యెడల, నేను ఐగుప్తీయులకు కలుగజేసిన రోగములలో ఏదియు మీకు రానియ్యను, నిన్ను స్వస్థపరచు యెహోవాను నేనే అనెను.”

ఈ మాటలు “మన మరణ దినమును వాయిదా వేసికొనగలమని” చాలా స్పష్టముగా చాటి చెప్పుచున్నవి. అన్నపానముల విషయములోనూ, ఆరోగ్యము విషయములోనూ దేవుని చట్టమును గైకొనువారు రోగముల బారిన పడరు లేదా తప్పించుకొందురు. గొప్ప తెగులు చేతనే గాని రోగముల చేతనే గాని అనేకులు సమాధులలోనికి దిగిపోవుట దేవుని చిత్తము కాదనే సత్యాన్ని ఈ వాక్యము సుస్పష్టముగా తెలియజేయుచున్నది. ఆయన ఎల్లప్పుడూ మనలను శరీరమందును, మనస్సునందును, ఆత్మయందును వర్ధిల్లుమనే కోరుచున్నాడు.

అటువంటిప్పుడు మనమెందుకని పలు బాధలు, వ్యాధులతో నేడు అలమటిస్తున్నాము? దీనికి సమాధానమొకటే, దాదాపుగా జనులందరూ తమ నియమాలను మీరుచున్నారు. ఈ ప్రకృతికి ఎటువంటి ధర్మనియమమున్నదో, మన శరీరానికీ అటువంటి ధర్మనియమాలున్నవి.

వాటిని మన మూహించగలము. “మనుష్యుడు ఏమి విత్తునో ఆ పంటనే కోయును” (గలతీయులకు 6:7). ప్రకృతి ధర్మము మనకు తెలియజేస్తున్నదేమంటే, ఒకడు ఇంటి పైకప్పు నుండి క్రిందకు పడితే భూమికున్న ఆకర్షణ శక్తి వలన అతనిని భూమి తన వైపుకు లాక్కుంటుంది తప్ప పడిపోయే వ్యక్తి యొక్క వయస్సుగాని, స్త్రీయా లేక పురుషుడా అని గాని, ధనికుడా - దరిద్రుడా అని గాని, అతడు సమాజంలో ఎన్నికైన వాడా లేక నీచుడా అని గాని అది పట్టించుకోదు. పడినవాడు గాయపడినా లేదా చచ్చినా అది గ్రహించదు. అలాగే శరీరం కూడా తన ధర్మాన్ని మీరి, దానికి విరుద్ధమైన దానిని చేసిన యెడల తప్పక దాని పర్యవసానాన్ని మన మనుభవించాల్సిందే. అది వ్యాధి కావచ్చు లేదా మరణమే కావచ్చు.

మన మనుభవించే ప్రతీ ఫలితానికీ ముందు ఒక కారణముంటుంది. అది దేవుని ఉప దేశములను లోతుగా అధ్యయనం చేసిన వారికీ, ప్రపంచ ప్రస్తుత ఆరోగ్యపోకడలను పరిశీలించిన వారికి ఇందులో స్థితిలో అర్థము కానంత మర్మమేమి లేదని ఇట్టే తెలిసిపోతుంది. కేన్సర్ వ్యాధి వికృతంగా విస్తరించి పోవడం చూసి నిపుణులు విస్తు పోతున్నారు. నయం కావేమో అనుకున్న భయంకర వ్యాధులు మాత్రం ఆశ్చర్యకరంగా తగ్గుముఖం పడుతుండగా, మరికొన్ని వ్యాధులైతే పూర్తిగా అదుపు చేయబడుతుండగా, కేన్సర్ మాత్రం విజృంభించడం ఆందోళన కలిగిస్తుంది. ఇందుకోసం విపరీతమైన ధనం వినియోగించి, విస్తారమైన ప్రయోగ పరిశోధనలు నిర్వహిస్తున్నను కొంత మేరకు దుష్పరిణామాలను అధిగమించ గలుగుతున్నారేమోగాని, ప్రాణాపాయాన్ని తప్పించలేక పోతున్నారు.

భారతదేశ వాసుల ధూమపాన సరళిని జాగ్రత్తగా పరిశీలిస్తే ఊపిరితిత్తుల కేన్సర్ నిదానంగా ఎలా పెరుగుతున్నదో మనం గ్రహించగలం. ప్రాణాంతకమైన ఈ పొగపీల్చే విధానానికి “నో (వద్దు)” అని చెప్పే నైతిక స్థైర్యం కూడగట్టుకోవడం వరకూ ఇది అధిక సంఖ్యాకులను చుట్టూముట్టేలా విస్తరించి పోతూనే ఉంటుంది. అయితే మనకు వస్తున్న సంగతి కొద్ది మందికే తెలుసు. ఈ రకంగా విస్తరిస్తున్న కేన్సర్ రకాలలో సగానికి పైగా దాని చుట్టూ ఉన్న కాలేయం, పిత్తాశయం (పైత్యరస గ్రంథి), చిన్నప్రేగు, పెద్దప్రేగు జీర్ణాశయములలోనే కనబడుతున్నాయి.

ఈ “కేన్సర్” వ్యాప్తికి కారణాలు మనలో దాదాపు అందరికీ తెలుసు. పొగాకు సంబంధిత పదార్థాలైన వాటి వలన సంభవించే ఊపిరితిత్తుల కేన్సరును మినహాయిస్తే, మిగతా అన్ని రకాల కేన్సర్లకు మన “కడుపే” కేంద్రమన్నది విస్తుగొలిపే వాస్తవం. డా. జేమ్స్ ఈవింగ్ (అమెరికా కేన్సర్ సొసైటీ వ్యవస్థాపకులలో ఒకరు) “The Prevention of Cancer (ప్రివెన్షన్ ఆఫ్ కేన్సర్)” కేన్సర్ నివారణ అనే పుస్తకంలో ఒక సందేశాన్నిస్తూ, యెడతెగక కడుపును దుర్వినియోగపర్చడం ద్వారా ఈ కేన్సర్ను వస్తుందని చెప్పారు. అనగా వివిధమైన ఆహారపదార్థాలతో తనను నింపుకోవాలన్న “కడుపు కోరిక”లే ఈ కేన్సర్కు మూలకారణం. అయితే అసహజమైన ఉదర బలహీనత వల్ల కూడా కొంతమేర ఈ బాధ కలుగుతుంది. ఈ రెండు కారణాల వల్ల (అనగా “కడుపు కోరిక, ఉదర బలహీనత”) వల్ల ఈ కేన్సర్ ప్రభావితమవుతుంది అనేది గుర్తించబడిన సత్యం. కడుపేమి రాగి కవచం చేత కప్పబడలేదు గాని ఒక రకమైన సాగే లక్షణం గల సున్నితమైన కణజాలం చేత తయారైంది. ఈ

సమాచారాన్ని బట్టి తెలుసుకున్నదేమంటే కడుపుమీద దాడి చేసే అన్ని రకాల పదార్థాలను అనివార్యంగా మానెయ్యకపోతే ఈ కేన్సర్‌ను అదుపు చేయడం అంత సులభం కాదు.

భారతీయ వాసుల (పెద్దలు, చిన్నలు) కడుపులో ఏం జరుగుతుందో చూస్తే, ఒక్కొక్కరికొకటి విషయాలు, రక్తం గడ్డకట్టిస్తాయి. అద్భుతమైన రుచి కలిగి ఉందా! లేక “తిన్న తరువాత” మధురానుభూతిని మిగుల్చుతుందా!” అనేదే పెద్ద వరీక్ష. 50% మించిపోయిన ఊబకాయలు ఏటా 21 కోట్ల రూపాయలు కేవలం తమ తిండికే ఖర్చు చేయడం, ఒక్క తగ్గించుకునేందుకు ఆయా వ్యాయామ పరికరాలకు ఖర్చు చేయడం ఆశ్చర్యాన్ని కలిగిస్తుంది.

అద్భుతమైన సత్యమేమిటంటే, సగటున ఒక్కొక్క భారతీయ వాసి సంవత్సరానికి 675 కేజిల ఆహారం తింటున్నాడట, (అనగా రోజుకు రెండు కేజిల ఆహారం). యేడాది పొడవునా ప్రతి రోజూ ఇంచుమించు 60 లక్షల మంది రోగులు భారతీయ ఆసుపత్రులలో చేరుతున్నారంటే ఇదే కారణం అనడంలో ఏ సందేహం లేదు. మీరు సరిగ్గా గమనిస్తే అర్థమయ్యే ఒక విషయం ఏమిటో తెలుసా? “DEATH (డెత్)” అనగా మరణము. ఈ ఆంగ్లపదం “EAT (తినుట)” అనే ఆంగ్లపదంతో ఉంది. అంటే మనం తినే తిండి మన చావును నిర్దేశిస్తుంది.

“Paul Bragg” అనే పాక ప్రవీణుడు తన “పాక పుస్తకం”లో ఇలా వ్రాసాడు. “ప్రతి వ్యక్తి అనుదినమూ తాను తినే ఆహారం తోనే శరీరాన్ని విషతుల్యం చేసుకుంటున్నాడు”. అంతేకాదు అనేకులు తమ కళ్ళతోనే తింటున్నారు. అంటే కంటికింపుగా కనిపిస్తే చాలు అది ఆరోగ్య కరమా - ప్రాణంతకమా అన్నది ఆలోచించకుండా ఆరగించేస్తున్నారు. అతి కొద్ది

మంది మాత్రమే ఆహార నియమాలు పాటిస్తూ తమ శరీరాలకు తగిన దానిని ఎంచుకుని లేదా తగిన ఆహారం కోసం కొంత సమయాన్ని వెచ్చించినా సరే తమను ఆరోగ్యంగా, బలంగా ఉంచే ఆహారం తీసుకుంటున్నారు. పుట్టిన శిశువు నుండి వృద్ధుడైన వాని వరకూ ఎవరూ కూడా సహజమైన ఆహార రుచిని తెలుసుకో లేని స్థితికి నేడు ప్రపంచం దిగజారిపోయింది. ఈ అసహజ, కృత్రిమ పద్ధతుల ద్వారా తయారు కాబడిన, నోరూరించే ఆహారాలు, కొన్ని తరాలుగా మన సున్నితమైన రుచి మొగ్గలను కలుషితం చేస్తూ ఉన్నాయి. దాని ఫలితంగా మనలో అనేకులు సహజమైన ఆహారపు సున్నితత్వాన్ని, మాధుర్యాన్ని ఆఘ్రాణించ లేక పోతున్నారు. దీనికి ఇంకో కారణం ఏమంటే ఆహార పదార్థాలు నిల్వయుంచబడుట, ఆధునిక మానవుని కోరికలకు తగినట్లుగా, అదనపు రుచులు, జోడించడం, తీపి, పులుపు, ఉప్పు, ఎండబెట్టుట, లేవనం రంగులద్దడం, వేయించడం, నూనెలు కలపడం, మెత్తగా నూర్చబడిన, చిన్న చిన్న ముక్కలుగా కోయబడిన, మషాల పొడులు కలుపబడిన, ఆవిరిమీద లేక పొగ సెగమీద ఉడికించిన, మాడ్చిన, రుబ్బిన, దంచబడిన, మొదలైన పద్ధతుల ద్వారా తయారు చేయబడిన ఆహార పదార్థాలు సిద్ధమౌతున్నాయి. ఇంత జరిగినా ఈ కాలపు మనుషులకు అవి సంతృప్తిని కలిగించపోవడంతో తయారు చేయు వారు ఇంకా ఏదైనా వినూత్నంగా తయారు చేసి మనిషి యొక్క భోజన ప్రియత్వానికి తగినట్లు చూడగానే తినాలిపించే విధంగా తయారు చేస్తున్నారు.

అవాక్కయ్యే సంగతేంటో చూడండి. అమెరికాలో రోజుకు 25 టన్నుల “ఆస్పిరిన్”ను ప్రజలు మింగేస్తున్నారు. జాతీయ పరిశీలకులు తెలిపిన ప్రకారం ఒక వ్యక్తికి రోజుకు 2 1/4 వంతు “మాత్రలు” సరిపోతుందట.

వారంలో ప్రతి రోజూ ఆ మోతాదు చొప్పున మ్రింగేందుకు దాదాపుగా అందరూ సిద్ధమవుతున్నారు. ఎవరికైనా ఆ దినానికి ఆ మోతాదు అందకపోతే ఇంకెవరో దానికి రెట్టింపు తీసుకుపోయి వుంటారని రూఢిగా నమ్మవచ్చు.

భారతీయుల జీవన శైలిలో ఈ ఆరోగ్య సంబంధమైన మరో విడ్డూరం ఏమిటంటే, ఎవరైనా శుత్రువులు తమకు ఏదైనా హాని తలపెడుతున్నారన్న భయం కంటే, ఏ అనారోగ్యం కలుగుతుందోనన్న దిగులుతోనే వారు జీవిస్తూ ఉంటారు గాని తమకు ఏదో ఒక రోగం వచ్చి పడేంత వరకూ తిండి విషయమైన జాగ్రత్తలు పాటించడం లేదట. మరో ఆశ్చర్యకరమైన విషయం, ఏమనగా, దేశంలో అమ్మబడుతున్న మందుల విలువలో 95% తమ రుగ్మతలను బాగు చేసుకునేందుకునూ, కేవలం 5% మాత్రమే ముందు జాగ్రత్త కోసం వాడే మందులకు ఖర్చు చేస్తున్నట్లు తేలింది. ఇదెంత అవివేకమో చూడండి. అయినా కాని చాలా మంది ఈ విషయంలో జాగరూకతతో, సరియైన ఆలోచన చేయడం లేదనే చెప్పవచ్చు.

ఇవన్నీ గమనిస్తుంటే, ఒకానొక సారి స్పెయిన్ లోని చారిత్రక ప్రదేశాలను సందర్శించడానికి వచ్చిన ఒక యాత్రిక బృందం గుర్తొస్తుంది. ఒకానొక పర్వత శిఖరం మీద ఒక మఠాన్ని వారు సందర్శించాలనుకున్నారు. అక్కడికి వెళ్ళుండుకు ఉన్న ఏకైక మార్గం ఏదంటే, ఒక బుట్టలో ఒకరు కూర్చుంటే, ఆ కొండపైనున్న సన్యాసులు దానిని గిలక ద్వారా పైకి లాగుతారు. ఆ ప్రాంతాన్ని చూశాక తిరిగి అదే విధంగా క్రిందికి దిగాలి. ఆ సమయంలో వారు క్రిందికి దిగుతుండగా, దానికి కట్టబడిన త్రాడు పిగిలి పోతున్నట్లు గమనించారు. వారిని క్రిందికి

దించుతున్న సన్యాసిని “ఈ త్రాడును ఎన్నిసార్లు మార్చుతుంటారు?” అని అడుగారు. అందుకతడు “అది పిగిలి పాడైన ప్రతిసారీ” అని బదులిచ్చాడు. దిగుతున్న వారికది అంత సౌకర్యంగా లేదు. పైకి ఎక్కుతున్నప్పుడు వారికది కనబడలేదు గాని, దిగేటప్పుడు మాత్రం దాని చూచి క్రింద వరకూ క్షేమంగా దిగగలమో లేదోనన్న భయం వెంటాడింది.

వైద్యశాస్త్ర వరిశోధకులు మన ఆహారంతోనే ఆరోగ్యం మెరుగుపరచుకునే అనేక రకాల ఆవిష్కరణలు చేస్తున్నారు. మన శరీరమనే యంత్రం దానికి మనం అందించే ఇంధనానికి తగ్గినట్లుగానే పనిచేస్తుంది. అలాగే అది చేయబడింది. జీవకణం, రక్తం, ఎముకలు, నరాలు వాటి నాణ్యత - పనితీరు మన తీసుకునే పోషకాహార విలువల పైనే ఆధారపడి ఉన్నాయి. ఇందుకు సంబంధించిన పాత సామెత ఒకటుంది. ఏదనగా, “పళ్ళతోనే ప్రజలు తమ సమాధులు త్రవ్వొంటారు”.

2వ అధ్యాయము

మన దేహములు మన సొత్తు కావు

మన మతానికి దీనికి ఉన్న సంబంధమేమిటా? యని కొందరు ఆశ్చర్యపోతుంటారు. మన ఆహారపుటలవాట్లతో దేవునికి నిమిత్తమేమి? అది మనిషి యొక్క వ్యక్తిగత విషయం కదా! అలాంటప్పుడు ఆయన మన పట్ల ఎలా జాగ్రత్త చూపగలడు? లాంటి అనేక ధర్మ సందేహాలు తలెత్తుతూ ఉంటాయి. నిజమే ఇవి విస్మరించలేని

సందేహాలే / ప్రశ్నలే.

అదృష్టవశాత్తూ, మన సృష్టికర్త సమాధానం లేని ప్రశ్నలుగా వీటిని విడిచి పెట్టలేదు. “కాబట్టి మీరు భోజనము చేసిననూ, పానము చేసిననూ, మీరేమి చేసిననూ, సమస్తమునూ దేవుని మహిమ కొరకే చేయుడి” **1 కొరింథీయులకు 10:31**. ఇది ఆశ్చర్యకరమే కాదా!? మన దేహాన్ని ఎప్పుడు, ఎలా, దేనితో పోషించుకోవాలనే విషయమై దేవునికెంతో శ్రద్ధగలదని గ్రహించాలి సునిశితమైన మన దేహాన్ని ఏదోలా నిర్బంధించేసి దాని మానాన అది పనిచేసుకుంటుందిలే అన్నట్లు చేయలేదు దేవుడు. మన దేహము పై తన ఆధిపత్యమును దేవుడెన్నడూ విడువ లేదు. దాని ఉత్పత్తినీ మరువలేదు.

ఇందు విషయమై అపోస్తలుడైన పౌలు ఇలా వ్రాస్తున్నాడు. “మీ దేహము దేవుని వలన మీకు అనుగ్రహింపబడి, మీలోనున్న పరిశుద్ధాత్మకు ఆలయమైయున్నదని మీరెరుగరా? మీరు మీ సొత్తుకారు. విలువ పెట్టి కొనబడిన వారు గనుక మీదేహముతో దేవుని మహిమ పరచుడి” **1 కొరింథీయులకు 6:19, 20**. దీని ప్రకారం తెలియజేయబడుచున్న దేమనగా, మన దేహ సంరక్షణా బాధ్యత, ఆత్మీయావసరమే గాక నైతికావసరమని అర్థము. మన శరీరం (దేహం) మన ఆధీనంలో ఉన్నదనియనుకుంటున్నాముగాని నిజానికది మనది కాదు. దేవుని సొత్తయిన దానికి మనము కాపరులమన్నది గ్రహించాల్సిన వాస్తవము.

‘నా సొంత శరీరమునకు కావలసినట్లు చేసుకోవడం నాయిష్టం. నా వ్యక్తిగత విషయం’ అని చెప్పుకునే హక్కు ఏ ఒక్కరికీ లేదు. “దేవుని పరిశుద్ధాత్మకు నివాసమైయున్న ఈ దేహాలయమును

పాడుచేయుట ద్వారా దేవుని పొత్తును దోచుకుంటున్న వారము కాగలము”. సంఘానికి, సంఘ సభ్యునికీ అపోస్తలుడైన పౌలు తెలియచేసేదేమనగా, “మీరు దేవుని ఆలయమైయున్నారనియు, దేవుని ఆత్మ మీలో నివసించుచున్నాడనియు మీరెరుగరా? ఎవడైననూ దేవుని ఆలయమును పాడు జేసిన యెడల, దేవుడు వానిని పాడు చేయును, దేవుని ఆలయము పరిశుద్ధమైనది. మీరు ఆ ఆలయమైయున్నారు” (1 కొరింథీయులకు 3:16, 17). దేవుని సొత్తును పాడు చేయుట ఏ మానవునికీ తగదని ఇది మనకు స్థిరపరచుచున్నది.

అయితే ఒక సాధారణ సగటు మానవునికి, తన శరీరము గురించి గాని, దాని కొరకు తీసుకునే జాగ్రత్త గురించి గాని యే మేరకు తెలుసు? తన గూటిలోని కోడిపిల్లను గురించి గాని, తన యింటిలోని పెంపుడు కుక్కపిల్లను గురించి గాని తెలిసినంతగా తన కన్న కొడుకు యొక్క జాగ్రత్తను గూర్చి యే తండ్రి ఈనాడు మనసుంచుట లేదన్నది విచిత్రమే అంతేనా నేటి సగటు మనిషి తాను వాడుతున్న మొబైల్ ఫోను యొక్క అవసరాలేంటో తెలుసుకున్నంతగా తన సొంత శరీరావసరాలు లేక కుటుంబ అవసరాలు తెలుసుకోలేక పోతున్నాడు. తీర్చలేక పోతున్నాడు, పవిత్రమైన తన శరీరాలయమును ఇంతగా అశ్రద్ధ చేయడానికున్న కారణం ఏమైయుండవచ్చు? బైబిలులో ఇయ్యబడిన నియమ నిబంధనావళికి తగినట్లుగా మన శరీరమును కాపాడవలసియున్నాము, పోషించవలసియున్నాము. పొందిక చేయవలసియున్నాము. అప్పుడే మనకు వాగ్దానము చేయబడిన దీవెనలు పొందుకోగలము. బాధకరమైన విషయమేమంటే అనేకులు (అమెరికన్లు) కేవలము తమ క్షుదాకాంక్షను (తినడం, త్రాగడం కొరకైన కోరిక) తీర్చుకోవడంలోనే

నిమగ్నమైపోతున్నారు.

శరీరపోషణకు మరియు సంరక్షణకు ఏయే మార్గదర్శకాలు బైబిలులో ఇవ్వబడినవి? “ఆహారము కాని దాని కొరకు మీరేల రూకలిచ్చెదరు? సంతృప్తి కలుగజేయని దాని కొరకు మీ కష్టార్జితమునెందుకు వ్యపరచెదరు?” (యెషయా 55:2) అని దేవుడడుగుచున్నాడు. “మంచి పదార్థములను భుజించుడి” యని ఆయన మనకు సూచిస్తున్నాడు. అయితే ఏది మంచిదో మనమెట్లు తెలిసికొనగలము? రుచిని బట్టిగాని, రంగునుబట్టిగాన, లేదా ఆకట్టుకునే వ్యాపార ప్రకటనలను బట్టి గాని, రంగును బట్టిగాని అది సాధ్యపడదు. (దేశంలోని) ప్రజలనేకులు టెలివిజను మోసగాళ్ళ మాయమాటలలో చిక్కుకుని త్వరగా తమ ఆకలి తీర్చే లేదా తమ బుట్టలను వివిధ రకాల సరుకులతో నింపే పద్ధతులనే అనుసరిస్తున్నారు. పదార్థములోని పోషకము కన్నా అది చూపునకు, రుచికి ఇంపుగా ఉండే దానినే జనం యిష్టపడుతున్నారు. పక్షి కూనలు తమ తల్లి పక్షులు తెచ్చి పెట్టే ‘ఎర’ కొరకు ఎదురుచూచునట్లు, వివేచన కోల్పోయి వినీయోగదారులు కూడా దువ్యాపారస్తుల మోసపు మాటలకే మొగ్గు చూపుతున్నారు.

3వ అధ్యాయము

దేహ నిర్మాణకుడి మార్గదర్శి పుస్తకము

సంక్లిష్టమైన ఈ శరీర వ్యవస్థలకు తగిన ఏకైక మార్గము ఉంది. దానిని నిర్మించిన వానీయొద్దనే అది దొరుకుతుంది. నిర్మించిన వాడే వ్యవస్థల పనితీరును దాని ఉత్పత్తి క్రమమును నిర్దేశించే ఉత్తమ

పుస్తకము (సూచనల) నీయగలడు. వాహనాల తయారీదారుడే ఆ వాహనానికి (చక్కని పనితీరుకు) అవసరమయ్యే అన్ని వనరులూ సమకూరే విధానాలు గల పుస్తకాన్ని అందిస్తాడు.

దేవుడు మనలను నిర్మించినపుడే, మన శరీర ధర్మాలకు అనుగుణ్యమైన విధానాలను, పనితీరుకు అవసరమయ్యే ఇంధనాలను (ఆహార పదార్థాలను) పొందుపరిచాడు. ఈ విషయాలను **ఆదికాండము 1:29లో** గమనించండి. “ఇదిగో భూమి మీదనున్న విత్తనములిచ్చు ప్రతి చెట్టును, విత్తనములిచ్చు (వృక్ష) పలములు గల ప్రతి వృక్షమును మీకిచ్చియున్నాను. అవి మీకు ఆహారమగును.” దీనిని గ్రహించి వృద్ధినొందించిన వాడెవడునూ లేడు. పండ్లు, కూరగాయలు, గింజలు, ధాన్యాదులు అత్యున్నతమైన పోషకాహారముగా నేడు గుర్తించబడుచున్నవి. నిజ దేవుని చేత నిర్దేశించబడిన (నిర్మించబడిన) నిర్మితమయిన మన శరీరాలకు, ఉత్తమమైన శాఖాహారము నందించుటలో ఎవరునూ అయిష్టత చూపకూడదు. ఆదియందే అవి మనకొరకు సృజించబడినవి. అయితే పాప శాపము వృద్ధినొందుచున్న కారణముగా అవి పరిమాణంలోనూ, శక్తిలోనూ కృశించి పోతున్నాయి. అయితే జ్ఞానియైన దేవుని వాస్తవిక యేర్పాటును యే శాస్త్రజ్ఞుడూ, యే వాదమూ సవాలు చేయలేకపోతున్నాయి. కానీ, సాధారణమైన ఈ మౌలికాంశాన్ని (దేశంలోని) ప్రజలు విస్మరించడం గమనించండి.

ఈనాడు భోజనాన్ని ఆరగించే సగటు మనిషి యొక్క కంచం ఆయా మాంసకృత్తులతోను, పిండి పదార్థాలతోను వివిధ రకాలైన పిండి వంటకాలతోను నిండిపోతున్నది. ఆదిలో దేవుడు మాంసాహారాన్ని ఉపయోగించనియ్యలేదు, జల ప్రళయానంతరం కూర మొక్కలు,

పండ్లు, చెట్లు నాశనమైన పిదప మాత్రమే మాంసాహారం మొదటిసారిగా ఇచ్చినట్లు కనబడుతుంది. అది కూడా కొన్ని రకాలకు చెందినదే. నోవాహుకు దేవుడీలాగున ఆజ్ఞాపించాడు. “పవిత్ర జంతువులలో ప్రతి జాతి పోతులు ఏడును, పెంటులు ఏడును; పవిత్రములు కాని జంతువులలో ప్రతి జాతి పోతును - పెంటును రెండును

(అదికాండము 7:2) మానవ చరిత్రలోని తొలి అంకమందే ఇయ్యబడిన, పవిత్రాపవిత్ర జంతువుల ధర్మ నియమాన్ని, భావయుక్తమైన సత్యాన్ని ఎప్పటికీ మరువరాదు. చాలా మంది, ఈ అపవిత్ర జంతుమాంసం తినకూడదన్న నియమం ఇశ్రాయేలీయులకు లేదా యూదులకే గాని మనకు కాదు అని అనుకుంటూ ఉంటారు. అలా అనుకోవడం సరికాదు. నోవహు దినాలలో యూదులేరి? అయినా పవిత్రా పవిత్ర వేర్పాటు స్పష్టముగా చెప్పబడింది కదా! ఎందుచేత పవిత్ర జంతువులను ఎక్కువగా ఓడలోనికి వంపారు? ఎందుకనగా, ఆహారమునకు అవసరమయ్యే కూర మొక్కలు, ఫలవృక్షాలు నాశనము కానున్నాయని దేవునికి తెలుసుకనుకనే, మాంసాహారమును దేవుడు మానవునికి అనుగ్రహించాడు. అదికూడా పవిత్ర జంతువుల వల్ల కలిగినది మాత్రమే. ఒక వేళ నోవహు కుటుంబము అపవిత్ర జంతువుల మాంసమే గనుక తిని వుంటే ఆ జాతి నేడు అంతరించి ఉండేదే ఎందుకంటే అవి ఒక జత (ఆడ, మగ) మాత్రమే ఓడలోకి చేర్చబడ్డాయి. కాని పవిత్ర జాలి జంతువులు మాత్రం ఏదేసి జతల చొప్పున ఓడలోకి ఏర్పబడ్డాయి. ఆ విధంగా అవి ఆహారం కొరకు నియమించబడ్డాయి. తప్ప అదే క్రమంలో కొనసాగి అంతరించి పోవడానికి కాదు.

కాబట్టి ఆదియందలి జంతుజాతులలో కొన్ని అపవిత్ర జంతువులన్నది

వాస్తవము. అయితే పవిత్ర-అపవిత్ర అనే వాటి మధ్య విభజన రేఖ నేవిధంగా నిర్ణయించగలము? దేవుడు దీనికి సంబంధించిన వివరణ మనకివ్వకుండా విడిచి పెట్టలేదు. **లేవీయకాండము 11:3-11లో** వాటికుండవలసిన లక్షణాలను స్పష్టముగా తెలియజేసాడు.

“జంతువులలో ఏది డెక్కలు గలరైనెనురు వేయునో దాని తినవచ్చును. నెమరు వేయు వాటిలోను, రెండు డెక్కలు గల వాటిలోను వీటిని తినకూడదు... ఒంటె నెమరు వేయును. గాని దానికి రెండు డెక్కలు లేవు గనుక అది మీకు అపవిత్రము. వేటి రెక్కలు, పొలుసులు ఉండవో అవి యున్నియూ మీకు హేయములు వాటి మాంసమును తినకూడదు. వాటిని కళేబరములను హేయములుగా ఎంచుకొనవలెను.”

4వ అధ్యాయము

అపవిత్రమైన పంది మాంసము

మనమెంత భాగ్యవంతులము, మనలను సృజించిన దేవుడు మనము తినదగినవి, తినగూడనివి యగు ఆహారములను గూర్చి ఎంత చక్కగా సూచించాడో కదా! ఎందుకని కొన్ని పవిత్రములని యెంచబడినవో మరికొన్ని అపవిత్రములని ఎంచబడినవో మనమైతే వివరించలేము గాని, సృష్టికర్తయైన దేవుడు మన యెడల ప్రేమ గలిగి, వాటిని మన కొరకు నియమించి ప్రకటించుచున్నాడని మాత్రము విశ్వసించగలము. డెక్కలు చీలియుండక లేదా నెమరు వేయకయున్నవి అన్నియూ మనకు తినకూడనివియే.

దేవుడు హేయములని ఎంచిన వాటిపట్ల క్షుదాకాంక్ష (తినవలెనన్న

కోరికను సాతానుడు మనకు రగిలించుటలో ఆశ్చర్యమేమైన యున్నదా? దేవుడిచ్చిన ఆహారనియమాన్ని ఉల్లంఘించుట వలన ఏదైనా రోగము, తెగులు సంభవించుననుటలో ఆశ్చర్యము కలిగించదా? హేయమైన పంది మాంసము తినడమే దేవుని సునిశితమైన ఆహార నియమాన్ని ఉల్లంఘిస్తున్నారనుటకు సరియైన ఉదాహరణ, మిగతా అపవిత్ర జంతుజాతులమాట అటుంచి, పంది మాంసం ఎట్టి పరిస్థితులలోనూ ఆహారముగా తగినది కాదని, శాస్త్రయుక్తమైన ఋజువులెన్నో మనకున్నాయి. "Trichina" అని పిలువబడే ఒక అతిసూక్ష్మమైన పురుగువంటిది పంది మాంసములో ఉంటుంది. పంది మాంసము తినుట వల్ల ఆ పురుగు మన శరీరంలోకి ప్రవేశించి, Trichinosis అనబడే ఒక రోగం వస్తుంది. దీని ఫలితంగా, మెదడు వాపు, ఉబ్బురోగం, జ్వరంతో కూడిన కండరాల నొప్పులు మొదలైనవాటి వల్ల ఇబ్బందులకు గురౌతాము, ప్రభుత్వాలు ఆ మాంసాన్ని తనిఖీ చేయడం లేదని హెచ్చరిస్తున్నాయి. 'Readers Digest' అనేక పత్రిక, ఒకసారి శరీరంలో ప్రవేశించిన క్రిమిని నాశనం చేసి రోగం నయం చేయడం సాధ్యమయ్యేది కాదని నొక్కి చెబుతుంది. "పంది మాంసం ఎంత మాత్రమూ సురక్షితము కాదు" అని "ట్రీకినోసిస్" వ్యాధినుద్దేశించే చెబుతున్నారు. ఆ వ్యాధికి మందు లేదు. చికిత్స దొరకదు. ఒక్క ముద్ద పంది మాంసము తింటే చాలు, అది మరణానికి లేదా జీవిత కాల నొప్పులు బాధలకు గురిచేస్తుంది. శరీరావయావాలన్నీ ఆ బాధలకు గురికావలసిందే తప్ప ఎట్టి పరిస్థితులలోనే నయం కాదు. మన శరీర కండరాల క్రిందనూ కణజాలంలోనూ వ్యాపిస్తుంది. అది మన మఱనానికి గాని, లేదా కంతి యేర్పడి జీవితాంతం నిద్రావస్థలోకి వెళ్ళుతుంది. ఏ

మందులూ పనిచేయనందు వల్ల వైద్యుని నిందించకూడదు. వైద్యులు చేయగలిగినదేమనగా, రోగి యొక్క బలం తగ్గకుండా, నొప్పులు మరింత వేధించకుండా మాత్రమే చేయగలరు (Readers Digest, మార్చి, 1950

ఈ లక్షణాలు ఎలా వుంటాయోనన్న భయానికి సాధారణ వ్యక్తి గురియౌతాడు. కానీ, “బ్రికినోసిస్” నేరుగా బాధించడమే కాకుండా శరీరంలోని ఇతర రోగాలను ప్రేరేపించే ఉత్పేరకం గానూ పనిచేస్తుంది. అందువలన చెయ్యి, కాలు మొదలైన భాగాలలో కీళ్ళనొప్పుల వంటివిగాని, ఎక్కువగా కనిపించవచ్చు. వెన్నులోను, పైత్యరస గ్రంథులలోనూ బాధలు కలిగించవచ్చు. దానిని “బ్రికినోసిస్” వ్యాధిగా చెప్పవచ్చు.

వాషింగ్టన్ ఆరోగ్య శాఖాధికారియైన డా. శామ్యూల్ సి. గార్డ్ గారు బ్రికినోసిస్ వ్యాధి పై అధ్యయనం చేసి తెలిపినదేమిటంటే, “అమెరికా సగటు వినియోగదారుడు తన జీవిత కాలంలో 200 రకాలకు పైగా పంది మాంసముతో చేయబడిన ఆహారపదార్థాలను తింటున్నాడు. అది కేవలం అమెరికా ప్రభుత్వము చే ధృవీకరించబడినదని మాత్రమే అనుకుంటున్నారు గాని “బ్రికినోసిస్” రహితమని చెప్పబడినది మాత్రము కాదు. బ్రికినోసిస్ రహితమని ధృవీకరించాలంటే మాంసము యొక్క ప్రతి (సెంటి మీటరు) ముక్కనూ సూక్ష్మ దర్శినిలో పరీక్షించవలసియుంటుంది. మరి అది సాధ్యమవుతుందా?...

ప్రజారోగ్యసేవాధికారులు వినియోగదారులకు ఇచ్చే సూచనేమిటంటే, పందిమాంసమును వండుకునేటప్పుడు అధిక ఉష్ణోగ్రత వద్ద ఎక్కువ సేపు ఉడికిస్తేనే అందులోనున్న “బ్రికినా” క్రిమి నశిస్తుంది. ఒక పరిశోధకుడు తెలియజేస్తున్నదేమంటే, నశించిన క్రిములను తినడం ఏమి అంత

ఇబ్బందికరం కాదు. అది అపవిత్రమైనది, హేయమైనదియని దేవుని ధర్మశాస్త్రము చెబుతుండగా, క్రైస్తవులెందుకు ఆ యాహారము పట్ల వ్యమోహితులై దేవుని తీర్పును పొందగోరుచున్నారు? ఇంకొకడు, “అది అపవిత్రమైనదేనని దేవునికి తెలిసినపుడు దానినెందుకాయన సృజించాలి?” అంటున్నాడు. తన అంతరాత్మ సాక్షియే దానికి సమాధానమిస్తుంది. పేడ, మలము వంటి వాటిని తిని బ్రతికే పండులతో పాటు పాములు, బుజార్డ్లు, సివంగులు మొదలైనవి భూమి మీద ఉండే విసర్జితాలను శుభ్రపరిచే జీవులు, ప్రతి జీవికి తగిన పని, నియమించబడినది. అయితే జీవులన్నీ ఒకదానికొకటి సాటి కావు. మనుష్యునికి ఆహారముగ నుండ తగవు. అవి మనుష్యు జ్ఞానమునకు అందనివైననూ, మనుష్యునికి కలుగు ప్రతి సందేహమునకూ దేవుని యొద్ద ఉపాయము దొరుకును, పాత నిబంధన చట్టాలలో పరిశుభ్రతను పాటించుటకు అవసరమయ్యే ఎన్నో వాదనలు ముందుకొచ్చాయి. ఆ పారిశుధ్యకార్యమును చక్కబెట్టుటలో పందిది తగిన స్థానము. ఒకడు నేలమీద చరించే జంతువులు, జలచరాలు అంతగా కలుషిత కాలేదని భావిస్తున్నాడు కానీ నేడు రసాయన ప్రభావితమవుతున్న వాతావరణం, నేల, నీరు ప్రభుత్వ సూచనల మేరకే కలుషితమవుతున్నాయి.

పర్యావరణ వేత్తలు విరివిగ వాడబడుతున్న ఈ ప్రమాదకర క్రిమి సంహారక మందుల వల్ల కలిగే నష్టాలను అనుక్షణం తెలియజేస్తూనే ఉంటున్నారు. ఏ కారణమూ మనలను ఒప్పించలేక పోయినా అపవిత్ర జంతువులు మాత్రం అపవిత్రంగానే ఎంచబడును. ఇందును గూర్చి దేవుని వాక్యం మనకు స్పష్టంగానే ప్రకటిస్తుంది. యెషయా ఇలా వ్రాస్తున్నాడు.. “ఆలకించుడి. మహా కోపముతో ప్రతికారము

చేయుటకును, అగ్ని జ్వాలలతో గద్దించుటకును... తమ్మును ప్రతిష్ఠించుకొనుచు పవిత్రపరచుకొనుచున్న వారై పంది మాంసములను, పంది కొక్కులను తినువారును ఒకడునూ తప్పుకుండ నశించును. ఇదే యెహోవా వాక్కు” (యోషయా 66:15-17).

ఈ వాక్యము, యేసు యొక్క రెండవ రాకడను గూర్చి ప్రస్తావిస్తున్నది. అంతేకాక, ఆయా జంతువుల సహజ లక్షణము ఎంత మాత్రమూ మార్పు చెందదు, తినుటకు తినుటకు యుక్తమూ కాదు. చిట్ట చివరిగా యేసు వచ్చు ఆ దినము వరకూనూ ఆ విధముగానే యుండును. పందియు, పందికొక్కునూ అదే రకమైన అపవిత్రత కలిగియుంటూ ఉన్నవి. వాటిని తినువారును వాటివలెనే నాశనమగుదురు. అది ప్రతి యొక్కరూ గ్రహించగల భాషలో చెప్పబడలేదని అనువారెవరూ లేరు.

5వ అధ్యాయము

తినుటకు యోగ్యముకాని సముద్రపు ఆహారము

1వ వీయకాండము 11వ అధ్యాయము లో, నీటి యందుండు జీవులలో వేటికి రెక్కలు, పొలుసులు ఉండునో అవియే తినదగినవని గమనించగలము. అవికాక మిగిలినవన్నీ దేవునికి హేయమైనవి. నత్తవంటి, 'గుల్ల'లో నుండునవి, రొయ్య, పీత, మలుగుపాము, వాలుగ చేప, పీత' వంటి పెంకు జాతి చేపలు, గాజు రొయ్య మొ॥ తినకూడనివి. ఇవి నీటిలోని (మృత కళేబరాలు, ఇతర వృద్ధాలు తినే) పారిశుద్ధ్య కార్మిక జీవులగుట వలన తినుటకు నిషేధించబడినవి.

గుల్లలలో జీవించు జీవులు మరియు ఇతర జలచరాల యొక్క దేవుని

సమీక్షల, శాస్త్రీయంగా అంగీకార యుక్తమైన కారణాలు ధ్వనిస్తున్నాయి, వీటి జీవనశైలిలో ఇవి ప్రధానంగా నీటియందరి మురుగును, మరుగు (మలవిసర్జితాలు)ను తిని బ్రతుకుచున్నట్లు మనకు తెలుసు.

1972 సం॥ సెప్టెంబర్ నెలలో విడుదలైన "Prevention" అనే పత్రికలో "గుల్ల జవులు, రొయ్యలు, అత్యంత ప్రమాదకర మురుగు జీవులు" అన్న శీర్షికతో ఒక సమాచారం ప్రచురించబడింది.

రచయిత అయిష్టంగానే అయినా దీనిలో ఉన్న వాస్తవాలను వెలుగులోకి తేవాలని నిర్ణయించుకున్నాడు. "అవి అధికమైన పోషక విలువలు కలవి, రుచికి అమోఘమైనవి, ఆసక్తికరమైనవి అయినప్పటికీ నీటిలోని కాలుష్యాన్ని, మురుగును, కుళ్ళిన కళేబరాలను, ఇతర (సముద్ర) నీటి వ్యర్థాలను తిని బ్రతుకుతున్నందున, అవి ఎంతగా మనలను శోధించినా గాని తినకపోవడం మంచిది, తప్పక విడువ వలసింది. నిజాని కొక్కాసారి వాటిని చూసినపుడు ఎగిరి గంతేసి తినెయ్యాలన్నంత ఉబలాటం కూడా కలుగుతుంది. అయినా గాని లెక్కయొప్పు జెప్పవలసిన దినం రానున్నదని యెరిగి ఇటువంటి ఆహారమును వినర్జించాలి".

ఈ గుల్లలలో ఉండేవి (నత్తలు) ఎందుకంత ప్రమాదకరం? ఎందుకంటే, అవి నివసించేది కేవలం మురుగులోనే కావున, అతి కాలుష్యజీవులుగా ఉండుట వల్ల ప్రమాదకరం.

దురదృష్టవశాత్తూ అవి నదీముఖాలుగా నుండే తీరప్రాంత (పరివాహక) ప్రాంతాలలోనే జీవించడాన్ని ఇష్టపడుతుంటాయి. అక్కడనే వాటి గ్రుడ్లు విడిచి అభివృద్ధి చెందుతాయి. ఈ నదీ ముఖాలే తెట్టులా పేరుకుపోయే మురుగుకు, మునిసిపాలిటీ వ్యర్థాలుకు, ఫ్యాక్టరీ

వ్యర్థ కాలుష్యాలకు, డ్రైనేజీ, వ్యవసాయ వ్యర్థాలకు నిలయాలుగా ఉంటున్నాయి.

విస్తర్ణతలలో ఉంటూ, వ్యర్థాలను తింటూ ఉండడం వల్ల అత్యంత ప్రమాదకర జలచరాలుగా ఇవి గుర్తించబడుతున్నాయి.

ఉదాహరణకు నత్తలనే చూద్దాం. అలి నివసించే ప్రాంతం 20 నుండి 60 రెట్లు, పోలియో వైరస్‌ను కలిగియుంటున్న నీటి ప్రాంతంలో ఉంటున్నట్లు కనుగొన్నారు.

ఇవి తప్ప అనగా వివిధ రకాల జలచరాలతో చేసిన వంటకాలే తప్ప మరియు ఇతర మాంసాహారం కూడా కొన్ని భోజనశాలల్లో వండరు... వడ్డించరు... వీటిని మొత్తంగానే వండి లేదా వేయించి వడ్డించడం వల్ల, వాటిలోని మలము పురీషనాళము వంటివి కూడా వడ్డించబడుతున్నాయి. వాటినే ఆరగించేస్తున్నారు.

ఇలాంటి కమ్మదనానికేనా (రుచికేనా) మనం సొమ్ము చెల్లించేది? అని ఎవరైనా తలంచుచున్నారా?!? ఈ రకమైన సముద్రాహారము “హైపైటైటిస్” వ్యాధికారకముగా ఉంటుందని గుర్తించడమైంది. మురుగు మలినము వంటి వాటిపైనే నేరుగా ఆధారపడి జీవిస్తూ, అభివృద్ధి చెందుతూన్న ఈ జలచరాలను ఖరీదుకు అమ్ముతూ ఉండగా, వాటికి అధిక వెలయిచ్చి కొని ఖరీదైన జబ్బులు కొనితెచ్చుకుంటున్నాము. తిని రోగాల బారిన పడుతూ..., చస్తూన్న వాటి కళేబరాలను తిని బ్రతుకుతున్న, వీటిని తిని తిరిగి చస్తున్నాం. ఇదిలా పునరావృతం అవుతూనే ఉంటుంది.

మనం ఇప్పుడైనా దేవుని ప్రేమనెరిగి, ఆయనకు తన స్వరూపములో సృజించబడిన మన పట్ల, మన ఆరోగ్య ఆనందాల పట్ల ఎంత

శ్రద్ధయుండో గ్రహించి ఒప్పుకొనబద్దులం. దేవుని పరిశుద్ధ చట్టాన్ని వ్యర్థపరిచే వారంతా దాని పర్యవసానంగా కలిగే బాధాకర పరిణామాలను అనుభవించక తప్పదు.

6వ అధ్యాయము

మధ్యము - ఒక శాపము

ఏమి త్రాగుచున్నామో..!? లేక మనదేహం లోపలికి దేని పీల్చుట ద్వారా దేవుని మహిమ పరుచుచున్నామో ఒకసారి యోచించుదాం. “కాబట్టి మీరు భోజనము చేసిననూ, భోజనము చేసిననూ, దేవుని మహిమ పరచుటకే (1 కొరింథీయులకు 10:31)” అని బైబిలు మనకు బోధిస్తుంది. ఆధునిక మానవుడు, తనలోనికి నింపుకొనే విషతుల్య పదార్థాలన్నిటిలోనూ అత్యంత వినాశనకరమనది, చెడ్డదైనది ఏదంటే మద్యమే (సారాయే). మద్యసేవనం నేడు ఉన్నత జీవనశైలిగా వెలుగొందుతోంది. నిజానికిది అత్యంత ప్రమాదకరమైన, నాగరికమైన సామాజిక జుడ్యం. అందువల్లనే త్రాగుబోతులు దేవుని రాజ్యం చేరరని బైబిలు ప్రకటించడంలో ఆశ్చర్యం లేదు. సామాజిక అంశాలతో రాజీపడుతూ జీవనం కొనసాగిస్తున్న నేటి రోజులలో, గొప్పగా పేర్గాంచిన మతపరమైన సంస్థలు సయితం ఈ “సామాజిక సురాపానం” దిశగా తమ వైఖరిని మార్చుకోవడం గమనార్హం. శరీరానికి తగ్గ మితాహారం అనే పద్ధతి నుండి ఆధునిక భోజన పదార్థాల వైపుకు మళ్ళీ పోవడం చూస్తున్నాము. అయితే మనం గ్రహించదగు సారమేదంటే కాపుసారా కాయు వారు త్రాగుబోతులు అనియు, రుచికరమైన పానీయములు

సేవించువారు మాత్రం నీతిమంతులనియు కాదు, గణాంకాలు వెల్లడిస్తున్న విషయమేమంటే, త్రాగుబోతులుగా మారుతున్న వారిలో ప్రతి పదింటిలో ఒక్కరు కేవలం ఈ రకమైన పానీయాల ద్వారానే త్రాగుడుకు అలవాటు పడుతున్నారట.

అయితే కొందరు త్రాగుడుకు అలవాటుపడ్డ క్రైస్తవులవాదనేమిటంటే త్రాగడాన్ని (మద్యం) బైబిలు కూడా సమర్థిస్తుందని, చెబుతున్నారు. ఆయా వాక్యాలలో ప్రస్తావించబడిన “ద్రాక్షరసము”ను దీనికి సాకుగా చూపుతున్నారు. అది పులిసినదా లేక పులియనిదా అనేది ప్రక్కనబెట్టి, “ద్రాక్షగెలలో క్రొత్తరసము కనబడునప్పుడు జనులు - ఇది దీవెనకరమైనది. దాని కొట్టివేయకుము, అని చెప్పుదురు గదా? నా సేవకులందరినీ నేను నశింపచేయకుండునట్లు వారిని బట్టి నేనాలాగే చేసెదను” (యోషయా 65:8).

ఇక్కడ చెప్పబడినది కేవలం క్రొత్త ద్రాక్షరసము. ఈ క్రొత్తదైన ద్రాక్షగలను గూర్చి మాత్రమే దీవెనకరమైనదియని దేవుడు స్పష్టపరుస్తున్నాడు. మత్తుకలిగించే దానిని గూర్చి కాదు, అందులో ఆశీర్వాదము లేదు, పులిసినటువంటిదియు సీసాల యందుంచబడినది మత్తు కలిగించేది గాను విషతుల్యమైనదిగాను ఎంచబడుతుంది. “ద్రాక్షరసము వెక్కిరింతల పాలుజేయును. మద్యము అల్లరి పుట్టించును” (సామెతలు 20:11).

“ద్రాక్షరసము మిక్కిలి ఎఱ్ఱబడుగను, గిన్నెలో తళతళలాడుచుండగను, త్రాగుటకు రుచిగా నుండగను దాని వైపు చూడముకు” పిమ్మట అది సర్పము వలె కరచును. కట్లపాము వలె కాటు వేయును” (సామెతలు 23:31,32).

యేసు పాత నిబంధనలో చెప్పబడిన ఈ విషయాలకు విరుద్ధంగా పోయి, నీళ్ళను మత్తు కలిగించే ద్రాక్షరసముగా మార్చాడా..? ఇది ఆ రకంగా ఆలోచించడం అర్థరహితం. ఆయన దేవుని ఆజ్ఞకు లోబడినాడు. పులియని తాజా ద్రాక్షరసముగానే ఆ నీళ్ళ మార్చాడు. ఈనాడు మనకందరికీ. తెలుసు సారా (మద్యం) సేవనం శరీరము పై చూపే ప్రభావం ఎలాంటిదో. ఇలా మత్తును కలిగించేదిగా ద్రాక్షరసమును మార్చే విధానం వల్ల, దాని సేవించిన వారికి మెదడుకు ఆక్సిజన్ అందక పోవడం వల్ల, మెదడు నాశనమవ్వడము, బలహీనమవ్వడం, మతిస్థిమితం లేకపోవడం, విచక్షణ కోల్పోవడం వంటివి తలెత్తుతాయి. సృష్టికర్తయు, దేవుడును అగు యేసు, దేవుని ఆత్మకు ఆలయమై యుండు శరీరమును నశింపజేయునదియు, విచక్షణాధికారమును కోల్పోయేటట్లు చేయునవియును నైతిక ఆటంకాలను భంగపరిచేదియును అయిన దీని విషయములో ఏమైనా మినహాయింపులు ఇస్తాడా...? ఎట్టి పరిస్థితులలోనూ అది జరగదు. అలాంటప్పుడు అదేరకమైన మత్తును, మజాను కలిగించే పొగాకును గూర్చి మనమింకేమి మాట్లడగలము?

7వ అధ్యాయము

నికోటిన్ - అత్యంత ప్రాణాంతకమైన విషపదార్థము

శరీరంపై అత్యంత హానికర ప్రభావం కలిగించే ఈ పొగాకు (నికోటిన్) పై జరుగుతున్న పలు పరిశోధనల ఫలితాలను బట్టి అనేక పుస్తకాలు రచించవచ్చు 'సర్జన్ జనరల్' విడుదల చేసిన తొలి "ప్రతి" నుండి ఇప్పటికీ జరుగుతున్న క్రొత్త అధ్యయనాలు ఎంతో

సమాచారాన్ని మనకందిస్తూనే ఉన్నాయి. మానవునికి తెలిసినంత వరకూ నికోటీన్ గా చెప్పబడే “పొగాకు” అత్యంత ప్రాణహానికరమైన విషపదార్థము. దాని దుష్ప్రభావానికి లోనై లక్షలాది మంది ఇప్పటికే చనిపోయారు. గుండెకు రక్తాన్నందించే ధమనులను నిర్భందించి, ఈ నికోటీన్ గుండె అతిగా ప్రవర్తించే విధంగా చేస్తుంది. కార్బోనోమా అనే రకపు క్యాన్సర్ తో ఊపిరితిత్తులు ఎండిపోయే పరిస్థితులకు దారితీస్తుంది. గర్భంలో ఎదిగే పిండము పై పూర్తిగా ప్రభావం చూపుతుంది. (ఒక్కోసారి గర్భస్రావం జరిగే పరిస్థితి కూడా ఉంది) దీని ప్రభావం వల్ల శరీరంలో ఏదో ఒక భాగం పాడై కనిపించకుండా పోవచ్చు లేదా తీసివేయ వలసిరావచ్చు.

పొగాకు నుపయోగించడం పాపమా? ఇది విస్మరించలేని సత్యం, దేవుని ఆలయముగానున్న దేహాన్ని పాడు చేయుట తప్పకుండా పాపమే. దేవుని ఆలయమును పాడు చేయువానిని దేవుడే పాడు చేయునని దేవుడు చెబుతున్నాడు. ఇది అంత పెద్ద తప్పేమి కాదులే అని చెప్పజాలము. ఇది ఖచ్చితంగా పాపమే క్రైస్తవుడైన వాడెవడునూ గర్వించి తన ఆయుష్షును తగ్గించే ఇటువంటి మాదక ద్రవ్యాలను తన శరీరములోనికి ప్రవేశింపనీయరాదు.

అయితే కొందరు క్రైస్తవ విశ్వాసులు, దీనికి మారుగా, అత్యంత తక్కువ మోతాదే కదా అని తలంచి, సూక్ష్మ పరిమాణంలో కొన్ని రకాల ఆర్సెనిక్ లేదా చెట్టు బెరడు లాంటి పదార్థాలను సేవిస్తూ ఉన్నారు. అయితే ఈ రకమైన పొగాకు సేవనం లేదా సిగరెట్ త్రాగడం వంటి వాటి వల్ల ఊపిరితిత్తుల మీద ఉండే సన్నని పొర బలహీనపడి మరణానికి దారితీస్తుంది. అయితే పురుషులుగాని, స్త్రీలు

గాని, నిర్లక్ష్యంగా దీనిని తమ శరీరమందు తీసుకుంటే దాని ఫలితంగా చావడమే. అంచెలంచెలుగా ఆత్మహత్య చేసుకోవడమే దేవుని సొత్తు దొంగిలించడమనేది నైతికంగా తప్పే. దేవుని గృహ నిర్వాకత్వాన్ని మీరడమే. ఆయనకు చెందిన దాన్ని దోచుకోవడమే.

ఈ పొగాకును, దాని ఉత్పత్తులను కొనేందుకు వృధా ఖర్చు చేసే డబ్బును గూర్చి ఏం చెప్పగలం? (పొగాకును) పొగపీల్చే వారిలో పెక్కుమంది నెలకు కనీసం 50 డాలర్లు (అంటే సుమారు రూ. 315) వరకూ వెచ్చిస్తున్నట్లు అంచనా. రిటైర్ అయ్యే నాటికీ మొత్తం కాస్తా 25000 డాలర్లు కావచ్చు. ఈ మొత్తం ఒక వేళ సామాజిక భద్రత కరువైనా జీవిత చరమాంకంలో గుడ్డుకు భద్రత కల్పించుగూడులా పనికి వస్తుంది. అయిననూ చాల మంది ఆ సొమ్మును పొగాకు కొరకు వెచ్చించి, తమ జీవిత చివరి అంకమందు సొమ్ములేక, వృద్ధాశ్రమాలనో, రక్త బంధువులనో ఆశ్రయిస్తూ బ్రతకాల్సిన స్థితి తెచ్చాకుంటున్నారు. ఇది చెప్పడానికి కూడా బాధకరమైన స్థితి కదూ! అయినా ఇందులో ఆశ్చర్యపడవలసినదేదీ లేదు. దేవుడు ముందే చెప్పాడు. “నా జనులు జ్ఞానము లేక నశించు చున్నారు”. (హోషేయ 4:6) అని నిజానికి 25000 డాలర్లను మదుపు చేసి, ఒక పెద్ద మొత్తాన్ని ప్రతిఫలంగా పొందితే ఎంత బాగుంటుందో కదా! బాగు చేయకున్నా ఒక జీవితాన్ని నాశనం చేసేదిగా మాత్రం అది ఉండదు.

ఒక ప్రత్యేకమైన ఆత్మీయ ఉద్దేశ్యంతో చేయబడిన ఈ భౌతిక కాయం ఎలా పతనమై పోతుందో ఈ పాటికే మనం గ్రహించగలం. ఈ ధర్మాన్ని అనగా శరీర రక్షణ అను మూల సూత్రం బైబిలులో పాతుకు పోయి వుందన్న వాస్తవం మరిచిపోతే దేవునికి లెక్క

ఒప్పజెప్పవలసి యుంటుంది. అయితే శరీర ధర్మాన్ని విస్మరించుట వల్ల కలిగే దుష్ప్రభావాలను మరిచి ఆరోగ్యం పట్ల మాత్రం అతిశ్రద్ధను కనుబరుస్తున్నారనేకులు. మరియు సంతుల ఆహార నియమాలు - చక్కని వ్యాయామ పద్ధతులు కొరకు తగినంత ప్రేరణనిచ్చుటకు సరియైన కారణాలు మంచి తీర్పు దోహదపడగలవన్నది వాస్తవం.

కాని ఒక్కొక్కసారి, తర్కముతో కూడినది, శాస్త్ర సంబంధమైన ఆధారాలు - ఆకలి, సామాజిక ఆచారాలు మరియు వ్యసనాలు అనే వాటితో విపరీతమైన సంఘర్షణను కలిగి యుంటాయి. “కెఫీన్” అనేది ఒక నాటకీయ ఉదాహరణ, ఈ “కెఫీన్” మన ఆరోగ్యాన్ని హరించే హానికరమైన శత్రువని అనేక పరిశోధనల ఫలితాలు చెబుతూనే ఉన్నాయి. అయినప్పటికీ ధూమపానం, కెఫీన్ తో కూడిన మందులు తీసుకోవడం అనే వ్యసనం అత్యంత శక్తివంతమైనదిగా కనబడుతుంది. అందువల్లనే చాలామంది వదులుకోవాలన్న కోరిక మనసులో పుట్టినా పొగపీల్చడం, కెఫీన్ తో కూడిన పానీయాలు త్రాగడం అనే అలవాటును మానలేకపోతున్నారు. దీని ప్రభావం గుండె, కడుపు, నరాలు, ఊపిరితిత్తులు, చివరికి గర్భస్థ శిశువుల మీద కూడా ప్రతికూలంగా ఉండడమనేది నేరంగా భావించవలసి వస్తుంది.

8వ అధ్యాయము

కాఫీ త్రాగుబోతులు

మెర్స్ ఇండెక్స్ అనే మందుల జాబితా, కెఫీన్ యొక్క విచిత్ర లక్షణాలను మరియు ఒక ఔషధ మోతాదుకు ఏడు గింజలను

సూచిస్తుంది. చాలా వరకు “కోక్” పానీయాలు, టీ మరియు కాఫీలు ఒకటిన్నర నుండి మూడు గింజల మోతాదును కలిగి ఉంటాయి. చాలా మంది ప్రతిసారీ భోజనం చేసినపుడూ, వైద్యులు సూచించిన మోతాదు కన్నా ఎక్కువే వీటిని తీసుకుంటున్నారు. ఇలా తీసుకోవడం వల్ల వారు దేవుడు ఉద్దేశించిన లేదా నిర్దేశించిన దానికంటే అధికమైన శక్తి సామర్థ్యాలు కూడగట్టుకోవాలన్న కోరికను కలిగియుంటున్నారు. ఇది మన శరీర సహజ ధర్మాన్ని ప్రభావితం చేసి ఆయా కణజాలాలను ప్రేరేపించడం జరుగుతుంది. ఒక వైద్యుడు, అమెరికాలో ఉన్న మేము ఈ దేశాన్ని టీ-కాఫీ త్రాగుబోతులదేశంగా చేసేశాము” అని అభివర్ణిస్తున్నాడు.

అబ్బుర పడవలసిన సంగతేంటో తెలుసా! ఈ దేశీయులు 2750 కోట్ల పౌండ్ల కాఫీని ప్రతియేటా త్రాగేస్తున్నారు! (అనగా సుమారు 13 కోట్ల కే.జిలన్న మాట) అది ఒక్కొక్క మనిషి సగటున 8కేజిల కాఫీ త్రాగుతున్నాడన్న మాట దీనిలో ఆడ, మగ చిన్న పిల్లలన్న తేడా ఏమీ లేదు. వైద్యులు, ఎవరైతే హృదయ (గుండె) సంబంధిత సమస్యలతోనూ, ఉదర సంబంధ సమస్యలతోనూ బాధ పడుతున్నారో వారిని పదేపదే హెచ్చరిస్తున్నా కాఫీ, టీలు గాని, పొగపీల్చడం గాని మానలేకున్నారు. ఇటీవల కాలంలో మరొక క్రొత్త నిజం బయటపడిందేమిటంటే కాఫీ త్రాగడం క్యాన్సర్ కు దారి తీస్తుందట. ఇది కాఫీ పై జరిగిన పరిశోధనల వల్ల తెలిసిన అత్యంత విచారకర సత్యం. ఈ కెఫిన్ లో క్యాన్సర్ కారక కార్బినోజెన్ అనేది కనిపించక పోయినా, కాఫీ త్రాగడం వల్ల ‘కార్బినోజెన్’ అనే కేన్సర్ కారకాన్ని ప్రోత్సహిస్తున్నట్లు తెలిసింది.

దీనికి అదనపు తోడు ‘టీ’ దీనిలోనూ ఉండే “కెఫీన్” అనే విష పదార్థం

హానికరమైనది. పదునైన ఆమ్లము ఈ శక్తిమంతమైన రసాయనాన్ని తోళ్ళను చలువ చేయడానికి, రంగులద్దడానికీ వినియోగిస్తుంటారు. 'కెఫీన్' నిండిన పానీయాలలో ఉండే చక్కెర సమ్మద్ది యొక్క దుష్ప్రభావం వల్ల, ఇది ఆహార పానీయాల నుండి తొలగించబడుటకు కారణమైంది. అతిగా శుద్ధి చేయబడిన చక్కెరనుపయోగించుట వల్ల తమదైనందిన జీవితంలో నిత్యం సేవించే వారికిది బెదురు పుట్టిస్తుంది.

అత్యంత సాధారణ విషయం ఏమిటంటే, ఏ ఆఫీసులోవైనా చూడండి, అధికారిగాని, సెక్రెటరీ గాని ఒకరెదురుగా ఒకరు కూర్చోని, ఒక చేత సిగరెట్టు మరో చేత కాఫీ లేదా టీ కప్పు లేదా కోకా - కోలా వంటి పానీయం నిండిన గ్లాసు దర్శనమిస్తాయి. "అమ్మో! టైముకి టీ (కాఫీ) పడకపోతే నాకు పిచ్చెక్కుతుంది లేదా తల పగిలిపోతుంది" వంటి మాటలు వినని వారుంటారా? నిజమే అనుకుందాం కెఫీన్ (టీ లేదా కాఫీ) అనేది తలనొప్పిని తీసేస్తుందే అనుకుందాం... కానీ అదే సమయంలో 'మార్ఫిన్' అనే మాదక ద్రవ్యాలను పదోవంతు సేవించినట్లే అవుతుంది. ఈ 'మార్ఫిన్' అనేది నొప్పిని నివారించి మత్తును కలుగుచేస్తుంది. కాని ప్రతి రోజూ సేవించుట వల్ల నరములను వాటి కొనల భాగము బలహీనమయ్యేట్లు చేస్తుంది. అందువల్ల అవి మరింతగా అలజడికి గురై మళ్ళీ మళ్ళీ ఆ మత్తును కోరి ఇంకా చెరుగు చేస్తుంది.

తల్లులు కాగోరు వారిలో ఈ అవలక్షణం ఎక్కువగా కనిపించడం బాధాకరం, ఇంత వరకూ సేకరించబడిన సమాచారం మనకు తెలియజేసేదేమిటంటే, మద్య (సారా) పానం చేయు వారి యొక్కయు, పొగపీల్చు వారి యొక్కయు గర్భస్థ శిశువుల పై దీని లేవు దుష్ప్రభావం కనబడుతుంది. గర్భవతులైన తల్లులు, ఇంకా పుట్టిన తమ పిల్లలకు

గర్భంలో ఉండగానే ఈ విషాన్ని పోస్తున్నారు. స్త్రీలు తుచ్చమైన తమ ఆనందం కోసం ఈ రసాయన విషపదార్థాలు సేవిస్తూ తమకే హాని కలగు చేసుకుంటున్నారనేది మనకు అర్థమవుతుంది. గాని ఇంకా పుట్టని, ఏ పాపం ఎరుగని తమ గర్భస్థ శిశువులకూ ఈ విషాన్ని పోయడం ఎంత మేరకు సబబు? దీనికి సమాధానం ఏమైయున్నదో అది (అమెరికా) సమాజం ఎంత లోతుగా ఈ సమస్యలో కూరుకున్నదో తెలియజేస్తుంది.

9వ అధ్యాయము

అసలైన పెద్ద ప్రశ్న

“దీనిని త్యజించడం ఎలా?” అనేదే పెద్ద ప్రశ్న, ఎన్నో యేళ్ళ నుండి ఈ బలహీనతకు దాసులై, ఇటువంటి విషపదార్థాలను ఒక్కసారిగా విడిచి పెట్టగల శక్తిని మనిషి ఎలా పొందగలడు? సమాజము యొక్క బాహ్య ప్రేరణల వల్ల కొందరు దీని నుండి బయట పడుతున్నారు. ఈ అలవాటును మానుకోవాలన్న ధృఢ సంకల్పం మొదటగా, శరీరాశలను త్యజించాలన్న కోరికతోనే మొదలవ్వాలి, అప్పుడు అందుబాటులోని అన్ని అవకాశాలనూ వినియోగించుకుంటూ ఈ వైరుధ్యాన్ని అధిగమించాలి. దేవునికి ప్రార్థించాలి. సంపూర్ణ విజయం కోసం బైబిలులోని వాగ్దానాలన్నీ ఏకరువు పెట్టాలి.

భౌతికంగాను, నైతికంగాను తప్పయిన దానిని కొద్దికొద్దిగా విడిచి పెట్టాలనే ప్రయత్నం చేయకండి, దానివల్ల పెద్దగా ఉపయోగం ఉండదు. అదెలా వుంటుందంటే.. కుక్క తోకను కత్తిరించాలనుకున్నప్పుడు

ఒక్కసారే చెయ్యాలి, గాని కొద్ది కొద్దిగా కత్తిరిస్తాను అనుకున్నట్లుంటుంది. ఇలా ఒకేసారి విడిచి పెట్టడం బాధాకరమే, అయినా కూడా “అలవాటు అలవాటే” “Habit” అనే పదంలో ముందుగా “H” ను తీసేసుకుంటాను అనుకుంటే ఇంకా “abit” అనేది మిగిలే ఉంటుంది. అటు తర్వాత “a” ని తీసేసినా “bit” అనేది, ఆ తరువాత “b” ని తీసేసినా “it” అనేది అటు పిమ్మట “i” ని కూడా తీసేసాక “t” అనేది మిగిలిపోతుంది. ఒకవేళ ‘టీ’ త్రాగడం నీ అలవాటుగా ఉంటే, నీవు సంపూర్ణ విజయం పొందనట్లే కదా!

మేము చాలా వాటిని ఒకేసారి విడిచిపెట్టుకుంటున్నాం అని ఎవరైనా అభ్యంతర పడొచ్చు. ఆ తర్వాత మరింకా ఎక్కువగా చేయనూవచ్చు. అతిగా బంగాళదుంపలూ, బీన్స్ వంటివి తీసుకోవడం కూడా ఆరోగ్యానికి అంత శ్రేయస్కరం కాదు. అది కూడా హానికరమే. నిగ్రహించుకోవడం గూర్చి ఇలా నిర్వచించుకోవచ్చు. “మన ఆరోగ్యానికి ఏది హానికరమో, ఏది ఆధునికమో దానిని త్యజించడం - ఏది ఉత్తమమో ఏది న్యాయమో దానిని ఉపయోగించడం మేలు”. ఇది కదా వివేకము! దీనిలోనే మంచితనమూ, మంచి మతమూ ఇమిడియున్నాయి.

“పాల్ హార్వే” అనే వ్యక్తి తన “అంత్యక్రియను వాయిదా వేసుకున్నాను” అని చెప్పడం మనోహరమైన సాక్ష్యం. తన పుస్తకంలో “ధీటైనది తిను - దీర్ఘకాలం జీవించు” అనే శీర్షికతో దీర్ఘాయువును గూర్చి తాను పాశ్చాత్యుల పై చేసిన సర్వే ఫలితాలను పొందుపరిచాడు. దీని అధ్యయనం మంతా కాలిఫోర్నియాలోని సెవెంత్-డే ఎడ్వెంటిస్టు జీవన విధానం తో ఎడ్వెంటిస్టులు కాని వారి జీవన విధానంతో పోల్చి వారి మరణ ధృవీకరణ పత్రాల అధ్యయనం మీద దృష్టి పెడుతూ

చేసినట్లు తెలిపాడు. తాను సేకరించి పొందుపరచిన ఆధారపత్రాలన్నీ ఎడ్వంటిస్టులైన వారితో (ఎవరైతే కాఫీ, టీ, కెఫీన్ వంటి పానీయాలు, కోక్ నిండిన పానీయాలు త్రాగరో - ఇంకా అవపిత్రాహారం ముట్టరో - వాటికి వ్యతిరేకంగా బోధిస్తారో అటువంటి ఎడ్వంటిస్టులు) ఇతరులను పోల్చుతూ సెవెంత్-డే ఎడ్వంటిస్ట్ల ఆయు: ప్రమాణం మిగతావారికన్నా ఆరేడు సంవత్సరాలు ఎక్కువగా ఉన్నట్లు గుర్తించాడు.

ఎడ్వంటిస్ట్లలో 70% మంది పలు రకాల కాన్సర్లకు, 68% మంది శ్వాససంబంధ వ్యాధులకు, 88% మంది క్షయ, 85% మంది శ్వాస నాశాలవాపు వంటి రుగ్మతలతో బాధపడి వారికన్నా తక్కువగా చస్తూ ఉండటమే కాక, ఎడ్వంటిస్ట్లకు, ఇతరులకన్నా 46% తక్కువగా పక్షవాతం, 60% తక్కువగా గుండె జబ్బులూ నమోదవుతున్నట్లు తెలుస్తుంది. ఇది బహుశా మద్యపానానికి దూరంగా ఉండడం వల్లే, అంతేగాక (మద్యపానం వల్ల) మూడోవంతు ప్రమాదాలు కూడా తగ్గిపోయాయి.

మరియొక మారు మనకెదురౌతున్న రూఢియైన సత్యమును బట్టి గ్రహించేదేమంటే, బైబిల్లో చెప్పబడినవియు మనసృష్టికర్త చేత అనుగ్రహించబడినవియు అయిన నియమాలకు కట్టడలకు లోబడి జీవించినట్లయితే మన ఆయుష్షునకు మరికొన్ని సంవత్సరాలు జోడించుకోగలం, మోసపోయినట్లుగానో, స్వల్పంగా మారిపోయినట్లో భావించుకొనుటకు బదులు దీర్ఘాయును, సంతోషమును మనకు పంచుట ద్వారా దేవుడు మనయందానందించు వాడని గ్రహించాలి. “ప్రియురాలి! ఇప్పుడు మనము, దేవుని పిల్లలమైయున్నాము. మనమిక ఏమవుదుమో, అది యింకా ప్రత్యక్షపరచబడలేదు గాని, ఆయన

ప్రత్యక్షమైనపుడు ఆయన యున్నట్లుగానే ఆయనను చూతుము, గనుక ఆయనను పోలియుందుమని యెరుగుదుము, ఆయన యందు ఈ నిరీక్షణ పెట్టుకొనిన ప్రతివాడునూ ఆయన పవిత్రుడైయున్నట్లుగా తన్ను పవిత్రునిగా చేసికొనును”- (1 యోహాను 3:2, 3).

స్ఫూర్తిదాయకమైన ఈ విధిని అంగీకరించుట ద్వారా మన జీవితకాలం పొడిగించబడుతుందని, ప్రశాంతత చేకూరుతుందనీ ఉత్సాహంగా విశ్వసిస్తున్నావా? నిత్యత్వము కొరకునూ, సమయము కొరకునూ సిద్ధపడు నిమిత్తము ఇప్పుడే వీటిని అందిపుచ్చుకొనుము.



AMAZING FACTS



India

క్రింది వెబ్‌సైట్‌లోని మా ఉచిత
బైబిలు స్టడీ కోర్సును మిస్ అవ్వకండి

BibleStudy.AFTV.in

ఈ రోజే నమోదు చేసుకోండి!





India

దేవుని సందేశమే మా లక్ష్యం



Bookstore.AFTV.in ని దర్శించండి

అక్కడ మీరు అనేక భాషలలో క్రైస్తవ పుస్తక
వనరులను కొనుగోలు చేయవచ్చు మరియు
వాటిని పోస్టు ద్వారా నేరుగా మీ ఇంటి వద్దకే
జపంపించేలా చేసుకోవచ్చు!

మరిన్ని ఉచిత డిజిటల్

పుస్తకాలను అన్వేషించండి



AFTV.in/Free-Book-Library

వివిధ భాషలలో అందుబాటులో ఉన్నవి,
ఇంగ్లీష్, హిందీ, తమిళం, ...



Post Box No. 51 • Banjara Hills
Hyderabad, TS 500034

www.AmazingFactsIndia.org