10

చెడు ఉద్దేశముతో మంచి పని చేయుట

(మత్తయి 6:5-18)

రచయిత మరియు రంగస్థల నటుడు టి. యస్. ఎలియట్ ఈలాగు వ్రాస్తున్నాడు, "ది లాస్ట్ టెంటేషన్ ఒక్క గొప్ప రాజద్రోహము చేసింది మంచి పనే కాని చెడు ఉద్దేశముతో చేశాడు."[1] "చెడు ఉద్దేశముతో మంచి పనిని చేసిన" వారినెందరినో బైబిలు గ్రంథములో చూస్తాము. బాలుడైన యేసు ఎక్కడ పుట్టాడో చూసి రమ్మని హేరోదు జ్ఞానులకు ఆజ్ఞాపించాడు. కార్యము మంచిదే కాని ఆ బాలుని కనుగొని అతడ్ని చంపాలన్న హేరోదు ఉద్దేశం మాత్రం ఎంతో భయంకరమైనది (మత్తయి 2:7, 8, 16). యూదా ప్రభుని ముద్దుపెట్టుకున్నాడు, యిది ప్రేమకు గుర్తుగా ఉంది. కాని యేసును ప్రభుత్వానికి పట్టివ్వాలన్న యూదా ఉద్దేశం మోసపూరితమైనది (మత్తయి 26:48, 49). సంఘంలోని బీదలను, విధవరాండ్రను ఆదుకోవాలన్న తలంపుతో అననియ, సప్పీరాలు తమ సొమ్మును అపొస్తలుల పాదాల యొద్ద ఉంచారు (అపొస్తలుల కార్యములు 5:1–11). సత్యాన్ని పరిశీలిస్తే, వారికున్న ఉద్దేశం మరో విధంగా ఉంది: తోటి క్రైస్తవుల యొద్దనుండి ఘనతను పొందాలని వారు యోచించారు.

"మనుష్యులకు కనబడవలెనని వారి యెదుట మీ నీతి కార్యములు చేయకుండ జాగ్రత్తపడుడి" (మత్తయి 6:11) అన్న హెచ్చరికతోనే ఆరవ అధ్యాయం ప్రారంభమవుతుంది. "నీతి కార్యములు చేయడం" మంచిదే. అయితే "మనుష్యులకు కనబడవలెనని" చేయడం "చెడు ఉద్దేశం." చెడు ఉద్దేశముతో మంచి కార్యములను చేయడం గురించి మూడు ఉదాహరణలను మత్తయి 6:2–18లో ప్రభువు చెప్పారు. మునుపటి పాఠములో వాటిలో మొదటిదైన ప్రజల మెప్పును పొందుటను చూశాము. ఈ పాఠములో మిగతా రెండింటిని చూస్తాము.

ప్రార్థించుట (6:5–15)

ఏ విధంగా ప్రార్థించకూడదు (1) (5 వచనం)

చెడు ఉద్దేశముతో మంచి పని చేయుటను గురించి ప్రభువు చెప్పిన రెండవ ఉదాహరణ ప్రార్థనను గురించినది. మన ప్రార్థనా జీవితములో మనం పరిసయ్యుల వలె ఉండకూడదని ఆయన హెచ్చరిస్తున్నాడు: "మరియు మీరు ప్రార్థన చేయునప్పుడు వేషధారులవలె ఉండవద్దు. మనుష్యులకు కనబడవలెనని సమాజ మందిరములలోను[2] వీధుల మూలలోను నిలిచి[3] ప్రార్థన చేయుట వారికిష్టము. వారు తమ ఫలము పొందియున్నారని నిశ్చయముగా మీతో చెప్పుచున్నాను" (5ఎ వచం).

కొన్ని ప్రత్యేక సమయాల్లో యూదులు ప్రార్థన చేస్తారు. ఉదయాన్నే వారు చేసే మొదటి పని ప్రార్థన అయితే, దిన అంతములో వారు చేసే పని కూడ ప్రార్థనే.[4] పగటి సమయములో వారు ముమ్మారు ప్రార్థిస్తారు (దానియేలు 6:10 చూడు): మూడవ గంట (ఉదయం 9 గంటలు),

ఆరవ గంట (మధ్యహ్నము) మరియు తొమ్మిదవ గంట (మధ్యహ్నాం 3 గంటలు).[5] భక్తిగల యూదులు సాధ్యమైతే ఆలయానికి వెళ్ళి ఆ సమయాల్లో ప్రార్థిస్తారు (అపొస్తలుల కార్యములు 3:1 చూడు). ఆలయానికి వెళ్ళలేని వారు తాము ఎక్కడ ఉన్నా, ఆ ప్రాంతంలో నిలిచి నిర్దిష్ట సమయాల్లో ప్రార్థన చేయాలి, అయితే కొంతమంది యూదులు ఆయా సమాయాల్లో వారు రద్దీ ప్రాంతాల్లో, వీధులలో ఉండేలా చూసుకుని యితర మనుష్యులు తమను గమనించే విధంగా బిగ్గరగా ప్రార్థింస్తుంటారు.

"వారు తమ ఫలము పొందియున్నారని నిశ్చయముగా మీతో చెప్పుచున్నాను" అని యేసు అంటున్నాడు (6:5బి) తద్వారా వారు యితరుల మెప్పును పొందుతారు. మునుపటి పాఠములో చెప్పుకున్న ప్రకారం వారు దేవుని నుండి ఎలాంటి మెప్పును పొందరు. వారి యొక్క "ఫలము తీర్చబడియున్నదని" యేసు స్పష్టం చేశారు. ఈ లోక సంబంధ తాత్కాలిక మెప్పు కొరకు దేవుని నిత్య ఘనతను వదులుకునే వ్యక్తి ఎంత అవివేకి!

ఏ విధంగా ప్రార్థించాలి (1) (6 వచనం)

"నీవు ప్రార్థన చేయునప్పుడు నీ గదిలోనికి వెళ్ళి తలుపువేసి రహస్యమందున్న నీ తండ్రికి ప్రార్థన చేయుము, అప్పుడు రహస్యమందు చూచు నీ తండ్రి నీకు ప్రతిఫలమిచ్చును" (6 వచనం) అని యేసు తెలియజేస్తున్నారు. "నీవు ప్రార్థన చేయునప్పుడు నీ రహస్య గదిలోనికి వెళ్ళుము" అని KJV తెలియజేస్తుంది. నా చిన్న తనంలో "రహస్య గది" (నలుదిశలా మూసివున్న అర) అను మాటకు అర్థం తెలిసేది కాదు. ఈ అరలో పాత బట్టలు, చెప్పులు, పాత సామాను యితర పనికిరాని వస్తువులను యిందులో వేసేవారం.[6] ఇది చాలా చీకటిగా, వాసనతో ఉండేది. కాబట్టి నేను ప్రార్థించినప్పుడు యిటువంటి చెత్తచెదారం మధ్య మురికిలో, వాసనను భరిస్తూ ప్రార్థ చేయాలా? యిక్కడ చెప్పబడిన "రహస్య గది" (*tameion*)అను పదం పాత సామాగ్రిని భద్రపరిచే గదిని సూచిస్తుంది. మన యిళ్ళలోని పాత సామాగ్రిని వేసి గాలి చొరబడ వీలులేని గది యిది. అయితే ఇది మన వ్యక్తిగత గదిని (ఏకాంత ప్రదేశం) కూడ ఈ పదం సూచిస్తుంది.[7]

ఏకాంత ప్రదేశంలో రహస్యముగా ప్రార్థన చేయమని ప్రభువు చెప్పిన మాటలు అనేక సందేహాలను కలిగిస్తున్నాయి. అంటే బహిరంగా ప్రార్థనలను మానివేయమనడం ప్రభువు ఉద్దేశమా? క్రైస్తవులిరువురూ కలిసి ప్రార్థన చేయకూడదని ప్రభువు చెప్తున్నాడా? ఈ రెండు ప్రశ్నలకు "లేదు" అన్నదే సమాధానం. ఈ భాగంలో ప్రభువు "పరలోకమందున్న మా తండ్రీ" అన్న ప్రార్థనను తన శిష్యులకు నేర్పిస్తున్నాడు. యిక్కడ "నా తండ్రీ" అని కాక, "మా తండ్రి" అని ప్రార్థిస్తున్నారు. యిది సామూహిక ప్రార్థనను తెలియజేస్తుంది. మత్తయి 18:19, 20లో యిద్దరు లేక ముగ్గురు దేవునికి విజ్ఞాపనం చేయుటను గురించి ఆయన మాట్లాడుతున్నారు. క్రీస్తు శిష్యులు కలిసి ప్రార్థన చేయడం గురించి అపొస్తలుల కార్యముల గ్రంథంలో మనం చూస్తాం (1:24; 4:24; 12:12).

ఆరాధన సమయంలో సంఘం కూడుకున్నప్పుడు బిగ్గరగా ప్రార్థించడం మంచిదే అని కొందరు చెబుతారు – కాని బహిరంగ ప్రదేశంలో బిగ్గరగా ప్రార్థించడం కూడదని మన వాక్యం తెలియజేస్తుంది అని కొందరు అంటారు. ఉదాహరణకు, ఒక హోటల్‌లో భోజనం చేయుటకు ముందు బిగ్గరగా ప్రార్థించడం. ఈ విషయంలో "ప్రతివాడు తన మట్టుకు తానే

తన మనసుసలో రూఢిపరచుకొనవలెను" (రోమీయులకు 14:5). నా విషయంలో మాత్రం నేను కుటుంబంలో ఉన్నాగాని, స్నేహితులతో ఉన్నా గాని, ఎక్కడా ఉన్నా భోజనమునకు ముందు మనసులోనే ప్రార్థించుకుంటాను.

యేసు మాటలనుండి మనం ఏ పాఠాలను నేర్చుకోగలం? మొదటిగా, మనం దేవునితో మాట్లాడుటకు రహస్య స్థలాన్ని కలిగియుండడం ఎంతో మంచిది. యేసు కూడ ప్రార్థన కోసం ఏకాంత ప్రదేశాన్ని ఎన్నుకున్నాడు (మార్కు 1:35). మనం ఎక్కడ ప్రార్థించినా లేక ఎప్పుడు ప్రార్థించినా మన ప్రార్థనా జీవితంలో అన్వయించుకొనదగ్గ కొన్ని విషయాలను యిక్కడ చూద్దాం:

- మన ప్రార్థన ప్రజలను గాక దేవుని ఆకర్షించేదిగా ఉండాలి.
- మనం ప్రజల మనస్సుకు తగినట్టుగా గాక దేవుని చిత్తానికి అనుగుణంగా ప్రార్థించాలి.
- మన ప్రార్థన సమయంలో ప్రజలకు దూరంగా దేవునికి సమీపంగా ఉండాలి.[8]

ప్రార్థన కొరకు మనం ఏకాంత ప్రదేశానికి వెళ్ళినా గాని కొంత అలజడి ఉంటుంది. అయితే, మనం ఎక్కడ ఉన్నాగాని, ఏం చేస్తున్నాగాని, దేవునితో సంభాషించుటకు మన హృదయాంతరంగములోని "రహస్య గదిలోనికి" మనం వెళ్ళాలి. మనం వాహనం నడుపునప్పుడు, ఇల్లు ఊడుస్తున్నప్పుడు, మార్కెట్‌లో ఉన్నప్పుడు మన మనసులో దేవుని ప్రార్థించవచ్చు.[9]

బహిరంగ ప్రార్థనలలో ఎక్కువగా ఉండే వారికి ప్రజలకు దూరంగా ఉండి ప్రార్థించడం కొంత కష్టంగానే ఉంటుంది. ఒకరి అవసరాలు ఒకరి ఎరిగి ఒకరి కొరకు ఒకరు ప్రార్థించేలా చేయడం వీరి యొక్క విధి. అలాగే ప్రార్థనను నడిపించు నాయకులు తమ కార్యం ద్వారా యితరుల మెప్పును పొందకుండా చూసుకోవాలి. "సామూహిక ప్రార్థనల సమయంలో విశ్వాసులను నడిపించే వ్యక్తి తాను దేవున్ని గాక ప్రజలపై దృష్టి పెడితే అతడు ప్రమాదంలో పడినట్లే" అని డి. మార్టిన్ లాయిడ్ జోన్స్ వ్రాస్తున్నాడు.[10] సామూహిక, బహిరంగ "ప్రార్థనలను నిర్వహించే వ్యక్తి తన ఎదురుగా ఉన్న ప్రజల గమనాన్ని విడిచి, వారికి భయపడక, వారినుండి మెప్పును పొందుటకు ప్రయత్నించక తన మనస్సును అదుపులో ఉంచుకొనుట నేర్చుకోవాలి" అని హోరాల్డ్ ఫోలర్ తెలియజేస్తున్నాడు.[11]

ఏ విధంగా ప్రార్థించ*కూడదు* (2) (7, 8 వచనాలు)

మనం ఏవిధంగా ప్రార్థించకూడదు అన్న విషయం గురించి మరిన్ని విషయాలను యేసు 7, 8 వచనాల్లో తెలియజేస్తున్నారు. సరికాని ప్రార్థన గురించి ఆయన మునుపు చెప్పిన ఉదాహరణలో వేషధారులైన యూదులను ఉదహరించారు (5 వచనం). యిప్పుడాయన అన్యజనుల గురించి ఉదహరిస్తున్నారు: "మరియు మీరు ప్రార్థన చేయునప్పుడు అన్యజనులవలె[12] వ్యర్థమైన మాటలు వచించవద్దు. విస్తరించి మాటలాడుటవలన తమ మనవి వినబడునని వారు తలంచుచున్నారు" (7 వచనం).

మన ప్రార్థనలు దీర్ఘంగా ఉండకూడదని ప్రభువు చెప్పడం లేదు. పన్నెండుమంది అపొస్తలులను ఎన్నుకొనుటకు ముందు ఆయన రాత్రంతా ప్రార్థించాడు (లూకా 6:12–16).

తన అనుచరులు ప్రార్థనలో ఎడతెగక ఉండాలని ఆయన ఆశించాడు (లూకా 18:1-7 చూడు). చేసిన ప్రార్థననే మరలా చేయడంను ఆయన వద్దని చెప్పడం లేదు. గెత్సేమనే తోటలో ఆయన అదే ప్రార్థనను మూడుసార్లు చేశాడు (మత్తయి 26:44 చూడు). పౌలు "తన శరీరంలోని ముల్లును" తీసివేయమని దేవుని ముమ్మారు వేడుకున్నాడు (2 కొరింథీయులకు 12:7, 8). బాధ, శ్రమనుండి మనం పొందిన విడుదలను మనం అనేకసార్లు జ్ఞప్తికి తెచ్చుకుంటాం. అనేకమార్లు దేవున్ని విడుదల కొరకు పదే పదే మనం అడిగాము. మనకిష్టమైన శామ బాధల్లోనున్నాగాని మనం యిదే విధంగా అడిగి యుంటాము. యిటువంటి హృదయార్థ ప్రార్థనను దేవుడు చేయవద్దనడం లేదు.

అయితే ప్రభువు "వ్యర్థమైన మాటలను పునఃవల్లింపవద్దు"[13] అని తెలియజేస్తున్నాడు: మంత్రోచ్ఛారణవంటి యాంత్రిక ప్రార్థనను ప్రభువు ఖండిస్తున్నాడు. "వ్యర్థమైన మాటలు" అను మాటకు వాడబడిన గ్రీకు పదం (*battalogeo*) మరెక్కడా వాక్యంలో వాడబడలేదు.[14] "ఆలోచించకుండా మాట్లడడం"[15] అన్న అర్థాన్ని ఈ పదం యిస్తుంది. "అన్యజనులలాగా పిచ్చిమాటలు మాట్లాడవద్దు" అని NEBలో ఉంది. "పసలేని మాటలను చెప్పవద్దు" అని RSVలో ఉంది.

అన్యజనులకు వారిని ప్రేమించే మరియు వారియెడల అక్కరగల దేవుడు లేడు. కాని వారి కష్టాల గురించి మన దేవుడికి విన్నవించుకోవాలని వారికి ఉంటుంది. వారి దేవుళ్ళు వారికి దూరంగా, హృదయం లేని రాళ్ళవలె, తమ గోడును వినలేని గోడవలే ఉంటారు. అందుకని తమ దేవుళ్ళు తమ గోడును వినాలనే ఉద్దేశంతో వారు కొన్ని ఉపాయములను యోచించారు. యిందుకోసం వారు కొన్ని మంత్రాలను తయారు చేశారు. "యిందులో తమ రేటును చెప్పుకునే విషయం కంటే గ్రాంథిక ధర్మ పదాలను పెట్టడమే వారు చేశారు. యిందులో వారి దేవతల పేర్ల జాబితాను చేర్చి, వారి భాషను జతచేసి మంత్రోచ్ఛారణ గావించేవారు. తద్వారా అంతమందిలో ఎవరో ఒకరు తమ విన్నపాన్ని ఆలకిస్తారన్న నమ్మకం వారిలో ఉండేది."[16] వారు ఎన్నిసార్లు ఆ మాటలనే వల్లిస్తే, అంత గొప్పగా తమ మనవి వినబడుతుందని భావించేవారు.[17] బయలు దేవతా ప్రవక్తలు ఏలియా చేత సవాలు చేయబడినప్పుడు వారు ప్రొద్దుటినుండి సాయంత్రం వరకు "బయలూ, మాకు జవాబివ్వు" అన్న మాటనే అంటూ వచ్చారు. కాని వారికి ఎటువంటి జవాబు దొరుకలేదు (1 రాజులు 18:26). "మీ ప్రార్థనలను అన్యుల మూఢ నమ్మకం వలె చేయకుడి" అని యేసు హెచ్చరిస్తున్నారు.

ప్రార్థనలో వ్యర్థమైన మాటలను ఉచ్చరించడం గురించి మనం ఎలాంటి పాఠమును నేర్చుకొనగలం? యితర మత గుంపుల వారి యొక్క ఆచరాలపట్ల మనం మొగ్గు చూపేలా ఆకర్షింపబడతాం. అన్యజనులవలె దండలోని పూసలను లెక్కిస్తూ, వల్లించిన ప్రార్థనలనే మరలా మరలా యాంత్రికంగా వల్లిస్తుంటాం. మనకున్న సంఘాచారాలను బట్టి మన విశ్వాస ప్రమాణమును ప్రతి ఆరాధన కూడికలోనూ అవే మాటలను వ్యర్థముగా వల్లిస్తుంటాం. మనం నిజాయితీగా చెప్పాలంటే, ఈ విషయంలో మనమూ అపరాధులమే. భోజనపు బల్ల దగ్గర మరియు పడక దగ్గర మనం చేసే ప్రార్థనలో మోసం ఉంటుంది. ప్రార్థనను నడిపిస్తున్నప్పుడు మనకు యిష్టమైన మంచి వాక్యాలను వల్లిస్తుంటాం. ఒక్కోసారి మన మంచి మాటలు ఎదుటివారిలో ఎంత బాగా పనిచేస్తున్నాయోనని మనం అనుకునే తలంపు కూడ మనల్ని అపరాధులనుగా చేస్తుంది.

"ఇలా చేసేవారు ఒకరున్నారు" అని అనకుండా మనం జాగ్రత్తపడదాం. యితరుల గురించి తీర్పు చెప్పడం అను పాపం గురించి తరువాతి పాఠములో నేర్చుకొనబోతున్నాం (మత్తయి 7:1-5). "నా హృదయం సంగతి ఏంటి? నేను యిలాంటి వ్యర్థమైన మాటలను వల్లిస్తున్నానా? ఆలోచించకుండానే ప్రార్థిస్తున్నానా?" అని మన గురించి మనం పరీక్షించుకోవాలి.

"మీరు వారివలె ఉండకుడి" అని యేసు చెప్తున్నారు (6:8ఎ) - అంటే అన్యజనులవలె విస్తరించి మాటలాడవద్దని ప్రభువు హెచ్చరిస్తున్నారు (7బి వచనం). ఎందుకంటె, "మీరు మీ తండ్రిని అడుగక మునుపే మీకు అక్కరగా నున్నవేవో ఆయనకు తెలియును" (8 వచనం). ఒక వేళ అనుకూలత ఉంటే, "మీకు అక్కరగానున్నవి మీ తండ్రికి తెలుసన్న మాటను" పరిశీలిద్దాం. దేవుడు మన తండ్రి! ఆయన మనల్ని ఎరిగియున్నాడు. అలాగే మన కష్టాలను ఆయన ఎరిగియున్నాడు. యిక్కడ ప్రభువు చెప్తున్న మాటలపై దృష్టియుంచుదాం. మనం ప్రార్థిస్తున్నప్పుడు, అలాగే విస్తరించి ఎక్కువగా చేయనవసరం లేదు. ఆయన మనలను ప్రేమించే తండ్రి మన అవసరతలు ఆయనకు బాగా తెలుసు.

"మనకేం కావాలో దేవునికి తెలిస్తే, మరి ప్రార్థించాల్సిన అవసరం ఏమిటి?" అని ఒకరు అడుగవచ్చు. ఈ ప్రశ్నకు అనేక సమాధానాలున్నాయి. రెండింటిని యిక్కడ ప్రస్తావిస్తున్నాను. మొదటిగా, మన అవసరతలను దేవుని ముందు ఏకరువు పెట్టడం మాత్రమే ప్రార్థన కాదు. ఆయనకు మన అవసరతలు తెలిసినా గాని, ప్రార్థనలో అందునుబట్టి మనమాయన్ను స్తుతించవచ్చు. ఆయన ఆశీర్వాదాల కొరకు ఆయనకు కృతజ్ఞతలు తెలియజేయవచ్చు). రెండదిగా, మన అవసరతలు ఆయనకు తెలిసియున్నాగాని, వాటిని బట్టి ఆయన్ను వేడుకోవాల్సిందిగా ప్రభువు సూచించారు. మన ఆశీర్వాద కారకుని గుర్తించి, అవి మనకు మన అర్హతను బట్టిగాక ఆయన ప్రేమచేత అవి అనుగ్రహింపబడినట్లు మనం గుర్తించాలని ఆయన ఆశిస్తున్నాడు. తండ్రికి తన పిల్లల అవసరతలు తెలుసు, కాని వాటినిబట్టి వారు తన వద్దకు వచ్చి తనతో ముచ్చటించాలని తండ్రి ఆశిస్తున్నాడు.

ఏవిధంగా ప్రార్థించాలి (2) (9-15 వచనాలు)

మనం అన్యజనుల వలె ప్రార్థించకుండ మరి ఏ విధంగా ప్రార్థించాలి? దీనికి సమాధానంగా ప్రభువు "పరలోక ప్రార్థనను" యిక్కడ యిస్తున్నారు. దీనినే "శిష్యుల ప్రార్థన" లేదా "మాదిరి ప్రార్థన" అని పిలుస్తుంటాం. ఈ ప్రార్థన అనేకమందికి సుపరిచితమే:

> "పరలోకమందున్న మా తండ్రీ,
> నీ నామము పరిశుద్ధపరచబడును గాక;
> నీ రాజ్యము వచ్చునుగాక;
> నీ చిత్తము పరలోకమందు నెరవేరుచున్నట్లు భూమియందును నెరవేరును గాక,
> మా అనుదినాహారము నేడు మాకు దయచేయుము
> మా ఋణస్థులను మేము క్షమించియున్న ప్రకారము మా ఋణములు క్షమించుము
> మమ్మును శోధనలోకి తేక దుష్టునినుండి మమ్మును తప్పించుము.
> మనుష్యుల అపరాధములను మీరు క్షమించినయెడల మీ పరలోకపు తండ్రియు మీ అపరాధములను క్షమించును. మీరు మనుష్యుల అపరాధములను క్షమింపక పోయిన యెడల మీ తండ్రియు మీ అపరాధములను క్షమించును. మీరు మనుష్యుల అపరాధములను

క్షమింపక పోయిన యెడల మీ తండ్రియు మీ అపరాధములను క్షమింపడు" (9-15 వచనాలు).

9 నుండి15 వచనాలను తరువాత పాఠములో అధ్యయనం చేస్తాము. అయితే, యిది సుదీర్ఘంగా గాక, అన్యజనుల ప్రార్థన వలె యాంత్రికంగా ఉండక, క్లుప్తంగా హృదయాన్ని స్పృశించేదిగా యిది ఉంది.

ఉపవాసం (6:16-18)

ఏవిధంగా ఉపవాసముండకూడదు (16 వచనం)

ఇతర మనుష్యులు చూచునట్లుగా మనం చేసే నీతి క్రియలలో మూడువ ఉదాహరణగా ఉపవాసం గురించి యేసు మాట్లాడుతున్నారు: "మీరు ఉపవాసము చేయునప్పుడు వేషధారులవలె దుఃఖ ముఖులైయుండకుడి; తాము ఉపవాసము చేయుచున్నట్టు మనుష్యులకు కనబడవలెనని వారు తమ ముఖములను వికారము చేసికొందురు" (16 వచనం). "ఉపవాసము" (*nesteuo*) అను పదము ఆహారం లేకుండుటను సూచిస్తుంది.[18] నాలుగు వేలమంది జన సమూహము యేసు మాటలను రోజంతా విన్న తరువాత వారికి ఆహారం పంచిపెట్టబడిన సందర్భంలోనూ వారి గురించి యిదే పదం వాడబడింది (మత్తయి 15:32 చూడు; KJV మరియు NASBను పోల్చి చూడు).[19] కొన్ని ప్రాంతాల్లో ఉదయం పూట తీసుకునే అల్పాహారాన్ని (బ్రేక్ ఫాస్ట్) అని అంటారు. ఎందుకంటే రాత్రంతా అన్నం తినకుండాయున్న స్థితిని అధిగమించడం యిది.

ప్రాముఖ్యమైన ఆత్మీయ సాధనంగా ఉపవాసాన్ని యూదులు భావించేవారు. "ఉపవాసముండమని మోషే ధర్మశాస్త్రములో ఎక్కడా నేరుగా ప్రస్తావించబడలేదు."[20] అయితే ప్రాయశ్చిత్త దినమున యూదులు తమను తాము తగ్గించుకొనుటకు ఆజ్ఞాపించబడ్డారు (లేవీయకాండము 16:29-34; 31వ వచనాన్ని గమనించండి).[21] యిక్కడ తగ్గించుకొనడం ఉపవాసముగా వ్యాఖ్యానించబడింది. "ఉపవాసము చేత నా ప్రాణమును ఆయాసపరుచుకొంటిని" అని కీర్తన 35:13లో దావీదు వ్రాస్తున్నాడు. తరువాత కాలంలో క్రొత్త సంవత్సర ఆరంభంలోనూ, గతంలో సంభవించిన వైపరీత్యాల జ్ఞాపకార్థం జాతీయ ఉపవాసాన్ని యూదులు ఆచరించేవారని చరిత్ర ప్రకారం తెలుస్తుంది.[22] కొన్ని ప్రత్యేక సమయాల్లో కూడ యూదులు ఉపవాసాన్ని ఆచరించేవారు (1 సమూయేలు 7:5, 6 చూడు). అలాగే కొన్ని పరిస్థితులకు కొంతమంది వ్యక్తిగత ఉపవాసాన్ని అనుసరించారు (ఉదాహరణకు 2 సమూయేలు 1:12; 12:16; నెహెమ్యా 1:4 చూడు). పాత నిబంధన గ్రంథంలో ఉపవాసమును తగ్గింపు స్వభావం, దుఃఖంవంటి వాటికి గుర్తుగా చేసేవారు.

యేసు కాలంలో పరిసయ్యులు వారంలో రెండు రోజులు ఉపవాసం ఉండేవారు (లూకా 18:12 చూడు). సూర్యోదయం నుండి సూర్యాస్తమయం వరకు ఈ ఉపవాసం చేసేవారు.[23] మంగళవారం మరియు గురువారం రోజున వారు ఉపవాసముండేవారని చరిత్ర చెబుతుంది. ఈ రెండు రోజులు పట్టణంలో సంత జరిగేది. యిందుకోసం అనేకమంది పట్టణానికి వస్తుండేవారు. వీరందరి సమక్షంలో పరిసయ్యుల ఉపవాసం మరింత ఆర్భాటంగా జరుగుతుండేది.

ఉపవాస సమయంలో ఈ వేషధారులు "దుఃఖముఖులైయుండి"[24] తమ ముఖారవిందమును నిర్లక్ష్యము చేసుకుంటారని యేసు తెలియజేస్తున్నారు. వారు తమ ముఖమును కడుగుకొనక, తమ జుట్టును దువ్వుకొనక ఉంటారు. వారు మురికి బట్టలు ధరించి ముఖాన్ని వికారం చేసుకుంటారు. ఒక్కోసారి మహిల ఆర్భాటం కోసం తమ తలలపై బూడిద చల్లుకుని గోనెపట్ట ధరించుకుంటారు. తాము ఎంత నీతిమంతులైయున్నారో ప్రదర్శించుటకు దీనిని చేసేవారు.

"వారు తమ ఫలము పొందియున్నారని నిశ్చయముగా మీతో చెప్పుచున్నాను" (మత్తయి 6:16బి) అని యేసు మరోమారు తెలియజేస్తున్నారు. "వారు దేవుని మెప్పు కంటే మనుష్యుల మెప్పును ఎక్కువగా అపేక్షించిరి" (యోహాను 12:43). వారికీ కేవలం మనుష్యుల మెప్పు మాత్రమే లభిస్తుంది.

ఉపవాసముండుట ఎలా (17, 18 వచనాలు)

వేషధారుల క్రియలు తన శిష్యులలో ఉండకూడదని యేసు ఆశించాడు:

> ఉపవాసము చేయుచున్నట్లు మనుష్యులకు కనబడవలెనని గాక, రహస్యమందున్న నీ తండ్రికి కనబడవలెనని నీవు ఉపవాసము చేయునప్పుడు నీ తల అంటుకుని, నీ ముఖము కడుగుకొనుము. అప్పుడు రహస్యమందు చూచుచున్న నీ తండ్రి నీకు ప్రతిఫలమిచ్చును (17, 18 వచనాలు).

నూనెతో తలను అంటుకోవడం, ముఖమును కడుగు కొనడం యూదులు చేసే సాధారణ పరిశుద్ధత పద్ధతులు. "ఉపవాసమున్నప్పుడు ఎప్పటిలానే ఉండండి, మీరు ఉపవాసమున్న సంగతి యితరులకు తెలిసే విధంగా ప్రవర్తించకండి" అని యేసు తెలియజేస్తున్నారు.[25] "ఎప్పటి ఉదయంలానే ఈ ఉదయాన్ని ప్రారంభించండి. మీ ముఖాన్ని కడుగుకొనండి. తలకు నూనె రాసుకుని శుభ్రంగా ఉండండి"[26] అని ఈ నాడు యేసు తెలియజేస్తున్నాడు.

ఈ మాటలను తెలియజేసిన తరువాత కూడ మనకింకను సందేహాలు ఉంటాయి. ఉపవాసం ఎలా చేయాలి, క్రైస్తవులుగా యివి మన జీవితంపై ఎటువంటి ప్రభావం చూపుతాయన్న విషయం పై కొన్ని సందేహాలు ఉన్నాయి. మీరు ఒకవేళ ఉపవాసం చేస్తే అని యేసు అనడం లేదు. "మీరు ఉపవాసం చేయునప్పుడు" అని ఆయన అంటున్నాడు. కాబట్టి మనం ఉపవాసం ఉండవలసిన ఆవశ్యకత ఉంది. ఉపవాస నియమాన్ని క్రైస్తవులు విస్మరించిరని కొంతమంది భావిస్తుంటారు. మొదటి శతాబ్దంలో రోజుల తరబడి క్రైస్తవులు కఠిన ఉపవాసాన్ని ఆచరించేవారు. అప్పటి పరిస్థితులలో యిప్పటి కాలాన్ని వారు పోల్చి ఈ మాటలు చెప్తుంటారు.

ఉపవాసం గురించి క్రొత్త నిబంధన ఏమి చెబుతుందని దీని గురించిన విస్తారమైన మాటలు యిక్కడ కనబడవు.[27] దీని గురించిన సుదీర్ఘ వివరణ మార్కు 2:18–20లో యియ్య బడింది (మత్తయి 9:14, 15; లూకా 5:33, 35):

> యోహాను శిష్యులును, పరిసయ్యులును ఉపవాసము చేయుట కద్దు. వారు వచ్చి – యోహాను శిష్యులును పరిసయ్యుల శిష్యులును ఉపవాసము చేయుదురు గాని నీ శిష్యులు ఉపవాసము చేయరు. దీనికి హేతువేమని ఆయన్ను అడుగగా, యేసు – పెండ్లి

కుమారుడు తమతోకూడ ఉన్న కాలమున పెండ్లి యింటివారు ఉపవాసము చేయదగునా? పెండ్లి కుమారుడు తమతో కూడ ఉన్నంతకాలము ఉపవాసము చేయదగదు కాని పెండ్లి కుమారుడు వారి యొద్దనుండి కొనిపోబడు దినములు వచ్చును. ఆ దినములలోనే వారు ఉపవాసము చేతురు.

ఈ వాక్యమును బట్టి యోహాను శిష్యులు ఉపవాసమున్నారు గాని, యేసుని శిష్యులు ఉపవాసము లేనట్లుగా అర్థమవుతుంది. యేసు ప్రభువు తాను ఎత్తబడిన తరువాత తన శిష్యులు ఉపవాసముండవలసిన అవసరం ఉందని ఆయన యిక్కడ చెప్పారు. యేసు మాటలను బట్టి "ఉపవాసము చేయుట క్రైస్తవుల విధి కాదు గాని, క్రైస్తవుల జీవితంలో యిది ఒక బాధ్యత, అనుసరణీయమైనది, ఆచరింపదగినదిగా వ్యాఖ్యానం చేయవచ్చు."[28]

ప్రభువు ఆరోహణమైన తరువాత శిష్యులు ఉపవాసమున్నరా? క్రొత్త నిబంధనలో క్రైస్తవులు వ్యక్తిగతంగా ఉపవాసముంటే దానిని గురించి నేను మాట్లాడుట లేదు.[29] శిష్యులందరూ కలసి (సంఘం) ఉపవాసమున్న సంఘటనలు రెండు మనకు కనబడుతున్నాయి. అంతియొకయ సంఘం సౌలు మరియు బర్నాబాను సేవ నిమిత్తం పంపుటకు ముందు ఉపవాసముండి (అపొస్తలుల కార్యములు 13:3; 1-3 వచనాలు చూడు). సంఘంలో పెద్దలను నియమించుటకు ముందు వారు ఉపవాసముండి ప్రార్థన చేశారు (అపొస్తలుల కార్యములు 14:23). సామూహిక ఉపవాసము గురించి యింతకన్న ఎక్కువ సమాచారం మనకు లభించదు. వారు ఎంత సమయం ఆహారం లేకుండా ఉన్నారో తెలియదు. వారు ఉపవాస ప్రార్థన కొరకే కూడుకున్నారో లేక స్థానిక సంఘం ప్రార్థన చేస్తుండగా ఉపవాముండుటకు నిశ్చయించుకున్నారో తెలియదు.

ఉపవాసం గురించి సవిస్తారముగా అధ్యాయనం చేయుటకు, అర్థం చేసుకొనుటకు మనకు తగినంత, వాక్య సమాచారం ఇయ్యబడలేదు. బీదలకు సహాయం చేయుటకు గురించి మనకు రెండు ఆజ్ఞలు, సూచనలున్నాయి (2 కొరింథీయులకు 8; 9 చూడు). ప్రార్థన గురించి మనకు అనేక సూచనలు, ఆజ్ఞలున్నాయి (ఉదాహరనకు మత్తయి 7:7-11; 1 థెస్సలొనీకయులకు 5:17; ఎఫెసీయులకు 6:18 చూడు). కాని ఉపవాసం గురించి మనకు ఏ ఆజ్ఞ ఇయ్యబడలేదు. కాని, ఉపవాసమున్నప్పుడు యితరుల దృష్టిలో పడేలా మనం ఉపవాసముండకూడదన్న సూచన ఒక్కటి మన వాక్యంలో కనబడుతుంది.

ఉపవాసం చేయువారు దీని వలన ఆత్మీయ మరియు శరీరక మేలులున్నాయని చెబుతారు. మనసు తేలికపడడంనుండి ఆత్మీయంగా ఎదగడం వరకు మేలులుంటాయి. వ్యక్తులు విభిన్న వ్యక్తిత్వంతో విభిన్న రకాలుగా ఉంటారు కాబట్టి ఉపవాసముండే వారందరూ ఆత్మీయంగా మేలులనే పొందుట లేదు. క్రైస్తవేతరులు కూడ ఉపవాసంవలన ఫలితాలను యిలాగే వర్ణిస్తుంటారు.[30] కాబట్టి క్రైస్తవులు మరియు యితరులకు ఉపవాస భౌతిక ఫలిత విషయంలో పెద్ద వ్యత్యాసం కనబడదు. ఒకవేళ ఉపవాసంలో స్వతంత్ర ఆత్మీయ మేలులు యిమిడియున్నట్టయితే, ప్రభువు తాన్నున్న సమయంలో తన శిష్యులు ఉపవాసం ఉండనక్కరలేదని ఎందుకు చెప్పారన్న విషయాన్ని అర్థం చేసుకోవడం కష్టం.

మనల్ని మనం క్రమశిక్షణపరచుకొను సాధనగా ఉపవాసాన్ని చెబుతారు. ఆహార విషయానికి వస్తే మనం ఖచ్చితంగా తగ్గింపు స్వభావం కలిగియుండాల్సిందే. తగ్గింపు స్వభావం మనకు ప్రతి దినము ప్రతి సయములోనూ అవసరము. క్రొత్త నిబంధనలో

ఉపవాసం గురించి ఎక్కువ సూచనలు యియ్యబడలేదు. గాని యిది రోజూవారీ దినక్రమము కంటే విభిన్నమయినది. జాన్. ఆర్. డబ్ల్యూ. స్టాట్ ఈ విధంగా తెలియజేస్తున్నాడు,

> [ఉపవాసం] అనేది మనం రోజూవారీ క్రమములో చేసేది కాదు, ... యిది ప్రత్యేకమైన సందర్భంలో దేవుని మార్గోపదేశం లేదా దేవుని ఆశీర్వాదం కొరకు వెదుకుటకై మనం ప్రార్థనలో దేవునిని అడిగే సందర్భం యిది. యిప్పుడు ఆహారము మరియు దినచర్యలను ప్రక్కన బెట్టి దేవున్ని సంధిస్తాము.[31]

ఆది సంఘపు విశ్వాసుల *తమను తాము క్రమశిక్షణలో* పెట్టుకొనుట కంటె *స్వపరిత్యాగము*నకు (తమను తాము ఉపేక్షించుకొనుటకు) గుర్తుగా ఉపవాసాన్ని ఆచరించేవారు. వారు తాము దేనికి ప్రాధ్యానతనిస్తున్నారో అందుకు సూచనగా ఉపవాసముండేవారు. “కాబట్టి మీరు ఆయన రాజ్యమును, నీతిని మొదట వెదకుడి అప్పుడవన్నియూ మీకు అనుగ్రహింపబడును” (6:33) అని ఈ అధ్యాయం చివరి భాగంలో ప్రభువు చెప్పిన మాటలను అనుసరించి కొన్ని ప్రత్యేక సందర్భాల్లో ఆహారం మరియు యితరకనీస అవసరతలను విస్మరించారు. ఎందుచేతనంటే, ప్రభువు కోసరం చేయునదేదో అది ప్రాముఖ్యమైనది.[32]

ప్రస్తుత కాలానికి సంబంధించిన అనేకమైన ఉదాహరణలు నా మనసులో మెదులుతున్నాయి.[33] కొంతమంది సువార్త గురించి యితరులకు బోధించుటకు అవకాశం వస్తే భోజన సమయాన్ని కూడ మర్చిపోతుంటారు. కొంతమంది అవసరతలో ఉన్నవారికి సహాయం చేస్తూ వారి సమయాన్ని, భోజనమును, శ్రమను అంతా మర్చిపోయి సేవలోనే గడుపుతుంటారు. మరికొంతమంది గురించి చెప్పుటకు సిగ్గుపడుతున్నాను. వారికి ఇటువంటి గోల ఉండదు. పరిశుద్ధులను కలిసే విషయంలో (హెబ్రీయులకు 10:25) వారు దేవున్ని ఘనపరుస్తూ, మహిమపరిచేకంటే వారు తినుటకు, నిద్రపోవుటకు, తమకిష్టమైన పనులయందు ఆసక్తి కలిగియుండుటకు యిష్టపడతారు.

మన ప్రాధాన్యతల గురించి ఆలోచించుటకంటె, ఉపవాసం గురించి ప్రభువు మాటలు మీ జీవితాల పై ఏవిధంగా ప్రభావితం చూపుతాయన్న విషయం గురించి ఆలోచించండి. ఈ విషయం గురించి నేనేమి చెప్పను. ఉపవాసం ద్వారా మీ జీవితంలో ఎటువంటిఫలితం ఉంటుందో ఆలోచించండి. సంఘంలో ఏదైనా సమస్య ఉంటే, సంఘమంతటిని ఉపవాస ప్రార్థన నిమిత్తం నాయకులు సమావేశపర్చాలి. ఏదేమైనా మీరు ఉపవాసమున్నప్పుడు దానిని ప్రదర్శనగా చేయకండి. యితరులు గమనాన్ని మీవైపుకు త్రిప్పుకొనకండి అన్న యేసు చెప్పిన మాటలను మర్చిపోకండి. అప్పుడు, రహస్యమందున్న మీ తండ్రి మీ ఉపవాసాన్ని గుర్తిస్తారు. “అప్పుడు రహస్యమందు చూచుచున్న మీ తండ్రి మీకు ప్రతిఫలమిచ్చును.”

ముగింపు

యేసు మనకు యిస్తున్న సందేశంను మరచిపోయే రీతిలో ఈ ఉదాహరణలలో మనం నిమగ్నమై పోలేదని నేను నమ్ముతున్నాను. చెడు ఉద్దేశంతో మంచి పనిని మనం చేయకూడదు. ఈ సందేశం నాకు కూడ వర్తిస్తుంది. నేను బోధించిన తరవాత నా మాటలు విన్న శ్రోతలు నన్ను అభినందించాలనుకుంటాను. నా పాఠములు చదివిన పాఠకులు అవి వారికి ఉపకరించాయన్న విషయాన్ని వారినుండి తెలుసుకోవాలనుకుంటాను. ఒకవేళ ఎవ్వరూ నన్ను

అభినందించకపోతే, నేను నిరుత్సాహపడతాను. “నేను దేవుని కోసం చేస్తున్నదంతా ఎందుకు చేస్తున్నాను? నా ఉద్దేశాలు స్వచ్ఛంగానే ఉన్నాయా?” అని నన్ను నేను ప్రశ్నించుకుంటాను. ఈ ప్రశ్నలతో నేను తరచు సతమతమవుతుంటాను.

యేసు తాను గద్దించిన వారిని “వేషధారులుగా” పిలిచాడు (2, 5, 16 వచనాలు). వేషధారులు అంటే తమను గాక యితరుల ముసుగు ధరించి ప్రవర్తించువారు అని మనం భావిస్తాం. ప్రభువు యిక్కడ వేషధారులు అని పిలుస్తున్నా వారు తాము దేవుని చిత్త ప్రకారం చేస్తున్నామని అనుకునేవారు (లూకా 18:11, 12). తద్వారా వీరు తమను తాము మోసగించుకుంటున్నారు. మనల్ని మనం మోసగించుకునే వేషధారులుగా మనం ఉండకుండా దేవుడు మనకు సహాయం చేయును గాక. మనం మంచిపనులు చేయుటకు మాత్రమేగాగ, ఆ పనులు మంచి ఉద్దేశంతో చేయుటకు దేవుడు మనకు సహాయం చేయును గాక.

సూచనలు

[1]T. S. Eliot, *Murder in the Cathedral*; quoted in Harold Hazelip, *Discipleship*, The 20th Century Sermons Series (Abilene, Tex.: Biblical Research Press, 1977), 59. [2]నిలబడి ప్రార్థించడం తప్పుకాదు (లూకా 18:10–14 చూడు). మనం ఎలా ఉన్నాగాని, మనం చేసే ప్రార్థన దేవునికి అంగీకార యోగ్యంగా ఉండాలి. [3]సమాజమందిరం ఎదుట నిలువబడి ప్రార్థన చేసేవారు. సహజంగా, పవిత్ర లేఖనాలు భద్రపరచబడిన స్థలం ఎదురుగా నిలబడి ప్రార్థిస్తారు. [4]ఇవే గాక తరచుగా, ప్రతి సందర్భంలోనూ యూదులు ప్రార్థించేవారు. [5]తొమ్మిదవ గంట గురించి అపొస్తలుల కార్యము 3:1ను చూడు. [6]కలరా ఉండలు అనేవి చిన్నవిగా, తెల్లవిగా గోళీయంత ఆకారంలో ఉంటాయి. ఇవి కర్పూరంవంటి పదార్థంతో తయారయి, చిమ్మట పురుగులను తరిమివేస్తాయి. [7]W. E. Vine, Merrill F. Unger, and William White, Jr., *Vine's Complete Expository Dictionary of Old and New Testament Words* (Nashville: Thomas Nelson Publishers, 1985), 95. [8]Frank L. Cox, *Sermon Notes on the Sermon on the Mount* (Nashville: Gospel Advocate Co., 1955), 15. [9]మీరున్న ప్రాంతంలోని వ్యక్తుల దినచర్యకు అనుకూలంగ దీన్ని మార్చుకోండి. [10]D. Martyn Lloyd-Jones, *Studies in the Sermon on the Mount,* vol. 2 (Grand Rapids, Mich.: Wm. B. Eerdmans Publishing Co., 1959), 46.

[11]Harold Fowler, *Matthew I,* Bible Study Textbook Series (Joplin, Mo.: College Press, 1968), 337. (Emphasis added.) [12]KJVలో అన్యజనులు (heathen) అను మాట ఉంది. [13]KJVలో “వ్యర్థమైన పునరుచ్చరణ” అను మాట ఉంది. యిక్కడ వాడబడిన వ్యర్థం అను మాటకు “ఖాళీ, పనికి రాని” అను మాట ఉంది. [14]కొంతమంది దీనిని అనుకరణముగా భావిస్తుంటారు. యిది ఆ మాట యొక్క అనుకరణములోనే ఉంటుంది. “బాబుల్” అను మాట కూడ యిలా అర్థం లేకుండా మాట్లాడుటనే సూచిస్తుంది. [15]Walter Bauer, *A Greek-English Lexicon of the New Testament and Other Early Christian Literature,* 4th ed., rev. and aug. William F. Arndt and F. Wilbur Gingrich (Chicago: University of Chicago Press, 1957), 137. [16]Robert H. Mounce, *Matthew,* New International Biblical Commentary (Peabody, Mass.: Hendrickson Publishers, 1991), 55. [17]“తాము ఎంత ఎక్కువ మాట్లాడితే అంత తక్కువగా వినబడుతుందని అన్యజనులు భావిస్తుంటారు” అని NEBలో వ్రాయబడింది (7 వచనం). [18]Vine, 228. [19]దీని సంబంధిత పదం (*astia*) అపొస్తలుల కార్యములు 27:21, 33లో కనబడుతుంది (*esthio*) మరియు అను పదాలకు ముందు ఒకే నకారాత్మక పదం చేర్చబడింది. (Ibid., 227-28.) [20]Fowler, 358.

[21]లేవీయకాండము 23:26–32; సంఖ్యాకాండము 29:7లను చూడు. క్రొత్త నిబంధనలో అపొస్తలుల కార్యములో 27:9లో ప్రాయశ్చిత్తార్థ దినము “ఉపవాస దినంగా” పిలువబడింది. [22]ఇటువంటి సందర్భాల తేదీలు 2 రాజులు 25:1, 3, 25 మరియు యిర్మీయా 52:12, 13లో కనబడుతాయి. [23]సూర్యోదయమునకు ముందు, సూర్యాస్తమయమునకు తరువాత ఆహారాన్ని తీసుకోవచ్చును. దినమంతా ఉపవాసముండిన సందర్భాల గురించి పాత నిబంధనలో న్యాయాధిపతులు 20:26; 1 సమూయేలు 14:24; 2 సమూయేలు 1:12; 3:35 చూడు). [24]““ముఖము వికారము చేసికోవడం” అనేది (*aphanizo*) అను పదం నుండి వచ్చింది. దీనికి “గుర్తు పట్టలేనంతగా” అని అర్థం (Arndt and Gingrich, 124). [25]తలకు నూనె రాసుకోవడం ఉత్సవమునకు గుర్తు అని కొంతమంది చెబుతారు. ఇలా అయితే, యిది కూడ ఒకరి గమనాన్ని మనవైపు ఆకర్షించేలా చేస్తుంది. అయితే, తలకు

నూనె రాయడం అనుదిన శుభ్రతా చర్యలలో ఒకదానినిగా ఉంచుట మంచిది. [26]మీ ప్రాంతంలోని రోజూవారి ప్రొద్దుట పూట దిన చర్యలకు అనుగుణంగా దీన్ని మలుచుకోండి. [27]ఉపవాసం గురించి మరికొన్ని వాక్యభాగాలు లూకా 2:37 మరియు మత్తయి 4:2. KJVలో "ఉపవాసం" అను మాట మత్తయి 17:21; మార్కు 9:29; అపొస్తలుల కార్యములు 10:30; 1 కొరింథీయులకు 7:5లో ఉంది. అయితే "ఉపవాసమునకు" మూల గ్రీకు పదం ప్రాచీన ప్రతులలో ఈ వాక్య భాగంలలో లేదు. [28]R. K. Harrison, "Fast," *The International Standard Bible Encyclopedia,* rev., ed. Geoffrey Bromiley (Grand Rapids, Mich.: Wm. B. Eerdmans Publishing Co., 1982), 2:284. [29]రెండవ శతాబ్దంలో పరిశుద్ధాత్ముని ప్రేరేపితం కాని ప్రతులు, పత్రికలలో ఉపవాసం గురించి చెప్పబడింది. కాని, ఇవి వాక్యముతో సరిపడినవి కాదు కాబట్టి మనం వీటిని తీసుకొనలేము. పౌలు ఆత్మీయ అభ్యాసంగా ఉపవాసమున్నాడనుటకు "ఆకలి దప్పులతోనూ," "ఉపవాసములతోనూ" (2 కొరింథీయులకు 6:5; 11:27) అన్న మాటలను రుజువుగా తీసుకుంటారు (ఈ రెండు మాటలకు ఉపమాన గ్రీకు పదం ఉపయోగించబడింది). ఈ రెండు వాక్య భాగాలు కూడ పౌలు క్రీస్తు కొరకు పొందిన శ్రమను సూచిస్తున్నాయి. [30]క్రైస్తవేతరుల ఉపవాసమునకు ఉదాహరణ కొరకు దానియేలు 6:18 (బబులోను రాజు), యోనా 3:5 (నినివే వాసులు) మరియు అపొస్తలుల కార్యములు 23:12, 14 (సంఘం స్థాపించబడిన తరువాత యూదులు)లను చూడండి).

[31]John R. W. Stott, *The Message of the Sermon on the Mount,* The Bible Speaks Today series (Downers Grove, Ill.: Inter-Varsity Press, 1978), 137. [32]క్రైస్తవులు ఆత్మీయ మేలు కొరకు కొన్నింటిని మానుకొన్నారు అనే ఉదాహరణ కొరకు 1 కొరింథీయులకు 7:5 చూడు. ఇది ప్రార్థన నిమిత్తం క్రైస్తవ జంట వేరుగానుండడం గురించి మాట్లాడుతుంది. [33]మీరు సేవచేస్తున్న ప్రాంతమునకు అనుగుణంగా దీనిని అన్వయించుకొనండి.