

# Ärgake!

Nr 4 / 2017



Kas sa teed  
liiga palju?

# Ärgake!



## 3 KAANETEEMA KAS SA TEED LIIGA PALJU?

Tänapäeval on paljud inimesed väga hõivatud, nii et see võib piin gestada nende suhteid ning nende perekonnaelu võib kannatada.

Kuidas saaksime oma aega tasa-kaalukamalt kasutada?

Üks tark mees kirjutas kunagi: „Parem peotäis puhkust kui kaks peotäit kõva tööd ja tuule tagajamist.” (Koguja 4:6.)

See Ärgake! number annab praktilisi soovitusi, kuidas oma aega targalt kasutada; näiteks võiks prioriteedid paika panna.

Vol. 98, No. 4 / ESTONIAN

See trüks ei ole müögiks, vaid on antud välja ülemaailmse piibligharidustöö raames, mida toetatakse vabatahtlike annetustega. Annetuse tegemiseks leiad infot saidilt [www.jw.org/et](http://www.jw.org/et).

Kui ei ole teisisi märgitud, on piiblitsaadid võetud „Uue maailma tõlkest” (2014).

*Awake!* (ISSN 0005-237X) Issue 4 August 2017 is published bimonthly in England by Watch Tower Bible and Tract Society of Britain, The Ridgeway, London NW7 1RN. (Registered in England as a Charity.) © 2017 Watch Tower Bible and Tract Society of Pennsylvania. Printed in Britain.  
Väljaandjad: Jehova tunnistajad.

## SELLES NUMBRIS VEEL

- 8 Hämmastav randtiir
- 9 „Hea nimi on väärtslikum kui suur rikkus”
- 10 ABI PEREDELE  
Kui lapsed on läinud
- 12 INTERVJUU  
Ajupatoloog põhjendab oma usku
- 14 PIIBLI SEISUKOHT  
Kiusatused
- 16 KAS SEE ON KAVANDATUD?  
Tiheda läikmarja säravsinine mari

## JW.ORG™ VAATA LISA VEEBIST

### VASTUSED PIIBLIKÜSIMUSTELE



PERE

Kas Piibel saab muuta mu pereelu õnnelikumaks?

Piiblit põhinevad nõuanded on aidanud miljonitel meestel ja naistel oma pereelu õnnelikumaks muuta.

(Vaata PIIBLI ÕPETUSED > VASTUSED PIIBLIKÜSIMUSTELE)

### VIDEOD



MIDA ARVATA ELU PÄRITOLUST?

Monica Richardson.  
Arst põhjendab oma usku

See, mida ta õppis lapse sünni kohta, muutis tema seisukohta seoses elu päritoluga.

(Vaata VÄLJAANDED > VIDEOD, alateema „Intervjuud ja kogemused”)

Tiraž: 60240 000. Ilmub 117 keeles

Kas sa sooviksid saada rohkem infot või oled huvitatud tasuta kodusest piiblikursusest?

Vaata [www.jw.org/et](http://www.jw.org/et) või kirjuta alltoodud aadressil:

JEHOOVA TUNNISTAJAD, PL 68, FI-01301 Vantaa, SOOME (võid kirjutada eesti keeles).  
Teisi kontaktandmeid leiad aadressilt [www.jw.org/et/kontakt](http://www.jw.org/et/kontakt).



# Kas sa teed liiga palju?

Kas sa tunned, et oled liiga hõivatud? Kui nii, siis pole sa sugugi ainus. „Inimesed näivad igal pool olevat väga hõivatud,” teatab ajakiri The Economist.

AASTAL 2015 küsitleti täiskohaga töötajaid kaheksal maal ning neist paljud ütlesid, et neil on raske vastata nende töökoha ja koduse elu nõudmistele. Põhjusteks nimetati üha kasvavaid kohustusi nii tööl kui ka kodus, suuremaid väljaminekuid ja pikemaid tööpäevi. Näiteks Ameerika Ühendriikides töötavad need, kes käivad täiskohaga tööl, keskmiselt 47 tundi nädalas. Ja ligi iga viies töötab 60 tundi nädalas või veelgi rohkem!

Ühes teises küsitoluses, mis hõlmas inime-

si 36 riigist, ütles neljandik vastanutest, et nad tunnevad sageli isegi *vabal ajal*, et neil on kiire. Ka lastele ei möju hästi see, kui nende aeg on viimseni ära planeeritud.

Kui me pidevalt üritame teha rohkem, kui aeg võimaldab, võime langeda stressi, nii et me tunneme kogu aeg, et oleme ajahädas. Ent kas on võimalik elada ka tasakaalukamalt? Millist rolli mängivad meie uskumused, valikud ja eesmärgid? Esmalt vaatleme nelja põhjust, miks mõned üritavad liiga palju teha.

## 1 SOOV PAKKUDA PERELE AINELISES MÖTTES PARIMAT

„Ma töötasin seitse päeva nädalas,” ütleb pereisa Gary. „Tegin seda seepärast, et alati näis olevat midagi paremat, mida soovisin oma lastele anda. Tahtsin, et neil oleks kõik see, mida minul kunagi polnud.” Hoolimata vanemate headest motiividest tuleks neil oma prioriteedid läbi uurida. Mõned uuringud töödevad, et nii täiskasvanud kui ka lapsed, kes peavad raha ja asju liiga tähtsaks, kipuvad olema vähem önnelikud, eluga vähem rahul ja kehvema tervisega kui need, kes ei pea ainelist vara nii tähtsaks.

Selleks et lapsed võksid olla tulevikus edukad, täidavad mõned lapsevanemad nii oma laste kui ka endi ajakava köikvõimalike tegevustega. Raamat „Putting Family First” võrdleb selliseid heade kavatsustega vanemaid meeblelahutuse korraldajatega kruisilaeval.

## 2 ARVAMUS, ET MIDA ROHKEM, SEDA PAREM

Reklaamid püüavad meid veenda selles, et kui me ei ostu uusimaid tooteid, jäädme millestki ilma. Ajakirja The Economist sõnul tekitab köikvõimalike kaupade plahvatustlik kasv tarbijates veelgi enam tunde, et selle vähese ajaga, mis neil on, pole piisavalt aega valida, mida osta, vaadata või süüa.

Aastal 1930 ennustas üks juhtiv mäandusteadlane, et tehnika areng annab töötajatele rohkem vaba aega. Kui valesti ta küll ennustas! Ajakirja The New Yorker ajakirjanik Elizabeth Kolbert tähdeldas,



et varakult töölt lahkumise asemel leiavad inimesed, et nad vajavad uusi asju, ning need nõuavad omakorda raha ja aega.

## 3 PÜÜD VASTATA TEISTE OOTUSTELE

Mõned rabavad ületööd teha, et olla oma tööandja meele järele. Kaastöötajad võivad samuti survet avaldada, tekitudes süütunnet neis, kes kauemaks tööl ei jäää. Peale selle on inimesed majandusliku eba-kindluse tõttu valmis kauem töötama või olema alati kättesaadavad.

Samamoodi võivad lapsevanemad tunda survet teiste perede tormaka elutem-



## Lapsed, kelle vanemad panevad röhku materiaalsetele asjadele, pole eriti önnelikud

poga sammu pidada. Kui nad seda ei suuda, võib neid haarata süütunne, et nende lapsed jäavad millestki ilma.

### 4 SOTSIAALNE STAATUS JA ENESETEOSTUS

Tim, kes elab Ameerika Ühendriikides, ütleb: „Ma armastasin oma tööd ja rabasin kogu aeg täie auruga. Tundsin muudkui, et pean end töestama.”

Timi kombel tunnevad ka paljud teised, et nende minapilt on tihedalt seotud nende elutempoga. Varem tsiteeritud Elizabeth Kolbert sõnab, et hõivatusest on saanud sotsiaalne staatus. Ta lisab:

„Mida hõivatum sa oled, seda tähtsam paistad.”

### ÕPI OLEMA TASAKAALUKAS

Piibel ergutab meid usinalt ja kövasti tööd tegema. (Õpetussõnad 13:4.) Samas õhutab see olema tasakaalukas, öeldes: „Parem peotäis puhkust kui kaks peotäit kõva tööd ja tuule tagajamist.” (Koguja 4:6.)

Tasakaalukas elu on hea nii meie vaimule kui ka kehale. Kas on aga võimalik hoogu maha võtta? On küll. Vaatame nelja soovitust.



## Tehnika ja meie aeg

Kas nutitelefonid ja tahvelarvutid aitavad aega kokku hoida või röövivad seda? Vastus sõltub sellest, kuidas neid vahendeid kasutada.

**Tööl.** Mobiilseadmed võivad anda töötajale rohkem paindlikkust, nii et ta saab valida, millal ja kus töötada. Need aga võivad ka suurendada tööstressi, tekitudes ootuse, et töötaja on sisuliselt kättesaadav nii pääeval kui ööl.

**Kodus.** Nutitelefonid võivad aidata aega kokku hoida, kuna pereliikmetel on lihtsam oma tegemisi kooskõlastada. Ent need seadmed võivad ka röövida pere ühist aega. Uuringud näitavad, et lapsed, kes peavad vanemate tähelepanu saamiseks nutivahenditega võistlema, võivad tunda pettumust ja neil võib olla käitumisprobleeme.

## 1 TEE KINDLAKS OMA VÄÄRTUSED JA EESMÄRGID

On normaalne soovida teatud määral mänduslikku kindlustatust. Kui palju raha on aga piisav? Kuidas defineerida edukust? Kas see on mõõdetav vaid sissetuleku ja ainelise varaga? Teisest küljest võib ka liiga palju puhkust või meeelahutust elutempo üles kruvida.

Varem tsiteeritud Tim sõnab: „Möitlesime koos naisega tõsiselt oma elu üle ja otsustame seda lihtsustada. Tegime tabeli, mis näitas meie tollast olukorda ja meie uusi eesmärke. Arutasime, kuhu on viinud meie varasemad otusused ja mida meil tuleks teha, et saavutada oma eesmärgid.”

## 2 VÄHENDA TARBIMISKULTUURI MÖJU

Piibel annab meile nõu ohjeldada oma silmamu. (1. Johannese 2:15–17.) Reklaamid aga õhutavad tegema pikki tööpäevi või lubama endale võimalikult palju või kulukat meeelahutust. Ilmselt ei saa sa välтida kõiki reklaame. Ent sa saad piirata seda, kui palju sa lased Neil end mõjutada. Samuti võid sa hoolsalt läbi möelda, mida sa tegelikult vajad.

Pea ka meeles, et sind mõjutavad su kaaslasted. Kui nad ihkavad üha rohkem ainelist vara või mõõdavad edu materiaalsete väärustega, siis oleks sul tark otsida sõpru, kel on paremad väärushinnangud. „Kes tarkadega läbi käib, saab targaks,” ütleb Piibel. (Õpetussõnad 13:20.)

## 3 SEA TÖÖAJALE PIIRID

Räägi tööandjaga oma tööst ja prioriteetidest. Ära tunne end süüdi, et sul on ka isiklik elu. Raamat „Work to Live” ütleb: „Need,



## Kasutage söögiaega omavahel vestlemiseks

kes hoiaavad töö ja koduse elu lahus ning võtavad puhkust, jõuavad tähtsa tödemuseni: elu ei jäää seisma, kui nad ära on.”

Gary, keda varem tsiteeriti, oli majanduslikult üsna heal järel, niisiis otsustas ta oma töötunde vähendada. „Rääkisin oma perega ja tegin ettepaneku meie elu lihtsustada,” ütleb ta. „Seejärel hakkasime selle nimel tasapisi tegutsema. Rääkisin ka oma tööandjaga, et ta võimaldaks mul nädalas vähem päevi töötada, ning ta tuligi mulle vastu.”

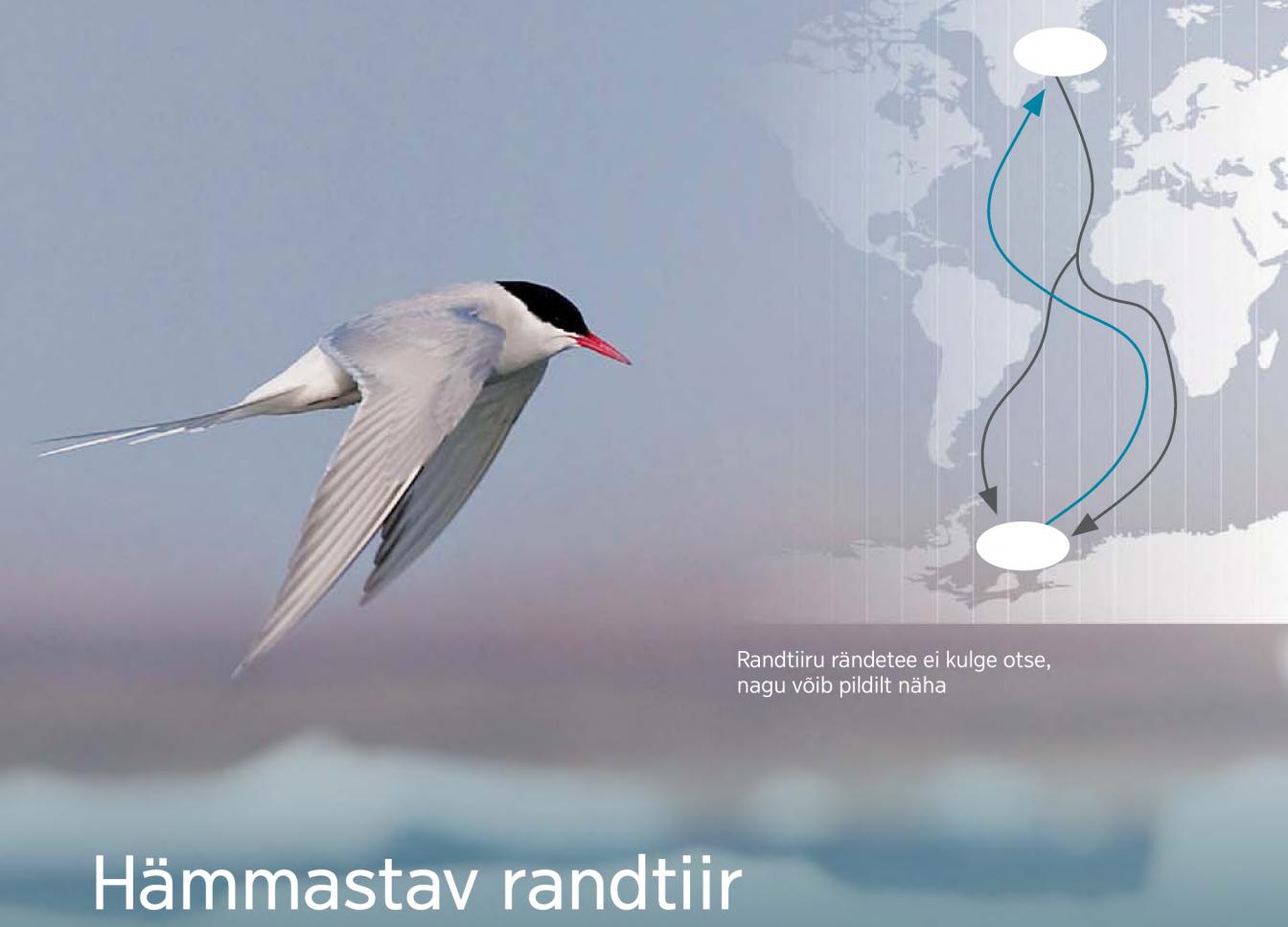
## 4 PEA PEREGA KOOSOLEMIST TÄHTSAKS

Abikaasadel tuleb omavahel aega veeta ja samuti vajavad lapsed ühist aega koos vanematega. Seega ära püüa pidada sam-

mu teiste peredega, kes alati tormavad kuhugi. „Võta aega puhkamiseks ja löögastumiseks ning jäta körvale vähemtähtsad tegevused,” soovitab Gary.

Kui teie pere on koos, siis ärge laske teleril, mobiiltelefonidel või muudel seadmetel end üksteisest eraldada. Sööge päevas koos vähemalt korra ja kasutage seda aega omavahel vestlemiseks. Kui vanemad järgivad seda lihtsat soovitust, tunnevad lapsed end hästi ja neil läheb ka koolis paremini.

Lõpetuseks mõtle, mida sa oma elult soovid ja mida sa soovid oma perele. Kui soovid õnne-likumat ja mõttelikamat elu, pane paika prioriteedid, mis pöhinevad Piibli ajatul tarkusel. ■



Randtiiru rändetee ei kulge otse,  
nagu võib pildilt näha

## Hämmastav randtiir

KAUA aega arvati, et randtiirud lendavad oma teekonnal Arktikast Antarktikasse ja tagasi umbes 35 000 kilomeetrit. Ent hiljutistest uurimustest on selgunud, et tegelikult lendavad need linnud palju rohkem.

Mitmele linnule kinnitati väikesed seadmed — geolokaatorid. Tänu nendele hämmastavatele seadmetele, mis kaalusid umbes sama palju kui kirjaklamber, saadi teada, et mõned tiirud läbisid edasi-tagasi teekonnal keskmiselt 90 000 kilomeetrit, mis on teadavalts pikim ränne loomariigis. Üks lind lendas peaaegu 96 000 kilomeetrit! Miks saadi varasemaga vörreldes nii teistsugused andmed?

Ükskõik kust randtiirud oma teekonda alustasid, ei lennanud nad otse. Nagu pildilt näha, oli tavalline Atlandi ookeani rändetee S-tähe kujuline. Miks? Linnud lihtsalt kasutasid ära õhuvoole.

Elades umbes 30-aastaseks, võib randtiir rännata kokku tublisti üle 2,4 miljoni kilomeetri. See võrdub 3-4 edasi-tagsasireisiga Kuule! Ühe teadlase sõnul on see töeline saavutus linnult, kelle kehakaal on vaid veidi üle 100 gramma. Ja see pole veel köik. Kuna randtiirud on mölemal poolusel kummagi suveajal, näevad nad „aasta jooksul rohkem päevalgust kui ükski teine elusolend”, märgitakse raamatus „Life on Earth: A Natural History”. ■



Hea nimi ehk maine aitab pälvida teiste usaldust ja austust

## „Hea nimi on väärtslikum kui suur rikkus”

HEA nimi ehk maine on väga väärtslik. Mõnel maal on see lausa seaduslikult kaitstud, kusjuures seda võidakse kaitsta nii suulise kui ka kirjaliku laimu eest. See tuletab meelde muistset ütlust „Hea nimi on väärtslikum kui suur rikkus, austus on parem kui hõbe ja kuld”. (Õpetussõnad 22:1.) Kuidas saavutada head nime ja pälvida teiste austust? Piiblis on selle kohta väga häid soovitusi.

Vaatame näiteks, mida öeldakse Piiblis Laulus 15. Vastuseks küsimusele, kes võib olla külaline Jumala telgis, ütles laulukirjutaja: „See, kes ... teeb, mis on õige, ja räägib tött oma südames, kes teisi ei laina, ei tee ligimesele halba ega musta oma söpru, kellele on tülkad põlastusväärsed, ... kes ei tagane oma töötusest ka siis, kui see toob talle kahju, ... ega võta süütu vastu altkäemaksu.” (Laul 15:1–5.) Kas ei austaks sa sellist inimest, kes järgib oma elus neid kauneid põhimõtteid?

Teiste austust aitab pälvida ka alandlikkus. „Enne au on alandlikkus,” ütleb

Piibli kirjakohat Õpetussõnad 15:33. Mötle järgnevale. Alandlik inimene näeb, milles ta saaks end parandada, ning ta teeb selle nimel kõvasti tööd. Lisaks on ta valmis vabandust paluma, kui on kedagi solvanud. (Jaakobuse 3:2.) Samas uhke inimene pole selline, vaid solvub kergesti. „Uhkus on enne langust, kõrkus enne komistust,” on kirjas piiblisalmis Õpetussõnad 16:18.

Kuidas toimida aga siis, kui keegi määrib sinu head nime? Kas peaksid sellele tormakalt ja vihasena reageerima? Küsi endalt: kas see, kui püünan kaitsta oma mainet, ei aita pigem kaasa väärinfo levimisele? Kuigi seadusliku kaitse taotlmine on mõnes olukorras kohane, annab Piibel tarka nõu: „Ära kiirusta kohtuasja algatama.” Pigem soovitab see: „Aja korda oma asjad ligimesega.” (Õpetussõnad 25:8, 9.)\* Selline tasakaalukam reageering võib säästa sulle ka hulga raha, mida muidu maksaksid kohtukulude eest.

Piibel on midagi palju enamat kui usu- raamat. See on usaldusväärne teejuht eluks. Kõik, kes rakendavad ellu selle tar- kusi,arendavad omadusi, mis aitavad pälvida teiste sügavat austust ja saavu- tada head nime. ■

\* Piibli põhimõtteid konfliktide lahendamise kohta leiab veel kirjakohatdest Matteuse 5:23, 24; 18:15–17.



# Kui lapsed on läinud



## PROBLEEM

Abikaasadel on sageli suurimaks väljakutseks see, kui nende lapsed suureks kasvavad ja kodust lahkuvad. Järsku on nende kodu nagu tühi pesa ja nad tunnevad end otsekui võõrad. „Ma nõustan paljusid inimesi, kes ei tea, kuidas oma kaasaga jälle lähedaseks saada,” kirjutab perenõustaja

Gary Neuman. „Nüüd, kui nende lapsed on läinud, pole neil [vanematel] omavahel enam suurt millestki rääkida ega midagi koos teha.”\*

Kas see sarnaneb mingil märal ka teie abieluga? Kui nii, siis saate oma suhet kindlasti parandada. Köigepealt vaadelgem möningaid asjaolusid, mis võisid põhjustada teie üksteisest kaugenemise.

\* Raamatust „Emotional Infidelity”.

## MIKS SELLINE OLUKORD TEKIB

**Aastaid olid lapsed esikohal.** Paljud lapsevanemad seavad parimate kavatsustega oma laste vajadused ettepoole oma suhtest kaasaga. Seetõttu harjuvad nad nii võrd oma isa-ema rolliga, et nende omavaheline suhe kannatab. See ilmneb üsna ruttu siis, kui nende lapsed on kodunt lahkinud. „Kui lapsed olid siin, siis me vähemalt tegutsesime koos,” sõnab 59-aastane naine ja lisab, et pärast laste lahkumist elasid nad abikaasaga kumbki oma elu. Kord ta isegi ütles oma kaasale: „Me oleme üksiteljalus.”

**Möned abielupaarid pole valmis kohanema selle uue etapiga oma elus.** „Paljudel abikaasadel on tunne, otsekui oleksid nad alles abiellunud,” ütleb raamat „Empty Nesting”. Tundes, et neil pole eriti midagi ühist, hakkab kumbki kaasa tegelema omaenda asjadega, nii et nad on rohkem nagu korterikaaslased kui abikaasad.

Hea uudis on aga see, et selliseid probleeme saab vältida ning oma uuest eluetapist on võimalik isegi rõõmu tunda. Abi võib olla Piiblist. Vaadelgem kuidas.



## MIDA SA SAAD TEHA

**Ole muutuseks valmis.** Täiskasvanud laste kohta ütleb Piibel: „Mees [jäatab] maha oma isa ja ema.” (1. Moose- se 2:24.) Vanematena oli teie sihiks kasvatada oma lapsi kuni nende iseseisvuseni ning aidata neil omandada oskusi, mida nad vajavad täiskasvanutena. Kui asja selles valguses vaadata, siis on laste kodunt lahkumine midagi sellist, mille üle võib õigustatult uhkust tunda. *Piibli põhimõte: Markuse 10:7.*

Muidugi jääd sa oma lastele alati nende vanemaks. Nüüd aga oled sa rohkem nagu nõustaja, mitte järelevaataja. Selline uus suhe võimaldab sul jäääda oma lastega läheseks ning samas pöörata põhitähelepanu oma kaasale.\* *Piibli põhimõte: Matteuse 19:6.*

**Rääkige oma muredest.** Räägi abikaasale, kuidas see muutus teie elus sulle on mõjunud, samuti ole valmis kuulama, mida tema tunneb. Ole kannatlik ja mõistev. Teievalise suhte tugevdamine võib võtta aega, ent see on vaeva väär. *Piibli põhimõte: 1. Korintlastele 13:4.*

**Otsige uusi asju, mida koos teha.** Rääkige sellest, milliseid ühiseid eesmärke te võiksite seada või mida huvitavat tahaksite koos teha. Kui olete lapsed üles kasvatanud, olete omandanud palju praktistikat. Miks mitte seda nüüd teiste aitamiseks kasutada? *Piibli põhimõte: liob 12:12.*

**Tugevdage oma abielusidet.** Möelge omadustele, mis teid teineteises alguses köitsid. Abikaasadena menutage ühiselt elatud elu ja raskusi, millega olete koos üle saanud. Tegelikult võib see uus peatükk teie elus osutuda päris meeldivaks. Ühiste jöoududega saate nüüd tugevda oma abielu ja puhuda taas lõkkele armastuse, mis teid kokku töi. ■

\* Kui su lapsed elavad veel kodus, siis pea meeles, et sa oled ikka oma kaasaga üks, nagu ütleb Piibel. (Markuse 10:8.) Lapsed tunnevad end turvaliselt, kui näevad, et nende vanemate omavaheline suhe on tugev.

## VÕTMEKIRJAKOHAD

„Mees [jäatab] maha oma isa ja ema.” (Markuse 10:7)

„Mis Jumal on ühte pannud, seda inimene ärgu lahutagu.” (Matteuse 19:6)

„Armastus on kannatlik ja lahke.” (1. Korintlastele 13:4)

„Eks ole elatanuil tarkus?” (liob 12:12)



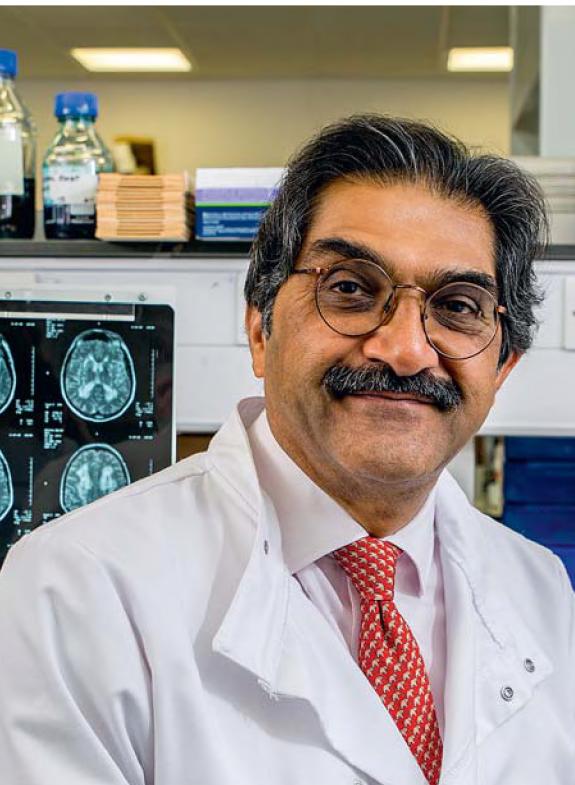
### SALVATORE JA AURORA

„Mõistsime, et meil on nüüd rohkem aega ja et võiksime seda hästi ära kasutada. Seega otsustasime pöörrata rohkem tähelepanu teistele inimestele, just lastega peredele ja noorpaaridele. Meile meeldib teisi aidata ning jagada nendega oma kogemusi.”



### CARLO JA CATERINA

„Võttis aega, et tunnistada endale seda, et meie elu on muutunud. Aastaid olime omavahel rääkinud peamiselt lastest. Nüüd, kui teeme köike kahekesi, oleme tasapisi harjunud rääkima meist endist ja sellest, mis meid huvitab.”



# Ajupatoloog põhjendab oma usku

PROFESSOR Rajesh Kalaria Inglismaalt Newcastle'i ülikoolist on rohkem kui 40 aastat uurinud inimaju. Varem uskus ta evolutsiooni, kuid hiljem muutis oma seisukohta. Ärgake! palus tal oma tööst ja usust lähemalt rääkida.

## Rääkige palun oma religioossest taustast.

Minu isa sündis Indias ja ema Ugandas, kuigi ka tema oli India päritolu. Nad elasid suures osas hindu tavade järgi. Mina sündisin meie pere kolmest lapsest teisena. Me elasime Keenias Nairobiis. Lähikonnas elas ka teisi hindusid.

## Mis sütitas teis huvi teaduse vastu?

Mind on alati huvitanud loomad ning sageli käisime sõpradega matkamas ja telkimas,

et nautida kaunist loodust. Algul soovisin saada veterinaarkirurgiks. Aga pärast tehnikaoliedži lõpetamist Nairobiis läksin Inglismaale Londoni ülikooli patoloogiat õppima. Hiljem spetsialiseerusin inimaju uurimisele.

## Kas öpingud mõjutasid teie uskumusi?

Mõjutasid küll. Mida enam ma teadust uurisin, seda raskem oli mul uskuda hindu mütoloogiat ja traditsioone, näiteks kummardada loomi ning pühapilte ja -kujusid.

## Miks te hakkasite uskuma evolutsiooni?

Kui olin noor, siis paljud inimesed minu ümber uskusid, et inimeevolutsioon sai alguse Aafrikas, ning sageli arutasime seda teemat koolis. Ka õpetajate ja ülikooli õppejõudude jutust jää mulje, et kõik lugupeetud teadlased usuvald evolutsiooni.

## Mingil ajal te hakkasite uesti mõtlema elu päritolu peale. Miks?

Olin õppinud juba mõni aasta bioloogiat ja anatoomiat, kui

üks tudeng rääkis, mida kõike ta oli Piiblist Jehoova tunnistajatelt teada saanud. See tekitas minus uudishimu. Seega, kui Jehoova tunnistajad korraldasid Nairobiis meie kolledži aulas kokkutuleku, läksin sinna. Hiljem selgitasid kaks Jehoova tunnistajast misjonäri mulle mõningaid Piibli öpetusi. Nende usk Suurde Kavandajasse, kes teab vastuseid elu tähtsaimatele küsimustele, ei tundunud müto-loogiana. See oli minu arust täiesti möistlik.

### Kas meditsiinalased teadmised takistasid teil uskuda loomist?

Vastupidi! Anatomiat öppides nägin, kui hästi on organismid kavandatud ja kui keerukad nad on. Mulle ei tundunud enam möistlik uskuda, et selline ülim keerukus võiks olla juhitamatu protsessi tulemus.

### Kas te võiksite tuua mõne näite?

Juba 70. aastate algusest olen uurinud inimaju ning see erakordne organ hämmastab mind siiani. Selles asuvad meie mötted ja mälu ning see on paljude kehafunktsioonide juhimiskeskus. Aju on ka paljude meie meelete keskpunkt ning see tölgendab nii keha seest kui ka väljastpoolt keha tulevat infomatsiooni.

Aju toimib just nii, nagu ta toimib, suuresti tänu selle kee-

rukale keemiale ning neuronite ehk peamiste ajurakkude vör-gustikele. Inimajus on miljardeid neuroneid, mis suhtlevad üks-teisega pikade närvikiudude ehk aksonite kaudu. Aksoni abil võib üks neuron luua tuhandeid ühendusi teiste neuronite haru-liste närvikiudude ehk dendriiti-dega. Ja kõigi ühenduste arv ajus on lausa astronoomiline! Sellega asi veel ei piirdu. Säära-ne neuronite ja dendriitide tihnik ei ole kaootiline, vaid selles valitseb kord. Selline nii-öelda juhtmestik on lihtsalt hämmastav!

### Palun selgitage.

Niisugune juhtmestik areneb äärmise korra järgi siis, kui beebi on ema köhus ja ka vahetult pärast tema sündi. Neuronid saadavad välja närvikiude, et need võtaksid ühendust teiste, võib-olla kõigest mõne sentimeetri kaugusele olevate neuronitega; rakutasandil on tegemist tohutu vahemaaga. Närvikiu sihiks pole aga mitte lihtsalt konkreetne rakk, vaid mingi konkreetne osa selles rakuks.

Kui uus närvikiud neuronist välja kasvab, juhivad teda keemilised teetähised, mis otsekui ütlevad: „Stopp”, „Mine” või „Pööra”, kuni närvikiud on siht-märgini joudhud. Ilma selgete juhisteta eksiks kasvav närvikiud peagi ära. Kogu protsess on geniaalselt korraldatud, ala-

tes juhistest, mis on kirjas meie DNA-s.

Me ei mõista aga kaugeltki kõike seda, kuidas aju areneb ja töötab, sealhulgas, kuidas see loob mälestusi, tundeid ja mõtteid. Juba ainuüksi fakt, et aju töötab – rääkimata sellest, kui hästi see toimib ja kui kaunis on selle areng –, osutab minu arust möistusele, mis on kaugelt üle meie endi möistusest.

### Miks te otsustasite saada Jehoova tunnistajaks?

Jehoova tunnistajad näitasid mulle töendeid selle kohta, et Piibel on Jumala sõna. Näiteks ei ole Piibel teadusraamat, aga kui see puudutab teaduslikke teemasid, on see järjepidevalt täpne. See sisaldab ka ennustusi, mis on alati täide läinud. Ja see parandab nende inimeste elu, kes selle öpetusi ellu raken-davad. Minu enda elu kinnitab seda. Sellest ajast alates, kui minust sai 1973. aastal Jehoova tunnistaja, on Piibel olnud minu teejuht. Tänu sellele on minu elu töeliselt rahuldustpakkuv ja mõttekas. ■



# KIUSATUSED

Lõhkiläinud abielud, terviseprobleemid ja südameretunnistuspiinad on vaid mõned tagajärjed, mis kaasnevad kiusatusele järeleandmisega. Mida teha, et kiusatustele vastu seista?

## Mis on kiusatus?

Kiusatus on tugev tahtmine teha midagi, mis on üldjuhul lubamatu. Toome näite. Oletame, et sa näed poes midagi ihaldusväärset. Su peas välgatab möte, et võksid selle kerge vaevaga varastada, ilma et vahel jääksid. Ent sinu südameretunnistus ei luba seda teha. Niisiis heidad selle mötte peast ja lähed edasi. Kiusatus on möödas ning sina võitsid.

**MIDA ÜTLEB PIIBEL.** See, kui sa tunned kiusatust, ei tee sinust veel halba inimest.

Piiblis tödetakse, et meil kõigil on kiusatu si. (1. Korintlastele 10:13, allmärkus.) Olu line on aga see, kuidas me reageerime, kui miski meid ahvatleb. Osa inimesi jäääb vale soovi peale mötlema ning varem või hiljem annabki kiusatusele järele. Teised jällegi heidavad väära soovi kohe peast, sest teavat, et see on vale.

---

*„Igaühe [paneb] proovile tema enda vale soov, mis teda ahvatleb ja peibutab.”  
(Jaakobuse 1:14.)*

## Miks on tark kiusatuse korral kiiresti ja otsustaval tegineda?

Piibel näitab, millised sammud viivad väära käitumiseni. Jaakobuse 1:15 ütleb: „Kui see [vale] soov on viljastunud, toob ta ilmale patu.” Teisisõnu, kui jääme valele soovile mötlema, jõuame mingil ajal punkti, kus sellele soovile järeleandmine on sama välimatu nagu see, et rase naine lõpuks sünnitab. Ent me ei pea olema oma väärade soovide orjad. Meil on võimalik neid ohjeldada.

**KUIDAS VÕIB PIIBEL AIDATA.** Meie meel võib sobimatuid soove toita, aga see võib neid ka maha suruda. Kuidas? Nõnda, et keskendume millelegi muule: mõnele tege-

vusele, vestlusele sõbraga või kosutavale möttele. (Filiplastele 4:8.) Hea on mõelda ka kiusatusele järeleandmise tagajärgede le, mis võivad hõlmata nii emotSIONAALSET, füüslist kui ka vaimset kahju. (5. Moose se 32:29.) Samuti võib olla palju abi palvetamisest. Jeesus Kristus ütles: „Palvetage, et te kiusatusele järele ei annaks.” (Matteuse 26:41.)

---

*„Ärge petke end: Jumalat ei õnnestu tüssata. Mida inimene külvab, seda ta ka lõikab.” (Galaatlastele 6:7.)*



## Mis aitab kiusatustele kindlameelselt vastu seista?

**REAALSUS.** Nääk kiusatust sellena, mis see tegelikult on: peibutisena, mis võib rumala, naiivse või ettevaatamatu inimese ohtu saata. (Jaakobuse 1:14.) Eriti puudutab see seksuaalse ebamoraalsusega seotud kiusatusi, millel võivad olla hukatuslikud tagajärjed. (Õpetussõnad 7:22, 23.)

**KUIDAS VÕIB PIIBEL AIDATA.** Jesus sõnas: „Kui su parem silm paneb sind pattu tegema, siis kisu see välja ja viska minema.” (Matteuse 5:29.) Möistagi ei möelnud Jesus, et seda tuleks teha söna otseses möttes. Ta mötles hoopis, et kui me soovime olla Jumalale meelepärased ja saada igavest elu, tuleb meil otsekui surmata need kehalikmed, mis viivad meid patustumisseini. (Koloslastele 3:5.) See võib tähenda-

da, et meil on vaja kiusatusele otsustavalt selg keerata. „Pööra mu silmad ära sellelt, mis vääritu,” palvetas ustav jumalateenija. (Laul 119:37.)

Loomulikult ei pruugi olla kerge ennast talitseda. Ütleb ju Piibelgi, et „liha on nörk”. (Matteuse 26:41.) Seega me eksime vahel. Aga kui me siiralt kahetseme ja püüame eksimust enam mitte korrrata, siis meie looja Jumal Jehoova on meie vastu halastav ja kaastundlik. (Laul 103:8.) Kas pole lohutav mõte? ■

*„Oo, Jaah, kui näeksid üksnes eksimusi, kes siis, Jehoova, püsiks?” (Laul 130:3.)*





KAS SEE ON KAVANDATUD?

# Tiheda läikmarja säravsinine mari



© National Geographic Creative/Alamy Stock Photo

AAFRIKAS kasvava tiheda läikmarja (*Pollia condensata*) väike vili on köige intensiivsemat sinist värvit, mida taimemaa ilmas kunaagi nähtud. Ent sellel puudub sinine pigment. Milles peitub selle marja erksa värvit sala-dus?

**Mõtteainet.** Marja kestas olevad rakukes-tad koosnevad väikestest kiududest, mis paiknevad otsekui üksteise kõrvale aseta-tud tikud. Kiud moodustavad kihte, mis asu-vad üksteise peal nönda, et iga pealmise kihi kiud on alumise omadega vörreldes veidi nihkes, ning kokku moodustub spiraal-ne struktuur. Kiud ise ei ole sinist värvit. Värvus tuleneb sellest, kuidas kiud üksteise peal asetsevad. Seega ei tulene marja intensiivne metalne värvitooni ja küütlemine mitte pig-mendist, vaid struktuurist. Suurem osa rakte-paistavad sinised. Kuid eri nurga alt või-vad mõned kiirata rohelist, roosat või kollast

värvitooni, sest kihtides on väikseid erinevu-si. Peale selle ei ole värvid lähemalt vaada-tes ütlased, vaid näivad olevat pikseldunud nagu arvutiekraanil olevad värvid.

Kuna marjades pole pigmenti, säilitavad nad oma värvuse ka siis, kui on taime kül-jest maha kukkunud. Näiteks mõned marjad, mis korjati rohkem kui sada aastat tagasi, on ikka veel sama kirkad kui värsked marjad. Kuigi marjal pole söödavat viljaliha, on vaid seemned, on teadlaste sõnul selle ere värvus lindudele äärmiselt ahvatlev.

Teadlaste arvates võiks tiheda läikmarja pigmendi värv anda ideid luua mitme-suguseid tooteid, alates luitumiskindlatest värvidest lõpetades völtsimiskindla paberini.

**Mida sina arvad?** Kas tiheda läikmarja vil-jade säravsinine värvus tekkis evolutsiooni teel või on see kellegi kavandatud? ■



Selle ajakirja ja  
varasemate numbrite  
tasuta allalaadimine



Netipiibel  
rohkem kui  
130 keeles

Vaata  
[www.jw.org/et](http://www.jw.org/et)  
või skanni kood



9174-ST  
170421