THE HERALD of Christian Science
informal translations from the publications of the Christian Science Publishing Society

परमेश्वर में भरोसा रखो, स्वंय को एक तरफ रखो।

Author: Ruth Geyer

The Christian Science Sentinel Vol. 113, No. 21, May 23, 2011

एक सहेली ने मुझे हाल ही में अपने दोनों बेटों के कार की पिछली सीट पर कुश्ती करने के बारे में बताया। वह वाहन चला रही थी और बचकानी चिल्लाहट पर बहुत ज्यादा हताश थी : ''मम्मी, उसे मुझे मारने से रोको!'' तथा मुँहतोड़ जवाब, ''यह इसने शुरू किया था।''

अक्सर वह कार रोक देती और स्वंय चिल्लाना शुरू कर देती थी, उन्हें अनुशासित करने की कोशिश करते हुए। परन्तु उस क्षण उसने स्वंय को परमेश्वर के द्वारा निर्देशित महसूस किया, सड़क की एक तरफ रूक कर और केवल उन्हें दिव्य प्रेम के नज़रिए से देखने के लिए। उसने प्रेम के निर्देशन पर भरोसा रखा। उसने सोचा, यहाँ मेरे चुस्त बेटे एक दूसरे से अपना प्रेम व्यक्त कर रहे हैं। उसने देखा दोनो प्राणी सम्बन्ध बनाने की कोशिश कर रहे हैं, शायद एक बेहतर रास्ता न जानते हुए। उसके पास उस क्षण दिव्य प्रेम के जवाब में हस्तक्षेप करने या बाधा डालने के लिए तनिक भी विचार नहीं था

अचानक बेटों ने ध्यान दिया और झगड़ा बंद हो गया। वे अपनी यात्रा को शांतिपूर्वक जारी रख पाए। उसे बहुत अच्छा लगा कि उन्होंने भी दिव्य प्रेम को सुना था। उन्होंने चुनौती दे रही इन्सानी इच्छा के शोर से ऊपर परमेश्वर को सुना। और शायद मेरी सहेली के इन्सानी इच्छा को व्यक्त न करने ने उसके बेटों को मुक्त कर दिया एक बेहतर समन्वय की अभिव्यक्ति के लिए। यह दिव्य प्रेम के स्वर्गिक संदेश को विस्तृत करना था, बजाए इच्छा शक्ति के।

इस उदाहरण ने मुझे सोचने पर मजबूर कर दिया कि जीवन की चुनौतियों के जवाब में परमेश्वर से पहले स्वंय से विचार विमर्श करने वाली आदत में डूब जाने की भूल करना कितना प्रलोभनकारी हो सकता है। परन्तु जैसे ही किसी को एहसास होता है तथा केवल दिव्य अच्छाई की वास्तविकता को पहचानना और विश्वास करना शुरू कर देता है, अधिक बड़ी तथा अधिक शक्तिशाली परमेश्वर की शांति का बोध हो जाता है–सोच को भरते हुए। जब हम इन्सानी इच्छाशक्ति को सुव्यवस्थित कर देते हैं, इससे बहुत सारी जगह खाली हो जाती है। जब किसी के पास बचाव करने के लिए कोई स्थिति या सुरक्षित रखने के लिए कोई हठीली पहचान नहीं होती, सोच, आध्यात्मिक विचारों को सुनने के लिए आज़ाद हो जाती है, एक दिव्य मन के विचारों में व्यापक यात्रा की ओर। तथा जब हम यह अनुभव कर लेते हैं, हमारी

---

* जो शब्द बड़े अक्षरों में लिखे गये हैं वह परमेश्वर के समानार्थक शब्द हैं।

For this translation in English and other translations in [Hindi], please see http://translations.christianscience.com

Translation © 2012 The Christian Science Publishing Society
This translation has been performed by Mother Church members in the Field and made available by agreement with The Christian Science Publishing Society. You may reproduce up to 50 print copies of this Article. You may not sell or reprint this Article in another publication without permission of CSPS. You may not post or embed this Article on other websites; instead please link to the Article on the CSPS website.

स्वाभाविक प्रतिक्रिया एक गहन प्रंशसा वाली होती है, उसके लिए जो कुछ भी परमेश्वर ने बनाया है। और आह, यह कितना मुक्त करने वाला है, विचारों को स्वंय से परे हटाना। व्याख्यान करने वाली बाएबल, उत्पत्ति के छठे अध्याय के पाँचवे पद्यांश में कहती है: "पाप, मानव के अपनी कल्पना को परमेश्वर को छोड़कर अपने ऊपर या किसी और व्यक्ति या वस्तु पर टिकाए रखने का परिणाम है। इस विचार की तुलना आप यशायाह 26:3 के साथ कर सकते हो। तुम उसे सम्पूर्ण शांति में बनाए रखोगे जिसका मन तुम पर ठहर गया है: क्योंकि वह तुम पर विश्वास करता है" (खंड 1 पृष्ठ 538)

परमेश्वर में विश्वास महत्वपूर्ण है, और परमेश्वर पर भरोसा करते हुए यदि स्वंय के ओर दूसरों के विचारों को मुक्त नहीं कर सकते तो इसका काबू मे रखने की ज़रूरत होती है। बाइबल में परमेश्वर पर भरोसा रखने के 44 निर्देश हैं–काफ़ी वज़नदार! मेरा एक पसंदीदा नीतिवचन 3:5–10 में से हैं "तुम दाता में पूर्ण हृदय से भरोसा रखो; और तुम अपनी समझ पर आश्रित मत रहो। सभी प्रकार से उसे मान्यता दो, और वह तुम्हारे रास्तों को निर्देशित करेगा। तुम अपनी नज़रों में बुद्धिमान मत बनो: दाता का भय मानो, और बुराई से हट जाओ। यह तुम्हारी नाभि का स्वास्थ्य होगा तथा तुम्हारी हड्डियो का सार बना रहेगा। तुम दाता का सम्पन्नता तथा अपनी फसल के प्रथम लाभ के साथ सम्मान करो: इस प्रकार से तुम्हारे खलिहान प्रचरता के साथ भर जाएंगे, तथा तुम्हारे रसकण्डे नई दारवमधु से छलकेगें।"

ध्यान देना कि दाता में न कि अपनी स्वंय की समझ पर भरोसा करने का, सेहत के साथ सीधा सम्बन्ध है: "यह तुम्हारी नाभि का स्वास्थ्य होगा तथा तुम्हारी हड्डियों का सार।" इन्सानी इच्छा को छोड़ते हुए परमेश्वर पर विश्वास करने से, दाता का परमेश्वर रचित तत्व से सम्मान होता है।

हाल ही में एक रोगी जिसके साथ मैं प्रार्थना कर रही थी उसने व्यक्त किया: "मैं यह अब और नहीं कर सकती। मैं अपने बारे में सोचकर तंग आ चुकी हूँ।" क्या हम सभी के साथ ऐसा नहीं होता? दरअसल यह सड़क पर स्वागत करती हुई एक कांटेदार शाखा है, स्वंय तथा त्रुटि के साथ यथापूर्ण सोच से तंग आ जाने का अवसर–तथा पूरी तरह से एक अच्छा समय, चेतना को इन्सानी उद्देश्य से साफ करने वाला। यहाँ से कहाँ जाएँ? परमेश्वर के साथ पहचान करो। स्वयं की समझ को परमेश्वर के आगे समर्पण करो। तभी कोई देख सकता है कि परमेश्वर ने क्या रचा है–तुम्हारी अच्छाई, सेहत, ज़िंदादिली, समन्वय, तथा खुशी का सच्चा विचार। तथा यह सम्पूर्ण है। तुम्हारा यह विचार कभी भी किसी नश्वरता से प्रभावित नहीं हुआ है।

तब हमारे दिन के बारे में क्या ब्यौरा दें जो हमें वापिस एक सीमित दृष्टिकोण तक खींचने की कोशिश करेगा–काम पर धुंधली दिखती हुई समय सीमा, लगातार फोन की बजती घंटी, पूर्णता तक न पहुँचती हुई घर की बिक्री? ये हमारे अवसर हैं देखने के लिए कि क्या वास्तविक है। इस क्षण अपनी आध्यात्मिक पहचान को देखने का चुनाव करने का, तथा इसमें विश्वास करने का। यहाँ हमारी सक्रिय प्रार्थनाएं इस तरह दिख सकती है:

काम पर समय सीमा: परमेश्वर मेरा समय निर्धारित करता है। हर मिनट सही गतिविधि के साथ भरा हुआ है। मैं एक के बाद दूसरा कदम ले रही हूँ, स्थिरता से प्रगति करने हुए जब तक कि मैं कार्य को समन्वय से पूरा न कर लूँ। मै हर कदम, हर पल की सराहना करूंगी तथा प्रेम करूंगी जब तक कि मैं समापन रेखा तक न पहुँच जांऊ। कोई भी मुझे जल्दबाजी में या अति उत्तेजित महसूस नहीं करवा सकता। मुझे इस प्रौजैक्ट के हर अंश को समन्वित रूप से समझने तथा अच्छा, परमेश्वर के साथ जुड़ा हुआ हर सही विचार दिया गया है। जानते हुए कि मैं परमेश्वर में भरोसा तथा विश्वास करती हूँ, मैं हर कदम सुंदर ढंग से तथा संभाल कर रखते हुए आगे बढ़ूंगी।

Translation © 2012 The Christian Science Publishing Society
This translation has been performed by Mother Church members in the Field and made available by agreement with The Christian Science Publishing Society. You may reproduce up to 50 print copies of this Article. You may not sell or reprint this Article in another publication without permission of CSPS. You may not post or embed this Article on other websites; instead please link to the Article on the CSPS website.

फोन का बजना: मैं उस गुँजन से प्यार करती हूँ। इसका मतलब है एक वास्तविक शख्स टेलीफोन लाईन के दूसरे तरफ है जिसे मेरी ज़रूरत है। दूसरा सर्वेक्षण? हो सकता है कि मैं इस सर्वेक्षण का चुनाव करूं जानते हुए कि पाँच मिनट मेरे काम की समय सीमा को प्रभावित नहीं करेंगे, या फोन करने वाले को मौका देने के लिए धन्यवाद करूं तथा आभार के साथ मना कर दूं। लेकिन फोन एक तरह की शिष्टता है, मुझे मेरे पद पर रखते हुए जब्कि मैं दूसरे के साथ बातचीत कर रही हूँ।

घर की बिक्री: किसी विशेष पक्ष के साथ घर की बिक्री का लेन–देन करते हुए कुछ प्रत्यक्ष रूप से अमान्य था। मैं इसे स्वीकारती हूँ तथा **परमेश्वर** की पूरी तथा सम्पूर्ण आपूर्ति का स्वागत करती हूँ मैं इसे ऐसा सोचना पसंद करती हूँ जैसे ''नज़रिए हेतु'' या केवल अच्छे का नज़रिया। **परमेश्वर** का घर का विचार सभी के लिए एक आशीष है। वह हर एक को राह दिखाता है–खरीदार, दलाल, कर्ज़दाता निर्माता, विक्रेता–उत्तम लाभकारी अवस्था तक। उसके विचार पूर्ण तथा शाश्वत हैं, इन्सानी आर्थिक बाजार पर निर्भर नहीं लेकिन दिव्य प्रचुरता तथा **सिद्धान्त** में इसकी बुद्धिमता तथा आर्थिकता है। **परमेश्वर** इसमें इस घर के बारे में विचार निवेश करता है, तथा हम सुन रहे होते हैं। हम **उसके** विचारों को मानते हैं तथा **उसे** आभार तथा प्रशंसा देते हैं, सचेत होते हुए कि **उसने** हमें **अपने** त्रुटिरहित **सिद्धान्त** में व्यस्त रखने के सभी अवसर दिए हैं। हम **परमेश्वर** के साम्राज्य में वास कर रहे हैं, तथा यह घर **उसका** विचार है जो अभिव्यक्त हो रहा है। यह सही पक्ष को ही बिकेगा, तथा मैं इसे जानती हूँ।

जैसे हम **परमेश्वर** के अच्छे नज़रिए में विश्वास करते हैं हमारे विचार **आत्मा** के साथ मिल जाते हैं, तथा इस इन्सानी मॉडल को छोड़ देते हैं। परन्तु इस ''त्याग'' से अच्छाई का काई नुकसान नहीं होता। वास्तव में, हम तत्व पा लेते हैं तथा स्वंय की झूठी समझ को छोड़ देते हैं– कितनी राहत वाली बात है। वास्तव में हम **परमेश्वर** के अधिक नज़दीक चलने का अनुभव पाते हैं। मेरी बेकर ऐडी लिखती हैं, ''आध्यात्मिक बोध अस्तित्व की संभावनाओं को बाहर लाता है, **परमेश्वर** के सिवाए किसी अन्य पर भरोसे को खत्म करते हुए, तथा इस तरह मावन कार्य में तथा सत्य में अपने निर्माता की छवि बनता है'' (साँयस एण्ड हैल्थ, पृष्ठ 203)

कई बार हममें से प्रत्येक ''मार्था तथा मेरी'' को अपने विचारों तथा कार्यों में अलग–अलग स्तरों पर पहचानते हैं। मार्था इस प्रकार वर्णन करती है ''ज्यादा सेवा के भार से लदी हुई'' तथा कहती है, दाता, क्या आपको परवाह नहीं कि मेरी बहन ने मुझे सेवा करने के लिए अकेला छोड़ दिया है? उसे आदेश दीजिए ताकि वह मेरी मदद करे। तथा जीसस ने कहा, मार्था, मार्था, तुम बहुत सारी चीजों के लिए चिंतित तथा परेशान हो: परन्तु एक चीज़ आवश्यक है: तथा मेरी ने वह अच्छा भाग चुना है, जो उससे छीना नहीं जा सकता'' (लूका 10:40–42)। चाहे हाथ के कार्य को खत्म करने का प्रयत्न करते हो, आश्वस्त रहो कि तुम हर समय क्राईस्ट के पैरों पर आज्ञाकारितापूर्वक सुन रहे हो। यहाँ हमारे विचार में इन्सानी इच्छा के बिना मार्था तथा मेरी दोनों की जगह है।

कैसे शुरू करें? प्रतिदिन बाइबल लैसन के शांत अध्ययन तथा मैन्युल में से हमारे दैनिक कर्तव्यों के द्वारा **परमेश्वर** को सुनने के लिए समय निकालने से आध्यात्मिक आहार मिलता है जिसकी हमें जरूरत है। तब दिन आत्मविश्वास के साथ चिन्हित होता है। इससे पहले कि हम अपने आपको बीमार या स्वस्थ, खुश या उदास मानना शुरू करें, आध्यात्मिक विचार मार्गदर्शन करता है, तथा हम अपना न बँटने वाला ध्यान **परमेश्वर** की मौजूदगी में लगा देते हैं, **उसे** उत्कृष्ट करते हुए। हम वास्तव में **परमेश्वर** की मौजूदगी में रहते हैं, स्वंय या दूसरों के द्वारा अपरिभाषित तथा त्रुटि से अदूषित, प्रत्येक सही विचार को आमन्त्रित करते

Translation © 2012 The Christian Science Publishing Society
This translation has been performed by Mother Church members in the Field and made available by agreement with The Christian Science Publishing Society. You may reproduce up to 50 print copies of this Article. You may not sell or reprint this Article in another publication without permission of CSPS. You may not post or embed this Article on other websites; instead please link to the Article on the CSPS website.

हुए। क्योंकि हम अनन्त को प्रतिबिम्बित कर रहे हैं, हमारे पास उसकी अनन्तता को अभिव्यक्त करने के हर अवसर हैं। यहाँ पर एक बड़ी कैनवॉस है जिसके ऊपर चित्र बना सकते हैं। सभी रंग उपलब्ध हैं–प्रोत्साहित करने वाले रंग जिनकी कभी कल्पना भी नहीं की जा सकती। केवल यह विचार अमान्य है कि हम परमेश्वर की अनन्त रचनात्मकता तथा अच्छाई की कैनवॉस से अलग हो सकते हैं।

नश्वर मन एक अवस्था को अस्थमा, रक्तहीनता या दुर्घटना की तरह परिभाषित करने की कोशिश कर सकता है परन्तु दिव्य **मन परमेश्वर** के साथ एकता देखता है, **परमेश्वर** तथा **उसके** विचार की तरह। हम स्वयं की एक इन्सानी धारणा द्वारा घिरे हुए नहीं हैं। हम अनन्तता अथवा **परमेश्वर** को संज्ञाएं, क्रियाएं तथा विशेषणों में सीमित नही कर सकते, क्योंकि शाश्वत, जीवंत प्रकटीकरण को गुणों या गणना में बाँधा नहीं जाता। **परमेश्वर** अनन्त अच्छा है, अनन्त रूप से **अपने आपका** जीवंत तरीकों से प्रकटीकरण करते हुए। ''शाश्वत'' तथा ''अनन्त'' मतलब मुक्त, सीमा के बिना, समय अथवा स्थान के पद के बिना, बिना कठिनाईयों तथा बिना सीमा के जिया जाता है। यह क्राईस्ट की इसी क्षण होने वाली उपचारक क्रिया है। यह अपनी पूर्ण तथा वास्तविक पहचान के साथ जुड़ना है। इस आसान तथा प्रभावशाली विचार में कितनी शक्ति है।

हमे इस सारे को चित्रित करने की जरूरत नहीं है, क्योंकि **परमेश्वर** ने पहले ही किया हुआ है। न ही हमें इसे नियन्त्रित करने की जरूरत है। हम बेधड़क **परमेश्वर** के विचार पर भरोसा कर सकते हैं। उसकी अच्छी रचना तथा हर सही विचार की दक्षता तथा रखरखाव में। इससे और कुछ नहीं परन्तु शांति तथा खुशी रह जाती है, तथा यह **परमशेवर** के रहस्योद्घाटन का परम प्रत्यक्षीकरण है।

मार्था की तरह, हम सबके लिए भी भारग्रस्त बन जाना कितना आसान है। हर तनावपूर्ण सोच में 'मैं' अच्छाई से अलग एक विचार की तरह होती है। ''मैं क्यों? यह अब क्यों हुआ? क्या मुझे सज़ा मिल रही है? मैं सुरक्षित नहीं हूँ।'' ये झूठे प्रतिवाद चलते जाऐंगे जब तक हम फैसला न कर लें कि हम नश्वर सोच की कूडे वाली गाड़ी से कूदने के लिए तैयार है। जिस तरह नश्वर सोच शून्य से जन्म लेती है, इसे तुरन्त शून्यता में ही जाना पड़ेगा।

जब हम नश्वर तरीकों से सोचतें हैं, हम नश्वर रेखाचित्र बनाने तक ही सीमित रहते हैं। तथा यह न खत्म हाने वाली निर्रथकता की उपज पैदा करता है जो कि यह नहीं है। जो हम सोचते हैं उस पर विश्वास करते हुए, हम स्वयं के अनन्त नाटकों की तरफ बढ़ते जाते हैं। दूसरी तरफ, जो **परमेश्वर** ने रचा है उस पर विश्वास करते हुए–अच्छे की शाश्वतता, **जीवन** की अनन्तता–हम समझ जाते हैं इस **परमेश्वर** की आपूर्ति में रह रहे है। जितना ज्यादा हम किसी एक को प्रेममयी तथा दूसरे को अप्रेममयी नहीं आंक रहे होते, गलती ढुंढ़ते हुए या स्वयं तथा त्रुटि के साथ उत्तोलक सोच रखते हुए, उतना ज्यादा हम **आत्मा** की तरफ झुकते हुए तथा इसकी पूर्ण वास्तविकता को देखते हुए, उतना ही कम भौतिकता तथा त्रुटि हमें परिभाषित करती है।

जब आप **परमेश्वर** के तत्व को प्रतिबिम्बित करते हो तथा स्वयं को जाने देते हो, आप कुछ ज्यादा बड़े बन जाते हो–जिसकी रचना **परमेश्वर** ने की है। **परमेश्वर** का सम्मान करो **उसे** प्रतिबिम्बित करते हुए, तथा बाकी सब को जाने दो। माइकलेंजलो ने प्रतिवेदिता से कहा, ''दाता, मुझे अपने आप से मुक्त कर दो ताकि मैं आप को खुश कर सकूं।'' यह **परमेश्वर** को अभिव्यक्त करने का अमूल्य अभ्यास है।

Translation © 2012 The Christian Science Publishing Society
This translation has been performed by Mother Church members in the Field and made available by agreement with The Christian Science Publishing Society. You may reproduce up to 50 print copies of this Article. You may not sell or reprint this Article in another publication without permission of CSPS. You may not post or embed this Article on other websites; instead please link to the Article on the CSPS website.