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

तुम कितनी सुन्दर हो

You are so beautiful

Author – SOPHIA MULLER

Christian Science Sentinel Volume 115, Issue 12, March 25, 2013

बिना एक पिता या भाईयों के एक घर में बड़े होना मेरे लिए मुश्किल था। मेरा मानना था कि एक इकहरे माँ–बाप के ध्यान आर्कषण तथा प्रशंसा पाने के लिए अपनी बहनों के साथ एक लगातार प्रतिस्पर्धा, साथ ही साथ हम सब में सबसे होनहार तथा सबसे सुन्दर बनने की होड़ को संतुलित करने के लिए किसी पुरूष के आस–पास न होने के कारण, मेरी अपने बारे में एक हीन आत्म–छवि बन गई थी।

मेरी माँ के सभी बच्चों में से, केवल मैं अकेली थी जिसको उनकी छरहरी काया विरासत में नहीं मिली थी। एक किशोरी की तरह, मैं एक ऐसी संस्कृति में रह रही थी जहाँ स्त्री के शारीरिक गठन को बहुत ज़्यादा महत्व दिया जाता था, मैं अपने दुर्भाग्य से निराशा में थी। व्यस्क होने तक मैं असुरक्षा की एक भावना को पालती रही, जब मुझे उसका सामना करने के लिए विवश होना पड़ा, अपनी छाती में एक गाँठ विकसित होने के बाद।

मुझे इस गाँठ का ठीक उस समय पता चला जब मैं अपने पति के साथ दोबारा समझौता कर रही थी। वह और मैं कानूनन् एक वर्ष के लिए अलग हो गए थे, उसकी बेवफाई के कारण। मेरी सारी पुरानी असुरक्षित भावनाएँ पुनः सतह पर आ गई थी, अयोग्यता की भावना के साथ। गाँठ बड़ी हो गई, इतनी बड़ी कि उस पर ध्यान जाता था और कष्टदायक बन गई थी। जैसे–जैसे समय बीतता गया, मुझे अत्याधिक थकावट और कमज़ोरी महसूस होनी शुरू हो गई। कैंसर होने तथा मृत्यु के डर ने मुझे घेर लिया। यद्यपि मैं इसके लिए प्रार्थना कर रही थी, मैंने सोचा अपनी माँ को इस बारे में बताना समझदारी होगी, कि मैं किससे जूझ रही थी।

मैं यह जानने के लिए प्रार्थना कर सकती थी कि मेरे बारे में सारे अच्छे तथा सुन्दर विचार सही है, और सारे नकारात्मक विचार झूठे हैं जिन्हें परमेश्वर ने कभी नहीं बनाया।

जब मैं अपनी माँ के घर पहुँची, थोड़ी देर के बाद मेरे क्रिश्चियन साँयस अध्यापक ने फोन किया और मुझसे बात करने की इच्छा व्यक्त की। मैं अपनी माँ के साथ नहीं रहती, इसलिए मेरे अध्यापक का इस सुनिश्चित समय पर वहाँ फोन करना दिव्य प्रावधान था। मेरे लिए उनके सबसे पहले शब्द यह थे, ''तुम कितनी सुन्दर हो।'' इससे मैं बहुत अचम्भित हो गई, और मेरी आँखें आँसुओं से भर गई। उन्हें कैसे पता चला कि मैं सारे गन्दे विचारों के बीच जो मैं अपने बारे में पालती रही थी, अपनी सुन्दरता को देखने के लिए संघर्ष कर रही थी।

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

Translation © 2014 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.

मैंने उनसे अपनी गंभीर चिंता के बारे में बात की कि क्या मुझे एक डॉक्टर को दिखाना चाहिए और एक मेडीकल परीक्षण करवाना चाहिए। उन्होंने प्रेमपूर्वक मुझे कहा कि मैं कोई भी निर्णय लेने के लिए आज़ाद थी, किन्तु उन्होंने मुझे "एक झूठ को वास्तविक न बनाने" के लिए प्रोत्साहित किया। उन्होंने कहा कि मैं तुरन्त ही यह जानने के लिए प्रार्थना कर सकती थी कि मेरे बारे में सारे अच्छे तथा सुन्दर विचार सही थे, और सारे नकारात्मक विचार झूठे थे, जिन्हें **परमेश्वर** ने कभी नहीं बनाया और मेरे बारे में नहीं जानते।

मैंने एकदम अपने विचारों को **परमेश्वर** की तरफ उन्नत करना शुरू किया। अपनी सहायता के लिए, मैंने अपने सारे **परमेश्वर**–देय गुणों की सूची बनाई। यद्यपि अभी तक मैं उनमें से कुछ गुणों को दर्शा नहीं पाती थी, यह याद दिलाता था कि मुझे ऐसा करने की अभिलाषा करनी चाहिए, जैसे **परमेश्वर** केवल वही जानता है जो कि अच्छा है–और यह कि **परमेश्वर** के सम्पूर्ण विचार की तरह मुझे भी वह सब आत्मसात करना होगा जो कि अच्छा है। मैंने इन आध्यात्मिक विशेषताओं की एक सूची अपने स्नानघर की दीवार पर लगाई, और जितना ज़्यादा मैं इन्हें ऊँची आवाज़ में पढ़ती और वास्तव में स्वयं में जानती कि मैं अच्छी हूँ, उतनी ज़्यादा मैं खुश हो जाती। अब मैं निराशाजनक विचारों के बोझ तले नहीं रहती थी, मैंने अपने मनोबल तथा स्फूर्ति को पुनः प्राप्त कर लिया।

तथापि मुझे याद है, संभावित मृत्यु के बार–बार आने वाले विचारों की भत्सर्ना करना। क्रिश्चियन साँयस में मेरी दो सप्ताह की प्राइमरी क्लॉस इंसट्रक्शन के दौरान, मैंने सीखा था कि **जीवन, परमेश्वर** का दूसरा नाम है। मैंने तर्क किया कि मृत्यु के विचार को जगह नहीं देनी, क्योंकि यह अच्छा नहीं था और इसलिए **परमेश्वर** से नहीं था। मैंने जीने के लिए बहुत मानसिक संघर्ष किया, **परमेश्वर** को जीवन की तरह अभिव्यक्त करने के लिए मैंने अपनी नई **परमेश्वर**–तुल्य पहचान को इतना ज़्यादा अपने हृदय में बसा लिया कि मैं वास्तव में गाँठ के बारे में भूल गई।

तब मैंने पाया कि मैं गर्भवती थी, और मेरे विचार नए बच्चे का स्वागत करने में केन्द्रित हो गए। बच्चे का दूध छुड़ाने के बाद मैंने ध्यान दिया कि गाँठ लुप्त हो गई थी। तब से मैं **परमेश्वर** की शाश्वत रूप से आभारी हूँ और भजनसंहिता के इन शब्दों के साथ **उसकी** स्तुति करते हुए "मैं भय के साथ तथा अद्भुत तरीके से बनाई गई हूँ : और मेरी अन्तश्चेतना यह भली भाँति जानती है" (**भजनसंहिता** 139:14)

इस लेख को लिखते हुए, मुझे मेरी बेकर एडी, क्रिश्चियन साँयस की खोजकत्री तथा संस्थापिका की साँयस एण्ड हैल्थ विद् की द् स्क्रिप्चर्स में से एक पंक्ति याद आई : "यह अज्ञानता तथा झूठा मत है, जो कि चीज़ों की भौतिक समझ पर आधारित है, जो आध्यात्मिक सुन्दरता तथा अच्छाई को छिपा देता है" (पृष्ठ 304)।

यह परिस्थिति 2006 में प्रस्तुत हुई, और पूर्ण उपचार 2008 में हुआ। त्रुटि को जड़ से उखाड़ने में और सत्य को स्थापित करने तथा विकसित करने में समय तथा प्रयास लगा। क्रिश्चियन साँयस की विद्यार्थी होने के नाते मैंने जो ज्ञान प्राप्त किया उसने मेरी बहुत अधिक सहायता की, और मेरी प्रार्थनाओं में सहायता करने के लिए साप्ताहिक क्रिश्चियन साँयस बाइबल लैसन के उपलब्ध होने से इस उपचार को प्राप्त करने में मुझे बहुत सहायता मिली।

Translation © 2014 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.