



## नए प्रारंभ की खुशी The joy of renewal

Author – Carol Rounds

Christian Science Sentinel

Volume 118, Issue 10, March 07, 2016

मेरी शादी में एक समय आया जब यह स्पष्ट था कि इसके प्रत्येक पहलू में बड़ी समस्याएँ थीं जिन्हें विवाहित जीवन का एक हिस्सा माना जाता है, और मैंने परिस्थिति को ठीक करने के प्रयास में ज़्यादा निष्ठा से प्रार्थना की। अंततः हमारा तलाक हो गया। मेरे लिए, तलाक विनाशकारी था—इसका मतलब था कि मैं असफल हुई थी।

कोई फर्क नहीं पड़ता कि कितने समय तक और कितनी कठिन प्रार्थना मैंने की, फिर भी मैं अपनी शादी को ठीक नहीं कर पाई थी। यहाँ तक कि तलाक के बाद भी मैं अपने पूर्व पति को आशीषित करने की कोशिश करती रही। मैंने ऐसा बिल्कुल नहीं सोचा कि हमारा एक दूसरे से पुनर्विवाह होगा, परन्तु मैंने उसकी प्रार्थनापूर्वक और दूसरे तरीकों से मदद की। इस पूरे समय के दौरान, मैं स्वयं को बताती रही कि यदि मैं जानती कि प्रेम कैसे किया जाता है, यह तलाक कभी नहीं हुआ होता। फिर भी मैंने अध्ययन और प्रार्थना को जारी रखा और उन सत्यों को जो मैं सीख रही थी, व्यवहार में लाई।

मैंने क्रिश्चियन साँयस की बाइबल लैसन का प्रतिदिन अध्ययन किया। बाइबल लैसन के पद्यांश बाइबल तथा साँयस एण्ड हेल्थ विद् टू द स्क्रिपचर्स में से लिए जाते हैं जिसे क्रिश्चियन साँयस की र्वोजकर्त्री तथा संस्थापिका मेरी बेकर एडी ने लिखा। बाइबल लैसन ने मेरी यह समझने में मदद की कि परमेश्वर ने ब्रह्माण्ड की रचना की थी और उसे संचालित करता है, और यह कि मेरी सच्ची आध्यात्मिक पहचान परमेश्वर के सम्पूर्ण, प्यारे बच्चे जैसी है। मैंने बाइबल लैसन को अपनी रोज़ी रोटी माना, और मैंने उनसे सीखे हुए सत्य को अपने रोज़मर्रा के जीवन में अभ्यास में लाने का प्रयत्न किया।

मैं अक्सर अपनी सोच को जाँचने की ज़रूरत के बारे में सोचती हूँ। मेरी बेकर एडी, द फर्स्ट चर्च ऑफ़ क्राईस्ट साँयटिस्ट एण्ड मिसलेनी मे लिखती हैं: “चौकस रहो और प्रतिदिन प्रार्थना करो कि बुरे सुझाव किसी भी भेष में, आपकी सोच में जड़ न पकड़ पाएं, न ही फलें फूलें। बार बार अपने आपको जाँचो, और देखो यदि कहीं भी सत्य और प्रेम का अवरोधक मिले, और ‘शीघ्रता से उसे पकड़ो जो अच्छा है’ ” (पृष्ठ 128 – 129)।

इसलिए मैंने ऐसा किया। मैंने अपनी सोच और कार्यों को जाँचा, जो सोच की त्रुटियों के विरोध और नाश के लिए ज़रूरी हैं हालांकि जो एहसास मुझे हुआ, वह यह था कि मेरा आत्म-परीक्षण आत्म-आलोचना के नज़रिए से था। मैंने अपने बारे में सोचा कि मैं एक पापी नश्वर हूँ, जो यदि पर्याप्त सुधार की कोशिश करती तो अंत में यह सही हो जाता। मैं जो गलत कर रही थी, उस पर पूरी तरह से केन्द्रित थी और इसके लिए अपनी निंदा कर रही थी। मैं इस दृष्टिकोण से प्रार्थना नहीं कर रही थी कि मैं परमेश्वर की संतान थी और इसलिए आध्यात्मिक, पूर्ण तथा अच्छी थी।

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

सॉयस एण्ड हैल्थ कहती है, “आत्म-आलोचना और अपराध-बोध की मानसिक दशा या सत्य\* में डगमगाता और संदेहपूर्ण विश्वास बीमार के उपचार के लिए अनुपयुक्त परिस्थितियाँ हैं” (पृष्ठ 455)। यह स्पष्ट हो गया कि मेरा अपने लिए मानसिक दृष्टिकोण सदा से आत्म आलोचना के नजरिए से था, बजाए कि आत्म परीक्षण की सही समझ के। इस कथन ने मेरी आँखें खोल दी। मैंने देखा कि जैसे मैंने अपनी सोच को यह देखने के लिए परखा कि बुरे सुझाव जड़ न पकड़ लें, मुझे अच्छे को स्वीकार करने की भी ज़रूरत थी, जो मैं अभिव्यक्त कर रही थी और यह जानने की कि मेरा सच्चा व्यक्तित्व अच्छा था। जब भी मैं अपने बारे में प्रेमरहित की तरह सोचने के लिए प्रलोभित होती, इसने मुझे अपनी तरफ एक नए तरीके से देखना सिखाया। मुझे लगा कि मैं स्वयं से पूछूँ कि यदि मैं एक प्रेममयी व्यक्ति होती तो मैं क्या कर रही होती। ये दिखने में कैसा होता?

मुझे अच्छे को स्वीकार करने की ज़रूरत थी, जो मैं अभिव्यक्त कर रही थी  
और यह जानने की कि मेरा सच्चा व्यक्तित्व अच्छा था।

अचानक ही यह स्पष्ट हो गया था कि मैं प्रेम करती थी। तलाक से पहले और बाद में अपने पूर्व पति के समर्थन और मदद के लिए मैंने वास्तव में बहुत कुछ किया यह देखना एक बहुत बड़ा बोध था कि मैं जानती थी कि प्रेम कैसे करते हैं। अब मैं जानती थी कि मैंने प्रेम, दयालुता और करुणा को अभिव्यक्त किया और कर सकती थी। मुझे लूका के सुसमाचार में मेरी का कथन बहुत ज़्यादा पसंद है, “मेरी आत्मा दाता को उत्कृष्ट करती है” (लूका 1:46)। मैं परमेश्वर को उत्कृष्ट करने की चेष्टा करती हूँ, ताकि मेरा जीवन उसे अभिव्यक्त करे।

उस समय तक मैंने सोचा था कि बहुत सारी विशेषताएं थी जिन्हें मैं अभिव्यक्त नहीं कर पाती थी। मैं अपने आप को शर्मीली और दूसरों से बात न कर पाने वाली देखती थी, परंतु अपनी परमेश्वर द्वारा दी गई अच्छाई की समझ से यह बदल गया। मुझे मेरी सक्रिय बांच चर्च ऑफ क्राईस्ट, सांयटिस्ट का हैड अशर नियुक्त किया गया था और मैंने निश्चय किया कि मैं बढ़-चढ़ कर दूसरों का स्वागत करूँगी और ख्याल रखूँगी। मुझे जल्दी ही लगा कि मैं काफी चीज़े कर रही थी जो मैंने पहले कभी नहीं की और अपने जीवन के ज़्यादा से ज़्यादा क्षेत्रों में परमेश्वर को अभिव्यक्त कर रही थी। एक दिन मैंने अपने आप को सचमुच स्वीकृति दी कि मैं स्वयं को पसंद करती थी। यह एक शुरुआत थी।

जब मैं पीछे मुड़ कर देखती हूँ, मैंने अपने घर में अधिक सुंदरता अभिव्यक्त करनी और अपने जीवन के दूसरे क्षेत्रों में अधिक सक्रिय होना आरंभ कर दिया था। जब मैं विवाहित थी, मैंने वह बनने की कोशिश की जो मेरे पति चाहते थे कि मैं बनूँ। अब मेरा लक्ष्य सिर्फ परमेश्वर को गौरवान्वित करना है।

श्रीमति एडी अपने सभी लेखों के द्वारा हमें बताती हैं कि जितना अधिक हम परमेश्वर के बारे में जानते जाएँगे, उतना अधिक हम स्वयं के बारे में जानते जाएँगे। एक बार जब मैंने अपनी सोच का आधार बदल दिया था, एक सम्पूर्ण नश्वर कैसे बना जाए, के बजाए स्वयं की एकदम अनश्वर और परमेश्वर की आध्यात्मिक अभिव्यक्ति की तरह देखते हुए मुझे सचमुच महसूस हुआ जैसे यह सबसे प्रभावशाली अवस्था में पुनर्जन्म था। मेरा नया जन्म हुआ था। मैंने स्वयं को और हर एक को परमेश्वर की अभिव्यक्ति की तरह देखा। इसने मेरे लिए यह देखना सीखने के कई अवसर प्रदान किए कि हम सब पवित्रता की सुंदरता, आत्मा की अच्छाई, परमेश्वर की प्रचुरता को अभिव्यक्त करते हैं।

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