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

# पेट की पुरानी समस्याओं का उपचार

## *Healed of chronic stomach problems*

Author – Puneet Sharma

The Christian Science Sentinel Vol. 110, No. 51, December 22, 2008

क्रिश्चियन सायँस से मेरा परिचय 2007 में करवाया गया। तब से प्रार्थना द्वारा मैंने कई उपचार अनुभव किए हैं, जिन्होंने मुझे स्थानीय क्रिश्चियन सायँस सोसाइटी का सदस्य बनने के लिए प्रेरित किया।

मेरा पालन–पोषण एक हिन्दू परिवार में हुआ। 21 साल की उम्र में, मैं हैरान रह गया जब मेरी दोस्त ने मुझे मेरी बेकर एडी द्वारा लिखी 'सायँस एंड हैल्थ विद् की टू दि स्क्रिपचर्स' नामक पुस्तक की एक प्रति उपहार में दी। उसने मुझे बताया कि इस पुस्तक में दिये गए आध्यात्मिक सत्य हमें सभी तरह की समस्याओं से उपचार दे सकते हैं। उसने मुझे रविवार को क्रिश्चियन सायँस चर्च सर्विस्ज़ तथा बुधवार को टेस्टिमनि मीटिंगज़ में उपस्थित होने के लिए भी निमन्त्रित किया। जब मैं पहली बार वहाँ गया, वहाँ के लोगों के प्रेम तथा हार्दिक स्वागत ने मुझे बहुत ज़्यादा प्रभावित किया। उस समय मुझे अपने स्कूल की पढ़ाई में कोई रूचि नहीं थी, तथा मैं एकाग्रता में कमी महसूस करता था। इससे मेरे माता–पिता को तनाव रहता था तथा वे मेरे लिए बहुत चिन्तित थे।

उसके साथ–साथ मेरी सेहत भी अच्छी नहीं थी। दो सालों से मैंनें कई बार अपच से कष्ट सहा, परन्तु पिछले वर्ष यह निरन्तर रहने लगा। जब भी मैं स्थानीय बाज़ार से कुछ भी खाता, उसके तुरन्त बाद ही मैं आँत की परेशानी अनुभव करता था, साथ ही में उल्टी तथा पेट दर्द भी। क्रिश्चियन सायँस के मेरे अध्ययन से मुझे यह पता था कि खाने के बाद बीमार होने के मेरे इस डर पर मुझे विजय प्राप्त करनी है, परन्तु मुझे यह नहीं पता था कि किस तरह उस डर पर काबू पाया जाए। इसलिए मैंने एक क्रिश्चियन सायँस उपचारक से बात की, जिन्हें मैं मिला था तथा निवेदन किया कि वे मेरे लिए प्रार्थना करें।

उपचारक ने मुझे बताया कि **परमेश्वर** के सभी बच्चे **उसका** सम्पूर्ण प्रतिबिम्ब हैं तथा इसलिए वे निडर हैं। जैसे शीशे में हमारा प्रतिबिम्ब हमारे एक–एक भाव को दर्शाता है, हम भी **परमेश्वर** के एक–एक गुण को प्रकट करते हैं। मैं यह सीख रहा था कि हम भौतिक माँस, या खून तथा हड्डियों से नहीं बने हुए हैं। हम पूर्ण रूप से आध्यात्मिक हैं– दिव्य ***आत्मा** द्वारा संचालित, जो कि **परमेश्वर** का एक समानार्थक है। तथा जब कि सारी शक्ति **परमेश्वर** से संबंधित है, भौतिक वस्तुओं जैसे भोजन का हमारे ऊपर कोई प्रभाव नहीं होता। बल्कि भोजन हमारे व्यवहारिक उपयोग तथा आनन्द के लिए है। हमें डर, खीज तथा असुरक्षा के विचारों को स्वयं को नियंत्रित नहीं करने देना है, अपीतु हम निडरता प्रतिबिम्बित करते हैं, तथा इस के फलस्वरूप हम **परमेश्वर** में स्थिर तथा सुरक्षित हैं।

* 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 © 2010 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 सायँस एंड हैल्थ में इन पंक्तियों का अध्य्यन किया, "पेट, आँतों तथा भोजन की अवस्थाओं, बच्चों तथा इंसानों के तापमान को **मन** नियमित करता है, न कि भौतिक पदार्थ।" (पृष्ठ 413 )

जब उपचारक ने मेरे लिए प्रार्थना की, मैंने सायँस एंड हैल्थ में से अनेक विचारों पर निरंतर मनन किया। मैंने कुछ पृष्ठ पढ़े जो एक व्यक्ति के बारे में बताते थे जो कि "डिसपैप्सिया", या पेट के रोग से मुक्ति प्राप्त कर रहा था, जिस में "उसने सीखा कि कष्ट तथा रोग नश्वरों के स्वयं पर थोपे हुए मत होते हैं, न कि अस्तित्व के तथ्य कि **परमेश्वर** ने न तो रोग लागू किया, –न ही कोई कानून बनाया कि उपवास ही स्वास्थ्य का उपाय होना चाहिए" (पृष्ठ 221)।

जब भी मैनें किसी प्रकार की पाचन समस्या को महसूस किया, मैंने सरलता से इन आध्यात्मिक सत्यों का स्मरण किया, तथा मेरा डर धीरे–धीरे कम हो गया। फिर मैंने पाया कि लक्षण भी कम होने लगे। मैंने महसूस करना शुरू कर दिया–तथा सचमुच जानना– कि इन लक्षणों का मेरे साथ कोई संबंध नहीं था।

दो महीनों के बाद, मेरी पाचन समस्याएँ, जिन्होंने मुझे दो वर्षों से कष्ट दिया हुआ था, पूर्ण रूप से ठीक हो गई। 2008 की शुरूआत से इन कठिनाइयों ने मुझे फिर कभी परेशान नहीं किया। अब मैं बाज़ार से खाने के लिए मुक्त हूँ बिना किसी प्रकार के डर के, क्योंकि मैं जानता हूँ कि भोजन में अपनी स्वयं की कोई ताकत नहीं है। बल्कि सारी शक्ति मेरे **माता–पिता परमेश्वर** से संबंधित है।

और जहाँ तक मेरे स्कूल की पढ़ाई का संबंध है, मेरी एकाग्रता बहुत बढ़ गई है। क्रिश्चियन सायँस बाइबल लैसन तथा क्रिश्चियन सायँस मैगज़ीनस् को पढ़ कर मुझे यह जाने में सहायता मिली है कि दिव्य **मन** ज्ञान तथा एकाग्रता का वास्तविक स्रोत है।

मैं अपनी दोस्त का बहुत आभारी हूँ जिसने मुझे सबसे पहले क्रिश्चियन सायँस के बारे में बताया। उसने मेरे सामने एक खिड़की खोलने में सहायता की जिसने मुझे सम्पूर्ण नई दुनिया देखने के योग्य बनाया।

Translation © 2010 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.