स्वयं पर एक उपकार कीजिए...

क्षमा कीजिए

सीखिए कि *क्षमा* के द्वारा किस प्रकार अपने जीवन पर नियन्त्रण करना है

जॉयस मेयर

 # 1 न्यूयोर्क टाइम्स–सर्वोत्तम विक्रेता लेखिका

स्वयं पर एक

उपकार कीजिए...

क्षमा कीजिए

स्वयं पर एक **उपकार** कीजिए... **क्षमा** कीजिए

सीखिए कि क्षमा के द्वारा
किस प्रकार अपने जीवन पर
नियन्त्रण करना है

जॉयस मेयर

JOYCE MEYER
MINISTRIES®
Nanakramguda, Hyderabad 500 008

Copyright © 2013 by Joyce Meyer Ministries

All rights reserved. In accordance with the US Copyright Act of 1976, the scanning, uploading, and electronic sharing of any part of this book without the permission of the publisher is unlawful piracy and theft of the author's intellectual property. If you would like to use material from the book (other than for review purposes), prior written permission must be obtained by contacting the publisher at permissions@hbgusa.com. Thank you for your support of the author's rights.

Unless otherwise indicated, Scriptures are taken from the Amplified® Bible. Copyright © 1954, 1962, 1965, 1987 by The Lockman Foundation. Used by permission.

Scriptures noted NKJV are taken from the NEW KING JAMES VERSION. Copyright © 1979, 1980, 1982, Thomas Nelson, Inc., Publishers.

All rights reserved. No part of this publication may be reproduced, distributed, or transmitted in any form or by any means, or stored in a database or retrieval system, without the prior written permission of Joyce Meyer Ministries - Asia.

Joyce Meyer Ministries - Asia
Nanakramguda, Hyderabad - 500 008
Phone: +91-40-2300 6777
Website: www.jmmindia.org

Do Yourself a favor...Forgive - *Hindi*

Printed at:
Caxton Offset Pvt. Ltd.
Hyderabad-500 004

विषय सूची

परिचय vii

1. यह उचित नहीं है! 1
2. क्रोध की भावना 11
3. क्रोध के जड़ 21
4. ईर्ष्या के जड़ 35
5. क्रोध पर पर्दा डालना 47
6. आप किस पर क्रोधित हैं? 57
7. मेरी सहायता कीजियेः मैं क्रोधित हूँ 79
8. मेरी सहायता कीजियेः मेरा संबंध एक क्रोधित व्यक्ति के साथ है 89
9. मैं क्यों क्षमा करूँ? 99
10. मैं क्षमा करना चाहता हूँ, परन्तु मैं नहीं जानता कि किस प्रकार करूँ 113
11. गुप्त अक्षमा की खोज करना 133
12. एकता की सामर्थ्य और आशीष 141
13. हे परमेश्वर, मुझ पर दया कर 155
14. अपना बोझ हल्का कीजिये 169
15. परमेश्वर का प्रतिफल 181

परिचय

यीशु इसलिये आया ताकि हमारे पाप क्षमा किये जायें और हम उसके द्वारा परमेश्वर के साथ एक आत्मीय संबंध में पुनःस्थापित किये जायें। उसका क्षमा रूपी मुफ़्त उपहार सुंदर और तुलना से परे है। जो कुछ परमेश्वर हमें मुफ़्त में देता है उसके विषय वह अपेक्षा करता है कि हम उसे दूसरों को मुफ्त में दें। चूँकि हमने परमेश्वर की क्षमा मुफ़्त में पायी है इसलिये हम दूसरों को क्षमा कर सकते हैं जो हमारे साथ पाप करते या किसी प्रकार हमारी हानि करते हैं।

यदि हम क्षमा नहीं करते हैं तो हम पीड़ित होंगे और हमारी आत्मा कड़वाहट की मलिनता से ज़हरीली हो जायेगी। मैं ने पाया है कि जब मैं किसी ऐसे व्यक्ति को क्षमा करती हूँ जिसने मेरे प्रति अपराध किया है तो वास्तव में मैं स्वयं पर उपकार करती हूँ और यह ज्ञान तुरंत और पूरी तरह क्षमा करना मेरे लिये आसान बना देता है। मैं यह कहना चाहूँगी कि मैं ने अपने जीवन की प्रारंभिक अवस्था में यह सिद्धांत सीखा है और पूर्व का समय अक्षमा में व्यर्थ नहीं किया है परन्तु मैं नहीं कर सकती हूँ। जो कुछ मैं आपको बताने जा रही हूँ वह सीखने में मुझे दशकों लगे।

दुर्भाग्यवश हम जीवन से नहीं गुज़रते और कभी दुःखी, घायल, या चोटिल नहीं होते है। अनुभव हमें बताते हैं कि जीवन अन्यायों से भरा हुआ है। हालाँकि, हम इन ज़ख्मों को जाने देने और हमारा बचानेवाला होने और हमारे जीवनों में न्याय लाने के लिये परमेश्वर पर भरोसा रखने देने के द्वारा उसकी पीड़ा से मुक्त हो सकते हैं।

अक्षमा के जड़ बहुत खतरनाक होते हैं। वे सतह से नीचे बैठ जाते है और हममें गहरी पैठ बना लेते हैं। वे कपटी होते हैं क्योंकि वे हमें बताते हैं कि चूँकि हमने गलत किया है इसलिये किसी न किसी को दंडित होना होगा और कि

हम तब तक प्रसन्न नहीं रह सकते है या रहेंगे जब तक वे रहेंगे। हम चाहते हैं कि हमने जिस दर्द को सहा है उसका बदला हमें मिले परन्तु केवल परमेश्वर ही हमें बदला दे सकता है और यदि हम उस पर भरोसा रखें और जैसा उसने कहा है, उस प्रकार यदि हम अपने शत्रुओं को क्षमा करें तो वह ऐसा करेगा।

मुझे निश्चय है कि बहुत से लोग जो इस पुस्तक को पढ़ते हैं वे अपने हृदयों में क्रोध के साथ पढ़ना प्रारंभ करेंगे। किसी ने उन्हे चोट पहुँचाई है या ज़िंदगी ने उन्हे निराश किया है। मेरी प्रार्थना यह है कि उनके हृदय परमेश्वर के प्रति खुल जायें वे किसी भी प्रकार की कड़वाहट, अप्रसन्नता, अक्षमा, या ठोकर से मुक्त जीवन का महत्व देखें।

मैं मानती हूँ कि प्रति सप्ताह हमारे पास दुःखी होने और क्रोधित होने के अवसर आते हैं परन्तु परमेश्वर की इच्छा का उचित ज्ञान हमें क्रोध से परे जाने और उस जीवन का आनंद उठाने का साहस देता है जो परमेश्वर ने हमें दिया है। जिस किसी ने आपको दुःख पहुँचाया है उस पर क्रोधित रहना वैसा ही है स्वयं जहर पीकर यह उम्मीद करना है कि आपका शत्रु मर जायेगा। परमेश्वर कभी भी हमसे ऐसा कार्य करने के लिये नहीं कहता है जिसका फल अंततः हमारी भलाई होती है, इसलिये हमें उस पर भरोसा रखना और यूँ ही क्षमा कर देना चाहिये।

मेरी प्रार्थना यह है कि जब आप यह पुस्तक पढ़ते हैं तो आप देखेंगे कि जब आप क्रोध के साथ स्वस्थ व्यवहार करते हैं और जब आप क्षमा करते हैं तो जिस व्यक्ति पर आप उपकार कर रहे हैं वह आप स्वयं हैं।

स्वयं पर एक

उपकार कीजिए...

क्षमा कीजिए

अध्याय
1
यह उचित नहीं है!

सूसन्ना एक 48 वर्षीय स्त्री है जिसका पालन–पोषण टेक्सास शहर के एक सुदूर फार्महाउस में हुआ था। उसके माता–पिता अत्यधिक गरीब थे जिनकी आय बहुत तुच्छ थी और उनके आधे दर्जन बच्चे थे।

सूसन्ना सबसे छोटी थी और उसके उज्जवल विन्यास, सुन्दर मुखाकृति और असाधारण बुद्धिमता के कारण बचपन से ही उसे अधिक लाभ हुआ! उसने अपनी हाई स्कूल की शिक्षा पूरी की और एक अच्छी बिक्री कर्मचारी बनने के लिए गई जहाँ पर उसने एक छोटी सी कंपनी में काम किया जो कपड़ों का निर्माण करती थी। क्रमशः उसने अपना स्वयं का व्यवसाय प्रारंभ किया और स्त्रियों के वस्त्र का निर्माण करने लगी। वह अपने व्यवसाय से प्यार करती थी; उसे एक प्रकार की तृप्ति और मूल्य का अहसास होता था और उसने पूर्ण हृदय से स्वयं को इस कार्य में लगा दिया। वह अपने सपनों के राजकुमार से मिली और विवाह किया और उनके दो सन्तान उत्पन्न हुए। जैसे–जैसे वर्ष बीतते गए वैसे–वैसे उसके व्यवसाय भी बढ़ता गया और जब वह अपने चालीस के दशक में थी तब वह और उसके पति एक करोड़ों डॉलर बजट की एक कंपनी चला रहे थे।

सूसन्ना और उसके पति ने उन जीवन की सारी सुख सुविधाओं का उपभोग किया जो धन दे सकता था: एक आलीशान मकान, कार, बोट, और

गरमी के महीनों में रहने के लिए एक घर। अपनी छुट्टियों में वे दुनियाँ भर में भ्रमण करते थे। उनकी दोनों बेटियाँ सबसे उत्तम विद्यालय में पढ़ती थी और समाज के उन्नत श्रेणी में शामिल थी। वे बड़े हुए और उन्हें अच्छी नौकरियाँ मिली और उनके स्वयं के परिवार हुए। जीवन इससे अच्छा नहीं हो सकता था या उन्होंने ऐसा सोचा। यद्यपि यह दंपत्ति कर्त्तव्य निर्वाहन के भाव में आराधनाओं में भागी हुआ करते थे, परन्तु परमेश्वर के साथ उनका संबन्ध व्यक्तिगत नहीं था न ही उन्होंने निर्णय लेते समय परमेश्वर की इच्छा को उचित रूप से खोजते थे। यहाँ तक कि पारिवारिक संबन्ध में सतही थे न कि गहरे ईमान्दार और आत्मीय।

एक दिन अचानक बिना चेतावनी के सूसन्ना ने देखा कि उसके पति का विवाहेतर संबन्ध था और यह पहली बार नहीं था। उसे बहुत झटका लगा और गहरा सदमा लगा। न केवल वह अविश्वासयोग्य थे बल्कि उसने यह भी जाना कि उन्होंने कंपनी को कर्ज में डूबों दिया था और बहुत सारे व्यवसायिक धन का हिसाब–किताब भी नहीं था। जिस व्यवसाय को उसने प्रारंभ किया था उससे वह धन को लेते रहे थे और अपने महिला मित्रों के मनोरंजन में और रहस्यमय जीवन व्यतीत करने में खर्च किया करते थे।

बहुत जल्द उनका विवाह टूट गया और अपने कर्ज़ में डूबे व्यवसाय के साथ सुसन्ना अकेली रह गई और विनाश कगार पर पहुँच गई। और तब कंपनी का व्यवसाय नीचे की ओर गिरता गया और सुसन्ना की कंपनी लगभग पतन के कगार पर पहुँच गई। अपने पूर्व पति के प्रति उसका क्रोध और कड़वाहट प्रति दिन बढ़ता जा रहा था जिससे वह सारी बातों के लिए दोषी समझती थी।

सूसन्ना अपने बच्चों की ओर मुड़ी ताकि उनसे कुछ समझ और सांत्वना प्राप्त कर सके परन्तु उन्होंने उससे कहा कि इतने वर्षों तक वह कठोर परिश्रम कर रही थी और उनके लिए पर्याप्त समय नहीं था। वे भी महसूस करते थे कि उनके पिता के इस कृत्य का कारण उनकी माँ द्वारा संसार के किसी भी बात से बढ़कर अपने व्यवसाय से अधिक प्रेम करना था। वे अपने जीवनों में व्यस्त हो गए और उन्होंने अपनी माँ की ज़रूरतों और समस्याओं की किसी प्रकार अनदेखा कर दिया जैसा उसने उनकी आवश्यकताओं को अनदेखा कर दिया था जब उन्हें उनकी ज़रूरत थी। सूसन्ना को सहायक की आवश्यकता थी परन्तु वह अकेली थी।

सूसन्ना अपनी बहन के पास गई परन्तु आप विश्वास करें या न करें ऐसा प्रतित हुआ मानों वह सुसन्ना की निराशा से प्रसन्न थी। उसने महसूस किया कि उसके सफलता और "आरामदायम" वर्षों ने उसे स्वार्थी और आत्मकेन्द्रित बना दिया था। उनके बीच की खाई अत्यधिक थी और आठ वर्ष बीतने के बाद भी वे अब तक बात नहीं करती है।

उसके बच्चे यद्यपि नम्र हैं फिर भी कभी उसे प्रायः फोन नहीं करते हैं या अपने घर आने का निमन्त्रण नहीं देते हैं। अपनी अप्रसन्न जीवन के लिए सूसन्ना अत्यधिक कड़वाहट से भर गई और हर किसी पर दोष लगाती रहती है। उसने एक बार भी यह नहीं सोचा कि उसकी समस्याओं का कुछ कारण वह स्वयं भी हो सकती है। और एक बार भी उसने क्षमा मांगने या क्षमा करने का विचार नहीं किया।

वह अपने पूर्व पति से क्रोधित है। वह अपने आप से क्रोधित है क्योंकि वह ये नहीं देख सकती कि उसका विवाह और व्यवसाय दोनों उसके आँखों के सामने ही पतन की ओर जा रहे हैं। वह क्रोधित है क्योंकि उसके बच्चों ने उसके लिए अधिक नहीं किया है और वह परमेश्वर से क्रोधित है क्योंकि उसका जीवन बहुत अधिक निराशाजनक हो गया है।

कौन क्रोधित नहीं होता है?

ऐसी स्थिति में अधिकांश लोग क्रोधित होते हैं परन्तु यदि वे परमेश्वर के प्रेम को समझते और यह जानते कि इस प्रकार के विपत्ति से निकलने का मार्ग उसने पहले से तैयार किया है, तो वे ऐसा नहीं करते। क्रोध और अक्षमा के द्वारा असंख्य जीवनों का बर्बाद हो जाना आश्चर्यजनक है। उनमें से कुछ उचित ज्ञान नहीं रखते हैं परन्तु उनमें से कई मसीही हैं जो अच्छा ज्ञान रखते हैं परन्तु उचित चुनाव करने के अनिच्छुक हैं। वे अपनी भावनाओं के परे जाकर भला कार्य करने के बजाय अपनी भावनाओं से जीते हैं। वे स्वयं को नकारात्मक भावनाओं की कैद में डाल देते हैं और जीवन का भरपूर आनन्द उठाने के बजाय विकलांग जीवन व्यतीत करते हैं।

हाँ, अधिकांश लोग क्रोधित होंगे परन्तु एक अच्छा मार्ग हैः वे स्वयं पर एक उपकार तथा क्षमा कर सकते हैं। वे अपनी निराशा को झटक सकते हैं और

परमेश्वर के साथ पुनः नियुक्ति पा सकते हैं। वे भूतकाल के बजाय भविष्य की ओर देख सकते हैं। वे अपनी गलतियों से सीख सकते हैं और पुनः उन्हें दोहराने का प्रयास कर सकते हैं।

यद्यपि, हममें से अधिकांश लोग स्वयं को ऐसी निराशाजनक परिस्थिति में नहीं पाते हैं जैसा कि सूसन्ना थी, परन्तु ऐसे बातों का भी अन्त नहीं हैं जिससे क्रोधित हुआ जा सकता है...पड़ोसी का कुत्ता, सरकार, कर, तनख्वाह में अपेक्षित बढ़ोत्तरी न होना, यातायात की समस्या, एक पति जो अपने मौजे और अन्तर्वस्त्र स्नानागार फर्श पर छोड़ देता है, या बच्चे जो आपके द्वारा की गई किसी भी कार्य की सराहना नहीं करते हैं। तब ऐसे लोग भी होते हैं जो कठोर बातें कह देते हैं और क्षमा भी नहीं मांगते हैं, माता–पिता जिन्होंने कभी प्यार नहीं दिखाया, भाई बहन जिनसे हमेशा पक्षपात किया गया, गलत आरोप, और ऐसी अन्तहीन सूची जो हमें ऐसे अवसर देते हैं जो क्रोधित हो सकते हैं या क्षमा कर आगे बढ़ सकते हैं।

हमारी स्वाभाविक प्रतिक्रिया निराश होना, ठोकर खाना, कड़वाहट से भर जाना, क्रोधित होना, और क्षमा न कर पाना होता है।

परन्तु इन नकारात्मक भावनाओं को पालने–पोषने के द्वारा हम किसे चोट पहुँचा रहे हैं? क्या वह व्यक्ति जिसने गलती की? कई बार यह बात लोगों को चोट पहुँचाती है यदि हम किसी को चोट के कारण किसी अपने जीवन से अलग कर देते हैं, परन्तु प्रायः वे इस बात की परवाह भी नहीं करते या जानते भी नहीं कि हम किस बात के लिए क्रोधित हैं! हम निराशा के पूर्वाग्रह से ग्रसित होकर सोचते रहते हैं और बार बार अपने मन में उन बातों को स्मरण करते रहते हैं। आप कितना समय यह सोचते हुए खर्च करते हैं कि आप उस व्यक्ति से क्या कहेंगे जिसने आपको क्रोधित किया है, जबकि आप इस दौरान कहीं अधिक परेशान रहते हैं? जब हम स्वयं को ऐसा करने देते हैं, तो हम वास्तव में हम अपने चोट पहुँचाने वालो से कहीं अधिक स्वयं को चोट पहुँचाते हैं।

चिकित्सा अध्ययनों में पाया गया है कि क्रोध के कारण फोड़ा से लेकर खराब मनोवृत्ति जैसी कई बीमारियां हो सकती हैं। सबसे महत्वपूर्ण तो यह है कि यह समय की बर्बादी है। प्रत्येक घण्टा जब हम क्रोधित रहते हैं यह ऐसा समय होता है जो हमने खर्च किया है और दुबारा कभी नहीं पा सकते हैं। सूसन्ना के परिवार के मामलों में उन्होंने वर्षों बर्बाद किया। उस समय के

बारे में सोचिए जो उन्होंने अपने बीच के क्रोध के कारण संगति को खो दिया। जीवन का कोई भरोसा नहीं होता है; हम नहीं जानते हैं कि अपने प्रियों के साथ अपना कितना समय शेष है। यह कितनी ही लज्जा की बात होगी यदि हम क्रोध के कारण स्वयं को अच्छी यादों और संबन्धों से वंचित रखें। मैंने भी अपने जीवन के प्रारंभ काल में हुए अन्याय के कारण वर्षों तक क्रोध और कड़वाहट में बहुत से वर्ष व्यर्थ गवाएं हैं। मेरी मनोवृत्ति ने मुझे बहुत नकारात्मक तरीके से प्रभावित किया था और यह मेरे परिवार तक भी आ पहुँचा था। क्रोधित लोग हमेशा अपना क्रोध दूसरों पर उण्डेलते हैं क्योंकि जो कुछ हममें हैं वही बाहर आता है। हम सोच सकते हैं हम अपना क्रोध छुपा कर रखेंगे परन्तु यह क्रमशः अपने आपको प्रगट करने का मार्ग ढूँढ़ ही लेता है।

अक्सर जो बातें हमारे साथ होती हैं वे अच्छी नहीं होती हैं परन्तु यदि हम परमेश्वर पर भरोसा रखते और उसकी आज्ञापालन करते हैं, तो वह हमारा बदला चुकाएगा। बदला लेना एक सामान्य प्रवृत्ति होती है परन्तु हमें इसमें लिप्त नहीं होना चाहिए। हम चाहते हैं कि हमारे नुकसान की भरपाई हो और परमेश्वर इसे पूरा करेगा।

> क्योंकि हम उसे जानते हैं, जिसने कहा, "पलटा लेना मेरा काम है, मैं ही बदला दूँगा" और फिर यह, कि "प्रभु अपने लोगों का न्याय करेगा।"
>
> *इब्रानियों 10:30*

यह पद और इसके समान अन्य पदों ने मुझे प्रोत्साहित किया है कि मैं अपने क्रोध और कड़वाहट को जाने दूँ और परमेश्वर की रीति से मेरा बदला चुकाने के लिए उस पर भरोसा रख सकूँ। मैं आपको दृढ़ता के साथ प्रोत्साहित करती हूँ कि जब कभी आपको लगे कि आपके साथ उचित व्यवहार नहीं किया गया है, तो आप भी इसी प्रकार परमेश्वर पर भरोसा रखें।

जिन लोगों को हमें क्षमा करने की आवश्यकता होती है वे प्रायः क्षमा पाने के हकदार नहीं होते हैं, और कभी कभी तो वे क्षमा चाहते भी नहीं हैं। हो सकता है वे यह भी न जानते हों कि उन्होंने आपको चोट पहुँचाई हो या हो सकता है इसकी परवाह न करते हों, फिर भी परमेश्वर कहता है कि हम उन्हें क्षमा करें। इस बात के अलावा यह बहुत अनुचित लगता है कि परमेश्वर हमारे साथ

भी वही कार्य करता है जो वह चाहता है कि हम दूसरों के साथ करें। वह बार बार हमें क्षमा करता है और लगातार हमसे निशर्त प्रेम करता है।

जो भी गलतियाँ मैंने की हैं और जिनके लिए मुझे परमेश्वर के साथ साथ लोगों की भी क्षमा की आवश्यकता है यदि उन्हें मैं स्मरण करूँ तो यह क्षमा करने में मेरी सहायता करता है। बहुत वर्षों तक मेरे पति मेरे प्रति बहुत दयालु और करुणामय बने रहे, जबकि मैं बाल्यकाल में हुए यौन दुर्व्यवहार के आघात से उभरने की प्रक्रिया में थी। मेरा मानना है कि "घायल लोग ही दूसरों को घायल करते हैं।" मैं जानती हूँ कि मैं अपने परिवार को चोट पहुँचाती थी और स्वस्थ संबन्ध बनाने में असमर्थ थी, परन्तु निश्चय ही मैं जान बूझकर ऐसा नहीं करती थी। यह मेरे स्वयं के दुःख और अज्ञानता का परिणाम था। मुझे चोट पहुँचाया गया था और मैं केवल अपने विषय में ही सोच पाती थी। मुझे चोट पहुँची थी इसलिए मैं दूसरों पर चोट करती थी। मुझे वास्तव में समझ, सही समय पर सामना, और बहुत सारी क्षमा की आवश्यकता थी और मुझे यह देने के लिए परमेश्वर ने डेव के द्वारा कार्य किया। अब मैं यह स्मरण करने का प्रयास करती हूँ कि किसी और को यही बात देने के लिए अक्सर परमेश्वर मेरे द्वारा कार्य करना चाहता है।

क्या आपको कभी क्षमा की आवश्यकता हुई है–लोगों से साथ ही साथ परमेश्वर से भी? मुझे निश्चय है, कि आपको आवश्यकता हुई है। उन क्षणों को स्मरण करें और वे बातें ज़रूरत पड़ने पर क्षमा करने में आपकी सहायता करेगी।

कृपया अपने क्रोध को द्वार पर रोकिए

क्या आपने कभी उस प्राचीन पाश्चात्य चलचित्र को देखा है जिसमें नाई की दुकान में प्रवेश करने से पहले आवारा लड़कों की जाँच की जाती है कि कहीं उनके पास कोई हथियार तो नहीं हैं? मैंने देखा है, और जब हम क्रोध के विषय में सोचते हैं तो यह एक अच्छ उदाहरण है। क्रोध एक हथियार के समान है जिसे हम अपने साथ लिए चलते हैं, जिसका उपयोग हम उन लोगों पर कर सकते हैं जो हमें चोट पहुँचाते हुए प्रतीत होते हैं। जिस प्रकार द्वार पर जाँच न किए जाने की स्थिति में आवारा लड़के अपने पिस्तल निकाल कर अपने बचाव में दूसरों पर तान देते हैं, उसी प्रकार हम भी एक निरन्तर क्रम में अपने क्रोध का उपयोग अपने बचाव में करते हैं। आईये, हम किसी भी स्थान में प्रवेश

करने से पहले अपने क्रोध को द्वार पर ही छोड़ देने की आदत डालें। जब हम अपना दिन प्रारंभ करते हैं तो आईये इसे साथ ले चलने से इन्कार करें। जान बूझकर कहें, "आज मैं बिना क्रोध के बाहर जा रहा हूँ। मैं अपने साथ प्रेम, करुणा, और क्षमा लिए जा रहा हूँ और आवश्यकता पड़ने पर उदारतापूर्वक उनका उपयोग करूँगा।"

मैंने पाया है कि स्वयं से बात करना बहुत सहायक होता है। मैं बात–बेबात स्वयं से बात कर सकती हूँ, मैं क्रोध करने के विषय में और क्रोधित न होने के विषय में स्वयं से बात कर सकती हूँ। स्वयं में कारण ढूँढ़ना सीखिए। स्वयं से कहिए, "क्रोधित रहना समय की बर्बादी और परमेश्वर को अप्रसन्न करना है, इसलिए मैं इससे जान बूझकर छुटकारा पाऊँगी।" मैं स्वयं को स्मरण दिलाती हूँ कि शान्ति का चुनाव करने और क्रोध करने से इन्कार करने के द्वारा स्वयं पर उपकार कर रही हूँ।

हो सकता है हम सही कार्य करते हुए न महसूस करें, परन्तु या तो हम परमेश्वर को प्रसन्न करने के लिए जी सकते हैं या स्वयं को प्रसन्न करने के लिए। यदि हम परमेश्वर को प्रसन्न करने का चुनाव करते हैं, तो हम ऐसी बहुत सी बातें करेंगे जो हमें उन बातों के विपरीत लगेगा जो हम करना चाहते हैं। हम सब की भावनायें होती हैं परन्तु हम अपनी भावनाओं से बढ़कर हैं। हमारी एक स्वतन्त्र इच्छा शक्ति होती है और उस बात का चुनाव कर सकते हैं जो हमें अपने लिए श्रेष्ठत्तम रखता है।

क्रोध सामर्थी और विनाशकारी होता है

क्रोध रोष, प्रतिशोध, और ईर्ष्या होता है। यह भावना के रूप में प्रारंभ होता है और यदि इस पर ध्यान न दिया जाए तो शब्द और कार्यों के द्वारा अभिव्यक्ति तक पहुँचता है। यह ताकतवर भावनाओं में से एक है और बहुत ही विनाशकारी होता है। परमेश्वर का वचन हमें क्रोध का नियन्त्रण करने सिखाता है क्योंकि यह कभी भी परमेश्वर की उस धार्मिकता का निर्वाह नहीं कर सकता है जो वह चाहता है (याकूब 1:20)।

परमेश्वर हमें निर्देश देता है कि हम क्रोध में धीमा हों। जब हम महसूस करते हैं कि हम क्रोध से उबलना प्रारंभ कर रहे हैं, तो हमें इस पर एक ढक्कन

रखना आवश्यक होता है। अपनी समस्याओं पर विचार करने और उन पर बात करने के द्वारा हम उसे अत्यधिक बुरी स्थिति में पहुँचा सकते हैं और अपने आप में उबल सकते हैं जो उसके पोषित करने के बराबर होता है... या... जिस क्षण हम उबलना प्रारंभ करते हैं तभी हम उसके विषय में कुछ कर सकते हैं। क्रोध की भावना के विरुद्ध आक्रामक बनिए और कहिए, "मैं क्रोधित रहने से मना करता हूँ। मैं प्रतिशोध लेने से मना करता हूँ। परमेश्वर ने मुझे आत्म–नियन्त्रण दिया है, और मैं इसका उपयोग करूँगा।"

किसी ने मुझसे एक पास्टर के विषय में बताया जिसने अपनी कलीसिया में एक आगन्तुक प्रचारक को आमन्त्रित किया था। पासबान प्रथम पंक्ति में बैठकर वक्ता की बातों को सुन रहे थे, जब कि आगन्तुक वक्ता ने पासबान के तरीकों के कुछ नकारात्मक बातें कहना शुरू किया कि किस प्रकार वे कलीसिया की कुछ बातों में व्यवहार किया करते थे। वह एक सामान्य बात कह रहे थे और मुझे निश्चय है कि वे अपने शब्दों के द्वारा किसी को ठोकर खिलाना नहीं चाह रहे थे, परन्तु उनके शब्द आलोचनात्मक और कठोर थे। जब वक्ता अपनी बात कह रहे थे तो पासबान मृदु आवाज़ में फुसफुसाते हुए इस प्रकार दोहराए, "मैं ठोकर नहीं खाऊँगा, मैं ठोकर नहीं खाऊँगा।" वह एक बूजूर्ग सेवक थे जो अपने वक्ता से भी अधिक बुद्धिमान थे। उन्होंने अपने वक्ता के उत्साह को पहचाना परन्तु वह यह भी जानते थे कि वक्ता में ज्ञान की कमी है। पासबान ने वक्ता के शब्दों से स्वयं को चोट पहुंचने नहीं दिया।

मैं जानती हूँ कि यह किस प्रकार की बात है क्योंकि मैं टी.वी. पर सुसमाचार संदेश बांटती हूँ और मैं सेवा करने वाले लोगों के द्वारा नकारात्मक टी.वी. प्रचारकों के विषय में नकारात्मक बातें सुनती हूँ जो टी.वी. पर नहीं आ पाते हैं। वे बिना प्रेम के हमें इस प्रकार पुकारतें हैं कि हम माध्यमों द्वारा सेवा के लिए बुलाए गए लोग हैं।

यदि हमने किसी के समान अनुभव नहीं पाया है तो उसका न्याय करना बहुत आसान होता है और जब मैं लोगों को आलोचक टिप्पणियाँ करते हुए सुनती हूँ तो यह स्मरण करने का प्रयास करती हूँ कि वे कुछ ऐसी बात कहते हैं, जिनके विषय में वह कुछ नहीं जानते हैं। लोग कुछ ऐसी बातें कहते हैं, वे टी.वी. प्रचारक तो केवल लोगों का धन पाना चाहते हैं। वे टी.वी. प्रचारक कलीसिया निर्माण के लिए कुछ नहीं करते हैं। वे केवल स्वयं के विषय में

सोचते हैं और परमेश्वर के राज्य के परवाह नहीं करते हैं। हाँ, निश्चय ही प्रत्येक व्यवसाय में कुछ लोग होते हैं जिनके लक्ष्य बुरे होते हैं, परन्तु सभी को उस विवाद में धकेल देना पूरी रीति से गलत है और धर्मशास्त्र के अनुरूप नहीं है। जब मैं ऐसी बातें सुनती हूँ या मुझसे कहा जाता है कि किसी ने मुझसे ऐसी बातें कही हैं, तो मैं ठोकर न खाने का निर्णय करती हूँ क्योंकि इससे कुछ लाभ नहीं होगा और इससे कुछ बदलनेवाला भी नहीं है।

जब मैं टी.वी. पर लोगों को यीशु मसीह के पास आने निमन्त्रण देती हूँ तो हमारी सेवकोई बहुत अधिक प्रतिक्रियाएँ प्राप्त करती है। हम उन्हें एक किताब भेजते हैं जो यह सलाह देती है कि वे अपने स्थानीय कलीसिया में शामिल हों, परन्तु यह कुछ ऐसी बात है जिसे एक आलोचना करनेवाला नहीं जानता है। जो कुछ मैं जानती हूँ कि करने के लिए परमेश्वर ने बुलाया है, उसे करने के लिए मैं समर्पित हूँ और अपने आलोचना करनेवालों की चिन्ता नहीं करती हूँ, क्योंकि मुझे अपने जीवन के अन्त में उन्हें उत्तर नहीं देना है परन्तु केवल परमेश्वर को।

यह सोचकर दूसरों का न्याय करना आसान होता है, कि हम "पूरी कहानी" जानते हैं। परन्तु हममें से बहुत कम लोग ऐसा करते हैं; यह परमेश्वर के लिए आरक्षित होता है। मुझे निश्चय है कि आपके पास भी आपके कई उदाहरण होंगे और सबसे अच्छी बात जो करना चाहिए वह उस व्यक्ति के लिए प्रार्थना करना है जिनके शब्दों ने आपको चोट पहुँचाई है, एक निर्णय लें कि आप ठोकर नहीं खाएँगे और उनके विषय में अच्छी बातों पर विश्वास करने का चुनाव कीजिए। हम सभी को प्रार्थना करनी चाहिए कि हम दूसरों को चोट नहीं पहुँचाएंगे या अपने शब्दों से उन्हें ठोकर नहीं खिलाएँगे।

अध्याय
2
क्रोध की भावना

जो लोग ईश्वर रहित जीवन व्यतीत करते हैं वे प्रायः क्रोध की भावना का अनुभव कर परेशान नहीं होते हैं—वे तो ये भी सोच सकते हैं कि समस्या सुलझाने का या अपनी बात मनवाने का यही एक तरीका है। मसीही लोग क्रोध से परेशान हो जाते हैं और यहाँ तक कि इसके कारण भ्रम में भी पड़ जाते हों। ईश्वरीय व्यक्तियों के रूप में हम अक्सर मसीहियों के रूप में सोचते हैं, कि हममें क्रोध नहीं होना चाहिए। जब हम क्रोध की भावना का अनुभव करते हैं तब हम अपराधबोध से भर जाते हैं। हमें आश्चर्य होता है कि हम क्यों क्रोध आता हैं, जबकि वास्तव में, वह अन्तिम बात थी जो हम करना चाहते हैं।

पैंतीस वर्षों तक मैं परमेश्वर के वचन का एक गंभीर छात्रा रही हूँ, और मैं आपको निश्चय दिलाती हूँ कि मुझमें क्रोधित होने की कोई आकांक्षा नहीं है। मैंने वर्षों तक पवित्र आत्मा के साथ ईमानदारी पूर्वक सीखा है कि किस प्रकार क्रोध से मुक्त हुआ जा सकता है और उस पर नियन्त्रण किया जा सकता है। मैं शान्तिप्रिय हूँ और अपने सभी संबन्धों में एकता की अभिलाषा रखती हूँ। मैं कलह को तुच्छ जानती हूँ! फिर भी हाल ही में मैं इतना अधिक क्रोधित हो गई कि मुझे याद नहीं कि हाल ही मैंने इस प्रकार क्रोधित हुई थी।

भावनाएँ बहुत जल्दी उबल सकती है। हमसे यह अपेक्षाएँ नहीं की जाती है कि हममें भावनायें न हो परन्तु हमसे अपेक्षा की जाती हैं कि हम उन्हें अपने

ऊपर शासन करने न दें। परमेश्वर का वचन कभी भी यह नहीं बताता है कि क्रोध की भावना आना पाप है, परन्तु यह पापमय व्यवहार बन जाता है जब हम इसका उचित प्रबन्धन नहीं करते हैं या हम उसी को पकड़कर झूलते रहते हैं। प्रेरित पौलुस निर्देश देते हैं कि सूर्य अस्त होने तक हमारा क्रोध नहीं रहना चाहिए (इफिसियों 4:26–27)। यह सूचित करता है कि लोग क्रोध की भावना का अनुभव करेंगे परन्तु थोड़े से समय के अन्तराल में उन्हें उससे मुक्त होना चाहिए। मेरे लिए इसमें प्रार्थना और एक निर्णय लेने की आवश्यकता होती है जो मेरी भावनाओं से परे जाती है।

अधिक समय नहीं हुआ जब मैं फोन पर अपनी आन्टी से बात कर रही थी। पिछले कई वर्षों से मैं और डेव उनके आर्थिक आवश्यकताओं का प्रबन्ध किया करते थे, क्योंकि वह विधवा है और उनकी आय उनके आवश्यकताओं को पूरा करने के लिए नाकाफी थी। मैं उनकी पावर ऑफ अटार्नी हूँ, अतः जब भी उन्हें चिकित्सकीय आवश्यकतायें होती हैं तो जिस चिकित्सा सुविधा केन्द्र में वह रहती हैं वहाँ से मुझे फोन किया जाता है कि मैं उनकी चिकित्सा संबन्धी आकस्मिक आवश्यकताओं को पूरा करूँ। मैं चाहती थी कि उन लोगों की सूची में मैं अपने पुत्री का नाम भी जोड़ दूँ जिन्हें मेरे आन्टी के लिए निर्णय लेने का अधिकार हो ताकि मैं जब भी शहर से बाहर रहूँ तो उनकी चिकिस्तकीय देखभाल उचित रूप से हो सके। मैंने एक कागज़ लेकर हस्ताक्षर करने के लिए अपनी पुत्री को आन्टी के घर भेजा और वह बहुत अधिक प्रतिरक्षात्मक हो गई और उन्होंने हस्ताक्षर करने से मना कर दिया। जब मेरी बेटी ने मुझे यह सूचना दी तो मैं बिना सोचे समझे बहुत अधिक क्रोधित हो गई और मुझे लगा कि मैं फट पड़ूँगी। मैंने अपेक्षा की थी कि मेरी आन्टी मुझ पर भरोसा रखेगी और जो कुछ मैं कहती उसे करती, इसलिए मैंने उन्हें फोन किया और जैसा मैं सोचती थी वैसा उनसे कह डाला और उन्हें वे सारी बातें स्मरण दिलाई जो कुछ मैंने उनके लिए किया था और यह भी कि मैं उनके स्वार्थी व्यवहार की प्रशंसा नहीं करती हूँ। हम दोनों क्रोधित थे और हमने बहुत सी ऐसी बातें कह डाली जो हमें नहीं कहना चाहिए था।

यदि ईमानदारी पूर्वक कहूँ, तो मैंने महसूस किया कि मैंने अपने क्रोध के साथ अच्छा किया है–और यह एक गलती थी। मुझे ठहराने के द्वारा मैं अगले तीन दिनों तक उन्हीं बातों को रटती रही जबकि मैं इस बात की अपेक्षा किया

कि वह मुझे फोन करेगी और माफी मांगेगी परन्तु उसने कभी ऐसा नहीं किया। उन तीन दिनों में मैंने अपने परिवार में बहुत से लोगों और अपने मित्रों से इस विषय में बातें की और बढ़ा चढ़ाकर बताया कि वह कितनी स्वार्थी थी। निश्चय ही, वह भी एक गलती थी क्योंकि परमेश्वर का वचन सिखाता है कि हम ऐसा कुछ न करें जिससे एक व्यक्ति की मान सम्मान को चोट पहुँचे, न ही कानाफूसी करें या गफ मारे। प्रत्येक बार जब मैंने इस कहानी को दोहराती, तो मेरे क्रोध में और ईर्ष्या आती और यह पहले से अधिक जलन रखती। मैं ईमानदारी पूर्वक कह सकती हूँ कि मुझे स्मरण नहीं आता कि मैंने पिछले दस वर्षों में ऐसा क्रोध किया था।

क्या हुआ? सबसे पहले, जब ये परिस्थिति उत्पन्न हुई तो मैं बहुत अधिक थक गई थी; अब मैं समझती हूँ कि मैंने बहुत ही नाराज़गी के साथ पूरे मामले पर व्यवहार किया था। क्योंकि मैं थकी हुई थी, इसलिए मैंने अपनी आन्टी के साथ बात करने के लिए पूरा समय नहीं लिया, और इसलिये शंका की स्थिति पैदा हुई। न केवल मैं थकी हुई थी परन्तु इस घटना के कुछ सप्ताहों पूर्व मैं अपने आन्टी और माँ के कई ज़रूरी आवश्यकताओं को पूरा कर रही थी, और मैं दबाव महसूस कर रही थी और अपने लिए आसान मार्ग ढूँढ़ रही थी।

घटना के चौथे दिन सुबह मैंने महसूस किया कि मुझमें जो क्रोध आ गया था वह परमेश्वर के साथ मेरे आत्मिक संबन्ध को बाधित कर रहा था और घर में उचित रूप से परमेश्वर के वचन का अध्ययन करने से मुझे रोक रहा था। मैं परिस्थिति पर विचार करती रही और उसे अपने मन से निकाल न सकी, प्रायः मेरे साथ ऐसा ही होता है जब तक कि मैं उसका सामना न करूँ और मामले को सूलझा न दूँ। मैंने यह महसूस करना प्रारंभ किया कि परमेश्वर चाहता था कि मैं उन्हें फोन करूँ और माफी मांगू और मैं स्वीकार करती हूँ कि मैं वास्तव में समझौता करना नहीं चाहती थी।

जितना अधिक मैंने परमेश्वर के लिए अपना हृदय खोला उतना ही स्पष्ट रूप से मैंने पूरे घटनाक्रम पर आन्टी का पक्ष देखा। वह चौरासी वर्ष की हैं और बहुत तेज़ी से अपनी स्वतन्त्रता खो रही हैं जो कि निश्चय ही उनके लिए बहुत कठिन बात है। उनके दृष्टिकोण से देखें तो वह घटनाक्रम से बहुत ही चकित थी। मेरे शहर से बाहर होने पर उनके स्वास्थ्य के विषय में निर्णय लेने का

अधिकार मेरी पुत्री को देनेवाले कागज़ात मैंने उनके हस्ताक्षर के लिए अचानक उनके घर भेजा था और इस विषय में उनसे किसी प्रकार की चर्चा नहीं की थी। चूँकि मैं फोन करने से डर रही थी इसलिए कुछ घण्टे इन्तज़ार करने के पश्चात मैंने अन्ततः उन्हें फोन किया और अपने क्रोध के लिए उनसे माफी माँगी। मुझे सुखद आश्चर्य हुआ जब उन्होंने मुझसे कहा कि वह भी खेदित थी और क्योंकि वह भ्रम में थी इसलिए उन्होंने भी बुरा व्यवहार किया। दो क्षण के भीतर पूरी समस्या सुलझा ली गई और मेरी शान्ति लौट आई और उनकी भी।

पूरे घटनाक्रम के पश्चात मैंने इस बात को जाना कि जिस प्रकार मैंने व्यवहार किया था इससे अधिक बुद्धिमानी और उनकी भावनाओं की परवाह करते हुए उस स्थिति को संभाल सकती थी। न केवल तीन दिनों तक क्रोधित रहने के लिए परन्तु दूसरे लोगों के सामने इस विषय में बड़ी बड़ी बातें हांफने के विषय में भी मैंने ईमानदारी पूर्वक परमेश्वर के सामने पश्चाताप किया।

मैं आपसे यह कहानी केवल यह दर्शाने के लिए कहना चाहती थी कि क्रोध बहुत जल्दी आ सकता है और हम चाहे कैसे भी "मसीही" क्यों न हों हम क्रोध की परीक्षा से दूर नहीं हैं। मुझे खेद है कि तीन दिन तक मैंने क्रोध को बनाए रखा परन्तु मुझे खुशी है कि मैंने इसे अपने जीवन में कड़वाहट का मूल बनने नहीं दिया और अधिक समय तक मेरी आत्मा को ज़हरीला करने नहीं दिया।

परमेश्वर क्रोध करने में धीमा है और हमें भी ऐसा ही होना चाहिए। वह अपने क्रोध को दबाकर रखता है–अर्थात आत्म–नियन्त्रण में रखता है। परमेश्वर अक्सर अपने जलजलाहट को भड़कने नहीं देता है और क्रोध को ठण्डा करता है (भजन संहित 78:38)। "भड़कने नहीं देने" का अर्थ है, कि उसने उसे नियन्त्रण में रखा है। स्मरण रखिए, आत्म नियन्त्रण आत्मा के फलों में से एक है। यह परमेश्वर के गुण का एक पहलू है जिसे उसने हमारे साथ बाँटा है। हम बाइबल में बहुत से उदाहरण देखते हैं जब मनुष्य ने परमेश्वर को क्रोधित किया और उसने अपने आपको रोके रखा। मेरी आन्टी के मामले में स्वयं को सामान्य करने में मुझे चार दिन लगे और मुझे इसमें किसी प्रकार का गर्व नहीं है।

हमारी अभिलाषा सदैव यह होनी चाहिए कि अपने व्यवहार में हम अधिक से अधिक ईश्वरीय स्वभाव रखें। निम्नलिखित भाग में एक उदाहरण है जिसका हम अनुकरण कर सकते हैं:

मिस्र में हमारे पुरखाओं ने तेरे आश्चर्यकर्मों पर मन नहीं लगाया, न तेरी अपार करुणा को स्मरण रखा; उन्होंने समुद्र के तीर पर, अर्थात् लाल समुद्र के तीर पर बलवा किया।

तौभी उसने अपने नाम के निमित्त उनका उद्धार किया, जिससे वह अपने पराक्रम को प्रगट करे।

भजन संहित 106:7–8

यद्यपि इस्राएली विद्रोही थे और दण्ड के पात्र थे, परन्तु परमेश्वर ने उन्हें क्षमा किया और अपने स्वभाव के अनुसार उनके प्रति प्रेम और करुणा दिखाई। दूसरे शब्दों में, परमेश्वर प्रेम है और यह कोई ऐसा गुण नहीं हैं जिसे कभी वह प्रारंभ करता है और कभी बन्द करता है। वह सदा एक सा रहता है और कभी भी दूसरों की व्यवहार के कारण अपने आपको बदलने नहीं देता है। मैंने अनुमति दिया कि मेरी आन्टी का व्यवहार शीघ्र ही मुझे बदल दे, परन्तु यदि मैंने प्रतिक्रिया दर्शाने से पहले थोड़ा विचार किया होता तो संपूर्ण परिस्थिति भिन्न होती। मैंने परमेश्वर के वचन के अनुसार कार्य करने और उसके आदर्श का अनुकरण करने के बजाय अपनी भावनाओं पर प्रतिक्रिया दी। मेरे जीवन में बहुत वर्षों तक मैं ऐसी परिस्थितियों में यही किया करती थी। मेरे लिए क्रोध तब तक एक दैनिक वास्तविकता थी जब तक मैंने परमेश्वर द्वारा मुझे बदलने की इच्छा नहीं की।

अगले अध्याय में मैं चर्चा करूँगी कि किस प्रकार डेव ने मेरे बुरे व्यवहार का सामना किया था, परन्तु कभी भी मेरे साथ दुर्व्यवहार नहीं किया था। स्थायित्व की यह विशेषता और मेरे प्रति प्रेम दिखाने की निरन्तर इच्छा उन बड़े कारणों में से थे जिसने मुझे स्वयं को बदलने के लिए प्रेरित किया। यदि डेव मुझ पर केवल क्रोधित होते, आरोप लगाते, और संबन्ध तोड़ने की धमकी देते, तो शायद मैं कभी नहीं बदलती। मैं अपने जीवन में एक ऐसे मोड़ पर थी जहाँ मुझे प्रेम को क्रियान्वित होते हुए देखने की अत्यधिक आवश्यकता थी और डेव ने यह मुझे दिखाया।

कभी कभी शब्द काफी नहीं होते हैं। हमारे शब्द में प्रेम के शब्द बोलना सामान्य बात है। मेरे पिता जो मेरा यौन शोषण किया करते थे वे भी मुझसे प्रेममय बातें किया करते थे। मेरी माँ जिसने मेरा तिरस्कार किया था वह भी कहती थी कि वह मुझसे प्यार करती है। मेरे जो मित्र मुझसे झूठ बोलते थे,

वे कहते थे कि मुझसे प्यार करते हैं, इसलिए मेरे लिए शब्दों ने अपने मायने खो दिए थे। डेव ने न केवल मुझसे यह कहा कि वे मुझसे प्रेम करते थे परन्तु उन्होंने मेरे प्रति वह प्यार दिखाया जो परमेश्वर चाहता था कि वह हमारे द्वारा लोगों को दे। उसका स्वयं का प्यार!

अनियन्त्रित क्रोध

अनियन्त्रित क्रोध बहुत शीघ्र क्रोधोन्माद में बदल सकता है। क्रोधोन्माद खतरनाक होता है। ऐसी स्थिति में, लोग हर प्रकार की बातें करते और कहते हैं जो उनके जीवन को ही उलट पलट कर सकता है। क्या आपने कभी यह कहते हुए सुना है, "मुझे इतना क्रोध आ रहा था कि मैं सीधा देख भी नहीं पा रहा था?" जिस दिन मैं अपनी आंटी से क्रोधित हुई थी उस दिन मैं ऐसा ही महसूस कर रही थी। अब मैं समझती हूँ कि जो क्रोध मैं ने महसूस किया था वह उस समय की परिस्थिति से कहीं अधिक था। मैं सोचती हूँ कि मैं ने अपने भीतर कुछ क्रोध को पनपने दिया था जिसका समाधान किया जाना चाहिये था और यह कहना अतिरेक नहीं होगा कि उनके साथ हुई घटना वह तिनका थी जिसने ऊँट की पीठ को तोड़ दिया था।

जब हम दूसरों के क्रोध को अपनी ओर आते हुए अनुभव करते हैं तो अकसर यह क्रोध तत्कालीन परिस्थिति से अधिक होता है। हो सकता है हम सड़क पर गाड़ी चला रहे हों और उचित संकेत न दे पाने के कारण कोई हम पर क्रोधित हों। उनका सारा क्रोध हमारी गलती की उपज होती है। हमने एक सामान्य सी गलती की है और वे इतने क्रोधी हो जाते हैं कि हमें चोट पहुँचती है, परन्तु यद्यपि क्रोध का निशाना हम होते हैं परन्तु यह वास्तव में बिल्कुल भी हमारे प्रति नहीं होता है। यह संभवतः वर्षों से उनके भीतर उबल रही अनसुलझी समस्याओं का परिणाम होता हैं। आज हम अकसर सुनते हैं कि एक बंदूकधारी मकान में प्रवेश कर जाता है और लोगों पर गोलियाँ बरसाना प्रारंभ कर देता है और बहुतों को मार व कईयों को घायल कर देता है। बदला लेने के लिए इस व्यक्ति ने लोगों पर गोली चलाना प्रारंभ किया जिन्हें वह जानता भी नहीं था। क्यों? उसके क्रोधोन्माद ने उसे एक ऐसी स्थिति में पहुँचा दिया जहाँ वह अनियन्त्रित रूप से हिंसक हो गया।

आज कितने लोग कारागार में बन्द हैं, केवल इसलिए कि उन्होंने क्रोध में आकर किसी को मार डाला है? कितनों ने गंभीर रूप से अपने रिश्तों को बर्बाद या ज़ख्मी कर दिया है, केवल इसलिए कि उन्होंने क्रोधोन्माद में आकर भयावह, चोट पहुँचाने बातें कही? सोचिए, कि कितने लोगों का जीवन और अच्छा हो सकता था, बशर्ते उन्हें सिखाया जाता कि क्रोध की भावना के साथ किस प्रकार उचित व्यवहार किया जाना चाहिए।

बदला लेने का सबसे आश्चर्यजनक उदाहरण तब प्रगट हुआ जब यहूदियों ने उस यीशु को क्रूस पर चढ़ाने का निर्णय लिया जो उन्हें बचाने आया था और जिसने कभी कुछ गलत नहीं किया था। यह अन्यायपूर्ण कार्य इतिहास की सबसे भयानक घटना है, फिर भी परमेश्वर ने क्षमा किया और हमारे संपूर्ण उद्धार और मेलमिलाप के लिए एक योजना को जन्म दिया। आश्चर्यजनक प्रेम!

क्रोधोन्माद से बचने का एकमात्र तरीका क्रोधित होने पर 100 या 1000 तक या जहाँ तक आप गिन सकें, वहाँ तक गिनना है, जब तक कि आप शान्त न हो जाएँ। कुछ भी कहने या करने से पहले ऐसा कीजिए। मैं अक्सर कहती हूँ, "भावनाओं को थाम दो, तब निर्णय लो।"

अपनी भावनात्मक ऊर्जा को क्रोध में व्यर्थ मत गँवाओ

क्रोधित होने में बहुत ऊर्जा खर्च होती है। क्या आपने कभी ध्यान दिया है कि क्रोध करने के पश्चात कितनी थकावट होती है? मुझे होती है, और अपनी इस उम्र के पड़ाव में अन्ततः मैंने जाना कि मेरे जीवन में बर्बाद करने के लिए समय नहीं है। क्रोध एक बर्बादी है और जब तक यह धार्मिक क्रोध न हो इससे किसी का भला नहीं होता है और यह किसी और अध्याय के लिए दूसरा विषय है। मैंने सीखा कि एक बार जब मैं क्रोधित हो जाती हूँ तो शान्त होने में बहुत समय लगता है और अन्ततः मैंने जाना कि क्रोध को शान्त करने में अपनी पूरी ऊर्ज़ा खर्च करने के बजाय उसे नियन्त्रित करने में कुछ ऊर्जा खर्च करना श्रेयस्कर है। एक अच्छी सलाह देती हूँ: यदि आप किसी के साथ सहमत न हों, तो उस व्यक्ति को परमेश्वर के हाथ में छोड़ दें। उससे प्रार्थना कीजिए कि वह आप पर प्रगट करे कि कौन सही है और कौन गलत है और यदि आप गलत साबित होते हैं, तो इस सच्चाई का सामना करने के इच्छुक हों।

बहुत वर्षों तक मैंने डेव के साथ तुच्छ बातों पर बहस करते हुए ऊर्जा को व्यर्थ गँवा दिया था जिससे वास्तव में, इस बात के अलावा कोई विशेष लाभ नहीं हुआ था कि मैंने स्वयं को सही करने की इच्छा जाहिर की। परन्तु प्रेम अपनी भलाई नहीं चाहता, झुंझलाता नहीं (1 कुरिन्थियों 13:5)। सही होना ही सब कुछ नहीं होता है! वास्तव में, अपने आपको सही ठहराने के लिए हम जो ऊर्जा खर्च करते हैं वह अक्सर ऊर्जा की बर्बादी ही होती है। यहाँ तक कि जब मैं डेव से इतना बहस करती कि उन्हें मुझसे कहना पड़ता, "तुम सही हो," तब भी मैं विजयी नहीं होती थी, क्योंकि अपने व्यवहार से मैं परमेश्वर को अप्रसन्न करती थी और अपने आस पास के लोगों के लिए एक तुच्छ उदाहरण प्रस्तुत करती थी।

शान्ति हमें सामर्थ्य प्रदान करती है, परन्तु क्रोध हमें कमज़ोर बनाता है। आईये, परमेश्वर, अपने और लोगों के साथ शान्ति का चुनाव करें और उसका पीछा करें।

> क्योंकि जो कोई जीवन की इच्छा रखता है, और अच्छे दिन देखना चाहता है, वह अपनी जीभ को बुराई से, और अपने होंठों को छल की बातें करने से रोके रहे। वह बुराई का साथ छोड़े, और भलाई ही करे; वह मेल मिलाप को ढूँढ़े, और उसके यत्न में रहे।
>
> *1 पतरस 3:10—11*

मुझे आशा है कि आपने उपरोक्त पदों को पढ़ने में समय खर्च किया है। इस पद ने अन्ततः मुझे दिखाया कि मैं केवल शान्ति के लिए प्रार्थना ही नहीं कर सकती थी, परन्तु मुझे इसकी खोज करनी थी, इसका पीछा करना और अपने संपूर्ण हृदय के साथ इसके पीछे चलना था। मुझे शान्ति स्थापित करने हेतु सामन्जस्य बिठाने और दूसरों को ग्रहण करने का इच्छुक होना था। मुझे अपने आपको नम्र करने की भी इच्छुक होना था जैसा कि मैंने उस दिन किया जब मैंने माफी माँगने के लिए किया।

आपके लिए शान्ति का क्या मूल्य है? यदि आप इसे अति बहुमूल्य नहीं समझते हैं, तो आप कभी भी इसे पाने के लिए वह कार्य नहीं करेंगे जो आपको करना चाहिए। अपने क्रोध को नियन्त्रित करना और उदारतापूर्वक और शीघ्र क्षमा करना सीखना शान्ति स्थापित करने के भाग हैं। परन्तु हमेशा अपनी स्वयं

की इच्छाओं का बलिदान करने के लिए तैयार रहिए, विशेषकर सही होने की इच्छा जो कि उस शान्ति का आनन्द उठाने का प्रतिदिन का भाग है, जिसका प्रबन्ध परमेश्वर ने मसीह यीशु में किया है। मैंने पाया है कि अपने आपको निर्दोष ठहराने का प्रयास करने के तुलना में परमेश्वर मुझे अधिक अच्छी रीति से निर्दोष ठहरा सकता है। परमेश्वर को अपने जीवन का परमेश्वर बनाए और आप भी अधिक शान्ति का आनन्द उठाएँगे।

क्रोध की भावना आप पर शासन न करने पाए। यह हमेशा अपना घृणित सिर उठाने के लिए आपके आस पास अवसर ढूँढ़ता है, परन्तु पवित्र आत्मा की अगुवाई, प्रार्थना, और आत्मनियन्त्रण के द्वारा हमें इससे हार नहीं मानना है। परमेश्वर का वचन कहता है, वह हमें शत्रुओं के मध्य भी शासन करने की सामर्थ देगा और जहाँ तक मेरी बात है मेरे जीवन में क्रोध एक शत्रु है जिसके अधीन होने से मैं इन्कार करती हूँ। स्वयं पर एक उपकार कीजए... क्रोध को जाने दीजिए, उसे मार भगाईये और परमेश्वर की शान्ति का आनन्द उठाईये।

अध्याय
3
क्रोध के जड़

ऐसी बहुत सी बातें हैं जिन पर हम क्रोधित होते हैं, परन्तु ऐसे भी लोग होते हैं जिनके क्रोध करने के विशेष कारण नहीं होता है; वे बस क्रोधित रहते हैं। कई बार हम यह नहीं जान पाते हैं कि हमारा क्रोध कहाँ से आता है। कई लोगों ने मुझसे कहा है, "मुझे बहुत क्रोध आता है और मुझे मालूम भी नहीं कि क्यों...मेरे साथ क्या समस्या है?" उनके क्रोध का जड़ कहीं न कहीं होता है, और प्रायः प्रार्थना, पूरी गहराई में जाना और सच्चाई का सामना करना उसे बाहर ले आता है। मैंने पाया है कि यदि मैं उससे कहती हूँ तो वह प्रायः मुझे दिखाता है कि मेरी समस्या वास्तव में क्या है। अक्सर जो कुछ मुझे दिखाता है वह ऐसी बात होती है जिसे मैं सुनना नहीं चाहती हूँ, विशेष कर यदि वह प्रगट करता है कि समस्या का कारण मैं ही हूँ, परन्तु वह चाहता है कि हम अपने अन्तर्मन में सत्य का सामना करें और वह हमें स्वतन्त्र कर सके।

जब तक मैं एक प्रौढ़ स्त्री से नहीं मिली तब तक मुझमें क्रोध की समस्या थी। जब भी मैं स्वयं की सहायता नहीं कर पाती तब मेरा क्रोध उबल पड़ता है, क्योंकि मैंने अपने पिता को इसी प्रकार व्यवहार करते हुए देखा था। क्रोध करने वाले लोग अक्सर क्रोध करनेवाले परिवारों से आते हैं। यह एक सीखा हुआ व्यवहार होता है और जब तक इसका सामना नहीं किया जाता है, तब तक इसके बने रहने की संभावना सामान्य से अधिक होती है। उदाहरण के

लिए, आंकड़े हमें बताते हैं कि बहुत से पुरुष जो अपनी पत्नियों की पिटाई करते हैं, उन्होंने अपने घर में अपनी माँ के प्रति पिता का यही व्यवहार देखा होता है। यद्यपि माँ के प्रति होनेवाले दुर्व्यवहार से वे घृणा करते रहे हों, परन्तु प्रायः वे भी समस्या का निदान इसी प्रकार करते हैं।

मेरे पिता अक्सर मेरी माँ के प्रति हिंसक हुआ करते थे विशेषकर जब वे नशे में होते थे। वह एक क्रोधी व्यक्ति थे और यद्यपि हमें कभी यह बात पूरी रीति से समझ में नहीं आई, कि उनके क्रोधी स्वभाव का मूल कारण क्या है, परन्तु हमने यह जाना कि उनके पिता इतने क्रोधी स्वभाव के व्यक्ति थे कि उसे प्रसन्न करना बहुत कठिन होता था और क्रोध का उपयोग वह घर में नियन्त्रण रखने के हथियार के रूप में किया करते थे। बाइबल हमें सिखाती है, कि पाप और उसके साथ होनेवाले व्यवहार पीढ़ी दर पीढ़ी तब तक व्यक्ति में पाए जाते हैं जब तक वह परमेश्वर से प्रेम करना और उसके सिद्धान्तों को अपनी जीवन में प्रयोग करना प्रारंभ नहीं कर देता है (व्यवस्थाविवरण 5:8–10)।

मैंने अपने जीवनकाल में अपने परिवार में क्रोध और हिंसा के चक्र को देखा है और जिस किसी में क्रोध की समस्या पाई जाती है उसके साथ भी परमेश्वर यही करना चाहता है। कुछ क्षण ठहरिए और उस घर के विषय में सोचिए जिसमें आप पले बढ़े हैं। कैसा माहौल था? विरोध के समय पर घर के वयस्क सदस्य किस प्रकार एक दूसरे के साथ व्यवहार किया करते हैं। क्या घर दिखाबे से भरपूर था या लोग परस्पर सच्चाई और खुले हृदय के साथ व्यवहार किया करते थे? यदि आप उन चुनिन्दा आशीषित लोगों में से एक हैं हो एक ईश्वरीय माहौल में पले बढ़े हों, तो आपको परमेश्वर को धन्यवाद देना चाहिए क्योंकि आपके जीवन की एक अच्छी शुरूवात हुई है। हाँलाकि, जिनके पास अच्छे आदर्श नहीं थे वे भी परमेश्वर के प्रेम और उसके वचन के सत्य के द्वारा चंगाई पा सकते हैं।

ईश्वरीय साक्षात्कार का किस प्रकार प्रयोग करना है?

न केवल मेरे पिता हिंसक थे परन्तु मेरी माता ने कभी उनका सामना नहीं किया। मेरी माता कायर थी, इसलिए वह उनके दुर्व्यवहारपूर्ण अधिकार के अधीन डरपोक बनी रही। न केवल यह कि वह स्वयं की सुरक्षा नहीं कर सकी बल्कि वह मुझे भी सुरक्षा नहीं दे सकी। मैंने उनमें जो कमज़ोरी देखी उसके

कारण मैंने उनको तुच्छ जाना और मैंने दृढ़ निर्णय लिया कि मैं जीवन में कभी भी कमज़ोर नहीं पड़ूँगी न किसी को अपने साथ दुर्व्यवहार करने दूँगी। स्वयं की रक्षा करने के प्रयास में मैं एक नियन्त्रक बन गई। मैंने सोचा कि यदि मैं हर बात को और हर व्यक्ति को नियन्त्रण में रखती हूँ, तो मुझे दुःख नहीं पहुँचेगा। परन्तु निश्चय ही, मेरे व्यवहार से कोई लाभ नहीं हुआ क्योंकि यह अनीश्वरीय था। मेरे पति ने क्रमशः हमारे संबन्ध में ईश्वरीय साक्षात्कार का प्रयोग किया और यद्यपि इसमें समय लगा, परन्तु परिवर्तित होने में यह मेरे लिए सहायक बनी।

यद्यपि हम मेल करवाने के लिए बुलाए गए हैं और हमें शान्ति की खोज करनी और मेल का पीछा करना चाहिए, उन लोगों का सामना करने से भयभीत होना जिन्होंने हमसे दुर्व्यवहार किया है, विरोध के साथ व्यवहार करने का तरीका नहीं है। हमने क्रमशः अपने घर में जाना कि हर समय खुलकर बोलना और सत्य कहना सबसे अच्छी नीतियाँ होती हैं। डेव और मेरे चार बड़े बच्चे हैं और हम सब बहुत सारा समय एक साथ व्यतीत करते हैं। ऐसे बहुत से समय आते हैं जब हम क्रोधित होते हैं और हमारी बातें उलझन पैदा करती हैं, परन्तु यह कहते हुए मुझे प्रसन्नता होती है कि कोई भी अधिक समय तक क्रोधित नहीं रहता है। हम मुद्दों का सामना करते हैं और भले ही हम असहमत हों, परन्तु हम सहमति पूर्वक असहमत होने का प्रयास करते हैं। हम तनाव के खतरों को जानते हैं और उसे अपने परिवार से बाहर रखने के प्रति दृढ़ संकल्पित हैं। मैं यह दर्शाने के लिए बता रही हूँ कि यद्यपि मैं ऐसे क्रोधी परिवार में पली बढ़ी और क्रमशः उस क्रोध को अपने घर में भी ले आई, परन्तु परमेश्वर के अनुग्रह और करुणा और उसके वचन के प्रति आज्ञाकारिता के द्वारा वह पापमय रीति टूट गई है।

जब परमेश्वर हमें साक्षात्कार करने की अगुवाई देता है और जब तक परमेश्वर हमें अगुवाई न दे तब तक ऐसा करने के लिए हम इन्तज़ार करते हैं, तब ईश्वरीय साक्षात्कार प्रारंभ होता है। बहुत जल्द बहुत अधिक साक्षात्कार क्रोधी व्यक्ति को और क्रोधित कर सकता है। समस्या का वर्णन शान्त और प्रेममय रीति से करें और सामान्य और सरल बातचीत के द्वारा ऐसा करने का प्रयास करें। क्रोध का सामना क्रोध से करने से कोई लाभ नहीं होगा, इसलिए यह महत्वपूर्ण है कि सामना करते वक्त आप शान्त रहें।

कोमल उत्तर सुनने से गुस्सा ठण्डा हो जाता है, परन्तु कटुवचन से क्रोध भड़क उठता है।

नीतिवचन 15:1

शान्ति देनेवाली बात जीवन–वृक्ष है, परन्तु उलट फेर की बात से आत्मा दुःखित होती है।

नीतिवचन 15:4

धीरज धरने से न्यायी मनाया जाता है, और कोमल वचन हड्डी को भी तोड़ डालता है।

नीतिवचन 25:15

जिस व्यक्ति का आप सामना कर रहे हैं, उससे कहिए कि उसके व्यवहार से आपको कैसा महसूस होता है और उन्हें यह जानने दें कि यह अस्वीकार्य है। अपनी आवाज़ को सौम्य परन्तु दृढ़ बनाए रखने का प्रयास करें। सुनिश्चित करें कि आप उस व्यक्ति से प्रेम रखते हैं और उसके साथ संबन्ध स्वस्थ देखना चाहते हैं, परन्तु आप किसी प्रकार का अनादर और दुर्व्यवहार स्वीकार नहीं करेंगे। यदि वह व्यक्ति पहले आपकी बात स्वीकार न करें तो इसमें बिल्कुल भी चकित मत होईये। प्रायः हमें अपनी विचारधारा में ऐसी बातें समाविष्ट करने में समय लगता है। यदि व्यक्ति क्रोधित हो जाता है और आप पर समस्या बनने का आरोप मढ़ देता है, तो चकित मत होईये। अपने निर्णय पर बने रहिए, अधिक प्रार्थना कीजिए और काम करने के लिए परमेश्वर को समय दीजिए। बहुत बार वह व्यक्ति आपके पास वापस लौट आएगा और आपसे कहेगा कि उन्हें खेद है और कि वे समझते हैं कि आप सही हैं।

जब डेव ने मेरा सामना किया, तब उन्होंने मुझसे कहा कि वह मुझसे प्रेम करते थे, परन्तु जब तक मैं अपने अनीश्वरीय व्यवहार का सामना करने और परमेश्वर के द्वारा बदले जाने की इच्छुक न होऊँ, तब तक मेरा आदर नहीं कर सकेंगे। उन्होंने मुझे बताया कि उनके प्रति मेरे शब्दों और व्यवहार से उन्हें कैसा महसूस हुआ और उन्होंने मुझे जताया कि मेरे प्रति उनकी भावनाओं को बहुत अधिक नुकसान हुआ है और इससे ठीक होने में समय लगेगा। उन्होंने कभी भी मेरे साथ दुर्व्यवहार नहीं किया न ही अपने मौन के द्वारा उन्होंने मुझे अपने जीवन से बाहर निकाला, परन्तु वह दृढ़ और कृत संकल्पित थे। पहले मैंने

विद्रोह किया, बहुत अधिक प्रतिरोधात्मक थी और उनकी वे सब बातें उन्हें बताने का प्रयास करती थी जो गलत थी। परन्तु क्रमशः मैं ने अपने उत्तरदायित्व को स्वीकार किया और और परिवर्तन की दिशा में पवित्रात्मा के साथ कार्य करना प्रारंभ किया। पूरी प्रक्रिया के दौरान डेव ने जिस शांति और स्थिरता का परिचय दिया, वह अति महत्वपूर्ण थी, और मैं विश्वास करती हूँ कि यह किसी भी ऐसे व्यक्ति के लिये महत्वपूर्ण है जो किसी ऐसी स्थिति में हो जिसका सामना किये जाने की आवश्यकता है।

उपयोग और दुरुपयोग

दुर्व्यवहार का अर्थ होता है दुरुपयोग किया जाना या अनुचित रीति से उपयोग किया जाना। जब एक पिता बच्चे का यौन शोषण करता है तब वह बच्चे के साथ ऐसी रीति से व्यवहार करता है जो कि गलत है जब एक पति अपनी पत्नी के ऊपर पिटाई करता है, तो वह दुर्व्यवहार करनेवाला होता है। जब कोई भी व्यक्ति दूसरे व्यक्ति पर नियन्त्रण रखने का प्रयास करता है, तो यह दुर्व्यवहार होता है। परमेश्वर ने हमें ऐसा बनाया है कि हमें प्रेम, स्वीकार्यता और स्वतन्त्रता की आवश्यकता होती है; ये आवश्यकताएँ हमारे डी.एन.ए. की भाग होते हैं और उनके बिना हम कभी भी उचित रूप से क्रियान्वित नहीं होंगे।

मेरा हृदय उमड़ पड़ता है जब मैं हमारे वर्तमान समाज में व्याप्त दुर्व्यवहार के विषय में सोचने का प्रयास करती हूँ। ऐसा प्रतीत होता है कि हम एक क्रोधी संसार में रहते हैं, जहाँ अधिकांश लोग टाइम बॉम्ब के समान हैं जो किसी भी समय फटने के लिए तैयार रहता है। लोग बहुत अधिक स्वार्थी और आत्मकेन्द्रित हो गए हैं और उसके साथ साथ उनका क्रोध भी बढ़ता गया है। जहाँ तक मेरा सवाल है, जिन समस्याओं का सामना हम वर्तमान समय में करते हैं उनके लिए परमेश्वर ही एकमात्र उत्तर है। हमारा संसार जो कुछ करता है उसे हम नियन्त्रित नहीं कर सकते हैं, परन्तु हम संसार की रीति पर न चलने का संकल्प ले सकते हैं। हमें परमेश्वर और उसके मार्गों के पक्ष में अपने निर्णय लेने चाहिए और जब हम ऐसा करते हैं, तब हमारा जीवन एक ऐसा ज्याति पुंज बन सकता है जो दूसरों के लिए उज्वल आदर्श हों। आईये, हम घोषणा करें, "तो आज चुन लो कि तुम किसकी सेवा करोगे... परन्तु मैं तो अपने घराने समेत यहोवा ही की सेवा नित करूँगा" (यहोशू 24:15)।

किसी भी प्रकार दुर्व्यवहार लोगों को क्रोधित करता है। क्या आप किसी पर क्रोधित हैं जिसने आपके साथ दुर्व्यवहार किया है? शायद, उन्हें क्षमा करना आपके स्वयं के चंगाई और वापसी का प्रारंभ हो सकता है। यूहन्ना 20:23 बताता है, कि यीशु अपने शिष्यों से कहता है, "जिनके पाप तुम क्षमा करो वे उनके लिए क्षमा किए गए हैं, जिनके तुम रखो, वे रखे गए हैं।" जब हम किसी ऐसे व्यक्ति को क्षमा करने से इन्कार करते हैं जिसने हमें चोट पहुँचाई है, तब शायद हम उस पाप को अपने में बनाए रखते हैं और उसे स्वयं में दोहराते हैं। ऐसे बहुत से लोग जिनके साथ दुर्व्यवहार किया गया है वे दुर्व्यवहार करनेवाले बन जाते हैं। सबसे बढ़कर वे क्रोधित होते हैं और परिवर्तित होने में तब तक असमर्थ रहते हैं जब तक वे अपने चोट पहुँचाने वालों को पूरी रीति से क्षमा नहीं कर देते हैं। इस आशा के साथ शैतान यह सुनिश्चित करेगा कि कोई न कोई हमें चोट पहुँचाए ताकि हम अपनी जीवन भर क्रोधी रहें। परन्तु सभोपदेशक 7:9 स्मरण करें, "अपने मन में उतावली से क्रोधित न हो, क्योंकि क्रोध मूर्खों ही के हृदय में रहता है।" जब कोई हमें चोट पहुँचाता है तो यदि हम उस क्रोध में बनें रहते हैं तो हम मूर्ख हैं। स्वयं पर उपकार कीजिए और क्षमा कीजिए।

सन् 1985 में बिल पेल्के की दादी रूत चार किशोरवय लड़कियों के द्वारा मारी गई। वह एक अदभुत महिला थी जो अपने घर में बाइबल अध्ययनों का आयोजन किया करती थी। एक शाम इस आशा के साथ एक समूह के लिए उन्होंने अपने घर का द्वार खोला कि उन्हें परमेश्वर का वचन सिखाएँगी। परन्तु इसके बजाय उन लड़कियों ने घर में प्रवेश किया और उनकी जघन्य हत्या कर दी।

सन 1986 के नवम्बर माह की एक रात बिल ने स्वयं को अपनी दादी की याद में पाया।

* * *

पेल्के कहते हैं, नवम्बर 2 सन 1986 को मैं अपनी दादी के जीवन और मृत्यु के विषय में विचार कर रहा था। मैंने उनके विश्वास पर विचार करना प्रारंभ किया। दादी एक समर्पित मसीही थी और मेरी परवरीश एक मसीही परिवार में हुआ था। मैंने स्मरण किया कि किस प्रकार यीशु ने हमसे कहा है कि यदि हम चाहते हैं कि हमारा स्वर्गीय पिता हमें क्षमा करे, तो हमें भी उन लोगों को क्षमा करने की आवश्यकता है जिन्होंने हमारे प्रति गलत किए हैं। हम जानते हैं कि

यीशु यह कह रहा था कि क्षमा करना हमारी आदत, जीने का एक तरीका होना चाहिए। क्षमा करो, क्षमा करो, क्षमा करो और क्षमा करते रहिए....मैंने सोचा, कि संभवतः मुझे उस पंद्रह वर्षीय बालिका पौला कूपर को उसकी इस गलती के लिए माफ करने का प्रयास करना चाहिए जो उसने दादी के प्रति किया था। मैंने कल्पना की कि किसी दिन ऐसा करूँगी क्योंकि ऐसा करना सही था।

जितना अधिक मैंने दादी के विषय में सोचा उतना ही अधिक मैं इस बात की कायल हुई कि पौला को जो मृत्यु दण्ड दिया गया उससे मैं भयभीत हो गई थी....मैंने यह भी महसूस किया कि वह चाहती थी कि मेरे परिवार में कोई ऐसा हो जो इसी प्रकार की दया और तरस दिखाता हो। मुझे महसूस हुआ कि यह मेरे कन्धे पर आ पड़ा है। यद्यपि मैं जानती थी कि क्षमा सही बात है, प्रेम और तरस का सवाल ही नहीं उठता था क्योंकि दादी को बहुत क्रूर रीति से मारा गया था। परन्तु मैं इतनी अधिक कायल हुई कि दादी यही बात चाहते थे और यह न जानते हुए कि इसे किस प्रकार प्राप्त करना है मैंने परमेश्वर से याचना की कि वह मुझे पौला कूपर और उसके परिवार के लिए प्रेम और तरस प्रदान करे और मैं दादी के बदले में यह कर सकूँ।

यह बहुत छोटी सी प्रार्थना थी, परन्तु मैंने शीघ्र ही इस विषय में सोचना प्रारंभ किया कि मैं किस प्रकार पौला को पत्र लिखूँ और उसे यह बताऊँ कि दादी किस प्रकार के व्यक्ति थे और क्यों उन्होंने उसे अपने घर में प्रथम स्थान दिया था। मैं उसके साथ दादी के विश्वास को बाँटना चाहती थी।

मैंने इस बात को जाना कि प्रेम और तरस के लिए की गई प्रार्थना सुनी गई है क्योंकि मैं पौला की सहायता करना चाहती थी और अचानक मैंने जाना कि उसे दण्डित करना गलत होगा। उसी रात्रि मैंने अपने जीवन का सबसे सामर्थी पाठ सीखा। यह क्षमा की चंगाई देनेवाली सामर्थ के विषय में थी। जब मेरा हृदय तरस से भर गया, तब उसमें क्षमा उत्पन्न हुई। जब क्षमा उत्पन्न हुई, तो इससे बहुतायत की चंगाई आई। दादी की मृत्यु से डेढ़ साल बीत चुका था और उन दिनों में जब भी मैं उनके विषय में सोचती तो वह पूरा दृश्य मेरे आँखों के सामने घूम जाता कि किस प्रकार उनकी मृत्यु हुई होगी। उन्हें जिस मृत्यु का सामना करना पड़ा था उसके विषय में सोचकर ही मेरे रोंगटे खड़े हो जाते थे। परन्तु मैं जानती थी कि जब मेरे हृदय को तरस और क्षमा ने स्पर्श किया उसी क्षण से जब भी मैं दादी के विषय में सोचती, तो मैं फिर कभी इस

बात की कल्पना नहीं किया करती कि उनकी मृत्यु कैसे हुई थी। परन्तु मैं यह सोचा करती कि उन्होंने किस प्रकार का जीवन व्यतीत किया था, वह किन मूल्यों के लिए जीती रही, उनका विश्वास क्या था, और वह कैसी सुन्दर और अदभुत व्यक्ति थी।

क्षमा का अर्थ कूपर के कृत्य को माफ करना नहीं था, न ही इसका अर्थ था कि उसे अपने कृत्य का परिणाम नहीं भुगतना पड़ेगा। निश्चय ही इसका अर्थ क्षमा करना और भूल जाना नहीं था। मैं कभी भी यह नहीं भूलूंगी कि दादी के साथ क्या हुआ था, परन्तु मैं पौला के साथ संगति करने की इच्छा रख सकती थी। मैं यह अभिलाषा कर सकती थी कि उसका भला हो।

* * *

उपरोक्त कहानियों के समान सच्ची घटनाएँ प्रेरणादायक हो सकती हैं और वे दर्शाती हैं कि यदि हम अपने साथ हुई घटनाओं के परे उनके परिणामों की ओर देखें कि उससे उन लोगों को दीर्घावधि में क्या उत्तम फल मिलनेवाला है जो इसमें शामिल थे, तो हम निश्चय ही किसी को भी किसी भी बात के लिए क्षमा कर सकते हैं। परमेश्वर मुझे सिखा रहा था कि मैं केवल उन बातों की ओर न देखती रहूँ कि दुःख देनेवाले पक्ष ने मेरे साथ क्या किया है, परन्तु उन बातों की ओर अधिक दृढ़ता के साथ देखना सिखा रहा था कि उन्होंने स्वयं के साथ क्या किया है और उन्हें क्षमा करने और उनके लिए प्रार्थना करने के इच्छुक हो सकूँ।

आदर्शवाद में स्थापित क्रोध

यदि हम स्वयं या अन्य लोगों के प्रति अवास्तविक अपेक्षाएँ रखते हैं, तो यह हमारे जीवनों में क्रोध का कारण बन सकता है। आदर्शवादी वह व्यक्ति होता है जिसे सन्तुष्ट करना तब तक असंभव होता है जब तक सब कुछ बिल्कुल सिद्ध न हो। अच्छा कभी भी पर्याप्त नहीं होता है, यहाँ तक कि श्रेष्ठ भी काफ़ी नहीं होता है... सब कुछ बिल्कुल सिद्ध होना चाहिए। आदर्शवादी जब तक परमेश्वर को अपने जीवन में सन्तुलन रखने न दे, तब तक सिद्धता की कामना, प्रायः तनाव और अप्रसन्नता का स्रोत बना रहता है।

जीवन सिद्ध नहीं होता है, और न ही उसके लोग। फिर भी यदि हम इच्छुक हों तो परमेश्वर ने हमें उन बातों को सहने की योग्यता दी है जो हमारे जीवन में भले अभिप्राय के साथ आता है।

* * *

लिसा की माँ उसके प्रति बहुत कठोर थी और हमेशा उसके हर कार्य में सिद्धता की मांग किया करती थी। यद्यपि, लिसा को संगीत में कोई अभिरुचि नहीं थी किन्तु उसकी माँ ने उस पर दबाव बनाया कि वह पियानो बजाना सीखे और घड़ी घड़ी उस पर अभ्यास करने का दबाव बनाती। उन्होंने कभी भी लिसा के किसी भी कार्य की तारीफ नहीं की थी और यदि कभी वह ऐसा करती भी तब भी उसे यह स्मरण दिलाती कि उसे अभी भी कठोर परिश्रम करने की आवश्यकता है। परिणामस्वरूप, लिसा के अन्दर कहीं गहराई में अपनी असफलताओं के प्रति क्रोध भर गया। वह नियमों की कठोर पाबन्ध बन गई, और उसके लिए अपने पति और बच्चों के साथ संबन्धों में भी प्रसन्न रहना कठिन बन गया। 30 साल की उम्र में उसे फोड़े हो गए और अत्यधिक जलन से पीड़ित हो गई जो उसके निरन्तर तनाव रहने का नकारात्मक परिणाम था।

वर्तमान में लिसा एक परामर्शदाता की सेवा ले रही है और कुछ उन्नति कर रही है, परन्तु यह एक दैनिक लड़ाई है। जीवन में रोज घटनाएँ होती हैं और प्रतिदिन के अन्त में उसके साथ कुछ न कुछ ऐसा होता है, जो असिद्ध होती है और उसे जान बूझकर निर्णय लेना पड़ता है कि वह निराश नहीं होगी। वह आदर्शवाद की तानाशाही से मुक्त होना चाहती है, परन्तु इस क्षेत्र में नयापन प्राप्त करने में उसके मन को कुछ समय लगेगा। लिसा को परमेश्वर के वचन पर विश्वास करते हुए उसके अनुसार व्यवहार करना सीखने और अपनी माता की अपेक्षाओं की यादों पर आधारित स्थितियों पर भावनात्मक रूप से प्रतिक्रिया न देना सीखना होगा।

केवल यीशु ने ही व्यवस्था की अपेक्षाओं को पूरा किया है या कभी पूरा करेगा और उसने ऐसा हमारी ओर से किया है ताकि हम स्वतन्त्र हो सके। यद्यपि हममें परमेश्वर के प्रति एक सिद्ध हृदय और सिद्धता की अभिलाषा होती है, फिर भी हम इस सांसारिक देह में रहते हुए कुछ असिद्ध कार्य करेंगे और हमारे प्राण अपने चारों ओर के प्रत्येक बात से प्रभावित होंगी। परमेश्वर के वचन

का अध्ययन करने और उसके साथ समय व्यतीत करने के द्वारा हम सिद्धता के चिन्ह की ओर बढ़ते हैं, परन्तु अपनी यात्रा में जहाँ हम हैं उस स्थिति में हमें अवश्य ही आनन्दित होना सीखना चाहिए।

जीवन एक यात्रा है, न कि मंज़िल।

हमारी निर्बलता में परमेश्वर की सामर्थ्य सिद्ध होती है। हम सामर्थी हो सकते हैं परन्तु केवल उसमें। स्वयं के प्रति क्रोधित होने से हमारी कोई भलाई नहीं होती है, क्योंकि हम हर समय सिद्ध नहीं हो सकते हैं। मैंने अपने सर्वश्रेष्ठ करना और शेष परमेश्वर को करने देना सिखा है।

अपूर्ण आवश्यकताएँ

हम सबकी उचित आवश्यकताएँ होती हैं और उनमें से कुछ आवश्यकताओं की पूर्ति के लिए अपने संबन्धियों से अपेक्षा करना गलत नहीं होता है। हालांकि, हमें अवश्य ही निश्चय होना चाहिए कि हम पहले परमेश्वर की ओर देखें और दूसरों के द्वारा कार्य करने के लिए परमेश्वर पर भरोसा रखें। अधिकांश लोग उन लोगों के प्रति आकर्षित होते हैं जो उनसे विपरीत होते हैं। परमेश्वर ने हम सभी के लिए योजना बनाई है कि हम भिन्न हों, ताकि हमें एक दूसरे की आवश्यकता हो। कोई भी व्यक्ति भरपूर नहीं होता है परन्तु हममें से प्रत्येक में एक भाग होता है जो हमें जीवन में स्वस्थ संतुलन बनाए रखने में आवश्यक होता है। मैं बहुत उत्साही हूँ और मेरे पति कुछ ठहर कर काम करते हैं। बहुत वर्षों तक यह हमारे मध्य बहस का कारण हुआ करती थी। परन्तु अब हम देखते हैं कि मैं अक्सर उन्हें क्रियाशील होने के लिए झकझोरती थी और वह मुझे शान्त करते थे ताकि मैं अति उत्साह में होकर कुछ कर न बैठूँ। साथ मिलकर हम संतुलित थे। आप भी ऐसी ही परिस्थिति में होंगे। परन्तु यदि आप इसे उचित रूप से नहीं देखते हैं, तो आप अपना जीवन इस प्रयास में खर्च कर देंगे कि कोई आपको कोई ऐसी बात दे जिसके विषय में वे जानते भी न हों कि आपको उसकी आवश्यकता है, क्योंकि वे आपसे भिन्न हैं।

मैं विश्वास करती हूँ कि परमेश्वर हमारी सभी उचित आवश्यकताओं को पूरा करेगा, परन्तु वह इसे अपने चुनों हुओं के द्वारा पूरा करता है। मैंने डेव के साथ क्रोध करते हुए बहुत समय व्यतीत किया है, क्योंकि वह मुझे समझते नहीं थे या वे हमारी समस्याओं पर बात करते हुए घण्टों व्यतीत करना पसन्द नहीं

करते थे। उनकी योजना सामान्य थीः वह समस्या की पहचान करना चाहते थे, जो कुछ हम कर सकते थे उसे करना चाहते थे और अपनी चिन्ता परमेश्वर पर डाल दिया करते थे (1 पतरस 5:7)। दूसरी ओर, मैं यह कल्पना करना चाहती थी कि हमें क्या करना चाहिए। निश्चय ही, डेव सही होते थे परन्तु न केवल मेरा व्यक्तित्व उनसे भिन्न था परन्तु परमेश्वर पर भरोसा रखने के मामले में मैं उनसे कम परिपक्व भी थी।

वर्षों के अन्तराल में मैंने यह सिखा है कि मैं उन बातों को मन में संचित कर न रखूँ जिन्हें मैं अपूर्ण इच्छाएँ समझती हूँ, जो क्रमशः मेरे जीवन में क्रोध के मूल में परिवर्तित होगा परन्तु अपनी प्रत्येक आवश्यकताओं के लिए परमेश्वर पर भरोसा रखूँ। मैं जानती हूँ कि डेव मुझसे प्यार करते हैं और वे मेरी आवश्यकताएँ पूरी करना चाहते हैं, परन्तु सच यह है कि वह अक्सर उन्हें देखते नहीं हैं या जानते नहीं है कि क्या करना है, क्योंकि यह उस कार्य का भाग नहीं है कि किस प्रकार परमेश्वर ने उसे एक साथ किया है। मैंने डेव के उन अदभुत कार्यों को देखना सीखा है जो डेव करते हैं न कि उन कार्यों को देखूँ जो वे नहीं करते हैं।

एक धन्यवादी हृदय जो अपनी बातों के लिये अधिक धन्यवादी होता है वह क्रोध और बदले को अनदेखा करने में अधिक सफल होता है। धन्यवादी हों और ऐसा कहें और आक्रामकता के साथ क्रोध का प्रतिरोध करें क्योंकि यदि आप ऐसा न करें तो यह किसी और से बढ़कर आपको दुःख देगा।

सुधार की आवश्यकता

यद्यपि मैं ने इस पर गौर नहीं किया, परन्तु विवाह के उन प्रथम वर्षों में वास्तव में मुझे आवश्यकता थी कि डेव मुझे सुधारे। उन्होने ऐसा इसलिये किया क्योंकि वह मुझे प्यार करते थे और चाहते थे कि हमारा संबंध स्वस्थ हो। बाइबल हमें सिखाती है कि हमारा एक सच्चा मित्र आवश्यकता के समय हम पर सुधार की छड़ी का प्रयोग करेगा। अक्सर गलत व्यवहार को अनदेखा करना हमारे लिए आसान होता है क्योंकि हम उस नाटक में नहीं पड़ना चाहते हैं जो सुधार की कोशिश करने पर उत्पन्न हो सकता है, परन्तु दूसरे व्यक्ति का वास्तविक सुधार हमें ऐसा करने की अनुमति नहीं देता है।

बच्चों को न केवल प्रेम और अनुराग की आवश्यकता होती है बल्कि उन्हें सुधार की भी आवश्यकता होती है। यदि एक बच्चे को सुधारा नहीं जाता है, तो वह विद्रोही और अनादर का पात्र बन जाता है। कारागार में बन्द स्त्री पुरुषों का एक बहुत बड़ा हिस्सा यह बताते हैं कि उनके माता–पिताओं ने उन्हें पर्याप्य रूप से नहीं सुधारा है। हमारी बेटी सान्ड्र और उसके पति स्टीव के दो जुड़वा लड़कियाँ हैं जो वर्तमान में आठ वर्ष की हैं। स्टीव और सान्ड्रा बहुत अच्छे माता–पिता हैं, जो बहुत अधिक प्रेम दिखाते हैं परन्तु वे सुधारने में कठोर भी हैं। केवल यह दिखाने के लिए कि किस प्रकार बच्चे प्रेम और सुधार के एक अच्छे संतुलन पर प्रतिक्रिया देते हैं, मुझे अपनी नातीन एंजल के उस पत्र का वर्णन करने दीजिए जो उसने अपनी माँ को उस समय लिखा था जब वह एक झूठ बोलने पर सुधार किए जाने के पश्चात अपने कमरे में थी।

"प्रिय माँ, मैं तुमसे बहुत प्यार करती हूँ। मुझे तुम्हारी बहुत चिन्ता है, और मैं चाहती हूँ कि तुम इस बात को जानो कि मैं तुमसे बहुत, बहुत, बहुत, बहुत प्यार करती हूँ।"

एंजल जानती थी कि सुधारा जाना उसके लिए अच्छा है और उससे प्रेम करने के कारण ही उसके माता–पिता ने ऐसा किया है। उसने कुछ इसी प्रकार का पत्र अपने पिता को भी लिखा था।

परमेश्वर का वचन हमें बताता है कि वह उन्हें सुधारता है जिनसे वह प्रेम रखता है (इब्रानियों 12:6)। वह हमारे सामने इस बात का उदाहरण प्रस्तुत करता है कि किस प्रकार हमें अपने बच्चों के साथ व्यवहार करना चाहिए। अपने बच्चों को बहुत प्यार, बहुत अधिक क्षमा, और सही समय पर सुधार और सच्चाई का सामना करने दीजिए।

क्रोध के बहुत से कारण हमारे जीवनों में जड़ पकड़ लेते हैं और शायद यहाँ पर आपके क्रोध के कारण को संबोधित नहीं किया गया है। परमेश्वर से माँगिए, कि वह आपको दिखाए कि आप क्यों क्रोधित हैं। जब आप क्रोधित होते हैं न केवल आप उस बात पर विचार कीजिए जिसमें क्रोधित हुआ है परन्तु यह भी देखिए कि क्या आप ऐसे और भी अवसरों को स्मरण करते हैं। क्या इसमें किसी प्रकार की समानता है?

जबकि, समस्या के कारण को समझना अपने आपमें समस्या का निदान नहीं करता है, यह समझ और अन्तर्दृष्टि दे सकता है, जो चँगाई की ओर एक बड़ा कदम है।

हमारे जीवन में बहुत सी आवश्यकताएँ होती हैं और जब वे आवश्यकताएँ पूरी नहीं होती हैं, तो यह हममें क्रोध के मामले उत्पन्न कर सकता है, परन्तु सत्य हमें स्वतन्त्र करेगा। क्रोध के उपचार की प्रक्रिया प्रारंभ करने के लिए यह समझना पर्याप्त होता है, कि क्रोध के उद्‌भव का कारण क्या है।

अध्याय
4
ईर्ष्या के जड़

> क्रोध तो क्रूर, और प्रकोप धारा के समान होता है, परन्तु जब कोई जल उठता है, तब कौन ठहर सकता है?
>
> *नीतिवचन 27:4*

जलन एक भयावह बात है। इसे प्रायः "हरी आँखोंवाला दैत्य" कहा जाता है और ऐसा इसलिए है क्योंकि यह उस व्यक्ति के जीवन को फाड़ डालता है जो इसे अपने हृदय में आने देता है। नीतिवचन 27:4 के अनुसार यह क्रोध और प्रकोप से बुरा होता है। जलन इतनी बड़ी समस्या है कि मुझे लगता है कि इस पर अलग से एक पूरा अध्याय होना चाहिए।

* * *

जेनीफर ने अपना पूरा जीवन अपनी बहन जैक के साथ तुलना करते हुए व्यतीत किया था; वे जुड़वा थे परन्तु समान नहीं था। जैक पहले पैदा हुई थी और एक चुलबुली, निर्गामी व्यक्तित्व की स्वामिनी थी, जबकि जेनीफर शर्मिली और शान्त थी। अपनी योग्यताओं की खोज करने और उसे विकसित करने के बजाय उसने अपनी बहन के कार्यों से जलन रखने के आलसीपन का चुनाव किया। मैं कहती हूँ कि जलन रखना आलसीपन है, क्योंकि बैठे रहने और स्वयं

के लिए खेद व्यक्त करने तथा उन लोगों को कोसने में कोई विशेष परिश्रम नहीं लगता है जिनके पास वह सब वस्तुयें होती है जिनकी हमें चाहत होती है। हाँ, जैक बहुत सी बातों में विशेष योग्यता रखती थी परन्तु जेनीफर में भी ये गुण थे। अपनी बहन के प्रति कड़वाहट ने उसे इतना अंधा कर दिया कि वह स्वयं की योग्यताओं को भी नहीं देख सकी। जैसे जैसे वर्ष गुज़रते गए वैसे वैसे उनके निकट प्रेममय संबन्ध जेनीफर की तरफ से प्रतिद्वन्दिता में बदल गई। उस जलन ने जेनीफर के किशोरावस्था पर एक अन्धकारमय छाया उत्पन्न किया जो हमेशा से उसके जीवन में विद्यमान थी। जैक इतनी अधिक प्रसन्न और जीवन से भरपूर थी कि शायद ही उसने कभी अपनी बहन की मनोवृत्ति में व्याप्त कड़वाहट को देखा और इस बात ने जेनीफर को और ईर्ष्यालु बना दिया। वह चाहती थी कि उसकी बहन इस बात पर ध्यान दे कि वह कितनी अप्रसन्न है और तो और वह यह भी चाहती थी कि वह भी अप्रसन्न रहे।

जब वे वयस्क हुए और उनके अपने बच्चे हुए, तब जैक ने समझा कि कुछ समस्या है परन्तु जेनीफर के साथ निकट संबन्ध विकसित करने के लिए वह जितना अधिक प्रयास करती परन्तु उससे कोई लाभ नहीं होता। सामाजिक रूप से वे एक दूसरे के प्रति सभ्य थे, परन्तु कड़वाहट हमेशा विद्यमान रहती थी। क्रोध की इस अन्तर्धारा को सभी लोग महसूस कर सकते है और संपूर्ण परिवार एक लड़की की असुरक्षा और ईर्ष्या से पीड़ित हो गया था।

लोगों के जीवनों में ऐसा एक चक्र प्रारंभ भी कैसे होता है? शैतान हमेशा इस प्रयास में घात लगाए रहता है कि किस प्रकार लोगों के मध्य तनाव उत्पन्न करे, विशेषकर पारिवारिक सदस्य के मध्य। संभवतः जेनीफर के माता–पिता ने जैक के किसी अच्छे काम के लिए उसी दिन उसकी तारीफ की जिस दिन उन्होंने जेनीफर की किसी गलती के लिए उसे दण्डित किया था, और शैतान ने इस अवसर का लाभ उठाया ताकि आत्मशंका और कड़वाहट बीज को सके। ऐसी हज़ारों घटनायें हो सकती हैं परन्तु परिणाम हमेशा समान होता है। जब हम ईर्ष्या से उत्पन्न तनाव में जीवन व्यतीत करते हैं तो हम उस शान्ति, आनन्द और बहुतायत के जीवन से वंचित रह जाते हैं जो परमेश्वर चाहता है कि हमारे पास हो।

लोगों को देने के लिए परमेश्वर ने जो दसवीं आज्ञा मूसा को दी वह यह थी, “तू किसी के घर का लालच न करना; न तो किसी की स्त्री का लालच

करना, और न किसी के दास–दासी, वा बैल गदहे का, न किसी की किसी वस्तु का लालच करना" (निर्गमन 20:17)। इस आज्ञा का अर्थ है, कि हमें किसी के भी किसी वस्तु से जलन नहीं रखना है। जलन हृदय का पाप है। यह एक ऐसी मनोवृत्ति है जो कलह और क्रोध को पोषित करता है और यह विभाजन लाता है। परमेश्वर चाहता है कि दूसरों को आशीष देने के लिए हम आनन्दित रहें और जब तक हम ऐसा नहीं करते हैं तब तक हम प्रायः उस बात को प्राप्त नहीं कर पाते हैं जिनकी हमें अभिलाषा होती है। या हम उस इच्छित वस्तु को प्राप्त भी कर लें फिर भी हम उससे प्रसन्न और सन्तुष्ट नहीं हो पाते हैं, क्योंकि हम सदैव किसी दूसरे व्यक्ति की ओर देखेंगे जिसके पास हमसे अधिक है और पुनः अप्रसन्न हो जाएँगे।

प्रेरित पौलुस कहता है, कि उसने किसी की चान्दी सोने या कपड़े का लालच नहीं किया (प्रेरितों 20:33)। वह उस कार्य को करने में सन्तुष्ट था जिसे करने के लिए परमेश्वर ने उसे बुलाया था और वह बनने में सन्तुष्ट था जिसके लिए परमेश्वर ने उसे बुलाया था। सन्तुष्टि एक आशीषमय स्थान है, परन्तु ऐसा स्थान है जहाँ बहुत कम लोग पहुँच पाते हैं और अधिक समय तक रह पाते हैं। पौलुस एक भेद जानता था। वह जानता था कि वह परमेश्वर की इच्छा में है और जो कुछ उसके लिए उचित है उसे परमेश्वर अपने समय पर उसे देगा। वह इच्छा रहित निष्क्रिय व्यक्ति नहीं था, परन्तु वह विश्वास पुरुष था जो परमेश्वर की भलाई और बुद्धि में पूर्ण भरोसा रखता था।

यूहन्ना बपतिस्मादाता एक और व्यक्ति है जिसमे प्रगट रूप में किसी प्रकार का जलन नहीं पाया गया। यूहन्ना 3:25–27 में बाइबल कहती है, कि यूहन्ना के चेलों और यीशु के चेलों के मध्य शुद्धता के सिद्धान्त पर वादविवाद हुआ। यूहन्ना लोगों को बपतिस्मा देता रहा था और अब यीशु के चेले भी बपतिस्मा दे रहे थे और लोग यीशु की ओर चले जा रहे थे। यहाँ हम ईर्ष्या के जड़ को क्रोध और कलह उत्पन्न करते हुए देखते हैं। जब यह बात यूहन्ना तक पहुँची तब उसने कहा, "जब तक मनुष्य को स्वर्ग से न दिया जाए (मनुष्य को उस वरदान को प्राप्त करने के लिए अवश्य ही सन्तुष्ट होना चाहिए; और कोई स्रोत नहीं है) तब तक वह कुछ नहीं पा सकता (वह किसी बात पर दावा नहीं कर सकता)।"

जब मैंने अपने स्वयं के जीवन में जलन के साथ संघर्ष कर रही थी और क्रोधित महसूस करती थी क्योंकि मेरे पास हमेशा वे चीज़ें नही होती थी जो

दूसरों के पास होती थी, तब इन पदों ने वास्तव में मेरी सहायता की थी। मैंने यह समझना प्रारंभ किया कि यदि मैं परमेश्वर पर भरोसा रखती हूँ, तो मुझे अवश्य ही इस बात पर भरोसा रखना चाहिए कि जो कुछ उसने मुझे दिया वही मेरे लिए सही है और किसी ऐसी वस्तु के कारण जलन रखना बहुत ही गलत है जिसे उस (परमेश्वर) ने दूसरों को दिया है।

जितना हम स्वयं को जानते हैं उससे भी अच्छी तरह परमेश्वर हमें जानता है और यदि हम भरोसा करें कि अपनी भलाई में वह कभी भी उचित समय पर हमसे कोई अच्छी वस्तु रख न छोड़ेगा तो हम संतुष्टि को आनंद उठा सकते हैं।

प्रेरित याकूब हम से कहता है कि कलह (फूट और बैर) और संर्घष (लड़ाईयाँ और झगड़े) उन अभिलाषाओं से उत्पन्न होते हैं जो हमारी देह के अंगों में लड़ते रहते हैं। दूसरों के पास जो कुछ है उसके प्रति हम जलन रखते और लालच करते हैं, और हमारी इच्छायें अपूर्ण रह जाती हैं। तब हम घृणा करने लगते हैं और जहाँ तक हृदय की बात है, यह हत्या के समान होता है। याकूब कहता है कि लोग शत्रुता कौर क्रोध से जलते रहते हैं और उस परितोषण, संतुष्टि और प्रसन्नता का प्राप्त नहीं कर पाते हैं जिनकी वे खोज करते हैं। तब याकूब ऐसी एक बात कहता है जो मेरे जीवन का मूल पद बन गयाः

तुम्हे इसलिये नहीं मिलता, कि तुम माँगते नहीं।

याकूब 4:2ब

इन कुछ शब्दों में मुझे उस निराशा से मुक्त कर दिया जो मेरे भीतर अपने इच्छित वस्तुओं के अभाव के कारण उत्पन्न हुई थी और मुझे उन लोगों के प्रति जलन से भी मुक्ति मिली जिनके पास ये वस्तुयें थी। मैंने स्पष्ट रूप से देखा कि यदि मुझे किसी वस्तु की इच्छा थी तो मुझे परमेश्वर से माँगना था और भरोसा रखना था कि यदि यह मेरे लिए सही वस्तु है तो वह अपने सही समय पर उसे मुझे देगा। परमेश्वर भरपूरी का परमेश्वर है। हो सकता है वह हमें हमेशा वे वस्तुयें न दे जो दूसरों के पास है परन्तु वह सदैव हमारे लिए बहुतायत से प्रबन्ध करेगा बशर्ते कि हम उस पर और अपने जीवन में उसके समय के लिए भरोसा रखें।

मैंने आगे सीखा कि जो कुछ मैंने मांगा उसे यदि परमेश्वर मुझे न दे, तो वह इसलिए नहीं कि वह मुझे इन वस्तुओं से वंचित रख रहा है, परन्तु इसलिए

कि उसके मन में मेरे लिये कुछ बेहतर है और मुझे सन्तुष्टि के साथ उसका इन्तज़ार करना चाहिए। "तुम्हे इसलिये नहीं मिलता, कि तुम माँगते नहीं"—को समझने से पूर्व मेरा हृदय कलह से भरा हुआ था क्योंकि मैं शरीर के कामों के अनुसार चल रही थी और प्रयास कर रही थी कि मेरे विचार और योजनाओं के अनुसार काम हो। मैंने निर्णय लिया कि मुझे क्या चाहिए और ऐसा व्यवहार किया मानों परमेश्वर मुझे उन बातों से वंचित रख रहा हो। मेरा व्यवहार अपरिपक्व और स्वार्थी था। निश्चय ही जलन क्रूर होता है।

घृणा जो हिंसक हो गया

राजा शाऊल इतना क्रोधित हो गया था कि उसने बारम्बार दाऊद को मारने का प्रयास किया था और उसका क्रोध उस ईर्ष्या का परिणाम था जिसका मूल इस भय में था कि दाऊद के कारण वह अपना राजपद खो देगा (1 शमूएल 18:6—12)। शाऊल इतना अधिक क्रोधित हुआ कि एक बार उसने अपने पुत्र योनातन पर ही भाला चला दिया क्योंकि वह और दाऊद मित्र थे (1 शमूएल 20:30—34)। हम यह देख सकते हैं कि उसके क्रोध और ईर्ष्या ने उसके एक हिंसक व्यक्ति में बदल दिया।

बाइबल में बहुत सारे उदाहरण दिए गए हैं परन्तु हम अन्य लोगों के वृत्तान्तों को पढ़कर और अपनी स्वयं की समस्या को भूल जाना नहीं चाहते हैं। क्या आप किसी से क्रोधित हैं? क्या जब कोई और व्यक्ति खेल कूद, व्यवसाय या जीवन के अन्य क्षेत्रों में आपसे आगे निकल जाता है तो आप क्रोधित हैं? खेल प्रतियोगिताओं के दौरान हम बहुधा क्रोध को अपना घृणित फन उठाते हुए देखते हैं। हम सभी जीतना चाहते हैं परन्तु जब हम जीतने की तीव्र इच्छा रखते हैं तो यह हमें उन लोगों के प्रति क्रोधी बना देता है जो हमसे अच्छे होते हैं, और हम गलत ठहरते हैं। मुझे स्मरण आता है जब कलीसियाओं में मध्य वॉलीबॉल प्रतियोगिता हुई और देखनेवाले मसीहियों ने प्रतियोगिता के कारण बहुत ही अनीश्वरीय रीति से व्यवहार किया। ईर्ष्या का यह हरी आँखों वाला दैत्य हर किसी के पीछे पड़ा हुआ है, इसलिए हमें सतर्क होना चाहिए।

यदि आप स्वयं को किसी के भी प्रति किसी भी कारणवशः ईष्यालु पाते हैं, तो आप स्वयं पर एक उपकार कर सकते हैं और उस पर विजय पा सकते हैं क्योंकि जलन रखने से आपको दुःख के अलावा कोई लाभ नहीं होगा। हममें से

प्रत्येक के लिए परमेश्वर ने एक अनोखी और विशेष योजना रखी है। हम सब सभी अलग अलग हैं परन्तु तुल्य रूप से बहुमूल्य हैं और यह जानना हमारी सहायता कर सकता है, कि जो कुछ हम हैं और जो कुछ हमारे पास है उसमें हम सन्तुष्ट रह सकें।

भिन्न परन्तु कम नहीं

हमारे समाज में सभी तुलनाएँ और प्रतियोगिताओं का दुखान्त होता है और यह अत्यधिक क्रोध और विभाजन का मूल कारण बनता है। केवल इसलिए कि हम दूसरे लोगों से भिन्न हैं इसका यह अर्थ नहीं कि हम उन लोगों की तुलना में कमतर–या अधिक–हैं। अपने स्थान पर सब कुछ मूल्यवान है। मेरे हाथ मेरे पैरों से बहुत भिन्न है, फिर भी वे एक दूसरे से ईर्ष्या नहीं रखते हैं। वे बहुत ही मनोरम रीति से एक दूसरे के साथ कार्य करते हैं और प्रत्येक अपना कार्य उसी प्रकार करता है जैसा परमेश्वर ने उन्हें बनाया है, परमेश्वर भी हमसे ऐसा ही चाहता है। वह हमारी व्यक्तिगत सुन्दरता और मूल्य देखना चाहता है और कभी भी कमतर महसूस नहीं करता है, क्योंकि हम किसी और से भिन्न हैं। मैंने एक सेवक को ऐसा कहते सुना थाः "हमें अवश्य ही अपनी चमड़ी में आराम से रहना सीखना चाहिए।"

क्रोध हीनता की भावना को प्रतिविम्बित करता है। हमें दूसरे लोगों के साथ समान व्यवहार करने की आवश्यकता है, न उनसे श्रेष्ठ समझने की आवश्यकता है न ही कभी हीन समझने की आवश्यकता है। परमेश्वर महान समानकारी है! हम सभी उसमें समान हैं। उसने कहा कि कोई पुरुष या स्त्री नहीं, यहूदी या यूनानी नहीं, दास या स्वतन्त्र नहीं, परन्तु हम सभी उसमें एक हैं (गलातियों 3:28)। हमारा मूल्य इस बात में नहीं है कि हम क्या कर सकते हैं परन्तु इस बात में है कि हम क्या हैं और हम किसके हैं। हम परमेश्वर के हैं और हमारा रूप रंग, प्रतिभाएँ, और अन्य योग्यताएँ उससे आते हैं। एक नाटा व्यक्ति चिन्ता करने के द्वारा या अपने से अधिक लम्बे व्यक्ति के प्रति ईर्ष्या करने के द्वारा अपनी लम्बाई में एक इंच भी वृद्धि नहीं कर सकता है। जो वह कर सकता है वह यह है कि जीवन में यथासंभव वह सर्वश्रेष्ठ बनने का प्रयास करे और कभी भी किसी और से अपनी तुलना न करें।

जक्कई एक ऐसा व्यक्ति था जो कद में नाटा था। जब उसने सुना कि यीशु

वहाँ से जा रहा है तो उसे उसने सच में देखना चाहा, परन्तु जानता था कि उस बड़ी भीड़ में वह कभी भी यीशु को देखने नहीं पाएगा क्योंकि वह नाटा था। अपनी कम लम्बाई के कारण जक्कई निराश हो सकता था, यहाँ तक कि वह अपने आपको विकलांग समझ कर खुद पर तरस खाकर निष्क्रिय हो सकता था, परन्तु जक्कई ने ऐसा कुछ भी नहीं किया। उसके बजाय वह भीड़ से आगे दौड़ा और एक पेड़ पर चढ़ गया ताकि वह स्पष्ट रूप से देख सके। जब यीशु वहाँ से गुज़रा तो उसने जक्कई को पेड़ पर देखा और उससे नीचे उतरने के लिए कहा क्योंकि वह उसके साथ उसके घर में भोजन करने वाला था (लूका 19:1–6)। यह बाइबल की मेरी पसन्दीदा कहानियों में से एक है क्योंकि मैं देखती हूँ कि जक्कई का अच्छा व्यवहार यीशु को प्रसन्न करनेवाला था। उसने उसे इतना पसन्द किया कि एक विशेष समय उसके साथ व्यतीत किया। यदि जक्कई अपने नाटेपन के कारण क्रोधित रहता तो वह इस पूरे घटनाक्रम से चूक जाता।

यदि आप इस समय किसी ऐसी बात से क्रोधित हैं जो नहीं हैं और चाहते हैं कि आप हों तो मैं दृढ़ता के साथ आपको सलाह देती हूँ कि आप जक्कई से सबक सीखें। जो कुछ आपको करना चाहिए उसमें अपना भरसक प्रयास करें और परमेश्वर सदैव उस कार्य को पूरा करेगा और आपको जीवन में आगे बढ़ाएगा। इस बात को जानिए कि परमेश्वर ने आपको सावधानी के साथ अपने हाथों से आपकी माता के गर्भ में बनाया है और वह गलतियाँ नहीं करता है। जो कुछ परमेश्वर ने बनाया है वह अच्छा है और उसमें आप भी शामिल हैं।

मैं आपको सलाह देती हूँ कि कुछ क्षण अलग करें और उन बातों की सूची बनाएँ जिन्हें आप अपने बाह्य प्रगटीकरण और योग्यताओं के कारण पसन्द नहीं करते हैं। जब आप ऐसा कर लें तो इस बात के लिए परमेश्वर से क्षमा माँगे कि आपने उन दोनों को पसन्द नहीं किया था जिन्हें परमेश्वर ने आपके लिए चुना था, तब सूची फाड़ दें, उसे दूर फेंक दें, और परमेश्वर से सहायता माँगे कि आप संपूर्णत्व प्राप्त करें।

जब तक मैंने इस बात को अच्छी तरह नहीं सीखा तब तक मैं चाहती थी कि मेरी आवाज़ और कोमल हो, मेरे पैर और पतले हों, और मेरे बाल अधिक मोटे हों। जब मैंने ऐसी स्त्रियों को देखा जिसके पास वह सब था जिसकी मुझे इच्छा थी, तब मैंने महसूस किया कि ऐसे लोगों को अपने जीवन से बाहर कर

दूँ। जब हम दूसरे व्यक्ति के प्रति ईर्ष्यालु होते हैं तब यह हमें उनकी संगति का आनन्द उठाने से रोकती है। मैं उन स्त्रियों से अप्रसन्न रहती जिनके पास वे सब बातें होती जिन्हें मैं चाहती थी और मैं स्वयं को उनसे हीन समझती। सच्चाई यह है कि वे भी संभवतः स्वयं को पसन्द नहीं करते थे और शायद उन कुछ एक बातों से ईर्ष्या करते थे जो मेरे पास थी और उनके पास नहीं थी।

ईर्ष्या शैतान के हथियारों में से एक है जिसका उपयोग वह लोगों के मध्य फूट डालने के लिए करता है और हमारी ओर से यह समय की बर्बादी होती है क्योंकि इससे कुछ लाभ नहीं होता है और निश्चय ही उन बातों को पाने में किसी प्रकार की सहायता नहीं मिलती है जिनके विषय में हम सोचते हैं कि हमें चाहिए।

इस पुस्तक के लिखने का एक कारण यह है कि मैं यह निर्णय लेने में आपकी सहायता करूँ कि ऐसे काम करने के द्वारा आप अपना समय व्यर्थ नहीं गंवाएँगे जिनसे कोई अच्छा फल प्राप्त नहीं होता है। जब हम दूसरों के प्रति जलन रखनें से इन्कार करते हैं तब हम वास्तव में स्वयं पर उपकार करते हैं और अपने लिए परमेश्वर के प्रेम पर भरोसा रखते हैं।

* * *

बइबल में वर्णित यूसुफ की कहानी अदभुत विजय की कहानी है। यूसुफ अपने परिवार का छोटा लड़का था और अपने पिता का लाड़ला था। मैं नही सोचती कि उसके पिता उसे उसके भाइयों से अधिक प्यार करते थे, वे तो उसे भिन्न प्रकार से प्यार करते थे। यूसुफ छोटा था और प्रत्येक परिवार में छोटे बच्चे अधिक ध्यान प्राप्त करते हैं। उसके भाई जलन रखते थे और उनके जलन ने उन्हें इतना अधिक क्रोधी बना दिया कि उन्होंने उसे गुलामों के व्यापारियों के हाथ बेच दिया और तब अपने पिता से जाकर कहा कि उसे जंगली जानवरों ने मार डाला है। बहुत वर्षों तक यूसुफ असहज परिस्थितियों में रहा जिसमें 13 वर्षों की कैद भी शामिल थी, वह भी उस गुनाह के लिए जिसे उसने किया ही नहीं था। परन्तु चूँकि उसका व्यवहार अच्छा था हमेशा उन कार्यों में उसकी उन्नति मिलती जिसे करने के लिए उसे दिया जाता था। यदि हम परमेश्वर पर भरोसा रखते हैं और भय, हीनता, क्रोध, और जलन जैसी भावनाओं को अपने ऊपर हावी होने न दें, तो परमेश्वर हमें हमेशा अपने जीवन में उन्नति प्रदान

करता है। अपने भाइयों के क्रोध का प्रतिकार यूसुफ अपने क्रोध से कर सकता था। उस क्रोध के कारण वह कड़वाहट से भर सकता था और यह उसके जीवन को बर्बाद कर सकता था, परन्तु उसने अपने भाइयों के बुरे निर्णय को अपने ऊपर हावी होने नहीं दिया।

क्या आप किसी और के द्वारा किए गए बुरे निर्णय के कारण क्रोधित रहते हैं? यदि हाँ, तो आप मूर्खता कर रहे हैं क्योंकि आपके पास अन्य विकल्प उपलब्ध हैं। आप स्वयं पर एक उपकार कर सकते हैं और जो कुछ उन्होंने किया उससे ऊपर उठ सकते हैं। हम सदा उन बातों को नहीं बदल सकते हैं जो दूसरे करते हैं, परन्तु हमें उनके चुनावों को अपने व्यवहार को नियन्त्रित करने नहीं देना है। परमेश्वर ने हम सबको स्वतन्त्र इच्छाशक्ति दी है, हम प्रत्येक स्थिति में जीवन और मृत्यु का चुनाव कर सकते हैं। स्वतन्त्र चुनाव का यह भी अर्थ है, कि हम उत्तरदायी हैं। इसलिए यदि हम अप्रसन्न हैं तो वास्तव में यह हमारी कृति है क्योंकि मैं ऐसा न होने का चुनाव कर सकता हूँ।

यदि हम बाइबल में यूसुफ की संपूर्ण कहानी पढ़ें तो हम देखते हैं कि क्रमशः उसका परिवार बहुत ही पश्चाताप के साथ उसके पास आया क्योंकि उन्होंने उसके साथ बहुत ही बुरा व्यवहार किया था, और उसने अकाल के समय दयापूर्वक उनकी सहायता की। यूसुफ न केवल क्रोध और कड़वाहटपूर्ण व्यवहार करने से इन्कार किया, बल्कि उसने अपने भाइयों को क्षमा करने में भी तत्परता दिखाई जिसने उसके साथ ऐसा भयावह कार्य किया था। हमेशा क्षमा करनेवाला व्यक्ति उससे बड़ा होता है जो जलन और क्रोध से भरा रहता है। केवल तुच्छ मन रखनेवाले लोग ही ईर्ष्या और क्रोध को उनकी मंजिल तय करने देते हैं।

यीशु हमारा चँगा करनेहारा

धर्मशास्त्र में हम पढ़ते हैं कि यीशु चंगा करने आया, किन्तु उसकी चंगाई हमेशा अद्‌भुत चिन्हों के साथ नहीं आता है। चंगाई अकसर स्वस्थ जीवन के लिये स्वस्थ करने वाले की इच्छा के साथ आता है। दूसरे शब्दों में, यदि हम वह कार्य करें जो परमेश्वर ने हमें करना सिखाया है तो हम न केवल अधिक आनंद प्राप्त करेंगे परन्तु हम अधिक स्वस्थ भी होंगे।

शान्त मन, तन का जीवन है, परन्तु मन के जलने से हड्डियाँ भी जल जाती हैं।

नीतिवचन 14:30

यही है जिसे मैं वाह पद कहती हूँ। शांति चंगाई लाता है परन्तु अशांति, डाह, जलन, और क्रोध स्वास्थ्य में गिरावट ला सकता है। चिकित्सक बताते हैं कि 80 प्रतिशत शारीरिक लक्षण तनाव का परिणाम होते हैं और अच्छा स्वास्थ्य तब तक असंभव है जब तक अतिरिक्त तनाव कम या दूर न किया जाय। क्रोध मुझे अत्यंत तनाव में डाल देता है और मुझे निश्चय है कि यह आपके साथ भी ऐसा ही करता है। ईर्ष्या उस बात के प्रति क्रोध है किसी दूसरे के पास है और हमारे पास नहीं है और यह हमारे स्वास्थ्य पर नकारात्मक प्रभाव डालता है।

किसी भी प्रकार का क्रोध चाहे उसका कारण कुछ भी हो, तनाव उत्पन्न करता है और तनाव रोग उत्पन्न करता है। जब आन्टी के साथ वह घटना हुई जिसका वर्णन मैं पूर्व में कर चुकी हूँ, मैं स्मरण करती हूँ कि क्रोधित होने के कुछ दिनों बाद मुझे बहुत अधिक बुरा लगने लगा। बहुत स्थानों पर मुझे दर्द हो रहा था, मेरा सिर दर्द कर रहा था और बहुत थकी हुई थी। क्रोध परमेश्वर की इच्छा नहीं है और क्रोध में हमारा शरीर अच्छी तरह कार्य नहीं कर पाता है।

मैं एक स्त्री के साथ आराधना में गई जिसने मुझसे कहा कि जब तक वह अपने उस पारिवारिक मित्र को क्षमा नहीं कर पाई जिसने उसके प्रति घोर अन्याय किया था, तब तक मैं गठिया से बहुत अधिक पीड़ित रही। एक बार जब उसने क्षमा कर दिया तब धीरे–धीरे उसका दर्द समाप्त होने लगा और एक दिन उसका दर्द ऐसा गायब हो गया कि फिर कभी उसे गठिया का दर्द नहीं हुआ। मैं यह नहीं कह रही हूँ कि यदि आपको गठिया है, तो आपने भी किसी को क्षमा नहीं किया है। मैं यह नहीं कह रही हूँ कि यदि आपको सिर दर्द है तो इसका कारण ईर्ष्या है, परन्तु मैं सलाह देती हूँ कि आप अपने हृदय को जाँचे और परमेश्वर से चँगाई की प्रार्थना करने से पहले इन नकारात्मक बातों को जीवन से निकल जाने दें। मैं दृढ़ता पूर्वक विश्वास करती हूँ कि बहुत सी बीमारियों का मूल कारण नकारात्मक भावनायें होती हैं और कि उनके निकल जाने से हमारे जीवन में चंगाई और ऊर्जा की पुनः बहाली में सहायता प्राप्त होती है।

यीशु ने कहा, मार्ग मैं ही हूँ। जब हम उसके मार्गों का अनुकरण करते हैं तो

हम यथासंभव श्रेष्ठ जीवन प्राप्त करेंगे। जब हम उसके सिद्धांतों की अवहेलना करते हैं तो हम अपने जीवन के प्रत्येक क्षेत्र में कष्ट की अपेक्षा कर सकते हैं।

संतृप्ति

मेरे पास एक डायरी है जिसमें मैं हर सुबह लिखती हूँ और जब मैं पिछले वर्षों के लेखन पर ध्यान देती हूँ तो मैं कई टिप्पणियाँ देखती हूँ जिसमें लिखा है, "मैं संतृप्त हूँ।" यह कह सकना मेरे लिए बहुत मूल्यवान है क्योंकि असंतृप्त रहकर मैंने बहुत वर्ष व्यर्थ गँवाया है। मैं अक्सर सोचा करती थी कि यदि मेरे पास कुछ और बातें हों तो मैं और अधिक संतृप्त रहूँगी। प्रेरित पौलुस ने कहा, कि उसने "यह सीखा है कि जिस दशा में हूँ, उसी में सन्तोष (यहाँ तक सन्तुष्ट कि मुझे किसी प्रकार की दुविधा नहीं होती है) करूँ" (फिलिप्पियों 4:11)। मैं विश्वास करती हूँ कि संतृप्ति कोई ऐसी बात है जिसे हमें अवश्य ही सीखना चाहिए क्योंकि प्रत्येक मनुष्य जाति असंतृप्ति के साथ उत्पन्न होता है। यह हमारे खून में होता है और जब तक हम इसे पोषित करना बन्द न करें तब तक यह शान्त नहीं होगा।

क्या आप सन्तुष्ट हैं? यदि नहीं, तो कृपया संतृप्ति का पीछा करें क्योंकि यह वास करने के लिए एक अदभुत स्थान है। सन्तुष्ट होने के अर्थ यह नहीं है कि हमें वस्तुओं की ज़रूरत नहीं होती है, परन्तु इसका अर्थ यह है कि जो कुछ हमारे पास है उसमें हम तब तक संतृप्त रहते हैं जब तक परमेश्वर हमें कुछ और देने योग्य नहीं पाता है। एक माता पिता को दुःख होता है जब उनके बच्चे असंतृप्ति प्रकट करते हैं भले ही उनके पास कई चीजें होती हैं। जो कुछ हम उनके लिए करते हैं उसे हम देखते हैं, परन्तु वे उन बातों को देखते हैं जो दूसरों के पास है और उनके पास नहीं। वे आधुनिकतम, सबसे महेंगा स्मार्ट फोन, नवीनतम कंप्यूटर, नामी कंपनी का टेनिस जूते और ऐसी कई बातें चाहते हैं। हम चाहते हैं कि वे उन बातों के लिए धन्यवादी हों जो उनके पास है। चीजें माँगना हमें बुरा नहीं लगता है, परन्तु हम एक खराब व्यवहार के साथ दबाव पसन्द नहीं करते हैं जिसे कभी संतृप्त नहीं किया जा सकता है। यदि हम अपने बच्चों के प्रति इस प्रकार महसूस करते हैं, तो परमेश्वर हमारी असंतृप्ति को किस प्रकार देखता होगा? मुझे नहीं लगता कि ये बातें उसे उन बातों को हमें देने के लिए प्रेरित करती हैं जिनके विषय में हम सोचते हैं कि

हमें चाहिये। परन्तु यह उसे प्रेरित करेगा कि वह हमें तब तक इन्तज़ार कराए जब तक हम यह न सीखें कि जीवन में क्या महत्वपूर्ण है।

हमारे विचार हमारी भावनाओं को पोषित करते हैं। इसलिए यदि आप असंतुष्ट हैं, तो उस पर विजय पाने का तरीका अपनी सोच को बदल डालना है। जो चीज़ें आपके पास नहीं है उनके विषय में सोचने के बजाय उन पर विचार कीजिए जो आपके पास हैं। परमेश्वर की बुद्धि और भलाई के विषय में सोचिए और स्वयं को स्मरण दिलाईये कि उसने आपकी प्रार्थनायें सुनी है और जो कुछ आपके लिए सर्वश्रेष्ठ है उसे वह अपने नियत समय पर पूरा करेगा। प्रत्येक बार जब आप किसी को आशीषित होते हुए देखते हैं, विशेषकर यदि उनके पास कोई ऐसी वस्तु हो जो आपके पास न हो, तो उनको आशीषित करने के लिए परमेश्वर को धन्यवाद दें। परमेश्वर के प्रति आज्ञाकारी रहते हुए यह कीजिए और आपके हृदय में आनन्द आएगा।

मेरी ईर्ष्यालु मित्र

मेरी एक मित्र थी जो उन बातों के प्रति ईर्ष्या करती थी जिन्हें परमेश्वर ने मुझे दिया था और इस बात से मैं बहुत असहज हो जाया करती थी। उदाहरण के लिए, किसी ने मुझे उपहार के रूप में सुन्दर अंगूठी दी और मेरी सहेली की टिप्पणी होती, "काश कि कोई मुझे इस प्रकार की अनुमति देता।" अच्छी मित्रता वह होती है जब दोनों एक दूसरे की प्रसन्नता को बांटते हैं। उसके स्वभाव के कारण जब मुझे अगली बार आशीष मिलती तो मैं महसूस करती कि मैं उसे न बताऊँ। मैं अपने टिप्पणियों के प्रति सतर्क हो गई, इसलिए मैं ऐसा कुछ भी नहीं कहती जो उसमें और अधिक ईर्ष्या और असुरक्षा बढ़ाती। उसके साथ होने का मतलब था कि मुझे अधिक कार्य करना पड़ता था और यह बहुत दुःखद था कि मैंने क्रमशः उससे दूर रहना प्रारंभ किया।

हृदय की बातें ही मुँह में आती है। हम दूसरों के मुँह से ईर्ष्या को आते हुए सुनते हैं और यदि हम सच में ध्यान दें, तो उसे अपने हृदय से भी आते हुए सुन सकते हैं। मैं स्वयं पर उपकार करने और किसी के भी प्रति ईर्ष्यालु न होने के विषय में कृत संकल्पित हूँ और मुझे आशा है कि इस पवित्र कार्य में आप मेरे साथ शामिल होंगे। लालच, शत्रुता, और ईर्ष्या सभी क्रोध उत्पन्न करती हैं और क्रोध उस धार्मिकता को उत्पन्न नहीं कर सकती है जो परमेश्वर चाहता है।

अध्याय

5

क्रोध पर पर्दा डालना

चूँकि क्रोध को बहुधा एक अस्वीकार्य व्यवहार के रूप में देखा जाता है इसलिए हम उसे दूसरों से यहाँ तक कि स्वयं से भी छुपाने के तरीके ढूँढ निकालते हैं। हम क्रोध को अन्य व्यवहारों से ढाँपते हैं। किसी असुखकर बात को छुपाने के लिए मुखौटा पहना जा सकता है ताकि लोग न देख सके कि मुखौटे के पीछे क्या है। कॉस्ट्यूम पार्टियों में मुखौटे पहने जाते हैं ताकि लोगों से अपनी पहचान छुपाया जा सके या इस प्रकार उन्हें सोचने पर विवश किया जा सके कि हम कौन हैं या कौन नहीं हैं। अब यह समय है कि मुखौटा उतारकर फेंक दिया जाए और परमेश्वर की इच्छा के अनुसार क्रोध का सामना और उससे व्यवहार किया जा सके।

आईये उन कुछ मुखौटे पर नज़र डालें जिसे क्रोधित होने पर हम पहनते हैं।

ठण्डापन का मुखौटा क्रोध का एक बहुत ही सामान्य मुखौटा है। हम दिखावा करते हैं कि हम क्रोधित नहीं हैं परन्तु उस व्यक्ति के साथ अपने व्यवहार में ठण्डापन (किसी प्रकार की गरमी या भावना नहीं) प्रदर्शित करते हैं जिससे हमें क्रोधित नहीं होना चाहिए था। मुझे अपने जीवन की बहुत सी प्रार्थनाएँ स्मरण आती है जिसे मैं "औपचारिक मैं क्षमा करती हूँ प्रार्थना" कहती हूँ, परन्तु उस व्यक्ति से दूरी और ठण्डापन बनाए रखती थी जिसके विषय में

मैंने परमेश्वर से कहा था कि मैं उसे क्षमा करती हूँ। एक मसीही के रूप में मैं जानती हूँ कि मुझे क्रोधित बने नहीं रहना है और ऐसा करना कई कारणों से खतरनाक होता है जिन पर मैं बाद में इस पुस्तक में चर्चा करूँगी। सही करने की इच्छा के साथ मैंने इस प्रकार प्रार्थना किया, "हे परमेश्वर, मैंने_____ को क्षमा किया जिसने मुझे चोट पहुँचाई थी; मेरी सहायता कीजिए, कि मैं उस दर्द से छुटकारा पाऊँ जिसे मैं महसूस करती हूँ।" यह बात मैं दिल से कहती थी, परन्तु उस समय मैं यह नहीं समझती थी कि मुझे आज्ञाकारी प्रार्थना में आज्ञाकारी कार्य भी जोड़ने की आवश्यकता है। परमेश्वर चाहता था कि मैं अगला कदम उठाऊँ और आगे बढ़कर उस व्यक्ति के साथ सरगर्म व्यवहार करूँ मानो कुछ हुआ ही न हो।

1 पतरस 4:8 में बाइबल कहती है, कि हमारा प्रेम सरगर्म (गरमाहट से भरपूर) होना चाहिए। परमेश्वर कभी भी ठण्डे प्यार को पसन्द नहीं करता है, क्योंकि यह उन वास्तविक बातों का दिखावाभर है जिन्हें परमेश्वर चाहता है। वास्तविक प्रेम अवश्य ही सच्चा, मजबूत, और सरगर्म होना चाहिए न कि ठण्डा और दूरस्थ। धर्मशास्त्र के अनुसार देश में अधर्म और अन्याय के बढ़ने से बहुत से मसीहियों का प्रेम ठण्डा पड़ जाएगा (मत्ती 24:12)। जैसे जैसे समय बीतता जाता है और हम यीशु मसीह के द्वितीय आगमन की ओर देखते हैं, हमें अन्य लोगों के प्रति अपने प्रेम को ठण्डा और निर्जीव होने से उत्साहपूर्वक बचना चाहिए।

चूँकि मैं एक जिम्मेदार व्यक्ति हूँ इसलिये मैं उस व्यक्ति के प्रति भी अपना उत्तरदायित्व पूरा करता हूँ जिससे मैं क्रोधित हूँ। मैं अब भी अपनी ज़िम्मेदारियों को पूरी करती हूँ परन्तु अक्सर इसे ठण्डेपन के साथ करती हूँ और किसी प्रकार का उचित प्रेम या दया नहीं दिखाती हूँ। उदाहरण के लिए, ऐसे कई समय आए जब मैं अपने सम्पूर्ण परिवार से इसलिए क्रोधित रही क्योंकि उन्होंने मुझे निराश किया था और फिर भी मैं उनके लिए खाना बनाती और खिलाती भी थी। मैं अपना कर्त्तव्य निभाती थी परन्तु मशीनी रूप से और ठण्डेपन के साथ। यदि कोई मुझसे पूछता कि क्या बात है, तो मैं कहती, "कुछ नहीं, सब ठीक है।" मुझे निश्चय है, कि आप इस प्रकार के व्यवहार से परिचित होंगे। यह ऐसा व्यवहार है जिसमें दर्शाया जाता है कि सब कुछ ठीक ठाक है, परन्तु हम यह सोचकर मुखौटे के पीछे छुपने का प्रयास करते हैं कि हमारे अच्छे व्यवहार से दूसरों को धोखा दे सकेंगे।

इच्छा न होने पर भी मेरे साथ कोई कर्त्तव्य निभाने के खातिर मेरे साथ ऐसा करता है, तो अक्सर मैं इसे महसूस कर सकती हूँ और मुझे अवश्य ही यह कहना चाहिए कि मैं इसे बहुत अधिक नापसन्द करती हूँ। मुझे जल्द ही यह अहसास हो जाता है कि उन्होंने मन से यह नहीं किया है क्योंकि मुझे इसमें कृत्रिमता दिखाई देती है। मुझे निश्चय है, कि जब मैं ऐसा व्यवहार करती हूँ, तो अन्य लोग भी ऐसा ही महसूस कर सकते हैं और मैंने कृत्रिम होने के बजाय सच्चा होने का कृत संकल्प लिया है। मैं सोचती हूँ कि अपने भीतर क्रोध रखकर कुछ न होने का दिखावा करने की तुलना में यह दर्शाना ज़्यादा अच्छा होता है कि मैं क्रोधित हूँ और उस पर विजय पाने में मुझे कुछ समय चाहिए।

अपने जीवनों से लोगों को बाहर करना

टालने का मुखौटा—लोगों को अपने जीवन से दूर करने के बहुत से तरीके हमारे पास हैं। मौन रहना उनसे एक है। जब हम क्रोधित होते हैं, तो कभी कभी हम फट पड़ते हैं और कभी तो मौन हो जाते हैं। हम स्वयं से और दूसरों से कहते हैं कि हम क्रोधित नहीं हैं और फिर भी उस व्यक्ति से बात करने से इन्कार करते हैं जिसके साथ हमें क्रोधित होना नहीं चाहिए था। यदि बातचीत अनिवार्य हो तो हम यथासंभव कम से कम बातचीत करते हैं। हम कुड़कुड़ाते हैं, बुड़बुड़ाते हैं, सिर हिलाते हैं, या सामान्य बातचीत करने के अलावा सब कुछ करते हैं। ऐसे समय भी आए हैं, जब मैं क्रोधित रही हूँ और महसूस की हूँ कि मेरा मुँह सिमेन्ट से बन्द किया गया है, यहाँ तक कि जब मैं जानती थी कि मुझे किसी व्यक्ति से बात करने और अपना बचपना छोड़ने की आवश्यकता थी, तब भी मुझे अपने मुँह खोलने और बात करने में काफी इच्छाशक्ति की आवश्यकता होती थी।

हम किसी को छूने से बचने के द्वारा उन्हें अपने जीवन से बाहर कर सकते हैं। मैं डेव से क्रोधित रही हूँ और अक्षरशः बिस्तर पर उनसे इतना दूर होती थी कि वे मुझे छूने भी न पाएँ और मैं महसूस करती थी कि मानो मैं किसी और कोने में पड़ी हुई हूँ। मैंने ठण्डेपन में पूरी रात्रि बिताई है क्योंकि मैंने उनसे चादर लेने से इन्कार कर दिया था। यह मेरी ओर से मूर्खतापूर्ण व्यवहार था क्योंकि डेव पूरी रात सुख की नींद सोते रहे जब कि मैं पूरी रात तकलीफ में थी! मुझे वे समय याद आते हैं कि मैं अपनी आत्मा में कितना व्यथित होती थी और मुझे अत्यधिक आनन्द है कि परमेश्वर की सहायता से मैंने उन प्रकार के व्यवहारों पर विजय प्राप्त कर ली है।

क्या आप कभी इस प्रकार क्रोधित रहे हैं और एक कमरे में होते हुए भी दूसरे व्यक्ति को अनदेखा किए हैं? जिस कमरे में आप हैं, उस कमरे में यदि कोई आता है, तो क्या आपने उस कमरे से निकल जाने का बहाना बनाया है? यदि वे टी.वी. देखना चाहते हैं, तो आप सोना पसन्द करते हैं, परन्तु यदि वे सोना चाहते हैं, तो आप टी.वी. देखना हैं। जब आप भोजन करना चाहते हैं, तो वे भूखे नहीं होते हैं। यदि वे बाहर घूमने जाना चाहते हैं, तो आपके सिर में दर्द रहता है। ये सभी ऐसे मुखौटे होते हैं जिन्हें हम धारण करते हैं और यह अभिनय करते हैं कि मानो सब कुछ सामान्य है, जबकि वास्तव में हमारे व्यवहार सच्चाई को प्रगट कर देते हैं।

मैंने सुबह डेव के लिए कॉफी बनाने, उनके पसन्द का भोजन पकाने, या उनके साथ सामान्य बातचीत करने से इन्कार किया है, जबकि मैं स्वयं से यह कहती रही हूँ कि मैंने उनकी गलती को क्षमा कर दिया है। इस प्रकार के व्यवहार हमें बन्धन में रखते हैं, परन्तु परमेश्वर का वचन हमें स्वतन्त्र करेगा।

कुछ प्रचारक या पास्टर अपने वेदी का उपयोग कर ऐसे सन्देश प्रसारित करते हैं जिनमें वे अपनी कलीसिया या कुछ सदस्यों को संबोधित करते हैं जिनसे वे क्रोधित होते हैं। वे अपनी क्रोध को उस सन्देश में छुपा लेते हैं जो संभवतः उन्हें परमेश्वर से प्राप्त हुआ था। एक पुरुष और स्त्री ने पति की अविश्वासयोग्यता के कारण तलाक लिया जिन्हें मैं जानती हूँ और दोनों पास्टर थे। स्त्री ने प्रचारक करना जारी रखा, परन्तु अगले दो वर्षों तक उनके सारे सन्देश ऐसे लोगों के विषय थे जो हमें नियन्त्रित करते और हमारा शोषण करते थे। उसने प्रचार किया कि लोगों को अनुमति न दिया जाए कि वे आपका उपयोग करें, किस प्रकार सुरक्षित संबन्ध रखा जा सकता है और इन पंक्तियों के साथ अन्य बातें भी। जो कुछ वह कलीसिया से कहती थी वह उसकी स्थिति से उत्पन्न प्रचार दिखाई पड़ता था। पवित्र आत्मा की अगुवाई के बजाय वह अपने दर्दनाक अनुभवों से प्रचार करती थी। उसने मुझसे बारम्बार कहा कि उसने अपने पति को माफ कर दिया है और आगे बढ़ रही है, परन्तु शायद ही मैंने उनसे कभी ऐसी बात की है जिसमें उन्होंने अपने पति का जिक्र नहीं किया कि उन्होंने उसके प्रति कितना बुरा व्यवहार किया था। जब तक हम अपने जख्मों पर बातचीत करते रहेंगे तब तक हम उनसे उभरते नहीं हैं। हम दिखावा कर सकते हैं परन्तु वास्तविकता ऐसी नहीं होती है।

बाइबल कहती है, कि मन तो सब वस्तुओं से अधिक धोखा देनेवाला होता है, उसमें असाध्य रोग लगा है; उसका भेद कौन समझ सकता है? (यिर्मयाह 17:9)। स्वयं को धोखा देना सत्य से बचने का एक तरीका है। मैं स्वयं से कह सकती हूँ कि मैं अब क्रोधित नहीं हूँ और मैंने क्षमा कर दिया है, परन्तु यदि मैं उस व्यक्ति के साथ ठण्डेपन का व्यवहार करती हूँ, उनसे बात करने से इन्कार करती हूँ, उन्हें अनदेखा करती हूँ और लगातार कहती फिरती हूँ कि उन्होंने मुझे कैसे ज़ख्म दिए हैं, तो मैंने उन्हें क्षमा नहीं किया है और मैं किसी और से बढ़कर स्वयं को ज़ख्मी करती हूँ।

धर्मशास्त्र का दुरुपयोग करना

धर्मशास्त्र का मुखौटा—मैं विश्वास करती हूँ कि हम लोगों के प्रति अपने क्रोध का निकास के लिए धर्मशास्त्र का भी उपयोग कर सकते हैं। इफिसियों 4:15 एक अच्छा उदाहरण है, जो कहता है, "प्रेम में सच्चाई से बोलो।" अक्सर इस पद का उपयोग दूसरों के प्रति अपने क्रोध या निराशा को व्यक्त करने के किया जाता है, जबकि हम उनसे यह कहते हैं कि उन्होंने क्या किया है। हम उनकी भलाई या अपनी भलाई उनसे यह सच कह रहे हैं। क्या हम उनके प्रति उचित चिन्ता के कारण प्रेम में सत्य कह रहे हैं या क्या हमने लोगों को दूर रखने का एक अनुमानतः परमेश्वर सम्मत नई विधि पा ली है?

मैं ऐसे कुछ लोगों का शिकार रही हूँ जो मुझसे "प्रेम में सत्य बोलते थे।" यद्यपि, उनकी बातें मुझे दुःखी करती थी और मेरे लिए समस्या उत्पन्न करती थी। मुझे एक महिला की याद आती है जिसने मुझे कहा, "जॉयस, मुझे आपसे कुछ कहना है" और मैं उनके बोलने के तरीके से ही कह सकती थी कि जो कुछ वह कहने जा रही हैं उसे मैं पसन्द नहीं करूँगी। उसने मुझसे कहना जारी रखा कि किस प्रकार मैंने अपने सन्देश में उसे दुःख पहुँचाया और उसे कितनी अधिक पीड़ा हुई थी, परन्तु तब उसने मुझे निश्चय दिलाया कि उसने मुझे क्षमा कर दिया था। निश्चय ही यह हास्यास्पद है और उसने स्वयं को धोखा दिया था, क्योंकि यदि उसने सच में मुझे क्षमा कर दिया था तो फिर इस बात को दोहराने का कुछ अर्थ नहीं था। उन्होंने केवल अपने क्रोध का निकास करने के लिए धर्मशास्त्र का सहारा लिया था।

जैसा कि मैंने पूर्व में कहा, ऐसे समय आते हैं जब हमें अन्य लोगों के व्यवहार के विषय में उनका सामना करने की आवश्यकता होती है परन्तु हमें यह सुनिश्चित करने की आवश्यकता है कि हम उनके लाभ के साथ साथ स्वयं के लाभ के लिए यह कर रहे हैं। विशेषकर हमें यह सुनिश्चित करने की आवश्यकता होती है कि हमारा मुकाबला परमेश्वर द्वारा अभिषिक्त है और यह केवल हमारा निर्णय नहीं है। कुछ लोग मुकाबले की इच्छा नहीं रखते हैं परन्तु यह शायद ही मेरे लिए समस्या थी। वास्तविकता यह है कि मुझे तब तक मुकाबला न करना सीखना था जब तक परमेश्वर ऐसा नहीं चाहता था। ऐसे समय आते हैं जब परमेश्वर चाहता है कि हम कुछ बातों का हल स्वयं करें और कुछ बातें बिना किसी से कहें अपने तक सीमित रखें, केवल इसलिए कि कुछ लोग मेरी भावनाओं को चोट पहुँचाते हैं। इसका अर्थ यह नहीं हैं कि मुझे उनसे कहना ही है। यह एक महान और ईश्वरीय निर्णय हो सकता है कि हम उन गलती को 'ढाँप' दें और उसे जाने दें।

हमारा क्रोध एक नाटक बन सकता है। हम बहुत प्रकार से इसका अभिनय करते हैं और यह कहना दुःखद है, कि यह सोचकर कि हम क्रोधित लोग नहीं हैं बहुधा हम स्वयं को मूर्ख बनाते हैं। परमेश्वर से कहिए, कि वह आप पर प्रगट करे कि क्या आप किसी प्रकार अपना क्रोध छुपाते हैं और यदि हाँ, तो अपना मुखौटा हटा दीजिए और परमेश्वर को आपके जीवन में चंगाई लाने दीजिए। मुझे एक बार और आपको स्मरण दिलाने दीजिए, "सत्य आपको स्वतन्त्र करेगा।"

क्रोध के कारण मेरे जीवन की दुर्दशा हो गई है

एक झोली कीले

एक स्थान पर एक बुरे स्वभाव वाला लड़का रहता था। उसके पिता ने उसे एक झोली कीले देते हुए कहा कि जब भी उसे क्रोध आए तो प्रत्येक बार जाकर घेरे में कील ठोंकना है। पहले दिन लड़के ने घेरे में सैंतीस कीले ठोंक दी परन्तु क्रमशः कीलों की संख्या में कमी आती गई। उसने पाया कि अपने क्रोध पर नियन्त्रण रखना घेरे में कील ठोंकने से अधिक आसान था। अन्ततः, वह दिन आया जब प्रथम बार लड़के ने अपना नियन्त्रण नहीं खोया। उसने गर्व के साथ अपने पिता से इस विषय पर बात की और पिता ने उसे सलाह

दिया कि अब लड़का एक कील प्रतिदिन के हिसाब से बाहर निकाले जिसके लिए वह नियन्त्रण रख सका था। दिन गुज़रते गए और अन्ततः लड़का अपने पिता को बता सका कि उसने सारी कीले निकाल दी है। पिता ने लड़के का हाथ पकड़ा और उसे घेराबन्दी के पास ले गया। "हे मेरे बेटे, तू ने अच्छा काम किया है, परन्तु घेरे पर पड़े छेदों को देखो। यह घेरा फिर कभी पहले जैसा नहीं होगा। जब तुम क्रोध में आकर कुछ कहते हो, तो उसे इसी प्रकार का दाग पड़ता है। तुम किसी मनुष्य को छुरा घोंप सकते हो और फिर उसे बाहर निकाल सकते हो, परन्तु इससे कोई फरक नहीं पड़ता है कि तुम कितनी बार माफी मांगते हो क्योंकि घाव तो बना ही रहता है।"

लंबे समय तक बने रहने वाले क्रोध के क्या परिणाम होते हैं? इसके द्वारा हमारे जीवन का प्रत्येक क्षेत्र विकृत हो जाता है। देह, प्राण और आत्मा विपरीत रूप से प्रभावित हो जाता है। हमारे स्वास्थ्य और संबन्ध खराब हो जाते हैं। क्रोध के कारण एक सफल भविष्य की संभावनाएँ बाधित हो जाती है क्योंकि क्रोध हमारे व्यक्तित्व को बुरी तरह तबाह कर देता है और अक्सर क्रोधी लोग किसी नौकरी को बनाए रखने में कठिनाई महसूस करते हैं। यदि हम क्रोधी बने रहते हैं तो हम कभी भी वह व्यक्ति नहीं बन सकते हैं जिसकी अभिलाषा परमेश्वर करता है। मैं विश्वास करती हूँ कि पूरा समाज हमारे क्रोध से प्रभावित हो जाता है परन्तु किसी और से बढ़कर हम अधिक प्रभावित होते हैं और यही कारण है कि मैं बार बार इस बात को कहती हूँ, "स्वयं पर एक उपकार कीजिए और क्षमा कीजिए।" स्मरण रखिए, भले ही आपका क्रोध एक न्यायोचित कारण से उत्पन्न हुआ हो, परन्तु क्रोध में बने रहने के द्वारा न तो आप स्वयं की सहायता कर रहे हैं और न ही समस्या का समाधान कर रहे हैं।

एक व्यक्ति के कब्र के पत्थर पर इस प्रकार लिखा हुआ थाः

एक गन्दा व्यक्ति यहाँ लेटा हुआ है।
वह एक क्रोधी व्यक्ति था।
वह एक सनकी था, सदा क्रोधित
जवानी में वह मर गया। और हमें आनन्द दे गया।

जब क्रोधी व्यक्ति आस पास नहीं होता है तो सभी प्रसन्न होते हैं क्योंकि वे सबके तनाव का कारण होते हैं। मेरे पिता अपने पूरे जीवन भर एक

क्रोधी व्यक्ति रहे हैं और उनके क्रोध से घर का वातावरण तनावमय रहता था जिसमें जीना बहुत कठिन था। उनके मरने के बाद मेरी माँ ने कई बार यह कहा है, कि उन्हें अपने घर में बैठे हुए कितना अच्छा लगता है और कितनी शान्ति महसूस होती है। चूँकि वह विवाह की बन्धन में थी इसलिए मेरी माँ मेरे पिताजी के साथ रहती थी, परन्तु जिस तनाव का उन्होंने अनुभव किया था उससे उनका स्वास्थ्य खराब हो गया और क्रोध ने मेरे पिता के स्वास्थ को खराब कर दिया था।

तनाव, वास्तव में दीर्घकालिक तनाव शरीर के हर अंग को तोड़ कर रख देता है। रक्तचाप, हृदय और उदर प्रभावित होते हैं। क्रोधी लोग शान्त लोगों की तुलना में जल्दी बूढ़े हो जाते हैंः तेज सिर दर्द, बृहदान्त्र की समस्याएँ, व्याकुलता या निरापद विकृतियाँ–वास्तव में सूची अन्तहीन है। सत्य यह है कि उन लोगों की तुलना में जल्दी मृत्यु के करीब पहुँच जाते हैं जो जल्द क्षमा करनेवाले होते हैं।

मुझे विश्वास है कि क्रोध के विषय में सच्चाई का सामना करने और उसका समाधान करने का यही सही समय है। यदि आप एक क्रोधी व्यक्ति हैं, तो इसका कारण ढूँढने का निर्णय लीजिए और इससे छुटकारा पाने की दिशा में पवित्र आत्मा के साथ कार्य कीजिए। इसे मुखौटा मत पहनाईये और न ही इसे अनदेखा कीजिए। दृढ़ता के साथ इसका सामना कीजिए और उसे उसके नाम से पुकारिए। यह कहना आकर्षक नहीं लगता है कि "मैं क्रोधित हूँ" परन्तु इसे स्वीकार करना इस पर विजय पाने की और प्रथम कदम है। यह एक ऐसा कार्य है, जिसे आपको स्वयं के लिए करना है। आपके क्रोधी न होने के सकारात्मक प्रभाव से अन्य लोगों को लाभ प्राप्त होगा परन्तु उतना नहीं जितना आपको स्वयं होगा।

इससे पहले कि मैंने अपने भूतकाल के विषय में सच्चाइयों को स्वीकार करना प्रारंभ किया, मेरे जीवन के 32 साल गुज़र चुके थे। मेरे पिता के द्वारा मेरे साथ यौन दुर्व्यवहार किया गया था। मेरी कच्ची उम्र से ही वे मेरे साथ दुर्व्यवहार किया करते थे जब तक कि मैं इतनी बड़ी नहीं हुई थी कि वे मेरे साथ यौन संबन्ध स्थापित कर सकें और उन अन्तिम पान्च वर्षों में जो मैंने अपने घर में व्यतीत किए मेरे पिता ने लगभग दो सौ बार मेरा बलात्कार किया था।

मुझे मालूम है कि यह सुनना आघातपूर्ण है और यह वास्तविकता है, परन्तु इस कटू सत्य का सामना करना मेरे लिए आवश्यक था ताकि मैं इस पर विजय प्राप्त कर सकूं (मेरी गवाही डी वी डी के रूप में हमारे पते पर उपलब्ध है)।

18 वर्ष की उम्र में घर छोड़ने के पश्चात मैंने कल्पना किया कि समस्या मेरे पीछे ही थी। निश्चय ही, मैं कड़वाहट से भरी हुई थी और अपने पिता से घृणा करती थी परन्तु मुझे नहीं मालूम था कि यह मेरे लिए कितना अधिक पीड़ादायक था। जब मैंने सत्य का सामना करने और क्षमा करने प्रारंभ किया तो मुझे यह नहीं मालूम था कि इससे मुझे कितना अधिक लाभ होगा। प्रारंभ में, मैं केवल परमेश्वर की आज्ञा का पालन करना और क्षमा करना चाहती थी। क्रोधी जन उचित रूप से प्रेम नहीं कर सकते हैं क्योंकि जो कुछ हमारे भीतर रहता है वह किसी न किसी प्रकार हमसे बाहर आ जाता है। मेरे क्रोध और अप्रसन्नता के कारण मेरे सभी संबन्ध तकलीफ पा रहे थे, परन्तु मैं यह नहीं जानती थी। मेरा क्रोध मेरी आत्मा में कहीं गहरे बैठ गया था। मैं अपनी सोच, अपनी भावनाओं, अपने शब्दों और अपने सभी कार्यों में मगन थी क्योंकि वे मेरे भाग थे। लम्बे समय से मुझमें क्रोध बना हुआ था कि मुझे मालूम ही नहीं था कि इसका कारण क्या है।

जब मैंने परमेश्वर के वचन का अध्ययन किया, पवित्र आत्मा ने मुझे मेरी समस्याएँ दिखाना प्रारंभ किया। उससे पूर्व मैं केवल यही सोचा करती थी कि अन्य लोगों ने मेरे साथ क्या क्या किया है और ऐसा मेरे साथ कभी भी नहीं हुआ कि उनकी क्रियाओं पर मेरी प्रतिक्रिया कुछ ऐसी हो जिस पर मुझे नज़र डालने की भी ज़रूरत हो। मैंने न केवल अपने पिता से घृणा करने और अप्रसन्न रहने को उचित ठहराया बल्कि उन लोगों से भी जो मेरी सहायता कर सकते थे परन्तु नहीं किया था। परमेश्वर कैसे मुझसे कह सकता था कि मैं उन लोगों को उन अकथनीय गुनाहों के लिए क्षमा करूँ जो उन्होंने मेरे प्रति किया था? वह ऐसा करता है क्योंकि वह जानता है कि हमारे लिए यह सर्वश्रेष्ठ है। हमारे संपूर्ण पुनःस्थापन के लिए परमेश्वर की एक योजना है और जो कुछ भी वह हमसे करने के लिए कहता है वह इसलिए है क्योंकि वह हमसे प्यार करता है और वह हमारी सर्वश्रेष्ठ भलाई का मन रखता है। यद्यपि क्षमा करना हमारे लिए कठिन लग सकता है, परन्तु यदि हम उसकी आज्ञा पालन के इच्छुक हों तो वह हमें क्षमा करने के लिए अनुग्रह प्रदान करेगा।

जब मैं आपसे क्रोध पर विजय पाने और क्षमा को जीवनशैली बनाने पर बात कर रही हूँ, तो मैं यह अनुभव से कह रही हूँ। मैं न केवल यह जानती हूँ कि यह कितना कठिन है, परन्तु मैं यह भी जानती हूँ कि यदि एक बार आप ऐसा करें तो यह आपके लिए कितना मूल्यवान होगा। इसलिए मैं दृढ़ता के साथ आपको प्रोत्साहित करती हूँ कि आप इस किताब को केवल इसलिए न पढ़ें कि "आपके द्वारा पढ़ी हुई सूची में" एक और पुस्तक जुड़ जाए, परन्तु एक खुलेमन और तैयार हृदय के साथ उसे पढ़िए कि आप इसे अपने जीवन में अपना सकें।

परमेश्वर ने हमारे लिए पहले से ही एक अदभुत जीवन की योजना रखा है और इसे सबके लिए तैयार किया है और यदि हम उसकी इच्छा के अनुसार करने के द्वारा उसके साथ सहमत होंगे, तो हम उस जीवन का आनन्द उठायेंगे। यदि हम ऐसा नहीं करते हैं, तो हम इससे चुक जाएँगे। परमेश्वर अब भी हमसे प्यार करेगा परन्तु हम उसकी अच्छी योजना के आनन्द से वंचित रह जाएँगे। स्वयं पर एक उपकार कीजिए और उस भली वस्तु से चूकने से इन्कार कर दीजिए जिसे परमेश्वर ने आपके लिए तैयार किया है।

अध्याय

6

आप किस पर क्रोधित हैं?

जैसा कि हमने चर्चा की है, हम अकसर उन लोगों से क्रोधित होते हैं जो हमें चोट पहुँचाते या घायल करते हैं। हम उन लोगों के प्रति क्रोध का अहसास कर सकते हैं जिन्होने कभी पहले हमें चोट पहुँचाई है और वे जो हमें प्रतिदिन चोट पहुँचाते हैं। अन्याय पर हम क्रोधित होते हैं और हमारी आत्मा पुकार उठती है कि यह सही नहीं है! परन्तु दूसरे सदा हमारे क्रोध का कारण नहीं होते हैं। बाइबल हमें बताती है कि परमेश्वर, अपने और अपने लोगों के साथ मेल रखें (1 पतरस 3:10—11)।

मैं स्वयं पर क्रोधित हूँ

क्या आप स्वयं पर क्रोधित हैं? बहुत से लोग क्रोधित हैं। वास्तव में, यह कहना संभवतः सुरक्षित है कि जो लोग स्वयं के साथ शान्तिपूर्ण संबन्ध में बने हुए हैं उनकी तुलना में अधिकांश लोग स्वयं के साथ अनबन रखनेवालों की संख्या अधिक है। क्यों? जैसा कि हमने पूर्व में देखा है, हम अवास्तविक अपेक्षायें रखते हैं और हम स्वयं की तुलना दूसरों से करते हैं और महसूस करते हैं कि हम कहीं भी उपयुक्त नहीं हैं। हममें किसी बात के लिए गहरी शर्मिन्दगी हो सकती है जिसे या तो हमने किया होगा या कुछ ऐसा जो हमारा साथ किया गया होगा। हम इतना दोषी महसूस करते हैं कि हम स्वयं से क्रोधित हो जाते

हैं। अधिकांशतः, यद्यपि लोग स्वयं से क्रोधित रहते हैं क्योंकि वे ऐसे कार्य कर बैठते हैं जिनसे वे सहमत नहीं होते हैं और नहीं जानते हैं कि किस प्रकार परमेश्वर की क्षमा और सामर्थ्य प्राप्त करें ताकि अपने अस्वीकार्य व्यवहार पर विजय पाया जा सके।

आप विश्वास करें या न करें, स्वयं के साथ शान्ति स्थापित करने की दिशा में पहला कदम ईमानदारी पूर्वक अपने पाप की ओर देखना और उसे उसी के नाम से संबोधित करना होता है। बुरे व्यवहार को अनदेखा करना या उसके लिए बहाने बनाना कभी भी उससे छुटकारा पाने का मार्ग नहीं होता है। जब तक हम पापमय कार्य करते रहते हैं, हम कभी भी स्वयं के साथ उचित शान्ति प्राप्त नहीं कर पाएँगे। भले ही हम अपने पाप की पहचान करने और उसके लिए उत्तरदायित्व लेने में पराजित रहे हों परन्तु यह अब भी हमें परेशान करता है।

परमेश्वर की क्षमा प्राप्त करना

एक बार जब हम अंगीकार कर लेते हैं कि हम पापी हैं, तो हमें अपने पापों से पश्चाताप करना चाहिए। इसका तात्पर्य है कि हम न केवल हार्दिक रूप से अपने पापों के लिए खेदित होते हैं परन्तु हम जान बूझकर उनसे बचने के इच्छुक हैं। पाप में जीना जीवन का एक निम्न स्तर होता है, परन्तु जब हम पश्चाताप करते हैं तो हम उच्चत्तम स्थान की ओर वापस आ जाते हैं जिसकी अभिलाषा परमेश्वर हमारे लिए करता है। पेन्ट हाऊस सबसे ऊँची मंज़िल पर स्थित भवन है। जब हम पश्चाताप करते हैं तो हम उस उच्चत्तम स्थान पर पहुँचते हैं जिसे परमेश्वर ने हमारे लिए रखा है—उसकी धार्मिकता में शान्ति और आनन्द का स्थान।

अपने पापों को पूरी रीति से स्वीकार करना और उसका उत्तरदायित्व लेना प्रारंभ में कठिन प्रतीत हो सकता है। हम प्रायः पूरा जीवन आरोप लगाते और बहाने बनाते हुए व्यतीत कर देते हैं। इसलिए हमें केवल यह कहना भी कठिन प्रतीत होता है, "मैं दोषी हूँ। मैं ने एक पाप किया है।" परन्तु सबने पाप किया है और परमेश्वर की महिमा से रहित हैं, इसलिये यह कहना हमें जगत में के किसी भी प्राणी की तुलना में अधिक बुरी स्थिति में नहीं पहुँचाता है कि हमने पाप किया है।

यदि हम कहें, कि हम में कुछ भी पाप नहीं (यह स्वीकार करने से इन्कार करना कि हम पापी हैं), तो अपने आप को धोखा देते हैंः और हम में सत्य (जिसे सुसमाचार प्रस्तुत करता है) नहीं।

यदि हम (स्वेच्छापूर्वक) अपने पापों को मान लें, तो वह हमारे पापों को क्षमा करने (हमारी व्यवस्थाहीनता), और हमें सब अधर्म से (लगातार) शुद्ध करने में विश्वासयोग्य और धर्मी (अपनी स्वयं की प्रकृति और प्रतिज्ञाओं में सच्चा) है।

1 यूहन्ना 1:8–9

इन पदों का गहरा अर्थ है जिसे मैं पसन्द करती हूँ और वह मुझे सांत्वना प्रदान करती है परन्तु मैं विशेष रूप से यह पसन्द करती हूँ कि वह *लगातार* हमें सभी पापों से शुद्ध करता है। मैं विश्वास करती हूँ कि यह दर्शाता है कि जब तक हम परमेश्वर के साथ चलते रहते हैं, जितना जल्द अपने पापों को स्वीकार करते हैं, और लगातार उसके विषय में पश्चाताप करते हैं तो वह हमेशा हमें शुद्ध करता है। बाइबल कहती है, कि यीशु परमेश्वर के दाहीनी ओर विराजमान है और लगातार हमारे लिए मध्यस्तता करता है और मैं मानती हूँ कि यह इसलिए है क्योंकि हमें लगातार इसकी आवश्यकता होती है। यह मुझे सांत्वना भी प्रदान करती है।

वह हमें सब प्रकार की अधर्म से शुद्ध करता है और यदि हम इस विश्वास करें और विश्वास के द्वारा उसकी क्षमा प्राप्त करें तो हम स्वयं से क्रोधित होने से बच सकते हैं। हमारा ऐसा कोई पाप नहीं है जो परमेश्वर की सूची से बाहर है। जब वह कहता है, कि सब प्रकार के पाप, तो इसका अर्थ सभी पाप है!

जिस प्रकार सबने पाप किया और परमेश्वर की महिमा से रहित हो गए हैं, उसी प्रकार सभी धर्मी ठहराये जाते हैं और मसीह यीशु में उपलब्ध छुटकारे द्वारा उसके साथ सही संबन्ध में स्थापित किए जाते हैं (रोमियों 3:23–24)। सब में मैं और आप भी शामिल हैं!

परमेश्वर की क्षमा एक मुफ्त वरदान है और इसे स्वीकार करने और इसके प्रति धन्यवादी होने के अलावा हम और कुछ नहीं कर सकते हैं। मैं सोचती हूँ कि हम अक्सर क्षमा की प्रार्थना करते हैं, परन्तु फिर भी क्षमा पाने में असमर्थ रहते हैं। किसी बात के लिए परमेश्वर से क्षमा माँगने के पश्चात् आपने गलत

किया है, तो उससे कहें कि आप उसका मुफ़्त वरदान प्राप्त करते हैं और कुछ क्षण के लिए उसकी उपस्थिति में ठहरते हैं, जबकि आप वास्तव में अपनी बुद्धि में जान लेते हैं कि यह कितना अदभुत उपहार है।

पाप से मत डरिए

जब भी हम किसी बात से भयभीत होते हैं, तब हम उस बात को अपने ऊपर अधिकार प्रदान करते हैं। अतः, इस कारण मैं आपको उत्साहित करती हूँ कि आप पाप से भयभीत न हों। प्रेरित पौलुस ने लिखा, कि यदि हम विश्वास करें कि जब यीशु मरा, तब हम भी मर गए, जब यीशु जी उठा, तो हम भी उसके साथ जीने के लिए एक नए जीवन के साथ जी उठें, तो फिर पाप का अब हम पर कोई प्रभाव नहीं रह गया है (रोमियों 6:5–8)। यीशु ने पाप की समस्या का पूरी तरह समाधान कर दिया है। न केवल वह हमें पूर्ण रूप से और लगातार क्षमा करता है, परन्तु हमें अपने प्रतिदिन के जीवन में पाप के प्रति कायल करने और उसके विरुद्ध सामर्थ्य प्रदान करने के लिए पवित्र आत्मा भेजा है।

जब हम प्रारंभिक रूप से यह समझने लगते हैं कि हम पापी हैं और हमें उद्धार की आवश्यकता है और यीशु मसीह को स्वीकार करते हैं, केवल जो हमारी इस आवश्यकता हो पूरा कर सकता है, तो हम एक नए जीवन और एक नई जीवनचर्या के पथ पर होते हैं। एक बार जबकि हमने पाप किया था और उसकी परवाह भी नहीं करते थे, अब अपने हृदयों में परमेश्वर की आत्मा को स्वीकार करने के पश्चात् हमें पाप के प्रति बहुत सचेत हो जाते हैं और उसका प्रतिरोध करते हुए और उससे बचते हुए अपना जीवन व्यतीत करेंगे। परमेश्वर की सेवा के रूप में हम आनन्द के साथ इसे करेंगे और हम पूरी रीति से अपनी सहायता के लिए पवित्र आत्मा पर भरोसा रखेंगे। परीक्षा तो सब पर आएगी और हम सुनिश्चित हो सकते हैं कि परमेश्वर कभी भी इस बात की अनुमति नहीं देगा कि कोई भी ऐसी परीक्षा हम पर पड़े जो मनुष्य के लिए सामान्य न हो (1 कुरिन्थियों 10:13)। दूसरे शब्दों में, हमारी परीक्षायें किसी अन्य की परीक्षाओं से अधिक बुरी नहीं होते है और हमें विश्वास करना है कि यह हमारी प्रतिरोध करने की क्षमता से बाहर नहीं होती है। परमेश्वर कभी भी हमें सहने से बाहर परीक्षा में पड़ने नहीं देता है, और प्रत्येक परीक्षा के साथ वह उसका निकास भी करता है। यह वास्तव में, सुसमाचार है! हमें परीक्षा से डरने की

आवश्यकता नहीं है क्योंकि हममें वह है जो उससे बड़ा है, हमें प्रतिरोध करने का ईश्वरीय सामर्थ्य प्रदान करता है। बशर्ते कि हम केवल उस पर भरोसा रखें और उससे सहायता माँगे।

लोग तब परीक्षा में पड़ जाते हैं जब वे स्वयं उसका प्रतिरोध करने का प्रयास करते हैं या वे गलत रूप से विश्वास करते हैं कि वे प्रतिरोध नहीं कर सकते हैं। मैं ने लोगों ऐसी हास्यास्पद बातें कहते हुए सुना है, "यदि मैं एक टुकड़ा केक खाऊँ तो और खाने से अपने आपको रोक नहीं पाता," या "मुझे मालूम है कि शक्कर मेरे लिए नुकसानदेह है, परन्तु प्रतिदिन चॉकलेट खाने से मैं अपने आपको रोक नहीं पाता हूँ।" मैं कहती हूँ कि ये कथन हास्यास्पद हैं क्योंकि ये उन झूठों पर आधारित होते हैं जिन पर हम विश्वास करते हैं। शैतान हमसे कहता है कि हम कमज़ोर हैं और हम छोटी सी छोटी परीक्षाओं का भी प्रतिरोध नहीं कर सकते हैं, परन्तु परमेश्वर हमसे कहता है कि हम उसमें सामर्थी हैं और कोई भी बात प्रतिरोध करने की हमारी क्षमता से बाहर नहीं है। जिस बात का चुनाव हम विश्वास करने के लिए करते हैं वह तय करता है कि हम पाप में पड़ जाएँगे या उसे पराजित करेंगे। कुछ समय ठहरकर स्वयं से पूछिए कि क्या आप ऐसी बातों पर विश्वास करते हैं जो परमेश्वर के वचन के अनुसार नहीं हैं? क्या आप विश्वास करते हैं कि पवित्र आत्मा की सहायता से और आत्मनियन्त्रण रूपी आत्मा के फल का उपयोग करते हुए परीक्षा का सामना कर सकेंगे या क्या आप विश्वास करते हैं कि कुछ ऐसी परीक्षायें हैं जिनका आप प्रतिरोध नहीं कर सकते हैं? जो कुछ हम विश्वास करते हैं वही हमारी वास्तविकता बन जाती है; इसलिए हममें से प्रत्येक के लिए यह जानना आवश्यक है कि जो कुछ हम विश्वास करते हैं वह सत्य है और शैतान की ओर से किया गया धोखा नहीं है।

प्रेरित पौलुस ने प्रार्थना किया कि कलीसिया उस सामर्थ्य को जाने और उस पर विश्वास करे जो यीशु मसीह में उनके लिए उपलब्ध था। यदि आप यीशु मसीह में एक विश्वासी हैं तो आपके पास सामर्थ्य है और आप परीक्षा का प्रतिरोध कर सकते हैं!

हम सभी पाप करते हैं और जब तक हम इस हड्डी और मांस के देह में उस प्राण के साथ हैं जो पूरी तरह नया नहीं किया गया है, हमें क्षमा की आवश्यकता होगी परन्तु हमें पाप से डरने की आवश्यकता नहीं है। इन पदों पर ध्यान दीजिए:

हे मेरे बालको, मैं ये बातें तुम्हें इसलिये लिखता हूँ कि तुम पाप न करो; और यदि कोई पाप करे, तो पिता के पास हमारा एक सहायक है, अर्थात् धार्मि यीशु मसीह।

और वही हमारे पापों का प्रायश्चित हैः और केवल हमारे ही नहीं, वरन् सारे जगत के पापों का भी।

1 यूहन्ना 2:1–2

ये पद आश्चर्यजनक रूप से अदभुत हैं। जब मैंने पहले इस विषय में जाना तब वह मेरे जीवन के ऐसे समय थे जब मैं प्रतिदिन कुछ अच्छा करने का संघर्ष किया करती थी ताकि मैं स्वयं के विषय में कुछ महसूस करूँ और विश्वास करती थी कि परमेश्वर मुझ पर क्रोधित है। प्रगट है कि मेरी सोच गलत थी परन्तु वह मेरी तत्कालीन सच्चाई थी। जब मैंने देखा कि मुझे केवल प्रतिदिन सुबह उठना है और अपना भर्सक प्रयत्न करना है और यह विश्वास करना है कि परमेश्वर मेरी गलतियों की परवाह करेगा, तब मैंने महसूस किया मानो मेरे कन्धों पर से एक बहुत बड़ा बोझ हटा लिया गया है।

ये पद बताते, हैं कि यीशु हमारे पापों का प्रायश्चित है। इसका क्या अर्थ है? वह पाप के प्रति परमेश्वर के क्रोध को शान्त करनेहारा है।

परमेश्वर पाप से घृणा करता है परन्तु वह पापी से घृणा नहीं करता है। जब एक स्त्री अपने पति से बहुत अधिक क्रोधित होती है क्योंकि वह उससे अनादरपूर्ण व्यवहार करता है और वह उसके पास क्षमायाचना के साथ तीन दर्जन गुलाब भेजता है, तो गुलाब के फूल उसके क्रोध को शान्त करने का कारक बनते हैं। वह उसे क्षमा करती है और पुनः सब कुछ यथावत हो जाता है। यीशु हमारे गुलाबों के समान है जिसे परमेश्वर के सामने तब प्रस्तुत किया जाता है, जब वह पाप के प्रति क्रोधित है। वह हमारा प्रायश्चित है और मसीह के कारण परमेश्वर हमें क्षमा करता है। हमारे पास ऐसा कुछ भी नहीं है जिसे हम प्रायश्चित के रूप में परमेश्वर को दे सकें और न ही हम अपने पापों के बदले में किसी प्रकार का बलिदान कर सकते है, परन्तु यीशु सिद्ध बलिदान है और वह हमारा प्रतिस्थापन है। वह हमारा मध्यस्थ है जो परमेश्वर के सम्मुख हमारा स्थान लेता है और उसमें हमारे विश्वास के काराण हमारे पाप क्षमा किये जाते हैं।

इन सत्यों पर विश्वास करना पाप और स्वयं के प्रति पाप के कारण उत्पन्न क्रोध से स्वतन्त्रता की ओर प्रथम कदम है। जब मैं पाप करती हूँ तो अक्सर मैं अपने आपको निराश महसूस करती हूँ और प्रार्थना करती हूँ कि मैं और अच्छा करूँगी, परन्तु मैं फिर कभी स्वयं पर क्रोधित नहीं होती हूँ क्योंकि मैं जानती हूँ कि यह परमेश्वर की इच्छा नहीं है और इससे कुछ लाभ नहीं होगा।

कठोरता पूर्वक पाप के साथ व्यवहार करना

यह जानने के साथ साथ कि जब हम पाप करते हैं हमें कितना शीघ्र और पूर्ण रीति से परमेश्वर की क्षमा प्राप्त करनी चाहिए, हमें आक्रामक रूप से पाप का प्रतिरोध करने और कठोरता पूर्वक उसके साथ व्यवहार करने की आवश्यकता है। यह तथ्य कि परमेश्वर हमें क्षमा करना चाहता है, का अर्थ यह नहीं है कि हम स्वतन्त्रता पूर्वक पाप कर सकते हैं और सोचें कि इससे कोई समस्या नहीं है। परमेश्वर हमारा हृदय जानता है और यदि वे पाप से घृणा न करें और उससे बचने का भर्सक प्रयास न करें तो किसी भी व्यक्ति का हृदय सही नहीं रह सकता है।

रोम के लोगों ने पौलुस से पूछा, कि क्या वे पाप करते रहें कि परमेश्वर का अनुग्रह (भलाई और क्षमा) बहुत हो। पौलुस ने यह कहते हुए उत्तर दिया, "जब हम पाप के लिए मरे गए, तो फिर आगे को उसमें क्योंकि जीवन बिताएँ" (रोमियों 6:1–2)। पौलुस ने उन्हें स्मरण दिलाया कि जब उन्होंने मसीह को स्वीकार किया था तब उन्होंने एक निर्णय लिया था कि वे अब पाप के साथ सक्रिय संबन्ध नहीं रखेंगे। पाप कभी भी नहीं मरता है; वह सदा इस पृथ्वी पर जीवित और सकुशल रहेगा, परन्तु हम पाप के प्रति मरते हैं। परमेश्वर हमें एक नया हृदय और नया आत्मा देता है और इसका तात्पर्य यह है कि हमारी कुछ नई 'आवश्यकताएँ' हो जाती हैं। पाप का प्रतिरोध करते हुए हम अपना जीवन व्यतीत कर देते हैं, केवल इसलिए कि हम अब और पाप करना नहीं चाहते हैं। यह हमारा स्वभाव बनने पर जब हम गलतियाँ करते हैं तब परमेश्वर सदा हमें क्षमा करने के लिए तत्पर रहता है।

यदि आप एक सच्चे मसीही हैं, तो मैं आपको निश्चय दिला सकती हूँ कि आप सुबह बिस्तर पर से यह खोजते हुए नहीं उठेंगे कि आज किन तरीकों से पाप किया जाए और उसके साथ जिया जाए। आप वे सारे कार्य करेंगे जो परमेश्वर को प्रसन्न करनेवाला जीवन व्यतीत करने के लिए आप कर सकते हैं।

यदि हम पाप के प्रति एक साहसी, आक्रामक व्यवहार नहीं रखेंगे, तो हमारा स्वयं का हृदय हमें दोषी ठहराएगा और हम अन्ततः स्वयं पर क्रोधित हो जाएँगे। बाइबल हमें सिखाती है, कि पाप के साथ कठोरता पूर्वक यहाँ तक कि हिंसक व्यवहार करें। मत्ती 18:8–9 में हमें निर्देश दिया जाता है, कि यदि हमारी आँख हमें ठोकर खिलाए तो हमें उसे निकालकर फेंक देना और यदि हमारा हाथ हमें ठोकर खिलाए, तो हमें उसे काटकर फेंक देना चाहिए।

मैं यह नहीं मानती कि हमें इसे अक्षरशः स्वीकार करना चाहिए, परन्तु हमें यह देखना चाहिए कि परमेश्वर हमसे कह रहा है कि पाप के प्रति हम आक्रामक व्यवहार रखें, जहाँ कहीं यह हमारे जीवन दिखे वहीं इसे काटकर निकाल फेंके। यदि आपके घर में एक ऐसी पत्रिका आती है जिसमें अल्प वस्त्रधारी स्त्रियों के चित्र हैं (जो कि अक्सर होता है) और आपकी आँखें उसे देखना और उसका आनन्द उठाना प्रारंभ करती हैं, तो तुरन्त ही उस पत्रिका को फाड़ दें और उसे कूड़े में फेंक दें। उसके साथ शीघ्र व्यवहार करें। कभी भी पाप के साथ इश्कबाज़ी न करें। अक्षरशः, दर्जनों ऐसे उदाहरण हैं जिनका मैं वर्णन कर सकती हूँ, परन्तु मैं दो उदाहरण और प्रस्तुत करूँगी। आप एक विवाहित स्त्री हैं और कार्यस्थल पर एक पुरुष आपसे बहुत अधिक मित्रतापूर्ण व्यवहार करता है, वह आपको कॉफी पीने के लिए निमन्त्रित करता है ताकि काम के विषय में बात किया जा सके। आप अपने हृदय में थोड़ा बहुत महसूस करते हैं, कि यह बुद्धिमानी नहीं है और जब ऐसा होता है तो आपको इसे समस्या बनने से पहले ही काटकर अलग कर देना चाहिए। अपने परिवार में किसी के साथ आपकी बहस हुई है और परमेश्वर आपसे कह रहा है, कि आप उसके साथ मेल करें। इससे पहले कि आप इससे पूरी तरह विमुख हो जाएँ यथाशीघ्र इसे करें और यह आपको क्रोधित रहने के पाप से बचाएगा। रोमियों 13:14 में बाइबल हमें सिखाती है, कि शरीर की अभिलाषाओं को पूरा करने का उपाय न करें और इसका अर्थ यह है कि हम उसे अवसर न दें न ही इसके लिए बहाने बनाएँ। वह विवाहित स्त्री जो परमेश्वर से कायल होने के पश्चात् भी अपने सहकर्मी के कॉफी पीने का निर्णय करती है, वह पाप को अवसर प्रदान करती है।

एक बार मैंने एक छोटी लड़की की कहानी पढ़ा था जो एक पर्वतीय रास्ते पर चल रही थी और मौसम बहुत ठण्डा था। रास्ते में उसे एक साँप मिला जिसने उससे याचना की कि वह उसे उठा ले और अपनी कुरती के जेब में आराम करने दें। कुछ समय तक उसने प्रतिरोध किया परन्तु अन्ततः उसने

उसकी बात मान ली। कुछ समय पश्चात् अचानक उसने उसे काट लिया और वह लड़की ज़ोर से चिल्लाई, "जब मैंने तुमसे अच्छा व्यवहार किया तो फिर तुमने मुझे क्यों काटा?" सर्प ने जबाव दिया, "जब तुमने मुझे उठाया, तब तुम जानती थी कि मैं क्या हूँ।" मैं सोचती हूँ कि यह कहानी हम सबसे संबन्धित है। निश्चय ही, हम सबके जीवन में ऐसे समय आते हैं जब हम हृदय की गइराई में कहीं इस बात को जानते हैं कि हमें अमूक कार्य नहीं करना चाहिए, जिसका परिणाम केवल बुरा ही होगा। हम सभी गलतियाँ करते हैं, परन्तु हमें लगातार यह नहीं करना है। अपनी गलतियों से सीखना एक बुद्धिमानी कार्य है जिसे हम करते हैं।

परमेश्वर हमें निर्देश देता है, कि हम हर एक रोकनेवाली वस्तु और उलझानेवाले पाप को दूर करें (इब्रानियों 12:1)। यह पद बताता है, कि हमें तत्परता और कठोरता पूर्वक पाप के साथ व्यवहार करना है और यदि हम ऐसा करते हैं, तो हम सही जीवन का प्रतिफल पाएँगे। हमारे हृदय में यह जानकर शान्ति होगी कि हमने सही कार्य किया है।

पाप से क्षमा के लिए मैं बहुत धन्यवादी हूँ, परन्तु नहीं चाहती हूँ कि हर समय मुझे इसकी आवश्यकता हो। यह मेरी अभिलाषा है कि मैं सही चुनाव करने के लिए अपने आपको अनुशासित करूँ ताकि मैं यह विश्वास करने का आनन्द प्राप्त कर सकूँ कि मैंने परमेश्वर को प्रसन्न किया है।

गुप्त पाप

यदि हम बहाने बनाएँ और उसे गुप्त रखें तो हम कठोरता पूर्वक और प्रभावशाली रीति से पाप के साथ व्यवहार नहीं कर सकते हैं। हम सभी को अपने हृदयों को जाँचना चाहिए और अपने जीवनों में पापमय स्वभाव को स्वीकार करने के लिए पर्याप्त ईमानदारी बरतनी चाहिए। प्रेरित पौलुस ने कहा, कि उसने यत्न किया है कि परमेश्वर और मनुष्यों की और उसका विवेक सदा निर्दोष रहे (प्रेरितों 24:16)। वाह्! उसने पाप को खोजने और अपने जीवन से बाहर रखने का यत्न किया है। पौलुस जानता था कि परमेश्वर के सम्मुख शुद्ध विवेक रखने की शक्ति क्या है। हमें भरसक प्रयास करना चाहिये कि पाप न करें परन्तु जब पाप हो जाता है कभी भी उसके लिये बहाने नहीं बनाना चाहिये

या उसे गुप्त नहीं रखना चाहिये। हमारे भेद हमें पीड़ा दे सकते हैं परन्तु सत्य हमें स्वतंत्र करता है।

जो कुछ विश्वास से नहीं वह पाप है (रोमियों 14:23)। जो कुछ हम विश्वास में कर सकते हैं यदि वे कार्य नहीं कर पाते हैं तो हमें वे कार्य नहीं करने चाहिये। यदि कोई बात पाप है तो उसे पाप के नाम से संबोधित कीजिये, उसे अपनी समस्या, आदत या लत मत कहिये। पाप कुरूप होता है और यदि हम उसका वर्णन मनमोहक शब्दों में करें तो बहुत संभव है कि इसे अपने जीवनों में बनाये रखें।

हमें परमेश्वर के वचन की ज्योति में अपने जीवनों को जाँचना चाहिये और जो कुछ भी परमेश्वर के वचन के अनुकूल नहीं है उसे उसी रूप में देखना और परमेश्वर प्रदत्त योग्यताओं को उपयोग कर उसका प्रतिरोध करना चाहिये। यदि हम उससे माँगते हैं तो वह सदा हमारी सहायता करेगो। हम परमेश्वर के सहभागी हैं और वह कभी भी यह अपेक्षा नहीं करता है कि उसकी सहायता के बिना कुछ करें। एक और बार मुझे यह कहने दीजियेः पाप को मत छुपाईये, उसे प्रगट कीजिये, उसे उसी के नाम से पुकारिये, इसके लिये बहाने मत बनाईये और या इसके लिये अपने बुरे चुनावों या किसी और को दोषी मत ठहराईये। अपने पुराने पापों के लिए परमेश्वर से सम्पूर्ण क्षमा प्राप्त कीजिए और भविष्य में सभी प्रकार के परीक्षाओं का आक्रामक रूप से प्रतिरोध करने के लिए पवित्र आत्मा के साथ कार्य कीजिए।

अब स्वयं पर एक उपकार कीजिए और अपने आपको पूरी तरह क्षमा कर दीजिए। अपनी तरफ से किसी भी पराजय के कारण आपके मन में यदि कोई क्रोध है तो उसे छोड़ दीजिए और एक अच्छा जीवन जीना प्रारंभ कीजिए जिसे परमेश्वर ने पहले से आपके जीने लिए तैयार किया है (इफिसियों 2:10)।

क्या आप परमेश्वर से क्रोधित हैं?

यदि आपने परमेश्वर के विषय में कुछ भी सुना है, तो आपने सुना होगा कि वह भला है और हमसे प्यार करता है। अतः स्वाभाविक है कि हमें आश्चर्य होता है कि संसार में इतने दुःख और विपत्तियाँ क्यों हैं। यदि परमेश्वर के पास सब प्रकार की सामर्थ्य है और वह जैसा चाहता है वैसा कर सकता है, तब वह

दुःख को रोकता क्यों नहीं है? ये और इनके समान अन्य प्रश्न मनुष्य को तब से परेशान करते रहे हैं जब से वह उत्पन्न हुआ है।

बच्चों से दुर्व्यवहार किया जाता है, हम लगातार युद्ध और तबाही के विषय में सुनते हैं, भूखमरी से हजारों जीवन काल के गर्त में समा जाते हैं। कई बार अच्छे लोग युवावस्था में ही मर जाते हैं, जबकि बुरे और अनुपयोगी दिखनेवाले लोग लम्बी उमर तक जीते हैं। पृथ्वी पर बीमारियाँ अत्यधिक हैं और यह अच्छे और बुरे दोनों प्रकार के लोगों को प्रभावित करती हैं। हमारी आत्मा पुकार उठती है, "यह सही नहीं है!" न्याय कहाँ हैं? परमेश्वर कहाँ है?

एक व्यक्ति जो परमेश्वर में विश्वास न करने का बहाना ढूँढ़ता है, उसे इन अनुत्तरित प्रश्नों से आगे बढ़ना चाहिए। वे ऐसा कहते हैं, "यदि सच में परमेश्वर होता, तो वह इन दुःखों को रोकता; इसलिए मैं विश्वास नहीं कर सकता कि उसका अस्तित्व है।" परन्तु उसी समय ऐसे हजारों लाखों लोग हैं जो इन हैरान कर देने वाले प्रश्नों के उत्तर न होने पर भी परमेश्वर में विश्वास रखते हैं।

यदि आप आशा कर रहे हैं, कि मैं आपको इन बातों के विषय एक अच्छा उत्तर दूँगी तो मैं यह कहना चाहती हूँ कि मेरे पास अभी इन प्रश्नों का उत्तर नहीं है। मैं पर्याप्त रूप से इनका वर्णन नहीं कर सकती हूँ न ही मैं यह मानती हूँ कि कोई और कर सकता है। मैंने मात्र परमेश्वर में विश्वास करने का चुनाव किया है, क्योंकि ईमानदारी पूर्वक कहूँ तो बिना उसके मैं जीने की कल्पना भी नहीं कर सकती हूँ। वह मेरा जीवन है और मैं परमेश्वर के साथ एक संबन्ध रखती हूँ और इस बात के अलावा उसके विषय में सब कुछ नहीं समझती हूँ कि उसके बिना मैं कुछ नहीं कर सकती।

परमेश्वर ने कभी भी हमें बिना दुःख के जीवन की प्रतिज्ञा नहीं दी है परन्तु उसने हमें सांत्वना देने और आगे बढ़ने की सामर्थ्य देने की प्रतिज्ञा दी है। उसने हमसे यह प्रतिज्ञा भी की है कि यदि हम उससे प्रेम करें और लगातार उसकी इच्छाओं को अपने जीवन में पूरा करें, तो हमारे जीवन में चाहे जो कुछ हो उससे वह भलाई उत्पन्न करेगा (रोमियों 8:28)। मुझे उस समय खुशी नहीं होती है जब मेरे जीवन में समस्याएँ आती हैं जो मुझे तकलीफ पहुँचाती हैं, परन्तु मुझे खुशी है कि उन घटनाओं में मेरी सहायता करने के लिए मेरे पास परमेश्वर है। मुझे उन लोगों पर तरस आता है जो बिना आशा के दुःख सहते

हैं और जिनके मन और हृदय कड़वाहट से भरे हुए हैं, क्योंकि वे अपने दुःख से परे नहीं देख पाते हैं।

हम जानते हैं कि परमेश्वर भला है परन्तु संसार में बुराई भी है। परमेश्वर ने हमारे सामने भलाई और बुराई, आशीष और श्राप दोनों को रखा है और उसने हमें दोनों में से चुनाव करने की जिम्मेदारी है (व्यवस्थाविवरण 30:19)। चूँकि बहुत से लोग पाप और बुराई का चुनाव करते हैं और इसलिए हम संसार में पाप के प्रभाव देखते हैं। यहाँ तक कि एक अच्छा व्यक्ति भी इस पापमय संसार में बोझ से दबा हुआ जीता है। हम बुराई का दबाव महसूस करते हैं और उस समय की आशा लगाए रहते हैं जब यह चली जाएगी। बाइबल हमें बताती है, कि सृष्टि भी कराहती और पीड़ाओं में पड़ी तड़पती है और मनुष्य के समान छुटकारे की बाट जोहती है (रोमियों 8:18–23)।

हम एक अदृश्य परमेश्वर की सेवा करते हैं जो एक रहस्य है! हम कुछ निश्चित तरीकों से उसे जान सकते हैं, परन्तु उसकी कई बातें हमेशा हमारी समझ से परे होंगी।

> आहा! परमेश्वर का धन और बुद्धि और ज्ञान क्या ही गंभीर है! उसके विचार (निर्णय) कैसे अथाह (गहरा और अप्राप्य), और उसके मार्ग (उसकी विधियाँ) कैसे अगम (भेद भरे और न ढाँप सकनेवाला) हैं!
>
> *रोमियों 11:33*

हम उसके चरित्र को जान सकते हैं और उसकी विश्वासयोग्यता पर भरोसा रख सकते हैं कि वह सदा हमारे साथ रहेगा, परन्तु हम परमेश्वर के हर एक कार्य को नहीं समझ सकते हैं जिन्हें वह करता है या नहीं करता है। विश्वास का अर्थ है कि हम उस बात में विश्वास रखते हैं जिसे हम देख नहीं सकते हैं और अक्सर समझ नहीं सकते हैं। इन भेदों के प्रगट होने का इन्तज़ार करते हुए हम विश्वास करते हैं और यदि हम ईमानदार हैं, तो हम यह समझते हैं कि जब तक हम पृथ्वी पर हैं तब तक इनमें से कई एक प्रश्नों के उत्तर हमें नहीं मिलेंगे। परमेश्वर हमसे कहता है कि हम उस पर भरोसा करें और यदि हमारे पास कोई अनुत्तरित प्रश्न नहीं है तो भरोसा रखने की कोई आवश्यकता भी नहीं है।

दुःख के द्वारा घनिष्ठता बढ़ती है

बाइबल में वर्णित सबसे अधिक रहस्यमय और चुनौतीपूर्ण कथन इब्रानियों 5:8–9 में पाया जाता है: "और पुत्र होने पर भी, उसने दुःख उठा उठा कर (उसका संपूर्ण अनुभव) आज्ञा माननी सीखी। और सिद्ध (सुसज्जित) बनकर, अपने सब आज्ञा माननेवालों के लिए सदा काल के उद्धार का कारण हो गया।" यीशु के दुःख प्रगट रूप से उसके सिद्ध होने (परिपक्व होने) के माध्यम थे और उसके शिष्यों के साथ भी ऐसा ही होना है।

बिना परखे विश्वास परिपक्व नहीं होता है। परमेश्वर एक उपहार के रूप में हमें विश्वास देता है, परन्तु जब हम इसका उपयोग करते हैं तभी यह बढ़ता और वृद्धि करता है।

मूल 12 शिष्यों के जीवन में ऐसी कई बातें हुई थी जिन्हें वे यीशु के साथ चलते हुए नहीं समझ सके और यीशु ने उनसे कहा, "जो मैं करता हूँ, तू अब नहीं जानता, परन्तु इसके बाद समझेगा" (यूहन्ना 13:7)। हम एक भेद भरे और अवर्णित घटनाओं के संसार में रहते हैं और परमेश्वर अपेक्षा करता है कि हम भरोसा रखें।

जे. ओस्वल्र्ड सैन्डर्स ने अपनी पुस्तक *एन्जॉईन्ग इन्टिमेसी विथ गॉड* में कहा है, कि "यदि हमें इस परेशानियों भरे संसार में शान्ति का अनुभव करना है, तो हमें दृढ़तापूर्वक परमेश्वर की सर्वोच्चता को आत्मसात कर लेना चाहिए और तब भी उसके प्रेम पर भरोसा रखना चाहिए जब हम उसका उद्देश्य समझ नहीं पाते हैं।"

ऐसी बातें होती हैं जिन्हें हम कठिनाई में सीखते हैं, परन्तु अन्य समयों पर नहीं सीखते हैं। यशायाह 45:3 में प्रभु ने कहा, "मैं तुझको अन्धकार में छिपा हुआ और गुप्त स्थानों में गड़ा हुआ धन दूँगा, जिससे तू जाने कि मैं इस्राएल का परमेश्वर यहोवा हूँ जो तुझे नाम लेकर बुलाता है।" ऐसे धन होते हैं जो केवल अन्धकार में ही मिलते हैं। उनमें से एक है परमेश्वर के साथ घनिष्ठता।

दलील देना

मनुष्य अपनी स्वभाविक स्थिति में सब कुछ समझना चाहता है। हम नियन्त्रण चाहते हैं और हम अप्रत्याशित बातों को पसन्द नहीं करते हैं। यदि हमारी सारी

योजनायें हमारे इच्छित समय में पूर्ण हो जाती हैं, तो हमें यह अच्छा लगता है, परन्तु ऐसा नहीं होता है। यदि हम परमेश्वर पर भरोसा रखते हैं तो हम उससे वे बातें मानते हैं जो हमें चाहिए परन्तु वह हमेशा ऐसा नहीं करता है और अन्ततः हमारे पास कुछ अनुत्तरित प्रश्न शेष रह जाते हैं और हमारा स्वभाव इसके विरुद्ध लड़ता है।

उन बातों की कल्पना करने का प्रयास करना निराशाजनक और घबरा देनेवाली बात होती है जिनका उत्तर हमें कभी नहीं मिलनेवाला है। कई वर्षों की मानसिक और भावनात्मक पीड़ा के पश्चात् मैं यह समझने का प्रयास करते हुए परमेश्वर के साथ अपने जीवन के चौराहे पर आ खड़ी हुई कि क्यों अच्छे लोगों के साथ बुरी बातें होती है, जिसमें यह बात भी शामिल थी कि मैंने क्यों दस वर्षों तक अपने पिता के द्वारा यौन दुर्व्यवहार सहा। मैं जानती थी कि मुझे बिना सभी प्रश्नों का उत्तर प्राप्त किए ही परमेश्वर पर भरोसा रखने का चुनाव करना था बरना मुझे कभी शान्ति प्राप्त नहीं होगी। मैं व्यक्तिगत तौर पर विश्वास करती हूँ कि यह एक व्यक्तिगत निर्णय होता है जिसे प्रत्येक व्यक्ति को अवश्य ही लेना चाहिए। यदि आप इस बात का इन्तज़ार कर रहे हैं कि कोई आकर आपको परमेश्वर के कार्यों को समझाए तब आप इन्तज़ार करते ही रह जाएँगे। परमेश्वर हमारी समझ से परे है परन्तु वह सुन्दर और अद्भुत है, और अन्त में वह हमारे जीवन में हमेशा न्याय लेता है। परमेश्वर अवर्णित बातों के द्वारा हम पर भरोसा रखता है!

भले लोगों के साथ बुरी बातें होती हैं, और परमेश्वर पर भरोसा रखना उनका सौभाग्य है।

> तुम में से कौन है जो यहोवा का भय मानता और उसके दास की बातें सुनता है, जो अन्धियारे में चलता हो और उसके पास ज्योति न हो? वह यहोवा के नाम का भरोसा रखे, और अपने परमेश्वर पर आशा लगाए रहे।
>
> *यशायाह 50:10*

जब हम परिपक्व रीति से व्यवहार करते हैं तो उन परीक्षाओं को छोटा कर सकते हैं जिनका सामना हम जीवन में करते हैं और परमेश्वर को पूर्व से कहीं अधिक गहराई से जानते हुए हम ऊपर उठेंगे। मैं सोचती हूँ कि हम में से

अधिकांश लोग कहें कि हमारी अधिक आत्मिक उन्नति आसान समयों की अपेक्षा कठिन समयों में हुई है।

जब कभी मैं स्वयं को हैरान कर देने वाली स्थिति में पाती हूँ तो मैं अकसर सांत्वना पाने के लिये भजन संहित 37 पढ़ती हूँ। प्रथम 11 पदों में हमसे कहा गया है कि हमें बुरे कार्य करने वालों से डरना नहीं है, क्योंकि वे शीघ्र काट डाले जायेंगे। हमें परमेश्वर में भरोसा रखना है और भलाई करना है और हम उसके द्वारा तृप्त किये जायेंगे। मैं विश्वास करती हूँ कि इसका अर्थ यह है कि वह हमारे जीवन की आवश्यकताएँ पूरी करेगा। यह आवश्यक नहीं कि हमारी सारी इच्छायें परन्तु निश्चय ही हमारी सारी आवश्यकतायें पूरी करेगा।

भजन संहित 37:8 हमें बताता है कि हमें क्रोध से परे रहना जलजलाहट को छोड़ देना चाहिये क्योंकि उससे बुराई ही निकलती है। यदि हम दूसरों की बुराई के कारण स्वयं क्रोध में बने रहेंगे, तो हम अंततः बुराई में फंस जायेंगे। हमें एक अद्‌भुत प्रतिज्ञा भी दी गई है..."परन्तु नम्र लोग पृथ्वी के अधिकारी होंगे, और बड़ी शान्ति के कारण आनन्द मनाएँगे" (भजन संहित 37:11)। नम्र वे लोग होते हैं जो स्वयं को दीन करते हैं और चाहे उनकी परिस्थिति कुछ भी क्यों न हो वे परमेश्वर पर भरोसा रखते हैं।

प्रेरित पौलुस ने कहा, कि उसने यह ठान लिया था कि... क्रूस पर चढ़ाए हुए मसीह को छोड़ और किसी बात को न जानूँ (1 कुरिन्थियों 2:2)। ऐसा प्रतीत होता है, कि सभी बातों का विकल्प खोजते हुए पौलुस भी थक गया था और केवल मसीह को जानने का निर्णय लिया।

हमें अपने सारे मन और हृदय से परमेश्वर पर भरोसा रखना है और अपनी समझ का सहारा नहीं लेना है। यह नीतिवचन 3:5 आगे हमसे कहता है, कि हम अपनी दृष्टि में बुद्धिमान न बनें (नीतिवचन 3:7)। मेरे लिये इसका अर्थ यह है, कि मुझे क्षणभर के लिए भी यह नहीं सोचना है कि मैं कितना समझदार हूँ कि अपनी जिन्दगी खुद जी सकता हूँ या परमेश्वर के कार्यों का कारण ढूँढ़ सकता हूँ। यदि मैं कभी परमेश्वर को समझ सकती तो वह मेरा परमेश्वर नहीं हो सकता। परमेश्वर हर प्रकार से हमसे महान होना चाहिए, अन्यथा वह परमेश्वर है ही नहीं। परमेश्वर के विषय में कहा गया है कि उसका न तो आदि है न अन्त। हम परमेश्वर के विषय में यह प्रारंभिक कथन नहीं समझ सकते हैं, तो फिर हमें अन्य सारी बातों को समझने का प्रयास क्यों करना चाहिए?

परमेश्वर हम पर कुछ बातें प्रगट करता है और हमें बहुत सी बातों का उत्तर प्रदान करता है, परन्तु वह हमें सभी बातों का उत्तर नहीं देता है। परमेश्वर के वचन के अनुसार कुछ बातें हम जानते हैं, परन्तु जब समय आएगा तब हम उस प्रकार से जानेंगे जैसे हम जाने गए हैं।

> अभी हमें दर्पण में धुँधला (हल्का) सा दिखाई देता है (वास्तविकता एक पहेली के समान दिखती है); परन्तु उस समय (जब सिद्धता आएगी) आमने–सामने देखेंगे, इस समय मेरा ज्ञान अधूरा (असिद्ध) है; परन्तु उस समय ऐसी पूरी रीति से पहचानूँगा, जैसा मैं (परमेश्वर के द्वारा) पहिचाना गया हूँ।
>
> *1 कुरिन्थियों 13:12*

परमेश्वर क्यों हस्तक्षेप नहीं करता है?

यह समझना कठिन होता है कि हमारे दुःखों में क्यों परमेश्वर हस्तक्षेप नहीं करता है, जबकि हम अच्छी तरह जानते हैं कि वह बड़ी आसानी से ऐसा कर सकता है। जब याकूब बन्दीगृह में था तब उसका सिर कलम कर दिया गया, तब एक स्वर्गदूत द्वारा उसे छुड़ाया गया और उसे एक प्रार्थना सभा में ले गया। क्यों? एकमात्र उत्तर यह है, "तुम अभी नहीं समझते कि मैं क्या करता हूँ, परन्तु बाद में तुम जानोगे।"

शायद, हम उस ज्ञान को संभालने योग्य नहीं हुए हैं जो हम पाना चाहते हैं। संभवतः, अपनी करुणा के कारण परमेश्वर हमसे सूचनाएँ छुपा लेता है। मैंने निर्णय लिया है कि मैं विश्वास करूँगी कि जब तक मेरे जीवन में उन बातों से क्रमशः भलाई उत्पन्न न हो, तब तक परमेश्वर कभी भी मेरे जीवन में कुछ नहीं करता है, न ही मुझसे कुछ करने के लिए कहता है। यह निर्णय मेरे जीवन में बहुत शान्ति लाया है।

संभवतः आपको स्मरण होगा कि इस पुस्तक के प्रारंभ में मैंने कहा था, कि यदि हमें शान्ति चाहिए तो हमें अवश्य ही उसका पीछा करना चाहिए और संपूर्ण हृदय से उसका अनुसरण करना चाहिए। शान्ति के लिए मेरी व्यक्तिगत यात्रा में मैंने पाया है कि विश्वास करने के द्वारा शान्ति और आनन्द आता है (रोमियों 15:13), और मैंने यही करने का निर्णय लिया है। मैं सिद्धतापूर्वक यह

नहीं करती हूँ, परन्तु परमेश्वर मेरी सहायता करता है कि मैं जिन बातों को नहीं समझती हूँ जिन्हें यह कहते हुए प्रतिक्रिया दूँ, कि "हे प्रभु, मैं तुझ पर भरोसा रखती हूँ" न कि यह कहूँ कि "प्रभु मैं भ्रम में हूँ, और मुझे यह समझने की आवश्यकता है कि क्या हो रहा है।" सन्देह करने के बजाय हम सभी इसी तरह विश्वास की प्रतिक्रिया देने का निर्णय ले सकते हैं और वास्तव में अभी इस प्रकार करने के लिए पवित्र आत्मा आपको उकसा रहा है, जब तक कि आप इसे प्राप्त न करें।

मैं एक सामान्य विश्वास की बात नहीं कह रही हूँ, परन्तु अपने जीवन के प्रत्येक परिस्थिति में परमेश्वर पर भरोसा रखने और उस पर विश्वास करने के विषय कह रही हूँ। कुछ वस्तुओं "के लिए" परमेश्वर पर विश्वास करना आसान होता है, परन्तु वह चाहता है कि हम वस्तुओं "में" और वस्तुओं के "द्वारा" उस पर विश्वास करें।

अय्यूब

मुझे लगता है कि जब मैं अवर्णनीय दुःखों पर एक अध्याय शामिल करने जा रही हूँ तो मुझे अय्यूब के विषय में बात करने की आवश्यकता है। वह एक धर्मी मनुष्य था जिसने ऐसा दुःख सहा था जिसके विषय में मैंने कभी नहीं सुना है। बहुत समय तक अय्यूब के विश्वास की परीक्षा होती रही परन्तु क्रमशः उसने परमेश्वर से उत्तरों की मांग करना प्रारंभ किया। अय्यूब को उत्तर देते हुए परमेश्वर ने संपूर्ण चार अध्याय खर्च किए और सारांश में उसने कहा, "अय्यूब यदि तुम इतना अधिक बुद्धिमान हो तो तुम कुछ समय के लिए क्यों नहीं परमेश्वर बन जाते हो? तुम संसार को चलाओ और फिर देखो, क्या करते हो?" निश्चय ही, अन्ततः अय्यूब ने अपने आपको दीन किया और यह समझा कि वह मूर्खतापूर्ण बातें कर रहा था, तब अय्यूब ने एक आश्चर्यजनक बात कही जिसे हममें से अधिकांश काफी दुःख सहनी के बाद कह सकेंगे।

> मैंने कानों से तेरा सुसमाचार सुना था, परन्तु अब मेरी आँखें तुझे देखती हैं।
>
> *अय्यूब 42:5*

अय्यूब की परीक्षाओं में उसने परमेश्वर को इस प्रकार जाना कि उसने कभी परमेश्वर को जाना ही नहीं था। दुःख भोगने से पहले वह परमेश्वर के विषय

में जानता था, उसने उसके विषय में सुन रखा था, परन्तु अब वह उसे जानता था! मैं एक युवक के विषय में जानती हूँ जिसके मृत्यु कैंसर के कारण हो गई थी और यद्यपि उसकी पीड़ा बहुत गंभीर थी, परन्तु उसने कहा, "मैं किसी भी प्रकार अपने इस अनुभव का सौदा नहीं करूँगा, क्योंकि इस अनुभव के द्वारा ही मैंने परमेश्वर को निकट से जाना है।" क्या इसका तात्पर्य यह है, कि परमेश्वर इस प्रकार की पीड़ा देता है ताकि हम उसे जान सकें? नहीं, मैं ऐसा नहीं सोचती हूँ, परन्तु वह हमारे आत्मिक लाभ के लिए उनका उपयोग करता है।

यीशु

यदि हम अन्यायपूर्ण दुःख पर चर्चा करना चाहते हैं तो हमें अवश्य ही यीशु के बारें में बात करना चाहिये। मानव जाति के उद्धार के लिये अपने पुत्र को क्रूस की भयावह मृत्यु भोगने देने और अपनी निष्पाप दशा में सारे मनुष्यों के पाप उठाने की पीड़ा भागने देने के बजाय परमेश्वर ने कोई और योजना क्यों नहीं बनाई ? संभवतः किसी भी अच्छे पिता के समान वह यह कहता है, "मैं तुम्हे किसी परीक्षा में पड़ने नहीं दूँगा जिसे मैं ने नहीं सहा है।" जैसा कि मैंने पूर्व में कहा, मेरे पास इन सभी प्रश्नों का उत्तर नहीं है परन्तु क्या परमेश्वर में विश्वास करने के लिये हमें इनकी आवश्यकता है? मैं सोचती हूँ कि नहीं है! विश्वास समझ से परे होता है और वास्तव में तो यह कई बार समझ का स्थान ले लेता है।

जब मैं ने यह अध्याय प्रारंभ किया था तब मैं यह देखने के लिये अपने हृदय की जाँच कर रही थी परमेश्वर मुझसे क्या चाहता था कि मैं उन लोगों को उत्तर दूँ जो अपने जीवनों की निराशा और दुखों के कारण परमेश्वर से क्रोधित हैं। कुछ ही क्षणों में मैं ने जाना कि वह नहीं चाहता था कि मैं कुछ उत्तर देने का प्रयास करूँ क्योंकि ऐसा कोई उत्तर नहीं है जिससे हम समझेंगे। असंख्य पुस्तकें उपलब्ध हैं जो परमेश्वर का वर्णन करने का प्रयास करती हैं और कुछेक तो अच्छा कार्य भी करती हैं, परन्तु मैं ऐसा करने नहीं जा रही हूँ। मैं केवल यह कह रही हूँ कि आप क्रोधित न होने का चुनाव कर सकते हैं और यदि आप ऐसा चुनाव करते हैं तो आप स्वयं के प्रति एक उपकार कर रहे होंगे, क्योंकि परमेश्वर से क्रोधित रहना अत्यधिक मूर्खता की बात है। केवल वही है जो हमारी सहायता कर सकता है, इसलिए हम क्यों अपनी सहायता के एकमात्र स्रोत को दूर कर दें।

मैं जानती हूँ कि यदि आपको बुरी तरह चोट पहुँची है, तो इस समय आपका अन्तर्मन पुकार रहा होगा, "जॉयस, यह तो अच्छी बात नहीं है।" यदि ऐसा है तो मैं समझती हूँ और मैं केवल यह प्रार्थना कर सकती हूँ कि बहुत जल्दी आप दुःख से इतना थक जाएँ कि जो अय्यूब के साथ कह सकें, "वह मुझे घात करेगा, मुझे कुछ आशा नहीं" (अय्यूब 13:15)।

परमेश्वर के लिए पागल

मैं एक स्त्री को जानती हूँ जिसे हम जेनीन पुकारेंगे, मुझसे एक लम्बी अवधि के बारे में कहा जबकि वह परमेश्वर के साथ क्रोधित थी। जेनीन जो कि बचपन से ही मसीही थी आगे उस समय की ओर देखती थी जबकि उसकी मुलाकात एक अच्छे मसीही पुरुष से होगी, उससे प्रेम करने लगेगी, विवाह करेगी और परिवार बनाएगी। कॉलेज के पश्चात् शिक्षक बनने के लिए वह न्यूयॉर्क शहर में बस गई। जेनीन ने वहाँ एक अच्छी कलीसिया और बहुत जल्द ही वहाँ की एक सक्रिय सदस्य बन गई और कलीसिया की जीवनधारा में बह चली। वहाँ उसे कई अच्छी मित्र भी मिले और वह अविवाहितों की एक समूह का भाग बन गई। कुछ वर्षों के पश्चात् कलीसिया के उसके बहुत से मित्रों ने विवाह कर लिया और पारिवारिक जीवन व्यतीत करने लगे।

जेनीन ने 20वाँ दशक पार कर 30वें दशक में कदम रखा और इस दौरान वह लगातार प्रार्थना करती रही कि परमेश्वर उसे पति और और उसका अपना परिवार दे। परमेश्वर ने उसकी नौकरी को आशीषित किया और बहुत जल्द जेनीन हाई स्कूल में सहायक प्राचार्या बन गई जहाँ वह पढ़ाती थी। उसे ऐसा प्रतीत हुआ कि परमेश्वर उस एक क्षेत्र को छोड़कर जिसकी उसे सबसे अधिक आवश्यकता थी उसके जीवन के अन्य सभी क्षेत्रों में आशीष प्रदान कर रहा था। उसकी सहेलियों की गोद में सन्तान आ गए और उनमें से बहुतों ने बच्चों की परवरीश की खातिर न्यूयॉर्क शहर छोड़ दिया।

जेनीन लगातार काम पर जाती रही और कलीसिया में सक्रिय बनी रही। परन्तु वह यह नहीं समझ सकी कि परमेश्वर ने उसके हृदय की एकमात्र इच्छा पूरी क्यों नहीं कीः एक पति और स्वयं का परिवार। वह परमेश्वर से क्रोधित होने लगी। वह इतना मौन क्यों था? आखिर जेनीन एक अच्छी और स्वाभाविक बात ही तो मांग रही थी; उत्पत्ति की पुस्तक में परमेश्वर कहता है, कि पुरुष

के लिए अकेला रहना अच्छा नहीं था। उसने यह कल्पना करते हुए शान्ति के लिए प्रार्थना करना प्रारंभ किया कि यदि परमेश्वर उसे प्रार्थना का उत्तर ना में देने जा रहा है, तो कम से कम वह इस बात से सन्तुष्ट महसूस करे कि परमेश्वर ने उसे आशीषित किया है।

परन्तु वर्ष बीतते रहे और जेनीन एकाकी बनी रही जबकि उसने जीवन की बहुत सी बातों का आनन्द उठाया, परन्तु उसके जीवन का एकाकीपन उसके लिए एक काँटा सा बनकर चुभने लगा। परमेश्वर ने क्यों उसकी प्रार्थना का आदर नहीं किया और उसके स्वभाविक और अदभुत मांग को पूरा नहीं किया कि उसे एक प्रेम करनेवाला साथी दे? वह यह नहीं समझ सकी कि परमेश्वर ने उसकी सामान्य सी प्रार्थना का उत्तर नहीं दिया। जिस शान्ति के लिए उसने प्रार्थना की थी वह भी उसे नहीं मिली। परमेश्वर इतना मौन क्यों था?

एक दिन उसे एक ईश्वरीय प्रकाशन मिला। जब वह प्रार्थना कर रही थी और अपनी भावनाओं का कुछ समाधान चाहती थी तो उसने दर्शन में यीशु को गतसमनी के बाग में देखा जहाँ वह आनेवाले क्रूस के संबन्ध में परमेश्वर से प्रार्थना कर रहा है, कि यदि हो सके तो यह प्याला उससे हट जाए। प्रार्थना के अन्त में उसने कहा, "मेरी इच्छा नहीं परन्तु तेरी इच्छा पूरी हो।" उस दिन परमेश्वर ने यीशु को "ना" में उत्तर दिया था। मानवजाति का उद्धार करने के लिए यीशु को क्रूस की यातना से होकर गुज़रना अनिवार्य था।

जेनीन ने उस क्षण समझा कि यदि परमेश्वर अपने पुत्र को ना कह सकता है और यीशु उत्तर के रूप में ना स्वीकार कर सकता है, तो जेनीन भी ना को स्वीकार कर सकती है। कुछ भी नहीं बदला था परन्तु जेनीन के लिए सब कुछ बदल गया था। पिछले एक दशक में पहली बार उसने जाना कि उसे सब उत्तरों को जानने की आवश्यकता नहीं थी—क्योंकि परमेश्वर परमेश्वर था—और यदि उसे आजीवन एकाकी रहना है और उसे इसका कारण कभी न बताया जाए तब भी वह रह सकती थी।

कुछ वर्षों पश्चात जब जेनीन 43 साल की हुई तब उसकी मुलाकात एक अदभुत मसीही पुरुष से हुई जिससे दो वर्षों पश्चात उसने विवाह किया। जेनीन ने मुझसे कहा कि यदि उसे पुनः ऐसा करना पड़े तो वह यह समझने में भावनायें और समय बर्बाद नहीं करेगी जैसा कि उसने परमेश्वर के विरुद्ध गाली देते हुए किया था क्योंकि वह मौन लग रहा था। इस समय को वह उन

आशीषों का आनन्द उठाते हुए और अपने लिए परमेश्वर की इच्छा को सर्वोच्च रीति से स्वीकार करते हुए खर्च कर सकती थी जो परमेश्वर ने उसे दिया था।

कई बार परमेश्वर उन बातों के लिए 'ना' कहता है जो हमें चाहिए और जो कि अच्छी और स्वीकारयोग्य होती है। कई बार वह कहता है, "अभी नहीं।" जबकि हम इस जीवन में कभी इसका कारण नहीं समझ पाएँगे, तो फिर हम अपने समय का सदुपयोग परमेश्वर द्वारा प्रदत्त जीवन का आनन्द उठाने में कर सकते हैं या फिर हम भ्रम में पड़कर दुःख भोगते हुए और कष्ट में व्यतीत कर सकते हैं। आप क्या सोचते हैं, कि समय का सदुपयोग कौन सा है? मेरे लिए मैं अपने समय का उपयोग इस प्रकार से करना चाहूँगी जो उत्पादक हो–भले ही मुझे सभी उत्तर ज्ञात न हों।

एक बच्चा प्रार्थना करता है और लगातार कष्ट भोगता है

अपने पिता के द्वारा योनिक, मानसिक, भावनात्मक, और शाब्दिक दुर्व्यवहार भोगनेवाले बच्चे के रूप में अक्सर मैं परमेश्वर से प्रार्थना करती थी, कि वह मुझे उस परिस्थिति से निकाल दे जिसमें मैं थी, परन्तु उसने ऐसा नहीं किया। मैं प्रार्थना करती थी कि मेरी माँ मेरे पिता को छोड़ दे और वह मेरी सुरक्षा करे, परन्तु उसने ऐसा नहीं किया। बुद्धिहीनता के मेरे बालपन की दशा में मैंने यहाँ तक प्रार्थना किया कि मेरे पिता की मृत्यु हो जाए, परन्तु वह जीवित रहे और मेरे साथ दुर्व्यवहार करना जारी रखा।

क्यों? बहुत वर्षों तक मेरे भीतर यह प्रश्न गूँजता रहा। परमेश्वर ने एक छोटी बच्ची को क्यों नहीं बचाया जिसने उसे पुकारा था। यहाँ तक कि सेवकाई में एक बड़ी स्त्री के रूप में भी मेरे सामने यह "क्यों" का प्रश्न बना रहा और होता भी क्यों नहीं? परमेश्वर ने मुझे दिखाया कि ऐसे भी समय आते हैं जब धर्मी लोग दुष्टों के मार्ग पर कष्ट उठाते हैं। अभिभावक के रूप में मेरे पिता को मुझ पर अधिकार था और उसने चुनाव किया जो कि बुरे थे और उन चुनावों ने मुझे प्रभावित किया। यहाँ तक कि उस विषय में मैं अब भी जानती हूँ कि परमेश्वर इस स्थिति पर विराम लगा सकता था, परन्तु उसने इसके बजाय कुछ और करने का चुनाव किया। उसने मुझे इस परिस्थिति में से गुज़रने और उस पर विजय पाने के लिए साहस और सामर्थ्य प्रदान किया। उसने मुझे दूसरे लोगों की सहायता के लिए अपने दर्द का उपयोग करने दिया है और ऐसा

करने के द्वारा मुझे और बहुत से ऐसे लोगों का भी लाभ हुआ है जिनके प्रति मैं सहानुभूति रख सकी और सहायता कर सकी। बहुत वर्षों तक मैंने कहा, "यदि मेरे साथ दुर्व्यवहार नहीं होता, तो मेरा जीवन और अच्छा हो सकता था।" अब मैं अच्छी तरह जानती हूँ; कि इसके कारण मेरा जीवन और अधिक सामर्थी और फलदायक हो गया है। परमेश्वर द्वारा अपनी अदभुत सामर्थ्य दिखाने का एक मार्ग भयावह विपत्तियों पर विजय पाने और तब अच्छी मनोवृत्ति के साथ ऊपर उठने और किसी और की सहायता करने हेतु तैयार होने में सामान्य लोगों की सहायता करना है। मैं धन्यवाद के साथ यह कहती हूँ कि मुझे उन लोगों में से एक होने का सौभाग्य प्राप्त हुआ है। मुझे कहना ही होगा, "हे परमेश्वर, मेरी इच्छा के अनुसार नहीं परन्तु मेरी प्रार्थना का उत्तम उत्तर देने के लिए धन्यवाद।"

मैं केवल प्रार्थना कर सकती हूँ कि परमेश्वर के प्रति क्रोध के विषय में जितनी बातें मैंने कहीं है, वह मेरे कुछ पाठकों के लिए लाभदायक हों। मैंने आपको अनुत्तरित प्रश्नों का उत्तर देने का प्रयास नहीं किया है, परन्तु मैंने ईमानदारी पूर्वक इस विषय पर आपके साथ अपना हृदय बाँटने का प्रयास किया है। आपके साथ, या आपके किसी परिचित के साथ चाहे कुछ भी हो, कृपया परमेश्वर पर भरोसा रखिए। इस संसार में चाहे कुछ भी घटे परमेश्वर भला है और वह आपसे प्यार करता है! यदि आप इस प्रश्न के साथ स्वयं को कष्ट दे रहे हैं, "क्यों, परमेश्वर, क्यों?" मैं आपसे निवेदन करती हूँ कि परमेश्वर पर अपनी सारी चिन्ताएँ डाल देने का निर्णय कीजिए और उससे कहिए, "प्रभु, चाहे कुछ भी हो, मैं तुझ पर भरोसा रखता हूँ।"

अध्याय

7

मेरी सहायता कीजिये: मैं क्रोधित हूँ

यदि आप जो इस पुस्तक को पढ़ रहे हैं, एक क्रोधी व्यक्ति हैं, तो सबसे पहले मैं आपकी प्रशंसा करनी चाहूँगी क्योंकि एक ऐसे क्षेत्र का अध्ययन करना चाहते हैं जहाँ आपको सहायता की आवश्यकता है। मैं दृढ़ता पूर्वक विश्वास करती हूँ कि आप असन्तुलन, पापमय क्रोध, से बाहर आ सकते हैं और आएँगे। कुछ क्रोध पापमय होते हैं और कुछ नहीं होते हैं। इसलिए मैं उन दोनों विषयों पर चर्चा करना चाहती हूँ, ताकि यह सुनिश्चित कर सकूं कि आपने स्पष्ट रीति से समझ लिया है।

ऐसा क्रोध जो पाप नहीं है

परमेश्वर ने यह जानने के लिए हममें क्रोध की भावना प्रदान की है कि कब हमारे साथ या किसी और के साथ न्यायपूर्ण व्यवहार किया जाता है। इस प्रकार के क्रोध को धर्मी क्रोध कहा जाता है और इसका उद्देश्य हमें गलत को सही करने हेतु ईश्वरीय कदम उठाने के लिए प्रेरित करना होता है।

जब हमारी पुत्रियों में से एक मात्र सात वर्ष की थी, तो उसने अपने नए विद्यालय में मित्र बनाने में कठिनाई होती थी। वह विद्यालय के पास ही रहा करती थी और एक दिन ऐसा हुआ कि मैं अपने दिए हुए किसी कार्य को पूरा करने के लिए जा रही थी। मैंने ध्यान दिया कि विद्यालय के आंगन में मेरी बेटी बैठी है और बहुत एकाकी दिख रही है, जबकि अन्य सभी बच्चे खेल रहे थे। मुझे क्रोध महसूस हुआ, क्योंकि उसके साथ दुर्व्यवहार किया जा रहा था और जो क्रोध मुझे महसूस हुआ था वह पाप नहीं था। उसके लिए प्रार्थना करते हुए और परमेश्वर से उसके लिए मित्रों की माँग करते हुए मैंने प्रतिक्रिया दी। यदि मैं विद्यालय के अहाते में घुसकर अन्य बच्चों पर चिल्ला उठती, तो मेरा क्रोध गलत होता।

मैं सोचती हूँ कि यह समझना बहुत महत्वपूर्ण है, कि प्रत्येक बार जब हमें क्रोध महसूस हो रहा हो, तो इसका यह तात्पर्य नहीं है कि हम पाप कर रहे हैं। ऐसी बहुत सी बातें होती हैं जो हममें क्रोध की भावना उत्पन्न करती है, परन्तु अत्यधिक महत्वपूर्ण बात यह है कि हम किस प्रकार उस भावना का प्रबन्धन करते हैं।

धर्मी क्रोध जैसी कोई बात होती है और भजन संहित 78 में हम देखते हैं कि परमेश्वर उन लोगों के विरुद्ध धार्मिक रूप से क्रोधित होता है जिन्होंने मूर्तियों की उपासना की थी। जबकि हम संपूर्ण सृष्टि के जीवित परमेश्वर की उपासना कर सकते हैं, तो पत्थर की मूर्ति की उपासना करना कितनी हास्यास्पद बात है। परमेश्वर की धार्मिकता में उसने इस आशा में सब प्रकार की अधार्मिकता को दण्डित किया है कि इससे लोग पश्चाताप् करेंगे और उसकी ओर फिरेंगे। यह दण्ड लोगों की सहायता के उद्देश्य से दिया गया था, न कि उनकी हानि करने के लिए। धर्मी क्रोध, हमेशा ऐसा कार्य होता है जिसका उद्देश्य सहायता करना होता है।

यह उसी प्रकार का क्रोध है जो हम अपने बच्चों के प्रति रखते हैं। जब वे ऐसे कार्य करते हैं, जिसके बारे में हम जानते हैं कि उससे उनकी हानि होगी। हम अपने क्रोध को प्रदर्शित करते हैं और उनकी सहायता करने के लिए उन्हें सुधारते हैं।

जब मैंने कम्बोडिया का दौरा किया और उन बच्चों को देखा जो शहर में कचरों के बीच जीवन व्यतीत करते थे, और उनमें खाने के लिए भोजन और बेचने के लिए कांच और प्लास्टीक के डब्बे खोजते थे, मुझे अपने हृदय में बहुत

दुःख हुआ और इस प्रकार के अन्याय के लिए मैंने धार्मिक रोष महसूस किया। मैं केवल क्रोधित ही नहीं रही; मैंने उस अन्याय के विषय में कुछ करने का निर्णय लिया। हमारी सेवकाई ने बसें खरीदी और कक्षाओं और रेस्तराँ के रूप में उनका विकास किया जिसमें हम उन बच्चों को प्रतिदिन शिक्षा और भोजन दे सकें। बसों में नहाने की सुविधा भी उपलब्ध थी जहाँ बच्चें अपने आपको साफ कर सकते थे और ज़रूरत होने पर नए वस्त्र प्राप्त कर सकते थे। यह उस क्रोध का एक अच्छा प्रत्युत्तर था जिसे हमने महसूस किया था। परमेश्वर का वचन हमें बताता है, कि बुराई पर विजय केवल भलाई से ही पाया जा सकता है। (रोमियों 12:21)

इस प्रकार का क्रोध पाप नहीं होता है, यह वास्तव में अच्छा होता है, क्योंकि यह हमें कार्यवाही करने के लिए बाध्य करता है।

आज कई लोग अन्याय के प्रति क्रोधित हैं, परन्तु वे केवल क्रोधित ही रहते हैं और अधिक से अधिक क्रोध करते जाते हैं। दूसरों के साथ नकारात्मक बातचीत और मनोवृत्ति रखने के द्वारा दूसरों को क्रोधित करने में वे समय खर्च करते हैं और सुधार की दिशा में किसी प्रकार का सकारात्मक कदम नहीं उठाते हैं। वे अक्सर आशाहीनता की मनोवृत्ति रखते हैं। वे निर्णय करते हैं कि कुछ भी भला नहीं होने वाला है, इसलिए वे प्रयास करना भी नहीं चाहते हैं। यह इस प्रकार का क्रोध है जो बड़ी आसानी से पाप में परिणित हो जाता है।

एक पियक्कड़ वाहनचालक के कारण एक माँ की 13 वर्षीय पुत्री मारी गई थी जिसे न्यायधीश द्वारा बहुत हल्की सज़ा दी गई थी। इस लड़की की माँ बहुत अधिक क्रोधित हुई, परन्तु उसने निर्णय लिया कि अपने क्रोध को सकारात्मक में बदल डालेगी, इसलिए उसने नचाविमा (नशेड़ी चालकों के विरुद्ध माताएँ) या एम. ए. डी. डी; मदर्स अगैंस्ट ड्रंक ड्रैविंग) नामक एक संस्था की स्थापना की। यह संगठन नशेड़ी चालकों के विरुद्ध कठोर कार्यवाही के लिए वैधानिक सुधार का माध्यम बनी। वह क्रोध और कड़वाहट में अपना जीवन व्यतीत कर सकती थी; परन्तु उसके बजाय *उसने भलाई से बुराई को जीत लिया।*

मेरे पिता ने मेरे साथ जो दुर्व्यवहार किया था उस कारण मैं अत्यधिक क्रोधित थी। मैं उनसे घृणा करती थी और वर्षों तक उनके प्रति क्रोधित रही,

परन्तु मैंने अन्ततः यह जाना कि मेरे प्रति जो बुराई किया गया था, उस पर विजय पाने का एक मात्र रास्ता दूसरों की सहायता करने के लिए मुझे कुछ अच्छा कार्य करना था। यह उन कारणों में से एक है जिसके कारण मैंने पिछले पैंतीस वर्ष परमेश्वर की वचन की शिक्षा देते हुए और चोट खाए हुए लोगों की सहायता करते हुए व्यतीत किया।

विलियम विल्बरफोर्स नामक एक व्यक्ति इंगलैण्ड में पाई जानेवाली गुलामी से इतना क्रोधित हुआ कि उसने अपना अधिकांश जीवन इसके विरुद्ध लड़ाई लड़ते हुए और इसे गैर कानूनी घोषित करने के लिए कानून बनाने की दिशा में कार्य करते हुए व्यतीत किया। इतिहास ऐसे लोगों से भरा हुआ है जिन्होंने अन्याय के विरुद्ध आवाज़ उठाई और सकारात्मक परिवर्तन के लिए लड़ाई लड़ी। दुःखद पहलू यह है, कि इतिहास ऐसे लोगों से भी भरा पड़ा हुआ है, जो क्रोधित हुए और तब बदला लेने की ठानी और कड़वाहट भर गए और अन्ततः घृणा से भर गए। उन्होंने अक्सर ऐसे कार्य किए जिससे बहुत से लोगों का नुकसान हुआ।

प्रत्येक युग में किसी न किसी प्रकार का अन्याय हुआ है और हमारा क्षेत्र इसका अपवाद नहीं है, परन्तु क्रमशः द्वेष में बदलनेवाला क्रोध इसका उत्तर नहीं है। द्वेष एक सामर्थी भावना है, हम कभी भी किसी से ज़रा सा द्वेष नहीं रख सकते हैं। द्वेष क्रोध के रूप में प्रारंभ होता हैं। यह अपने आपको जीवित रखने के लिए आपकी सारी ऊर्जा का इस्तेमाल कर लेता है। यह एक बढ़नेवाली बीमारी के रूप में आपको खाता रहता है और आपके विचारों और बातचीत में भर जाता है। यह आपको कड़वा, घृणा करनेवाला, द्वेषपूर्ण और तुच्छ बना देता है। यह आपको परमेश्वर के लिए अनुपयोगी बना देता है।

यदि आपने जीवन में पहले से ही अन्याय का अनुभव किया है और जख्म खाए हैं तो द्वेष रखने के द्वारा इस चक्र में बने मत रहिए।

क्रोध का एकमात्र उत्तर क्षमा है। क्षमा पर कार्य करना अक्सर एक प्रक्रिया होती है। यह न केवल परमेश्वर की आज्ञापालन के निर्णय के साथ, बल्कि स्वयं पर उपकार करने और क्षमा करने के द्वारा प्रारंभ होता है; हालाँकि, हमारी यादों और भावनाओं के उपचार में समय लगता है। इस भाग का उत्तरार्ध क्षमा के महत्व और इसके साथ "किस प्रकार" व्यवहार करना है के विषय पर समर्पित है।

क्या आपका क्रोध उचित है या विकृत है?

इससे पहले कि हम अपने क्रोध के साथ उचित व्यवहार करें हमें अवश्य ही स्वयं से यह पूछने में ईमानदारी बरतनी चाहिए कि क्या यह उचित है या विकृत है। लोग जो हमें क्रोधित करनेवाले कार्य करते हैं वह संभवतः उनके द्वारा की जानेवाली गलती के बजाय हमारे अन्दर पाये जानेवाले किसी गलत बात का परिणाम हो सकता है। केवल इसलिए कि हम क्रोधित होते हैं, हम क्रोध को जायज नहीं ठहरा सकते हैं। वास्तव में, बहुत जल्दी क्रोधित होनेवालों की एक बहुत बड़ी संख्या संभवतः अपने हृदय के भीतर पाये जानेवाले किसी चोट के कारण ऐसा करते हैं जिसका कभी उपचार नही किया गया है। क्रोधी लोग अक्सर ऐसी बातों पर क्रोधित होते हैं जिन पर हम अपने दिनचर्या में क्रोधित नहीं हैं।

एक ऐसा समय भी था जब डेव कुछ ऐसा कर बैठते थे जिससे मैं अत्यधिक क्रोधित हो जाया करती थी, परन्तु अब वही बातें मुझे बिल्कुल भी परेशान नहीं करती है। वह अब भी ऐसा कार्य करते हैं, परन्तु मैं बदल गई हूँ। मेरा क्रोध मेरी अपनी असुरक्षा की भावना का परिणाम था।

यदि एक व्यक्ति असुरक्षित है तो वह अक्सर दूसरों की सोच, भावनाओं और कथन के साथ असहमत होने पर क्रोधपूर्ण व्यवहार करेगा। वे हर असहमति को तिरस्कार मान लेते हैं और समस्या वास्तव में उनकी होती है, न कि उस व्यक्ति की जिससे वह क्रोधित है। असुरक्षित लोगों को बहुत अधिक सकारात्मक समझाईश की आवश्यकता होती है, ताकि वे स्वयं के प्रति अच्छा महसूस करें और जब वे ऐसा नहीं कर पाते हैं तो वे अक्सर क्रोधित हो जाते हैं।

कई बार हम यूँ ही क्रोधित हो जाते हैं क्योंकि हमें आवश्यकता के समय अपनी इच्छित वस्तु उस प्रकार प्राप्त नहीं हुई होती है जैसा हम चाहते थे। जिस कहानी का वर्णन मैं आपके साथ करनेवाली हूँ उसने मेरे हृदय को गहराई से प्रभावित किया है। यह अधैर्य और क्रोध की कहानी है जिसका एक व्यक्ति को बहुत अधिक मूल्य चुकाना पड़ा था—केवल क्रोध के कारण।

पिता का उपहार–लेखक अज्ञात

एक युवक महाविद्यालय से स्नातक होने पर था। कई महीनों तक वह एक शोरूम में खड़ी स्पोर्ट्स कार की प्रशंसा करता रहा और यह जानकर कि उसके पिता के लिये कार खरीदना संभव है उसने पिता से कहा कि स्नातक होने पर उसे वही कार चाहिये। जब वह बड़ा दिन आया तो युवक इंतज़ार करने लगा कि कब उसके पिता कार खरीदने की बात छेड़ेंगे।

अन्ततः उसके स्नातक होनेवाले दिन सुबह उसके पिता ने उसे अपने अध्ययन कक्ष में बुलाया। उन्होंने अपने पुत्र से कहा, कि वह अपने युवा बेटे के कारण कितना अधिक गर्व महसूस कर रहे हैं और उससे कहा कि वह उससे कितना प्यार करते हैं। उन्होंने उसे उपहार का एक रंगीन पैकेट दिया।

उत्साह के साथ परन्तु कुछ निराश होकर युवक ने उस पैकेट को खोला और उसने उसमें सुनहरे पृष्ठोंवाला एक सुन्दर बाइबल पाया। क्रोधित होकर उसने चिल्लाते हुए अपने पिता से कहा, "अपने सारे धन से आपने मेरे लिए एक बाइबल दिया?" और बाइबल छोड़कर पैर पटकते हुए घर से निकल गया।

बहुत वर्ष बीत गए और यह युवक व्यवसाय में अत्यधिक सफल हुआ। उसके पास एक सुन्दर घर और एक अच्छा परिवार था, परन्तु उसने महसूस किया कि उसके पिता बहुत बूढ़े हो गए हैं और उसे उनके पास जाना चाहिए। स्नातक होने के दिन से अब तब उसने उन्हें नहीं देखा था।

इससे पहले कि वह यात्रा का प्रबन्ध करता उसे तार मिला कि उसके पिता का देहान्त हो गया है और अपनी सारी वसीयत उन्होंने अपने बेटे को दी है। उसे बहुत जल्द घर जाने और सब कुछ संभालने की आवश्यकता थी। जब वह अपने पिता के घर पहुँचा, तो अचानक उसका हृदय दुःख और पश्चाताप से भर गया। वह अपने पिता के महत्वपूर्ण कागज़ातों को देखने लगा और उसने उस बाइबल को अब भी वैसा ही

नया पाया जैसा उसने वर्षों पूर्व उसे छोड़ गया था। आँसूओं के साथ उसने बाइबल खोला और उसके पन्ने पर पलटने लगा। उसके पिता ने बड़े ध्यान पूर्वक मत्ती 7:11 को रेखांकित किया थाः

"सो जब तुम बुरे होकर, अपने बच्चों को अच्छी वस्तुएँ देना जानते हो, तो तुम्हारा स्वर्गीय पिता अपने माँगनेवालों को अच्छी वस्तुएँ क्यों न देगा?"

जब वह उन पदों को पढ़ रहा था तो बाइबल की पिछले हिस्से से एक कार की चाबी गिर पड़ी। उसमें डीलर के नाम का लॉकेट लगा हुआ था, यह वही डीलर था जिसके पास वह स्पोर्टस् कार थी जिसकी उसने माँग की थी। उस लॉकेट पर उसके स्नातक होने का दिन और कुछ शब्द गुदे हुए थेः "पूरी राशि का भुगतान किया गया है।"

यह कहानी मुझे उदासी से भर देती है। यह हममें से बहुतों के जीवन जीने के तरीके के विषय में एक बहुत ही सामर्थी उदाहरण है। स्नातक होने के साथ साथ परमेश्वर का उपहार प्राप्त करने के बजाय, यहाँ तक कि हम यह भी नहीं सोचते हैं कि हमने क्या माँगा था, हम क्रोधित हो जाते हैं और उससे संबन्ध तोड़ लेते हैं। कृपया ऐसा मत कीजिए! स्मरण रखिए कि आपका पिता आपकी कल्पना से बढ़कर आपसे प्रेम रखता है। भले ही वह आपकी सोच से अलग तरीके से आपको दे, परन्तु वह आपके लिए केवल भला चाहता है।

जब हमारे सामने ऐसी समस्या होती है जो अस्वाभाविक क्रोध में प्रगट होती है, तो यह अच्छा होता है कि हम समस्या को स्वीकार करें। हमें उसे अपनी समस्या के रूप में स्वीकार करना चाहिए और दूसरों पर आरोप मढ़ना बन्द करना चाहिए जिनका वास्तव में समस्या से कोई संबन्ध ही नहीं होता है। इस प्रकार की समस्याओं के कारण बहुत से संबन्ध खत्म हो गए हैं। डेव का परेशान करने और उन्हें नियन्त्रित करने के द्वारा मैं बहुत समय तक प्रयास किया कि मेरे पिता की गलतियों के लिए वह कीमत चुकाए और ताकि वे मुझे कभी चोट न पहुँचा सकें। मैं वास्तव में, सभी पुरुषों के प्रति एक गलत मनोवृत्ति रखती थी क्योंकि एक पुरुष ने मुझे चोट पहुँचाया है। मैं महसूस करती थी कि मुझ पर किसी का उधार बाकी है और अपने जीवन में आनेवाले हर किसी से यह प्राप्त करने का प्रयास करती थी। परमेश्वर का धन्यवाद हो कि अन्ततः मैंने

देखा कि मैं क्या कर रही हूँ और परमेश्वर से कहा कि मेरे साथ हुए अन्याय की भरपाई वह करे और उसने ऐसा किया।

यदि आप क्रोधित हैं तो मुझे आपको कुछ प्रश्न पूछने दीजिए। क्या आपके क्रोध से आपको या किसी और को कोई लाभ हो रहा है? क्या इससे समस्या का समाधान होता है? क्या आपका क्रोध उस व्यक्ति को बदल रहा है जिस पर आप क्रोधित हैं? क्या आपके क्रोध से आपके आनन्द और शान्ति में किसी प्रकार की वृद्धि हो रही है?

क्या आप विश्वास करते हैं कि आप तार्किक रूप से बुद्धिमान व्यक्ति हैं? यदि हाँ, तो आप क्यों ऐसे कार्य कर रहे हैं जो केवल समय की बर्बादी है? क्यों नहीं आप स्वयं पर उपकार करने का निर्णय लेते हैं और उसे जाने देते हैं? सम्पूर्ण परिस्थिति को प्रार्थना में परमेश्वर के हाथ में दे दीजिए। अपनी चिन्ता उस पर डाल दीजिए और उसे अवसर दीजिए कि वह आपको संभाले। आपके जीवन में हुए अन्याय के साथ परमेश्वर को व्यवहार करने दीजिए। यशायाह 61 में वह हमारे बीते हुए कष्टों के लिए दुगुना प्रतिफल देने की प्रतिज्ञा करता है। मैं इस प्रकार का भुगतान पसन्द करती हूँ, क्या आप करते हैं?

आप सोच रहे होंगे, "जॉयस्, ऐसा नहीं हो सकता कि मुझे क्रोध न आए।" मैं सहमत हूँ, परन्तु जो आप कर सकते हैं वह यह है कि परमेश्वर के प्रति आज्ञाकारिता दिखाते हुए उन लोगों के लिए प्रार्थना करना प्रारंभ करें जिनसे आप क्रोधित हैं और इससे लाभ होगा। अगला कार्य जो आप कर सकते हैं वह क्रोध के विषय पर परमेश्वर के वचन का गहन अध्ययन प्रारंभ करना है। परमेश्वर के वचन में वास्तविक सामर्थ्य पाई जाती है जो आपको सही कार्य करने योग्य बनाएगा। एक ज़ख्मी आत्मा के लिए यह परमेश्वर की औषधी होती है। परमेश्वर के वचन पर भरोसा रखिए, अपेक्षा और विश्वास के साथ उसे अपनाइये। यदि आपको सिर दर्द हो रहा है, तो आप दर्द निबारक दवाई लेते हैं, आप ऐसा इस उम्मीद के साथ करते हैं कि दर्द निवारण में यह कारगर होगा। उसी दिन परमेश्वर के वचन में ढूँढ़िए और अपने ज़ख्मी भावनाओं के लिए उसे दवा के रूप में ग्रहण कीजिए।

सबसे महत्वपूर्ण बात यह निर्णय लेना है कि आप एक क्रोधी जीवन व्यतीत नहीं करेंगे। यदि आप अपने निर्णय में दृढ़ हैं, तो आपकी समस्याओं का

समाधान हो जाएगा। परमेश्वर आपको एक ऐसे निश्चित मार्ग पर ले चलेगा जो आपके लिए सही होगा। हम अक्सर अपनी समस्याओं का क्विक फिक्स के समान तुरन्त समाधान चाहते हैं, परन्तु सच्चाई यह है कि हमें परमेश्वर पर भरोसा रखना है और उसे हमसे एक व्यक्ति के रूप में व्यवहार करने देना है। बाइबल ऐसी बुद्धि की बातों से भरी हुई है जो क्रोध से बचने में हमारी सहायता करेगा। पहले से ही क्रोध की पहचान करना और उसका प्रतिरोध करना सबसे अच्छी योजना है। क्रोध को अपने हृदय में बसने और ऐसी समस्या बनने मत दो जिसका उपचार करना कठिन हो जाए।

यदि आप एक क्रोधी व्यक्ति हैं और आपने इसे स्वीकार किया है और सहायता पाने के लिए तैयार हैं, तो आप उत्साहित हो सकते हैं क्योंकि आप बहुत लम्बे समय तक क्रोधित नहीं रहेंगे। आप बहुतायत की शान्ति और आनन्द के नए स्तर पाने के मार्ग पर हैं। आप ईश्वरीय रीति से लोगों से प्रेम कर सकेंगे जो आपके जीवन में सामर्थ्य में वृद्धि करेगा।

> कोमल उत्तर सुनने से गुस्सा ठण्डा हो जाता है, परन्तु कटुवचन से क्रोध भड़क उठता है।
>
> *नीतिवचन 15:1*

> क्रोध तो करो, पर पाप मत करो; सूर्य अस्त होने तक तुम्हारा क्रोध (आपके मन का तीव्र रोष, आपका प्रचण्ड क्रोध या रूष्टता) न रहे।
>
> और न शैतान को (ऐसा) अवसर दो (पैर जमाने का अवसर मत दो)।
>
> *इफिसियों 4:26–27*

> हे मेरे प्रिय भाइयो, यह बात तुम जान लोः हर एक मनुष्य सुनने के लिये तत्पर (सुनने के लिये तैयार होना) और बोलने में धीर और क्रोध में धीमा हो। क्योंकि मनुष्य का क्रोध परमेश्वर के धर्म का निर्वाह (पूरा करना) नहीं कर सकता है।
>
> *याकूब 1:19–20*

अध्याय

8

मेरी सहायता कीजिये: मेरा संबंध एक क्रोधित व्यक्ति के साथ है

हम अपने स्वयं के क्रोध को नियन्त्रित करना सीख सकते हैं, परन्तु हम दूसरे लोगों के क्रोध को नियन्त्रित नहीं कर सकते हैं। हमें यह अवश्य सीखना चाहिए कि अपने जीवन में क्रोधी लोगों को किस प्रकार इस रीति से नियन्त्रित किया जाए जिससे हमारा बचाव होगा और आशा है कि इससे उनकी सहायता होगी।

प्रथमतः, ऐसे क्रोध के विषय में बात करें जो हिंसक हो जाता है। मुझे नहीं लगता है कि परमेश्वर ने हमें इसलिए बुलाया है कि हम क्रोधी लोगों के हिंसा के शिकार बनें। मेरी माता ने इस बात की सहमति दी कि मेरे पिता उनसे दुर्व्यवहार कर सकें और इस प्रक्रिया में वह मेरे भाई और मेरी रक्षा करने से चूक गई। मेरे पिता उनके साथ बहुत गाली ग्लोज करते थे, अक्सर उनकी भाषा धमकी भरी होती थी, और उनके गन्दे श्रापित बातें हमारे घर में आम बात हो गई थी। वह अक्सर उन्हें मारने की धमकी दिया करते थे और वह उनके गाल पर तमाशा मारते थे और कई बार तो मारपीट भी किया करते थे। वह लगातार माँ के प्रति अविश्वासयोग्य रहे और अब भी बहुत कुछ ऐसा ही है। वह सोचती थी कि विवाह बन्धन के कारण वह उनके प्रति समर्पित है, परन्तु बहुत तरीकों से मैंने महसूस किया कि पिता को इस प्रकार व्यवहार करने देने

के द्वारा वह स्वयं का ही अनादर कर रही थी। मैं समझती हूँ कि वह भयभीत थी, परन्तु मैं चाहती हूँ कि काश कि वह अपने और हम भाई बहनों के खातिर उन्हें छोड़ दिए होते या उनका सामना किए होते।

उनके समय की स्त्रियाँ शायद ही कभी तलाक के बारे में सोच पाती थी। वे अपने साथ होनेवाले हर व्यवहार को सह लेती थीं। हमारे समय में बहुत से लोग तलाक लेते हैं और शायद ही अपने कठिनाइयों को हल करने का प्रयास करते हैं, ये दोनों ही बातें गलत हैं।

मारपीट सहनेवाली स्त्रियों के आँकड़े चौंका देनेवाले हैं। आँकड़ों के ब्यूरो अनुसार संयुक्त राज्य में प्रति वर्ष 18 वर्ष से ऊपर की उम्र वाली 5.3 मिलियन स्त्रियों के साथ शारीरिक, शाब्दिक या यौनिक दुर्व्यवहार किया जाता है। इस देश में घरेलू हिंसा के कारण प्रतिदिन चार स्त्रियों मृत्यु हो जाती है। जैसा कि मैंने कहा, किसी भी व्यक्ति को दूसरे व्यक्ति को यह अनुमति नहीं देना चाहिए कि वह उससे दुर्व्यवहार करे। यह परमेश्वर की इच्छा नहीं है कि हम भय में जीवन व्यतीत करें। हिंसक लोग अक्सर धमकी देते हैं; वे भय के द्वारा नियन्त्रित करते हैं। ऐसे लोग डरपोक होते हैं जो जीवन भर उनके रास्तों पर चलते रहते हैं और उन्हें अपने स्वयं की भलाई के लिए सामना करने की आवश्यकता है।

मुझे वह भय स्मरण आता है जो मेरे बचपन में मेरे घर के वातावरण में छाया रहता था। मुझे स्मरण आता है जब मैं अपनी माँ के साथ घर के बाहर ठण्ड में इस इन्तज़ार से खड़ी रहती थी कि नशे से चूर मेरे पिता बाहर निकल जाएँ ताकि हमें और अधिक मार न पड़े। मुझे वह रोना, चिल्लाना, श्राप देना, धमकी देना, धक्का देना, मुक्का मारना, गला दबाना, और मारपीट करना अब भी याद है। मुझे वह क्रोध, मेरे मुँह पर मुक्का मारना अब भी याद है। जिस भय में मैं जीती थी वह मेरे प्राण में बस गया और उससे मुक्त होने से पहले मुझे कई वर्ष परमेश्वर के साथ इस पर कार्य करना पड़ा था।

यदि आप इस पुस्तक को पढ़ रहे हैं और आप स्वयं को एक दुर्व्यवहार पूर्ण परिस्थिति में पाते हैं, तो मैं आपके स्वयं की और आपके बच्चों के खातिर आपसे अनुरोध करती हूँ कि कृपया सहायता पाने का प्रयास कीजिए। यदि आप नहीं जानते हैं कि क्या करना है, तो कुछ सलाह मशविरा कीजिए, हिंसा के शिकार स्त्रियों को सहायता प्रदान करनेवाले नम्बरों पर फोन कीजिए या आश्रय स्थल में जाइये, परन्तु उस समय का इन्तज़ार करते मत रहिए जब हिंसक व्यक्ति

अगली बार आप पर अपना क्रोध बरसाने का निर्णय न ले। उन लोगों को सहायता की आवश्यकता है जो अपने लोगों के साथ दुर्व्यवहार करते हैं। वे बीमार लोग हैं जो यह नहीं जानते हैं कि किस प्रकार उचित रूप से अपने क्रोध और निराशा से उबरना है। उन्हें प्रायः ज़ख्म मिले होते हैं और वे अपने जख्म की प्रतिक्रिया दिखा रहे हैं। उन्हें निश्चय ही प्रार्थना की आवश्यकता है, परन्तु जब हम प्रार्थना करते हैं तो हमें अवश्य ही यह समझना चाहिए कि हम कोई भी कदम उठाने के लिए तैयार हों जिसके लिए परमेश्वर हमें अगुवाई देता है।

मेरे जीवन में ऐसा समय आया था जब मुझे वर्षों से किए जानेवाले दुर्व्यवहार पर अपने पिता का सामना करना था। मैं लगभग पैंतालीस वर्ष की थी और अब भी उस ज़ख्म की पीड़ा से गुज़र रही थी जो उन्होंने मुझे दिया था। परमेश्वर ने मुझे दिखाया कि मेरे जीवन से उस भय के चक्र को तोड़ने का एकमात्र उपाय उनका सामना करना था। ऐसा करना मेरे लिए बहुत ही कठिन था, क्योंकि मैं जानती थी कि मुझे उनके क्रोध का सामना करना पड़ेगा और मैंने ऐसा किया भी, परन्तु मैंने वह कार्य भी कर दिया जिसे करने के लिए परमेश्वर मुझे अगुवाई दे रहा था और स्वतन्त्र होने में इससे मुझे सहायता मिली। हमें अवश्य ही, अपने भाग को करना चाहिए जिसे करने के लिए परमेश्वर कहता है, चाहे दूसरा पक्ष कुछ भी प्रतिक्रिया क्यों न दे।

इस पुस्तक को पढ़नेवाले अधिकांश लोग इस प्रकार के क्रोधी लोगों के साथ व्यवहार नहीं कर रहे हैं जिनके विषय में मैं बात कर रही हूँ, परन्तु जीवन में आपका सामना क्रोधी लोगों के साथ होता है और आपमें से कुछ लोग ऐसे लोगों से संबन्धित हैं जो क्रोधी हैं।

चूँकि वर्षों तक मेरे जीवन पर एक क्रोधी व्यक्ति का शासन रहा, इसलिए मैं क्रोधित थी और अपने शब्दों और व्यवहार दोनों से अपने क्रोध को अभिव्यक्त करती थी। जब मेरे मन मुताबिक सब कुछ नहीं होता था, तब प्रायः मेरा क्रोध प्रगट हो जाता था। मैं गलत थी और जैसा कि मैंने इस पुस्तक के प्रारंभ में कहा, मुझे ईश्वरीय हस्तक्षेप की आवश्यकता थी। डेव ने एक अच्छा कार्य यह किया कि उन्होंने कभी भी मेरे क्रोध को स्वयं को नाखुश करने नहीं दिया। मैं विश्वास करती हूँ कि एक क्रोधी व्यक्ति के साथ एक अच्छा कार्य यह कर सकते हैं कि उदाहरण के द्वारा उन्हें दिखाएँ कि जीने और व्यवहार करने का इससे अगल एक अच्छा तरीका भी है।

आदर्श बनिए

चूँकि मैं कभी भी ऐसे माहौल में नहीं रही जहाँ स्थायित्व पाया जाता था, इसलिए मैं नहीं जानती थी कि यह कैसा होता है। डेव स्थायित्व के उदाहरण थे और यह बहुत अधिक महत्वपूर्ण था। यदि उन्होंने कभी मुझे क्रोधित होने के विषय में टोका होता या मेरे क्रोध के साथ प्रतिक्रिया दिखाते तो मैं नहीं सोचती थी कि मैं कभी बदल पाती। जैसा कि वे कहते हैं, "दो गलत मिलकर एक सही नहीं बन सकता है।" परमेश्वर के वचन के अनुसार हमें क्रोध का सामना क्रोध से या बुराई का सामना बुराई से या गाली के बदले गाली देना चाहिए।

> बुराई के बदले बुराई मत करो; और न गाली के बदले गाली (डाँटना, जुबान लड़ाना, फटकारना) दो; पर इसके विपरीत आशीष (उनकी भलाई, प्रसन्नता और सुरक्षा के लिए प्रार्थना करना और सचमुच में उन पर तरस खाना और उनसे प्रेम करना) ही दोः क्योंकि तुम आशीष (परमेश्वर से—ताकि आप वारिस के रूप में आशीष प्राप्त कर सको, जो भलाई, प्रसन्नता और सुरक्षा देता है) के वारिस होने के लिये बुलाए गए हो।
>
> *1 पतरस 3:9*

मैं अच्छी तरह यह जानती हूँ कि इसे करना इसके विषय में पढ़ने की तुलना में कहीं अधिक कठिन है, परन्तु जो कुछ परमेश्वर हमसे करने के लिए कहता है उस विषय में यदि हम आज्ञाकारी होने के इच्छुक होते हैं, तो इसे करने के लिए परमेश्वर हमें सामर्थ्य प्रदान करेगा। चाहे आपकी समस्या कुछ भी हो परमेश्वर के पास उसका समाधान है और यदि हम उसके साथ सहयोग करते हैं, तो उसके मार्ग हमेशा सिद्ध होते हैं।

मैं अपने सारे हृदय से विश्वास करती हूँ कि डेव के जीवन ने ही मुझे बदलने के लिए बाध्य किया था। वह मेरे साथ दृढ़ थे, परन्तु कभी भी उन्होंने मेरे कारण अपने आनन्द में कमी होने नहीं दिया। वह मुझे यह जताते कि यदि मैं अप्रसन्न रहना चाहती हूँ तो यह मुझ पर निर्भर है, परन्तु चाहे मैं आनन्दित रहूँ या न रहूँ उन्हें आनन्दित रहना है। लम्बे समय तक उन्होंने मेरे साथ संगति रखी और अन्ततः मैंने यह समझा कि मैं जीवन में बहुत कुछ खो रही थी और मुझे बदलने की आवश्यकता थी। जब तक कोई न चाहे तब तक वह बदल नहीं सकता है। इसलिए यदि आप अपने जीवन में आनेवाले लोगों को बदलना

चाहें तो यह केवल आपको निराश ही करेगा। केवल परमेश्वर ही भीतर बाहर परिवर्तन ला सकता है और जब हम उसे ऐसा करने देते हैं तो वह यह कार्य करता है। इसलिए क्रोधी लोगों के लिए प्रार्थना कीजिए कि वे अपने जीवन में परमेश्वर को कार्य करने दें और उनके लिए एक आदर्श बनिए!

क्या आप एक अप्रसन्न व्यक्ति के कारण खेदित होते हैं?

जब मैं अपने सम्मेलनों में कहती हूँ कि हमें किसी और की मनोवृत्ति को अपने आनन्द के स्तर का निर्धारण करने नहीं देना चाहिए, तो मैं सदा एक अदभुत प्रतिक्रिया पाती हूँ। श्रोताओं के चेहरों से मैं देख सकती हूँ कि बिना यह जाने उन्होंने ऐसा किया है कि उनके पास दूसरा विकल्प भी था। वास्तव में, दूसरे लोगों की नकारात्मक भावनाओं से तब तब हम बड़ी आसानी से नियन्त्रित रहते हैं जब तक हम यह नहीं जान जाते हैं कि इस विषय में हम कुछ कर सकते हैं।

* * *

मेरी को अवसर मिला कि वह वेनिस से पेरिस तक सुप्रसिद्ध ओरिएन्ट एक्सप्रेस ट्रेन में सफर करे। उसने निर्णय लिया कि वह अपनी छोटी बहन जीन की पन्द्रहवीं सालगिरह के उपहार के रूप में उसे भी साथ ले जाएगी–जिसका सारा खर्च वह स्वयं उठाएगी। जीन ने उसका निमन्त्रण स्वीकार किया और वे जीवन भर के रोमान्च के लिए उस यात्रा पर गए। वेनिस में कुछ दिन गुज़ारने के पश्चात जीन ने निर्णय लिया कि वह अपने पति और बच्चों से दूर हो गई है और वह बहुत अप्रसन्न रहने लगी। जब तक वह और मेरी पेरिस के लिए गाड़ी पर सवार हुए तब तक जीन को क्रोध आने लगा था। वह केवल घर जाना चाहती थी!

उसे किसी ऐसे देश में पहुँचकर काफी अहसजता महसूस हुई जहाँ की भाषा वह नहीं जानती थी और अपनी बात समझाए बिना एक कप कॉफी भी नहीं प्राप्त कर सकती थी।

अधिक समय नहीं हुआ जब जीन अपनी बहन से अत्यधिक क्रोधित हो गई। उसने महसूस किया कि मेरी दिखावा कर रही थी, क्योंकि वह अपनी

बहन के इस महँगी यात्रा का खर्च उठा सकती थी। जैसे जैसे दिन गुज़रता गया वह मेरी के प्रति कटुता रखनी लगी और उसका व्यवहार बहुत अधिक अरोचक हो गया।

बहुत जल्द मेरी ने यह जान लिया कि जीन उससे क्रोधित थी। संभवतः वह मेरी से जलन रखने लगी थी जिसने बहुत अधिक यात्राएँ की थी और नए स्थानों पर काफी सहज रहती थी। कारण चाहे कुछ भी हो मेरी ने निर्णय लिया कि दो ही संभावित परिणाम हो सकते हैंः जीन क्रोधित हो सकती थी, या जीन और मेरी क्रोधित हो सकते थे! मेरी ने निर्णय लिया कि चाहे कुछ भी हो वह अपनी बहन के प्रति नम्र रहेगी। यात्रा के दौरान कई बार वह अपना मुँह बन्द रखेगी और उसने निर्णय लिया कि भले ही जीन नाखुश रहने का फैसला ले परन्तु जीवन में एक बार के लिए प्राप्त इस अवसर का भरपूर आनन्द उठाएगी।

जब मेरी ने उसके क्रोध पर प्रतिक्रिया न देने का निर्णय लिया, तब जीन कैसी कुण्ठित हो गई थी! मेरी पीछे मुड़कर उस यात्रा के अनुभवों पर विचार करती है और कृतज्ञ होती है कि उसकी बहन के क्रोध के बावजूद वह उस यात्रा के प्रत्येक क्षण का आनन्द उठा सकी। यद्यपि, उसकी कामना है कि काश जीन भी उस यात्रा में अच्छा समय व्यतीत कर पाती, परन्तु वह जानती है कि कम से कम एक व्यक्ति में आनन्द आया!

* * *

यदि हम दूसरे लोगों को अपने आनन्द के स्तर का निर्धारण करने दें, तो हम एक उदास जीवन व्यतीत करेंगे। कुछ लोगों ने पहले से यह निर्णय ले लिया है कि वे आनन्दमय जीवन व्यतीत नहीं करेंगे और हम चाहे कुछ भी करें उनका मन नहीं बदलेगा। मैंने हाल ही में किसी को कहते हुए सुना, "एक माँ कभी भी अपने नाखुश बच्चे से अधिक खुश नहीं रह सकती है।" यह वास्तव में प्रायः सच होता है, परन्तु ऐसा नहीं होना है। हमें अवश्य ही यह समझना चाहिए, कि हम बुरा व्यवहार करने के द्वारा कभी भी दूसरों की सहायता नहीं करते हैं और हम स्वयं पर एक उपकार कर सकते हैं और अन्य लोग चाहे कुछ भी करें हम अपने आनन्द को बनाए रख सकते हैं। प्रभु का आनन्द हमारी ताकत है, इसलिए इस आनन्द के कारण हम जीवन में आनेवाली परिस्थितियों का सामना कर पाते हैं। उदासी हमें कमज़ोर करती है परन्तु आनन्द हमें सामर्थ्य देता है।

जब हमारे आस पास के लोग क्रोधित और अप्रसन्न हों तो क्या हम सच मुच में आनन्दित रह सकते हैं? हाँ, हम रह सकते हैं, बशर्ते कि हम ऐसा करने का मन बनाएँ। तथा एक बार और मैं इस बात पर ज़ोर देना चाहती हूँ कि मैं मानती हूँ कि यही वह सर्वोत्तम कार्य है जो हम एक क्रोधी व्यक्ति के साथ कर सकते हैं। उनकी उपस्थिति में शान्त और आनन्दित रहें। उन्हें निश्चय दिलाएँ कि आप उनसे प्यार करते हैं और चाहते हैं कि वे प्रसन्न रहें, परन्तु आप अपने जीवन पर उनके निर्णयों को हावी होने नहीं देंगे। किसी और के व्यवहार पर आश्रित मत होईये।

मैं जानती हूँ कि यह कैसे होता है, क्योंकि घर के सब सदस्यों को न केवल मेरे पिता का क्रोध नियन्त्रित करता है, परन्तु मैंने अपने जीवन में इस प्रकार की अन्य परिस्थितियों का भी सामना किया है। एक समय मेरे एक अधिकारी थे जो अक्सर क्रोधित हो जाते थे और उन्हें प्रसन्न करना बहुत मुश्किल था। जब वह प्रसन्न रहते तो मैं भी प्रसन्न रहती और जब वह अप्रसन्न रहते तो मैं भी अप्रसन्न रहती। यह तरीका मेरे बचपन में ही स्थापित हो चुका था और मैं स्वाभाविक रूप से क्रोधी लोगों से भयभीत होकर प्रतिक्रिया देती। परमेश्वर का धन्यवाद हो कि उसने मुझे स्वतन्त्र किया है और यदि आपको इसी क्षेत्र में स्वतन्त्रता आवश्यकता है तो वह आपके साथ भी यही करेगा।

एक बार मेरा एक पड़ोसी और मित्र था जो बहुत जल्दी क्रोधित हो जाया करता था, विशेष कर तब जब मैं उसकी इच्छा के अनुसार काम नहीं करती और मैं उसे वही प्रतिक्रिया देती जैसा मैं अपने पिता और अपने अधिकारी को देती थी। यदि हम क्रोधी लोगों को अपने जीवन को नियन्त्रण करने देते हैं, तो शैतान हमेशा यह सुनिश्चित करता है कि हमारे जीवन में क्रोधी लोगों की आमद बनी रहे, इसलिए हमें समय से पूर्व इस विषय में विचार कर लेना चाहिए कि क्रोधी लोगों को हम कैसी प्रतिक्रिया देंगे।

यदि हम किन्हीं परेशान व्यक्तियों का सामना करते हैं, तो स्वाभाविक रूप से हमें उनकी सहायता करने का प्रयास करना चाहिए। परन्तु यदि वे सहायता पाने से इन्कार करते हैं, तो इसका कोई तार्किक कारण नहीं कि हम उस व्यक्ति पर अपना समय और ऊर्जा खर्च करें। दूसरे लोगों के निष्क्रिय व्यवहार पर प्रतिक्रिया देना कभी भी बुद्धिमानी की बात नहीं होती है। जो आप कर सकते हैं वह आप कीजिए, परन्तु जो व्यक्ति बदलना नहीं चाहता है उस पर समय मत गँवाईए।

ऐसा समय भी आ सकता है जब क्रोधी व्यक्ति से अपने आपको अलग कर लेना आपके लिए सबसे अच्छा होगा। हाँ, यदि आपका व्यवहार अपने पारिवारिक सदस्य के साथ तो यह हमेशा संभव नहीं होता है, परन्तु निश्चय ही हमें क्रोधी मित्रों की आवश्यकता नहीं है।

वास्तव में, बाइबल हमें सिखाती है कि हम क्रोधी लोगों की संगति न करें:

> क्रोधी मनुष्य का मित्र न होना, और झट क्रोध करनेवाले के संग न चलना।
>
> *नीतिवचन 22:24*

स्वयं पर दोष मत लगाईये

आप चाहे कुछ भी करें परन्तु उस दोष और अपराधबोध को स्वीकार मत कीजिए जो एक क्रोधी व्यक्ति आपके ऊपर लादना चाहता है। दुष्क्रिय लोग सदा अपने बुरे स्वभाव के लिए किसी और को या किसी और बात को दोषी ठहराते हैं। दोषारोपण उन्हें परिवर्तित होने के उत्तरदायित्व से मुक्त कर देता है। दोषारोपण को स्वीकार मत कीजिए! हम सबको अपने व्यवहार का उत्तरदायित्व लेना चाहिए और चाहे हम गलती भी करें फिर भी यह दूसरे व्यक्ति को अधिकार नहीं देता है कि वह बुरा व्यवहार करे। यदि आपने कुछ गलत किया है तो क्षमा माँगिए, परन्तु अपराधबोध में रेंगते हुए अपने दिन बर्बाद मत कीजिए।

शैतान यथासंभव माध्यम से कार्य करेगा ताकि हमें दोषी और अपराधी ठहरा सके। वह जानता है कि यह हमें कमज़ोर करता है और हमें नीचे गिराता है। हमारे पापों को क्षमा करने और अपराधों को दूर करने के लिए यीशु आया। वह हमें सामर्थ्य देने और ऊँचा उठाने के लिए आया था। क्या आप अनुमति देते हैं कि शैतान आपके आनन्द और सामर्थ्य को चुरा ले? यदि हाँ, तो आज ही वह दिन बने जब आप निर्णय लें, कि अन्य लोगों की समस्याओं के लिए आप कभी स्वयं को दोषी नहीं ठहराएँगे। भले ही दूसरों के साथ व्यवहार में आप गलती न करें, फिर भी परमेश्वर उन बिगड़े हुए संबन्धों को ठीक कर सकता है, बशर्ते कि वे परमेश्वर को कार्य करने दें। उस चँगाई की ओर पहला कदम क्षमा और बीती हुई बातों को भूला देना है।

प्रार्थना कीजिए–प्रार्थना कीजिए–प्रार्थना कीजिए

क्रोधी लोगों से हार मत मानिए। प्रार्थना कीजिए और लगातार प्रार्थना कीजिए ताकि वे सच्चाई को देख सकें और उजियाले में चलना प्रारंभ करें। निश्चय ही, वे बन्धन में हैं, कोई जख्म या उनके बीते हुए दिनों की कोई गलत बात जो उन्हें क्रोधित करता है। उन्हें यह जानने दीजिए कि आप उनकी सहायता करना चाहते हैं, परन्तु उनकी कोड़ों की मार सहने की इच्छुक नहीं हैं।

प्रार्थना की शक्ति से मैं बहुत चकित हूँ और जितना अधिक मैं जीवित रहूँगी, उतना ही अधिक मैं प्रार्थना को अपने जीवन की प्रत्येक परिस्थिति में बचाव के लिए प्रथम पंक्ति में स्थान दूँगी। मुझे अपने मूर्खतापूर्ण कथन याद आते हैं, "जो कुछ मैं जानती थी वह सब मैंने कर दिया है, अब प्रार्थना को छोड़कर अब कुछ नहीं रह गया है।" प्रार्थना पहला कार्य होना चाहिए था जो मुझे करना था।

सूसन्ना को स्मरण करते है? वह अपने मित्रों और परिवार के द्वारा त्यागे जाने और पीड़ा के एक भयावह दौर से गुज़री थी। इस पूरे घटनाक्रम के दौरान उसने उस एकलौते पर आश्रित रहना सीखा था जो हमें कभी छोड़ता या त्यागता नहीं है। वह आपको बताइगी कि वह कठिनाइयों के प्रारंभ होने से पहले की तुलना में अब एक भिन्न व्यक्ति है। उसने उन लोगों के लिए प्रार्थना करना सीखा जो उसे चोट पहुँचाते हैं। पहले तो उसकी प्रार्थनायें आधे अधूरे हृदय से की जाती थी। वह अपने पूर्व पति, अपने बहन और अपने बच्चों से क्रोधित थी। जब उसने अपनी चँगाई के लिए प्रार्थना किया तब उसने उनकी चँगाई के लिए भी प्रार्थना करना प्रारंभ किया। जैसा कि अक्सर होता है, जब उसने स्वयं को उनके स्थानों पर रखा तब उसने यह समझना प्रारंभ किया उसको हुए नुकसान में उसकी भी कुछ भागीदारी थी। अपने आस पास के लोगों को नियन्त्रित करने में उसने अपने धन और बल का इस्तेमाल किया था। अब वह प्रार्थना पूर्वक इस बात पर कार्य कर रही है, कि दूसरों को "जैसा वे हैं" वैसा ही देखें और सदा अपनी बात उन पर न थोपें। वह एक सरल जीवन व्यतीत करती है और जबकि उसके सामने बहुत से चुनौतियाँ हैं, वह कहती है कि वह परमेश्वर पर एक नए और गहरे रीति से भरोसा रखती है। आप विश्वास करें या ना करें भले ही सूसन्ना अपने पुराने दिनों में लौट सकती है, परन्तु वह ऐसा नहीं करेगी। परमेश्वर ने उसे आग में से होकर गुज़रने दिया और जबकि उसने बहुत दर्द का अनुभव किया है, अब वह कहीं अधिक

सहानुभूतिपूर्ण व्यक्ति हो गई है। क्या वह अब भी दुःखी है? हाँ। परन्तु आपको यह बताने में वही पहले रहेगी कि अब वह धन और लोगों पर भरोसा रखने के बजाय परमेश्वर पर भरोसा रखती है और उसका क्रोध पिघलता गया!

मैंने लोगों में प्रार्थना की शक्ति के कारण आश्चर्यजनक परिवर्तन देखा है। हम अपनी प्रार्थनाओं के द्वारा दूसरों के साथ हेरा फेरी नहीं कर सकते हैं, परन्तु प्रार्थना के द्वारा हम परमेश्वर को अवसर देते हैं कि वह कर्मिष्ठता के साथ उनके जीवनों में कार्य करे, और वह अपनी रीति से उन पर प्रेममय दबाव डालता है। मैं इसकी व्याख्या नहीं कर सकती कि क्यों कभी कभी हम प्रार्थना करते हैं और हमें बहुत शीघ्र उत्तर मिल जाता है, और कभी कभी हम वर्षों तक प्रार्थना करते हैं और अब भी कर रहे हैं। परन्तु मैं लगातार प्रार्थना करने और परमेश्वर को धन्यवाद देने के लिए कृत संकल्पित हूँ कि जिन लोगों के लिए मैं प्रार्थना किया उनके जीवनों में वह काम कर रहा है, भले ही अब तक परिणाम मेरे सामने नहीं आया है। मैं विश्वास करती हूँ कि जब हम प्रार्थना करते हैं तब परमेश्वर कार्य करता है!

> माँगो, तो तुम्हें दिया जाएगा; ढूँढ़ो, तो तुम पाओगे; (भय पूर्वक) खटखटाओ, तो तुम्हारे लिये (द्वार) खोला जाएगा।
>
> *मत्ती 7:7*

> धर्मी जन की (हार्दिक, लगातार) प्रार्थना के प्रभाव (कार्य की शक्ति) से बहुत कुछ हो सकता है।
>
> *याकूब 5:16ब*

कोई भी परमेश्वर के पहुँच से बाहर नहीं है और एक व्यक्ति के बदले में कभी भी बहुत देर नहीं होती है। यदि चोट पहुँचाने वाला व्यक्ति नहीं जानता है कि कैसे करना है या सहायता पाने के लिए परमेश्वर के पास जाने के इच्छुक है, तो उन्हें एक मध्यस्थ की आवश्यकता है। उन्हें एक ऐसी व्यक्ति की आवश्यकता है जो उनके और परमेश्वर के मध्य के रिक्त स्थान में खड़ा हो और प्रार्थना करे। हमारे लिए यीशु यह कार्य करता है और अन्य लोगों के लिए हम भी यही कार्य कर सकते हैं और करना चाहिए। कभी भी प्रार्थना करने से मत रूकिए!

अध्याय
9
मैं क्यों क्षमा करूँ?

15 अक्टूबर 1979 के रात्रि भोजन के समय सोलह वर्षीय ब्रूक्स डग्लस के परिवार के लिए वातावरण अधिक स्वाभाविक नहीं हो सकता था। जबकि उसकी माँ परिवार के लिए भोजन पका रही थी, उसके पिता जो एक बाप्टिस्ट पास्टर थे एक सन्देश तैयार करने में व्यस्त थे, जिसे उन्हें अगले रविवार को ओकार्क, ओक्लाहोमा स्थित पुतनाम सिटि बाप्टिस्ट चर्च में देना था। ब्रूक्स की छोटी बहन लेस्ली खाने की मेज़ सज़ा रही थी। वह एक सुन्दर बारह वर्षीय लड़की थी, और वह मिस टीन ओक्लाहोमा ताज से सुशोभित थी। इस युवा परिवार के लिए समय अच्छा था।

जब कुत्ते ने भोंकना प्रारंभ किया तब लेस्ली बाहर निकली जहाँ पर उसका सामना एक व्यक्ति से हुआ जिसने कहा कि वह किसी पड़ोसी की खोज में था जिसके विषय में पहले कभी नहीं सुना गया था। जब व्यक्ति ने फोन का उपयोग करने की अनुमति माँगी तब ब्रूक्स ने उसे भीतर आने दिया।

क्षणभर में एक अन्य व्यक्ति दरवाजे को धक्का देते हुए अन्दर आया और उसके हाथ में एक दो नाली बन्दूक थी। दोनों व्यक्तियों ने बलपूर्वक लेस्ली को छोड़कर पूरे परिवार को ज़मीन पर लेटने के लिए बाध्य किया। वे लेस्ली को लेकर दूसरे कमरे में गए जहाँ तीन घण्टे से अधिक समय तक उसके साथ

बलात्कार करते रहे। पूरा परिवार उसके करुण क्रन्दन को सुनने के अलावा और कुछ नहीं कर सकता था।

जब वे अपना कार्य कर चुके, तब वे रसोई घर गए और वहाँ पर उन्होंने भोजन किया जो अब भी चुल्हे पर था। अगले दो घण्टों तक उन्होंने अपने पीड़ितों को भयभीत रखा और तर्कवितर्क करते रहे कि उनके साथ अब क्या करना है। तब उन्होंने प्रत्येक को गोली मार दी। पास्टर और उनकी पत्नी मर गए जो क्रमशः तैंतालीस और उन्तालीस वर्ष के थे। हत्यारे तैंतालीस डॉलर और उस दंपत्ति के विवाह की अंगूठी को लेकर चलते बने।

बच्चों को गंभीर चोटे आई थीं और तीन हफ्तों तक वे पुलिस की सुरक्षा में अस्पताल में भर्ती रहे, परन्तु भावनात्मक चँगाई अभी कोसों दूर थी। ब्रूक्स के लिए वर्षों तक गोलीबारी की यह घटना उसके लिए अबूझ पहेली रही। उसने ओक्लाहोमा बाप्टिस्ट विश्वविद्यालय में नाम लिखवाया, परन्तु बहुत जल्दी पढ़ाई छोड़ दी। वह एक राज्य से दूसरे राज्य में घूमता रहा और छोटे मोटे काम करता रहा और अन्ततः शराबखोरी और अवसाद से जकड़ गया।

बाद में उसने सेवा के लिए अध्ययन करने हेतु डैलर विश्वविद्यालय की राह ली, परन्तु वह पियक्कड़ हो चुका था और कम अंक आने और अपने खराब व्यवहार के कारण बहुत जल्द निष्कासित कर दिया गया। अन्ततः, उसने महाविद्यालय का पाठ्यक्रम समाप्त किया और रियलेस्टेट का व्यवसाय करने लगा। उसने विवाह किया परन्तु उसका विवाह टूट गया।

आगामी वर्षों में इस इच्छा के साथ डग्लस ने शनैः–शनैः अपने जीवन का पुनःनिर्माण किया कि अपने माता–पिता के हत्यारों को न्याय के सामने खड़ा करेगा। अन्ततः, उसने कानून की उपाधि प्राप्त की और ओक्लाहोमा स्टेट सिनेट के लिए खड़ा हुआ जिसमें उसे विजय प्राप्त हुआ।

फरवरी 1995 में ओक्लाहोमा राज्य की दण्डात्मक भ्रमण के दौरान डग्लस का सामना ग्लेन ऐक से हुआ जो उसके माता–पिता के हत्यारों में से एक था। उसने कारागार के वार्डन से पूछा कि क्या वह कैदी से बात कर सकता है जिसे मृत्यु दण्ड सुनाया गया है। डग्लस के पास एक ही प्रश्न थाः *तुमने क्यों ऐसा किया?* दोनों व्यक्ति घण्टों बात करते रहे। ऐक पश्चाताप से भरा हुआ था और पूरी बातचीत के दौरान वह रोता रहा। जब वह जाने लगा तब डग्लस ने उससे कहा, "मैं तुम्हें क्षमा करता हूँ।" जब उसने यह शब्द कहे, "अचानक मैंने

महसूस किया कि मुझ पर नख से शिख तक ज़हर उण्डेल दिया गया है। यह सबसे सशक्त शारीरिक अनुभूति में से एक था जिसे मैंने कभी महसूस किया था, मानों किसी ने मेरे सीने पर से शिकन्जा हटा लिया हो। मैंने महसूस किया पन्द्रह वर्षों में पहली बार मैं साँस ले पा रहा हूँ।"

डग्लस ने लेखन कार्य जारी रखा और *हेवन्स रेन* नामक एक फिल्म का निर्माण किया जिसमें उस पर आई विपत्ति तथा क्रोध और उजाड़ से क्षमा की ओर उसकी यात्रा का वर्णय किया गया है। उसने कहा है कि उसके माता–पिता ने सावधानी पूर्वक उसे जिस विश्वास से पोषित किया था उसने उसकी सहायता की कि वह शान्ति का अहसास प्राप्त कर सकें।

ब्रूक्स डग्लस अपने जीवन को क्रोध, दर्द और अप्रसन्नता के बहाव में बहते हुए देख सकता था और कभी क्षमा की भावना उसमें ना आ पाती।

यदि हम कड़वाहट, अप्रसन्नता और क्षमा न करने के खतरे को समझते हैं, तो आशा है कि हम इससे बचने का हर संभव प्रयास करेंगे और यह हमारी सहायता करेगी कि हम क्षमा करने में तत्पर हों। हमें इन अप्रसन्नता की भावनाओं का सामना करने और उन्हें पीछे धकेलने की आवश्यकता है।

क्रोध की भावनायें बहुत सामर्थी हैं और उन्हें हमारे कार्यों को नियन्त्रित करने की आदत है। इसलिए जितना अधिक हम इस बात को समझते हैं कि हमें क्यों क्षमा करना चाहिए उतना ही अधिक हमें ऐसा करना है। पिछले कई वर्षों में मैंने बहुत से अच्छे कारण सीखें हैं कि क्यों हमें क्रोधित नहीं रहना चाहिए और क्षमा करने में तत्पर होना चाहिए।

परमेश्वर के प्रति आज्ञाकारिता

क्षमा करने के लिए पहली बात जो मुझे प्रेरित करती है, वह यह है कि परमेश्वर हमसे ऐसा करने को कहता है। मैं नहीं सोचता कि हमें सदा यह समझना है कि *क्यों* परमेश्वर चाहता है कि हम अमूक कार्य करें, परन्तु हमें उस कार्य के लिए उस भरोसा मात्र करना चाहिए। जब हम परमेश्वर की इच्छा में जीते हैं, तो हमारे जीवन अपनी इच्छा पर चलने की तुलना में कहीं अधिक श्रेष्ठ हो जाता है। मुझे निश्चय है, कि आपने ऐसे टी–शर्ट देखें होंगे जिस पर "जस्ट डू इट" लिखा रहता है और हमें परमेश्वर की इच्छा पर यही प्रतिक्रिया देनी चाहिए।

परमेश्वर के प्रति आज्ञाकारिता सर्वश्रेष्ठ बात है जिसका हम पीछा कर सकते हैं, क्योंकि यह हमेशा हमारे जीवनों में शान्ति, आनन्द और सामर्थ्य लाता है। यदि हम परमेश्वर की आज्ञा का पालन न करें, तो हमारे अन्दर अपराधबोध रहता है जो हमें सदा कमज़ोर करता है और आनन्द और शान्ति बाधित होती है। हो सकता है हम इस तथ्य को अनदेखा करें कि हम अनाज्ञाकारी हैं और हम इसके लिए बहाने बना सकते हैं, परन्तु इसके प्रभाव हमें अब भी परेशान करते हैं। एक शुद्ध विवेक से बढ़कर कुछ भी अच्छा नहीं है।

क्या आप इस समय किसी पर क्रोधित हैं? यदि ऐसी बात है, तो क्यों न आप परमेश्वर की आज्ञा का पालन करें और उस व्यक्ति को क्षमा करें ताकि आप अपने जीवन में शान्ति, आनन्द और सामर्थ्य के साथ आगे बढ़ सकें? ऐसा कहा गया है या कहा जाता है कि क्षमा न करना शैतान का वह हथियार है जिसका उपयोग वह लोगों के विरुद्ध किसी और बात से अधिक करता है। वह अलगाव पैदा करने और विभाजित करने, कमज़ोर करने और विनाश करने और परमेश्वर के साथ हमारी संगति में बाधा पहुँचाने के लिए इसका उपयोग करता है। ये बातें क्षमा न करने के मात्र कुछ उजाड़नेवाले प्रभाव ही हैं।

मैं मानती हूँ कि एक बार यदि आप क्षमा न कर पाने के विनाशकारी प्रभावों को अपने जीवन में देख लेंगे तो यह आपको प्रेरित करेगी कि आप इससे मुक्त जीवन व्यतीत करें। मैंने क्रोध और कड़वाहट में बहुत से वर्ष व्यतीत किये हैं; अब मेरी मनोवृत्ति यह हैः "मैं वहाँ थी, वैसा किया, और अब इसे करने में मुझे कोई रुचि नहीं है।" कल ही मैंने किसी से कहा है, कि मेरे पास किसी से क्रोध करने का समय नहीं है।

* * *

टेरे हाउटे, इन्डियाना में इवा कोर नामक एक रियल स्टेट दलाल रहती थी और छिहत्तर वर्ष की उम्र में भी वह आकर्षक थी। आप कभी यह नहीं जान पाएँगे कि बचपन में औचविट के ध्यान शिविर में उसने डॉक्टर जोसफ मिंगेल के हाथों अकल्पनीय यातना सही थी। सन् 1995 में एक मिशन के तहत वह शिविर में वापस आई और उसकी यह यात्रा यूरोप के तत्कालीन समाचार पत्रों की सुर्खियाँ बन गई। उसी स्थान पर उसने निम्नलिखित कथन को पढ़ा जहाँ पर उसने अपनी निष्कलंकता और परिवार को खोया थाः "मैं, इवा मोज़ेस कोर,

एक जुड़वा बच्चा जो एक बच्चे के रूप में पचास वर्ष पूर्व जोसफ मिंगेल के परीक्षणों के दौरान बच गई थी, आज यहाँ उन सभी नाजियों को क्षमादान देती हूँ जिन्होंने प्रत्यक्ष या अप्रत्यक्ष तौर पर मेरे परिवार और अन्य लाखों करोड़ों लोगों की हत्या में हाथ बटाया है।"

तब से लेकर श्रीमती कोर ने औसविट की अपने अनुभवों का वर्णन करते हुए संसारभर की यात्रा की है। उनका सन्देश हमेशा क्षमा करने की स्वस्थ करनेवाली सामर्थ्य पर केन्द्रित होती है। वह कहती है, "क्षमा करना आत्म उपचार से तनिक भी कम या अधिक नहीं है–आत्म सशक्तिकरण का कार्य। और मैंने तुरन्त ही महसूस किया कि मेरे कन्धों पर से दर्द का एक बोझ हट गया है–कि मैं अब औसविट की पीड़ित नहीं रही, अब मैं उस विपदापूर्ण भूतकाल की कैदी नहीं रही, कि मैं अन्ततः स्वतन्त्र हो गई।" "मैं क्षमा को आधुनिक आश्चर्यजनक दवा कहती हूँ। आपको स्वास्थ्य चिकित्सा अधिकारी (हेच्. एम्. ओ) होने की आवश्यकता नहीं है। भुगतान की भी आवश्यकता नहीं है; इसलिए हर कोई इसे वहन कर सकता है। इसके कोई हानिकारक प्रभाव भी नहीं होते हैं। और यदि आपको अपने भूतकाल के दर्द के बिना अच्छा नहीं लगता है, तो आप पुनः उस दर्द को अपने ऊपर लाद सकते हैं।" इवा कोर अपना समय या स्वास्थ्य व्यर्थ नहीं गँवा रही है। प्रगट है कि उसकी आश्चर्यजनक दवाई परमेश्वर द्वारा निर्देशित की गई है।

प्रमुख बात को प्रमुख ही रहने दो

आज्ञाकारी परमेश्वर के वचन का मुख्य विषय है और हमें इसे अपने जीवनों में प्रमुख बनाने की आवश्यकता है। आईये हम प्रतिदिन गंभीरता पूर्वक प्रार्थना करें, "जैसी तेरी मर्ज़ी आसमान में पूरी होती है, वैसी ही पृथ्वी पर भी हो।" हमारी आज्ञाकारिता का प्रारंभ हमारे विचारों में होना चाहिए क्योंकि वे विचार हमारे कार्य बनते हैं।

> इसलिये (यथासंभव) हम कल्पनाओं का, और हर एक ऊँची बात को, जो परमेश्वर की (सच्ची) पहिचान के विरोध में उठती है, खण्डन करते हैं; और हर एक भावना को कैद करके मसीह (अभिषिक्त) का आज्ञाकारी बना देते हैं।
>
> *2 कुरिन्थियों 10:5*

प्रेरित पौलुस हमसे निवेदन करता है कि अपने विचारों को अपना गुलाम बना लें। क्षमा न करना लोगों और परिस्थितियों पर हमारे विचारों से उत्पन्न होता है। मैंने पाया है कि यदि मैं किसी परिस्थिति में किसी व्यक्ति के विषय सर्वोत्तम पर विश्वास करूँ तो मैं प्रायः कड़वाहट और क्रोध की पीड़ा से बच सकता हूँ या कई बार हम कुछ गलतियों पर विचार ही न करने का चुनाव कर सकते हैं। एक बात निश्चित है, जितना अधिक हम उन गलतियों पर विचार करेंगे जिसे किसी ने हमारे प्रति किया है, उतना ही अधिक हम क्रोधित और कड़वाहट से भरपूर होंगे। इसलिए आईये हम अपने विचारों में परमेश्वर के प्रति आज्ञाकारिता रखना प्रारंभ करने का निर्णय लें।

बाइबल का एंप्लीफाइड अनुवाद बताता है कि क्षमा का अर्थ "भुला देना और जाने देना है।" इसका तरीका इस पर विचार करने या बात करने से इन्कार करना है। गलतियों को अपने मन और मुँह से निकाल दें और आपके घायल और झकझोर देनेवाली भावनायें शान्त हो जाएँगी।

वे उसे जाने देते हैं

बाइबल में के स्त्री और पुरुष जिन्होंने अपने भर परमेश्वर की सामर्थ्य का प्रदर्शन किया, हमेशा क्षमा करने में तत्पर होते थे। धर्मशास्त्र में वर्णित यूसुफ का जीवन सर्वश्रेष्ठ उदाहरणों में से एक है और प्रेरित पौलुस दूसरा उदाहरण है। इससे पूर्व मैंने यूसुफ की बात की थी, परन्तु उसकी कहानी इतनी सामर्थी और आश्चर्यजनक है कि उस पर पुनः एक दृष्टि डालना और उससे और सामर्थी उदाहरण प्राप्त करना अच्छा है।

यद्यपि, यूसुफ के भाइयों ने उससे घृणा किया था और उसके साथ क्रूरता पूर्वक व्यवहार किया था, फिर भी जब क्षमा करने की बात आई तो वह परमेश्वर के प्रति वह आज्ञाकारी बना रहा। वह जानता था कि बदला लेना उसका नहीं परन्तु परमेश्वर का काम है। उसने परमेश्वर पर भरोसा रखा कि वह बुरी परिस्थिति को भी भली में बदल सकता है और ठीक वैसा ही हुआ। यद्यपि, यूसुफ ने स्वयं को बहुत सी दुर्भाग्यपूर्ण और अनुचित स्थितियों में पाया, परन्तु उसने परमेश्वर की आशीषों का अनुभव किया। उस पर परमेश्वर का अनुग्रह बना रहा जैसा कि हममें से बहुतों के साथ है जो अपने जीवनों में परमेश्वर के प्रति आज्ञाकारिता को महत्वपूर्ण स्थान देते हैं। वह बहुत वर्षों तक दूसरों का

दास बना रहा और उस गलती के लिए तेरह साल बन्दीगृह में व्यतीत किया जिसे उसने किया ही नहीं था, फिर भी उसने कड़वाहट भरा व्यवहार रखने से इन्कार किया। क्रमशः, परमेश्वर ने उसे उस देश में अधिकार और आदर का पद दिया और अकाल के दौरान उसने अपने भूखे भाइयों से यह कहा जो सहायता पाने के लिए उसके पास आए थेः

> "इसलिये अब मत डरोः मैं तुम्हारा और तुम्हारे बाल–बच्चों का पालन पोषण करता रहूँगा!" इस प्रकार उसने उनको समझा बुझाकर (आनन्द, आशा, और सामर्थ्य देते हुए) शान्ति दी।
>
> *उत्पत्ति 50:21*

यदि हम क्षणभर रूककर उस पर विचार करें तो हमें यूसुफ की मनोवृत्ति पर आश्चर्य होगा और जब हमारे जीवन में किसी प्रकार के तुच्छ और अनुचित लोग आएँगे तब हम इसी प्रकार व्यवहार करने के लिए प्रेरित होंगे। जब किसी ने हमारे साथ बुरा व्यवहार किया है, तो हम क्यों उन्हें क्षमा करें और अच्छा बनें? क्योंकि परमेश्वर ने हमसे ऐसा करने के लिए कहा है! हममें से हर किसी को इसी निर्णय की आवश्यकता है।

यूसुफ के भाई आजीवन भय और पीड़ा में जीवन व्यतीत किए जबकि यूसुफ शान्ति, आनन्द और सामर्थ्य से परिपूर्ण था। इसलिए मैं आपसे पूछती हूँ कि पीड़ित कौन था और विजयी कौन था? प्रारंभ में ऐसा लग सकता है, कि यूसुफ पीड़ित था; आखिर उसके भाइयों ने उसे गुलामों के व्यापारियों के हाथों बेच दिया था। परन्तु वास्तव में, जब वह उस अजीब सी परिस्थिति से गुज़रा तो उसने आश्चर्यजनक विजय प्राप्त किया और पहले से अधिक अच्छा व्यक्ति बनकर उसमें से बाहर निकल आया। अन्ततः उसके भाई अपनी ही घृणा और जलन के पीड़ित बन गए। जब यूसुफ ने क्षमा करने का निर्णय लिया तब उसने स्वयं पर एक उपकार किया जो उसके शेष जीवन में उसके लिए लाभदायक रहा।

सुसमाचार प्रचार करने के द्वारा लोगों की सहायता करने का प्रयास करते हुए प्रेरित पौलुस ने बहुत से परीक्षाओं का सामना किया। उसने स्वयं को बन्दीगृह में और तब उन गलतियों के लिए मुकद्दमें का सामना करते हुए पाया जिसे उसने किया ही नहीं था। बाइबल हमें बताती है, कि प्रथम मुकद्दमें के

दौरान सभी लोगों ने उसे छोड़ दिया। कोई भी उसके साथ खड़ा नहीं रहा। यह निश्चय ही एकाकीपन का भयावह अनुभव रहा होगा और ऐसा अनुभव जो बड़ी आसानी से कड़वाहट उत्पन्न कर सकता था। अन्ततः, वह उन लोगों की सहायता करने का प्रयास करने के कारण मुकद्दमें का सामना कर रहा था जिन्होंने उसे अकेला छोड़ दिया था!

> मेरे पहले प्रतिवाद के समय किसी ने भी मेरा (अधिवक्ता के रूप में) साथ नहीं दिया, वरन् (यहाँ तक कि) सब ने मुझे छोड़ दिया था! भला हो कि इसका उनको लेखा देना न पड़े।
>
> परन्तु प्रभु मेरा सहायक रहा और मुझे सामर्थ्य दी, ताकि मेरे द्वारा पूरा पूरा (सुसमाचार) प्रचार हो और सब अन्यजाति सुन लें। मैं सिंह के मुँह से छुड़ाया गया।
>
> *2 तीमुथियुस 4:16,17*

मुझे इन दो पदों की व्याख्या करने और कुछेक बातें बताने दीजिए जिन्हें मैं देख रही हूँ। परमेश्वर पौलुस के साथ खड़ा रहा और उसे सामर्थ्य दिया, परन्तु यदि पौलुस क्षमा न करनेवाला और कड़वाहट से भरा हुआ होता, तो ऐसा नहीं हुआ होता। क्षमा न करनेवाली आत्मा हमें परमेश्वर से दूर रखती है। निश्चय ही, वह हमें कभी नहीं त्यागता है, परन्तु उजियाला अन्धियारे से मेल नहीं कर सकता है। इसलिए हम अपने जीवन में उसकी उपस्थिति के आनन्द को बाधित कर या रोक देते हैं। हालाँकि, पौलुस ने परमेश्वर की उपस्थिति का अनुभव किया था क्योंकि वह आज्ञाकारी था। परन्तु यह भी कहा गया है कि उसे सिंहों के जबड़ो से भी बचाया गया था और यह उन बुरे लोगों के द्वारा शैतान का कार्य था जिन्होंने पौलुस पर आरोप लगाए थे और उसकी हानि की बात सोचते थे।

किसी को क्षमा करने के प्रति तुरन्त आज्ञाकारिता दिखाना जिसने हमारे प्रति कुछ गलत किया है, हमें शैतान पर सामर्थ्य और अधिकार प्रदान करेगा। मुझे आपको स्मरण दिलाने दीजिए कि पौलुस ने अपनी एक शिक्षा में लोगों से क्षमा करने के लिए कहा ताकि शैतान हमारे जीवन से फायदा न उठा सकें (2 कुरिन्थियों 2:10–11)। क्या क्षमा न करने के कारण शैतान आपका या किसी परिचित का लाभ उठाता है? यदि हाँ, तो परमेश्वर के प्रति आज्ञाकारी होने

और उस व्यक्ति को क्षमा करने के द्वारा जिसके विरोध में आपके मन में कुछ है, आप तुरन्त इसे सुधार सकते हैं। प्रश्न करने का यही सही समय है, "क्या आपने दुर्भाव को जकड़ रखा है और दुर्भाव ने आपको?"

एक साथ यात्रा करनेवाले बारहों चेलों को वास्तविक या काल्पनिक अपराधों के लिए अक्सर एक दूसरे को क्षमा करना था। जब हम इस प्रकार के लोगों के साथ बहुत सा समय व्यतीत करते हैं, तो वे हमारी तंत्रिकाओं पर दबाव डाल सकते हैं और हम कल्पना करते हैं कि वे जान बूझकर ऐसे कार्य कर रहे हैं जिनसे हमें चिढ़ होती है। जबकि वास्तविकता यह है, कि वे ऐसे ही हैं और हम उनसे बहुत अधिक ही उम्मीद लगा बैठे हैं। मैं कल्पना कर सकती हूँ कि चेलों के लिए वह समय कितना कठिन रहा होगा जबकि वे तीन वर्षों तक साथ साथ रहे और शायद ही कभी एक दूसरे से अलग हुए। उनके व्यक्तित्व परस्पर विरोधी थे और उन्हें भी उसी प्रकार साथ रहना सीखने की आवश्यकता थी जैसा हम अपने अनुभवों में लोगों के साथ करते हैं।

पतरस ने तो प्रभु से यहाँ तक प्रश्न किया कि उसे एक ही व्यक्ति को एक ही बात के लिए कितनी बार क्षमा करना चाहिए (मत्ती 18:21)। यह हास्यास्पद तो है, परन्तु यदि आप क्षणभर के लिए अपनी कल्पना के घोड़े दौड़ाएँ और पतरस के बारे में सोचें जो उस क्रोधित बालक की तरह व्यवहार कर रहा है जिसे माता–पिता समझाते हैं कि अपने भाइयों के साथ कैसे रहना है। मैं अपनी कल्पना में पतरस को गुस्से से लाल–पीला होते हुए देख सकती हूँ मानों कह रहा हो, "तू क्या अपेक्षा करता है कि मैं कितनी बार उसे क्षमा करूँ? क्योंकि मैंने अभी अभी उसे क्षमा किया है!"

क्या यीशु का कोई शिष्य इस प्रकार सोच और कर सकता है? ये बारहों पुरुष हमसे भिन्न नहीं थे। वे सामान्य मनुष्य थे जो परमेश्वर की आज्ञापालन करना सीख रहे थे और हमारे ही समान परमेश्वर की इच्छा के प्रति उनकी भी समान मानसिक और भावनात्मक प्रतिक्रियाएँ थी। उन्होंने विद्रोह, कठोरता और किसी भी अन्य व्यक्ति के समान शारीरिक प्रतिरोध का अनुभव किया और उन पर विजय पाने के लिए उन्हें यीशु के साथ मिलकर कार्य करना था। यदि आप दूसरों को क्षमा करने के क्षेत्र में कठिनाई महसूस करते हैं तो निराश मत होईए। मैं किसी ऐसे व्यक्ति को नहीं जानती जिसे यह बात आसान लगती हो, परन्तु परमेश्वर की सहायता से हम यह कर सकते हैं।

लोगों से प्रेम करने की क्षमता

जब हम क्रोधित रहते हैं और क्षमा करने से इन्कार करते हैं, तो प्रेम करने की हमारी क्षमता बाधित होती है। लोगों से प्रेम करने के महत्व के विषय में मैंने पूरी दो पुस्तकें लिखी है, इसलिए प्रगट रूप से मैं यह सोचती हूँ कि यह ऐसी बात है जिस पर हमें बहुत अधिक ध्यान देने की आवश्यकता है। प्रेम संसार में सबसे बड़ी बात है; इसके बिना हमारे जीवन में कोई महक नहीं होगी। वे नीरस, फीका और स्वाद रहित होंगे और हम स्वार्थ के बन्दीगृह में कैद होंगे। निश्चय ही हमारे करने से पहले परमेश्वर यह जानता था इसलिए उसने हमें ऐसे भयावह जीवन से निकासी का रास्ता भी दिया है; वह मार्ग यीशु है।

> और वह इस निमित्त सब के लिये मरा कि जो जीवित हैं, वे आगे को अपने लिये न जीएँ परन्तु उसके लिये जो उनके लिये मरा और फिर जी उठा!
>
> *2 कुरिन्थियों 5:15*

मेरे लिए यह अद्‌भुत वचन है। यीशु मरा ताकि हम स्वार्थ के कैद से आज़ाद हो जाएँ। जब हम क्षमा न करने की भावना से भर जाते हैं तब हम स्वार्थ से भर जाते हैं। हम यह सोच रहे होते हैं कि हमारे साथ क्या व्यवहार हुआ है, परन्तु क्या होता यदि हम यह सोचते कि जिस व्यक्ति ने हमें चोट पहुँचाई है वह परमेश्वर की आज्ञा का पालन न करने और हमारे साथ दुर्व्यवहार करने के द्वारा स्वयं की कितनी अधिक हानि कर रहा/रही है? दूसरों के विषय में हमेशा बड़ा लाभांश देता है और हमें स्वार्थ से मुक्त करता है। यीशु इसलिए मरा ताकि हम क्रोधित, कड़वा जीवन व्यतीत न करें और यही सुसमाचार है!

यह बात स्वीकार करना कठिन हो सकता है, परन्तु क्षमा न करने का मूल कारण स्वार्थ होता है क्योंकि यह पूरी तरह मेरी भावनाओं पर और मेरे साथ जो कुछ किया गया है उस पर निर्भर होता है। हो सकता है कि हमें चोट पहुँची हो और हमारे साथ अन्यायपूर्ण व्यवहार हुआ हो, परन्तु अपनी खेल में घुस जाने और स्वयं के ही बारे में सोचते रहने से हमें दर्द से उभरने में कोई सहायता प्राप्त नहीं होगी। जब परमेश्वर हमसे तुरन्त शत्रुओं को क्षमा करने और उनपर करुणा दर्शाने के लिए कहता है, तो यह संसार की सबसे अनुचित बात लग सकती है, परन्तु वास्तव में वह जानता है कि अपने दुःख से पीछा

छुड़ाने और उस जीवन में प्रवेश करने के लिए यह सबसे श्रेष्ठ मार्ग है जो हमारा इन्तज़ार कर रहा है।

मैंने पाया है कि मैं एक ही समय पर स्वार्थी और प्रसन्न नहीं रह सकती हूँ और मैं प्रसन्न रहने का चुनाव करती हूँ, इसलिए मुझे स्वयं को भूलना और दूसरों को सिखाते रहना है।

बाइबल हमें सिखाती है कि प्रेम को पहन लें (कुलुस्सियों 3:14)। वास्तव में, यह कहता है, "इन सब के ऊपर प्रेम को जो सिद्धता का कटिबन्ध है बान्ध लो।" इस पद का अर्थ यही है कि प्रेम एक ऐसी बात है जिसके लिए हम तैयार होते हैं और जान बूझकर करते हैं। मैं आपको प्रोत्साहित करती हूँ कि आप प्रतिदिन किसी न किसी को क्षमा करने की योजना बनाएँ जो आपको दुःख पहुँचा सकते हैं। इसके होने और तत्पश्चात् उससे उत्पन्न भावनाओं से जूझने तक इन्तज़ार मत कीजिए, परन्तु इसके बजाय पहले से अपना मन बना लें और प्रेममय जीवन व्यतीत करने का दृढ़ निश्चय कर लें।

* * *

उन्नीस वर्ष की उम्र में मैगी ने जेम्स से विवाह किया। हमेशा से उसके जीवन का लक्ष्य यह रहा था कि विवाह करे और परिवार बनाए। एक गृह निर्माता बनने के लिए उसने जन्म लिया था और इसके प्रारंभ के लिए इन्तज़ार नहीं कर सकती थी। अपने परिवार में उसे बहुत अधिक प्यार मिला था परन्तु जेम्स इससे वंचित था और दुःखद बात थी कि उसे नहीं मालूम था कि कैसे प्रेम देते हैं। मैगी सचमुच में प्रेम से वंचित थी और उसे प्रेम के बाह्य प्रगटीकरण की आवश्यकता थी। यद्यपि, जेम्स मैगी से सच्चा प्रेम करते थे, परन्तु जब तक यौन संबन्ध की आवश्यकता नहीं होती वह उसे गले नहीं लगाते थे न चूमते थे। घरेलू कामकाज़ में वह किसी प्रकार सहायता नहीं करते थे, न ही बच्चों के लिए कुछ करते थे, क्योंकि उसने कभी भी अपने पिता को ऐसा करते हुए नहीं देखा था। जेम्स की माँ उसके पिता के हाथ पैर दबाते जबकि वे कूर्सी पर बैठे होते; इसलिए जेम्स ने मैगी से भी ऐसी ही अपेक्षायें रखी।

चूँकि मैगी एक अच्छी पत्नी बनने के लिए बहुत अधिक उत्सुक थी, इसलिए उसने जेम्स के लिए उसकी अपेक्षा के अनुरूप से सारे कार्य किए जिसकी माँग

जेम्स करते थे। विवाह के पच्चीस वर्षों और चार बच्चों के होने के पश्चात् मैगी यह सोचकर बहुत व्यथित हुई कि उसने अपने परिवार कितना कुछ दिया है, परन्तु बदले में उसे बहुत कम मिला था। उसने शायद ही कभी जेम्स से प्रोत्साहन या प्रशंसा के बोल सुने थे और यद्यपि कई बार उसने जेम्स से इस विषय पर चर्चा की, परन्तु वह बदलने में अनिच्छुक या अयोग्य दिखाई पड़ते थे। उसने सोचा कि वह भावनाओं में बह रही है और उससे ऐसा कहा भी!

गुज़रते समय के साथ साथ मैगी क्रोधित होती गई। वह क्रोधित थी और उसके और जेम्स के मध्य अलगाव की दीवार उठने लगी। वह पूरी तरह कड़वाहट, अप्रसन्नता और अक्षमा से भर गई और समय के साथ साथ अप्रसन्न होती गई। अन्ततः वह अपने हृदय में एक दुविधाजनक स्थिति में पहुँच गई जहाँ उसने यह जाना कि उसे या तो जेम्स को परमेश्वर के हाथों में दे देना है और उसके लिए प्रार्थना करना है या दुःखी बने रहना है। उसने यह समझना भी प्रारंभ किया कि न केवल उसने जेम्स को अपने फायदा उठाने दिया था, बल्कि उसने बच्चों के साथ भी यही किया था। उसने उनके लिए बहुत कुछ किया था और सोचती थी कि एक अच्छी माँ बनेगी। परन्तु वास्तव में उसने जो कुछ किया था उसने उन्हें आलसी और प्रशंसनीय बना दिया था।

वह जान गई थी कि बदलाव लाना ही होगा इसलिए उसने स्वयं पर खेद जताते रहने के बजाय स्वयं की उचित देखभाल करना प्रारंभकिया। उसने अपने परिवार की अच्छी देखरेख करना जारी रखा, परन्तु उसने उनके लिए ऐसे कार्य करना बन्द कर दिया जो वे स्वयं कर सकते थे या उन्हें करना चाहिए था। वास्तव में वह अपने बच्चों के साथ बैठी और उन्हें बताया कि वह असन्तुलित थी और अब सबकुछ बदलनेवाला है। उसने उन्हें बताया कि उसकी अपेक्षायें क्या है और यदि वे अपना कार्य नहीं करेंगे तो परिणाम क्या होगा।

मैगी ने कुछ ऐसे कार्य करना प्रारंभकिया जिन्हें उसे आनन्द प्राप्त होता था। जब जेम्स या उसका परिवार शिकायत करते तो वह शान्तभाव से और प्रेमपूर्वक कहती, "मेरे लिए एक ऐसा जीवन व्यतीत करना उचित है जिसमें मुझे आनन्द आता है," और उसने वही कार्य किया जिसके विषय में वह सोचती थी कि परमेश्वर ने उसे अनुमति दिया है। इस प्रकार के कदम उठाने से उसे सहायता मिली कि वह अपनी कड़वाहट पर विजय प्राप्त कर सके। वह अब भी चाहती थी कि जेम्स अधिक प्यार दर्शाए परन्तु जानती थी कि केवल परमेश्वर

ही उसमें कार्य कर सकता था जिसकी उसे अपेक्षा थी। जेम्स एक अच्छा प्रबन्धकर्ता था और बहुत सी बातों में एक अच्छे पति भी थे, इसलिए उसने उनकी कमियों के बजाय उनकी अच्छाइयों पर ध्यान केन्द्रित करना प्रारंभ किया।

जब वह चाहती कि जेम्स घर में या बच्चों के साथ कुछ करे तब वह क्रोधित होने के बजाय उनसे ऐसी माँग करती, क्योंकि बिना कहे वह कोई कार्य नहीं करते थे। स्त्रियाँ चाहती हैं कि पुरुष इस बात पर ध्यान दें कि क्या करने की आवश्यकता है और उसे करने का प्रस्ताव रखें, परन्तु उनमें से अधिकांश तो यह घोषणा कर देते हैं कि वे मन को नहीं पढ़ सकते हैं और कहते हैं, "यदि तुम्हें कुछ काम करवाना है, तो बोलती क्यों नहीं हो?"

इन परिवर्तनों ने मैगी की बहुत अधिक सहायता की। हर समय स्वयं के विषय में ही सोचते रहने और जेम्स किस प्रकार उसकी अपेक्षाओं को पूरा नहीं कर रहा है इन सब पर सोचते रहने के बजाय उसने उनके लिए प्रार्थना किया और यह सोचना प्रारंभ किया कि उनकी परवरीश के समय उनके पास एक अच्छा आदर्श नहीं था। उसकी कहानी अब भी प्रक्रियाधीन है, परन्तु अब वह पहले से कहीं अधिक प्रसन्न है और पिछले कुछ महीनों में जेम्स ने अनेक बार उसकी प्रशंसा की है। ऐसा प्रगट होता है कि वे तरक्की कर रहे हैं और सह इस बात का प्रमाण है कि परमेश्वर की रीति से कार्य होता है।

विश्वास बाधित हुआ

इससे पहले कि मैगी जेम्स के लिए उचित रूप से प्रार्थना करे, उसे क्षमा न करने का त्याग करना था। एक ऐसे हृदय के साथ हमारा विश्वास कार्य नहीं करता है जिसमें अक्षमा भरा हुआ है। मुझे आश्चर्य होता है कि कितने लाखों करोड़ों लोग दूसरों के परिवर्तन के लिए प्रार्थना करते हैं, परन्तु उनकी प्रार्थनायें अनुत्तरित रह जाती है, क्योंकि वे अपने हृदय में क्रोध रखते हुए प्रार्थना करने का प्रयास करते हैं।

> और जब कभी तुम खड़े हुए प्रार्थना करते हो तो यदि तुम्हारे मन में किसी के प्रति कुछ विरोध हो, तो क्षमा करो (छोड़ दो, जाने दो): इसलिये कि तुम्हारा स्वर्गीय पिता भी तुम्हारे (अपने) अपराध क्षमा करे।

और यदि तुम क्षमा न करो तो तुम्हारा पिता भी जो स्वर्ग में है, तुम्हारा अपराध क्षमा न करेगा।

मरकुस 11:25—26

विश्वास कार्य करता है और इसे प्रेम के द्वारा ऊर्जा प्राप्त होती है (गलातियों 5:6)। विश्वास में से अपने आपमें कोई ऊर्जा नहीं निकलती है। यदि प्रेम न हो तो विश्वास में कोई शक्ति नहीं होती है। ओह्! काश, कि लोग इस बात पर विश्वास करते और अपनी कड़वाहट को करुणा और क्षमा से बदल डालते। आईये, सीखें कि जब लोग गलत करते हैं तो वे हमें चोट पहुँचाने से कहीं अधिक स्वयं को चोट पहुँचाते हैं। काश, कि यह सच्चाई हमारे हृदयों में लोगों के प्रति दया और धीरज भर दे।

निम्नलिखित भाग में क्षमा न करने के उजाड़नेवाले प्रभाव दिए गए हैं:

जब हम क्षमा करने से इन्कार करते हैं तब हम परमेश्वर के वचन के अनाज्ञाकारी होते हैं।

हम अपने जीवन में सभी प्रकार की परेशानियाँ लाने के लिए शैतान को द्वार खोलकर देते हैं।

हम दूसरों के प्रति प्रेम के बहाव को बाधित करते हैं।

हमारा विश्वास रूक जाता है और हमारी प्रार्थनायें बाधित होती हैं।

हम पीड़ा में होते हैं और अपना आनन्द खो देते हैं।

हमारे स्वभाव विषैला हो जाता है और मुलाकात होनेवाले हर व्यक्ति में हम यह ज़हर उण्डेल देते हैं।

अपनी कड़ी भावनाओं में बने रहने के लिए जो मूल्य हम चुकाते हैं वह निश्चय ही इसका हकदार नहीं है। क्षमा न करना विनाशकारी प्रभाव डालता है, इसलिए स्वयं पर एक उपकार कीजिए....क्षमा कीजिए!

अध्याय

10

मैं क्षमा करना चाहता हूँ, परन्तु मैं नहीं जानता कि किस प्रकार करूँ

एक व्यक्ति से यह कहना आसान है कि जो उसे चोट पहुँचाता है उसे वह क्षमा कर दे, परन्तु उस स्थिति में क्या करें जब वह नहीं जानता है कि किस प्रकार क्षमा करना है? मेरे पास इसी प्रकार के लोग बार बार आते थे और मुझसे कहते थे कि मैं उनके लिए प्रार्थना करूँ ताकि वे अपने शत्रुओं को क्षमा कर सकें। वे सच्चे थे, परन्तु असफल थे। मैंने एक ऐसी प्रतिक्रिया का निर्माण किया है जिसके विषय में मैं मानती हूँ कि हमें इस पर चलने की आवश्यकता है, ताकि हम उन लोगों पर क्षमा करने में विजय प्राप्त कर सकें जिन्होंने हमें चोट पहुँचाई है।

प्रार्थना करना अनिवार्य है, परन्तु हमें क्षमा करने के लिए प्रार्थना करने से बढ़कर कार्य करना चाहिए। जब हम प्रार्थना करते हैं तब परमेश्वर सदा अपना कार्य करता है, परन्तु प्रायः हम अपना कार्य करने से चूक जाते हैं; तब हम भ्रम में पड़ जाते हैं कि हमारी प्रार्थनायें क्यों अनुत्तरित रह जाती है। उदाहरण के लिए, एक व्यक्ति जिसे नौकरी की आवश्यकता है वह परमेश्वर से नौकरी के

लिए प्रार्थना कर सकता है, परन्तु उसे अब भी बाहर निकलकर नौकरी के लिए आवेदन देने की आवश्यकता है। क्षमा के विषय में भी यही सिद्धान्त लागू होता है।

अभिलाषा

अपने शत्रुओं को क्षमा करने का पहला कदम ऐसा करने की दृढ़ अभिलाषा होना चाहिए। अभिलाषा हमें प्रेरित करती है कि हम आगे बढ़ें और हम अपने लक्ष्य तक पहुँचने के लिए हर आवश्यक कार्य करें। एक व्यक्ति जिसे पचास पाउण्ड वज़न कम करने की आवश्यकता है वह तब तक सफल नहीं हो सकता है जब तक उसकी अभिलाषा बहुत दृढ़ न हों। क्यों? क्योंकि उसे भूख लगने पर आगे बढ़ते रहने या लगातार उच्च कैलरीवाले भोजन से परहेज़ करने की आवश्यकता है, जबकि अन्य लोगों को वह उसी भोजन को ग्रहण करते हुए देखता है। मेरे एक मित्र हैं जिसने हाल ही में साठ पाउण्ड कम किया है। ऐसा करने में उसे साल भर कठोर अनुशासन में रहना पड़ा था और यहाँ तक कि उसे अब भी उसी अनुशासन में रहने की आवश्यकता है, ताकि पुरानी आदतें उस पर हावी न हो जाएँ। कौन सी बात उसे प्रेरित करती है? जितना वह दिन भर खाती है उससे अधिक उसे खाने की इच्छा होती है, परन्तु स्वस्थ रहने और अपने वज़न को बनाए रखने की उसकी अभिलाषा अधिक खाने की उसकी अभिलाषा से बढ़कर है।

मैं जानती हूँ कि हम इसका सामना करना नहीं चाहते हैं, परन्तु वास्तव में यदि हमारी अभिलाषा बहुत ज़ोर मारती है, तो हम सब ऐसे कार्य करते हैं जो हम करना नहीं चाहते हैं। अक्सर "मैं नहीं कर सकता" का अर्थ "मैं नहीं करना चाहता" होता है। हममें से कोई भी अपने जीवन की समस्याओं का उत्तरदायित्व लेने से प्रसन्नता महसूस नहीं करते हैं। हम बहानों और दोषारोपण करने को वरीयता देते हैं परन्तु उनमें से कोई भी हमें स्वतन्त्र नहीं करेगा।

जब लोग सेवानिवृत्ति की आयु में पहुँचते हैं और आर्थिक सुरक्षा पाने के लिए उन्होंने आजीवन पर्याप्त बचत किया है, तो ऐसा केवल इसलिए संभव हो पाया है क्योंकि उन्होंने अपने आपको पर्याप्त रूप से अनुशासित रखने की इच्छा की थी। भविष्य के लिए धन बचाने हेतु उन्हें कई बार दृढ़ता पूर्वक कई चीज़ों को "न" कहना पड़ा था जो वे खरीदना चाहते थे।

दृढ़ अभिलाषा हमारे जीवन के प्रत्येक क्षेत्र में परिणाम लाता है और कड़वाहट, अप्रसन्नता और अक्षमा से मुक्त जीवन व्यतीत करना अपवाद नहीं होता है। यदि आपमें कोई अभिलाषा नहीं है तो परमेश्वर से प्रार्थना करना प्रारंभ कीजिए कि वह आपमें अभिलाषा दे क्योंकि सारी सफलता का आधार यही है।

जब तक मैंने परमेश्वर के वचन का अध्ययन करना प्रारंभ नहीं किया तब तक मुझमें अपने प्रति हुए दुर्व्यवहार के लिए अपने पिता को क्षमा करने की इच्छा नहीं थी। परन्तु जब मैंने वचन का अध्ययन किया तब मैंने क्षमा के महत्व जाना जो श्रेष्ठ है और यह भी देखा कि ऐसा करना मेरे लिए परमेश्वर की इच्छा थी। मैंने इस बात को जाना कि परमेश्वर ने मुझे कितना अधिक क्षमा किया था और जो कुछ वह मुझसे करना चाह रहा था वह उसके उस कार्य से कुछ भी भिन्न नहीं था जो उसने मेरे लिए किया था। परमेश्वर के वचन में उपलब्ध सामर्थ्य ने मुझमें ऐसी अभिलाषा जागृत की कि मैं इस क्षेत्र में आज्ञाकारी होऊँ और मैं विश्वास करती हूँ आपके लिए भी यह इसी प्रकार होगा। यदि आपके मन में अपने शत्रुओं को क्षमा करने की कोई इच्छा न हो, तो उस हर वर्णन को पढ़िए जो इस विषय में परमेश्वर का वचन करता है और मैं विश्वास करती हूँ कि आपके हृदय में परिवर्तन होगा। आप क्षमा करना चाहेंगे और एक बात जब आपमें यह अभिलाषा जागृत हो जाए तो प्रक्रिया प्रारंभ हो सकती है।

निर्णय कीजिए

क्षमा करने की अभिलाषा उत्पन्न होने के पश्चात् आपको ऐसा करने का निर्णय लेना चाहिए। निर्णय भावनात्मक नहीं होना चाहिए परन्तु यह ऐसा होना चाहिए जिसे सामान्य रूप से "गुणात्मक निर्णय" कहा जाता। इस प्रकार का निर्णय भावनाओं के साथ परिवर्तित नहीं होता है। यह एक दृढ़ निर्णय होता है जो क्षमा को जीवनशैली बनाने के लिए कृत संकल्प लेता है। यह निर्णय अनिवार्य रूप से आपकी भावनाओं के साथ बदलता नहीं है और इसका यह तात्पर्य नहीं है कि आप कभी भी लोगों को क्षमा करने की विचारधारा पर संघर्ष नहीं करेंगे। कुछ लोगों को बार बार क्षमा करने की आवश्यकता हो सकती है और निश्चय ही यह आसान कार्य नहीं होता है। यह कुछ ऐसी बात है जिसे अपनी भावनाओं को परे रखकर करना चाहिए।

मेरे पिता अपनी सारी कृत्रिमता के साथ एक कठोर व्यक्ति थे और दुःख की बात यह है कि मैं भी बहुत कुछ उनके समान बन गई थी। वह संसारभर में अन्तिम व्यक्ति थे जिनके समान मैं बनना चाहती थी, परन्तु कुछ बातों में मैं उनके समान ही थी। अक्सर मेरे कार्य और बात करने का तरीका कठोर होता था और मैं जानती हूँ कि पिछले कई वर्षों के अन्तराल में डेव को मुझे बार बार क्षमा करना पड़ता था, जबकि परमेश्वर मुझमें कार्य कर रहा था और मेरे कठोर और टूटे हुए हृदय को मुलायम कर रहा था। मेरी चँगाई में समय लगा और डेव को धैर्य रखना था, परन्तु धन्यवाद हो कि उसके लिए उन्हें स्वयं पर निर्भर नहीं रहना था। परमेश्वर ने उन्हें धैर्य दिया कि वे मेरी कमज़ोरियों को सह सकें और आपके जीवन में भी ऐसे लोगों के साथ व्यवहार करने के लिए परमेश्वर आपको अनुग्रह प्रदान करेगा।

कभी कभी मुझे अपने जीवन में अब ऐसे लोगों के साथ व्यवहार करना पड़ता है जो उसी प्रकार व्यवहार करते हैं जैसा मैं कभी किया करती थी और मुझे अपने आपको स्मरण दिलाना पड़ता है कि मैं उनके साथ वही कार्य करूँ जो उन दिनों डेव मेरे प्रति किया करते थे। यह आसान नहीं होता है और अक्सर यह मुझे अच्छा नहीं लगता, परन्तु मैंने एक गुणात्मक निर्णय लिया है कि परमेश्वर की आज्ञा का पालन करूँगी और कड़वाहट और क्रोध से भरपूर जीवन व्यतीत नहीं करूँगी। क्षमा करना परमेश्वर के सुन्दरतम वरदानों में से एक है जो परमेश्वर हमें देता है और जब हम इसे दूसरों को देने के इच्छुक होते हैं तो यह हमारे जीवनों में सुन्दरता, शान्ति, आनन्द और सामर्थ्य की वृद्धि करता है।

अपने वचन में परमेश्वर हमें जीने के सही मार्गों के विषय में निर्देश देता है, परन्तु वह कभी भी अपने कहे अनुसार जीने के लिए हमें बाध्य नहीं करता है। विकल्प वह हम पर छोड़ देता है। मेरे जीवन में कई ऐसे समय आए हैं जब कि मैं सच में चाहती थी कि जिनसे मैं प्यार करती हूँ वे सही कार्य करें, लेकिन तब मुझे स्मरण आता कि परमेश्वर ने सभी को चुनाव करने की स्वतन्त्र दी है और वह चाहता है कि हम सही चुनाव करें ताकि हम उस जीवन का आनन्द उठा सकें जिसे देने के लिए यीशु ने मृत्यु सही।

किसी भी समय जब हम परमेश्वर की आज्ञा का पालन करते हैं तो हम स्वयं पर उपकार करते हैं, क्योंकि जो कुछ वह हमें करने के लिए कहता है वह

हमारे ही लाभ के लिए होता है। जब परमेश्वर जो कुछ मुझसे करने के लिए कहता है वह कठिन प्रतीत होता है, तब मैं स्वयं को यही बात स्मरण दिलाती हूँ। हममें से प्रत्येक को अपना चुनाव करना चाहिए; हमारे लिए कोई और यह नहीं कर सकता है। मैं दृढ़ता पूर्वक आपसे निवेदन करती हूँ कि क्षमा करने का गुणात्मक निर्णय लें। एक बार जब आप यह कर लें तब आप क्षमा के अगले कदम की ओर बढ़ने हेतु तैयार होंगे।

निर्भर रहिए

दूसरों को क्षमा करने की प्रक्रिया में अगला कदम पवित्र आत्मा पर आश्रित होना है ताकि आप उस गुणात्मक निर्णय पर अमल कर सकें जो अभी अभी आपने लिया है। केवल निर्णय लेना काफी नहीं है, यह अच्छी बात है परन्तु फिर भी यह पर्याप्त नहीं है क्योंकि केवल इच्छाशक्ति से कुछ नहीं होता है। हमें परमेश्वर की आत्मा से ईश्वरीय सामर्थ्य की आवश्यकता होती है जो हममें रहता है और हमेशा परमेश्वर की इच्छा पूरी करने में हमारी सहायता करने के लिए उपलब्ध रहता है।

परमेश्वर के राज्य में आत्मनिर्भरता एक आकर्षक विशेषता नहीं है और यह ऐसी कोई बात भी नहीं है जो प्रभावी है। हम बढ़ने और आत्मनिर्भर होने के लिए अपने बच्चों को प्रोत्साहित करते हैं, परन्तु जितना अधिक हम परमेश्वर में बढ़ते हैं या हम आत्मिक रूप से जितना परिपक्व होते हैं उतना ही हमें उस पर निर्भर होना है। परमेश्वर के साथ अपनी चाल में यदि हम इस बिन्दु से चूक जाएँ तो वह हमेशा निराश होगा। परमेश्वर कभी भी उन कार्यों को आशीष नहीं देता है जिन्हें बाइबल "शरीर के काम" कहता है, अर्थात् वे कार्य जो मनुष्य परमेश्वर से विलग होकर करने का प्रयास करता है। भले ही हम परमेश्वर की इच्छा पूरी करने का कठिन प्रयास करते हैं परन्तु अब भी हमें सफ़ल होने के लिए उस पर निर्भर होना चाहिए। बाइबल हमें प्रोत्साहित करती है कि हम उसी को स्मरण करके सारे कार्य करें (नीतिवचन 3:6)। इसका तात्पर्य यह है कि हमें अपने सभी गतिविधियों में उसे निमन्त्रित करना चाहिए और उससे कहना चाहिए कि हम जानते हैं कि उसकी सहायता के बिना हम अपने किसी भी कार्य में सफ़ल नहीं होंगे।

चूँकि हम मनुष्यों की आत्मनिर्भर रहने की आदत होती है और अपने आप कार्य करना पसन्द करते हैं। इसलिए निर्भर होने की यह आदत हमेशा आसान प्रतीत नहीं होता है।

बाइबल जकर्याह 4:6 हमें में यह कहती है कि न तो बल से न शक्ति से हम अपनी लड़ाई जीतते हैं, परन्तु परमेश्वर की आत्मा के द्वारा। परमेश्वर हमें अनुग्रह देता है जो उन कार्यों को करने के लिए उसकी सामर्थ्य होती है जिन्हें हमें करने की आवश्यकता होती है।

> मैं दाखलता हूँ : तुम डालियाँ हो; जो मुझ में बना रहता है और मैं उसमें, वह बहुत (बहुतायत का) फल फलता है, क्योंकि मुझ से अलग (संगति से दूर) होकर तुम कुछ भी नहीं कर सकते।
>
> *यूहन्ना 15:5*

मैं विश्वास करती हूँ कि यूहन्ना 15:5 बाइबल का एक केन्द्रीय पद है। इस एक पद को समझने में बहुत सारी बातें शामिल हैं, जो हमें बताती हैं कि भले ही परमेश्वर मुझे कुछ कार्य करने के लिए बुलाता या आज्ञा देता है, फिर भी यदि मैं उस पर निर्भर न रहूँ तो वह कार्य नहीं कर सकता हूँ। वह चाहता है कि हम अच्छा फल लाएँ, अच्छी कार्य करें परन्तु जब तक हम पूरी रीति से उस पर आश्रित न हों तब तक हम यह नहीं कर सकते हैं। जो लोग हमें दुःख देते हैं उन्हें क्षमा करने में तत्परता दिखाना एक अच्छा फल है और यह परमेश्वर को प्रसन्न करता है, परन्तु हम तब तक ऐसा नहीं कर सकते हैं, जब तक हम परमेश्वर की सहायता और सामर्थ्य न माँगे।

क्या आप केवल इसलिए चिड़चिड़ हैं क्योंकि आप ऐसे कार्य करने का प्रयास कर रहे हैं जो संभव नहीं हो पा रहा है और फिर भी आप विश्वास करते हैं कि वे ईश्वरीय बातें हैं जिन्हें आपको अवश्य ही करना चाहिए? हो सकता है आपकी समस्या स्वयं पर आश्रित रहने और आत्मनिर्भर होने की मनोवृत्ति हो। हम क्यों बिना किसी सहायता के स्वयं कार्य करना चाहते हैं? केवल इसलिए कि हम श्रेय लेना चाहते हैं और अपनी सफलता पर गर्व करना चाहते हैं, परन्तु परमेश्वर चाहता है कि अपने सभी विजय के लिए हम उसकी स्तुति करें और उसे धन्यवाद दें कि उसने हमें अपने उपयोग का पात्र बनाया है।

संभव है, कि मैं सही कार्य करना चाहती हूँ, लेकिन बार बार उसमें असफल हो जाती हूँ। बाइबल कहती है, कि हमारी आत्मा तो तैयार है, परन्तु शरीर दुर्बल है (मत्ती 26:41)। यह सीखना हमारे लिए महत्वपूर्ण है। यह हमारी सहायता करेगा कि प्रत्येक कार्य के प्रारंभ में परमेश्वर से प्रार्थना करें और उसकी सहायता माँगे। यह हमारी सहायता करेगा कि हम व्यर्थ परिश्रम और निराशाजनक पराजय से बचें। हमारे कार्यालय में हमने अक्षरशः हज़ारों टेलीविज़न कार्यक्रमों को रिकॉर्ड किया है, फिर भी हम बिना परमेश्वर से सहायता माँगे कोई भी कार्यक्रम प्रारंभ नहीं करते हैं। मुझे यह सीखने में वर्षों लग गए कि शरीर के काम लाभदायक नहीं होते; केवल परमेश्वर पर आश्रित रहना ही लाभदायक होता है।

मुझे आराधना में जाना और किसी विषय पर एक सामर्थी सन्देश सुनना और अपनी आत्मा में बदलने की आवश्यकता के विषय में कायल होना अच्छी तरह याद है। तब मैं घर जाती और बदलने का प्रयास करती और हर बार पराजित हो जाती। यह मुझे तब तक भ्रम में डाले रही जब तक मैंने अन्ततः यह नहीं समझा कि मैं परमेश्वर को अपने जीवन की योजनाओं के बाहर रख रही थी। मैंने कल्पना किया था कि चूँकि जो कुछ मैं करने का प्रयास कर रही थी वह उसकी इच्छा थी, इसलिए मैं सफल होऊँगी, परन्तु मुझे यह सीखना था कि यदि मैं इसमें सफल होने के लिए उस पर भरोसा न रखूँ और इसके सफल होने पर उसे महिमा न दूँ, तो मेरे जीवन में कुछ भी सफलता नहीं थी।

मैं मानती हूँ कि बहुत से लोग जो सच में परमेश्वर से प्यार करते हैं वे अधिकांश समय "अच्छा मसीही" बनने का प्रयास करते हुए निराश हो जाते हैं, क्योंकि वे इस सच्चाई को नहीं समझ पाते हैं। मैं अच्छा बनने परन्तु इस हेतु परमेश्वर पर आसरा रखने में पूरी रीति से पराजित होने के द्वारा कई वर्ष व्यर्थ गँवा दिए थे। बाइबल ऐसे पदों से भरा हुआ है जिनमें परमेश्वर पर आश्रित होने के महत्व और ऐसे लोगों के उदाहरण दिए गए हैं जिन्होंने परमेश्वर पर भरोसा नहीं रखने के कारण पराजित हो गए और भरोसा रखने के कारण सफल भी हुए।

यशायाह ने लोगों से कहा कि वे ऐसे मनुष्य से परे रहें जिसकी श्वास उसके नथनों में है, क्योंकि उसका मूल्य है ही क्या (यशायाह 2:22)। परमेश्वर चाहता था कि लोग उस पर भरोसा रखें ताकि वह उस पर विजय दे सके।

प्रवक्ता यशायाह के द्वारा कहा गया परमेश्वर का वचन मात्र यह था कि मनुष्य पर क्यों भरोसा रखें जो कमज़ोर है, जबकि आप इसके बजाय परमेश्वर पर भरोसा रख सकते हैं?

अपने लोगों के लिए प्रवक्ता यिर्मयाह के पास भी ऐसा ही एक सन्देश था जिनकी वह सेवा किया करता था, उसने कहा कि "श्रापित है वह पुरुष जो मनुष्य पर भरोसा रखता है और सहारा लेता है, जिसका मन यहोवा से भटक जाता है। परन्तु हम धन्य होते हैं जब हम यहोवा पर भरोसा रखते हैं और उसे अपना आधार मानते हैं और उसमें अपनी आशा रखते हैं" (यिर्मयाह 17:5,7)।

प्रेरित पौलुस ने गलतियों को लिखते हुए उनसे कहा, "क्या तुम ऐसे निबुर्द्धि हो, कि आत्मा की रीति पर आरम्भ करके अब शरीर की रीति पर अन्त करोगे" (गलातियों 3:3)? निश्चय ही इसका उत्तर ना है, वे नहीं कर सकते हैं। पौलुस जानता था कि यदि वे आगे भी पवित्र आत्मा पर आश्रित नहीं रहेंगे, तो वे आत्मिक परिपक्वता के क्षेत्र में भी पराजित हो जाएँगे और यदि हम इस कार्य के लिए सामर्थ्य हेतु परमेश्वर पर भरोसा नहीं रखेंगे, तो अपने शत्रुओं को क्षमा करने सहित हर प्रयास में असफल हो जाएँगे।

अतः, हम देखते हैं कि क्षमा की प्रक्रिया में कार्य करने के तीन कदम क्रमशः इच्छा करना, निर्णय लेना, और आश्रित होना है। एक बार जब आप यह तीनों कार्य कर लेते हैं, तब आप अगले कदम की ओर बढ़ सकते हैं।

शत्रुओं के लिए प्रार्थना करो

परमेश्वर हमसे कहता है कि न केवल हम अपने शत्रुओं के लिए प्रार्थना करें, परन्तु हम उन्हें आशीष दें न कि श्राप। वाह! यह कैसी अनुचित बात है, क्या आप ऐसा नहीं सोचते? कौन ऐसी प्रार्थना करना चाहेगा कि इससे शत्रुओं को आशीष मिले? यदि हम परमेश्वर के वचन के बजाय अपनी भावनाओं का अनुसरण करते हैं, तो शायद हममें से कोई भी नहीं।

> परन्तु मैं तुमसे यह कहता हूँ, कि अपने बैरियों से प्रेम रखो और अपने सतानेवालों के लिए प्रार्थना करो। जिस से तुम अपने स्वर्गीय पिता की

सन्तान ठहरोगे क्योंकि वह भले और बुरे दोनों पर अपना सूर्य उदय करता है, और धर्मि और अधर्मि दोनों पर मेंह बरसाता है।

मत्ती 5:44–45

इनमें से किसी भी बात का यह अर्थ नहीं है कि हम लोगों के लिए पायंदाज़ बन जाएँ जिसे लोग पैरों से रौंदे और हम कभी भी उनके व्यवहार के लिए उनसे सवाल जबाव न करें। अपने शत्रुओं को क्षमा करना उनके प्रति हमारे हृदय पर और इस बात पर निर्भर रहता है कि हम उनसे कैसा व्यवहार करते हैं। यीशु ने कभी भी केवल इसलिए लोगों से दुर्व्यवहार नहीं किया कि उन्होंने उसके साथ दुर्व्यवहार किया था। उसने सज्जनता की आत्मा के साथ उनसे व्यवहार किया और उनसे लगातार प्रेम रखता और उनके लिए प्रार्थना करता रहा।

हमें बुराई के बदले बुराई या अपमान के बदले अपमान नहीं करना है (1 पतरस 3:9)। (ओह!) इसके बजाय हमें उनकी भलाई, प्रसन्नता और सुरक्षा के लिए प्रार्थना करना है और सच में उन पर दया करना और उनसे प्रेम रखना है। मैं सोचती हूँ कि यह एक बार फिर हमें दर्शाता है कि हमें इस बात की अधिक परवाह करनी चाहिए कि हमारे शत्रु अपने दुष्ट कार्यों के द्वारा हमारे बजाय स्वयं की एक ऐसी हानि करते हैं। संभव है, कि वे हमारी भावनाओं को दुःखी करें, परन्तु परमेश्वर हमें चँगा करने के लिए सदैव तैयार है।

प्रार्थना करें कि लोग अपने व्यवहार के विषय में परमेश्वर से प्रकाशन प्राप्त करें, क्योंकि वे धोखा खा सकते हैं और यहाँ तक कि पूरी रीति से इस बात के प्रति सचेत नहीं होंगे कि वे क्या कर रहे हैं। अपने शत्रुओं के विषय में अच्छा बोलने के द्वारा उन्हें आशीष दीजिए। उनके पाप ढाँपिए और उसे मत दोहराईए या उनके विषय में व्यर्थ की बातचीत मत कीजिए।

मैं सोचती हूँ कि क्षमा की प्रक्रिया से गुज़रने से पराजित होने के मुख्य कारणों में से एक अपने शत्रुओं के लिए प्रार्थना करने में पराजित होना है। हम क्षमा करना चाहते हैं परन्तु यदि हम इस कदम को उठाने से चुक जाते हैं जिसे करने की आज्ञा परमेश्वर ने हमें दी है, तो हम सफल नहीं होंगे। आप में से बहुतों के समान मैंने भी ऐसे लोगों के हाथों से भयानक ज़ख्म खाई है जिन्हें मैंने अपना मित्र समझा था और मैं स्वीकार करती हूँ कि उनकी आशीष के लिए प्रार्थना करना प्रायः मेरे लिए ऐसा कार्य होता था जिसे मैं दाँत किटकिटाते हुए

करती थी, परन्तु मैं मानती हूँ कि यह सही कार्य है। जो कोई क्षमा करता है वह परमेश्वर से सामर्थ्य पाता है और वे अच्छी तरह उसका प्रतिनिधित्व करते हैं।

क्या आज आप अपने शत्रुओं के लिए प्रार्थना करना प्रारंभ करेंगे? क्या आप इस सिद्धान्त का पालन तब तक करेंगे जब तक यह अपराध के प्रति आपकी प्रथम और स्वतः प्रतिक्रिया न बन जाए? यदि आप ऐसा करेंगे तो आप परमेश्वर के साथ साथ अपने चेहरे पर भी मुस्कान लाएँगे। प्रत्येक बार जब हम परमेश्वर की आज्ञा का पालन करते हैं तो हम स्वयं पर अनुग्रह करते हैं!

क्षमा करने की प्रक्रिया में अन्तिम कदम यह समझना है कि हमारी भावनायें किस प्रकार दूसरों को क्षमा करने की सम्पूर्ण अवधारणा पर प्रतिक्रिया देती है। इसका एक सामान्य प्रारंभ भी बड़ा परिणाम लाता है। निश्चय ही भावनाओं का अपना मन होता है और यदि उन्हें नियन्त्रित न किया जाए तो वे हमें नियन्त्रित करेंगे। मैंने एक पुस्तक लिखी है जिसका शीर्षक *लिविन्ग बियोन्ड फिलिंग्स* है और मैं आपको सलाह देती हूँ कि अपनी भावनाओं को समझने में अन्तर्दृष्टि प्राप्त करने के लिए आप इसे पढें।

हमारी भावनायें कभी भी पूरी रीति से नहीं जानेवाली है, परन्तु हमें उनका प्रबन्धन सीखना चाहिए। हमें अवश्य ही वह कार्य करना सीखना चाहिए जो सही है भले ही हम उसे न करना चाहें। मैंसे अनुभव से सीखा है कि भले ही मैं डेव के प्रति क्रोधित रहूँ तब भी मैं उनसे बात कर सकती हूँ और उनके साथ अच्छा व्यवहार कर सकती हूँ जबकि मैं क्षमा की प्रक्रिया में परमेश्वर के साथ कार्य कर रही हूँ। यह खोज मेरे लिए बहुत बड़ी बात थी क्योंकि मैंने बहुत वर्ष क्रोधित रहते हुए और उन्हें अपने जीवन से तब तक बाहर रखते हुए व्यर्थ गँवा दिया था जब तक कि मेरी *भावनायें* पुनः ठीक न होगी। मैं कभी इस बात को नहीं समझ पाई कि यह कितना लम्बा खींचता था। जब डेव शीघ्रता से मुझसे क्षमा माँगते तब यह अन्तराल कम भी हो जाता था, परन्तु जब वह क्षमा नहीं माँगते तो इसमें कई दिन या हफ्तों लग जाता था क्योंकि वे नहीं सोचते या समझते थे कि उन्होंने कुछ गलत किया है। अन्ततः जब मुझसे माफ़ी माँगी जाती और मैं अच्छा महसूस करती तब मैं उनसे अच्छा व्यवहार करती थी, जो मेरे बजाय मेरी भावनाओं को नियन्त्रण रखने देती थी और यह हमारे लिए परमेश्वर की इच्छा नहीं है।

जब दंपतियों में से एक गलती करते हैं और यह हमें क्रोधित करता है, तो यह क्रोध करने का एक कारण होता है, परन्तु बड़ी गलतियों पर क्या कहें? क्या कोई ऐसी घृणित बात है जिसे क्षमा नहीं किया जा सकता है? मुझे आपको एक कहानी बताने दीजिए और तब आप निर्णय कीजिए। उन्हें पढ़िए और ऐसी परिस्थिति में आप किस प्रकार प्रतिक्रिया देते हैं?

कुछ वर्षों पूर्व जॉयस मेयर मिनिस्ट्रीज़ के प्रमुख मीडिया अफसर जिन्जर स्टेक अपने विवाह के कठिन दौर से गुज़री। वह और उसके पति टिम इस बात पर सहमत हुए कि उनकी कहानी को इस पुस्तक में शामिल किया जाए, क्योंकि वह वास्तव में उन लोगों की सहायता करना चाहते हैं जिन्हें चोट पहुँची है। जिन्जर का हृदय ऐसी स्त्रियों के प्रति विशेषकर कोमल है जिन्होंने विवाह में चोट पाया है। निम्नलिखित भाग में उनके अपने शब्दों में उनकी कहानी दी गई है।

* * *

हम कॉलेज के समय से ही प्रेमी जोड़े थे और पन्द्रह वर्षों के विवाहित जीवन में दो सुन्दर पुत्रियों के माता–पिता बन गए थे। वह मेरे श्रेष्ठ मित्र थे और जीवन बहुत सुन्दर था। इसलिए जब मैंने यह देखा कि मेरे पति अश्लील साहित्य के आदी हो गए थे तो उनके प्रति मेरा नजरिया और हमारा संबन्ध छिन्न–भिन्न हो गया।

जैसा मैं सोचती थी हम उस प्रकार के आनन्दित और प्रेमी दंपत्ति नहीं थे। हम अपनी कलीसिया में बहुत सक्रिय थे; मैं प्रभु की सेवा करती थी परन्तु क्या यह सब एक दिखावा था? मेरा सब कुछ बर्बाद हो गया था, मेरे साथ धोखा हुआ था।

मेरे भीतर की भावनायें बहुत गहन और झटके से निराशा और निराशा से दुःख की ओर बह चली थी। जिस व्यक्ति के साथ मैंने अपना जीवन बाँटा था और जिसके विषय में मैं सोचती थी कि वह संसार का श्रेष्ठत्तम व्यक्ति है, वह ऐसा कैसे कर सकते थे? मेरे साथ ऐसा धोखा कैसे हो सकता था? और क्या झूठ बचा था? परन्तु भावनाओं के बहाव में क्रोध ही वह भावना थी जिसमें गहरा जड़ पकड़ा था।

मैं उनसे अत्यधिक क्रोधित थी क्योंकि उन्होंने हमारे घर और विवाह में उस घृणित विषय को लाया था। जब कि कुछ लोग इस बात से असहमत होंगे कि वह अविश्वासयोग्य थे, परन्तु मुझे इसमें सन्देह नहीं था। जब कि मैंने सोचा था कि उनका हृदय और भावनायें मेरे लिए हैं, तब वे कहीं और थीं; उनका ध्यान अन्य स्त्रियों के चित्रों पर और काल्पनिक कामुक क्रियाओं पर था जिनका वास्तविकता से कोई लेना देना नहीं था। मैं कैसे उनके साथ चल सकती थी? मैं किस प्रकार उन्हें क्षमा कर सकती थी? मुझे क्यों प्रयास करना चाहिए?

वह भी अपंग महसूस कर रहे थे। जिस बात को उन्होंने वर्षों तक छुपा कर रखा था वह अब प्रकाश में आ चुका था। वह लज्जित और भयभीत थे और किसी प्रकार मुक्ति पाई। उन्होंने प्रतिज्ञा किया कि वह इसके समाधान के लिए हर संभव प्रयास करेंगे, परन्तु मैंने उनके बातों की परवाह नहीं की। मैं पुनः कैसे उन पर भरोसा कर सकती थी? मैं दृढ़ थी, और निश्चय ही ऐसी नहीं थी जिसे दो बार मूर्ख बनाया जा सके। जिस स्थान पर मैं अपने आपको सुरक्षित रख सकती थी वह मेरा क्रोध, क्षमा करने से इन्कार करना था; यह पुनः चोट खाने से बचने के लिए कवच के समान था।

और मेरे क्रोध का कारण था। आप देखें कि विचारों का दो विद्यालय है जहाँ अश्लील साहित्य एक विषय है। कुछ इसे अहानिकारण, अपीड़ित और निराश न होने लायक पाते हैं। अन्य लोग इसे बहुत ही तुच्छ या केवल विकृत व्यक्ति की समस्या और मसीहियों द्वारा चर्चा किए जाने के लिए अयोग्य मानते हैं।

जब मेरे जीवन में यह घृणित बात आ पड़ा तब मैंने जाना कि ये दोनों ही विचार गलत थे। मैं पीड़ित थी और मैंने यह जानना प्रारंभ किया कि मेरे बहुत ही परिचित भी इसके पीड़ित थे। ऐसे मसीही जिन्होंने सोचा था कि उन्हें कभी ऐसी घटिया बात का सामना नहीं करना पड़ेगा वे इसके मूक पीड़ित थे। मैं दूर देखने नहीं जा रही थी और न ही शान्त रहनेवाली थी।

मैं निर्णय कर सकती थी। क्या इससे हमारा विवाह संबन्ध बना रहता? क्या मैं ऐसा चाहती थी? हमारे बच्चों को यह कैसे प्रभावित करेगा? वे मेरी सबसे बड़ी चिन्ता थी।

आप यह समझें या न समझें आप कभी भी क्रोध को बिना रिसे और अपने शेष जीवन को ज़हरीला बनाए एक व्यक्ति तक सीमित नहीं रख सकते हैं। अपने दोनों बच्चियों के प्रति अच्छी माँ बनने की अपनी योग्यता पर मैं अपने

दर्द को हावी होने या अपने जीवन में परमेश्वर की बुलाहट से दूर रहने नहीं दे सकती थी।

मसीह सदा मेरा शरणस्थान रहा है और मुझे अपने क्रोध को इतना शान्त करना था ताकि वह मेरे लिए ऐसा बन सके जो अभी है। अपने दुःख के समय मैंने उसे खोजा और उसका निर्देश स्पष्ट था। जो कुछ वह मुझसे माँग रहा था वह मेरे क्रोध या मेरे घमण्ड से कहीं अधिक महत्वपूर्ण था। यह एकमात्र उत्तर था। वह मुझसे क्षमा की माँग कर रहा था।

मैं जानती थी कि मुझमें अपने आपमें कोई योग्यता नहीं थी, परन्तु टिम को माफ़ करना वह ऐसा बीज था जिसे उन्नति पाने के लिए मुझे रोकने की आवश्यकता थी। यह एक निर्णय था न कि एक अहसास और परमेश्वर ने इसमें मेरे साथ चलने की प्रतिज्ञा दी। परमेश्वर मुझसे अपने पति पर भरोसा करने के लिए नहीं कह रहा था; वह मुझसे परमेश्वर पर भरोसा करने के लिए कह रहा था। मैं अपने प्रभु को कैसे मना कर सकती थी जिसने मुझे इतना क्षमा किया था?

यह एक दैनिक चुनाव था और बहुत कठिन था, परन्तु जहाँ हम विश्वासयोग्य नहीं होते हैं वहाँ भी परमेश्वर बहुत ही विश्वासयोग्य होता है। उसने हमें एक मसीही परामर्शदाता, एक उत्तरदायी समुदाय के पास जाने की अगुवाई प्रदान की और जिस क्षमा के बीज को मैंने बोया था वह शनै–शनै इतना बढ़ा कि पूर्ण चँगाई का रूप धारण कर लिया।

अब दस वर्षों बाद हम कॉलेज के वही प्रियतम और प्रियतमा हैं, जो पच्चीस साल से विवाहित और दो सुन्दर बेटियों के माता–पिता है, जो परमेश्वर से प्यार करती हैं। वह मेरे श्रेष्ठ मित्र हैं और जीवन अच्छा चल रहा है। हमारा प्रेम सिद्धता से काफ़ी दूर है परन्तु पहले से अधिक मज़बूत है। आपसी संवाद रखने, परमेश्वर पर भरोसा रखने और प्रतिदिन क्षमा करने में कठोर परिश्रम करते हैं।

* * *

अधिकांश आमिश बच्चों के समान जोनास बेलर का भी पालन पोषण हुआ और उसमें परमेश्वर और परिवार के लिए प्रेम था और काम के प्रति अच्छा नज़रिया रखता था और जिसे आजकल बहुत से लोग आमिश समुदाय का

पहचान चिह्न मानते हैं, अर्थात उन्हें क्षमा की सामर्थ्य के विषय में आश्चर्यजनक समझ प्राप्त है।

जोनास ने एक मैकनिक दुकान खरीदने के अपने समय को पूरा करने के लिए आमिश समुदाय को छोड़ दिया। जैसा कि अक्सर जोनास को यह कहते हुए संदर्भित किया जाता है, "मैं अश्वों से अधिक अश्व शक्ति पसन्द करता हूँ।" उसने एक सुन्दर युवती एनी से विवाह किया। अब आप एनी को आन्टी एनी के रूप में अच्छी रीति से जानते होंगे जो विश्वप्रसिद्ध मुलायम सर्वसुलभ व्यक्ति थी।

एनी के पारिवारिक फार्म हाउस में जोनास और एनी एक सामान्य पारिवारिक जीवन व्यतीत करते थे और वे बहुत सुखी थे। जोनास एक मैकानिक थे और एनी अपनी दोनों छोटी पुत्रियों लावोना और एन्ज़ी के परवरिश में व्यस्त थी। एक बढ़ती हुई कलीसिया के स्थापक सदस्यों के रूप में उनका अधिकांश खाली समय पासबान के साथ कन्धे से कन्धा मिलाकर कार्य करते हुए व्यतीत होता था जो जोनास के अच्छे मित्र भी थे। युवा पासबानों के रूप में उनकी भूमिका के कारण पासबान उन पर बहुत अधिक निर्भर थे, परन्तु उन दिनों जिस संतृप्ति का उन्होंने अनुभव किया था वह एनी और जोनास के स्वयं के अंगीकार के कारण एक गहरे और भयानक अन्धकार में अदृश्य होने पर था, जबकि इससे उनका जीवन भी जोखीम में पड़ गया था।

एनी और जोनास अलग अलग दिशाओं में जा रहे थे; वे दोनों मौन से पीड़ित थे क्योंकि एक भयानक विपदा उन पर से गुज़री थी अर्थात उन्होंने अपनी उन्निस माह की बेटी एन्ज़ी को खो दिया था। एनी गहरे अवसाद में चली गई। एक इतवार को जोनास के पास्टर एनी के साथ एन्ज़ी की मृत्यु से उत्पन्न निराशा के विषय में प्रार्थना कर रहे थे। प्रार्थना करने के पश्चात उन्होंने उसे निमन्त्रित किया कि वह उसे फोन करे। जो कुछ हुआ था उसके बारे में ऐन ने जोनास को बताया और जोनास तुरंत ही सहमत हुआ कि उसका पास्टर से मिलने का सुझाव अच्छा है। अन्ततः, जोनास जानते थे कि वह एनी की सहायता नहीं कर सकते हैं, परन्तु हो सकता है उनका मित्र कुछ सहायता कर सके।

प्रारंभ से ही एनी को कुछ ऐसा महसूस होता था कि पास्टर के साथ उसकी मुलाकातें उचित नहीं हैं। उसने अपनी एक पुस्तक ट्विस्ट ऑफ फेथ में कुछ

इस प्रकार विवरण दियाः "मैं विश्वास नहीं कर सकती थी कि एन्ज़ी के विषय में बात करना मुझे कितना अच्छा लगता था कि किस प्रकार उसकी मृत्यु हुई और मुझे कैसा महसूस होता था.... जब बातचीत खतम हुई.... पास्टर ने मुझे एक दीर्घ आलींगन दिया, परन्तु इस बार जब मैंने ऊपर की ओर देखा उन्होंने मेरा चुम्बन लिया। अन्ततः, उन्होंने मुझे अपनी ओर खींचा और कहा, 'एनी, मुझे मालूम है कि तुम्हारे जीवन में ऐसी ज़रूरते हैं जिन्हें जोनास पूरा नहीं कर सकते हैं, परन्तु मैं उन्हें पूरा कर सकता हूँ।' जब मैं अपने कार की ओर भागी तो मेरे मन में केवल एक ही बात थीः जोनास से मैं कभी इस विषय में बात नहीं कर सकती थी। वह कभी भी मुझ पर विश्वास नहीं करेंगे।"

इस भेद को छुपा कर रखना एक गंभीर गलती माना जाता। किसी और के अनुपस्थिति में पास्टर ने एनी से ये बातें इसलिए कहीं क्योंकि वह शोषण का आसान शिकार थी। छः वर्षों की मित्रता में जोनास ने कभी भी अपने श्रेष्ठ मित्र की वफ़ादारी पर सन्देह नहीं किया था न ही उसने उसकी पत्नी को अपना बनाया था।

अन्ततः जब एनी का ये संबन्ध टूट गया तब उसने जाना कि उसे जोनास को बताना चाहिए कि क्या कुछ हुआ था। जोनास कहते हैं, "उसके जाने के पश्चात मैं दीवारों को घूरता रहा.... मुझे लगा कि मेरा मन कहीं अन्धकार में भटक रहा है.... मेरी प्रार्थना थी, 'ओ परमेश्वर, कृपया मुझे अगले दिन का भोर मत दिखा।'"

अगले दिन जोनास ने एक परामर्श देनेवाले को फोन किया जो उनकी कलीसिया में सन्देश दिया करते थे और उन्हें बताया कि क्या कुछ हुआ था। उस फोन ने उसे क्षमा के मार्ग पर पहुँचा दिया जो न केवल जोनास को परन्तु उसके संपूर्ण परिवार को स्वस्थ कर सकता था। परामर्शदाता ने जोनास से कुछ ऐसा कहा जिसने उसके जीवन को हमेशा के लिए बदल दिया। उसने उसे कहा कि "उसके विवाह को बचाने का एक ही तरीका है और वह है कि उसे अपनी पत्नी से उस प्रकार प्रेम करना है जैसा मसीह ने उससे किया है।"

कुछ लोगों के लिए ये शब्द धोखे से उत्पन्न क्रोध को शान्त करने के लिए काफ़ी नहीं होता है, परन्तु जोनास के लिए यह काफ़ी था। वह इसे क्षमा की प्रक्रिया प्रारंभ करने की अपनी योग्यता से जोड़ते हैंः "किसी प्रकार मेरे गहरे विश्वास और उसे धनी परम्परा के कारण जिसमें मैं पला बढ़ा, मैं पहले से कहीं

अधिक अपनी आत्मा की गहराई में उतरा और ऐसे कार्यों को करने के लिए परमेश्वर द्वारा सामर्थ्य पाते हुए पाया जिन्हें मैं कभी भी संभव नहीं समझता था.... मुझे केवल एक ही आशा थी। यह देखना कि मसीह ने किस प्रकार मुझसे प्यार किया ताकि मैं भी उसी प्रकार अपनी पत्नी से प्रेम रखूँ।"

परमेश्वर ने जोनास को अपना प्रेम समझाया। बदले में जोनास मसीह की क्षमा के साथ उसे क्षमा करते हुए उससे प्रेम रख सका जिसे हम सबको देने के लिए मसीह ने मृत्यु सही। हालाँकि, जोनास आपको बताएँगे कि उनका विवाह एक रात में पुनःस्थापित नहीं हुआ। वह कहते हैं, इन सभी दुःखों, भ्रम और निराशा के बीच मैंने एक समर्पण किया.... चाहे मैं कैसा भी महसूस करूँ विवाह को बनाए रखने के लिए मैं श्रेष्ठत्तम प्रयास करूँगा। वर्तमान समय में यह एक अदभुत कहानी लगती है क्योंकि इसका अन्त सुखद था, परन्तु.... अब भी समय समय पर असुरक्षा की भावना सतः पर आ जाती है। इस प्रकार की किसी घटना से उबरने का मतलब यह नहीं होता है कि आपका विवाह दर्दरहित होगा। परन्तु पुनःस्थापन संभव है। जब भी मुझे अपनी पत्नी का परिचय देने का मौका मिलता है तब मैं कुछ इस प्रकार कहता हूँ... मेरी परम् मित्र, मेरी पत्नी, मेरे सभी बच्चों की माता और मेरे सभी पोते पोतियों की दादी। हमेशा से मेरा यह सपना रहा है कि मैं उस अन्धेरे दौर के विषय में कह सकूँ,

"मसीह के प्रेम के कारण मेरा सपना सच हुआ।"

* * *

उपरोक्त दोनों कहानियों के पात्रों ने सर्वनाश करनेवाली परिस्थितियों का सामना किया था। इससे उनका हृदय टूट गया था और वे व्यथित थे। वे हार मान सकते थे और उनका विवाह टूट सकता था, परन्तु धन्यवाद हो कि परमेश्वर के अनुग्रह और करुणा के कारण वे क्षमा करने के इच्छुक और योग्य थे। हाँ, यह अदभुत है, और हो भी क्यों न आखिर हम एक अदभुत परमेश्वर की सेवा करते हैं! हम परमेश्वर का धन्यवाद कर सकते हैं कि उसने इस प्रकार के दुःखों में हमें हमारी समझनेयोग्य भावनात्मक प्रतिक्रियाओं पर विजय पाने के साधन दिए हैं जिसके विषय में अभी हमने पढ़ा। निश्चय ही, परमेश्वर के लिए सबकुछ संभव है।

यदि हम अपनी भावनाओं के द्वारा नियन्त्रित होते हैं तो शैतान हम पर नियन्त्रण रखता है। उसे केवल इतना करना होता है कि हममें बुरी भावना दे और हम उसके अनुसार व्यवहार करने लगते हैं। निश्चय ही, आप देख सकते हैं कि यह व्यर्थ होता है। निश्चय ही हमें अपनी भावनाओं से परे जीना सीखना चाहिए। यदि हम चाहें तो अवश्य अपने दुःख पहुँचानेवालों को क्षमा कर सकते हैं। चाहे हम पसन्द करें या न करें हम अपने शत्रुओं के लिए प्रार्थना कर सकते हैं। हम उनके विषय में लोगों से द्वेषपूर्ण बात करने या इससे बचने का चुनाव कर सकते हैं। चाहे हम कैसा भी महसूस करें हम परमेश्वर की इच्छा पूरी कर सकते हैं।

हमारी भावनायें हमारी आत्मा के भाग हैं और वे भली हो सकती हैं और अच्छी भावनायें उत्पन्न कर सकती हैं, परन्तु वे इसके विपरीत भी कर सकते हैं। वे परमेश्वर या शैतान की सेवा कर सकते हैं और हमें अवश्य ही चुनाव करना चाहिए कि किसकी सेवा करेंगे। जब कोई मेरी भावनाओं पर आघात करता है और मैं उन भावनाओं को अपने व्यवहार पर नियन्त्रण करने देती हूँ तब मैं शैतान के हाथों का खिलौना बन जाती हूँ। परन्तु चाहे मैं कैसा भी महसूस करूँ फिर भी यदि मैं उस कार्य को करने का चुनाव करती हूँ जिसकी आज्ञा परमेश्वर देता है, तब न केवल मैं अपनी भावनाओं पर परन्तु शैतान पर भी अधिकार रख रही हूँ। क्षमा करने में तत्पर होने तथा अपने चोट पहुँचानेवालों के लिए प्रार्थना करने में मैंने अत्यधिक सामर्थ्य का अहसास किया है। मैं जानती हूँ कि चाहे मैं कैसा भी महसूस करूँ परन्तु यह एक सही कार्य है और सही कार्य करना हमेशा भीतर कहीं गहरी संतृप्ति प्रदान करता है।

आपकी भावनायें आपका वास्तविक व्यक्तित्व नहीं है। परमेश्वर की इच्छा द्वारा ऊर्जा प्राप्त आपकी इच्छायें तब भी आपके निर्णयों पर अधिकार रखेगी जब आपकी भावनायें चंचल और घटती–बढ़ती रहती हैं। जब वे कम हो जाती है तो हम स्थिर रह सकते हैं। चाहे हम कैसा भी महसूस करें यदि हम सही कार्य करने का चुनाव करते हैं, तो हमारी भावनायें क्रमशः हमारे निर्णयों से एकाकार हो जाती हैं। दूसरे शब्दों में सही कार्य करने के लिए हम सही भावनाओं का इन्तज़ार नहीं कर सकते हैं; पहले हम सही कार्य करते हैं और तब क्रमशः भावनायें आती हैं। वे घट–बढ़ सकती हैं परन्तु जब वे परमेश्वर की इच्छा प्रति आज्ञाकारी होते हैं तो भावनायें विकसीत होती हैं। जब आप वह कार्य कर रहे

हैं जो परमेश्वर ने आपसे करने के लिए कहा है, तो आप अपने ज़ख्मी भावनाओं के चँगाई के लिए उस पर भरोसा रख सकते हैं।

एक अच्छी योजना यह है कि जब आप एक निर्णय ले रहे हों, तब अपनी भावनाओं से बिल्कुल भी सलाह न लें। परमेश्वर की आत्मा और उसकी बुद्धि से परामर्श लीजिए और कभी भी केवल अपनी भावनाओं के भरोसे मत रहिए।

हम इस बात पर नियन्त्रण नहीं रख सकते हैं कि अन्य लोग क्या करते हैं, क्या महसूस करते हैं और हमसे किस प्रकार व्यवहार करने का निर्णय करते हैं, परन्तु हम उनके प्रति अपनी प्रतिक्रिया पर नियन्त्रण रख सकते हैं। अन्य लोगों का व्यवहार आपको नियन्त्रित न करने पाए। उन्हें आपके आनन्द को चुराने मत दीजिए; स्मरण रखिए, कि आपका क्रोध उन्हें नहीं बदलता है परन्तु प्रार्थना बदल सकता है।

अपने शत्रुओं के लिए कैसे प्रार्थना करना है

इस बात से बिल्कुल भी इन्कार नहीं है कि किसी ऐसे व्यक्ति के लिए प्रार्थना करने का विचार करना भी कठिन होता है जिसने आपको चोट पहुँचाया है, चाहे वह आपका मित्र हो या कोई अजनबी या कोई प्रिय व्यक्ति। परन्तु यह किया जा सकता है। न केवल यह परन्तु मैं आपको निश्चय दिलाती हूँ कि अभ्यास करने से ऐसी कई बातें सरल हो जाती हैं।

* * *

तेरेसे एक कठोर परिश्रम करनेवाली स्त्री थी जिसने वित्त के मामलों में दशकों तक कार्य किया था। जब वह चालीस वर्ष की उम्र में पहुँची तो तब उसे उद्योग जगत की एक सर्वोच्च कम्पनी द्वारा एक उच्च पद पर नियुक्त किया गया जिसमें उच्च वेतन और कई सुविधायें थी। बीस वर्षों तक उसने अपनी कम्पनी में काम किया था और अपने नियोक्ताओं और साथियों में उसे आदर प्राप्त था। डाँवाडोल अर्थ व्यवस्था में भी उसे निश्चय था कि उसकी वर्तमान की नौकरी सुरक्षित है। क्या उसे सच में नई नौकरी करने का खतरा उठाना चाहिए था जहाँ पर वह बिल्कुल ही "नई बच्ची" होती?

कम्पनी का मुख्य–कार्यपालन अधिकारी स्टीव जिसने उसे नौकरी का प्रस्ताव दिया था, एक ऐसा व्यक्ति था जिसके साथ पूर्व में उसने वर्षों तक

काम किया था। वह जानती थी कि वह एक भला और अच्छा व्यक्ति है। उसने उसे निश्चय दिलाया कि वह यह सुनिश्चित करते हैं कि उसके साथ अच्छा व्यवहार किया जाएगा। बहुत प्रार्थना और विचार विमर्श के पश्चात तेरेसे और उसके पति ने निर्णय लिया कि इस प्रस्ताव को स्वीकार करेंगे।

नई नौकरी अदभुत थी। उसके उत्तरदायित्व उसकी योग्यताओं के अनुरूप थे और नई कम्पनी में वह कामयाब थी। वहाँ एक सहकर्मी थी जो उसके साथ अच्छा व्यवहार नहीं करती थी, परन्तु वह स्त्री जैकी किसी के भी साथ अच्छा व्यवहार नहीं करती थी। उसका व्यक्तिगत विवरण सहकर्मियों और अधिनस्थ कर्मचारियों की शिकायतों से भरा हुआ था जिसके साथ उसने बुरा बर्ताव किया था और उच्चाधिकारी सहित हर कोई जानता था कि वह एक मुसीबत है। तेरेसे ने जैकी के साथ चलने का यथासंभव प्रयास किया और किसी बात की परवाह नहीं की।

जैसे समय व्यतीत होता गया तेरेसे के प्रति जैकी का व्यवहार और नीच और ढीठ होता गया और तेरेसे को सन्देह होने लगा कि जैकी उसे कम्पनी में देखना नहीं चाहती है। एक दिन एक व्यवसायिक सभा में कई उपाध्यक्षों के सामने तेरेसे को अपमानित किया और उस पर आर्थिक गबन का एक झूठा आरोप मढ़ दिया।

दो दिनों पश्चात तेरेसे के उच्चाधिकारी ने उसे अपने दफ्तर में बुलाया और उसे फटकार लगाई। जैकी ने उसे भी यह झूठी बात बता दी थी और तेरेसे को अपने बचाव स्पष्टीकरण का अवसर दिए बिना उन्होंने इस पर विश्वास कर लिया था। तेरेसे यह निश्चय नहीं कर पा रही थी कि वह किस पर क्रोधित हो, जैकी पर या स्टीव पर। 51 वर्ष की उम्र में तेरेसे के पास कोई नौकरी नहीं थी और उद्योग जगत नौकरी दे नहीं रही थी।

खिन्न होकर उस रात तेरेसे अपने घर गई। जब सोने का समय आया तब उसके पति ने उच्च आवाज़ में प्रार्थना की और तब इन्तज़ार करने लगा कि वह भी ऐसा करेगी, क्योंकि वर्षों से प्रतिरात वे ऐसा ही किया करते थे। जब उसने प्रार्थना किया तब तेरेसे ने जाना उसे जैकी और स्टीव के लिए प्रार्थना करनी चाहिए। वह यह भी जानती थी कि उस समय वह उनसे घृणा करती थी। जहाँ तक उसकी बात थी दोनों ने ही उसे धोखा दिया था। अब उसके

पास नौकरी नहीं थी। उनका जीवन पहले के ही समान व्यतीत हो रहा था और क्या उसे उनके लिए प्रार्थना करनी चाहिए थी?

उसने प्रार्थना किया, "हे प्रभु, मैं जानती हूँ कि मुझे अपने शत्रुओं के लिए प्रार्थना करनी चाहिए जो कि जैकी और स्टीव हैं, जिन्होंने अकारण हमारे भविष्य को खतरे में डाल दिया है। मैं उनसे बहुत अधिक क्रोधित हूँ और मैं आपके सामने अंगीकार करती हूँ कि मैं उनके लिए प्रार्थना करना नहीं चाहती हूँ, परन्तु मुझे करना है। कृपया, उन्हें कायल कीजिए कि उन्होंने मेरे प्रति क्या किया है। यीशु के नाम से, आमीन।"

तेरेसे ने मुझे बताया कि इसमें कुछ महीने लगे, परन्तु प्रत्येक बार जब उसने जैकी और स्टीव के लिए प्रार्थना की और उसकी प्रार्थनायें बदलने लगी। अधिक समय नहीं हुआ था जब उसने जैकी की दमा की बिमारी के लिए प्रार्थना करना प्रारंभ किया था जो बहुत ही गंभीर हो चुकी थी। तब उसने अपने आपको यह प्रार्थना करते हुए पाया कि अपने सहकर्मियों के प्रति जैकी का व्यवहार कोमल हो; वह दयालु बने। तेरेसे ने प्रार्थना किया कि अपने बदले में स्टीव को एक अच्छा कर्मचारी मिले और जो लोग उसके लिए कार्य किया करते थे उन्हें अपना नया अधिकारी अच्छा लगे। उसने उसकी कुछ व्यक्तिगत समस्याओं के लिए भी प्रार्थना की जो सामान्य थी।

थोड़ा थोड़ा करके जैकी और स्टीव के प्रति तेरेसे का व्यवहार बदलने लगा। उसने मुझे बताया कि यद्यपि उनके हाथ से मिले जख्म अब भी ताज़ा है, परन्तु समय के साथ साथ उसका दर्द कम हो गया है और वास्तव में उसने अपने आपको यह प्रार्थना करते हुए पाया कि परमेश्वर उन्हें आशीष दे–और यह सच्ची प्रार्थना थी! जब कुछ वर्षों पश्चात जैकी को निकाल दिया गया तो तेरेसे को उसके लिए बहुत खेद हुआ और वह उसके पास जा पहुँची। तेरेसे की करुणा को देखकर खुद तेरेसे को ही आश्चर्य हो रहा था। परन्तु परमेश्वर ने शनैः शनैः पर निश्चयता के साथ उसमें कार्य किया था।

इसलिए आप किस प्रकार अपने शत्रुओं के लिए प्रार्थना करते हैं? प्रार्थना कीजिए। आप पहले ऐसा करना नहीं चाहेंगे परन्तु तेरेसे के समान यदि आप अपनी भावनाओं के बजाय परमेश्वर की आज्ञा मानेंगे, तो आप स्वयं के आत्मा में चँगाई का अनुभव करेंगे।

अध्याय
11
गुप्त अक्षमा की खोज करना

मुझे पच्चीस वर्ष पूर्व की एक घटना याद है जब मैं एक मंगलवार की शाम आराधना में गई और पास्टर ने घोषणा की कि वह उन लोगों को क्षमा करने की हमारी आवश्यकता पर शिक्षा देंगे जिन्होंने हमें चोट पहुँचाई है। मैंने सोचा, "मुझमें ऐसी कोई बात नहीं है जिसे क्षमा नहीं मिलेगी।" मैंने एक सन्देश सुनने के लिए स्वयं को व्यवस्थित किया जिसमें विषय में मुझे निश्चय था कि मुझे बिल्कुल भी आवश्यकता नहीं थी। परन्तु जैसे शाम गुज़रती गई मैंने महसूस किया कि मेरे हृदय में अक्षमा थी, परन्तु यह छुपा हुआ था। शायद, यह कहना अधिक सही होगा कि मैं इससे छुप रहा था। शायद ही हम कभी अपने पाप का सामना करने में सुविधाजनक महसूस करते हैं और उसे उसी के नाम से पुकारते हैं। हम ऐसी बातों को तब तक अपने भीतर छुपाकर रख सकते हैं जब तक हमें न लगे कि यह हानिकारक रूप से हमें प्रभावित कर रहा है और संभव है कि हम महसूस भी न करें कि हममें वे पाप उपस्थित हैं। अक्सर हम अपनी विषय में आवश्यकता से अधिक उच्च विचार रखते हैं और संभव है कि दूसरों की गलतियों पर हम न्याय करें और स्वयं के पाप को देखने से भी इन्कार करें।

उस रात्रि परमेश्वर ने मेरे जीवन में दो विशेष स्थितियाँ प्रगट की हैं और मुझे स्पष्टतः दिखाया है कि मेरे जीवन में क्षमा न करने का स्वभाव विद्यमान था।

बाइबल में हम दो भाइयों की कहानी पढ़ते हैं जो खोए हुए थे। पहला, अपने पाप में खोया हुआ था और दूसरा, अपने धर्म में खोया हुआ था। वे दोनों ही भिन्न रीतियों से परमेश्वर से दूर थे। हम इसे सामान्य रूप से खोए हुए पुत्र का दृष्टान्त कहते हैं और अक्सर छोटे बेटे पर अपना ध्यान केन्द्रित करते हैं जिसने पिता से संपत्ति में अपना हिस्सा माँगा और क्रमशः घर का त्याग कर दिया और एक पापमय जीवनशैली में पिता के धन को उड़ा दिया। जैसा कि अधिकांश पापियों के समान वह भी भारी दुर्दशा में पड़ गया। उसका धन चला गया; एक सूअरों को पालनेवाले के लिए वह कार्य कर रहा था और उन्हीं फलियों को खाया करता था जो सूअरों का भोजन था। अपनी दुःखद दशा का भान होने पर उसने निर्णय लिया कि वह अपने पिता के घर लौट जाएगा और उससे क्षमा माँगेगा और कहेगा, कि अपने घर में एक दास? के समान ही उसे रख ले (लूका 15:11—21)।

इस कहानी में पिता जो परमेश्वर का पुत्र है अपने पुत्र की वापसी पर अत्यधिक प्रसन्न हुआ और उसके सम्मान में एक बड़ी भोज का आयोजन किया। हाँलाकि, जेठा पुत्र बहुत ही अप्रसन्न था और उसने निर्णय लिया कि वह भोज में शामिल नहीं होगा। उसने महसूस किया कि उसने नैतिक रूप से एक धार्मिक जीवन व्यतीत किया था और उसने अपने पिता को अपने उन अच्छे कार्यों का स्मरण दिलाया जिन्हें उसने किया था और किस प्रकार उसके पिता ने उसके लिए कभी भोज का आयोजन नहीं किया था। हम यहाँ देख सकते हैं कि धार्मिक रूप से धर्मी भाई अपने छोटे भाई की वापसी से प्रसन्न नहीं था और वास्तव में वह तो क्रोधित और अप्रसन्न था। वह अपनी स्वयं की धार्मिकता में खोया हुआ था। वह अपने तथाकथित अच्छे कार्यों पर गर्व करता था और उसे दृढ़ निश्चय था कि उसका भाई किसी भी भले व्यवहार का हकदार नहीं था जो उसे मिल रहा था। बड़ा भाई यह नहीं समझ पाया कि उसकी मनोवृत्ति उसके छोटे भाई के बुरे व्यवहार से भी बुरा था।

यदि कोई उसके पास जाकर कहा होता, “तुम्हारे हृदय में अक्षमा है” तो वह नहीं मानता। उसके पाप ने उसे अंधा कर दिया था जिसे वह नैतिक रूप से धार्मिक व्यवहार मान रहा था। यद्यपि वह एक अच्छा लड़का था और सभी नियमों को माना करता था परन्तु परमेश्वर प्रसन्न नहीं था क्योंकि हृदय सही नहीं था। यदि उसने अपनी मनावृत्ति की जाँच की होती तो उसने जाना होता कि उसे भी क्षमा की आवश्यकता थी।

छः मनोवृत्तियाँ जो अक्षमा प्रगट करती हैं

अक्षमा सदा हिसाब रखता है

अपने पिता के प्रति अच्छे व्यवहार को स्मरण करते हुए बड़े पुत्र ने कहा, "मैं ने इतने वर्षों से तेरी सेवा की है।" वह अपने अच्छे कामों की गिनती रखता था और ठीक रीति से जानता था कि उसके खाते में कितने अच्छे कार्य दर्ज हैं। वह गिनती रखता था और हमारी भी ऐसी ही प्रवृत्ति होती है। हम अपने प्रशंसनीय व्यवहार और दूसरों के पापों का विवरण रखना चाहते हैं। हम तुलना करते हैं और अपनी सोच में हम स्वयं को दूसरों से ऊपर की श्रेणी में रखते हैं। यीशु इस विभाजन का नाश करने के लिए आया था। यदि हम पाप करते हैं तो केवल वही हमारी सहायता कर सकता है और यदि हम भला करते हैं, तो ऐसा केवल इसलिए होता है क्योंकि उसने हमें ऐसा करने के योग्य किया है। जो कुछ भला कार्य हम करते हैं उसका श्रेय उसे प्राप्त होता है। उसके बिना हम कुछ भी नहीं हैं और जो कुछ हम हैं वह उसमें हैं। इसलिए सभी प्रकार के विभाजन का नाश किया गया है और मसीह में हम सब एक हैं।

बड़े भाई ने अपने भले कामों को गिना और छोटे भाई ने अपने पापों को। यह हमेशा इस बात का चिह्न होता है कि हमारे हृदय में अक्षमा उपस्थित है। पतरस ने यीशु से पूछा, कि उसे अपने भाई को कितनी बार क्षमा करना चाहिए (मत्ती 18:21–22)? प्रगट है कि वह अपराधों की गिनती रख रहा था। प्रेम बुरा नहीं मानता है (1 कुरिन्थियों 13:5)। यदि हम यीशु की आज्ञा का पालन करते हैं और उस प्रेम में चलनेवाले हैं जो उसने हमें दिखाया है, तो हमें अवश्य ही अपराधों का हिसाब नहीं रखना चाहिए। जब हम क्षमा करते हैं तो हमें अवश्य ही पुरी रीति से क्षमा कर देना चाहिए और इसका तात्पर्य यह है कि हम इसे जाने दें और फिर कभी इसे स्मरण न करें। यदि हम प्रयास करें तो स्मरण कर सकते हैं परन्तु हमें ऐसा नहीं करना चाहिए। हम क्षमा कर सकते हैं, उससे दूर जा सकते हैं और फिर कभी उस विषय में सोच या बात कर नहीं सकते हैं।

एक ऐसा समय था जब मैं डेव के क्रियाकलापों का हिसाब रखती थी जो मुझे क्रोधित करते थे। मैं उनकी सारी गलतियों को जानती थी और–आप विश्वास करें या न करें–और मुझे इतना अभिमान था कि मैं उनके बदलाव के लिए लगातार प्रार्थना किया करती थी। हाँ, मैं उनके लिए प्रार्थना करती थी और अपने बुरी मनोवृत्ति के प्रति अन्धी बनी रही! अब मैं आपको बता भी नहीं

सकती हूँ कि उसने अन्तिम बार ऐसा क्या किया था जिसने मुझे क्रोधित या निराश किया था। मैंने स्वयं पर एक उपकार किया और उनकी गलतियों का हिसाब रखना बन्द किया। अब मैं पहले से अधिक प्रसन्न हूँ और शैतान अप्रसन्न है क्योंकि उसने मेरे जीवन में अपने अधिका दृढ़ गढ़ खो दिया है।

इसी समय अपने आपको पूछिए कि क्या आप इस बात का हिसाब रखते हैं कि दूसरों ने आपके प्रति क्या किया है और आप उनके प्रति क्या करते हैं? यदि आप ऐसा करते हैं, तो आप अपने संबन्धों में परेशानी लाने की दिशा में आगे बढ़ गए हैं और आपके हृदय में अक्षमा पाई जाती है जिस पर पश्चाताप करने की आवश्यकता है।

अक्षमा अपने अच्छे व्यवहार पर गर्व करता है

बड़े भाई ने अपने पिता से कहा कि उसने अपने पिता की आज्ञा को कभी टाला नहीं था.... वह अपने अच्छे व्यवहार पर गर्व कर रहा था, परन्तु जबकि अपने भाई की पापों का वर्णन बढ़ा चढ़ाकर कर रहा था। फैसला हमेशा कहता है, "तुम बुरे हो और मैं हमेशा अच्छा हूँ।" बाइबल दूसरे लोगों के प्रति नाजूक फैसलों के खतरों के विषय में सबक से भरा हुआ है। जो कुछ हम बोते हैं, वही हम काटते हैं और जिस रीति से हम न्याय करते हैं, उसी रीति से हमारा भी न्याय किया जाएगा। यदि हम करुणा बोएँगे, तो हम करुणा काटेंगे परन्तु यदि हम दण्ड बोएँगे तो हम दण्ड काटेंगे (मत्ती 5:7; 7:1—2)।

बड़े भाई में बिल्कुल भी करुणा नहीं थी जैसा कि अक्सर स्वयं को धर्मी समझनेवालों के मामलों में होता है। यीशु मसीह के पास अपने समय के धार्मिक फरीसियों के लिए ईमानदारी पूर्वक कहने के लिए कुछ बातें थीं। उसने कहा कि उन्होंने वही प्रचार किया जो करना उचित था, परन्तु उन्होंने स्वयं उसका अभ्यास नहीं किया था। अपने सारे कार्य वे मनुष्यों को दिखाने के लिए करते थे। वे दिखावा करनेवाले (पाखण्डी) थे। क्योंकि वे सारी व्यवस्था का पालन करते थे, परन्तु किसी व्यक्ति की सहायता करने के लिए एक उंगुली भी नहीं हिलाते थे। वे प्याले के बाहरी हिस्से को तो धोते थे, परन्तु भीतर गन्दा ही रहता था। दूसरे शब्दों में उनका व्यवहार अच्छा हो सकता था, परन्तु उनके हृदय बुरे थे (मत्ती 23)। धार्मिक रूप से स्वधर्मी व्यक्ति संसार के तुच्छ लोगों में से कुछ हो सकते हैं। यीशु इसलिए नहीं मरा कि हमारा एक धर्म हो, परन्तु उसके द्वारा हम परमेश्वर के साथ एक सही संबन्ध स्थापित कर सकें। परमेश्वर

के साथ सही संबन्ध हमारे हृदयों को कोमल बनाता है और हमें दूसरों के प्रति नम्र और दयालु बनाता है।

जिस रात्रि मैं आराधनालय में बैठकर सोच रही थी, कि मेरे हृदय में किसी प्रकार की अक्षमा नहीं है, मैं आपको ठीक ठीक यह बता सकती थी कि प्रत्येक सप्ताह मैंने कितने घण्टे प्रार्थना किया था और मैंने बाइबल के कितने अध्याय पढ़ डाले थे। फिर भी मैं हृदय की उस मनोवृत्ति के विषय में नहीं जानती थी जिसे परमेश्वर अस्वीकृत करता था। मैं बड़े भाई का प्रतीक थी, धन्यवाद हो कि परमेश्वर ने मुझे बदल डाला। परन्तु मैं हमेशा अपने हृदय को जाँचने के लिए समय निकालती हूँ और यह सुनिश्चित करती हूँ कि जो कुछ भला कार्य परमेश्वर मेरे द्वारा करता है, उसका श्रेय स्वयं न लूँ। बाइबल कहती है, कि जब हम भले कार्य करते हैं तब हमारा बाँया हाथ न जानने पाए कि दाँया हाथ क्या कर रहा है। इसका तात्पर्य यह है कि हमें इसके विषय में सोचते रहने की आवश्यकता नहीं है। हमें परमेश्वर को अपनी महिमा के लिए हमारा उपयोग करने देना चाहिए और अपने अगले कार्य की ओर बढ़ जाना चाहिए जो उसने हमारे लिए रखा है।

क्या आप इस बात में तुलना करते हैं कि आप अपने आपको कितना अच्छा महसूस करते हैं और अन्य लोग कितने बुरे हैं। क्या आप कभी कभी इस प्रकार कहते हैं, "मुझे विश्वास नहीं होता है कि उन्होंने ऐसा किया। मैं ऐसा कभी नहीं करता?" यदि हाँ, तो आपने मुसीबत की ओर कदम बढ़ा लिया है। आप स्वयं के प्रति जितना उच्च विचार रखेंगे उतना ही आप दूसरों के प्रति नीचा विचार रखेंगे। सच्ची नम्रता कभी अपने विषय में सोचती ही नहीं.... यह आत्मकेन्द्रित नहीं होता है।

यदि हम सोचते हैं कि हम दूसरों से अच्छे हैं तो हम सदा दूसरों को क्षमा करने में कठिनाई पायेंगे। इसलिए आईये, परमेश्वर के सामने स्वयं को दीन करें और अपने मन से अपने भले कामों के विषय दर्ज सारे मानसिक विवरण मिटा डालें।

अक्षमा शिकायतें करता है

बड़े भाई ने अपने पिता से कहा, कि देख; मैं इतने वर्ष से तेरी सेवा कर रहा हूँ, और कभी भी तेरी आज्ञा नहीं टाली, तौभी तू ने मुझे कभी एक बकरी का बच्चा भी न दिया, कि मैं अपने मित्रों के साथ आनन्द करता (लूका 15:29)।

उसमें शहीदों का लक्षण था–"मैं ने सारा काम खत्म कर दिया है जबकि बाकी सभी लोग खेलकूद में व्यस्त थे और मनोरंजन कर रहे थे।" संभवतः वह एक काम करने का आदी व्यक्ति था जो नहीं जानता था कि किस प्रकार मनोरंजन करना है और किस प्रकार अपने जीवन का आनन्द उठाना है; इसलिए वह ऐसा करनेवालों से जलन रखता था। वह लगातार शिकायत करता रहता था कि उसके साथ कैसा व्यवहार किया जा रहा है।

जिस रात मैं अक्षमा पर सन्देश सुनते हुए आराधनालय में बैठी थी, मैंने सोचा कि मुझे इसकी आवश्यकता नहीं है, परन्तु परमेश्वर ने प्रगट किया कि मुझमें अपने बड़े बेटे के प्रति अक्षमा पाई जाती थी क्योंकि वह उतना आत्मिक नहीं था जितना मैं चाहती थी।

यदि आप स्वयं को अक्सर किसी व्यक्ति विशेष पर शिकायत करते हुए पाते हैं तो इस बात की बहुत संभावना है कि आपके हृदय में उसके प्रति कुछ अक्षमा पाई जाती है। हो सकता है कि यह कुछ विशेष बात या ऐसी बातें हों जो इस व्यक्ति ने आपके प्रति किया है या केवल यह बात भी हो सकती है इस व्यक्ति का व्यक्तित्व आपको चिढ़ाता है। मेरे पुत्र के मामले में मैं उसके चुनावों से क्रोधित थी फिर भी यह भूल गई कि इस उम्र में मेरे चुनाव इससे भी बुरे थे।

जिन लोगों से आप क्रोधित हैं उन्हे क्षमा कीजिये, उनके विषय कुछ अच्छा सोचिये और बात कीजिये, प्रार्थना कीजिए और देखिए कि परमेश्वर आपके जीवन में और उन लोगों के जीवन में किस प्रकार कार्य करता है जिनसे आप प्रेम करते हैं।

अक्षमा पराया करता, विभाजित करता और अलग करता है

बड़े भाई ने छोटे भाई को "तेरा यह पुत्र" कहकर संबोधित किया था। वह उसे मेरा भाई नहीं कहता है, क्योंकि उसने अपने हृदय में उसके प्रति एक दीवार बना दिया था। वह भोज में शामिल होने से इन्कार करता है और दूसरों के साथ आनन्द मनाता है। उसने न केवल अपने भाई से अपने आपको दूर किया, बल्कि उन सभों से भी जो उसके भाई के साथ आनन्द मना रहे थे।

क्या आप कभी किसी से क्रोधित हुए हैं और तब किसी ऐसे व्यक्ति से भी क्रोधित हुए हैं जो उस व्यक्ति से क्रोधित न हों? ऐसे समय आए हैं जब मैंने किसी डेव से किसी ऐसे व्यक्ति के विषय में बातें की जिसने मुझे दुःख

पहुँचाया और डेव ने उस व्यक्ति का बचाव करना प्रारंभ कर दिया हो। वह मुझे स्मरण दिलाते कि हो सकता है उनका दिन बुरा गुज़रा हो और तब वह उनकी अच्छी बातें बताते।

वह मुझे स्थिति के दूसरा पहलू देखने में सहायता करने का प्रयास करते थे, परन्तु मैं उनसे क्रोधित हो जाती थी क्योंकि वह व्यक्ति को बचा रहे होते हैं जिनसे मैं क्रोधित थी। मेरे क्रोध ने न केवल मुझे उस व्यक्ति से अलग किया जिससे मैं क्रोधित थी, परन्तु उन सभों से भी दूर कर दिया जो उन्हें पसन्द करते थे। मैं सोचती हूँ कि जिन लोगों को दुःख पहुँचा है और कड़वाहट से भर गए हैं वे प्रायः एकाकी और अलगाव का जीवन व्यतीत करते हैं। वे अपनी अप्रसन्नता में इतनी व्यस्त होते हैं कि उनके पास किसी और बात के लिए समय नहीं होता है।

बड़ा भाई भोज में शामिल होना नहीं चाहता था। यदि वह शामिल होता तो उसे आनन्द आता, परन्तु वह शिकायत करने और दुःखी होने का चुनाव। अनेकता की विपत्ति का विषय बहुत महत्वपूर्ण है और मैं बाद के किसी अध्याय में इस विषय पर अधिक सामग्री शामिल करूँगी।

अक्षमा आगे भी चोट पहुँचाता रहता है

जब हम क्षमा नहीं करते हैं तो हम उन बातों के विषय में बात करने का बहाना ढूँढ़ते हैं जो लोगों ने हमारे प्रति किया है। हम अक्सर अपनी बातचीत में इस विषय को ले आते हैं। जो भी हमारी ध्यान सुनता है उसे हम यह बातें बताते हैं। यह व्यवहार हमारे लिए एक चिन्ह होने चाहिए कि हम परमेश्वर के अनाज्ञाकारी हैं और हमें तुरन्त ही उसकी सहायता पानी चाहिए, ताकि ये दुर्भाव चले जाएँ। जो कुछ मनमें हैं वही मुँह पर आता है। हम दूसरों की सुनने के द्वारा अपनी असलीयत के विषय में बहुत कुछ जान सकते हैं।

बड़े पुत्र ने पिता को स्मरण दिलाया कि वह एक ऐसे पुत्र के प्रति भलाई कर रहे हैं जो इसका हकदार नहीं है और उसने उसके पाप के विषय में चर्चा किया (लूका 15:30)। वह क्रोधित था और उसकी बातचीत में उस बात को प्रमाणित किया। यीशु ने कहा, जब हम क्रोधित होते हैं तो हमें क्रोध को जाने देना चाहिए और इसका अर्थ है कि उसे बार बार सतः पर लाना नहीं चाहिए। क्या आपने कभी सोचा है कि आपने किसी की गलती को क्षमा कर दिया है

और अगली बार जब वह कुछ ऐसा करे जो आपको चिढ़ाता है, तो आप तुरन्त ही उस पुरानी गलती को स्मरण करते हैं? हम सभी ने ऐसा किया है। इसका तात्पर्य है, कि हमने संपूर्ण रूप से क्षमा नहीं किया है और हमें परमेश्वर की सहायता माँगने की आवश्यकता है।

अक्षमा चोट पहुँचानेवाले को प्राप्त आशीषों पर अप्रसन्न होता है

बड़ा भाई ईर्ष्यालु और क्रोधित था और इस बात से क्रोधित हुआ कि उसका पिता उसके छोटे भाई को आशीष दे रहा है। वह नहीं चाहता था कि उसका खोया हुआ भाई आनन्द मनाएँ, पला हुआ बछड़ा कटवाये, नया वस्त्र पहने, चप्पल और अंगुठी पहने। वह बहुत अधिक अप्रसन्न हुआ।

दूसरे लोगों को प्राप्त आशीषों पर अप्रसन्नता व्यक्त करना बहुत कुछ हमारे चरित्र को प्रगट करती है। परमेश्वर चाहता है कि हम आनन्द मनानेवालों के साथ आनन्द मनाएँ और रोनेवालों के साथ रोएँ। वह चाहता है कि प्रत्येक व्यक्ति के लिए सही कार्य करने में हम उस पर भरोसा रखें। हमारी कहानी में छोटे भाई ने गलत किया था, परन्तु अभी उसे क्षमा, स्वीकार्यता और चँगाई की आवश्यकता थी। हो सकता है, उसके पिता ने उसके गलत व्यवहार पर उससे बाद में बात करने की ठानी हों, परन्तु इस समय उसे प्रेम की आवश्यकता थी। उसे पिता की भलाई और करुणा देखने की आवश्यकता थी। परमेश्वर हमेशा किसी के लिए भी वही करता है जो सही होता है और उसके कार्यों और कार्य करने के तरीके के लिए उसका अपना कारण होता है। इस बात से कोई फर्क नहीं पड़ता कि हम असहमत होते हैं या सोचते हैं कि यह सही है। यदि हम अप्रसन्न मनोवृत्ति रखते हैं तो इससे हमें ही दुःख होगा।

शेष हर कोई उस भोज में शामिल हुआ जिसे पिता ने दिया था; केवल कड़वाहट से भरा हुआ बड़ा भाई ने ही आनन्द मनाने से इन्कार किया। उसकी बुरी मनोवृत्ति ने उसे भोज का आनन्द उठाने नहीं दिया। उसे निश्चय ही स्वयं पर एक उपकार करने और क्षमा करने की आवश्यकता थी।

केवल इसलिए कि आप यह सुनिश्चित करें कि आपमें कोई गुप्त अक्षमा नहीं है। उस सूची पर नज़र दौड़ाईये जिसके विषय में मैंने अभी बताया है और खुले हृदय के साथ ऐसा कीजिए। परमेश्वर से कहिए, कि वह किसी भी कड़वाहट, अप्रसन्नता, अक्षमा या ठोकर को प्रगट करे। अक्षमा के लक्षण खोजिए और यदि आपमें कुछ हैं, तो डॉक्टर यीशु के पास उपचार के लिए जाईए।

अध्याय

12

एकता की सामर्थ्य और आशीष

संपूर्ण परमेश्वर के वचन में एकता, सहमति और नम्रता को प्रोत्साहित किया गया है और इसकी आज्ञा दी गई है। यदि हम क्षमा करने में तत्पर और करुणामय उदार हैं, तो यही इसे बनाए रखने के का एकमात्र मार्ग है। आज का संसार असहमति से भरा हुआ है। हम लगातार युद्ध, घृणा, और सरकारों, कलीसियाई विभागों, और सभी प्रकार के व्यवसायिक संस्थाओं में क्रान्ति के बारे में सुनते रहते हैं। फिर भी इन सबके मध्य परमेश्वर हमें शान्ति का प्रस्ताव देता है। हम चुनाव कर सकते हैं कि हम किस प्रकार जी सकते हैं।

> देखो, यह क्या ही भली और मनोहर बात है कि भाई लोग आपस में मिले रहें!
>
> *भजन संहित 133:1*

भजनकार आगे कहता है कि जहाँ है वहाँ परमेश्वर हमेशा की आशीष और जीवन की आज्ञा देता हैं। परमेश्वर उनका आदर करता है जो एकता में जीवन व्यतीत करने का प्रयास करते हैं। यीशु ने कहा कि वे जो शान्ति के बनाए रखने वाले हैं वे परमेश्वर के पुत्र हैं। इसका अर्थ है कि वे आत्मिक रूप से परिपक्व हैं। वे अपनी भावनाओं से परे जीवन व्यतीत करते हैं और परमेश्वर

की सामर्थी हाथों के नीचे स्वयं को आधीन रहने और उसकी आज्ञापालन की इच्छुक होते हैं। वे पहले करते हैं और एकता बनाए रखने में उत्साही होते हैं।

उस माहौल के विषय में सोचिए जिसमें आप रहते या काम करते हैं। क्या यह शान्तिमय है? लोग एक साथ चलते हैं? यदि नहीं, तो आप इस विषय में क्या कर रहे हैं? आप प्रार्थना कर सकते हैं; साथ चलने के लिए आप दूसरों को प्रोत्साहित कर सकते हैं। और यदि समरस्ता में कमी किसी न किसी प्रकार आपकी गलती का परिणाम है, तो आप बदल सकते हैं। आप उन बातों के विषय में बहस करना बन्द कर सकते हैं जो वास्तव में अधिक मायने नहीं रखती है। जब किसी अन्य व्यक्ति के साथ आप किसी बात में असहमत होते हैं, तो आप पहले होकर क्षमा माँग सकते हैं। बुद्धि के अच्छे फलों में से एक शान्ति है। बुद्धि में चलिए और आपका जीवन आशीषमय होगा।

> पर जो ज्ञान ऊपर से आता है वह पहले तो पवित्र (निर्दोष) होता है फिर मिलनसार, कोमल और मृदुभाव (नम्र, सभ्य) और दया, और अच्छे फलों से लदा हुआ और पक्षपात और कपट रहित होता है।
>
> *याकूब 3:17*

एकता का चुनाव

जैसा कि मैंने कहा, जहाँ कहीं हम मुड़ते हैं वहाँ परेशानियाँ हैं। इसलिए यदि हम एकता और उससे उत्पन्न शान्ति चाहते हैं, तो हमें अवश्य ही जान बूझकर उसका चुनाव करना चाहिए। हमें अवश्य ही परमेश्वर के मार्गों का चुनाव करना चाहिए और शान्ति को बढ़ावा देने में उसके पवित्र आत्मा के साथ कार्य करना चाहिए।

कोई भी विवाहित व्यक्ति जानता है कि अक्सर हम बहुत ही ऐसी बातें पाते हैं जिसमें असहमत हुआ जा सकता है। प्रायः हम ऐसे व्यक्ति से विवाह करते हैं जो व्यक्तित्व में हमारे विपरीत होता है और इसका अर्थ है कि हम एक समान नहीं सोचते हैं। हम असहमत हो सकते हैं, परन्तु हमें आदरपूर्वक और सहमति पूर्वक असहमत होना सीख सकते हैं।

मैं और डेव बहुत भिन्न हैं और जब तक हमने तनाव के खतरे और एकता को नहीं जाना तब तक वादविवाद करते हुए बहुत से वर्ष व्यर्थ गवां दिए। हमने अपने संबन्ध, घर और सेवकाई में शान्ति स्थापित करने का समर्पण किया।

हमने दृढ़ता पूर्वक विश्वास किया कि जिस प्रकार हम चाहते थे उस प्रकार परमेश्वर हमें तब तक आशीषित नहीं कर सकता था, जब तक हम विभाजित थे। संभवतः, आपने यह कहावत सुनी होगी, "जब तक जुड़े हैं, तब तक खड़े हैं; विभाजित होते ही हम गिर जाते हैं।" बाइबल कहती है, कि एक हज़ार को मार सकता है तो दो दस हज़ार को मार सकते। इस वचन से हम देखते हैं कि जब हम सहमति में जीने का चुनाव करते हैं तो किस प्रकार से सामर्थ्य कई गुणा बढ़ जाता है।

हमारी अधिकांश असहमतियों का कारण मैं ही थी। डेव हमेशा एक शान्त व्यक्ति बने रहते और वे उस तनाव को तुच्छ समझते थे जो हमारे वादविवाद और उसके पश्चात् क्रोधित रहने से उत्पन्न होता था। मैं एक ऐसे घर में पली बढ़ी थी जहाँ एकता का अभाव था और मुझे सीखना था कि शान्ति क्या होती है। मैंने परमेश्वर के वचन का अध्ययन किया और यह सीखने का प्रयास किया कि शान्ति प्राप्त करने के लिए मुझे किस प्रकार की परिवर्तनों की आवश्यकता है। मैंने पाया कि नम्रता के बिना शान्ति नहीं मिल सकती है। नम्रता सबसे मुख्य गुण है जिसकी खोज की जानी चाहिए और संभवतः प्राप्त करने और बनाए रखने में सबसे कठिन भी।

एक वास्तविक दीन व्यक्ति सभी प्रकार के व्यर्थ (अनुपयोगी, निर्जिव) बातचीत से बचेगा, क्योंकि हमें अधिक से अधिक अनीश्वरत्व की ओर ले जाएगा। वे मूर्खतापूर्ण विवादों, अज्ञानता के प्रश्नों के प्रति अपने आपको दूर रखेंगे क्योंकि वे जानते हैं कि वे तनाव को जन्म देते और प्रोत्साहित करते हैं।

क्या आपको स्मरण है कि कब पिछली बार आपने किसी बात पर किसी से ऐसा वादविवाद किया था जो कि बहुत ही दयनीय और वास्वत में मूर्खतापूर्ण था? शायद, आपका दिन बुरा गुज़रा था और कुछ ऐसा कहा गया था जिसे कहने से बचा जा सकता था और इससे विवाद उत्पन्न हो गया था। आप तुरन्त ही माफ़ी माँग सकते थे परन्तु अपने घमण्ड के कारण आपने मूर्खतापूर्ण बातचीत जारी रखा और स्वयं को सही ठहराने का प्रयास करते रहे। आपने अपना दिन बर्बाद कर दिया, दिनभर तनाव में रहे, सिरदर्द होता रहा, आपके पेट में गाँठ पड़ गई और प्रार्थना करने का मन भी न रहा। आप अपने हृदय में जानते थे कि आपने बुरा व्यवहार किया है और आपका आधा भाग तो कहना चाहता था, "मुझे खेद है; यह मेरी गलती थी और मैं तुमसे क्षमा माँगती

हूँ।" परन्तु दूसरा भाग, आपका स्वार्थ ने आपको इतना कठोर बना दिया कि आपने वैसा करना न चाहा।

मैं निश्चय ही, इस प्रकार के समयों को याद करती हूँ, परन्तु धन्यवाद हो कि मैं अब उस प्रकार का जीवन व्यतीत नहीं करती। मैं तनाव, अशान्ति, असामन्जस्य और असहमति से घृणा करती हूँ। सही होना ही सबकुछ नहीं होता है। हम अक्सर केवल इस बात के लिए दूसरों के साथ तनाव में आ जाते हैं कि असहमति के समय स्वयं को सही ठहराएँ, परन्तु यदि हम ऐसा करते भी हैं, तब भी हम आत्मसन्तुष्टि और एक घमण्डपूर्ण भावना से बढ़कर क्या कमाते हैं? मैं सोचती हूँ कि यदि हमने स्वयं को दीन किया होता और परमेश्वर को अपना निर्दोष ठहरानावाला माना होता, तो हम अधिक अच्छे होते। यदि वह उसकी सर्वश्रेष्ठ योजना है तो किसी परिस्थिति में हमें सही ठहराने के लिए वह पूरी तरह सक्षम है। परमेश्वर का वचन कहता है कि प्रेम अपनी भलाई नहीं चाहता है (1 कुरिन्थियों 13:5)। वह तो सही होने पर भी सही होने का दावा नहीं करता है! भले ही आप विश्वास न करें कि अमुक व्यक्ति सही है, परन्तु बहस करने के बजाय क्या आप चाहते हैं कि वह स्वयं को सही मानता रहे? यदि आप चाहते हैं तो आप मेल करवानेवाले बनने और एकता बनाए रखने की दिशा में एक कदम और आगे बढ़ गए हैं।

हाल ही में मैं अपने परिवार के ग्यारह सदस्यों के साथ एक यात्रा पर गई थी जिसमें डेव, हमारे दो बच्चे, उनके जीवनसाथी, और बहुत सारे नाती–पोते भी शामिल थे जिनमें से कुछ किशोरवय के थे। हम सभी एक ही घर में रह रहे थे और हमारे पास अनेकता और पीड़ा देनेवाली भावनाओं का अवसर था। ऐसा नहीं था कि सभी समान कार्य करना चाहते थे या टीवी पर समान कार्यक्रम देखना चाहते थे, एक ही खेल खेलना चाहते थे, या एक ही स्थान पर भोजन करना चाहते थे। किशोरवय के बच्चों की आदतें अक्सर ऐसी होती हैं जो बहुत निराश करती हैं और तब हमें स्मरण करना पड़ता है कि किशोरावस्था में हम भी उनकी तुलना में कुछ अच्छा व्यवहार नहीं करते थे।

मेरा मुद्दा यह है, कि उस यात्रा में यद्यपि हम सभी मसीही थे जो परमेश्वर की आज्ञा का पालन करना और मेल के साथ रहने का प्रयास करते थे, परन्तु हमें इसके लिए प्रयास करना था, जिस प्रकार यदि आपकी अभिलाषा एकता बनानी की है तो आप करेंगे। जिस परिस्थिति का मैंने वर्णन किया है उसमें

तब तक शान्त वातावरण बनाए रखना असंभव होता है जब तक कि हर एक व्यक्ति को दीन न करे और करुणा और क्षमा में उदार न हों। जब परमेश्वर ने अपने वचन में हमें क्षमा करने में तत्पर होने की आज्ञा दी, तब वह अच्छी तरह जानता था कि वह क्या कर रहा है। शैतान हमेशा इस ताक में लगा रहता है कि कब हमारे जीवन में कठिनाइयाँ लाए, परन्तु परमेश्वर ने हमें उसे पराजित करने के मार्ग बताएँ हैं। करुणा में उदार हों, सहनशील और धीरजवन्त हों, समझदार हों, अपने पापों को पहचानें, और यह आपकी सहायता करेगी कि आप दूसरों का न्याय करने में तत्पर न हों और तुरन्त और पूरी रीति से क्षमा कर सकें ताकि आप शैतान के तनावरूपी फन्दे में न फँसे।

हम सभों के लिए संबन्ध बहुत महत्वपूर्ण होते हैं। बुरे संबन्ध कष्टप्रद होते हैं, परन्तु अच्छे संबन्ध संसार में सबसे लाभदायक और आशीषित बातों में शामिल हैं। शैतान संबन्धों को बिगाड़ने की खोज में लगा रहता है क्योंकि वह एकता की सामर्थ्य को जानता है। वह हमारे विरुद्ध हमारे ही व्यक्तित्व की भिन्नताओं का उपयोग करता है। वह हमें हमसे कहे गए अभिप्राय से बाहर काम करने देता है, वह दुःख देनेवाली भावनाओं, क्रोध और विद्रोही स्वभाव को बढ़ावा देता है जो क्षमा करने से इन्कार करता है, परन्तु हमें शैतान पर अधिकार है और हम उसका और हमारे घरेलू, कामकाजी, विद्यालयीन, कलीसियाई या किसी और स्थान के संबन्धों में विभाजन लाने के उसके चालों का प्रतिरोध कर सकते हैं।

अपने आपसे पूछिए, कि अशान्ति का लाभ क्या है। क्या इससे कुछ लाभ होता है या परिस्थिति बदलती है? अधिकांशतः, तनाव हमें कष्ट देता है और उससे कुछ भी भला नहीं होता है। आईए, कार्य करने और शान्ति स्थापित करने का निर्णय लें। हममें से कोई भी संसार की संपूर्ण अशान्ति को हल नहीं कर सकते हैं, परन्तु हम सभी अपने स्वयं के जीवनों और संबन्धों के लिए उत्तरदायी हो सकते हैं। प्रार्थना करना प्रारंभ कीजिए और परमेश्वर से माँगिए कि अपने जीवन में अधिक शान्ति पाने के लिए आप और क्या परिवर्तन लाना चाहेंगे।

ग्रहणयोग्य हों

हममें से अधिकांश लोग अपने तरीके से जीना पसन्द करते हैं, परन्तु एकता पाने के लिए हमें अवश्य ही सामन्जस्य बिठाना और ग्रहणयोग्य होना सीखना चाहिए। इन वचनों पर विचार कीजिएः

आपस में एक सा मन रखो; अभिमानी (दंभी, अपने आपको बड़ा समझने वाला, विशिष्ट) न हो; परन्तु दीनों (लोगों) के साथ संगति रखो; अपनी दृष्टि में बुद्धिमान न हो।

बुराई के बदले किसी से बुराई न करो; जो बातें सब लोगों के निकट भली है, उनकी चिंता किया करो।

जहाँ तक हो सके, तुम भरसक सब मनुष्यों के साथ मेलमिलाप रखो।

रोमियों 12:16—18

इन पदों पर बारिक दृष्टि डालने से बहुत शीघ्र हमें यह पता चलता है, कि यदि हमारी मनोवृत्ति सही नहीं है तो हम एक दूसरे के साथ सामन्जस्य में नहीं जी सकते हैं। हमें एक नम्र मनोवृत्ति की आवश्यकता होती है, एक ऐसी मनोवृत्ति जो स्वीकार करने और अन्य लोगों के परिस्थितियों को स्वीकार करने के इच्छुक हों। जो कुछ हम विश्वास करते हैं कि सही है उसके लिए हमें खड़ा होना चाहिए परन्तु छोटी छोटी बातें और महत्व रखती हैं और एक बार जब हम दूसरों को ग्रहण कर लेते हैं तो हमें ऐसा करने का प्रयास करना चाहिए।

अपनी मन मर्ज़ी पर चलना किसी के लिए भी हमेशा अच्छा नहीं होता है। हमें नम्रता और प्रेम में एक दूसरें के प्रति समर्पित होने की अनुभव पाने की आवश्यकता है। हम सभी को दूसरों के प्रति समर्पित होने की आवश्यकता होती है और समय समय पर उन्हें और उनकी पसन्द को महत्व देना पड़ता है और हमें एक अच्छी मनोवृत्ति के साथ यह करने की आवश्यकता है।

हमारे पूरे वैवाहिक जीवन में डेव मुझे हमेशा चुनाव करने देते थे कि हम बाहर कहाँ खाना खाने जाएँगे। एक सहज व्यक्ति होने के कारण यह बात उनके लिए बहुत मायने नहीं रखती थी परन्तु यह था और मेरे लिए अब भी महत्व रखता है। कुछ कारणवश पिछले कुछ वर्षों में वह इस मामले में बहुत ही पसन्द नापसन्द देखनेवाले हो गए हैं कि वह कहाँ खाते हैं और क्या खाते हैं और अचानक वे उन जगहों पर खाने से इन्कार कर देते हैं जहाँ अधिकांश समय मैं खाना चाहती हूँ। उन्होंने निर्णय लिया है कि वह लहसन नहीं खाएँगे और इटालीयन भोजन मेरा पसन्दीता भोजन है। इसलिये मुझे निश्चय है कि आप समस्या को उभरते हुए देख सकते हैं। मैं चाईनीज़ भोजन ही पसन्द करती

हूँ और यद्यपि वह कभी कभी इसे खाना पसन्द करते हैं, परन्तु वे इसके पीछे नहीं पड़ते या इसमें उसे अधिक मज़ा नहीं आता है। मैं दीवार पर लिखी हुई इबारत पढ़ सकती हूँ, इसलिए कहती हूँ और मैं जानती हूँ कि मैं स्वीकार करने जा रही हूँ। मैं हमेशा इस बात में बहुत अधिक पसन्द ना पसन्द का ख्याल रखा करती थी कि कहाँ खाना खाना है। इसलिए मैं अनुमान लगाती हूँ अब चुनाव करने का समय उनका है कि वे क्या चाहते हैं।

मैं स्वीकार करूँगी कि वह मेरे लिए कुछ कठोर रहे थे। किसी भी समय जब वे किसी बात पर लंबे समय से अपनी ही मर्ज़ी पर चलते रहते हैं, तो यह अधिक कठिन हो जाता है जब बातें बदल जाती हैं। परन्तु मैंने स्वयं को स्मरण दिलाया है कि पिछले चौवालीस वर्षों में डेव ने मुझे हमेशा चुनाव करने दिया है कि कहाँ खाना खाना है। इसलिए अब यह निश्यय ही उनकी बारी है। कभी कभी हम स्वीकारयोग्य होने के अधिक आसानी से सामन्जस्य बिठा सकते हैं यदि भावनात्मक रूप से प्रतिक्रिया न दें और अपने आप में कारण ढूँढ़ने में ज़्यादा समय लगाएँ।

ऊपर वर्णित पद हमें यह भी बताता है कि हम स्वयं का अधिक मूल्यांकन न करें। हमें कभी नहीं सोचना चाहिए कि हमारी चाहत अन्य लोगों की चाहत से अधिक मूल्यवान है। हम सबका चाहत समान है और हमारे अधिकार समान है; यह बात मन में बिठाना हमारी सहायता करता है कि हम अन्य लोगों की अभिलाषाओं को सम्मान दें।

अपनी प्रार्थना की शक्ति बढ़ाईए

प्रार्थना हमारा सबसे बड़ा सुअवसर है और यह ऐसी बात है जो हमारे जीवन में और अन्य लोगों के जीवनों में बहुतायत की आशीष और शक्ति के लिए द्वार खोलती है। परमेश्वर हमारी प्रार्थनाओं को सुनता है और उत्तर देता है, परन्तु वह हमें बताता है कि हमें बिना क्रोध के और सहमति में प्रार्थना करनी चाहिए।

> इसलिये मैं चाहता हूँ, कि हर जगह पुरुष (अपने मनों में) बिना क्रोध और विवाद के पवित्र हाथों को उठाकर प्रार्थना किया करें।
>
> *1 तीमुथियुस 2:8*

यह पद स्पष्ट रीति से बताता है कि हमें बिना क्रोध के प्रार्थना करनी चाहिए। मरकुस 11 अध्याय में हमसे कहा गया है, कि जब हम प्रार्थना करते हैं तो सबसे पहले हमें अवश्य ही हर किसी को क्षमा करना चाहिए जिसके विरुद्ध हमारे मन में कुछ है। यह एक और पद है जो यह स्पष्ट करता है, कि हम एक क्रोध और तनाव से भरे हृदय से प्रार्थना नहीं कर सकते हैं और यह आशा नहीं कर सकते हैं कि हमारी प्रार्थनायें सुनी जाएँगी।

आज संसार में बहुत सारे क्रोधी लोग पाए जाते हैं और उनका एक बहुत बड़ा हिस्सा मसीहियों का है, जो अधिक जानते हैं। वे प्रार्थना करते हैं और इस गलतफहमी में रहते हैं कि उनके क्रोध से कोई फर्क नहीं पड़ता है। वे अपने क्रोध को उचित समझ सकते हैं परन्तु परमेश्वर उसे दोषी ठहराता है और कहता है, कि हमें प्रार्थना करने से पूर्व अवश्य ही इससे छुटकारा पा लेना चाहिए। प्रार्थना में परमेश्वर के पास जाने का सबसे अच्छा मार्ग सबसे पहले स्वयं के सारे पापों से पश्चाताप करना और तब यह सुनिश्चित करना है कि आपके मन में किसी के प्रति किसी प्रकार की कोई ऐसी बात नहीं है जिसे क्षमा नहीं किया गया है। यदि हम दूसरों को क्षमा करने में उसे इन्कार करते हैं, तो किस प्रकार परमेश्वर की क्षमा की अपेक्षा कर सकते हैं? मुझे निश्चय है, कि परमेश्वर के विरुद्ध हमारे अपराध हमारे प्रति दूसरों के अपराध से कहीं अधिक गंभीर हैं।

यदि वे सहमति में जीने का निर्णय लें तो एक पति और पत्नी या एक परिवार प्रार्थना में बहुतायत की सामर्थ्य पा सकता है।

> फिर मैं तुम से कहता हूँ, यदि तुम में से दो जन पृथ्वी पर किसी बात के लिए जिसे (कुछ भी और सबकुछ) वे माँगे, एक मन (एक साथ समरस्ता रखें, एक लय में चलें) हों, तो वह मेरे पिता की ओर से जो स्वर्ग में है उनके लिए हो जाएगा।
>
> *मत्ती 18:19*

यह पद सचमुच में आश्चर्यजनक है और जो कुछ वह कहता है यदि हममें से कोई वास्तव में उस पर विश्वास करे, तो हमें निश्चय ही एकता और समरस्ता में जीने का निर्णय लेना चाहिए। हमारी मूर्खतापूर्ण घमण्ड उस मूल्य की तुलना में नगण्य है जो हम प्रार्थना की शक्ति खोने के द्वारा चुकाते हैं।

मेरे जीवन में एक बार मैंने मूर्खतापूर्ण रीति से सोचा कि जब भी मैं चाहती मैं डेव के साथ बहस कर सकती थी और जो हमारे जीवन के उस क्षेत्र में हमें नए प्रारंभ की आवश्यकता होती तो हम एक साथ आ सकते थे और प्रार्थना कर सकते थे जिसे हम सामान्य रीति से "सहमति की प्रार्थना कहते थे।" परन्तु जैसा कि हम मत्ती 18:19 में देख सकते हैं। हमारी इस प्रकार की प्रार्थनायें प्रभावशाली नहीं होंगी जिस प्रकार की सामर्थ्य बात परमेश्वर कह रहा है वह केवल उन लोगों को प्राप्त होता है जो शान्ति स्थापित करने और बनाए रखने के लिए अपनो सर्वोत्तम प्रयास करते हैं। यदि कोई ऐसा करता है, तो परमेश्वर इतना अधिक प्रसन्न होता है कि वह उसकी प्रार्थनाओं का उत्तर विशेष रीति से देगा। इस पद के तुरन्त बाद ही पतरस ने यीशु से पूछा था, कि उसे कितनी बार अपने भाई को क्षमा करना चाहिए। पतरस प्रार्थना में इस प्रकार की सामर्थ्य चाहता था, परन्तु ऐसा प्रतीत होता है कि वह इस बात को समझता था कि उसे एक या अन्य शिष्यों के साथ समस्या है। वह केवल यह जानना चाहा रहा था कि यीशु उससे कब तक शान्ति बनाए रखने की अपेक्षा करता है। जो उत्तर यीशु ने दिया वह महत्वपूर्ण था कि पतरस को उतनी बार क्षमा करने की आवश्यकता थी जितनी कि एकता बनाए रखने के लिए आवश्यक थी।

> तब पतरस ने पास आकर, उस से कहा; "हे प्रभु, यदि मेरा भाई अपराध करता रहे, तो मैं कितनी बार उसे क्षमा करूँ, क्या (अधिकतम) सात बार तक?"
>
> *मत्ती 18:21*

मुझे निश्चय है, कि पतरस सोचता था कि वह बहुत दयालु है। इसलिए यीशु के उत्तर अवश्य ही उसे चौंकानेवाले थे।

> यीशु ने उससे कहा, "मैं तुझसे यह नहीं कहता, कि सात बार तक, वरन् सात बार के सत्तर गुने तक।"
>
> *मत्ती 18:22*

इसका हिसाब 490 बार होता है, परन्तु यीशु के यह कहने का एक तरीका है, "जितनी बार तुम क्षमा कर सकते हो करो, इसमें सीमारेखा मत खींचो।"

प्रार्थना हमारे लिए एक बहुमूल्य वरदान और बहुत ही सामर्थी अवसर है कि हम असहमति में जीने से बच जाएँ। प्रार्थना करने से पूर्व समय निकालकर

अपने हृदय की जाँच करें और यदि आपको किसी के साथ संबन्ध सही करने की आवश्यकता है, तो मेल करने की दिशा में पहल करनेवाले बनें।

परमेश्वर का वचन हमसे यहाँ तक कहता है कि जब हम वेदी पर भेंट लेकर आते हैं, तब यदि हमें स्मरण आता है कि हमारे भाई के मन में हमारे विरोध में कुछ है, तो हमें भेंट को वहीं छोड़ देना है और जाकर अपने भाई के साथ मेल कर लेना है (मत्ती 5:24)। यह निश्चय ही हमें सिखाता है कि हम शान्ति स्थापित करने में आक्रामक हों।

सेवा में सामर्थ्य

जब हम परमेश्वर की सेवा में अपना जीवन दे देते हैं तो हमारे लिए बड़ी सामर्थ्य उपलब्ध रहती है। यीशु ने अपने शिष्यों को दो दो करके भेजा और उनसे कहा, कि वे सुसमाचार प्रचार करें और बीमारों को चँगा करें। उसने उनसे यह भी कहा कि वे ऐसा घर भी ढूँढ़े जहाँ वे शान्ति से रह सकते हैं (लूका 10:1–9)। वह जानता था कि वे अपने हृदय में अशान्ति रखते हुए परमेश्वर की सामर्थ्य नहीं पा सकते थे। निश्चय ही परमेश्वर ने उन्हें जो प्रतिज्ञा दी वह समरस्ता स्थापित करने के उनके प्रयासों से कहीं अधिक मूल्यवान थी।

> देखो, मैंने तुम्हें साँपों और बिच्छुओं को रौंदने का, और शत्रु की सारी सामर्थ्य पर (शारीरिक और मानसिक सामर्थ्य और योग्यता) अधिकार दिया है; और किसी वस्तु से तुम्हें कुछ हानि न होगी।
>
> *लूका 10:19*

मैं चाहती हूँ कि मेरे जीवन में यह प्रतिज्ञा वास्तविकता बन जाए और मुझे निश्चय है कि आप भी ऐसा ही चाहते हैं, इसलिए आईये एकता, समरस्ता और सहमति में बने रहने के लिए समर्पित हों। इसका यह तात्पर्य नहीं है कि हमें अक्सर अन्य लोगों के समान सोचना चाहिए या उनके चुनावों से सहमत होना चाहिए, परन्तु इसका तात्पर्य है कि हम इस विषय में न लड़ने के लिए सहमत होते हैं। अपने कार्य पर ध्यान देने के द्वारा हम बहुत से तनाव से बच सकते हैं। स्मरण करने के लिए एक अच्छी बात यह है कि यदि किसी बात में हमारा कोई उत्तरदायित्व नहीं है, तो हमें उस पर विचार व्यक्त करने की आवश्यकता नहीं है।

अक्सर हम ऐसे समय पर भी अपने विचार व्यक्त कर देते हैं जब कोई हमसे सलाह माँगता या चाहता भी नहीं है और यह विवाद या अपराध का कारण बन जाता है। मैं ऐसा व्यक्ति हूँ जो अपने विचारों में बहुत खुलापन रखती है परन्तु मैंने पवित्र आत्मा से सहायता माँगी है कि मैं अपनी बुद्धि को स्वयं तक ही सीमित रखूँ जब तक कि मुझसे इसकी माँग नहीं की जाती है। मैंने अब तक इस क्षेत्र में सिद्धता प्राप्त नहीं की है, परन्तु मैं लगातार यह सीख रही हूँ कि यह कितना महत्वपूर्ण है।

प्रेरित पौलुस ने फिलिप्पि नगर की कलीसिया को पत्र लिखा जिसमें उसने यूओदिया और सुन्तुखे नामक दो स्त्रियों को प्रोत्साहित किया कि वे प्रभु में एक मन रहे हैं। उसने दूसरे लोगों को भी प्रोत्साहित किया कि वे इन दोनों की सहायता करें क्योंकि उन्होंने सुसमाचार फैलाने में पौलुस के साथ परिश्रम किया था (फिलिप्पियों 4:2–3)। हमें यह तो नहीं मालूम उनके तनाव का कारण क्या था, परन्तु शायद उनकी समस्या किसी बात को लेकर मतभिन्नता थी। पौलुस ने अवश्य ही सुना होगा कि ये दोनों स्त्रियाँ साथ रहने में कठिनाई महसूस कर रही हैं और यह जानते हुए कि यह सेवकाई की सामर्थ्य को कमज़ोर करेगी उसने इस विषय में विशेष सलाह देने के लिए पत्र लिखने हेतु समय निकाला। पौलुस ने उन दोनों स्त्रियों के लिए जो कुछ भी लिखा वह हमारे लिए भी लिखा गया है। यदि हम परमेश्वर की सेवा में सामर्थ्य चाहते हैं, तो हमें अवश्य ही एक दूसरे के साथ चलना चाहिए। हममें अवश्य ही एकता होनी चाहिए!

फिलिप्पियों को लिखते हुए पौलुस ने कहाः

> तो मेरा यह आनन्द पूरा करो कि एक मन रहो, और एक ही प्रेम, एक ही चित्त, और एक ही मनसा रखो।
>
> *फिलिप्पियों 2:2*

परमेश्वर के वचन में जिन महान स्त्री पुरुषों के विषय में हम पढ़ते हैं वे सब एकता के लिए समर्पित थे। वे जानते थे कि इसके बिना परमेश्वर की सेवा प्रभावहीन होगी। हमारी सेवकाई के प्रारंभिक दिनों में डेव और मैंने परमेश्वर से कलह के खतरों के विषय में दर्शन प्राप्त किया था। कलह छोटी समस्या नहीं है परन्तु यह खतरनाक है। यदि यह रोका नहीं जाता है तो यह महामारी की

तरह फैलती है। मैं कलह और लोगों के जीवनों में इसके कार्यों से घृणा करती हूँ और इसे अपने जीवन से बाहर रखने में मैं तत्परता पूर्वक प्रयास करती हूँ।

> सबसे मेल मिलाप रखो, और उस पवित्रता के खोजी हो जिसके बिना कोई प्रभु को कदापि (कभी भी) न देखेगा।
>
> ध्यान से (एक दूसरे को) देखते रहो, ऐसा न हो, कि कोई परमेश्वर के अनुग्रह (अयोग्य पर उसकी करुणा और आत्मिक आशीष) से वंचित रह जाए, या कोई कड़वी जड़ (विद्वेष, कड़वाहट या घृणा) फूटकर कष्ट दे, और उसके द्वारा बहुत से लोग अशुद्ध हो जाएँ।
>
> *इब्रानियों 12:14—15*

यह पद हमें सिखाता है कि हमें अवश्य ही (तत्पतापूर्वक) अपने जीवन से कलह को दूर रखने का प्रयास करना चाहिए। जैसा कि मैंने कहा इसमें बहुत अधिक भिन्नता और मेल करवानेवाले बनने में आक्रामक होने की इच्छा होनी चाहिए। इसका तात्पर्य है कि हमें अवश्य ही सही होने का अपना अधिकार छोड़ देना चाहिए, अपने काम पर ध्यान देना चाहिए और अक्सर हमें कुछ ऐसा कहने से बचने की आवश्यकता होगी जिसे हम कहने जा रहे हैं, परन्तु उससे कष्ट ही होगा।

मैंने इस विषय पर शिक्षा देने पर अच्छा खासा समय खर्च किया है जो लोगों में एकता को बढ़ावा देगा। जब शान्ति नहीं होती है तब जीवन कष्टदायी होता है और सच्चाई यह है कि जब हममें शान्ति नहीं होती है, तब हमारे पास सामर्थ्य भी नहीं होती है।

हमें कलह से दूर रहने में एक दूसरे की सहायता करनी चाहिए। हमारे सदस्यों में एक पास्टर हैं जिनके पास बहुत अदभुत वरदान हैं, परन्तु एक क्षेत्र जिसमें वे बहुत अच्छे हैं वह है "संघर्ष सुलझाना।" यदि हमारे किसी विभाग में या किन्हीं दो कर्मचारियों के मध्य संबन्धों में कलह आ गया है, तो वह उनमें हस्तक्षेप करते हैं और उनके कलह और अलगाव का समाधान करने की दिशा में प्रयास करते हैं। हम जानते हैं कि यदि हम एकता नहीं रखेंगे तो प्रभु के प्रति हमारी सेवा कमज़ोर पड़ जाएगी।

अक्सर हम पाते हैं कि उचित संवादहीनता के कारण कलह उत्पन्न होता है। इसके कारण बहुत से संबन्ध बर्बाद हो गए हैं और यह दुःखद है क्योंकि यदि

हम चाहते हैं तो कुशल संवाद का प्रशिक्षण ले सकते हैं। हमारे पास्टर संघर्ष संवाद में लोगों की सहायता करते हैं और इससे अक्सर समस्या सुलझ जाती है। यदि इससे समस्या का समाधान नहीं होता है और हम पाते हैं कि एक या अधिक पक्ष कलह बनाए रखना चाहता है, तब हम जानते हैं कि जॉयस मेयर मिनिस्ट्रीज़ उनके लिए उचित मंच नहीं है जहाँ वे सेवा कर सकें। परमेश्वर के लिए प्रभावी होने हेतु हमें अवश्य ही एकता बनाए रखनी चाहिए।

बाइबल में हम दो मनुष्य अब्राहम और लूत के विषय में पढ़ते हैं जिनके चरवाहों ने पशु चराने के अधिकार को लेकर आपस में झगड़ा किया। एक बुद्धि मान मनुष्य की भाँति अब्राहम शीघ्र ही लूत के पास गए और उससे कहे, "मेरे और तेरे बीच, और मेरे और तेरे चरवाहों के बीच में झगड़ा न होने पाए।" तब उसने लूत के सामने उसकी इच्छानुसार भूमि चुनने का प्रस्ताव रखा और कहा, जो कुछ बचेगा उसे ही वह लेगा। हम देखते हैं, कि इस परिस्थिति में अब्राहम स्वयं को दीन कर रहा है और भविष्य के कलह के लिए द्वार बन्ध करता है। लूत ने अपने लिए सबसे अच्छी भूमि का चुनाव किया परन्तु परमेश्वर ने अब्राहम को पहले से कहीं अधिक आशीष प्रदान किया क्योंकि उसने शान्ति बनाए रखने का प्रयास किया था। (उत्पत्ती 13).

मैंने अपने जीवन से कलह को दूर रखने के लिए स्मरण दिलाने हेतु इस कहानी का उपयोग किया है और अपनी शिक्षाओं में मैं अक्सर इसका उपयोग करती हूँ। यदि आप स्वयं को दीन करते हैं और अपने जीवन से कलह को दूर रखते हैं तो परमेश्वर आपको बहुतायत की आशीष देगा और आप प्रार्थना और सेवा में सामर्थ्य के साथ साथ शान्ति का आनन्द भी प्राप्त करेंगे।

मैं अन्त में यह स्मरण दिलाते हुए इस अध्याय को समाप्त करना चाहूँगी, कि एकता में बने रहने का एकमात्र मार्ग करुणा और क्षमा में उदार होना है। परमेश्वर ने हमें अपने अपराधियों को क्षमा करने की शिक्षा देते हुए शान्ति की कुन्जी दी है और न्याय और आवश्यकता के समय अपने जीवन में निर्दोष ठहरने के लिए हम उस पर भरोसा रख सकते हैं। हमारा काम क्षमा करना है और उसका काम न्याय करना है। आप अपना काम कीजिए और परमेश्वर को अपना काम करने दीजिए।

> और मेल के बन्धन में आत्मा (आत्मा द्वारा उत्पादित) की एकता रखने का यत्न करो।
>
> *इफिसियों 4:3*

अध्याय
13
हे परमेश्वर, मुझ पर दया कर

जब हम स्वयं के पापों और कमियों के विषय में सचेत होते हैं, तो दूसरों को और उनकी गलतियों को क्षमा करना वास्तव में कहीं अधिक आसान हो जाता है। परमेश्वर कभी भी ऐसे कार्य को करने के लिए नहीं कहता है जो उसने पहले कभी हमारे लिए नहीं किया है। हमें दूसरों को क्षमा करना सिखाने से पहले परमेश्वर अपनी क्षमा हमें दिखाता है। वह चाहता है कि हमारे साथ संबन्ध रखे, वह हमारे साथ एकता और सामन्जस्यता चाहता है; इसलिए उसे अवश्य ही हमें क्षमा करना चाहिए।

परमेश्वर के महान अनुग्रह और करुणा के पहले क्षमा प्राप्त होती है। वास्तव में, करुणा परमेश्वर के सुन्दर गुणों में से एक है। करुणा एक महान और कुछ ऐसी बात है जिसकी हमें प्रशंसा करनी चाहिए। यहाँ हम इस पृथ्वी पर हम कम या ज़्यादा की अपेक्षा करते हैं, परन्तु मैं सोचती हूँ कि स्वर्ग में स्वर्गदूत परमेश्वर के करुणा से भरपूर रहते हैं। एन्ड्रू मोरे नामक एक मसीही लेखक और सेवक ने कहा है, कि "परमेश्वर का सर्वसिद्ध होने का गुण एक आश्चर्य है, परमेश्वर के सर्वसामर्थी होने का गुण एक आश्चर्य है। परमेश्वर की बेदाग पवित्रता एक आश्चर्य है, परन्तु सबसे बड़ा आश्चर्य परमेश्वर की करुणा है।"

परमेश्वर हम जैसे घृणित पापियों को भी पूरी रीति से क्षमा करता है और अपनी संगति में ले लेता है। वह उन लोगों के प्रति भी भला है जो सचमुच में

उसकी भलाई के पात्र नहीं हैं। यदि हम इस बात को जानें कि परमेश्वर एक दिन में हमें कितनी बार उन विचारों के लिए क्षमा करता है जिसे हमने सोचा है या जो हमने विचार किया है, कहा है, या किया है, तो हम कभी भी दूसरों को क्षमा करने में कठिनाइयों का अनुभव नहीं करेंगे जिन्होंने हमारे विरुद्ध पाप किया है। हमें दिन में कई बार परमेश्वर के सामने अपनी आवाज़ उठाना और कहना चाहिए, "हे परमेश्वर, मुझ पर दया कर और मेरी सहायता कर कि मैं दूसरों पर दया कर सकूँ।"

बिना हमें सुसज्जित किये परमेश्वर हमसे कभी कुछ करने के लिये नहीं कहता है। जो कुछ उसने हमें पहले नहीं दिया उसे दूसरों को देने में हमें नहीं कहता है। उसने हमें निशर्त प्रेम किया है और दूसरों को निशर्त प्रेम देने के लिए हमसे कहता है। हमें करुणा देता है और हमसे दूसरों के प्रति करुणामय बनने के लिए कहता है। वह हमें क्षमा करता है और हमें दूसरों को क्षमा करने के लिए कहता है। क्या यह बहुत अधिक माँगे हैं? मुझे नहीं लगता है।

बाइबल हमें सिखाती है, कि जिसे अधिक दिया गया है, उससे अधिक लिया जाएगा (लूका 12:48)। परमेश्वर बहुतायत से देता है और इसलिए बहुतायत से पाने की अपेक्षा करने का भी अधिकार है। कुछ समय लीजिए और अपने जीवन पर एक दृष्टि डालिए और यह स्मरण करने का प्रयास कीजिए कि परमेश्वर आपको क्षमा करने के लिए कितना अधिक इच्छुक रहा है। क्या आप एक ही पाप को बार बार करने के दोषी हैं? क्या परमेश्वर ने अपने अनुग्रह में होकर आपके जीवन में कार्य किया है और आपको तब तक लगातार क्षमा किया है जब तब आपने सही करना नहीं सीखा है? निश्चय ही, इनका उत्तर हाँ है। हम सभी के लिए यह हाँ है।

मसीह में परमेश्वर ने हमारे लिए क्या किया है?

यीशु मसीह के बलिदान के द्वारा परमेश्वर ने हमें अन्धकार से ज्योति में अपनी ओर खींचा है। वह हमें पाप और दुःख में पाता है और हमें एक नया जीवन देने का प्रस्ताव रखता है। यदि हम उसे केवल "हाँ" कहें, तो वह हमारे पापों को क्षमा करता है और अपने अनुग्रह और करुणा के द्वारा उसके साथ हमारे संबन्ध को सही करता है। वह न केवल हमारे पापों को क्षमा करता है, परन्तु वह उसे हमसे इतनी दूर ले जाता है जितना कि पूरव से पश्चिम दूर

है और फिर कभी उन्हें स्मरण नहीं करता है (इब्रानियों 10:17; भजन संहित 103:12)। वह हमें निराशा के गर्त से बाहर निकालता है और हमारे जीवनों को महत्वपूर्ण बना देता है (याकूब 4:10), और आश्चर्यजनक सुन्दरता यह है कि हम इनमें से किसी के भी हकदार नहीं हैं। परमेश्वर से अनुग्रह को पाने के योग्य हमने कुछ भी नहीं किया है न ही हम इसके योग्य कभी कुछ कर सकते हैं। क्षमा निश्चय ही एक वरदान है। यह एक ऐसी बात है जिसे हम प्राप्त करते हैं और हमें इसे दूसरों को देने के इच्छुक होने चाहिए। यह न केवल एक ऐसा वरदान है जिसे हम दूसरों को देते हैं, परन्तु यह सच में एक ऐसा उपहार है जिसे हम स्वयं को देते हैं। जब हम दूसरे व्यक्ति को क्षमा करते हैं, तो हम अपने मन को शान्ति, नई ताज़गी और भय और कानाफूसी को आने देने के बजाय निर्माणात्मक कार्य करने देने के लिए समय प्रदान करते हैं।

करुणा तर्क से परे दया होती है। दूसरे शब्दों में परमेश्वर की करुणा का कोई कारण नहीं ढूंढ़ा जा सकता है। वह करुणामय है और हम उसकी करुणा के आशीषित प्राप्तकर्ता हैं।

परमेश्वर ने मसीह में हमें छुड़ाया है, धर्मी ठहराया है, पवित्र किया है और हमेशा हमें मेलमिलाप करने की प्रक्रिया में है। परमेश्वर की करुणा के लिये हम सदा उसके धन्यवादी हों। मुझे आज और प्रतिदिन करुणा की आवश्यकता है। मैं परमेश्वर की महान करुणा का ऋणी हूँ और मेरा ऋण बढ़ जाता है, जब मैं यह सोचने के लिए समय निकालती हूँ कि परमेश्वर ने मेरे लिए क्या किया है।

क्या आप वर्तमान समय में किसी को क्षमा करने के विषय में संघर्ष कर रहे हैं जिसने आपके साथ कुछ गलत किया है या आपको पीड़ा पहुँचाई है? यदि हाँ, तो मैं आपको सलाह देना चाहूँगी, कि आप केवल पन्द्रह मिनट लें और गंभीरता पूर्वक सोचें कि परमेश्वर ने आपको कितना अधिक क्षमा किया है। मैं विश्वास करती हूँ कि यह आपको नम्र करेगा और तब उस व्यक्ति को क्षमा करने में आपको आसानी होगी जिसने आपके साथ गलत किया है।

ओह् मेरे मित्र, कृपया क्षमा करो! किसी ऐसी घटना पर क्रोध करते हुए और कड़वाहट रखते हुए अपने जीवन का एक और दिन व्यतीत मत कीजिए जिसका समाधान आप नहीं कर सकते हैं। अपने जीवन को पीछे की ओर मत ले जाईये। परमेश्वर से कहिए कि वह आपको और अच्छा बनाए न कि कड़वा। जो कुछ बुराई आपके साथ हुई है उसे भलाई में बदलने के लिए परमेश्वर

पर भरोसा रखिए। स्मरण रखिए, आपका काम परमेश्वर की आज्ञा का पालन करना और क्षमा करना है और उसका भाग पुनःस्थापित करना और समस्या का समाधान करना है। क्षमा न करनेवाली आत्मा के साथ अपने जीवन का एक और बहुमूल्य दिन व्यर्थ मत गंवाईये। परमेश्वर से कहिए कि वह आपके अन्दर वही मनोवृत्ति प्रदान जो उसकी है.... एक करुणामय और क्षमा करनेवाली मनोवृत्ति।

परमेश्वर कठिन और कठोर नहीं है, वह करुणामय, क्रोध में धीमा, क्षमा करने में तत्पर और सहायता करने के लिए तैयार है (मत्ती 11:28–30)। यीशु हमें सिखाता है कि वह करुणा चाहता है न कि बलिदान (मत्ती 12:7)। हम दो प्रकार से इस पद को देख सकते हैंः पहला, हम देख सकते हैं कि परमेश्वर हमें करुणा देना चाहता है और कि वह हमारे बलिदान में रुचि नहीं रखता है। यीशु वह एकमात्र और एकलौता बलिदान है जिसकी हमेशा आवश्यकता होगी। नई वाचा के अन्तर्गत हमारे बलिदान व्यर्थ हैं। हम केवल यीशु की ओर फिर सकते हैं और जब हम पाप करते हैं तो उसकी करुणा की याचना कर सकते हैं और वह इसे देने के लिए हमेशा तैयार रहता है। मैं यह विचार पसन्द करती हूँ कि परमेश्वर क्षमा करने के लिए तत्पर है। हमें उसके तैयार होने का इन्तज़ार करने की आवश्यक नहीं है, हमें इस कार्य के लिए उसे मजबूर करने की आवश्यकता नहीं है, ...वह क्षमा करने के लिए तैयार है। उसने पहले से ही निर्णय ले लिया है कि हमेशा करुणामय और क्षमा करनेवाला रहेगा। हम भी यही कार्य कर सकते हैं। हम समय से पहले अपना मन बना सकते हैं ताकि जब हमारे मार्ग में गलतियाँ आए तो हम क्षमा करने के लिए तैयार हों!

इस पद पर हमारा दूसरा दृष्टिकोण यह हो सकता है, कि परमेश्वर चाहता है कि हम दूसरों पर करुणा करें और उनसे बलिदान की अपेक्षा न करें। अपराध को भुलाना मनुष्य को शोभा देता है (नीतिवचन 19:11)। हमारे पास यह सुअवसर है हम अपराध को भूला दें जो अन्य लोग हमारे प्रति करते हैं। ऐसा करने के लिए परमेश्वर ने हमें सुसज्जित किया है। हमारे प्रति अपराध होंगे, परन्तु हमें उन्हें स्वीकार नहीं करना है।

जब कोई हमें चोट पहुँचाता है, तो हम उन्हें यह महसूस कराने का प्रयास कर सकते हैं कि वे बुरा महसूस करें या लगातार उस विषय में सोचें; हम उन्हें अपने जीवन से निकाल बाहर कर सकते हैं और उनसे बात करने से इन्कार

कर सकते हैं। यह उन लोगों से बलिदान पाने का हमारा मानवीय तरीका है जिन्होंने हमारे प्रति पाप किया है, परन्तु हमारे पास अन्य प्रकार विकल्प भी हैं। हम करुणामय हो सकते हैं।

परमेश्वर हमसे क्या अपेक्षा करता है?

हमारे अपराध करने से पूर्व ही परमेश्वर जानता है कि हम क्या पाप करेंगे। वह हमारी रचना को जानता है कि हम धूल ही हैं और वह यह अपेक्षा नहीं करता है कि हम कभी गलतियाँ नहीं करेंगे। यह मेरे लिए बहुत ही सांत्वना की बातें थी जब परमेश्वर ने मेरे हृदय में कहा, "जॉयस, तुम मेरे लिए आश्चर्य नहीं हो।" परमेश्वर कभी भी हमारी परीक्षाओं से आश्चर्यचकित नहीं होता है, परन्तु हमारी कठिनाइयों के आने से पहले ही उसने हमारे छुटकारे की योजना बनाके रखा है। हमारे गलतियों और सांसारिक मार्गों से परमेश्वर कभी भी आश्चर्यचकित नहीं होता है। उसने पहले से ही करुणामय होने का निर्णय लिया है। परमेश्वर हमारे लिए यह आशा रखता है कि हम उससे प्रेम करें और उसकी इच्छा की चाहत रखें। वह चाहता है कि हम पश्चाताप् करने में तत्पर हों और आत्मिक परिपक्वता के लिए पवित्र आत्मा के साथ मिलकर कार्य करें। यदि हम मंज़िल पर नहीं पहुँचते है तो वह क्रोधित नहीं होता है, परन्तु वह आशा करता है कि वह हमें सिद्धता की ओर बढ़ते हुए देखे।

प्रेरित पौलुस ने कहा कि उसका एकमात्र लक्ष्य बीती हुई बातों को जाने देना और सिद्धता की ओर बढ़ना था (फिलिप्पियों 3:13)। कल्पना कीजिए कि पौलुस ने, जिसने नया नियम का दो–तिहाई भाग प्राप्त किया था और लिखा था, वह अब भी आगे की ओर बढ़ रहा था। मुझे बहुत खुशी है, कि परमेश्वर ने इस उदाहरण को बाइबल में शामिल किया है। यह मुझे जानने के लिए प्रोत्साहित करती है कि परमेश्वर मुझे अच्छी रीति से जानता है और समझता है कि मैं एक नया जन्म प्राप्त व्यक्ति हूँ जिसका हृदय नया किया गया है, परन्तु आत्मा और देह में एक बड़ा कार्य किया जाना शेष है जिसे उसने मेरे आत्मा में किया है।

सच्चाई यह है कि परमेश्वर हमसे अपेक्षा नहीं करता है कि हम कभी गलतियाँ करेंगे। यदि हम बिना पाप के जीने योग्य होते, तो हमें यीशु की आवश्यकता नहीं होती। परन्तु हमें प्रतिदिन, प्रतिक्षण उसकी आवश्यकता होती

है। वह वर्तमान समय में परमेश्वर की दाहीनी ओर बैठा है और हमारे लिए मध्यस्तता कर रहा है (रोमियों 8:34)। यदि हम अपने पापों को मान लें और उनसे पश्चाताप करें तो वह लगातार हमारे पापों को क्षमा करता है (1 यूहन्ना 1:9)। परमेश्वर ने निश्चय ही हमारे गलतियों के लिए प्रबन्ध किया है, और इसका उसकी महान दया ही है कि हम उसकी संगति में और उसमें बने रह सकते हैं भले ही हम अब तक अपने सभी व्यवहारों में सिद्ध नहीं हुए हैं।

आप लोगों से क्या अपेक्षा करते हैं?

हमसे अपेक्षा की जाती है कि हम दूसरों को करुणा दिखायें। वे सिद्ध नहीं हैं और वे गलतियाँ करेंगे। वे हमें चोट पहुँचाएँगे और निराश करेंगे, परन्तु सच्चाई यह है कि हम भी उनके प्रति ऐसा ही करते हैं। हम बहुधा इस बात के प्रति सचेत नहीं होते हैं कि हम भी दूसरों को चोट पहुँचाते हैं, परन्तु हम इस बात के प्रति बहुत सचेत होते हैं कि हमें चोट पहुँचाने के लिए वे क्या करते हैं।

मैं सिद्ध नहीं हूँ, इसलिए मैं उन लोगों से सिद्धता की अपेक्षा क्यों करूँ जिनके साथ मैं संबन्धित हूँ? सच में मैं विश्वास करती हूँ कि हमारी असिद्धता वह कारण है जिसके कारण परमेश्वर ने हमसे क्षमा करने में तत्परता दिखाने के लिए कहा है। हमें क्षमा करने और यदि हम चाहें तो दूसरों को क्षमा करने की योग्यता प्रदान करने के द्वारा उसने हमारी सभी गलतियों के लिए प्रबन्ध किया है। जबकि मैं यह पुस्तक लिख रही हूँ डेव और मैं चौवालीस वर्षों से विवाहित हैं। हमने उन वर्षों के दौरान हज़ारों बार एक दूसरे को क्षमा किया है और आगे के वर्षों में भी साथ साथ रहते हुए हमें कई बार एक दूसरे को क्षमा करने की आवश्यकता होगी।

हमने दूसरों की उन बातों को न कुरेदने के द्वारा करुणा दिखाना सीखा है जिसने मुझमें चिढ़ उत्पन्न की थी। हम दूसरे के गलतियों को देख सकते हैं और उनके नुकसान की भरपाई कर सकते हैं। मैं सोचती हूँ कि यह एक सुन्दर विचार है: "हम एक दूसरे को गलतियाँ करने दे सकते हैं।"

> अर्थात् सारी दीनता और नम्रता (निस्वार्थता, सज्जनता) सहित, और धीरज धरकर प्रेम से एक दूसरे की सह लो।
>
> *इफिसियों 4:2*

वर्षों पूर्व मैं और डेव एक दूसरे की गलतियाँ सुनना बन्द कर दिया था। हमने जाना कि परमेश्वर हम पर कितना करुणा करता है और हमने निर्णय लिया कि एक दूसरे के साथ भी यही कार्य करेंगे। एक दूसरे को रियायत देना हम दोनों को इतना सहायता किया है कि इससे हमारा विवाह अच्छा और टिकाव हो गया है। हृदय को जाँचिए, क्या आप अपने जीवनसाथी, परिवार या मित्रों पर दबाव डालते हैं कि वे सिद्ध बनें या आपके साथ सिद्ध रूप में व्यवहार करते हैं? क्या आप कठोर और माँग करनेवाले हैं? क्या आप लोगों की कमज़ोरियों पर रियायत देते हैं? क्या आप करुणामय उदार हैं? यदा कदा स्वयं से पूछने के लिए यह हमारे लिए अच्छे प्रश्न हैं। ईमानदारी पूर्वक इनका उत्तर दीजिए और आपकी मनोवृत्ति यीशु के समान नही हैं, तो यीशु से कहिए कि वह इसे बदलने में आपकी सहायता करे।

हमें अवश्य ही प्रतिदिन अपने मन और व्यवहार को नया करना चाहिए। हमेशा हमारी मनोवृत्ति स्वतः ही अच्छी नहीं हो जाती है। कई बार हमें ऐसा होने देना पड़ता है और परमेश्वर की रीति से कार्यों को करने के लिए अपने समर्पण को नया करना होता है। यदि आप इस समय ऐसी स्थिति में हैं तो इसमें शर्मिन्दा होने की बात नहीं है। परमेश्वर की सहायता पाकर आनन्दित होईये, आप ऐसी सच्चाई देख रहे हैं जो आपको स्वतन्त्र करेगा।

परमेश्वर अपने शिष्यों से क्या अपेक्षा करता है?

यीशु ने जान बूझकर कमज़ोर और मूर्ख लोगों को अपने साथ काम करने और चलने के लिए चुना, ताकि वे उस महिमा को न लें सकें जो हमेशा से केवल परमेश्वर का है। पतरस बहुत अधिक बात करता था और बहुत घमंडी था। दबाव आने पर उसने तीन बार यीशु का इन्कार किया, परन्तु यीशु ने उनके प्रति करुणा और दया दिखाई। उसने उसे क्षमा कर दिया, और पतरस एक महान प्रेरित बना।

थोमा ने यीशु की बातों पर बहुत अधिक संदेह किया परन्तु उसने थोमा पर दया दिखाई और लगातार उसके साथ कार्य करता रहा। यहाँ तक कि वह सन्देहों और अविश्वास के बीच में भी थोमा से मिला और पुनरूत्थान के पश्चात् अपने कील से छेदे हाथ उसे दिखाई। थोमा ने कहा था, कि जब तक वह देख नहीं लेगा तब तक वह विश्वास नहीं करेगा, और उसकी सन्देह

करनेवाली मनोवृत्ति के कारण उसका तिरस्कार करने के बजाय जो कुछ उसे देखना चाहिए था यीशु ने उसे दिखाया।

यीशु के साथ चलनेवाले समूह ने उसके साथ मूर्खतापूर्ण व्यवहार किए। उन्होंने आपस में बहज़ किया कि उनमें से बड़ा कौन है। जब यीशु को उनकी ज़रूरत थी और घण्टे भर के लिए अपने साथ प्रार्थना करने के लिए कहा तो वे सो गए।

वे असिद्ध थे, परन्तु जब यीशु ने उन्हें चुना तब इस बात को जानता था। इन बारहों का चुनाव करने से पहले यीशु ने रात भर प्रार्थना किया था जो उसकी मृत्यु और पुनरूत्थान के पश्चात् तत्कालीन ज्ञात संसार में उसके सुसमाचार को लेकर जाते। कल्पना कीजिए बारह असिद्ध मनुष्य जिनमें अक्सर बुद्धि की कमी होती थी, सन्देह करते थे, घमण्ड दर्शाते थे, अपने आपमें बहज़ करते थे, और यह जानना चाहते थे कि उन्हें एक दूसरे को कितनी बार क्षमा करनी चाहिए। मुझे वे हमारे ही समान दिखते हैं।

करुणा प्राप्त करना सीखना

मुझे निश्चय है कि मेरे समान आप भी बहुत अधिक असिद्ध हैं और आपको भी करुणा की बहुत अधिक आवश्यकता है। परमेश्वर करुणा दिखाने के लिए तैयार है परन्तु क्या आप जानते हैं कि इसे कैसे प्राप्त करना है? हो सकता है हम अपने पाप के लिए परमेश्वर से क्षमा माँगे, परन्तु क्या हम स्वयं को क्षमा करने के द्वारा उसकी क्षमा को प्राप्त करते हैं? क्या आप स्वयं के प्रति बहुत अधिक पाप बनाए रखे हुए हैं? मैंने वर्षों तक ऐसा किया था और इसके कारण मैं दूसरों के प्रति करुणा दिखाने में असमर्थ थी। जैसा कि मैं अक्सर कहती हूँ, "जो कुछ हमारे पास नहीं हैं उसे हम किसी को दे नहीं सकते हैं।"

क्या आपने करुणा प्राप्त की है? जब आप यह पुस्तक पढ़ते हैं, तो क्या ऐसी बातें हैं जिसके विषय में आप अब भी अपराधबोध महसूस करते हैं भले ही आपने पूरी रीति से पश्चात् कर लिया है? क्या आपने परमेश्वर से करुणा पाने के लिए प्रार्थना करने हेतु समय निकाला है और इसी के समान महत्वपूर्ण बात है कि क्या आपने परमेश्वर से करुणा प्राप्त करने के लिए समय निकाला है। करुणा एक उपहार है, परन्तु उपहार का हमारे लिए तब तक कोई मूल्य

नहीं होता है जब तक हम उसे प्राप्त नहीं करते हैं। यीशु ने कहा, माँगो, और ...पाओ, ताकि तुम्हार आनन्द पूरा हो जाए (यूहन्ना 16:24)। क्या आप बहुत अधिक माँगते हैं परन्तु बहुत कम पाते हैं? यदि ऐसा है, तो परिवर्तित होने का यही समय है। हमारे लिए जो कुछ आवश्यक है वह सब परमेश्वर मसीह में कर दिया है। अब यह हमारे ऊपर है कि विश्वास के द्वारा उसे प्राप्त करें। न कि कार्यों के द्वारा, परन्तु विश्वास के द्वारा।

जब हम परमेश्वर की बहुतायत का अनुग्रह प्राप्त करना सीखते हैं, तब हम दूसरों को देने के योग्य होंगे।

एक करुणामय मनोवृत्ति की विशेषताएँ

करुणा समझता है

यीशु वह दयालु महायाजक है जो हमारी कमज़ोरियों को और कमियों को जानता है, क्योंकि वह भी हमारी तरह हर प्रकार से परखा गया है परन्तु उसने कभी पाप नहीं किया (इब्रानियों 4:15)। मैं इस सच्चाई को पसन्द करती हूँ कि यीशु मुझे समझता है। चूँकि हम सबकी अपनी अपनी कमज़ोरियाँ होती है इसलिए हमें यह समझने योग्य भी होना चाहिए कि अन्य लोग कब गलतियाँ करते हैं और उन्हें अनुग्रह और क्षमा की आवश्यकता होती है। एक समझदार हृदय करुणा का सबसे सुन्दर विशेषताओं में से एक है। अगली बार जब कोई आपके साथ दुर्व्यवहार करे तो समझदार होने का प्रयास करे, संभवतः यह व्यक्ति बीमार है या उसका दिन बुरा गुज़रा है। गलत व्यवहार निश्चय ही उचित नहीं होता है परन्तु स्मरण रखिए कि कोमल शब्द क्रोध को दूर कर देता है। नम्रता में क्रोध को दूर करने की सामर्थ्य पाई जाती है, क्योंकि अच्छाई हमेशा बुराई पर जीत प्राप्त करती है (रोमियों 12:21)।

बचपन में मेरे साथ हुए यौन दुर्व्यवहार के प्रभावों से जब मैं उभर रही थी उन दिनों डेव मेरे साथ बहुत ही समझदारी भरा व्यवहार किया करते थे। यदि वह मुझ पर करुणा नहीं दिखाते तो आज हम विवाहित नहीं होते और हम दोनों ही अपने जीवन के लिए परमेश्वर की इच्छा से चूक गए होते। क्या इस समय आपके जीवन में कोई है जिसे समझने में आप कुछ अधिक प्रयास कर सकते हैं, उनसे कहिए कि वे अपनी कहानी आपको बताएँ। अक्सर जब लोग

गलत प्रकार का व्यवहार करते हैं, तो इसका कारण यह होता है कि उनके जीवन में किसी न किसी बात ने उन्हें घायल किया होता है और वे कभी उससे उभरे नहीं होते हैं।

जितना अधिक हम लोगों की पृष्ठभूमि के विषय में जानकारी प्राप्त करेंगे, उतना ही अधिक उनके द्वारा प्रदर्शित व्यवहार समझना हमारे लिए आसान होगा।

करुणा कभी भी लोगों की गलतियों को नहीं उघाड़ता है

एक व्यक्ति जो पवित्र आत्मा द्वारा नियन्त्रित नहीं है वह प्रायः बुरे समाचार फैलाने में विश्वास रखता है और विशेषकर दूसरों के द्वारा की गई बुरी बातों का वर्णन करता रहता है। परमेश्वर का वचन बताता है कि प्रेम अनेक पापों को ढ़ाँप देता है (1 पतरस 4:8)।

> बैर से तो झगड़े उत्पन्न होते हैं, परन्तु प्रेम से सब अपराध ढँप जाते हैं।
>
> *नीतिवचन 10:12*

बाइबल में वर्णित प्रत्येक नीतिवचन बुद्धि की बात है जिस पर चलने से जो हमारे जीवनों को अच्छा बनाता है। यह नीतिवचन पतरस की उस बात को दृढ़ करता है जो उसने नया नियम में पाप को प्रगट करने के बजाय उसे ढांपने को कहा है।

जब यूसुफ के पास अन्ततः अवसर आया कि वह अपने प्रति भाइयों के क्रूर व्यवहार पर चर्चा करे तो उसने नीजि रूप से इस कार्य को किया (उत्पत्ति 45:1)। उसने अपने भाइयों के आने पर अन्य सभों से कमरे से जाने के लिए कहा क्योंकि वह नहीं चाहता था कि कोई इस बात को जानें उन्होंने उससे क्या किया था। वह न केवल उन्हें पूरी रीति से क्षमा करने के लिए तैयार था परन्तु अन्य लोगों के प्रति उनके पाप को भी छुपाकर रखा ताकि अन्य लोग भी उनसे प्रेम कर सकें और उनका आदर कर सकें। वह नहीं चाहता था कि उन्हें दुविधा में डालें। ये अदभुत चरित्र बताता है कि यूसुफ यह सच्चाई हम पर प्रगट कर रहा है कि क्यों परमेश्वर उसे इतने सामर्थ्य के साथ इस्तेमाल कर सका था। यदि हम वास्तव में परमेश्वर के द्वारा उपयोग किया जाना चाहते हैं, तो हमें अवश्य ही एक करुणामय मनोवृत्ति रखनी होगी।

जब हम किसी के प्रति अपने मन में कुछ रखते हैं जिसमें हमें चोट पहुँचाया है, तो हमें उस व्यक्ति के पास जाकर व्यक्तिगत रूप से बात करना चाहिए (मत्ती 18:15)। यदि वे सुनने से इन्कार करते हैं तो हमसे कहा गया है अन्य लोगों को लेकर उनसे बात करने जाएँ और यह आशा करें कि हम पुनः मन और हृदय से उचित रूप से मिलाए जाएँ।

जैसा आप अपने लिए व्यवहार चाहते हों वैसा ही दूसरों के साथ भी व्यवहार करें। यदि आपने कुछ गलत किया है तो क्या आप चाहते हैं कि इसकी खबर चारों तरफ फैले या वे अपने तक इसे सीमित रखें? मैं इसका उत्तर जानती हूँ क्योंकि मैं जानती हूँ कि मैं क्या चाहती हूँ। मैं चाहती कि मेरे ढंपे रहे और मुझे निश्चय है कि आप भी ऐसा चाहते हैं।

करुणा न्याय नहीं करता

गलतियाँ करनेवाले लोगों का न्याय करना और उनके विषय में आलोचनात्मक विचार रखना आसान होता है, परन्तु यह बुद्धिमानी की बात नहीं है। परमेश्वर ने हमें लोगों की सहायता करने के लिए बुलाया है न कि उनका न्याय करने के लिए। जैसा कि इस पुस्तक में मैंने पूर्व में कहा है, पाप का न्याय हम उसी प्रकार कर सकते हैं जैसा वह है, परन्तु हमें व्यक्तियों का न्याय नहीं करना चाहिए, क्योंकि हम उनका हृदय नहीं जानते हैं या वे अपने जीवन में क्या बनकर जिए हैं।

> करुणा न्याय से महान होती है!
>
> क्योंकि जिसने दया नहीं की, उसका न्याय बिना दया के होगाः दया (आनन्दित आत्मविश्वास से भरपूर) न्याय पर जयवन्त होती है।
>
> *याकूब 2:13*

दोष लगाना मानवीय बात है परन्तु करुणा करना ईश्वरीय है। परमेश्वर से प्रार्थना कीजिए कि एक करुणामय मनोवृत्ति विकसित करने में वह आपकी सहायता करे और अपने जीवन में करुणा की विशेषताओं की लक्षणों की खोज कीजिए। न्याय करने का अर्थ है अपने आपको ईश्वर के स्थान पर रखना। चूँकि केवल परमेश्वर ही जिसे सारे तथ्य पता है, इसलिए केवल परमेश्वर को ही लोगों का न्याय करने का अधिकार है। मैं दूसरे व्यक्ति के जीवन में परमेश्वर

बनने के द्वारा अपराधी ठहरना नहीं चाहता हूँ इसलिए दूसरों का न्याय करने से मैं बचने का बहुत अधिक प्रयास करती हूँ। निश्चय ही, मैं हमेशा से ऐसी नहीं थी। बहुत समय तक मैं दूसरों पर आरोप लगानेवाली थी, परन्तु अच्छा समाचार यह है कि परमेश्वर की सहायता से हम सब बदल सकते हैं।

करुणा सर्वश्रेष्ठ में भरोसा रखती है

प्रेम हमेशा प्रत्येक व्यक्ति की श्रेष्ठ बात में विश्वास रखता है और करुणा प्रेम का एक लक्षण है। करुणा कभी भी बिना जाँचे परखे निर्णय नहीं सुनाता है। करुणा सच्चाई जानना चाहता है न कि केवल गलत बातें। जब कोई व्यक्ति किसी के विषय में मुझसे कुछ बुरा कहता है तो मैं इससे घृणा करती हूँ विशेषकर यदि वह केवल गप हो और उसमें जरा सी भी सच्चाई न हो। बुरी बात सुनने के पश्चात् श्रेष्ठ बात पर भरोसा करने में मुझे कठिन परिश्रम करना चाहिए। जब तक किसी पर लगा आरोप सही न हो जाए तब तक उस व्यक्ति के बारे में सर्वश्रेष्ठ ही विश्वास करना चाहिए।

मैं जानती हूँ कि जो काम मैंने नहीं किए हैं उसके लिए सार्वजनिक रूप से मुझे गाली दी गई है और मैं सचमुच में ऐसे लोगों की प्रशंसा करती हूँ जिन्होंने कहा, "मैं विश्वास नहीं करता कि जॉयस ऐसा करेगी।" मैं उन लोगों की प्रशंसा नहीं करती जिन्होंने जैसा सुना वैसा ही विश्वास कर लिया और उन्होंने कुछ और जोड़ दिया और उसे और बुरी खबर बनाकर उसे दूसरों तक पहुँचा दिया।

सन्देहास्पद बातों पर विश्वास करने और दूसरे व्यक्ति के विषय में हर एक बुरी बात पर जल्द विश्वास करने के बजाय यदि हम सर्वश्रेष्ठ बात पर विश्वास करें तो हम कहीं अधिक आनन्दित होंगे।

करुणा सबके लिए है

मैंने इस बात पर ध्यान दिया है कि जिन लोगों को हम प्रेम करते हैं और जिनके साथ हमारा संबन्ध अच्छा है उनके प्रति करुणा दिखाना कहीं अधिक आसान होता है। यह तब अधिक कठिन हो जाता है जब मैं विशेष रूप से उस व्यक्ति की परवाह नहीं करता हूँ जिसके प्रति मुझे करुणा दिखाने की आवश्यकता है। हालाँकि, सच्ची करुणा सबके प्रति करुणा होती है। एक करुणामय मनोवृत्ति कुछ ऐसा नहीं है जिसे हम खोलते और बन्द करते हैं; यह हमारे चरित्र का

हिस्सा होता है.... यही हम होते हैं। हम कभी नहीं कहते हैं, "मैं करुणा करता हूँ" परन्तु हम कहते हैं "मैं करुणामय हूँ।"

समानता परमेश्वर के लिए महत्वपूर्ण बात है। वह व्यक्तियों का आदर करनेवाला नहीं हैं और वह नहीं चाहता है कि हम भी ऐसे हों। सभी लोग परमेश्वर के लिए तुल्य रूप से महत्वपूर्ण हैं। वे सब उसकी सन्तान हैं, और वह सभों पर करुणा करता है। इस पृथ्वी पर उसके प्रतिनिधियों के रूप में, हमें ऐसा ही कार्य करना चाहिए। जैसा आप "महसूस" करते हैं वैसा ही एक व्यक्ति के साथ व्यवहार मत कीजिए परन्तु करुणामय बनिए और यह आपके स्वयं के जीवन को भी अभिवृद्धि देगा।

बाइबल में हम एक कहानी देखते हैं जिसे प्रायः दयालु सामरी की कहानी कहा जाता है। यह एक ऐसे व्यक्ति के विषय में है जो उस व्यक्ति की मदद करने के लिए रूकता है जो सड़क के किनारे घायल दशा में पड़ा था। यह एक ऐसा व्यक्ति नहीं था जिसे वह जानता था परन्तु उसने अपने समय का और धन का उपयोग एक अजनबी की सहायता करने में किया (लूका 10:27–37)। सच में, यह करुणामय व्यक्ति सब पर करुणा करता था–केवल उन पर नहीं जिन्हें वह जानता था, पसन्द करता था या प्रभावित करना चाहता था। यह "नेक सामरी" परमेश्वर की नज़र में केवल इसलिए एक महान व्यक्ति था जिसने ध्यान दिया, रूका और उस व्यक्ति के प्रति करुणा दिखाया जिसे इससे पहले कभी उसने देखा ही नहीं था और शायद आगे भी कभी नहीं देखेगा। इस कहानी में उस घायल व्यक्ति की सहायता करने के लिए नेक सामरी को धन और समय खर्च करना पड़ा; उसे अपने कार्य से किसी भी भौतिक वस्तु की प्राप्ति नहीं हुई परन्तु फिर भी उसने एक अच्छा कार्य किया। प्रत्येक बार जब हम कोई अच्छा कार्य करते हैं यह हमें आन्तरिक शान्ति प्रदान करता हैं और हम समय पर प्रतिफल प्राप्त करेंगे। अधिक से अधिक लोगों की सहायता करने का प्रयास कीजिए। उनके प्रति करुणा और परमेश्वर की दया का प्रदर्शन कीजिए जिसके वे हकदार नहीं है। मुझे निश्चय है कि हम सभी इस बात से सहमत होंगे कि संसार में और भी "नेक सामरियों" की आवश्यकता है, इसलिए आईए हम ही से इसका प्रारंभ करें।

अध्याय

14

अपना बोझ हल्का कीजिये

मैंने हाल ही में एक चलचित्र देखा जिसमें एक व्यक्ति एक ऐसा रहस्य जानता था जिसे यदि वह न बताता तो दूसरा व्यक्ति आजीवन कारावास की सजा से बच जाता जो उसे मिलती। हालाँकि यदि वह रहस्य छुपाकर रखता तो वह भारी संकट में पड़ सकता था क्योंकि उसकी गिरफ़्तारी का आदेश निकल चुका था। उसने कहा कि वह उस व्यक्ति को मुक्त करने के लिये स्वयं को क्यों खतरे में डाले जिसे वह जानता भी नहीं था। उसका अधिवक्ता जो उसे सच बोलने के लिये उकसा रहा था, उससे कहा, "यदि तुम सच बोलोगे तो तुम स्वयं को हल्का करोगे और अपने जीवन भर एक बोझ कम ढोओगे।" मूल रूप से वह कह था, "स्वयं पर उपकार करो और सही काम करो।"

जीवन में हम लगातार चुनाव करते रहते हैं कि हमें किस प्रकार विभिन्न परिस्थितियों में प्रतिक्रिया देनी है। अपने वचन में परमेश्वर हमसे विनती करता है कि हम सही चुनाव करें परन्तु फिर भी वह अपना चुनाव हम पर छोड़ता है। चाहे हम उन्हे क्षमा करें या न करें जिन्हे हम अपना "शत्रु" मानते हैं परन्तु यह ऐसा चुनाव होता हैं जिसका सामना हम जीवन में कई बार करते हैं। यदि हम सही चुनाव करते हैं तो हम अपना बोझ हल्का करते हैं परन्तु यदि हम गलत चुनाव करते हैं तो हम वास्तव में हम स्वयं पर बोझ डालते और यातना देते हैं।

तब उसके स्वामी ने उस को बुलाकर उस से कहा, 'हे दुष्ट दास, तू ने जो मुझ से विनती की, तो मैं ने तो तेरा वह पूरा कर्ज़ क्षमा कर दिया।

इसलिये जैसे मैंने तुझ पर दया की, वैसे ही क्या तुझे भी अपने संगी दास पर दया करना नहीं चाहिए था?'

और उसके स्वामी ने क्रोध में आकर उसे दण्ड देनेवालों (जेलरों) के हाथ में सौंप दिया, कि जब तक वह सब कर्ज़ भर न दे, तब तक उनके हाथ में रहे।

"इसी प्रकार यदि तुम में से हर एक अपने भाई को मन से क्षमा न करेगा, तो मेरा पिता जो स्वर्ग में है, तुम से भी वैसा ही करेगा।"

मत्ती 18:32–35

बाईबल में यह ऐसा अध्याय है जिसमें पतरस यीशु से कहता है कि यदि उसका भाई उसके प्रति अपराध करे तो उसे कितनी बार क्षमा करना चाहिये। यीशु ने पतरस को एक मनुष्य की कहानी बताई जिस पर राजा का दस हज़ार डालर उधार था। राजा उधारी वापस पाना चाहता था परन्तु वह व्यक्ति उधारी चुका न सका और और दया की भीख माँगने लगा। राजा का हृदय पिघल गया और उनने उधार माफ़ (निरस्त) कर दिया। वही व्यक्ति जिसे अभी अभी माफ़ी मिली थी उसे बाहर निकलने पर एक अन्य व्यक्ति मिला जिसने उससे बीस डालर उधार लिया था और उसने उसका गिरेबान पकड़ा उधार वापस करने के लिये उस पर दबाव डालने लगा।

कर्ज़दार उसके पावों पर गिर पड़ा और दया की भीख माँगने लगा परन्तु जिस प्रकार उसे क्षमा मिली थी उस प्रकार उसे क्षमा करने के बजाय उस व्यक्ति ने जिसे राजा ने क्षमा कर दिया था अपने कर्ज़दार को बन्दीगृह में डलवा दिया। जब उसके स्वामी ने उसके व्यवहार को देखा तो उन्होने उसे स्मरण दिलाया कि किस प्रकार उसे किस प्रकार माफ़ी मिली थी और उससे कहा कि क्षमा करने में उसकी अनिच्छा के कारण उसे बन्दीगृह में डाल दिया जाये।

यीशु की कही हुई इस कहानी का हमें अध्ययन करना चाहिये। इसमें उन सभी बातों का सारांश पाया जाता है जो मैं इस पुस्तक में कहना चाहती हूँ। परमेश्वर हमें इतना अधिक क्षमा करता है जितना संसार में कोई भी हमें नहीं

कर सकता है और हमें उसी के समान करुणामय और क्षमाशील और होना है। हमें कभी भी यह प्रयास नहीं करना चाहिये कि कोई अपनी गलतियों के बदले हमें "मूल्य चुकाये"। यीशु ने हमारा कर्ज़ चुका दिया है और हमें उदारतापूर्वक क्षमा करता है और हमसे अपेक्षा करता है कि हम भी दूसरों के साथ ऐसा ही व्यवहार करें। यदि हम ऐसा नहीं करते हैं तो हम अपनी आत्मा में दुःखी होंगे जैसा कि यीशु ने मत्ती 18 अध्याय में कहा है। सही कार्य करने और क्षमा करने के द्वारा हम अपने बोझ को हल्का कर सकते हैं।

राल्फ वाल्डो एमर्सन ने कहा है, "जब आप क्रोधित होते हैं तो प्रति मिनट आप साठ सेकण्ड का आनंद खो देते हैं।" यह एक सच्चाई है हम अपने आनंद को क्रोधित रहने का दण्ड देते हैं और मैं अपने जीवन के अनुभव से आपको बता सकती हूँ कि यह अच्छा नहीं है। मार्कस औरेलियस ने कहा है, "क्रोध के कारणों से बढ़कर क्रोध के कारण कहीं अधिक दुःखद होते हैं।" संभव है कि हम किसी तुच्छ बात पर पहले क्रोध महसूस करें, परन्तु यदि हमारा वह क्रोध उस व्यक्ति के प्रति नकारात्मक विचारों से भरा हो जिस ने हमें क्रोधित किया है तो निश्चय ही उसका परिणाम उसके कारणों से कहीं अधिक गंभीर होगा। शायद हमें उस चीनी कहावत के अनुसार जीना चाहिये जो इस प्रकार है, "यदि आप क्रोध के एक पल धीरज धरते हैं तो आप दुःख के सौ दिनों से बचेंगे।"

युगों से महान स्त्री तथा पुरुषों ने क्षमा न कर पाने की यातना और क्षमा करने के आनंद का अनुभव किया है। उनकी कही हुई कुछ बातें निम्न प्रकार हैं:

"कभी भी कोई क्रोधी व्यक्ति ऐसा नहीं हुआ है जो सोचता हो कि उसका क्रोध सही नहीं है।" –सेंट फ्रॉसिस डि सेल्स

"इस बात पर विचार कीजिये कि जिन बातों के लिये आप क्रोधित और दुःखी होते हैं उसकी तुलना में आप स्वयं के क्रोध और दुःख से कहीं अधिक पीड़ित होते हैं।" –मार्कस अन्टोनियस

"यदि क्रोध को नियंत्रित न किया जाये तो यह उस घटना से अधिक हानि करता है जिससे क्रोध उत्पन्न हुआ है।"–सेनेका

"जो कुछ क्रोध में उत्पन्न होता है उसका परिणाम शर्मिंदगी ही होती है।"–बेंजमिन फ्रैंकलिन

"वे जो क्रोध के उन्माद में उड़ान भरते हैं, हमेशा बुरी तरह गिरते हैं।"–विल रोजर्स

"क्षमा भूतकाल का बदलता नहीं है परन्तु यह भविष्य को बड़ा करता है।"–पौल बोएस

"विवाह तीन भाग प्रेम और सात भाग क्षमा का मिश्रण होता है" – लाओ त्सु

"क्षमा करना उच्च्तम बात, प्रेम का सुंदरतम् रूप है। इसके बदले में आप अकथनीय शांति और आनंद प्राप्त करेंगे।"–रॉबर्ट मुलर

"जब आप उन लोगों को स्मरण करते हैं जो आपकी हानि करते हैं और उनकी भलाई की कामना करने लगते हैं तो आप जानेंगे कि क्षमा प्रारंभ हो चुका है"–लेविस बी. स्मेडेस

क्रोध उफ़ान पर है

क्रोध के आँकड़े प्रभावी रीति से स्मरण दिलाते हैं कि आसपास क्रोध का वातावरण सशक्त है। इस विषय अपना मत देने वाले 32 प्रतिशत लोग कहते हैं कि उनका कोई निकट का मित्र या पारिवारिक सदस्य है जो अपने क्रोध पर काबू नहीं रख पाते हैं। पाँच में से एक अर्थात् 20 प्रतिशत लोग कहते हैं कि क्रोधित होने पर किये जाने वाले व्यवहार के कारण उन्होने किसी के साथ संबंध अथवा मित्रता को खत्म कर दिया है। यदि आप एक क्रोधी व्यक्ति हैं तो यह समझना बुद्धिमानी होगी कि जिन लोगों से आप प्यार करते हैं वे संभवतः हमेशा आपके आसपास रहना नहीं चाहते हैं और आपके क्रोध से दूर रहना चाहते हैं। दुःखद है कि कई बार हम उन्ही लोगों पर अपना गुस्सा प्रकट करते हैं जिनसे हम अत्यधिक प्यार करते हैं। मैं मानती हूँ कि हम ऐसा इसलिये करते हैं क्योंकि हम गलत रूप से सोचते हैं किवे हमें क्षमा करते और समझते रहेंगे, परन्तु यह हमेशा के लिये नहीं होगा। सबकी अपनी सीमाएँ होती हैं और जब उन्हे इस सीमा से परे धकेला जाता है तो होने वाली हानि की भरपाई अकसर नहीं हो पाती है।

कुछेक बातें जिनसे वर्तमान समय में लोग क्रोधित हैं वह निरी मूर्खता

है। जब मोबाईल फोन काम नहीं करता है तो लोग उससे इतना अधिक क्रोधित हो जाते हैं कि उसे कमरे में या पानी के गड़हे मे फेंक देते हैं। मुझे याद आता है जब हमें यात्रा मध्य सड़क किनारे लगे फोन बूथ से फोन करने की आवश्यकता थी। हमें गाड़ी रोकने, उसमें से बाहर निकलने, और उचित चिल्हर की आवश्यकता थी। मौसम चाहे ठंडा हो या गर्म हमें असुविधा सहना ही था। हमने इस विषय में कुछ नहीं सोचा था, क्योंकि यह एक ऐसी घटना थी जो तभी होती जब किसी को यात्रा के मध्य फोन करने की आवश्यकता हो। अब जब हम कार चलाते हुए किसी ऐसे स्थान से गुज़रते हैं जहाँ पर फोन में टॉवर न आ रहा हो और हमें फोन करने के लिये दो मिनट इंतज़ार करना पड़े तो हम क्रोधित हो जाते हैं।

अब हमें "सड़क पर", "वेब पर" और "दफ्तर में" क्रोध आता है। जिसे यीशु ने अनीश्वरीय व्यवहार कहा उसे अब हम भावनात्मक बिमारी कहते हैं जिसे परामर्श चिकित्सा की आवश्यकता है। क्या आत्मनियंत्रण में कमी पर हम केवल बहाने बनाते हैं? क्या हम इतने स्वार्थी बन गये हैं कि हम सोचते हैं कि जीवन सब कुछ ठीक वैसा ही होना चाहिये जैसा हम चाहते हैं?

बहुत से लोग इसलिये क्रोधित हैं क्योंकि वे अप्रसन्न हैं और वे अप्रसन्न इसलिये हैं क्योंकि वे क्रोधित हैं। यह अधिक से अधिक क्रोध करने चक्र बन जाता है और मैं सच में विश्वास करती हूँ कि एकमात्र उत्तर सही (बाइबल सम्मत) मनोदशा और बातों और लोगों को क्षमा करने का मन है जो हमें अप्रसन्न करती हैं।

संडे टाइम्स पत्रिका के जुलाई 16, 2006 के अंक के अनुसार 45 प्रतिशत लोग काम करते समय लगातार अपना धैर्य खो देते हैं। वे लोगों से क्रोधित हो जाते हैं! लोग जिनके साथ वे कार्य करते हैं, लोग जिनके लिये वे कार्य करते हैं, और लोग जो नौकरी में नियम बनाते हैं। यदि आप एक क्रोधी व्यक्ति हैं तो क्रोधित होने के कारण पाना कठिन नहीं है।

ब्रिटेन शहर के लगभग 64 प्रतिशत ऐसे दफ्तरों में कार्य करते हैं जहाँ क्रोध का माहौल पाया जाता है। ये समृद्ध देशों में कहीं अधिक या बहुतायत से पायी जाती हैं। मैं भारत और अफ्रीका के गरीबतम भागों में कईबार जा चुकी हूँ। एक व्यक्ति जिस के पास काम है वह दिन भर में एक डालर से कम कमाता है। एक स्त्री गर्म दुपहरी में काम करती है और दुकानदारों के लिये सड़कों पर

झाड़ू लगाती है और निश्चय ही "झाड़ू लगाने वाले स्वीपरों" के समान बराबर की मज़दूरी नहीं पाती है। मुझे ऐसा लगता है कि हमे जितना मिलता है उतना ही हम क्रोधी होते जाते हैं। चालीस वर्षों पूर्व मैं अपने मोबाईल फोन या कंप्यूटर के कारण क्रोधित होने की परीक्षा में नहीं पड़ती थी क्योंकि मेरे पास वे चीज़ें नहीं थीं। उन दिनों जीवन इतना तनावपूर्ण और लोग इतने क्रोधित नहीं हुआ करते थे। क्या हमने सच में उन्नति की है? मैं सोचती हूँ कि कुछ बातों में तो की हैं परन्तु दूसरी बातों में हम दुःखद रूप से पीछे चले गये हैं।

वर्तमान इंटरनेट उपयोगकर्ताओं में से 71 प्रतिशत लोग स्वीकार करते हैं कि वे नेट के क्रोध के शिकार हुए हैं और हम में से 50 प्रतिशत ने अपने कंप्यूटर पर मुक्का मारने, उसके टुकड़ों को बिखेरने, चिल्लाने या अपने साथियों को गाली देने के द्वारा समस्या का निदान करने का प्रयास किया है। यदि ये बहुत दुःखद न होते उल्लसित हास्य का कारण बन जाता। कम से कम 33 ब्रिटेनवासियों का अपने पड़ोसियों से बोलचाल का संबंध नहीं है और मुझे निश्चय है कि अमेरिका और तथाकथित सभ्य कहलाने वाले संसार अन्य भागों में भी यह प्रतिशत कुछ कम नहीं है।

80 प्रतिशत से अधिक वाहन चालक कहते हैं कि वे सड़क पर गाड़ी चलाते हुए क्रोध के शिकार हुए हैं; कोई ऐसा साहस नहीं करता कि सड़क पर वाहन चलाते हुए कोई गलती कर बैठे जैसे, लेन बदलने पर संकेत देना, या दूसरी लेन पर जाते हुए दुर्घटनावश किसी के सामने आ जाना। अकुशल वाहन चालक के कारण असुविधा होने पर किसी के भी क्रोधित होने की संभावना होती है।

संसार ऐसा ही है, और जैसी हो रही हैं उनके बदलने की संभावना नहीं है, परन्तु हमें अपनी समस्याओं के उत्तर के बिना नहीं छोड़ा जाता है जिनका हम सामना कर रहे हैं। भले ही संसार न बदले, हम बदल सकते हैं। हम निर्धारित कर सकते हैं कि बाह्य उत्तेजनाओं पर किस प्रकार प्रतिक्रिया देना है और हम शांति और समरसता पूर्ण जीवन का चुनाव कर सकते हैं। हो सकता है हमें सैकड़ों बार क्षमा करनी पड़े, परन्तु यह फिर भी मन में कुढ़ते रहने या ऐसे तरीकों से अपना क्रोध व्यक्त करने से तो अच्छा ही होता है जो बाद में हमें ही हैरानी में डाल दें।

वहाँ मत जाईए

"सकेत फाटक से प्रेवश करो, क्योंकि चौड़ा है वह फाटक और सरल है वह मार्ग जो विनाश को पहुँचाता है; और बहुत से हैं जो उस से प्रवेश करते हैं। क्योंकि सकेत है वह फाटक और कठिन है वह मार्ग जो जीवन को पहुँचाता है, और थोड़े हैं जो उसे पाते हैं।"

मत्ती 7:13—14

इस पद से हम देख सकते हैं कि हम जीवन में दो प्रकार के मार्गों का चुनाव कर सकते हैं। एक मार्ग चौड़ा और चलने में आसान है। उसमें हमारी भावनाओं के लिये पर्याप्त स्थान है, और हम कभी अकेले नहीं होंगे क्योंकि यही वह मार्ग है जिस पर अधिकांश लोग चलते हैं। इस चौड़े मार्ग पर हमारे क्रोध, कड़वाहट, रोष और अक्षमा के लिये कोई स्थान नहीं है परन्तु वह मार्ग विनाश को पहुँचाता है। आगे बढिये, और वचन को पुनः पढिये...हाँ, यह विनाश को पहुँचाता है। एक और मार्ग है जिसे हम चुन सकते हैं...यह वही मार्ग है जिस पर यीशु चला था।

इतिहास ऐसे स्त्री और पुरुषों का भी गवाह रहा है जो जिन्होने सकरे मार्ग का चुनाव किया था। और वे प्रायः वही होते हैं जिन्हे हम स्मरण करते हैं और जिन्हे अपना आदर्श बनाना चाहते हैं। मैं आपके विषय में नहीं जानती हूँ। परन्तु मैं ने कभी भी हिटलर या बोस्टन स्ट्रांगलर के समान बनने का प्रयास नहीं किया है। वे क्रोधी लोग थे जिन्होने इतनी यातनायें सहीं थी कि उन्होने दूसरों को सताना प्रारंभ किया। हम बड़ी आसानी से देख सकते हैं कि उनके जीवन का अंत विनाश में हुआ क्योंकि उन्होंने गलत मार्ग का चुनाव किया था। नहीं, मैंने कभी उनके समान होना नहीं चाहा है परन्तु मैंने रूत, एस्तर, यूसुफ, या पौलुस के समान होने की अभिलाषा की है। मैं पिछले कई वर्षों में दर्जनों बार यूसुफ की कहानी पढ़ी है और उस क्षमा करने की मनोवृत्ति का अध्ययन किया है जिसे यूसुफ ने प्रदर्शित किया था। मैं जनती हूँ कि परमेश्वर ने यूसुफ के जीवन काल में उसे और वंश को अत्यधिक आशीषित किया था क्योंकि उसने सकरे पथ का चुनाव किया था।

आज जिन आशीषों का उपभोग हम कर रहे हैं उन्हे किसी न किसी के त्याग और दर्द से कमाया गया है। मैं विश्वास करती हूँ कि चूँकि मेरे बच्चे,

नाती, परनाती आदि अच्छा जीवन व्यतति करेंगे क्योंकि मैं ने अपने पिता को क्षमा करने का निर्णय लिया है जिन्होंने मेरा यौन शोषण किया था। मैं सकरे पथ का चुनाव कर सकती थी। वह मेरी ओर देखकर पुकार रही थी, "मुझ पर चलो, जो कुछ तुमने भोगा है उसके पश्चात् आप एक आसान पथ पर चलने के हकदार हैं।" परन्तु वह पथ धोखा देने वाला है। प्रारंभ में यह आसान प्रतीत होता है परन्तु अंत में यह केवल दुःख और पीड़ा ही देता है।

इस पुस्तक के अंतिम अध्याय में मैं आपको पूरी कहानी बताऊँगी कि किस प्रकार परमेश्वर ने मुझे सिखाया और मेरी अगुवाई की कि मैं अपने पिता को क्षमा करूँ, परन्तु अब इतना कहती हूँ कि मैं सकरे मार्ग का चुनाव किया जो जीवन को पहुँचाता है। प्रायः यह नितांत अकेला मार्ग होता था जिस पर अच्छी तरह चला भी नहीं जाता था परन्तु जब भी मैं सोचती कि मैं एक और कदम नहीं बढ़ा सकती तब मैं यीशु को देखती जो कह रहा होता, "मेरे पीछे चलो, मैं तुम्हे शांति से परिपूर्ण स्थान पर ले जा रहा हूँ।"

अब जब कभी मैं अपने जीवन में क्रोधित होने की परीक्षा में पड़ती तो मैं स्वयं से कहती (प्रायः ज़ोर से), "जॉयस, वहाँ मत जाओ।" हम स्वयं को कड़वाहट के गहरे जल में उतराते हुए महसूस कर सकते हैं। यदि हम पर्याप्त गहराई में जायें तो हम अपने सिर के ऊपर से गंदे पानी को बहते हुए और हमें नीचे और नीचे की ओर दबाते हुए महसूस कर सकते हैं। निराशा, आत्म तरस, और अन्य नकारात्मक भावनायें हमारे साथी बन जाते हैं।

एक स्थान है जिसका नाम "वहाँ" है

एक स्थान है जिसका नाम "वहाँ" है और हम सभी वहाँ रह चुके हैं। शायद आप में से कई लोग अब भी "वहाँ" रह रहे हैं। यह एक विशाल स्थान है परन्तु आपका जीवन बहुत ही तुच्छ और सीमित दिखाई दे रहा है। "वहाँ" में एक विशाल पर्वत है और यह लगभग पूरा ही स्थान घेर लेता है। आप इस पर्वत के चारों ओर घूमते हुए काफ़ी समय खर्च करते हैं और अपनी इस यात्रा में कभी भी वास्तविक तरक्की नहीं कर पाते हैं। "वहाँ" रहने के लिये आपको केवल इतना करना है कि अपनी भावनाओं का अनुकरण करें। अपनी इच्छानुसार सबकुछ न होने पर या लोगों द्वारा आपके साथ बुरा व्यवहार करने

पर आप क्रोधित हो जायें और उन्हे क्षमा न करें। दयालु मत होईये और आप अपने हृदय में "वहाँ" इसका बड़स स्थान पायेंगे।

इस्राएली "वहाँ" 40 वर्षों तक रहे। उसे उन्होने जंगल कहा परन्तु मैं उसे "वहाँ कहती हूँ। "वहाँ" कोई भी ऐसा स्थान होता है जहाँ हम कष्ट में पड़ने से पूर्व काफ़ी समय तक रहे होते हैं और जो हमें कष्टप्रद बनाता और और हम में से उस जीवन को चुरा लेता है जो यीशु हमें देना चाहता है। यह आत्मतरस, स्वार्थता, लालच, क्रोध, अप्रसन्नता, घृणा, बदले भी भावना या ईर्ष्या हो सकती है। "वहाँ" के लिए जो शब्द दिए गए हैं उनकी सूची अन्तहीन है, परन्तु "वहाँ" रहने का परिणाम सभी जगह लगभग समान हैं। दुर्दशा, यातना, निराशा और खालीपन ही वे बातें हैं जो इस चौड़े स्थान को भर देती हैं और इसका परिणाम विनाश होता है।

जैसा कि मैंने कहा, "वहाँ" से निकलने का निर्णय लेने और "वहाँ" से बाहर रहने से पूर्व मैं लम्बे समय तक "वहाँ" रही थी। जब मेरी भावनायें मुझे वापस खींचने का प्रयास करती तब मुझे उनके अनुग्रह और परमेश्वर की सामर्थ्य को स्वीकार करते हुए उनका प्रतिरोध करना पड़ता है। परन्तु सच में मैं "वहाँ" पर अपने जीवन का एक और दिन बर्बाद नहीं कर सकती हूँ।

"उन" पर दोष लगाना है!

इस्राएली अपने शत्रुओं पर दोष लगाते थे। उनकी अप्रसन्नता और दुर्दशा का कारण हमेशा किसी और की गलती होती थी। उनका वास्तविक शत्रु यदि कोई था, तो वह उनका स्वभाव था। वे विश्वास न करनेवाले, शिकायत करनेवाले, लालची, जलन रखनेवाले, अधन्यवादी, डरपोक, स्वयं पर तरस खानेवाले, क्रोधी और अधैर्यवान थे। अपनी समस्याओं को किसी दूसरे पर डाल देना हमारे लिए सांत्वनादायक हो सकता है। जब तक "वे" ही समस्या होंगे तब तक हमें अपने आपमें झाँकने और अपने कार्यों की उत्तरदायित्व लेने की आवश्यकता नहीं होगी।

वर्षों तक मैंने अपने पिता की गलतियों पर अपनी प्रतिक्रिया पर ध्यान देने के बजाय उन बातों पर ध्यान लगाए रही थी जो मेरे पिता ने मेरे साथ किया था। परमेश्वर ने मुझे एक उत्तर दिया था परन्तु उसके मार्ग का अर्थ था कि

मुझे "वहाँ" से बाहर निकलना था और यह सोचना बन्द करना था, कि "वे" मेरी समस्या थे। यह सच था कि मेरे पिता ने मुझे कठिन दर्द दिए थे, परन्तु परमेश्वर मुझे चँगाई और पुनर्स्थापन दे रहा था. . .चुनाव मेरा था! क्या आप भी इस समय अपने जीवन में इसी चौराहे पर खड़े हैं? यदि हाँ, तो मैं आपसे अनुनय–विनय करती हूँ कि आप उस मार्ग को छोड़ दें जो विनाश को पहुँचाता है और उस सकरे पथ पर कदम बढ़ाएँ जो जीवन को पहुँचाता है।

"वे" कौन हैं, जिन पर हम अपनी सारी समस्याओं का दोष मढ़ सकते हैं? यदि आप अपनी और दूसरों की बातचीत पर ध्यान दे तो ऐसा प्रतीत होता है कि "उन्होंने" आपके जीवन की दुर्दशा कर रखी है और "उन्हें" ही इसे सही करने की आवश्यकता है। "उन्होंने" किया और "वे" कहते हैं और हम भयभीत हैं कि "वे" यह या वह नहीं करेंगे। परन्तु "वे" कौन हैं? ओह्! "वे" कोई भी हो सकते हैं, किसी भी समय किसी भी स्थान पर हो सकते हैं। सच्चाई यह है, कि उनके पास कोई ऐसी सामर्थ्य नहीं है कि वे अन्ततः हमारी हानि कर सके, बशर्ते कि हम सही पथ पर चलें और यीशु का अनुकरण करते रहें। वह ही अकथनीय आनन्द, शान्ति जो सब मनुष्यों के समझ से परे है और एक आश्चर्यजनक जीवन जिसका वर्णन नहीं किया जा सकता है, को पाने का मार्ग है। जब मैं उन सब वर्षों के बारे में सोचती हूँ जब मैं "वहाँ" अपने सारे कष्टों के लिए उन लोगों पर दोष लगाते हुए जीती थी, तो यह बात मुझे प्रेरित करती है कि मैं इस विषय पर किताब पर किताब लिखती जाऊँ कि यीशु मसीह के द्वारा परमेश्वर हमें क्या कुछ देता है। मैं चाहती हूँ कि आप इस सच्चाई को जानें क्योंकि यह आपको स्वतन्त्र करेगा। सच्चाई यह है कि जब कोई आपकी हानि करे तो आपको क्रोधित होने और कड़वाहट और प्रसन्नता से भरे रहने की आवश्यकता नहीं है। आपके पास दूसरा विकल्प है... **आप क्षमा कर सकते हैं!!** अगली बार जब आपकी भावनायें उबल रही हों और आपको अक्षमा रूपी स्थान पर रहने का निमन्त्रण मिले तो दृढ़ संकल्प लें कि आप "वहाँ" नहीं जाएँगे।

आपके जीवन में चाहे कुछ भी हो, परन्तु अच्छी मनोवृत्ति बनाए रखिए। पौलुस ने कहा, कि वह जिस दशा में है, उसमें सन्तोष करना सीखा है (फिलिप्पियों 4:11)। मुझे अच्छी तरह यह पता है कि पौलुस ने भी उसी तरह सीखा था जैसा हम सीखते हैं। जब तक कि पौलुस ने अन्ततः सही चुनाव

करने की बुद्धि को नहीं देखा तब तक उसने भी गलत चुनाव के दुःख का अनुभव किया था।

जीवन अपराध का प्रस्ताव रखता है

हमारे जीवन में शामिल लोग और परिस्थितियाँ हमें अपराध करने का अवसर प्रदान करेंगे, परन्तु हमें "वहाँ" जाने की आवश्यकता नहीं है। आप किस प्रकार प्रतिक्रिया देना कहेंगे? क्या आप "उन" पर आरोप लगाएँगे या अपनी मनोवृत्तियों की ज़िम्मेदारी लेंगे? परमेश्वर के वचन में हमसे कहा गया है कि हमें अपने मन की रक्षा करनी चाहिए (नीतिवचन 4:23)। यह हमारा उत्तरदायित्व है कि हम पवित्र आत्मा के साथ मिलकर कार्य करें ताकि हमारा हृदय परमेश्वर और मनुष्यों के प्रति अपराध करने से मुक्त रह सके। सर्वविजेता उसी प्रकार अपराध से बचे रहते हैं जैसा दाऊद ने अपने जीवन में बहुत बार किया था।

क्या आप परमेश्वर के सामने खड़े होने और परमेश्वर को इस प्रश्न का उत्तर देने के लिए तैयार हैं? क्या आपने "वहाँ" रहने के द्वारा अपना जीवन बर्बाद किया? क्या आप सच में सोचते हैं कि आप कह सकते हैं कि "उनके" कारण आपने ऐसा किया था और वह आपका उत्तर स्वीकार कर लेगा? मैं सोचती हूँ कि हम सभी उससे अधिक जानते हैं। हममें से प्रत्येक के यही समय है कि हम स्वयं के जीवनों में कदम बढ़ाएँ और निर्णय लें कि हम क्रोध और कड़वाहट में जीवन व्यतीत नहीं करेंगे।

मार्ग चौड़ा है जो हमें "वहाँ" पहुँचाते है; ऐसा प्रतीत होता है कि यद्यपि वहाँ जाने का रास्ता चौड़ा है और उसमें अच्छी तरह चला जा सकता है। उसमें एक बड़ा पर्वत है और वहाँ केवल एक ही कार्य किया जा सकता है, "वहाँ" है, कष्ट में रहना!

यदि आप कभी वहाँ रहे हैं या आप इस समय "वहाँ" हैं, तो आप जानते हैं यह आपको कैसी पीड़ा में डालता है। इसलिए "वहाँ" से बाहर निकलिए और जैसे आप निकलते हैं कहिए, "मैं कभी वापस नहीं आऊँगा!"

अध्याय
15
परमेश्वर का प्रतिफल

बाइबल के अनुसार विश्वास के बिना हम परमेश्वर को प्रसन्न नहीं कर सकते हैं और वे जो उसके पास आते हैं उन्हे विश्वास करना चाहिये कि वह है और खोजनेवालों को प्रतिफल देता है (इब्रानियों 11:6)।

परमेश्वर प्रतिफल देने वाला है! मैं इस विचार को पसंद करती हूँ, क्या आप नहीं करते हैं? हम सभी कठिन परिश्रम का प्रतिफल पाना चाहते हैं और मैं स्वीकार करती हूँ कि क्षमा करने वाली जीवन शैली रखना कठिन कार्य है। यह कोई ऐसी बात नहीं है जो हम कभी करते हैं और कभी उससे दूर चले जाते हैं। यह कुछ ऐसा है जिससे हम आजीवन व्यवहार करते रहते हैं और अकसर अपनी इच्छा से परे कई बार करते हैं। जब मैं कुछ ऐसा कार्य करती हूँ जो कठिन है, तो हमेशा यह स्मरण करने में मेरी सहायता करता है कि दुःख के दूसरी ओर प्रतिफल है।

भले ही उसे यह कठिन लगता है परन्तु एक व्यक्ति सप्ताह में तीन बार जिम में अभ्यास करता है और यह उनके लिये अक्सर पीड़ादायक होता है क्योंकि वे आगे चलकर अच्छा स्वास्थ्य और ढुलमुल देह के बजाय अच्छा शरीर पाने की अभिलाषा रखते हैं।

हम अपनी आवश्यकताओं को पूरा करने हेतु धन कमाने के लिये काम पर जाते हैं। घर पर खाना पकाने के लिये हम किराना सामान लेने जाते हैं। मुझे

संदेह है कि यदि प्रतिफल की आशा न होती तो हम जीवन में बहुत सा काम करते। परमेश्वर कहता है कि प्रत्येक व्यक्ति अपने जीवन भर किये गये कार्यों का प्रतिफल पायेगा चाहे वे अच्छे हों या बुरे (प्रकाशितवाक्य 22:12)। उसने अब्राहम से कहा कि वह अपना घर और परिवार छोड़कर आये और एक ऐसे देश में जाये जो वह उसे दिखाता। परमेश्वर ने अब्राहम से प्रतिज्ञा की कि उसे उसकी आज्ञाकारिता का प्रतिफल मिलेगा (उत्पत्ति 12:1—2, 15:1)।

विद्यालय में जब बच्चा प्रत्येक कक्षा की परीक्षा में उत्तीर्ण होता जाता है तो उसका प्रतिफल यह होता है कि वह स्नातक होता है। इस जीवन में हमें भी परीक्षाओं में उत्तीर्ण होना होता है। क्षमा की परीक्षा उनमें से एक है परन्तु यह एक महत्वपूर्ण परीक्षा है और जब हम इसमें उत्तीर्ण होते हैं तो हम परमेश्वर से प्रतिफल प्राप्त करते हैं। प्रतिफल कई प्रकार के हो सकते हैं। यह शांति और आनंद के रूप में आता है परन्तु यह किसी प्रकार की पदोन्नति के रूप में भी जीवन में आ सकती है। मिश्र में अधिकार के पद पर आसीन होने से पूर्व यूसुफ को क्षमा की परीक्षा में उत्तीर्ण होना था। क्या आप जीवन में पदोन्नति की बाट जोह रहे हैं, परन्तु आप क्रोधित हैं? यदि हाँ, तो आप अपना प्रतिफल खो देंगे।

हम सबकी अपनी कहानी है परन्तु चूँकि मैं यह पुस्तक लिख रही हूँ, इसलिये मैं आपको अपनी कहानी बताऊँगी और मैं प्रार्थना करती हूँ कि इससे आपकी सहायता हो।

* * *

मेरा जन्म 3 जून 1943 को हुआ था। जिस दिन मेरा जन्म हुआ उसी दिन मेरे पिता द्वितीय विश्वयुद्ध में भाग लेने के लिये यात्रा प्रारंभ किये थे। मुझे बताया गया है कि जब मैं तीन वर्ष की न हुई, मैं ने उन्हे नहीं देखा था। मुझे स्मरण आता है कि मैं हमेशा अपने पिता से भयभीत रहा करती थी। ऐसा लगता है कि वह सदा किसी न किसी बात पर क्रोधित रहा करते थे। निश्चय ही मुझे और माँ को हमेशा ऐसा लगता कि हमने कुछ किया है पर अगले ही पल हमें लगता कि हम चाहे कुछ भी करें पर वे क्रोधित होने का कारण ढूँढ़ ही लेंगे। मेरे जीवनके प्रथम नौ वर्षों में घर पर मेरी माँ और मैं ही अपने प्रिय बूढ़े पिता के साथ थे परन्तु बाद में मेरा छोटा भाई भी आ गया।

तब तक मेरे पिता ने लगातार मेरा यौन शोषण प्रारंभ कर दिया था और मुझे स्मरण है कि जब मेरी माँ ने एक और शिशु को जन्म दिया तब मैं संपूर्ण हृदय से आशा कर रही थी कि वह एक लड़की हो। मेरी बालसुलभ मूर्खता में मैंने सोचा कि यदि वह एक लड़की होगी तो वह मुझसे अधिक उसे चाहेंगे और मेरे साथ यह सब करना बंद कर देंगे जो मुझे बहुत ही अधिक बुरा और गंदा लगता था।

वह शिशु एक लड़का था और मुझे लगता है कि क्षण भर के लिये मुझे बुरा भी लगा था। तब हम साथ हो लिये और मैंने अकसर महसूस किया कि मेरा भाई जिसका नाम डेविड रखा गया था परिवार में मेरा एकमात्र मित्र था। वह नहीं जानता था कि मेरे पिता मेरे साथ क्या कर रहे हैं परन्तु उसकी अपनी लड़ाईयाँ भी थीं जिन्हे उसे ही लड़नी थी। उसने भी मेरे पिता की क्रोधाग्नि का सामना करना पड़ता था और परिणाम स्वरूप छोटी उम्र में ही शराब और अन्य प्रकार के नशों का आदी बन गया। जब वह सत्रह वर्ष का हुआ तब वह उस मरीन कार्पोरेशन में सूचीबद्ध किया गया जो वियतनाम युद्ध के लिये गया और पुनः कभी वैसा नहीं रहा। (वास्तव में मुझे बताते हुए दुःख है कि जब मैं यह पुस्तक लिख रही थी उसी दौरान मेरा भाई एक घर विहीन आश्रय स्थल पर संत्तावन वर्ष की आयु में मृत पाये गये।)

मुझे निश्चय है कि कोई न कोई अभी सोच रहा होगा, "जॉयस संसार भर में लोगों की सेवा करते हुए क्यों सेवा करती है, जबकि उसका सगा भाई घर के बाहर रहा था?" मेरा भाई एक आश्रयस्थल में था क्योंकि उसने सकरे पथ पर चलने से इन्कार किया था जो जीवन के मार्ग की ओर ले जाता था। हमने कुछ वर्षों तक उसे अपने पास रखने सहित कई बार जीवन में डेविड की सहायता की थी, परन्तु अन्तिम परिणाम लगभग समान था। एक बार उसने मुझसे कहा था, "बहन, मैं नीच नहीं हूँ, मैं तो केवल मूर्ख हूँ।"

वह जानता था कि उसने बुरा चुनाव किया है, परन्तु कुछ कारणवश मैं यह पूरी रीति से नहीं समझ पाती हूँ कि उसने क्यों उस चुनाव को बनाए रखा। मैं सोचती हूँ कि मेरा और मेरे भाई का जीवन रोचक रूप से समानान्तर है। परमेश्वर के अनुग्रह से मैंने सकरे मार्ग का चुनाव किया और अब मेरा जीवन परमेश्वर के प्रतिफल से भरा हुआ है। मैं प्रसन्न, सन्तुष्ट, आशीषित हूँ और मेरे पास सुअवसर है कि अपने पास आनेवालों को परमेश्वर के प्रेम और क्षमा को

और उनके जीवनों में उसके प्रतिफल को जानने में सहायता कर सकूँ। मेरे भाई ने चौड़े मार्ग का चुनाव किया था और कभी भी परमेश्वर के प्रतिफल का पूर्ण अनुभव किए सन्तावन वर्ष की उम्र में मृत्यु के वश में जा पड़ा था। मैं सोचती हूँ कि मैं सच में कह सकती हूँ कि उसने अपना जीवन व्यर्थ गँवा दिया था और कोई भी उसे रोक नहीं सका था। जब वह हमारे साथ रहते थे तब उनके कुछ वर्ष अच्छे व्यतीत हुए थे, परन्तु जबसे उसने स्वयं का मार्ग लिया था, वह बुरे चुनावों और बुरे परिणामों की ओर वापस मुड़ गए थे।

बचपन में हम दोनों ही दुःखी थे और परमेश्वर ने हम दोनों को ही सहायता और पुनःस्थापन का प्रस्ताव दिया था, परन्तु अपने स्वयं के चुनावों के कारण हम दोनों ही जीवन में दो विभिन्न स्थानों पर पहुँच गए थे। परमेश्वर हम दोनों से प्रेम करता था और अब भी करता है परन्तु मैं जानती हूँ कि वह दुःखी है, क्योंकि मैं जानती हूँ कि मेरा भाई डेविड बहुत कुछ खो दिया है। मैं जानती हूँ कि इस कारण मैं दुःखी हूँ परन्तु यह मुझे पहले से कहीं अधिक दृढ़ करता है कि मैं लगातार लोगों को सत्य के बारे में बताती रहूँ। हम भलाई से बुराई को जीतते हैं (रोमियों 12:21) और मेरे भाई की मृत्यु पर मेरी प्रतिक्रिया केवल यही हो सकती है, "मैं दूसरों की सहायता करने के लिए पहले से कहीं अधिक प्रयासरत रहूँगी।" यदि आपने जीवन में निराशा का अनुभव किया है जो आपको उदासीन और निष्क्रिय करता है, तो प्रतिरोध कीजिए और इससे बाहर आने में पहले से कहीं अधिक दृढ़ता से प्रयास कीजिए। आपकी निराशा आपको कड़वा न बनाने पाए, परन्तु वह आपको और अच्छा बनाने पाए।

जब तक मैंने अठारह वर्ष की उम्र में घर को त्याग नहीं दिया तब तक मेरे पिता मेरा यौनशोषण करते रहे। अनुमानतः उन्होंने तेरह से अठारह वर्ष की उम्र की मध्य लगभग दो सौ बार मेरा बलात्कार किया था। उससे पहले वे मुझसे यौन दुर्व्यवहार करते थे। मेरे पिता शारीरिक रूप से मुझ पर आघात नहीं करते थे परन्तु वह भय दिखाकर मुझ पर दबाव बनाते थे और उसका परिणाम क्रूर होता था।

मैंने अपनी माँ से सहायता माँगी परन्तु वह नहीं जानते थे कि वास्तव में जो कुछ मैं कह रही हूँ उस पर क्या किया जाए। इसलिए उसने मुझ पर विश्वास न करने और उस विषय में कुछ न करने का चुनाव किया। अब उन्होंने माफ़ी माँग ली है परन्तु ऐसा करने में उन्हें तीस वर्ष लगे और तब तक परमेश्वर की

सहायता से मैं इसमें से बाहर निकल आई थी। मेरे एक पिता थे जो मुझसे दुर्व्यवहार करते थे और एक माँ थी जो मुझे अलग थलग कर देती थी और तब मैंने एक परमेश्वर को पाया जिसने मुझे दिखाया कि मुझे दोनों को ही पूरी रीति से क्षमा कर देना है। संभवतः आप मेरी शेष कहानी सुनने से पूर्व थोड़ा रुकना और सोचना चाहेंगे।

परमेश्वर आज्ञाकारिता चाहता है, बलिदान नहीं

मैंने "मेरे अपराधियों को क्षमा कए" वाली प्रार्थना की और कुछ हद तक मैंने उन्हें क्षमा भी किया। परमेश्वर ने मुझे सिखाया कि "दुःखी लोग लोगों को दुःख देते हैं।" मैंने यह समझा कि मेरे पिता एक दुःखी व्यक्ति थे और बहुत संभव है कि उन्हें काफ़ी पीड़ित किया गया था कि वह अपने ही रक्त संबन्धियों के प्रति वासना से भर गए थे। मैंने अपने आप से काफी बातचीत की और काफ़ी प्रार्थना की और अपने पिता से घृणा करना बन्द कर सकी, परन्तु मैंने बहुत वर्षों तक यह नहीं समझा कि मुझे अब भी बहुत दूर यात्रा करनी है। मैंने परमेश्वर को बलिदान चढ़ाया था, परन्तु वह सम्पर्ण आज्ञाकारिता चाहता था।

एक बार जब मैं इतनी बड़ी हो गई कि घर से दूर जा सकूँ, तब मैंने माता–पिता के साथ कम से कम समय व्यतीत करना प्रारंभ किया। जब वे बूढ़े हुए और स्वास्थ्य गिरना प्रारंभ हुआ तब मैंने उन्हें कुछ रूपये भेजना और उनके साथ छुट्टियों में कुछ दिन बिताना प्रारंभ किया। वे सेन्ट लुईस से वापस दक्षिण पूर्व मिसौरी चले गए थे जहाँ के वे मूल निवासी थे और मैं बहुत रोमांचित हुई। उनके दो हज़ार मील दूर रहने से मुझे उनके पास न जाने का और भी बहाना मिल गया।

इस दौरान हमारी सेवकाई बढ़ रही थी और हम लोगों की सहायता करने के विषय में काफ़ी उत्साहित थे। परमेश्वर ने हमें टेलीविज़न पर कार्यक्रम देने में अगुवाई की थी और मैं जानती थी कि मुझे अपने माता–पिताओं के साथ कुछ बातचीत करने की आवश्यकता है ताकि मैं उन्हें बता सकूँ कि दूसरे लोगों की सहायता करने के लिए मैं अपनी कहानी लोगों को बताने जा रही हूँ। मुझे नहीं मालूम था कि इसका परिणाम क्या होगा, परन्तु वास्तव में मैंने किसी अच्छे परिणाम की उम्मीद भी नहीं की। मुझे सुखद आश्चर्य हुआ जब मेरे पिता ने मुझसे कहा कि जो कुछ आवश्यक है वह सब मैं करूँ। उन्होंने कहा, कि उन्हें

इस बात की जरा भी अहसास नहीं था कि उनका दुर्व्यवहार मुझे कितनी पीड़ा देगा, परन्तु वे अब भी क्षमा माँगते हुए नहीं लगते थे न ही उनमें पश्चाताप् और परमेश्वर के साथ संबन्ध रखने की इच्छा दिखती थी।

कुछ वर्ष बीत गए; सेवकाई बढ़ रही थी और मेरे माता–पिताओं और मेरे मध्य संबन्ध लगभग समान ही रहा। वे बूढ़े हो रहे थे और उनका स्वास्थ्य गिर रहा था और चूँकि अच्छी तरहा जीने के लिए उनके पास पर्याप्त धन नहीं था इसलिए हम उन्हें नियमित रूप से धन भेजते थे। मैं सोचती थी कि उनके लिए इतना करना ही पर्याप्त है परन्तु मुझे आघात लगा जब परमेश्वर ने मुझे बताया कि वह मुझसे इससे अधिक ही अपेक्षा करता है।

अपने शत्रुओं को आशीष देने का वास्तविक अर्थ

> वरन् अपने शत्रुओं से प्रेम रखो, और भलाई करो, (उपकार करना ताकि किसी को उससे लाभ प्राप्त हो सके): और फिर पाने की आशा न रखकर उधार दो; और तुम्हारे लिये बड़ा (धनी, मज़बूत, गहन, और बहुतायत का) फल (तुम्हारा प्रतिफल) होगाः और तुम परमप्रधान के सन्तान ठहरोगे, क्योंकि वह उन पर जो धन्यवाद नहीं करते और बुरों पर भी कृपालु है।
>
> *लूका 6:35*

यदि आपने सरसरी तौर पर उपरोक्त पद को पढ़ा है, जैसा कि हम अकसर करते हैं तो कृपया वापस जाईये और ध्यान पूर्वक देखियें कि यह पद वासतव में क्या कहता है। हमारा प्रतिफल कब आता है? यह तब आता है जब हम सही मनोवृत्ति के साथ अपने शत्रुओं के प्रति भला करते हैं।

एक सुबह मैं प्रार्थना कर रही थी, और मैं ने महसूस किया कि परमेश्वर मेरे हृदय में कह रहा था कि वह चाहता है कि हम अपने माता पिता को वापस सेन्ट लुईस ले आएँ और अपने निकट ही घर खरीदकर दें और उनकी मृत्यु तक देखभाल करें। तुरन्त ही मैंने यह कल्पना किया कि मुझे यातना देने के लिए शैतान मुझे यह विचार दे रहा है और मैंने दृढ़तापूर्वक प्रतिरोध किया और इसे भूल जाने का प्रयास किया। हाँलाकि, जब परमेश्वर हमसे बात करना चाहता है तो वह तब तक प्रयास करता है जब तक हम अन्ततः सुनने न लगें। यह

विचार बार बार मेरे सामने आता रहा विशेषकर जब मैं प्रार्थना करने का प्रयास करती। कल्पना कीजिए कि जब मैं प्रार्थना कर रही हूँ तब परमेश्वर मुझसे बात करने का प्रयास कर रहा है! मुझे निश्चय है, कि मैं अपनी आवश्यकताओं और इच्छाओं के विषय में उससे बात करने में व्यस्त थी और वह लम्बे समय से मुझे यह बताने का प्रयास कर रहा था कि वह क्या चाहता है।

अन्ततः, मैंने विचार किया कि मैं इस विचार को डेव के सामने रखूँगी जिससे मैं उम्मीद कर रही थी कि वह मुझसे कहेंगे कि यह मूर्खता है और इसका परिणाम क्या होगा। यह एक समय था जब मैं पूरी रीति से अपने पति की इच्छा को स्वीकार करने के लिए तैयार थी! मैं चाहती थी कि वह मुझे मना करें, परन्तु उन्होंने ऐसा नहीं किया। उन्होंने मुझसे कहा, "यदि तुम सोचती हो कि परमेश्वर ऐसा करने के लिए तुम्हें प्रेरित कर रहा है, तो हमें उसकी आज्ञा का पालन करना चाहिए।"

डेव और मेरे पास अधिक बचत नहीं था और इसमें पूरा नहीं तो हमारा अधिकांश बचत खर्च होनेवाला था जिससे हम परमेश्वर की इच्छा पूरी करते। मेरे माता–पिता को न केवल एक घर की परन्तु एक कार और फर्नीचर की भी आवश्यकता थी, क्योंकि जो कुछ उनके पास था उनमें से कुछ भी अच्छा नहीं था। परमेश्वर ने मुझ पर यह स्पष्ट कर दिया था कि वह चाहता है कि हम उनकी "अच्छी" देखरेख करें मानों वे दुनिया के सबसे अच्छे माता–पिता रहे हैं।

मेरी देह रो रही थी! परमेश्वर मुझसे ऐसा कैसा कह सकता है? क्या वह यह भूल गया है कि उन्होंने मुझसे क्या कुछ किया है? क्या परमेश्वर को इस बात की परवाह नहीं है कि उन्होंने मुझ से कैसा भयानक व्यवहार किया है और कभी भी आवश्यकता के समय वे मेरे साथ खड़े नहीं रहे हैं? क्या परमेश्वर नहीं जानता है या परवाह नहीं करता है कि मैं कैसा महसूस करती हूँ?

बिना किसी सकारात्मक प्रेरणा के मैंने हर वह कार्य किया जो परमेश्वर ने मुझसे कहा था। मेरे माता–पिता वापस सेन्ट लुईस आए वे मेरे घर से आठ मिनट की दूरी में रहने लगे और हमने उनकी प्रत्येक आवश्यकता को पूरा किया। वे जितने बुजुर्ग होते गए उतनी ही उनकी आवश्यकतायें बढ़ती गईं। मेरे पिता ने कुछ मौखिक प्रशंसा की परन्तु वे अब भी नीच और सनकी बने रहे जैसे वे हमेशा से थे।

उनकी देखभाल करना प्रारंभ किए तीन वर्ष व्यतीत हो चुके थे और धन्यवाद देने की सुबह मेरी माँ ने मुझे बुलाया और कहा, कि मेरे पिता पूरे सप्ताह रोते रहे हैं और जानना चाहते हैं कि क्या मैं उनके पास आ सकती हूँ और उनसे किसी विषय पर बात कर सकती हूँ। डेव और मैं वहाँ गए और मेरे पिता ने अपनी उन गलतियों के लिए मुझसे क्षमा याचना की जो उन्होंने मेरे बचपन में मेरे साथ किया था। वह रोते रहे और रोते रहे, और उन्होंने डेव से भी क्षमा माँगी। उन्होंने कहा, "अधिकांश पुरुष मुझसे घृणा करते हैं, परन्तु डेव, तुमने कभी ऐसा नहीं किया परन्तु मुझसे प्रेम किया।" हमने उन्हें निश्चय दिलाया कि हमने उन्हें क्षमा कर दिया है और यीशु मसीह को अपना उद्धारकर्ता स्वीकार किया है। उन्होंने हमसे कहा कि वे भी ऐसा करते हैं और इसलिए हमने प्रार्थना किया और मेरे पिता ने उसी समय नया जन्म प्राप्त किया। उन्होंने पूछा, कि क्या मैं उन्हें बपतिस्मा दूँगी और दस दिनों पश्चात सेन्ट लुईस की हमारी कलीसिया में उन्होंने बपतिस्मा लिया। मैं सच में कह सकती हूँ कि अगले चार वर्षों तक मैंने अपने पिता में सच्चा परिवर्तन देखा। छियासी वर्ष की उम्र में उनकी मृत्यु हुई और मैं जानती हूँ कि वह स्वर्ग में हैं।

जब परमेश्वर ने मुझसे उनके लिए घर खरीदने के लिए कहा था तब मैं उस फल को नहीं जानती थी जो क्रमशः प्रगट होनेवाला था। हमारे द्वारा मेरे पिता ने परमेश्वर का जो अनुग्रह देखा था उसने उनके कठोर हृदय को पिघला दिया था और उजियाले को देखने के लिए उनका हृदय खुल गया था। इस पुस्तक को लिखते समय भी मेरी माँ जीवित है। अब वह सत्ताईस साल की है और एक ऐसे स्थान पर रहती है जहाँ पर उन्हें सहायता प्राप्त होती है जिसके लिए हम प्रार्थना करते रहे हैं। वह परमेश्वर की सन्तान है और यद्यपि उनका स्वास्थ्य अच्छा नहीं रहता फिर भी वह अपने जीवन के प्रतिदिन का आनन्द उठाते हुए प्रतीत होती हैं। मुझे दुःख हुआ जब उन्हें मेरे भाई की मृत्यु के बारे में सुनना पड़ा था, परन्तु परमेश्वर ने उन पर बहुत अनुग्रह किया और उन्होंने इस खबर पर अच्छी प्रतिक्रिया दी।

उपरोक्त भाग में मैंने जिस पद का वर्णन किया था वह कहता है, कि हमें अपने शत्रुओं पर उपकार करना चाहिए और उन पर दया दिखानी चाहिए... *तब* हमार प्रतिफल बड़ा होगा! मैंने वर्षों तक परमेश्वर को बलिदान चढ़ाया था परन्तु सच्ची आज्ञाकारिता नहीं थी। मैंने वह किया जो मुझे अपने माता–पिता

के लिए सच में करना चाहिए था और मैंने यह अप्रसन्नता से किया था, परन्तु परमेश्वर के मन में इससे अधिक था। उसके मन में इससे अधिक था कि मैं करूँ, और मैं अधिक प्राप्त करूँ। यह जानकर मैं ने अपनी आत्मा में बड़ी मुक्ति का अनुभव किया कि मैं पूरी तरह परमेश्वर की आज्ञा का पालन किया था। मैं ने प्रभु के पास आने में अपने पिता की अगुवाई करने और तब उन्हे बपतिस्मा देने का आनंद प्राप्त किया जिन्होने दो सौ से अधिक बार मेरा बलात्कार किया था। हम दृढ़तापूर्वक यह भी विश्वास करते हैं कि पूरी तरह उसकी आज्ञापालन करने के पश्चात् की परमेश्वर ने करोड़ों लोगों की सहायता करने के लिये द्वार खोला हैं। हमने विदेशी भाषाओं में अपने टीवी कार्यक्रमों अनुवाद करना प्रारंभ किया और अब यह चालीस विभिन्न भाषाओं में संसार के दो तिहाई भागों में प्रसारित की जाती है। हज़ारों लाखों लोग यीशु को अपना उद्धारकर्ता स्वीकार कर रहे और कार्यक्रमों के माध्यम से परमेश्वर का वचन सीख रहे हैं।

परमेश्वर निश्चय ही अद्‌भुत है! वह हममें ऐसे कार्य करने का अनुग्रह प्रदान करता है जो हम नहीं करते या नहीं कर सकते थे। कैसे मैं उस व्यक्ति से प्यार कर सकती हूँ जो मेरे अधिकांश दुःखों का कारण रहा है? मैं कैसे उस माँ से प्यार कर सकती हूँ जिसने मुझे ऐसी स्थिति में त्याग दिया था और मेरी सहायता नहीं की थी जब कि मैंने उनसे सहायता की गुहार लगाई थी? चूँकि परमेश्वर की एक ऐसी योजना होती है जो हमारी योजना से सर्वथा भिन्न होती है इसलिए वह हमें ऐसे कार्य करने योग्य बनाता है जिसके विषय में हम कभी कल्पना भी नहीं कर सकते हैं कि हम करेंगे, जिसमें उन लोगों को क्षमा करना भी शामिल है जिन्होंने हमारा दुरुपयोग या हमसे दुर्व्यवहार किया है। परमेश्वर भला है और यदि हम उसे काम करने देंगे, तो वह चाहता है कि उसकी भलाई हमारे द्वारा दूसरों तक पहुँचे।

आपने मेरी कहानी का दृतगामी विवरण सुना। मैं जानती हूँ कि आपमें से अधिकांश की अपनी कहानी है और शायद आपकी कहानी मेरी कहानी से अधिक झकझोरनेवाली है। आपकी पूर्व की कठिनाइयों के लिए परमेश्वर आपको दुगुना प्रतिफल देना चाहता है। वह चाहता है कि आप उसके बहुतायत के प्रतिफल के साथ जिएँ। कोई बात आपको रोकने न पाए। स्वयं पर उपकार कीजिए... क्षमा कीजिए!!

लेखिका के विषय में

जॉयस् मेयर विश्व के प्रमुख व्यवहारिक बाइबल शिक्षकों में से एक है। न्यू यॉर्क टाइम्स की नम्बर 1 सर्वोत्तम विक्रय की गौरव प्राप्त लेखिका, जिन्होंने नब्बे से अधिक प्रेरणादायक पुस्तकें लिखी हैं जिनमें *लिविन्ग बियन्ड युवर फिलिंग्स, पावर थॉट्स,* बैट्टलफील्ड श्रृंखला की संपूर्ण पुस्तकें, और दो उपन्यास, दि *पेन्नी* और *एनि मिनट,* जैसी और भी अन्य पुस्तकें शामिल हैं। उन्होंने शिक्षा देने के लिए हज़ारों ऑडियो सी.डी. के साथ साथ वीडियो सी.डी. की पूरी लाइब्रेरी का विमोचन किया है। संसार भर में जॉयस् का प्रतिदिन के *जीवन का आनन्द लीजिए* नामक रेडियो और टेलीविज़न कार्यक्रम प्रसारित हो रहे हैं, और वे सम्मेलनों के संचालन हेतु विस्तृत देशाटन करती हैं। जॉयस् एवं उनके पति डेव चार वयस्क बच्चों के माता–पिता हैं और सेन्ट लुईस, मिसौरी में उनका निवासस्थान है।

प्रभु के साथ एक व्यक्तिगत संबंध के लिए प्रार्थना

अगर आपने कभी यीशु मसीह जो शांति का राजकुमार है उसको कभी अपने प्रभु और उद्धारकर्त्ता के रुप में ग्रहण नही किया है तो मैं आपको निमंत्रित करती हूँ कि आप इस समय ऐसा करें। आप निम्नलिखित प्रार्थना को करें और अगर आप इस बात के प्रति वाकई ईमानदार हैं तो आप मसीह में एक नए जीवन को अनुभव करेंगे।

हे पिता,

आपने इस जगत से ऐसा प्रेम रखा कि आपने अपने एकलौते पुत्र को दे दिया, ताकि जो कोई उस पर विश्वास करे, वह नाश न हो, परन्तु अनंत जीवन पाए।

आपका वचन कहता है कि हम विश्वास के द्वारा अनुग्रह से ही बचाए गए हैं और यह आपकी ओर से एक दान है। हम उद्धार को कमाने के लिए कुछ भी नही कर सकते हैं।

मै विश्वास करता हूँ और अपने मूँह से अंगीकार करता हूँ कि यीशु मसीह आपका पुत्र और जगत का उद्धारकर्त्ता है। मैं विश्वास करता हूँ कि क्रूस पर वह मेरे लिए मारा गया और मेरे सारे पापों को उठा कर उनकी कीमत को चुकाया। मुझे अपने हृदय में इस बात का विश्वास है कि आपने यीशु को मृतकों में से जिलाया है।

मैं आपसे अपने पापों की क्षमा माँगता हूँ। मैं अंगीकार करता हूँ कि यीशु मेरा प्रभु है। आपके वचनानुसार, मेरा उद्धार हो गया है और मैं अनन्त काल आपके साथ व्यतीत करुँगा। धन्यवाद पिता, मैं बहुत आभारी हूँ। यीशु के नाम से, आमीन।

इन पदों को देखो यूहन्ना 3:16; इफिसियों 2:8,9; रोमियों 10:9,10; 1 कुरिन्थियों 15:3,4; यूहन्ना 1:9; 4:14-16; 5:1,12,13

Other Books By Joyce Meyer

Books Available in English

A Celebration of Simplicity

Approval Addiction

Battlefield of the Mind - KIDS

Battlefield of the Mind - TEENS

Battlefield of The Mind - Devotional

Be Anxious for Nothing

Be Healed in Jesus Name

Beauty for Ashes

Do it Afraid

Don't Dread

Eat and Stay Thin

Enjoy where you are on the way…

Expect a move of God Suddenly

Eat the Cookie, Buy the Shoes

Filled with the Holy Spirit

Healing the Brokenhearted

Help Me! I'm Married

Help Me, I'm Afraid

How to Succeed at Being Your Self

I Dare you

If not for the Grace of God

In Pursuit of PEACE

Knowing God Intimately

Life in the Word - Devotional

Life in the Word - Journal

Life in the Word - Quotes

Look Great Feel Great

Managing Your Emotions

Me and My Big Mouth

Never Lose Heart

Nuggets of Life

PEACE

The Penny

Power of Simple Prayer

Prepare to Prosper

Power Thoughts

Reduce me to Love

Secrets to Exceptional Living

Seven Things That Steal Your Joy

Start Your New Life Today

Teenagers are People Too

Tell them I Love Them

The Confident Woman

The Every Day Life BIBLE

The Joy of Believing Prayer

The Secret to True Happiness

When God When

Why God Why

Woman to Woman

Books Available in Hindi

A New Way of Living
Healing the Brokenhearted
Jesus Name Above all Names
PEACE
Tell Them I Love Them
Why God Why
When God When
Loneliness
Fear
Depressed
Discouraged
Insecurity
Stress
Worry
The Love Revolution
100 Ways To Simlify Your Life
A Leader in the Making
Approval Addiction
Battlefield of the Mind
Battle Field Of The Mind-Devotional
Beauty For Ashes
Knowing God Intimately
New Day New You
Never Give Up
Power Thoughts
Reduce Me To Love
Secrets To Exceptional Living
The Battle Belongs To The Lord
The Confindent Woman
The Power of Simple Prayer
The Secret Power of Speaking God's Word

To contact the author in the United States, please write:
Joyce Meyer Ministries
P.O. Box 655,
Fenton, Missouri 63026
or call: (636) 349-0303
or log on to: www.joycemeyer.org

To contact the author in India, please write:
Joyce Meyer Ministries
Nanakramguda,
Hyderabad - 500 008
or call: 2300 6777
or log on to: www.jmmindia.org