आत्मविश्वास से भरी

स्त्री

जॉयस मेयर

#१ न्यूयोर्क टाइम्स - सर्वोत्तम विक्रेता लेखिका

आत्मविश्वास से भरी
स्त्री

आत्मविश्वास से भरी स्त्री

■ आज शुरूआत कीजिए साहसी और निडर जीवन जीए ■

जॉयस मेयर

JOYCE MEYER
MINISTRIES
Nanakramguda, Hyderabad - 500 008

All scripture quotations, unless otherwise indicated, are taken
from The Amplified Bible (AMP). The Amplified Bible, Old Testament.
Copyright © 1965, 1987 by The Zondervan Corporation.
The Amplified New Testament, copyright 1954, ©1958, 1987 by The Lockman
Foundation. Used by permission.

Scripture quotations marked "NKJV" are taken from the New King James Version.
Copyright © 1982 by Thomas Nelson, Inc. Used by permission.
All rights reserved.

Scripture quotations marked "NIV" are taken from The Holy Bible,
New International Version®. NIV®. Copyright © 1973, 1978, 1984 by
International Bible Society. Used by permission of
Zondervan Publishing House. All rights reserved.

Copyright © 2010 by Joyce Meyer Ministries - Asia

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

The Confident Woman - *Hindi*

First Print - January 2010

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

विषय-सूची

प्रस्तावना vii

भाग 1 – परमेश्वर–नियुक्त आत्मविश्वास का उपहार

1. आत्मविश्वास 3
2. सही कीर्तिमान क़ायम करना 16
3. क्या परमेश्वर स्त्रीयों का उपयोग सेवकाई में करता है? 27
4. आत्मविश्वास से भरी स्त्री के सात रहस्य 38
5. वह स्त्री जिसे मैं पसंद नहीं करती 54
6. आत्म – संदेह पर जीत हासिल करना 76
7. तैयारी की ताकत 87
8. जब दुनिया कहे – 'न' 103
9. क्या वास्तव में स्त्रियाँ एक कमज़ोर लिंग है? 113
10. आज़ादी की सीढ़ीयाँ 130

भाग 2 – साहस के साथ भय रहित जीवन जीना

11. डर का रचना शास्त्र 151
12. भय के रिश्तेदार होते है 168
13. तनाव और डर के बीच का रिश्ता 186
14. साहस का चुनाव 194
15. विजेता कभी हार नहीं मानते 204
16. साहसी स्त्री बने 214
17. आगे बढ़ो लड़की! 229

प्रस्तावना

हम लंबा सफर तय कर चुके है
(पर हमें और भी लंबा सफर तय करना है)

''एक औरत को आधी दूरी भी तय करनी हो तो उसे एक पुरूष से दुगुना अच्छा होना होगा'' –फैनी हर्स्ट

दुनिया के अस्तित्व से, औरतों को सही सम्मान का लाभ नहीं मिला, और न ही उन्हें समाज में उचित स्थान का लाभ मिला है। यद्यपि बहुत से अन्यायों को पश्चिमी देशों ने सुधारा, पर आज भी ऐसी कई संस्कृतियाँ इस संसार में पाई जाती है, जहाँ औरतों से बहुत बुरा बर्ताव किया जाता है। यह बड़े दुःख की बात है।

स्त्री, परमेश्वर की तरफ़ से इस संसार के लिए दिया गया एक बहुमूल्य तोहफ़ा है। वे सृजनात्मक, संवेदनशील, दयालू, बुद्धिमान, प्रतिभाशाली और बाइबल के अनुसार पुरूषों के बराबर होती है।

परमेश्वर ने पहले पुरूष को रचा–पर जल्द ही उन्हें इस बात की जानकारी हुई कि पुरूष को एक सहायक चाहिए। एक गुलाम नहीं, बल्कि एक सहायक। उन्होंने स्त्री को आदम की एक पसली से बनाया और उसे हव्वा कहकर पुकारा। ध्यान दे कि हव्वा आदम के बगल से निकाली गई थी, जो दिल के करीब होता है–न कि पैरों के नीचे से। स्त्री कभी भी कुचले जाने के लिए, अनादर, अत्याचार या प्रभावहीन करने के लिए नहीं है। हव्वा इसलिए रची गई क्योंकि आदम को उसकी ज़रूरत थी। परमेश्वर ने कहा आदम, हव्वा के बिना पूरा नहीं है। आज भी बिलकुल ऐसा ही है, आदमी को औरत की ज़रूरत है और वे उनके लिए एक रसोईघर की देखभाल करने वाली आया, सेक्स पार्ट्नर् और बच्चों को बनाने वाली मशीन से भी बढ़कर है।

केवल इसलिए की किसी को मेरी इस बात पर गलतफ़हमी ना हो कि आदम हव्वा के बिना पूरा नहीं है, मैं साफ़–साफ़ बताना चाहती हूँ कि हर किसी को पूरा होने के लिए शादी करने की आवश्यकता नहीं। और, दिया गया है कि ज़्यादातर पहली शादियों के 43% का अंत तलाक है और दूसरी शादियों का 60% – इससे यह साबित होता है कि शादियाँ सुखी जीवन का महत्वपूर्ण उद्देश्य नहीं है।

यद्यपि ज़्यादातर लोग शादी करना चाहते है और एक जीवनसाथी चाहते है, परमेश्वर ऐसे लोगों को बुलाता है और कई स्त्रियों और पुरूषों को विशेष रूप से अकेला रखता है ताकि वे जीवन भर अविवाहित रहें। क्योंकि यह पुस्तक खासकर स्त्रियों के लिए लिखी गयी है, मैं इस बात पर जोर देना चाहती हूँ कि एक औरत होने के नाते यह ज़रूरी नहीं कि ज़िन्दगी का मज़ा लेने के लिए और बड़े–बड़े कामों को करने के लिए शादी शुदा होना पड़ेगा। केवल इसलिए कि ज़्यादातर महिलाएँ शादी करती है, तो इसका मतलब यह नहीं कि आप में कुछ गलती है या कुछ कमी है।

स्त्री और पुरूष: साथ–साथ काम करें

मैं विश्वास करती हूँ कि अधिकतर स्त्रियों में छठी इंन्द्री होती है जिसे परमेश्वर ने पुरूषों को नहीं दिया। उसे अक्सर स्त्रियों की सहजबुद्धि कहा जाता है, और यह कोई कल्पना नहीं है। यह असली है। यह ऐसे काम करता है। पुरूष ज़्यादातर बहुत तर्क शास्त्री होते है, जबकि स्त्रीयाँ बहुत अधिक "भावात्मक" होती है। उदाहरण के तौर पर एक पुरूष प्रबन्धक (मैनेजर) उम्मीदवारों की पढ़ाई, नौकरी के आवेदन, कॉलेज की प्रमाणिकता, और काम करने के अनुभव पर नज़र डालेगा और "वास्तविकता" के आधार पर उसे रख लेगा। जबकि इस पुरूष प्रबन्धक के स्थान पर स्त्री होती तो शायद वह अपने आन्तरिक भावना के अनुसरण करती, "साहसिक भावना" द्वारा। वह उसी उम्मीदवार का मूल्यांकन करती और अंतर आत्मा की सुनकर किसी विचित्र और संवेदनशील पर विनाशक व्यवहार के व्यक्तित्व को चुनती, जिसका विश्लेषन कागज़ी मुद्रा में भी न मिले। इसका मतलब यह नहीं की स्त्री जन्मजात पुरूषों से बेहतर नेता है या उनकी भावना का आधार परमेश्वर से स्त्री के बीच पाई जानेवाली विशेष बारंबारता नहीं जिसे पुरूष मिला नहीं पाते। वास्तव में एक स्त्री की भावनाएँ भी उसे मुसीबत में डाल सकती है, और उसे लगातार पुरूषों के बाएँ दिमाग़ के तर्क की आवश्यकता पड़ती रहती है।

आवश्यक बात यह है कि स्त्रियों और पुरूषों को एक दूसरे की ज़रूरत है, वे एक दूसरे के पूरक बन सकते है–उदाहरण में बताए गए उस स्त्री और पुरुष बॉस

की तरह। ना उस स्त्री ना उस पुरूष ने उस घटना को साफ़–साफ़ देखा। इसलिए स्त्री और पुरूष को साथ साथ काम करना चाहिए, कंधे से कंधा मिलाकर सहमति के साथ, और एक दूसरे को आदर देना चाहिए।

आदेशों के हित के लिए, परमेश्वर ने आज्ञा दी यदि एक स्त्री शादी शुदा है, तो उसे पति के अधीन होना पड़ेगा। मुझे पता है कि कई स्त्रियों को यह विशेष "अ" शब्द पसंद नहीं। पर जरा इस तरह सोचिए: एक समय में दो व्यक्ति कार नहीं चला सकते, स्टीयरिंग वील के लिए कुश्ती लड़ते हुए और ब्रेक पैडल के लिए स्पर्धा करते हुए। ज़रूरत के हिसाब से, एक व्यक्ति को ड्राइवर की कुर्सी पर बैठना पड़ेगा। यद्यपि, यह परमेश्वर का इरादा नहीं था कि स्त्रियों पर राज करे और उन्हें यह महसूस कराया जाए कि उनकी बातों का कोई महत्व नहीं। (इसके बावजूद मेरे पति डेव आपको बताएँगे, कितनी अच्छी बात है कि कार में कोई ऐसा साथी हो जिससे एहसास हो जाए कि हम खो गए–और उनसे सही दिशा पूछने में कोई शर्म की बात नहीं!)

■ आप कितनी अच्छी तरह से औरत की दुनिया को जानते है? ■

कुछ समय पहले स्त्रियों के किए गए राष्ट्रव्यापी सर्वेक्षण में कई गुप्त और रहस्यमयी बातों का खुलासा हुआ। निम्नलिखित सही या गलत को लिजिए यह देखने के लिए कि आपका अनुभव और व्यवहार दूसरी औरतों की ढेर से कैसे मिलता है।

1) अधिकांश अमेरिकी स्त्रीयों को रात में पर्याप्त नींद मिलती है।

2) सप्ताह का अंत ही ऐसा समय है जब औरतों को अपने घर की ज़िम्मेदारी और कामों से छुट्टी मिलती है।

3) अधिकतर दूसरी शादियों में बच्चे नहीं होते।

4) अधिकांश माताओं का कहना है कि वे अपने बच्चों के साथ अच्छा समय बिता लेती है, जितना उनके माता ने उनके साथ नहीं बिताया।

5) नं. 1 चीज़ जो हर औरत चाहती है वह है व्यायाम करने का समय।

6) अधिकांश शादी शुदा महिलाएँ जितना समय अपने पति के साथ गुज़ारती है वह उससे खुश है।

7) शादी शुदा होने के बाद बच्चों से पहले वह नं. 1 वस्तु जिसे वह खो देती वह है सम्भोग।

8) अधिकांश महिलाएँ सोचती है कि उनके पति पिताओं के राजा है, जो उन्होंने कभी सोचा था।

9) अधिकांश महिलाएँ कहती है कि वे परिवार की समस्याओं का हल निकालती है–उनके पति नहीं।

10) बहुत अधिक माताओं का कहना है कि उनके पास खुद के लिए समय नहीं है।

■ “आप कितनी अच्छी तरह से औरतों को जानते है?” के उत्तर ■

1) गलत, सिर्फ़ 15% स्त्रीयों को ही रात में कम से कम 8 घंटे की नींद मिलती है।

2) गलत, आधे से ज़्यादा महिलाएँ सप्ताह के अंत में भी काम करती है और दूसरों के घरों की ज़िम्मेदारी भी निभाती है।

3) गलत, 65% दूसरी शादियों में पूर्व शादी से हुए बच्चे भी शामिल होते है।

4) सही, 70% माताएँ यह मानती है कि उनकी माताओं से ज़्यादा समय वह अपने बच्चों के साथ बिताती है।

5) गलत, 69% माताएँ चाहती है कि उन्हें अपने बच्चों के साथ मज़े करने के लिए ज़्यादा समय मिले। व्यायाम 67% है जो कि दूसरी स्थान पर था।

6) गलत, 79% महिलाएँ अपने पति के साथ और अधिक समय बिताना चाहती है।

7) गलत, आजकल की माताएँ अपने पति के साथ बिस्तर में कम समय बिताती है पर ज़्यादातर महिलाएँ सम्भोग (22%); से ज़्यादा नींद की कमी (69%) महसूस करती है।

8) सही 56% महिलाएँ कहती है कि उनके पति ऐसे पिता है जिसके बारे में उन्होंने सोचा था, यद्यपि वे यह मानते है कि यह हमेशा सकारात्मक नहीं होता है। दूसरी तरह 44% लोगों ने जिन्होंने इसके विपरीत में कहा, उनके पतियों ने तो पिता होने के गुणों की श्रेष्ठता को पार किया है।

9) सही, यह उत्तर शायद कई आदमियों को झटका दे, पर 60% महिलाओं ने कहा कि वे ही है परिवार का समाधान करनेवाली है।

10) सही, 90% आज की माताएँ खुद के लिए अधिक समय की तीव्र लालसा रखती है।

वार्षो से हो रहे दुर्व्यवहार एवं औरतों के प्रति दुनिया की गलत धारणा होने के कारण, हम में से कईयों ने उस आत्मविश्वास को खो दिया है जिसे परमेश्वर ने हमें अनुभव करने के लिए दिया। हमारे समाज में कमज़ोर लोगों की महामारी पाई जाती है, इस समस्या के कारण संबंधों में बहुत कठिनाई पड़ती है, और यही एक कारण है जिसकी वजह से आज के समय में तलाक बहुत प्रचलित है।

21 वीं सदी की स्त्रीयों से पूछिए, ''आपको अपने आप के बारे में कैसा लगता है?'' और कई औरतें स्वीकार करेगी कि ''मुझे अपने आप से नफ़रत है।''

21वीं सदी की स्त्रीयों से पूछिए, "आपको अपने आप के बारे में कैसा लगता है?" और कई औरतें स्वीकार करेगी कि "मुझे अपने आप से नफ़रत है।" या फिर उनकी राय इतनी कठोर न होगी, पर वह तब भी कहेंगी कि वे खुद को पसंद नहीं करती। तीनों कारण इस नकारात्मक व्यवहार में योगदान करते है।

1) लंबा इतिहास जिसमें पुरूषों ने महिलाओं से दुर्व्यवहार किया हमारे मन में अस्पष्ट विचार छोड़ दिया कि हम औरते किसी न किसी प्रकार से पुरूषों से कम है। कम मूल्य वाली। कम महत्व वाली।

2) हमारी दुनिया ने एक गलत और काल्पनिक छवि की रचना की है कि एक स्त्री को कैसा दिखना और काम करना चाहिए। पर सच्चाई यह है कि हर स्त्री को परमेश्वर ने पतली–दुबली, दोष रहित रूप–रंग, और लंबे लहराते बालो वाली जैसा नहीं बनाया था। हर महिला को अपने पेशे के साथ–साथ एक पत्नी, एक माँ, एक नागरिक, और एक बेटी होने के कर्तव्य को निभाने का तमाशा बनने के इरादे से नहीं बनाई गई है। अविवाहित महिला को ऐसा नहीं लगना चाहिए की अविवाहित होने के कारण उनमें कुछ कमी है। शादी शुदा औरतों को यह एहसास नहीं दिलाना चाहिए कि एक नौकरी करने पर ही वह संपूर्ण हो सकती है, अगर वो ऐसा चुनती है तो बहुत अच्छी बात है, पर हमें पूरी आज़ादी मिलनी चाहिए खुद बने रहने की।

3) बहुत सी महिलाएँ स्वयं को पसंद नहीं करती और उनमें आत्मविश्वास नहीं होता क्योंकि उनका दुरूपयोग हुआ होगा, वे तिरस्कृत, त्यागी हुई होगी और किसी न किसी तरह से मानसिक रूप से चोट पहुँची होगी। औरतों को पूर्णजीवन के अनुभव के साथ अपनी कीमत और महत्व को जानना होगा, मैं चाहती हूँ कि अपनी इस पुस्तक के द्वारा इस पूर्णजीवन प्रकिय की मदद के लिए पहला कदम रखूँ।

बचपन में मुझे कई वर्षो तक यौन शोषण को बर्दाश करना पड़ा था। इस शोषण के कारण मेरा आत्मविश्वास और मेरी खुद की छवि जो मेरे अंदर थी, उस पर बहुत गहरा असर पड़ा। अंदर से मैं बहुत डरपोक थी, पर बाहर से मैं खुद को बहुत कड़क, साहसी व्यक्ति दिखाती थी, जिसे इस बात की चिन्ता नहीं थी कि दूसरे इस बारे में क्या सोचते है। क्योंकि मैंने खुद को "दिखावटी" बनाया ताकि कोई मेरी "असलियत" ना जान सके। किसी आदमी द्वारा मुझ पर की गई बातों से मैं शर्म और अपराध बोध से भरी हुई थी, इस बात का मैं खुलासा करना चाहती हूँ इन घटनाओं के फलस्वरूप कई वर्षो तक मेरे मन में पुरूषों के प्रति बहुत ही तुच्छ धारणा थी।

आज के समय में मुझे लगता है कि मैं एक संतुलित स्त्री हूँ। मेरे पास बहुत ही अच्छा पति और चार व्यस्क बच्चे है। मैं समस्त विश्व में काम करनेवाली मिडिया मिनिस्ट्री की प्रधान और संस्थापक हूँ, जो लाखों लोगों को यीशु मसीह द्वारा दिए गए उद्धार को पाने में मदद करता है, उस के साथ साथ जीवन में आज़ादी और पूर्णता दिलाता है। मेरे पति, बच्चे और मैं हम सब एक साथ इस सेवकाई में जुड़े हुए है।

मैंने "सच्चे आत्मविश्वास" के इस सफ़र में कई चीज़ों को सीखा, और मेरे लिए बड़ी खुशी की बात होगी कि आप लोगों के साथ इन बातों को बाँटू जिससे आपको वो स्त्री बनने में मदद मिले, जो परमेश्वर आपको बनाना चाहता है। उसकी इच्छा यह है कि आप साहसी, वीर, आदरणीय, प्रशंसनीय, आगे बढ़ना, जिसकी खोज होती हो, ऐसा बने, और, इन सबसे बढ़कर सबकी प्रिय बनें।

परमेश्वर के पास हमारे लिए बहुत ही अद्भुत योजना है, और मेरी प्रार्थना है कि इस किताब को पढ़ने पर आप और भी गहराई से इस बात को जान ले। आप अपना सिर ऊँचा कर सकते है और अपने भविष्य के बारे में निश्चित रह सकते है और साहस के साथ नई चीज़ करने के लिए कदम बढ़ा सकते है—ऐसी चीज़े जिसे पहले किसी ने ना किया हो। जो चाहिए वो आपके पास है!

भाग I

परमेश्वर – नियुक्त आत्मविश्वास का उपहार

■ *अध्याय – 1* ■

आत्मविश्वास

आत्मविश्वास क्या है? मुझे विश्वास है कि प्रायः आत्मविश्वास सकारात्मक सोच है कि आप क्या कर सकते है—न कि उन बातों पर चिन्ता करना जिन्हें आप नहीं कर सकते। आत्मविश्वास से भरी स्त्री लगातार सीखते रहना चाहती है, क्योंकि वह जानती है कि उसका आत्मविश्वास उसको मौका देता है ज़िन्दगी के दरवाज़े को पार करने का, यह जानने की उत्सुक्ता के साथ कि उस पार उसके लिए क्या है। वह जानती है कि हर नई अंजानी बातें, खुद के बारे में सीखने और अपनी योग्यताओं को बंधन मुक्त करने का मौका देती है।

आत्मविश्वास से भरा व्यक्ति कभी भी अपनी कमज़ोरियों पर ध्यान नहीं देता है, वे अपनी ताकतों को बनाते और बढ़ाते है।

उदाहरण के तौर पर पियानों बजाने के बारे में मुझसे पूछा जाए तो, मेरा स्थान 1 से 10 के पैमाने में शायद तीसरा स्थान होगा। यदि मैं लंबे समय तक कठिन अभ्यास करूँ और मेरे पति इस हल्लड़ को झेल लेते है—तो शायद मैं मध्य स्तर तक पहुँच सकती हूँ, अर्थात पाँचवे दर्जे की प्यानिस्ट। जबकि एक प्रचारक के रूप में, शायद मेरा स्थर 8 होगा। इसलिए यदि मैं अपना समय और ताकत इस योग्यता पर लगाऊँ तो शायद मैं 10 वें स्तर तक पहुँच सकती हूँ। इस तरह जाँच करने पर, आपको आसानी से दिख जाएगा कि आपको कहाँ ज़्यादा प्रयास करना होगा।

यह दुनिया औसत व्यक्तियों की भूखी नहीं है। हमें दर्जन भर 4 तथा 5 वें स्थर पर दौड़ने वाले व्यक्तियों की ज़रूरत नहीं, जो ज़िन्दगी में समान्य काम करते है। दुनिया को 10 वे स्तर के लोगों की ज़रूरत है। मुझे यकीन है कि प्रत्येक व्यक्ति किसी न किसी चीज़ में 10 वे स्तर का हो सकता है, पर मुश्किल यह है कि हम हमेशा अपनी ताकत का विश्वास करने के बजाए अपनी कमज़ोरियों पर जीत हासिल करने की कोशिश में लगे रहते है। वह हर वस्तु जिस पर हम अपना ध्यान केन्द्रित करते है वह बड़ी होती जाती है, वास्तव में—बहुत बड़ी। हम किसी भी बात को बड़ी समस्याओं में बदल देते है, जबकि सच्चाई तो यह है कि वह तो बहुत छोटी सी बाधा होती है, केवल हमें उसे अपनी ताकत की नज़रों से देखना होगा।

उदाहरण के तौर पर मान लीजिए कि आप "अंको" वाले व्यक्ति न हो आपको भोजनालय में 15% बख़्शिश ढूँढने में मुश्किल होती हो और आपका चेक बुक 1987 से ही संतुलित न किया गया हो।

"गणित न कर पाना" यह अयोग्यता आपके मस्तिष्क पर हावी होती होगी। तो आप *मैथ्स फॉर डम्मीस* या कई अन्य किताबे खरीद सकते है और गणित का अध्ययन भी कर सकते है। पर गणित का भय आपका काफ़ी समय व्यर्थ कर सकता था, जिसे आप ऐसे कामों में लगा सकते है जिनमें आप अच्छे है—जैसे सण्डे स्कूल में पढ़ाना, रचनात्मक लेखनी लिखना, या मानविय कार्यो के लिए धन एकत्रित करना। दूसरे शब्दों में कहा जाए, जो खुद को निचले तीसरे स्तर से मध्यम 5वें स्तर तक लाने की कोशिश में, 10वे स्तर के समय और प्रयास को छीन लेते है।

ऐसा करना बेहतर न होगा कि आप अपने गणित की समस्या किसी और को सौंप दे? ऑन लाईन बिल का उपयोग कीजिए, जिसमें गलतियाँ और ओवर ड्राफ जाँचने की तकनीक शामिल है। और बख़्शिश के लिए अपने मित्रों से भी सहायता पूछ सकते हैं। और बख़्शिश की जानकारी के लिए निर्देशक पुस्तिका भी रख सकते है।

मुझे याद है जब मैंने अपने टेलीविज़न कार्यक्रम में एक आदमी और उनकी पत्नी का साक्षात्कार लिया। मैंने उस आदमी से पूछा जो कि एक मिनिस्टर थे, कि उनकी कमज़ोरियाँ क्या थी। उनका उत्तर थाः "आप जानते है मैं उन पर ध्यान नहीं देता। यकीनन मुझमें कमज़ोरियाँ होगी पर अभी आपको बता पाना मुश्किल होगा क्योंकि मैं उन पर अपना ध्यान केन्द्रित नहीं करता।" मैंने हँसकर जवाब देते हुए कहा कि मैं उनकी पत्नी से पूछ लूँगी। मुझे यकीन है कि उन्हें उनके पति की कमज़ोरियों की जानकारी होगी। बाद में वे जब हमारे प्रसारित कार्यक्रम में शामिल हुई, तब मैंने फूर्ती से उनके सामने यह सवाल प्रस्तावित किया। उन्होंने जवाब दिया ''मेरे अनुसार मेरे पति परिपूर्ण है'' मैं उनकी कमज़ोरियों पर ध्यान नहीं देती। उनमें बहुत सारी ताकते है, जिस पर मेरा ध्यान केन्द्रित रहता है और उनकी मदद करती हूँ ताकि वो जो है वही बने रहे।

मुझे उनकी खुशी और हर समय अपराजित होने का कारण समझने में ज़्यादा समय नहीं लगा—और उनकी शादी शुदा ज़िन्दगी इतनी मज़ेदार क्यों है। आत्मविश्वास से भरे व्यक्ति सकारात्मक सोच व कर्म को अपनी आदत बना देते है। अतः वह अपना जीवन मज़े से जीते है, और बहुत कुछ पाते है।

आत्मविश्वास के बिना एक व्यक्ति उस हवाई जहाज़ के समान है जिसके इंजन की टंकी खाली है। उस जहाज़ में क्षमता तो है, पर वह ज़मीन से उपर नहीं जा

सकता। आत्मविश्वास हमारा इंजन है। हमारा आत्मविश्वास और हमारा भरोसा है की हम कामयाब हो सकते है, यह हमारी मदद करता है हर चुनौती को शुरू और उसे खत्म करने की। बिना आत्मविश्वास के एक औरत का जीवन भय से गुज़रेगा, और कभी भी परिपूर्णता का एहसास नहीं होगा।

आत्मविश्वास ज़िन्दगी को साहस, खुलेपन और सच्चाई के साथ सामना करने का मौका देता है। आत्मविश्वास हमें बिना चिन्ता के ज़िन्दगी जीने का मौका देता है और सुरक्षा का एहसास दिलाता है। यह हमें प्रमाणित जीवन जीने का मौका देता है।

आत्मविश्वास ज़िन्दगी को साहस, खुलेपन और सच्चाई के साथ सामना करने का मौका देता है। आत्मविश्वास हमें बिना चिन्ता के ज़िन्दगी जीने का मौका देता है और सुरक्षा का एहसास दिलाता है। यह हमें प्रमाणित जीवन जीने का मौका देता है। हमें बहाना बनाकर वह बनने की ज़रूरत नहीं जो हम नहीं है। क्योंकि हम जो है उसमें हम सुरक्षित है, चाहे हम दूसरों से अलग ही क्यों न हो। मुझे दृढ़ विश्वास है कि आत्मविश्वास हमें सबसे जुदा और अनोखा होने की सहमति देता है। परमेश्वर ने प्रत्येक व्यक्ति को अनोखे रूप से बनाया है, फिर भी ज़्यादातर लोग किसी दूसरे के समान बनने की कोशिश करते रहते है–परिणामस्वरूप हीनता की भावना से ग्रस्त हो जाते है। मेरी इस बात पर भरोसा रखिएः परमेश्वर कभी भी किसी दूसरे के समान बनने में हमारी मदद नहीं करेगा। वह चाहता है आप जो है वही बने रहे! इस पर आप भरोसा कर सकते है!

दूसरी ओर वह व्यक्ति जिनमें आत्मविश्वास की कमी होती है, उनको किसी बात का निश्चय नहीं होता। वे दो दिमाग़ वाले होते है, अनिश्चित लोग जो ज़िन्दगी से लगातार निराश हो जाते है। यदि वे कोई निर्णय लेते है, तो शंका उन्हें पिड़ित करती है। वे दूसरा अनुमान लगाते है (और फिर तीसरा और चौथा)। फलस्वरूप वे हिम्मत से नहीं जी पाते। वे छोटा और सकरा जीवन जीते है, और महान और प्रतिफल से भरा जीवन जिसे परमेश्वर ने आनंद लेने के लिए दिया था उसे वे खो देते है।

आप परमेश्वर के उन वादों को जानते होंगे जो उन्होंने अपने लोगों से शांति, खुशियाँ, आशीष और बहुत सी चीज़ों का वादा किया। पर क्या आपको पता है कि परमेश्वर के सारे वादे प्रत्येक मनुष्य के लिए है?

यह सच है–जब वादों को पूरी करने की बात आती है, तो परमेश्वर कभी भेदभाव नहीं करते। यद्यपि, वह कुछ वादों पर कुछ शर्तो को लागू करता है, जैसे की माता–पिता अपने बच्चों के अच्छे परिणाम मिलने पर, इनाम के तौर पर बाहर घुमाने का वादा करते है।

वैसा ही, परमेश्वर की माँग है कि हम विश्वास के द्वारा उस तक पहुँचे–इस गहरे विश्वास के साथ कि परमेश्वर भरोसेमंद है और हमेशा वह अपने वादों पर खरा उतरेगा। परमेश्वर आपसे प्रेम करता है; वह चाहता है कि आप उसके प्रेम के ज्ञान में विश्वास करें। वह चाहता है कि उसके प्रेम पर भरोसा रखने पर मिलनेवाली मन की शांति का अनुभव करें। बहुत से लोग परमेश्वर का नाम सुनकर सहम जाते है, क्योंकि उन्हे इस बात का डर है कि परमेश्वर स्वर्ग में बैठा है, सिर्फ़इस इंतज़ार में कि कब वे छोटी सी गलती करें ताकि वह उन्हें सज़ा दे सके। मैं यह नहीं कह रही कि हमें अपने कर्मो के परिणामों का सामना नहीं करना होगा, परमेश्वर हमें सज़ा देने पर खुश नहीं होता। इस के बजाए वह हमें आशीष और समृद्धि देना चाहता है। वह दयालु है, और यदि हम उसकी दया के पात्र बन जाते है, वह हमें लगातार आशीष देता रहेगा जबकि न्याय संगत रूप से देखा जाए तो हम सज़ा के पात्र है। शुक्र है कि वह हमारे कर्मो को नहीं पर हमारे मन के व्यवहार और प्रभु यीशु पर हमारे विश्वास को देखता है।

जब हमें परमेश्वर और उनके प्रेम और दया पर भरोसा होता है, तब हम आत्मविश्वास के साथ जी सकते है और उस जीवन का मज़ा ले सकते है जो उसने हमारे लिए रखा है। ध्यान दीजिए मैंने कहा परमेश्वर पर भरोसा रखना, न कि खुद पर। अक्सर जब लोग आत्मविश्वास के बारे में सोचते है, तो वे आत्म–विश्वास के बारे में सोचते है। जरा सोचिए कितने टेलीविज़न कार्यक्रम के गुरूओं और कसरत करानेवालों ने आपको उकसाते हुए सुना होगा कि “खुद पर भरोसा कीजिए!” मैं इनसे अलग होने का दावा करती हूँ। मैं यह समझाना चाहती हूँ कि, शुरू से हमारा भरोसा सिर्फ़ प्रभु यीशु पर होना चाहिए, न कि खुद पर और न दूसरे लोगों पर, और न ही इस दुनिया या इसके कायदों पर। बाइबल साफ़–साफ़ कहती है कि मसीह के परिपूर्णता में हम परिपूर्ण है (फिलिप्पियों 4:13), इसलिए हम यह कह सकते है कि मसीह के आत्मविश्वास द्वारा हम भी आत्मविश्वास से भर गए है। या दूसरे शब्दों में ऐसा कह सकते है “हम में आत्मविश्वास है सिर्फ़ इसलिए क्योंकि वह हममें रहता है, और उनका आत्मविश्वास है जो हमने पाया।”

कल्पना कीजिए की आप बास्केट बॉल टीम के खिलाड़ी है, जिसकी कप्तान दुनिया की सबसे निपुण और खेल के मैदान की सबसे कुशल खिलाड़ी है। वह मैदान में ना सिर्फ़ दूसरे खिलाड़ियों से अच्छा खेलती है, पर वह अपने साथी खिलाड़ियों से सर्वोतम प्रदर्शन कराती है। हर बार आप आत्मविश्वास के साथ खेल सकते है, इस जानकारी के साथ की आपको टीम के कप्तान से इस बात का ज्ञान और निपुणता है, जिससे आप जीत हासिल कर सकते है। ज़रूर, आपको अपना काम करना होगा, टीम में आपका स्थान पूर्ण करना होगा, पर यदि आपका प्रदर्शन

अच्छा ना भी रहे, तो आपका सुपरस्टार आपको छुपा कर रख देगी। वह आपके पीछे है। और, जैसे–जैसे खेल आगे बढ़ता है, आपको यह पता चलता है कि आपके कप्तान का आत्मविश्वास फैलता है। आप भी साहस के साथ खेल सकते है, क्योंकि आपकी कप्तान आपको प्रेरणा देती है।

इसलिए, यदि मैं कहूँ कि मुझमें आत्मविश्वास है, जैसा मैं अक्सर कहती रहती हूँ, इसका मतलब यह नहीं कि मुझे खुद पर या मेरी काबलियत पर भरोसा है। मुझे मेरे अगुवा परमेश्वर और उनका वरदान, गुण और ज्ञान जिसे उसने मुझे दिया है, भरोसा है। मुझे पता है कि परमेश्वर के बिना मैं कुछ भी नहीं (युहन्ना 15:5), पर उसके साथ होने पर मैं एक योद्धा हूँ, क्योंकि वह मुझसे बेहतर चीज़ों को प्रदर्शित कराता है।

> *परमेश्वर की आत्मा की अगुवाई से उपासना करते है; और मसीह यीशु पर घमण्ड करते है, और शरीर पर भरोसा नहीं रखते।* (फिलिप्पियों 3:3)

क्या आप आत्मविश्वास की कमी से पीड़ित है?

अल्प–विश्वास एक दुर्बलता है, इसे एक रोग भी माना जा सकता है। और अन्य किसी भी रोगों की तरह अल्प–विश्वास एक चीज़ (आत्मविश्वास) की कमी से होता है, और–अधिक कमी होने पर होता है–भय। मैंने भय को एक भावनात्मक विषाणु से उल्लेख किया क्योंकि यह एक विचार के रूप में आपके दिमाग़ में शुरू होता है, और बाद में आपकी भावना और आचरण में असर करती है–बिलकुल वैसे जैसे हाथ मिलाने या छींकने से जुखाम के विषाणु आपके शरीर पर कब्ज़ा करते है, और आपको अभागेपन का एहसास दिलाती है।

भय एक बहुत ही खतरनाक विषाणु है, क्योंकि भयभीत व्यक्ति के अंदर आत्मविश्वास नहीं होता, और वह कभी अपनी योग्यता तक पहुँच नहीं पाता। वह अपने आराम के घेरे से बाहर कदम निकालकर कुछ करना नहीं चाहता–विशेषकर कुछ नया और खास। भय एक निर्दयी शासक है, और उसकी प्रजा निरंतर पीड़ा में जीवन बिताती है।

उन व्यक्तियों को देखकर मेरा दिल टूट जाता है, जो भय में जीवन व्यतीत करते है क्योंकि आत्मविश्वास के बग़ैर लोग कभी भी सच्चे आनंद को पहचान नहीं पाएँगे। परमेश्वर की पवित्र आत्मा इस बात से दुखी है क्योंकि उसे इस दुनिया में भेजा गया ताकि वह परमेश्वर द्वारा निर्धारित कार्य को पूरा करने में हमारी मदद कर सके। पर जब तक भय ने आपकी ज़िन्दगी के दरवाज़े को बंद करके ताला लगा

दिया है तब तक आप अपनी मंजिल को ढूँढ नहीं सकती। उसके बजाए, आप सहम कर दरवाज़े के पीछे छिप जाती है, आत्म–हीनता, दोषारोपण करना, अस्वीकृती का भय, असफलता का भय, और दूसरों के भय से भर जाती है।

भय से पीड़ित बहुत से लोग अंत में दूसरों को संतुष्ट करनेवाले बन जाते है। जिन्हे दूसरों के काबू में रहने की आदत हो जाती है, दूसरों के नियंत्रण में रहते है। वे स्वयं होने के अधिकार को छोड़कर, और अक्सर अपना जीवन दूसरों के नज़रिए से जीने की कोशिश में लगे रहते है।

बड़े दुख की बात है, जब हम वह बनने की कोशिश करते है जिसके लिए हमें नहीं बनाया गया हो, तो हम खुद को और हमारे अंदर वास करनेवाले परमेश्वर की सामर्थ्य का गला घोट देते है। जब हम में आत्मविश्वास होता है, तब आश्चर्यजनक ऊँचाई तक पहुँच सकते है, आत्मविश्वास ना हो, तो साधारण सी उपलब्धी भी हमारी पहुँच से बाहर हो जाती है।

आपने शायद ऊपर के भागों को पढ़ा होगा–"आश्चर्यजनक ऊँचाई" के बारे में और स्वंय सोचा होगा *जॉयस, यह सच है। मैं अद्‌भुत काम नहीं कर पाती, (मुझे ऊँचाई से डर भी लगता है)* ऐसे विचार आने पर आपको निराश होने की ज़रूरत नहीं। इतिहास के प्रत्येक भागों में परमेश्वर ने साधारण लोगों से असाधारण और अद्‌भुत काम कराए। फिर भी, हर एक को पहले विश्वास का पहला कदम बढ़ाना पड़ा था। विकास से पहले आत्मविश्वास के साथ अनजाने और अपरिचित परिस्थितियों में आगे बढ़ते रहे। उन्हें इस बात पर भरोसा रखना पड़ा कि जो करने का प्रयास वो कर रहे है, वह वो कर सकते है, शब्द कोश में "हासिल" शब्द "विश्वास" शब्द से पहले आता है, पर असल ज़िन्दगी में यह क्रम उल्टा हो जाता है।

इस बात पर ध्यान दिया जाए, कि ज़्यादातर मामलों में, सफल लोगों ने कई बार कोशिश की और सफलता पाने से पहले कई बार असफल हुए। उनकी शुरूआत आत्मविश्वास के साथ होने के साथ–साथ, उन्हें आत्मविश्वास में बने रहना पड़ा जब उनकी परिस्थिती उन पर "असफलता! असफलता! असफलता!" का दोष लगा रही थी।

ज़रा सोचिए आविष्कारक थॉमस एडिसन के बारे में। उन्होंने कहा था "मैं बढ़ाई नहीं करता जब मैं यह कहता हूँ कि मैंने बिजली से जुड़े करीब हर एक सिद्धान्त को खोजा और स्पष्ट रूप से सही भी थे। फिर भी सिर्फ़ दो ही अवसरों में मेरे आविष्कारों की सत्यता को प्रमाणित किया।"

इसका अर्थ यह है कि एडिसन ने 2,998 असफल प्रयोगों को सफलता तक पहुँचने को बनाया। यकीनन बिजली के निर्माण की कहानी, एक लंबी और जाँच त्रुटी प्रणाली की थका देनेवाली कथा है। कल्पना कीजिए की एडिसन को अपनी दर्जन भर असफलताओं के ढ़ेर को देखकर कैसा लगा होगा फिर सौ और फिर हज़ार असफलताएँ। फिर भी, इन बाधाओं को पार करके, वह आगे बढ़ते गए। उसे अपने उज्जवल विचारों पर भरोसा था और उसने अपने दृढ़ विश्वास को न खोया।

केवल इसलिए की साधारण लोगों ने असाधारण काम किए, इसका मतलब यह नहीं की उन्हें डर नहीं लगता। मुझे यकीन है कि पुराने नियम की साहसिक पात्र ऐस्तर को लगा होगा, जब उसे उसके आरामदायक ज़िन्दगी को छोड़कर राजा के जनान खाने में प्रवेश करना होगा। ताकि परमेश्वर उसके द्वारा अपने लोगों की रक्षा कर सके। मुझे यकीन है कि यहोशू को डर लगा होगा, जब मूसा की मृत्यु के बाद, उसे इस्राएलियों को उनके वादे की ज़मीन तक पहुँचाने का काम दिया गया। मुझे पता है मुझे घबराहट हुई, जब परमेश्वर ने मुझे अपना काम छोड़कर उसकी सेवकाई के लिए बुलाया। मुझे अभी भी याद है कि कैसे मेरे घुटने टकरा रहे थे, और मेरे दोनों पैर कमज़ोर लग रहे थे और मुझे लगा कि मैं गिर जाऊँगी। मुझे याद है वह डर जो उस दिन मैंने महसूस किया, पर आज मुझे यह सोचकर घबराहट होती है कि यदि मैंने भय का सामना न करके परमेश्वर की इच्छा का पालन न किया होता, तो मेरी ज़िन्दगी कैसी हो जाती। डर का मतलब यह नहीं की आप लाचार है। इसका मतलब यह है कि आपको इस भय को महसूस करते तैयार होते हुए अपना काम करना होगा।

यदि मैंने भय को मुझे रोकने का मौका दिया होता, तो आज मैं कहाँ होती? मैं क्या कर रही होती? क्या मैं खुश और परिपूर्ण होती? क्या मैं अभी आत्मविश्वास से भरी स्त्री नामक पुस्तक लिख रही होती–या फिर घर में बैठी रहती मायूस और यह विचार करते हुए कि मेरा जीवन इतना निराश भरा क्यों है? मुझे यकीन है बहुत से दुखी लोग ऐसे है जिन्होंने भय को खुद पर होने दिया।

आपका क्या हाल है, मेरे प्रिय पाठको? क्या आप वही कर रहे है जिसे आपको जिंदगी के इस पढ़ाव में करना था, या फिर आपने भय और अल्प–विश्वास को मौका दिया आपको नई चीजों को करने से रोकने का, या पुरानी बातों में नयापन लाने से रोकने का? अगर आपको आपका जवाब पसंद नहीं, तो मुझे कुछ अच्छी खबर देने दीजिएः नई शुरूआत करने में देरी नहीं हुई है! अब एक और दिन भी सकीर्ण और अवस्था में मत बिताईए जिसमें सिर्फ़ आप और आप के भय के लिए जगह है। अभी से यह निर्णय लिजिए कि आप साहसिक, आक्रमता और आत्मविश्वास

से भरा जीवन जीना सीखेंगे। अब से भय को आप पर हावी होने का मौका मत दीजिए।

साहस भय की अनुपस्थिती नही है, पर भय की उपस्थिती में कुछ कर दिखाना साहस है। साहस से भरा व्यक्ति वही करता है जो कि उसे करना चाहिए – न कि वह जो उसे करने की इच्छा होती है।

इस बात पर ध्यान देना ज़रूरी है कि कुछ किए बिना आप भय के निकलने कि अपेक्षा नहीं कर सकते। आपको ऐसा महसूस करना होगा और कदम उठाना पड़ेगा। या फिर जैसे जॉन वेईन ने कहा "साहस मृत्यु जैसा डरावना है, पर किसी तरह उस पर सवारी करनी पड़ती है" दूसरे शब्दों में कहा जाए तो साहस भय की अनुपस्थिती नहीं है, पर भय की उपस्थिती में कुछ कर दिखाना साहस है। साहस से भरा व्यक्ति वही करता है जो कि उसे करना चाहिए–न कि वह जो उसे करने की इच्छा होती है।

मुझे यह लिखते हुए बड़े उत्साह का अनुभव हो रहा है। मुझे पूरा भरोसा है कि मेरी यह पुस्तक बहुत से लोगों की ज़िन्दगी बदल देगी। कुछ लोगों के लिए यह स्मरण कराने हेतु भेजा गया एक पत्र है, पर दूसरों के लिए यह सच्चे जीवन में कदम बढ़ाने में मदद करेगी। ज़िन्दगी आरंभ से ही आपका इंतज़ार कर रही थी – और वह जीवन जिसे आप भय और डर के कारण खो रहे थे। शैतान डर का मालिक है, पर एक बार यदि आपको इस बात का एहसास हो जाए कि आपकी हिचकिचाहट के पीछे वही है, आप अपना भरोसा यीशु मसीह पर डालकर, अपना अधिकार उस पर जमा सकते है उसे उजागर करने के लिए साहस के साथ कदम बढ़ा सकते है। परमेश्वर ने यहोशु से कहा था "डर मत मैं तेरे साथ हूँ"। वह आज आपको यही संदेश भेज रहा है, डरो मत! परमेश्वर आपके साथ है, और वह आपको न कभी छोड़ेगा और न आपको त्यागेगा।

अब्राहम से कहा गया था "जो कुछ तू करता है, उसमें परमेश्वर तेरे संग रहता है" (उत्पत्ति 21:22)। यह तो मुझे जीवित रहने का बहुत बड़ा साधन जैसे सुनाई पड़ता है। क्या आप विशाल जीवन जीने के लिए तैयार है, ऐसा जीवन जो आप में संपूर्णता और परिपूर्णता का एहसास छोड़ जाएगा। मुझे यकीन है कि आप तैयार है, और आपके इस जीवन के सफ़र में आपकी मदद की हर संभव कोशिश करूँगी।

मुझे पता है भय में जीना कैसा होता है। वास्तव में भय आपको अंदर तक बीमार कर सकता है। वह आपको इतना परेशान और हताश कर देता है कि आप के चारों ओर के लोग यह जान जाते है कि कुछ गड़बड़ है; क्योंकि यह आपके चेहरे और शरीर के हाव – भाव से प्रकट हो जाता है। और क्या, जिस तरह आत्मविश्वास

फैलता है, वैसे ही आत्मविश्वास की कमी फैलती है। जब हमें खुद पर भरोसा नहीं तो दूसरे किसी को भी हम पर भरोसा नहीं होगा। कल्पना कीजिए एक डरी हुई सहमी हुई बास्केटबॉल खिलाड़ी, जो खुद को अपनी बाहों में लपेटें, खेल के मैदान के एक किनारे पर खड़ी है। क्या कोई भी उसे बॉल देगा? क्या कोई भी उसे खेलने को कहेगा?

हमें दुख लगता है, यह सोचकर की दूसरे हमारा तिरस्कार करते है। उदाहरण में दिए गए बास्केटबॉल की खिलाड़ी को लगता होगा कि अन्य खिलाड़ी उससे नफ़रत करते है या उसके खिलाफ़ उनके मन में कुछ है। पर डरपोक, कम भरोसा रखनेवाले लोगों की समस्या की यह जड़ है की वह स्वंय को तिरस्कृत करते है। वे उस व्यक्तित्व को तिरस्कृत करते है जिसे परमेश्वर ने उनके लिए चाहा था।

आत्मविश्वास का सर्वोच्च कोटि प्रकरण

जिस तरह से आत्मविश्वास की कमी लक्षणों की सूची के साथ आती है, आत्मविश्वास में भी वैसे लक्षण पाए जाते है। आत्मविश्वास से भरा व्यक्ति सुरक्षित महसूस करता है। उसे विश्वास है उसे सब पसंद करते है, वह कीमती है, उसका ख्याल रखा जाता है, और परमेश्वर की इच्छा जो उसके लिए है उसमें वह सुरक्षित है। जब हमें सुरक्षा और सकुशलता का अनुभव होता है, तब कदम आगे बढ़ाने और नई चीज़ें करने की कोशिश करना आसान हो जाता है। गोल्डन गेट पुल के निर्माण काल के शुरूआती दौर में सुरक्षा उपकरणों का उपयोग नहीं किया गया, और तेईस लोगों की गिरकर मौत हो गई। यघपि, परियोजना के अंतिम चरण में सुरक्षा के तौर पर एक बहुत बड़ा जाल का उपयोग किया। कम से कम दस लोगों की जान उस जाल में गिरने से बच गई। उससे भी दिलचस्प बात यह थी, कुछ भी हो जाल लगने के पश्चात 25% ज़्यादा काम हुआ। क्यों? क्योंकि उन आदमियों को अपनी सुरक्षा का पक्का वादा था, और पूरे दिल से इस परियोजना में सेवा करने के लिए आज़ाद थे।

जब लोगों को सुरक्षा का एहसास हो जाता है, तब वे निःसंकोच होकर पराजित होने के अवसरों पर अपनी किस्मत को आज़माते है, ताकि वे सफलता पाने की कोशिश कर सके। जब हमें यह पता चलता है कि हमें खुद से प्यार है, नाकि हमारी उपलब्धियों और प्रदर्शन से, तब हमें असफलता से डरने की ज़रूरत नहीं। तब हमें यह एहसास होता है कि किसी एक वस्तु में असफल होने का यह मतलब नहीं कि हम हर बातों में असफल है। हमें पूरी स्वाधीनता है यह जानने और खोजने की, कि हम किस काम में माहिर है। हमें आज़ादी है उन चीज़ों को ढूँढने की जो हमारे जीवन में परिपूर्णता लाती है, जिसे करना संभव नहीं यदि हम आगे नहीं बढ़ेगे और

खोजेंगे नहीं। जाँच और त्रुटि सफल का मार्ग है, और जब तक आपकी कार खड़ी है तब तक आप उसे चला नहीं सकते। इसलिए शुरू हो जाइए, परमेश्वर आपका मार्गदर्शन करेगा। जब लोगों में आत्मविश्वास होता है, तो वे कोशिश करते है, और तब तक कोशिश करते रहते है जब तक वे सफलता का मार्ग ढूँढ नहीं लेते जिसमें चलने के लिए परमेश्वर ने उन्हें चुना।

निश्चित, ज़िन्दगी में कभी–कभी ऐसा लगता है जैसे हम बहुत ही सामान्य है, पर वास्तव में, परमेश्वर के बिना हम सामान्य ही रहेंगे।

उदाहरण के तौर पर तीन साल की छोटी सी लड़की को अपने पिता की बाँहों में सुरक्षा का एहसास हो रहा था जब उसके पिता स्वीमिंग पूल के बीच में खड़े थे। पर पिता मज़े के लिए, धीरे धीरे गहराई की ओर चलने लगे। "गहरा और गहरा" गीत गुनगुनाते हुए, जबकि पानी उस बच्ची के उपर और उपर चढ़ता जा रहा था। उस बच्ची के चेहरे से दहशत की भावना प्रकट होने लगी थी, वह अपने पिता को और कस कर पकड़ने लगी, जिन्होंने आसानी से ज़मीन को छुआ था। यदि उस बच्ची ने ठीक से उस परिस्थिती को समझा होता, तो उसे यह एहसास हो जाता कि उसे डरने की कोई ज़रूरत ही नहीं। उस पुल के किसी भी किनारे का पानी उसके ऊपर ही था। पर उसके लिए, सुरक्षा उसके पिता पर निर्भर करती है।

हमारी ज़िन्दगी के कई अवसरों में हम सब को ऐसा लगता है जैसे, "गहरे पानी में जाना" या "पूरी तरह से डूब गए" चारों तरफ़ से परेशानियों में घेरे है: नौकरी को खो दिया, किसी की मौत हो गई, परिवार में चैन नहीं, या डॉक्टर ने कोई बुरी खबर दे दी। जब ये सब होता है, तब हम टूट जाते है, क्योंकि हमें ऐसा लगता है जैसे हमने अपना संयम खो दिया। पर ज़रा सोचिए–पुल में उस बच्ची की तरह ज़िन्दगी के सबसे जटिल परिस्थितियों में हमारा खुद पर नियंत्रण नहीं होता। हम हमेशा परमेश्वर की दया के द्वारा थामे गए है, हमारा पिता, और यह कभी बदलता नहीं। परमेश्वर के लिए कुछ भी गहरा नहीं और इसलिए ज़िन्दगी की गहराई वाली अवस्था में हम सुरक्षित है, जैसे उस बच्ची का पुल में था।

थोड़ा सा धार्मिक आत्मविश्वास लंबा रास्ता तय कर सकता है

केट ब्राउन का वजन सिर्फ़ पँचानवे पाऊँड है, और वह पाँच फूट से थोड़ी ज़्यादा है। पर वह अपने कद से ज़्यादा लंबी लगती है, यद्यपि, एक बार 100 फूट ऊँची दीवार पर फुर्ती से चढ़ गई (जोकि दस मंजिला मकान के बराबर था)

केट एक "कठिन आरोही" है, एक प्रयास जिसमें वह एक विश्व विजेता है, और

खेलों में जिसका प्रसारण ESPN2 में देखा होगा, उसमें उसे विविध खेलों के लिए स्वर्ण पदक से नवाज़ा गया है।

आप सोच सकते है, एक छोटे से व्यक्ति को उसके कद से बीस गुना ऊँची दीवार या पहाड़ पर चढ़ने की बात सहमा देती होगी, पर केट कहती है कि उसका अटूट विश्वास उसे शांति प्रदान करता है, बहुत ही खतरनाक चुनौतियों का सामना करते वक्त भी।

"मुझे पता है अगर मैं मसीह न होती, तो जो मैंने किया वह मैं कभी न कर पाती, वह समझाती है"। "मेरा परमेश्वर पर विश्वास मुझे मेरे भय से छुटकारा नहीं देता, या चेतावनी नहीं देता, जब मैं ऊँचाई पर चढ़ती हूँ, यह मुझे उससे निपटने में मदद करता है, यह बहुत दबाव को निकाल देता है, क्योंकि आपको यह पता है, आपके न जीतने पर परमेश्वर आपका न्याय नहीं करेगा। इसलिए चिन्ता करने की कोई बात ही नहीं। जब मैं दूसरों को स्पर्धा करते देखती हूँ, तो मुझे यह सोचकर आश्चर्य होता है कि यदि मुझे परमेश्वर पर भरोसा न रहता तो मैं यह स्पर्धा में भाग कैसे ले पाती।"

ज़िन्दगी में जिन ''ऊँची दिवारों'' का सामना आप करते है। वह शायद यर्थात या भौतिक नहीं होगा। वह शायद भावनात्मक या कथित होगा। और ज़िन्दगी के इन दिवारों को देख कर सहम जाना और घबराना कोई बुरी बात नहीं। जैसा केट ने कहा—महत्वपूर्ण मुकाबलों के महत्व की प्रशंसा ना करना खतरनाक हो सकता है।

पर, केट की तरह, आप इस सच्चाई पर अपना भरोसा रख सकते है कि यदि आप दीवार के ऊपर तक नहीं पहुँच पाए तो परमेश्वर आपका तिरस्कार नहीं करेगा—शायद आपको इसके लिए सौ बार कोशिश करनी पड़े। परमेश्वर आपके विश्वस्त कोशिशों पर ध्यान देता है—एक कोशिश जो परमेश्वर के प्रेम पर आपके भरोसे के नींव पर बना है।

पहली बार सफलता न मिलने पर बार बार कोशिश करते रहना चाहिए

मैं यकीन करती हूँ कि गिरना सफलता का एक भाग है। जैसे जॉन मेक्सवेल ने कहा ''असफलता हमें आगे बढ़ा सकती'' इतिहास ऐसे लोगों के उदाहरणों से भरा है जो बड़े बड़े कामों के लिए प्रसिद्ध है—परन्तु यदि उनके जीवन का अध्ययन करें, हमें पता चलेगा कि कई बार असफल होने के बाद ही उन्हें सफलता मिली थी।

कुछ लोगों को अनगिनत असफलताओं के बाद ही कभी, किसी में सफलता मिलती है। उनकी असली भक्ति उनका गुण नहीं, उनका हठ था। एक व्यक्ति जो कभी हार नहीं मानता वही हमेशा सफल हो सकता है।

इन उदाहरणों पर ध्यान दीजिएः

- हेनरी फोर्ड सफल होने से पहले पाँच बार असफल हुए और टूट चुके थे।
- बास्केटबॉल के सुपरस्टार माईकल जॉर्डन को अपने बास्केटबॉल टीम से एक बार निकाला जा चुका था।
- अपने पहले ऑडिशन के बाद, परदे के सबसे प्रचलित फ्रेड एसटेयर को एम जी एम के एक कार्यकारी ने निम्न बातें निर्धारित की :– "अभिनय नहीं कर सकता। थोड़ा सा गंजा है। पर थोड़ा नाच सकता है।"
- सबसे प्रसिद्ध लेखक मेक्स लूकाड़ो की पुस्तक को 14 प्रकाशकों ने प्रकाशन करने से मना कर दिया, बाद में किसी एक ने उन्हें मौका दिया।
- एक बहुत प्रसिद्ध फुटबॉल में माहिर व्यक्ति ने सबका दिल जीतने वाले प्रशिक्षक विन्स लोम्बाड़ी के बारे में कहा था, "उसे फुटबॉल की बहुत कम जानकारी है। प्रोत्साहन की कमी है।"
- नए विचारों की कमी के कारण वॉल्ट डीज़नी को अखबार वालों ने नौकरी से निकाल दिया। बाद में, कई बार कंगाल होने के बाद उसने डिज़नी लैण्ड का निर्माण किया।
- अमेरिका के राष्ट्रपति चुने जाने पर, अब्राहम लिंकन को उनके अपने राज्य इलेनोईस के अखबार द्वारा उन्हें "बंदर" कहा गया था। उसमें यह लिखा था कि अमेरिकी लोगों के लिए "बेहतर होता यदि उसकी हत्या हो जाती।"
- युवा बर्ट रेनोल्डस से यह कहा गया था कि वो अभिनय नहीं कर सकता। उसी वक्त उसके दोस्त क्लिंट ईस्टवुड से भी कहा गया था कि फिल्मों में वह अपना स्थान नहीं बना पाएगा क्योंकि उसके गले की हड्‌डी बहुत बड़ी थी।

उदाहरण में दिए गए सभी लोगों ने विभिन्न क्षेत्रों में सफलता पाई, पर उनमें एक चीज़ सामान्य थीः निरन्तर प्रयास करना। निरन्तर प्रयास करनेवालों की सूची में एक और उदाहरण है प्रसिद्ध पादरी जॉन वेस्ली। ज़रा उनकी डायरी में झाँक के देखे।

रविवार, सुबह मई 5

सेन्ट एन्न में प्रचार किया। उन्हें कहा गया कि दुबारा वहाँ कभी न आए।

रविवार, शाम मई 5

सेन्ट जूड में प्रचार किया। वहाँ भी वापस जाना संभव नहीं था।

रविवार, सुबह मई 19

किसी और के चर्च में प्रचार किया। प्रधानों ने बैठक बुलाई और दुबारा वहाँ आने से मना कर दिया।

रविवार, शाम मई 19

गलियों में प्रचार किया। लात मारकर निकाल दिया गया।

रविवार, सुबह मई 26

खेतों में प्रचार किया। खेतों से बैल द्वारा भगा दिया गया जिसे प्रार्थना के समय खुला छोड़ा गया था।

रविवार, सुबह जून 2

शहर के किनारे खड़े होकर प्रचार किया। सड़क से भगा दिया गया।

रविवार, शाम जून 2

दोपहर में खुले मैदान में प्रचार किया। दस हज़ार लोग प्रचार सुनने के लिए आए थे।

आप जान गए होंगे कि श्रीमान वेस्ली को कितना प्रयत्नशील और खुशमिज़ाज होना पड़ा होगा—ताकि वे तिरस्कार के मौकों पर भी आगे बढ़ सके। अंत में उनको सफलता मिली क्योंकि उनमें सर्वोच्च कोटि का आत्मविश्वास था। हार न मानना आत्मविश्वास के लक्षण है। कोशिश करते रहने के लिए मैं आपको प्रोत्साहित कर रही हूँ, और यदि पहले आपको सफलता ना भी मिले, तो बार बार कोशिश करते रहिए!

■ *अध्याय – 2* ■

सही कीर्तिमान क़ायम करना

परमेश्वर नहीं चाहता है कि किसी की भी राय में महिलाएँ पुरूषों से कम हो। न ही वे पुरूषों के ऊपर है। दोनों वर्गों को एक साथ सामान्य अच्छाई के लिए काम करना होगा। हमारे समाज में स्त्री और पुरूष के बीच पाई जाने वाली प्रतियोगिता की आत्मा पूरी तौर से मूर्खता है। जब औरतों को इस बात का एहसास होता है कि उसे अपने अधिकारों के लिए लड़ना होगा, तो कुछ महिलाओं का व्यवहार बहुत उग्र हो जाता है। इसका मतलब यह है कि मानव जाति जो कि अपूर्ण है हमेशा खाई के इस पार या उस पार रहती है। एक नौसिखिया ड्रायवर की तरह, हम सड़क के एक छोर पर गाड़ी चलाना शुरू करते है, बाद में खुद को सुधारने के झंझट में, सड़क के दूसरे छोर पर पहुँच जाते है।

दो वर्गो के बीच की शांति की चाबी है संतुलन। आइए देखते है परमेश्वर इस विषय में क्या कहते है।

परमेश्वर की नज़र से स्त्री को देखना

परमेश्वर ने स्त्री की सृष्टी की, और उसने कहा था कि जो कुछ भी उसने बनाया वह बहुत ही अच्छा है। इस बात पर विश्वास करना सीखिए जो परमेश्वर आपके बारे में कहता है ना कि दूसरे लोगों ने आपके बारे में कहा था। परमेश्वर ने आपको बनाने के पश्चात आपको देखा और घोषणा की "बहुत अच्छा"! आप परमेश्वर कि कला का हिस्सा हो, भजन संहिता 139 कहता है उसकी सारी सृष्टि अद्‌भुत हो।

क्योंकि हव्वा ने पहले परमेश्वर की आत्मा को तोड़ा और आदम को प्रेरित किया इसलिए तब से औरतों को दोषी माना जाता है। मुझे लगता है कि आदम को हव्वा के प्रलोभन से बचना चाहिए था ना कि उसे करने के बाद हव्वा को इस गड़बड़ के लिए दोषी ठहराना। कैसे भी हो, परमेश्वर ने पहले आदम को

बनाया था, और आदम को परमेश्वर ने अच्छे और बुरे ज्ञान वाले फल को न खाने की आज्ञा दी थी।

मुझे यकीन है कि आदम ने हव्वा से परमेश्वर की आज्ञा के बारे में ज़रूर बताया होगा पर आदम का प्रलोभन में आकर अनुशासन का पालन न करने में हव्वा की गलती बिलकुल नहीं थी। वास्तव में, बाइबल में लिखा है कि एक मनुष्य के द्वारा पाप जगत में आया, आदम (रोमियों 5:12, 1 कुरिन्थियों 15:21, 22)। मैं यहाँ हव्वा की तरफ़दारी नहीं कर रही हूँ। उसने एक गलत निर्णय लिया और उसे अपने भाग की गलती को स्वीकारना होगा, पर वह इस महान पाप की अकेली कारण नहीं थी। यह एक सामूहिक प्रयास था।

आपको वह कहानी पता है, पहले शैतान ने हव्वा को प्रलोभन दिया और फिर हव्वा के द्वारा आदम को प्रलोभित किया। हर कोई इसमें ज़िम्मेदार है। दुर्भाग्यवश, इदन के बगीचे से लेकर आज तक स्त्री और पुरूष एक दूसरे को ही समस्या उत्पन्न करने के लिए दोषी ठहराते आए है। अब बदलने का समय आ गया है।

क्या आप जानते है कि क्यों शैतान अपनी झूठी बातों को लेकर आदम के पास जाने के बजाए, हव्वा के पास गया? यह इसलिए क्योंकि उसे लगा होगा कि आदम की नहीं पर हव्वा की भावनाओं से खेलना आसान होगा। पर ऐसा हमेशा नहीं होता, स्त्रीयाँ बहुत ही भावनात्मक होती है पर पुरूष ज़्यादातर तर्क शास्त्री होते है।

कुछ भी हो, शैतान को हव्वा से वह कराने में सफलता मिल गई जो उसे नहीं करना चाहिए था। उसने छल के द्वारा उसे पाप में आकर्षित किया, और आज भी उसकी आवाज़ सुनने वालों के साथ वह यही बर्ताव कर रहा है।

जब परमेश्वर ने आदम और हव्वा के कामों का निर्णय लिया उसने सिर्फ़ मनुष्यों का ही नहीं पर शैतान का भी निर्णय किया। परमेश्वर ने शैतान से कहा “मैं तुम्हारे और स्त्री के बीच में और तेरे वंश और इसके वंश के बीच में बैर उत्पन्न करूँगा। वह तेरे सिर को कुचल डालेगा, और तू उसकी एड़ी को डसेगा।“ (उत्पत्ति 3:15)

लोरेन कनिंगघम और डेविड जोएल हेमिलटन ने अपनी पुस्तक *“वाई नॉट वुमन’’* में काफ़ि दिलचस्प अवलोकन किया है। “जब से परमेश्वर ने इदन के बगीचे में शैतान से कहा कि स्त्री का वंश तेरे सिर को कुचलेगा, तब से शैतान पूरी दुनिया की स्त्रियों पर उग्रता से आक्रमण कर रहा है।”

उत्पत्ति 3 से यह साफ़ साफ़ पता चल जाता है कि स्त्री और साँप के बीच असहमति है। क्यों? लगभग आरम्भ से ही शैतान स्त्री से नफ़रत करता था। क्योंकि वह एक स्त्री ही होगी जिसके द्वारा प्रभु मसीह का जन्म होगा। जो शैतान और उसके दुष्ट कामों को पराजित करेगा। जैसे परमेश्वर ने कहा था, स्त्री का वंश उसका सिर कुचलेगा। (उसके अधिकार)।

स्त्री के अतीत पर ज़रा नज़र डाले

यूनान की पौराणिक काल्पनिक कथाओं और साहित्य में स्त्रीयों को अक्सर अनिष्ट श्राप के रूप में वर्णित किया गया था, जिसे पुरूषों को सहन करना पड़ेगा। उदाहरण के तौर पर, दार्शनिक प्लेटो, सिखाया करते थे कि नरक तो होता ही नहीं। वह कहते थे कि स्त्रियों को सहन करना पुरूषों को मिलने वाली सही सज़ा है। उन्होंने कहा कि स्त्री के बिना पुरूष इस दुनिया में आ नहीं सकता। पर बाद में उनको सहन करना भी नहीं आता। प्लेटो को दुनिया का सबसे महान दार्शनिक माना जाता है, और उनके विचारों ने कई संस्कृतियों पर प्रभाव डाला था। क्या ऐसा हो सकता है कि स्त्रीयों को स्थाई व्यवहार की जानकारी के लिए 400 बी.सी. तक जाना पड़ेगा।

युरोपीय साहित्य के सबसे पुराने दस्तावेज़ में, होमर की कविताओं में, वह तर्क करते है, कि हर झगड़ा, पीड़ा, मुसीबत का मूल कारण स्त्री है। वे अधिक सम्पत्ति जिन्हें जीता जाता था और उनकी कोई वास्तविक कीमत नहीं थी।

कवि हेसियोद एक दूसरे व्यक्ति थे जिन्हें एन.ओ.डबल्यू के समारोह में भाषण देने का निमंत्रण नहीं दिया जाएगा। उन्हें जियस के साथ तर्क किया, और कहा की यूनान के काल्पनिक कथाओं के सर्वोच्च देवता स्त्रियों से नफ़रत करते थे। हेसियोद ने यह भी दावा किया की जियस ने स्त्रियों की सृष्टि दस स्त्रोत से कीः एक लम्बे बाल वाली सूअरिया, एक दृष्ट लोमड़ी, कुत्ता, धरती की धूल, समुद्र, लड़खड़ाती और हठी गधी, नेवला, नाजुक और गर्दन पर लम्बे बाल वाली घोड़ी, बंदर या मधुमक्खी। उनकी कही गई बातें मीठी और तीखी है न?

इन विषयों को और भी बत्तर बनाने के लिए, हेसियोद ने स्त्रीयों को हर प्रलोभन और बुराई के स्त्रोत के रूप में चित्रित किया। उनके लिए स्त्री एक शाप थी, जिसकी सृष्टि पुरूषों को कष्ट देने के लिए की गई थी।

ऊपर दिए गए उदाहरणों से यह पता चलता है कि पश्चिमी देशों में स्त्रियों से नफ़रत की बहुत गहरी जड़ जमी हुई है। मैं विश्वास करती हूँ कि शैतान ने शताब्दियों का समय लेकर बड़े ही व्यवस्थित रूप से समाज में स्त्रियों के प्रति

मूल सिद्धांत यह हैः पुरूष को स्त्री की ज़रूरत है और स्त्री को पुरूष की।

गलत सोच को गढ़ा है। इस गलत सोच की वजह से स्त्रियों से बुरा बर्ताव किया जाता है और जिसकी वजह से स्त्रियों में आत्मविश्वास की कमी पाई जाती है। इससे यह मालूम पड़ता है कि या तो स्त्रियों में आत्मविश्वास है ही नहीं या अथवा वे स्त्रियों के मौलिक अधिकारों के लिए उग्रवादियों की तरह लड़ते है जिसकी वजह से असली समस्या सुलझती नहीं और दूसरी समस्याएँ उत्पन्न हो जाती है।

मूल सिद्धांत यह हैः पुरूष को स्त्री की ज़रूरत है और स्त्री को पुरुष की। इसका मतलब यह नहीं कि सभी पुरूषों और स्त्रीयों को शादी करनी ज़रूरी है, पर इसका मतलब यह ज़रूर है इसकी दुनिया को स्त्री और पुरूष दोनों की ज़रूरत है ताकि यह दुनिया आसानी से दौड़े। परमेश्वर ने हमे एक दूसरे की ज़रूरत के लिए बनाया है। आजकल की स्त्री का आधार और सिद्धांत पुरूषों के प्रति वो ही है, जो पुराने काल में पुरूषों को स्त्री के प्रति थी। वह स्त्रीयाँ पुरूषों से नफ़रत करती है और सोचती है कि वे पुरूषों के बिना भी काम चला लेगी।

यकीनन, पूरे इतिहास में स्त्रीयों का दुरूपयोग और हानि हुई होगी, घृणा और अनादर के साथ उससे बर्ताव किया गया होगा। परन्तु कड़वाहट बदले की भावना, इस गलती को सुधारने का सही तरीका नहीं है।

मुझे इस कथन को व्यक्तिगत स्तर पर लेने दीजिए। कई वर्षों तक मेरे पिता ने मेरा यौन शोषण किया। मेरे जीवन के 25 वर्ष के शुरूआती वर्षों में कई पुरूषों द्वारा मेरा यौन शोषण हुआ। मैंने पुरूषों के प्रति बहुत ही कठोर और रूखा व्यवहार उत्पन्न किया। मैंने कृत्रिम व्यक्तित्व को विकसित किया। जिसे मैं वास्तव में पसंद नहीं करती थी, पर मुझे यह पात्र निभाना पड़ा क्योंकि दुबारा मुझे कोई चोट पहुँचाए या मेरा फ़ायदा उठाए, इस बात से मैं बहुत घबराती थी। कई स्त्रियाँ जो अपने अधिकारों के लिए लड़ती है उनके साथ भी ऐसी अनकही घटनाएँ घट चुकी है। उन्हें चोट पहुँची है, जवानी में शरीर में कैद घायल छोटी बच्चियाँ दुबारा घायल होने के डर से बाहर नहीं निकलना चाहती।

मैं इन स्त्रियों की भावना को समझ सकती हूँ। पर मैं चाहती हूँ कि हर कोई यह जाने, कि परमेश्वर के वचन और पवित्र आत्मा की सहायता के द्वारा मुझे आत्मिक, भावनात्मक, मानसिक, इच्छा, शक्ति और व्यक्तिगत चंगाई मिली। यह ऐसी क्रिया थी जिसके लिए कई वर्षो का फैलाव था, और मेरे पास प्रथम स्त्रोत अनुभव है, जिससे मैं दुनिया की रीति की तुलना में, परमेश्वर द्वारा मिलने वाले पुनरूद्धार और चंगाई के लिए सिफ़ारिश कर सकती हूँ।

चौका देने वाले आँकड़े

हमारी दुनिया में चारों ओर, प्रतिदिन शक्तिहीन स्त्रियों और बच्चों के साथ भयंकर अपराध और काम होते है। परेशान करने वाली एक प्रवृति जो पिछले दस बीस वर्षो से संख्या में बढ़ती जा रही है वह है यौन व्यापार, इंसानों का अपहरण करके उन्हें यौन व्यापार के लिए बेच दिया जाना। अक्सर वैश्यावृत्ति के लिए। अमेरिका के राज्य विभाग ने आकलन किया था कि 2004 में, आँके गए 600,000 से 800,000 पुरूष, स्त्री और बच्चों के व्यापार में जो विदेशी सरहदों में प्रतिवर्ष होता है, उसमें लगभग 50% बच्चे है।

नियरी उन आँकड़ों में से एक है, वह कंबोडिया के देहात में पली बढ़ी थी। जब वह बहुत छोटी थी तभी उसके माता – पिता का देहान्त हो गया था,

> *और उसे एक अच्छा जीवन देने की कोशिश में उसकी बहन ने उसका विवाह करा दिया, जब वह सिर्फ़ सत्रह साल की थी। तीन महिने बाद वे एक मछली पकड़ने वाले गाँव में घूमने के लिए गए। उसके पति ने एक कमरा किराए पर लिया जिसे नियरी ने एक अतिथि घर सोचा था। पर अगले दिन सुबह जब वह उठी, तो उसका पति जा चुका था। घर के मालिक ने बताया कि उसके पति ने उसे 300 रूपये में बेच दिया और अब वास्तव में वह एक वैश्यालय में थी। पाँच वर्षो तक पाँच से सात लोग प्रतिदिन नियरी का बलात्कार करते थे। कठोर शारीरिक शोषण के अतिरिक्त नियरी एच.आई.वी. और एड्स से संक्रमित थी। जब वह बीमार हो गई तो वैश्यालय ने उसे बाहर फैंक दिया, और अंत में वह एक स्थानीय आश्रय स्थल में रहने लगी। तेईस वर्ष की उम्र में एच.आई.वी./एड्स से उसकी मौत हो गई।*

इससे भी बुरा होता है। यह अनुमान लगाया गया है, दुनिया में 114 और 130 लाख महिलाओं को अपने लिंग का खतना करना पड़ता है, जो कि एक पौराणिक प्रथा है जिसे आज भी लोग मानते है ताकि जवान लड़कियाँ ''पवित्र'' रहें और अपने परिवार के वश में रहें। यह धार्मिक पद्धत्ति जो कि अक्सर घातक होती है, जिसकी वजह से मैथुन क्रिया में और बच्चों को जन्म देना काफि दर्दनाक और भयानक अनुभव हो सकता है। इसका पालन ज़्यादातर अफ्रिका और मध्य पूर्व में किया जाता है।

चलिए इसके और करीब चलते है

प्रति अड़ाई मिनट में, अमेरिका में कहीं, किसी का यौन शोषण होता है और छः अमेरिकी में से कोई एक बलात्कार की कोशिश या पूरी तरह से बलात्कार का शिकार हुई है। बलात्कार के दो–तिहाई मामलों में उन लोगों के द्वारा किया जाता है जिन्हें वे जानते है।

वर्ष 2003 में हिंसात्मक अपराध का दस प्रतिशत जिसमें शारीरिक आक्रमण और प्रहार शामिल है, यह सताए गए व्यक्ति के करीबी संगी द्वारा अपराध किया गया था, और खासकर स्त्रीयाँ पुरूषों से ज़्यादा अपने करीबी संगी द्वारा सतायी गई थी। उसी वर्ष में 9% मौत के शिकार अपने करीबी संगी या जीवनसाथी द्वारा मारे गए थे। अधिकांश शिकार लोगों में, बिलकुल ठीक से कहा जाए, तो 79% स्त्रीयाँ थी।

इस बात पर ध्यान देना ज़रूरी है कि, यह दुखदायी और चौका देने वाला आकड़ा सबसे कीमती व्यक्ति के जीवन पर असर करता है, जिसे परमेश्वर ने अपने स्वरूप में बनाया था। हमें सिर्फ़ आँकड़ो को नही देखना है, हमें लोगों को देखना चाहिए।

हाल ही में हम अफ्रिका में सेवकाई कर रहे थे, हमारी सेवकाई के दौरान हम एड्स से पीड़ित बच्चों के पास गए। हमारे भम्रण के दौरान, हमने मुख्य गली में घरों के कतार को देखा, और किसी मेज़बान ने उस तरफ़ इशारा करके कहा कि यदि किसी बच्ची को एक दिन का खाना और घर नहीं मिल रहा है, तो वह घरों के उस कतार में से किसी एक घर में जाकर वैश्यावृत्ति के बदले एक दिन का खाना और बिस्तर पा सकती है। बहुत सी लड़कियाँ जिन्होंने इस दर्दनाक जीवन शैली को चुना, वे आठ या नौ साल की छोटी बच्चियाँ थी।

स्त्रियों का पतन एक विश्वव्यापी समस्या है। और यह समस्या दुनिया के उन भागों में अधिक होती है जहाँ कोई मसीही परम्परा नहीं। यह दुखित परिस्थिती परमेश्वर के सही स्तर को भंग करती है। यीशु ने कहा था कोई स्त्री या पुरूष नहीं उसमें सब एक है (गलतियों 3:28)। हमारे कीमत और मूल्य के मूल का आधार है कि हम मसीह में कौन है, न कि हमारे अंदर, हमारा लिंग हमारी कीमत को निश्चित नहीं करता, परन्तु हमारा परमेश्वर करता है।

स्त्रियों के अधिकारों का आन्दोलन

हमें उन महिलाओं की तारीफ़ करनी चाहिए जिन्होंने अपने अधिकारों के लिए लड़ाई की थी। 1848 से पाए जाने के सकारात्मक परिवर्तन के बहुत ही आश्चर्यजनक उदाहरण भी है। स्त्रियों के अधिकारों का आंदोलन पाँच स्त्रियों के

चाय पर हुई मुलाकात से प्रारंभ हुआ था। उनकी बातचीत स्त्रियों की अवस्था की ओर चली गई। उनमें से एक महिला, एलिजबेत स्टेन्टन, ने अमेरिका के नए प्रजातंत्र के अंतर्गत स्त्रियों पर डाले गए पाबंधियों पर अपनी असंतुष्टी को उण्डेला। उन्हें इस बात पर आश्चर्य हुआ की आखिरकार क्या सत्तर साल पहले अमेरीकी क्रान्तिकारियों ने आज़ादी पाने के लिए अत्याचार के विरूद्ध लड़ाई नहीं लड़ी थी? स्त्रियों ने भी पुरूषों जितना खतरा उठाया, फिर भी उन्हें आज़ादी नहीं मिली। फिर भी समाज में उन्हें सक्रिय होकर जीने का मौका नहीं मिलता है।

इसलिए इन पाँच महिलाओं ने दुनिया की प्रथम स्त्री के अधिकार सभा को आयोजित करने का निर्णय लिया। सिनिका फल में लोगों की भीड़ एकत्रित हुई। उन्नीस और बीस जुलाई 1848 में वेस्लीयन चेपल न्यूयॉर्क में।

अन्त में अपने दृष्टिकोण की घोषणा करते हुए स्टेटन ने जीवन के उन भागों की बड़ी सावधानी से गणना की जहाँ औरतों के साथ गलत बर्ताव होता है। उन्होंने आज़ादी की घोषणा का नमूना अपनाया और कहा "हम इस सच्चाई को स्पष्ट रूप से खरा मानते है, कि हर पुरूष *और स्त्री* की सृष्टि एक समान है, कि उनको उनके सृष्टिकर्ता ने कुछ हस्तातरित न किए जाने वाले अधिकारों से सम्मानित किया है। कि इनमें से कुछ है जीवन, आज़ादी और खुशियों को प्राप्त करने का प्रयास।"

स्टेन्टन का वर्णन पढ़ा गया, "मानवजाति का इतिहास एक दुहराती हुई क्षति का इतिहास है और पुरूषों द्वारा स्त्रीयों पर बिना अधिकार के कब्जा करना, बिना किसी मध्यस्तता के स्त्रीयों पर पूर्ण रूप से निरंकुश शक्ति को स्थापित करना। इसे साबित करने के लिए, सबूतों को खरी दुनिया के सामने सौप दें।" बाद में इसके विस्तार की ओर चले गए।

शादी शुदा औरतें कानून की नज़रों में कानूनी रूप से मृत होती थी।

महिलाओं को मतदान देने की अनुमति नहीं थी।

महिलाओं को कानून के अधीन होना पड़ता था, जबकि इस ढाँचे में उसके हस्तक्षेप करने का कोई अधिकार ही नहीं था।

शादी शुदा महिलाओं को जायदाद पर अधिकार नहीं था।

पतियों को अपनी पत्नियों के ऊपर कानूनी अधिकार था और उनकी ज़िम्मेदारी थी, इस हद तक कि वे उन्हें कैद में रख सकते थे, सति रहित उन्हें मार सकते थे।

तलाक और बच्चों की देख – रेख में कानून पुरूषों के पक्ष में था, जिसमें स्त्रियों को कोई अधिकार नहीं था।

स्त्रियों को सम्पत्ति कर चुकाना पड़ा था, पर इन करों के लगान के वक्त इनका कोई प्रतिनिधित्व नहीं होता था।

स्त्रीयों के अधिकांश व्यवसाय बंद थे, और जब महिलाओं ने काम किया तो उन्हें जितना पुरूष कमाते थे उसका एक छोटा सा भाग दिया जाता था।

महिलाओं को चिकित्सा एवं कानून के क्षेत्र पेशे में जाने की अनुमति नहीं थी।

महिलाओं को शिक्षा पाने का कोई ज़रिया नहीं था क्योंकि कोई भी महाविद्यालय या विश्वविद्यालय में महिला विद्यार्थी को स्वीकार नहीं करते थे।

कुछ अपवादों को छोड़ स्त्रीयों को गिरजाघरों के कार्यों में भाग लेने का अधिकार नहीं था।

दूसरे शब्दों में कहा जाए, तो स्त्रीयों से उनका आत्मविश्वास और आत्म–सम्मान छीन लिया गया था, और पूरी तरह से पुरूषों पर आश्रित बना दिया गया था।

बहरहाल हवा में बदलाव नज़र आ रहा था, और स्टेन्टन और उनके साथियों को आशा थी कि स्त्रीयों का भविष्य उज्जवल हो सकता है और होकर रहेगा।

यकीनन, इतिहास बयान करता है कि स्त्रीयों के अधिकारों के लिए किया गया युद्ध बहुत ही लम्बा और थका देने वाला था। प्रारंभ में औरतों के मत देने के अधिकार की माँग करने पर लोग आश्चर्यचकित हो गए थे और भड़क गए थे। यहाँ तक की कई स्त्रियाँ भी आक्रामक रूप से इसके विरूद्ध थी। अखबार वालों ने भी इस आंदोलन पर दोषपूर्ण हमला चालू किया, तो भी यह तेज़ी से बढ़ता गया।

आज हम कहाँ है?

जैसा आप जानते है, स्त्रीयों ने लम्बा सफर तय कर लिया है, और मैं व्यक्तिगत रूप से उनकी तारीफ़ करना चाहूँगी जिन्होंने अच्छी लड़ाई लड़ी और आज़ादी के लिए पत्थर से रास्ता बनाया जिससे मैं आज लाभ उठा रही हूँ। बड़े दुख के

साथ कहना पड़ रहा है, आज भी कई क्षेत्रों में स्त्रीयों के खिलाफ़ भेद – भाव की भावना प्रत्यक्ष है। हाल ही में मैंने पढ़ा की अमेरिका में, आज भी स्त्रियाँ 77% तनख्वा पाती है उसी काम के लिए जो एक पुरूष भी करता है।

सेवकाई में जुड़ी हुई महिला के रूप में, मैं भी कई प्रकार की आलोचना और फैसलों की भागीदार हुई क्योंकि मैं एक स्त्री हूँ और कई लोगों के विश्वास के हिसाब से "स्त्रीयों को परमेश्वर का वचन का उपदेश देना या सिखाना नहीं चाहिए और विशेष कर पुरूषों को।"

मैं इस विवाद पर बाद में प्रतिक्रिया करूँगी और दिखाऊँगी की परमेश्वर ने अपनी सेवकाई के लिए हमेशा स्त्रियों का उपयोग किया। वास्तव में भजन संहिता 68:11 कहता है, ''प्रभु आज्ञा देता है, तब शुभ समाचार सुनाने वालों की बड़ी सेना हो जाती है।''

बहुत समय से चल रहे भेद – भाव के कारण आज भी आत्मविश्वास की कमी है। उसे इस बात का भय है कि वह यह सोचती है कि क्या उसके बर्ताव को स्वीकारा जाएगा। मैं अपनी उस सोच को याद कर सकती हूँ कि मैं ''सामान्य'' नहीं थी, क्योंकि मैं आक्रामक थी। हाँ मैंने सब कुछ खत्म करके एक ''सामान्य'' जीवन जीने की कोशिश की। पर कुछ भी काम नहीं आया। पर अब मैं खुश हूँ कि कुछ मौलिक करने की हिम्मत पाई और अपने सपनों का पीछा किया।

अब समय आ गया है यह सच्चाई बताने का और लोगों को यह एहसास दिलाने का कि वास्तव में स्त्रियों पर हमला खुद शैतान की तरफ़ से है। वह लोगों के जरिए काम करता है, पर वह इस परेशानी का स्तोत्र है। और उसकी कारीगरी पूरे इतिहास में फैली हुई है। औरतों के साथ भेद – भाव हुआ, जो कि परमेश्वर की इच्छा के विरूद्ध है। उत्पत्ति में, बाइबल सामान्य रूप से कहती है।

> *''तब परमेश्वर ने मनुष्य को अपने स्वरूप के अनुसार उत्पन्न किया, अपने ही स्वरूप के अनुसार परमेश्वर ने उसको उत्पन्न किया, नर और नारी करके उसने मनुष्यों की सृष्टि की। और परमेश्वर ने उनको आशीष दी और उनसे कहा फूलों फलों और पृथ्वी में भर जाओं और उसको अपने वश में कर लो, और समुद्र की मछलियाँ, तथा आकाश के पक्षियों, और पृथ्वी पर रेंगनेवाले सब जन्तुओं पर अधिकार रखों।''* (उत्पत्ति 1:27, 28)

यकीनन मुझे ऐसा प्रतीत हो रहा है जैसे परमेश्वर स्त्री और पुरूष दोनों से समानता से बात कर रहा है, दोनों को अधिकार और सम्मान देते हुए और दोनों को फलवन्त होने का आदेश देते हुए।

परमेश्वर के वचन के अन्य भागों में यह भी दिखाई देता है कि उसने यह कायम किया है कि कैसे अधिकार पुरूष से होकर स्त्री तक जाने चाहिए। बाइबल यह स्थापित करती है कि पति पत्नी का सिर है, जैसे मसीह कलिसिया का मुखिया होता है। स्त्रियों को अपने पति के अधीन होना चाहिए जो परमेश्वर के लिए सही लगता है। बहरहाल मेरे विचार और समझ के हिसाब से, अधीनता का मतलब दुरूपयोग, काबू में करना, शोषण करना, तथा किसी भी प्रकार का बुरा बर्ताव करना नहीं है। वास्तव में, परमेश्वर के वचन के द्वारा उसे अपनी पत्नी से प्रेम करने का आदेश दिया गया था। जैसे वह अपने स्वंय के शरीर से प्रेम करता है। उसका पालन–पोषण करना तथा दया और नाजुकता से उसका ख्याल करना। (इफिसियों 6:21–33)

परमेश्वर नियमों वाला प्रभु है, और उसने अधिकारों को खड़ा किया है जिससे नियमित और शांतीपूर्ण रूप से जीवन जिया जा सके। वह चाहता है कि हम एक दूसरे के अधीन रहें और एक दूसरे का सम्मान करें। यदि एक शादी शुदा जोड़ी अपने आपको परमेश्वर की इच्छा के अनुसार संभालती है, तो उनका रिश्ता सबसे अद्भुत और अविश्वसनीय रूप से फलदायी होगा। जबकि घमण्ड ज़्यादातर रिश्तों को नाश कर देता है। यह "मैं" शब्द के कारण होता है। मतलबी आत्मकेन्द्रित व्यक्ति वह करता है जो उनके हिसाब से होना चाहिए, उसके साथ – साथ वे उनका शोषण भी करते है जिनका उन्हें पालन और सुरक्षा करनी चाहिए।

यदि किसी व्यक्ति के पास अधिकार है और वह अपने अधिकारों का प्रशासन धार्मिकता से करें, तो उसके अधीन में रहने वालों वह एक संरक्षण और सुरक्षा का जाल बन जाएगा। पर यदि एक अधिकारी अपने स्थान का दुरूपयोग करता है, और उसका उपयोग ताकत और व्यक्तिगत लाभ पाने के लिए करता है, तो उसके अधीन में काम करने वाले उसका विरोध करेंगे, या फिर रोश से भर जाएँगे। मेरे पास भी बहुत से अधिकार है, और मैंने यह सीखा है कि "एक बॉस को बॉस ही होना ज़रूरी नहीं।" लोगों को अधिकार पसंद है और वास्तव में वे ऐसे लोगों को चाहते है जिनकी तरफ़ वो देख सके–जब तक कि उनके साथ सही बर्ताव होगा।

यह बात साफ़ है कि आज के समय में बहुत से लोगों को ज़िम्मेदारी और प्रेम के साथ अपने अधिकारों का उपयोग नहीं आता है। बच्चों के शोषण के

मामले से जुड़ा आँकड़ा बहुत ही विचलित करने वाला है–चौकाने वाली गति में बढ़ रहा है। हम खुद से यह सवाल पूछ सकते, "कैसे एक असहाय निर्दोष बच्चों का शोषण कर सकता है?" फिर भी हर दिन हर पल दुनिया के किसी कोने में ऐसा होता है। क्यों? कुछ वयस्क बिलकुल मतलबी होते है। मेरे पिता ने अपनी स्वार्थी यौन इच्छाओं को पूरी करने के लिए मेरा यौन शोषण किया। उनके पास अधिकार था इसलिए उन्हें कोई रोक नहीं सकता था, इसलिए उन्होंने वही किया जो वे करना चाहते थे। उन्होंने इस बात की चिन्ता नहीं की कि मुझ पर इसका क्या असर हो रहा होगा, और उन्होंने उस वक्त सिर्फ़ अपनी इच्छा के बारे में सोचा।

दुरूपयोग दूसरे प्रकार के भी होते है। कुछ माता–पिता अपनी कुंठा अपने बच्चों पर भी निकालते है, शब्दों द्वारा या शारीरिक पीड़ा द्वारा, भावनात्मक पालन–पोषण से उन्हें वंचित कर देते है। बच्चों को दोषी ठहराया जाता है, उस पर गुस्सा करते है और असुविधा के तौर पर देखा जाता है। बहुत से बच्चों को जलाना, मारना, भूखे रखना, बंदी बनाकर रखना और ऐसी कई अविश्वसनीय निर्दयता के साथ किया जाता है। मैं कहानियों पर कहानी बता सकती हूँ जिसे सुनकर आपका दिल टूट जाएगा। पर मेरी किताब का मकसद यह नहीं है। मेरा मकसद है एक स्त्री के नाते आपको प्रोत्साहित करना, यह बताना कि अपने परिवार और समाज में सही जगह बनाने का समय यही है। समय आ गया है कि आप अपने वश में आत्म सम्मान रहे, संतुलित रूप से खुद के लिए प्रेम रखे और काबिलियत पर मज़बूत और न डगमगाने वाले भरोसा रखे, जिसे उसने आपके अंदर रखा है। आप स्त्री है। परमेश्वर आपसे प्रेम करता है, आप पुरूषों के समान हो, और आपका एक निर्धारित लक्ष्य है। अब वह समय आ गया, जब कोई पहचाने की वह कौन है।

■ *अध्याय – 3* ■

क्या परमेश्वर स्त्रीयों का उपयोग सेवकाई में करता है?

आज भी यह तर्क जारी है कि क्या स्त्रीयों का सेवकाई में उपयोग किया जाना सही है या नहीं? कम से कम कुछ क्षेत्रों में तो ऐसा माना जाता है। यह प्रश्न काफ़ी छू लेने वाला है क्या एक स्त्री कलीसिया की अगुवाई कर सकती है?

इस विषय को संबोधित करने की वजह से, मैं प्रारंभ में ही यह ज़ोर देना चाहती हूँ कि पुरूषों के सम्मान को धक्का पहुँचाने की कोशिश नहीं कर रही हूँ, क्योंकि परमेश्वर द्वारा स्त्रीयों के उपयोग किए जाने वाली इस बात का कुछ पुरूष सच्ची रीती का समर्थन करते है। इन पुरूषों ने इस विषय में बाइबल का गहरा अध्ययन किया और उन्होंने यह पाया कि परमेश्वर ने प्रमुख नेतृत्व के पात्र में स्त्रीयों का सदा उपयोग किया था और करता रहेगा। मैं ऐसे कई पुरूषों को जानती भी हूँ जिन्होंने वास्तव में चर्च में स्त्रीयों के अधिकार को वापस दिलाने हेतु संघर्ष किया।

यद्यपि, ऐसे कई पुरूष और सम्पूर्ण डिनौमिनेशन है – जो चर्च के नेतृत्व में स्त्रीयों के प्रमुख पद के खिलाफ़ है या कुछ ऐसा करना जो सण्डे स्कूल में बच्चों को पढ़ाने से ज़्यादा हो जैसे शिक्षा देना या प्रचार करना।

ऐतिहासिक रीती से देखा जाए तो, स्त्रीयों को अक्सर बहुत कुछ करने का मौका दिया जाता था, ज़्यादा ना हो, फिर भी, चर्च में, प्रार्थना करने का और सेवा जैसे कार्य। इसी बीच वही पुरूष जो उनके प्रचार और शिक्षण के कार्य को मना करते है, घर में रहते है और आराम करते है।

अमेरिका के किसी आदर्श कलीसिया का भ्रमण करने पर आप पाएँगे कि पुरूषों से अधिक स्त्रीयाँ सण्डे स्कूल शिक्षक के पद में होंगी। यह बात ज़रूरी है, क्योंकि, यदी पौलूस द्वारा स्त्रीयों के विषय में कहे गए उस प्रसिद्ध कथन को यथार्थ रूप में ले लिया जाए कि स्त्रीयों को कलीसिया में चुप रहना चाहिए, तब तो उन्हें सण्डे स्कूल शिक्षण जैसे कार्य नहीं करने चाहिए। पुरूषों को यह करना

पादरियाँ अक्सर मुझसे कहते है कि यदि स्त्रीयाँ कलीसिया आना छोड़ दे और काम में व्यस्त रहे, तो अधिकांश कलीसिया बनी ना रहेगी।

चाहिए। इसमें कोई आश्चर्य की बात नहीं कि जितनी भी स्त्रीयों से मैंने इस विषय में बात की है वे इस सारी बातों से असमंजस में पड़ी हुई थी। खासकर वे जिन्हें लगता है कि परमेश्वर ने उन्हें कुछ खास काम के लिए बुलाया है, पर उनसे यह कहा गया है कि ऐसा करना परमेश्वर के वचन के खिलाफ़ होगा। आज कल देखा जाएँ तो अधिकांश कलीसियाओं में प्रार्थना और प्रचार सभाओं में पुरूषों की तुलना में स्त्रीयों की उपस्थिती प्रार्थना सभाओं में ज़्यादा दिखाई देती है। पादरियाँ अक्सर मुझसे कहते है कि यदि स्त्रीयाँ कलीसिया आना छोड़ दे और काम में व्यस्त रहे, तो अधिकांश कलीसिया बनी ना रहेगी।

एक बात और, मैं कहना चाहती हूँ कि मैं उन पुरूषों की आभारी हूँ जो वास्तव में स्त्रीयों के हक के लिए संघर्ष करते है और जिन्होंने कलीसिया में स्त्रीयों के पात्र को तुलनात्मक समझ देने की कोशिश की। ऐसे बहुत से लोग है और मैं उनकी तारीफ़ करती हूँ। कई हज़ार पुरूषों द्वारा मुझे आदर और सम्मान प्रदान हुआ पर फिर भी आत्मिकता के उन्नत पदों में बैठे कई ऐसे पुरूष है जिनके पास स्त्रीयों को अपने सही पात्र निभाने से रोकने का सामर्थ्य है। यह बात मुझे दुखित कर देती है। ऐसे पुरूष जिसमें अत्याधिक अहम की भावना हो और जो परमेश्वर द्वारा स्त्रीयों के विषय में बताई गई बातों को नज़र अंदाज़ करते है, उनके कारण क्या स्त्रीयाँ परमेश्वर द्वारा उनके लिए निर्धारित कार्य को करने से वंचित हो जाए?

यदि कुछ पुरूष सम्पूर्ण अधिकार चाहते है, तो उन्हें सम्पूर्ण ज़िम्मेदारी भी उठानी पडेगी। ज़िम्मेदारी के बिना किसी को अधिकार नहीं मिल सकता क्योंकि अधिकार के साथ ज़िम्मेदारी आती है। दुख की बात है कि परिवार की आत्मिक मुख्या तो स्त्री होती है। कुछ स्त्रीयाँ चाहती है कि उनके पुरूष जागृत हो और सच्चे पुरूष बने, जिसका अर्थात यह है कि ऐसे पुरूष बने जो लगातार परमेश्वर की खोज करने वाले हो और जो अपने परिवार का मार्ग दर्शन धार्मिकता और नैतिकता की ओर करें। यकीनन मैं ऐसे उत्तम पुरूषों को जानती भी हूँ जो ऐसा करते है – जिसमें मेरे पति शामिल है – पर मैं और भी पुरूषों को इस क्षेत्र में अग्रसर होते देखना चाहती हूँ।

मैं स्त्रीयों को प्रोत्साहित करती हूँ कि वे अपने पतियों के लिए प्रार्थना करें, ताकि परिवार में आत्मिक अगुवा का पद वे निभा सकें। मैं यह भी चाहती हूँ कि बिना पुरूषों का विरोध किए उन्हें यह करने देना चाहिए। कुछ स्त्रीयों ने कहा

कि वे चाहती कि उनके पति घर के आत्मिक अगुवा बने, पर जब वे ऐसा करते है, तो वे उनका प्रतिरोध करती है।

आलोचक कितना काम कर रहे है?

अधिकांश व्यक्ति जो दूसरों की आलोचना करते है वो इस विषय में खुद कुछ नहीं करते, यह वक्त द्वारा परखी हुई सच्चाई हैः यह दुख की बात है कि कई लोगों के पास आलोचना करने के सिवाए कोई काम नहीं, जो दुनिया को एक बेहतर जगह बनाना चाहते है।

मुझे याद आता है जब मैं एक कलीसिया की सदस्य थी जिसके पादरी को लगता था कि स्त्रीयों को निश्चित कामों के लिए इस्तेमाल किया जा सकता है। कोई भी स्त्री जो प्रार्थना, सेवकाई और नर्सरी के अलावा और भी कुछ करना चाहती हो तो अपना प्रकरण पादरी और प्राचीनों के सम्मुख उनकी सम्मती हेतु प्रस्तुत करने दे। इस कलीसिया में जाने के प्रारंभिक काल में मैंने अपने घर में एक होम बाइबल अध्ययन बड़ी सफलतापूर्वक चलाई थी। एक रविवार को जब हम अराधना के पश्चात कलीसिया से बाहर निकल रहे थे, तब पादरी ने डेव और मुझे रोका। उन्होंने डेव की तरफ़ देखा और कहा "भाई, आपके घर में होने वाली सभा में आपकी पत्नी को नहीं आपको पड़ाना चाहिए!" डेव और मैं चाहते थे कि हम उनके अधिकार के अधिन होकर आज्ञाकारी बने इसलिए अगले कुछ सप्ताहों तक डेव ने पड़ाने की कोशिश की और मैंने शान्त रहने की। हम दोनों में कोई भी खुश नहीं था, ना ही वे जो सभा में हाज़िर होते थे। पादरी के अपने नियम थे पर समस्या यह थी कि परमेश्वर ने मुझे शिक्षा देने के लिए चुना था। और डेव को इस तरह नहीं चुना था। डेव के पास अन्य अद्भुत और बहुमूल्य वरदान है जो हमारी सेवकाई का मुख्य भाग है, खुद डेव ही पहले से बता देंगे कि शिक्षण उनकी बुलाहट में शामील नहीं। यकिनन यदि परमेश्वर नहीं चाहता कि मैं पढ़ाऊँ, तो वह मुझे यह वरदान नहीं देता और न ऐसा करने की चाहत देता। जहाँ तक पवित्र शास्त्र को मैंने समझा, परमेश्वर लोग को निराशा और उलझन में डालने का काम नहीं करता।

जिस पादरी का मैंनें जिक्र किया वह एक धार्मिक पृष्ठभूमि से है जहाँ स्त्रीयों का अभिषेक नहीं होता, और ना ही उन्हें कलीसिया में सार्वजनिक पद पाने का अधिकार होता था। उन्हें पढ़ाने, प्रचार करने और पादरी बनने की अनुमति नहीं दी जाती थी। एक अजीब बात यह है कि अधिकांश कलीसियाओं में जहाँ स्त्रीयों को ऐसे काम करने की अनुमति नहीं दी जाती थी, उन्हें विदेशों में मिशनरियों

के रूप में जाने की अनुमति दी जाती है। मैं यह समझ नहीं पाई कि एक स्त्री शिक्षक नहीं बन सकती, पर एक अच्छी मिशनरी बन सकती है। सुसमाचार प्रचार किए बिना लोगों को मसीह की ओर आकर्षित करना असंभव है। हम इसकी तुलना "गवाही" से कर सकते है, पर मेरे हिसाब से इसका मूल सिद्धांत तो प्रचार ही है। यकिनन मुझे भरोसा है कि कुछ आलोचक कहेंगे कलीसिया को छोड़ एक स्त्री मसीह के बारे में प्रचार करना उचित है। पर क्या कलीसिया एक बिल्डींग मात्र है या ऐसे लोगों द्वारा बनाई गई है जो एक जीवित संघठन है जो मसीह का अनुसरण करते है? निःसंदेह, छब्बेदार काँच की खिड़कियों और वाद्य यंत्रों से भरी ईंट और पत्थर से बढ़ कर होती है कलीसिया।

उस कलीसिया में शामिल होकर, मैंने वहाँ की स्त्रीयों को एकत्रित किया और सप्ताह के एक दिन मेरे साथ सुसमाचार पत्रिका वितरण हेतु प्रोत्साहित किया। हम पत्रिका को कार के सामने के काँच में लगा देते थे और बाज़ार एवं सड़क के किनारे खड़े लोगों को देते थे। कुछ ही हफ्तों में, हमने दस हज़ार से अधिक पत्रिकाएँ बाँट डाली, सिर्फ़ इसलिए क्योंकि हम परमेश्वर की सेवा करना चाहते थे। मुझे प्राचिनों बुलाया गया और उनकी सहमति के बगैर पत्रिका बाँटने पर मुझे सब के सामने संबाोधित किया गया।

जिन्होंने मेरी आलोचना की वे पत्रिका बाँटने में मेरी मदद नहीं करना चाहते थे, पर मुझे रोकना ज़रूर चाहते थे। मुझे यह कहते हुए दुख होता है, पर मुझे विश्वास है कि उनकी नामंजूरी उनके अहम की भावना के अलावा और कुछ नहीं। उन्होंने एक स्त्री को वह करते देखा जो उन्हें करना चाहिए था, इसलिए अपने अपराध बोध की इस तकलीफ़ को कम करने हेतु मुझमे गलती खोजी।

स्त्रीयों की सेवकाई: परमेश्वर की पारम्पारिक व्यवस्था

चाहे हम पुराने नियम में मिरियम, दबोरो, ऐस्तर और रूत पर नज़र डालें या नए नियम में प्रभु यीशु की माता मरियम या मगदलीन की मरियम या प्रस्तिकला पर, हमें बडी आसानी से यह पता चल जाएगा कि परमेश्वर ने अपनी सेवकाई में सदैव स्त्रीयों का उपयोग किया है। जब परमेश्वर को, हामान द्वारा यहूदियों के विनाश हेतु बनाए गए क्रूर योजना से बचने के लिए जब किसी की ज़रूरत पड़ी, तब उसने ऐस्तर को बुलाया (ऐस्तर 4:14)। यदि परमेश्वर स्त्रीयों का विरोधी है तो उसने इस काम के वास्ते किसी पुरूष को क्यों नही चुना? ऐस्तर ने अपनी जवानी की हर योजनाओं का बलिदान किया और खुद को राजा के जनानखाने में जाने को तैयार हुई ताकि सही वक्त आने पर परमेश्वर के लोगों की ओर से राजा से

बातें कर पाने के पद तक पहुँच सके। उसकी आज्ञाकारिता के कारण, परमेश्वर ने राजा को उसका पक्षधर बना दिया। यहुदियों के विनाश हेतु बनाई गई योजना को नाश किया। उसने अपने देश की रक्षा की और एक ऐसी रानी बन गई जिसके पास नेतत्व का उँचा औंदा था और जो गरीबों का ख्याल रखती थी।

यदि परमेश्वर स्त्रीयों का उपयोग सेवकाई में नहीं करना चाहता तो उसने उन्हें यीशु की ज़िन्दगी की प्रमुख घटनाओं में शामिल क्यों किया?

दबोरा एक भविष्यद्वक्ता और न्यायी थी। एक भविष्यद्वक्ता के तौर पर, वह परमेश्वर की ओर से एक प्रवक्ता थी। न्यायी के तौर पर वह, परमेश्वर की तरफ से न्याय करने वाली थी (न्यायीयों 4:5)

पुनरूस्थान के दिन सबसे पहले प्रभू के कब्र का भ्रमण करने वाले लोग थे मलादलीन की मरियम और कुछ अन्य स्त्रीयाँ थी। (यहुन्ना 20:1) उन्होंने कब्र खाली पाई पर एक स्वर्गदूत ने खुद को उनके सामने प्रकट किया और उनको यह आज्ञा दी "जाओं और चेलो को बताओ कि वह जी उठा है।" "जाओ और बताओं" यह तो मुझे सुसमाचार प्रचार कार्य जैसा प्रतित होता है। वास्तव में लूक ने अंकित किया है कि जब मरियम और उसके दोस्तों ने शिष्यों को खोजा और यह खबर दी, तो वह चेले ही थे जिन्होंने यीशु के जी उठने और कब्र खाली होने की बात पर यकिन नहीं किया। मुझे आश्चर्य होता है यह सोचकर कि उनमें से कोई भी पहले से उस कब्र के पास क्यों नहीं गए? ऐसा क्यों है कि वह स्त्रीयाँ ही थी जिन्होंने यह साहसिक काम किया?

एक स्त्री के द्वारा मसीह का जन्म हुआ और कई स्त्रीयों ने उसका ख्याल रखा और प्रभु यीशु के जीवनकाल और सेवकाई में बहुत सी स्त्रीयों ने उसकी मदद की। प्रभु यीशु की मृत्यु के वक्त क्रूस के पास स्त्रीयाँ उपस्थित थी और खाली कब्र को पहले उन्होंने देखा। यदि परमेश्वर स्त्रीयों का उपयोग सेवकाई में नहीं करना चाहता तो उसने उन्हें यीशु की ज़िन्दगी की प्रमुख घटनाओं में शामिल क्यों किया?

ऐसा लगता है कि परमेश्वर ने स्त्रीयों को आदरपूर्ण स्थान प्रदान किया है—ना कि उन्हें बेदखल करना। जैसे कुछ पुरूषों ने करने की कोशिश की।

इसके अलावा और उदाहरणों की आवश्यकता है? प्रसिल्ला और उसके पति, अकिल्ला के घर में एक कलीसिया थी और चूँकि उसका जिक्र उसके पति के समान किया गया है, इसलिए शायद वह अपने पति के साथ कलीसिया का

नेतृत्व करती थी। (प्रेरितों के काम 18:2–26)। वास्तव में उसका नाम तो पहले सूचित किया जाता था जिसकी वजह से कई विद्वानों का यह कहना है कि उसके पति से ज़्यादा उसका काम महत्वपूर्ण था।

प्रभु यीशु के साथ और प्रभु यीशु के लिए स्त्रीयों ने काम किया। नए नियम में उन सात पुरूषों के लिए उपयोग किया गया यूनानी शब्द डीकन का प्रयोग सात स्त्रीयों के लिए भी किया गया है। वे है पतरस की सास, मरियम मगदलीनी, याकूब और योसेस की माता, मरियम, जब्दी के पुत्रों की माता, सलोमी, चूज़ा की पत्नी जोन्ना, सुसन्ना और मरियम और लाज़र की बहन, मार्था।

जब लूका प्रभु यीशु की यात्रा का वर्णन करते है, तब उन्होंने बारह चेलों और कुछ स्त्रीयों का भी उल्लेख किया, जो उनके साथ थे। क्या यह संभव है कि पुरूषों के समान यह स्त्रीयाँ सार्वजनिक मान्यता की पात्र रही होंगी। कम से कम एक विद्वान का तो यही मानना है। लूक के हिसाब से, स्त्रीयाँ यीशु की सेवकाई के लिए अपनी संपत्ती से दान दिया करती थी। लूका सुसमाचार के अनुसार (लूका 8:3)।

जब पेन्तीकोस्त के दिन अटारी में 120 लोग एकत्रित हुए, तब उनमें स्त्रीयाँ भी शामिल थी। (प्रेरितों के काम 1:14–15)। यदी स्त्रीयों को सुसमाचार प्रचार के सामर्थ्य की ज़रूरत नहीं थी, तो उन्हें पवित्र आत्मा के उस बरसात में क्यों शामिल किया गया। जिसका वर्णन प्रेरित के काम 1:8 में किया गया है। ''परंतु जब पवित्र आत्मा हम पर आएगी तब हम सामर्थ्य पाएँगे और यरुशलेम और सारे यहूदियों और समारियों में और पृथ्वी को छोर तक मेरे गवाह होगे''

जब योएल ने भविष्य में होने वाली पवित्र आत्मा के बरसात की भविष्यवाणी की, तब उन्होंने कहा कि परमेश्वर की पवित्र आत्मा को सब प्राणियों पर उँडेली जाएगी। (योएल 2:28,29) उन्होंने कहा कि वे भविष्यवाणी करेंगे। उन्होंने यह नहीं कहा कि केवल पुरूष भविष्यवाणी करेंगे। भविष्यवाणी का मतलब शिक्षा देना और प्रचार करना जैसा ही होता है। इसका अर्थ केवल यही है कि परमेश्वर के प्रेरक वचनों को बोलना है।

पौलुस के प्रत्येक लेख में जिक्र किया गया है कि उन्चालीस सह कर्मियों कम से कम एक चौथाई भाग स्त्रीयों का था। फिलिप्पियों 4 में पौलूस ने यहूदियों और सुन्तुखे को एक मन होने का संदेश दिया। और यह कहा कि उन्होंने उसके साथ सुसमाचार फैलाने में सहकर्मियों सहित परिश्रम किया था।

ऊपर दिए गए बाईबल से प्राप्त उदाहरणों के अलावा कलीसिया के इतिहास में पाए जाने वाली ऐसी कई स्त्रीयों की लम्बी सूची तैयार कर सकती हूँ

जिन्होंने परमेश्वर के राज्य के विस्तार कार्य में सफल योगदान दिया। जिनमें नोरविच की जूलियन, मेडम गुयोन, जोन आफ आर्क, एइमी सेम्पल मेकफर्सन, केथरिन कुहलमेन, मरिया वुडवर्थ, एट्टर, मदर टेरेसा सेलवेशन आर्मी की केथरीन बूथ, कोरी टेन बूम और जोनी इरेक्सन टाडा शामिल है।

पर पौलुस का क्या ?

स्त्री को चुप चाप पूरी अधीनता से सीखना चाहिए। मैं कहता हूँ स्त्री ना उपदेश करें और ना पुरूष पर आज्ञा चलाए, परन्तु चुपचाप रहें। (1 तिमुथियुस 2:11,12)

हर एक साक्षात्कार में मुझ से पूछा जाता है कि पौलुस द्वारा स्त्रीयों के बारे में बताई गई बातों पर मेरी क्या राय है, जिसमें स्त्रीयों को कलीसिया में चुप रहने को तथा पुरूषों को शिक्षा न देने को कहा गया है। शुक्र है, इस पुस्तक को खत्म करने के पश्चात, मैं लोगों से कह सकुँगी की साक्षात्कार से पहले मेरी इस पुस्तक को पढ़ ले। तब उन्हें मेरे विचारों की जानकारी मिल सकेगी।

सबसे पहले, हमें यह समझना होगा कि पवित्र शास्त्र की सभी बातें पूरी तरह से सच्ची है और ऐसी वास्तविकताएँ भी है जो लिखे गए समय विशेष से संबंधित है। पहले कुरिन्थियों 14 में पौलुस ने कहा कि स्त्रीयाँ शांत रहें, पर इससे पहले भी उन्होंने दो अन्य समूहों को शांत रहने को कहा था। वह जो अन्य भाषा बोलते थे और दूसरे जो भविष्यवाणी करते थे। (1 कुरिन्थियों 14:28,32,34)। इन सभी निर्देशों का अभिप्रायः कलीसिया में नियमितता लाना था, ना कि सदा के लिए लोगों को शांत करना। और न प्रभु के वचन को बढ़ाने से या प्रचार करने से वंचित करना। सच कहूँ तो, ऐसा है कि अधिकांश लोगों को सुसमाचार सुनने की आवश्यकता है और मैं यह सोच भी नहीं सकती कि परमेश्वर उनको रोकेगा। प्रभु ने हमको यह आदेश दिया कि हम परमेश्वर से प्रार्थना करें कि वह मज़दूरों को खेत में भेजे। उसने कहा कि खेत तो पक चूके पर मज़दूर कम है। (लूका 10:2) उसने यह नहीं कहा कि, “प्रार्थना करें कि मैं पुरूष मज़दूरों को खेत में भेजू।“

अब पौलुस द्वारा लिखे इस चिन्ताजनक अनुच्छेद की ओर वापस लौटते है। मुझे ऐसा प्रतित होता है कि अन्य भाषा बोलने वाली, भविष्यवाणी करने वाली और कई अन्य स्त्रीयों की वजह से कलीसिया की सेवकाई में विघ्न पैदा हो जाता था। और ना वे अपने विवेक का इस्तेमाल कर सही समय पर बोलती

थी। वे अनपढ़ होंगी और शायद गलत समय पर सवाल करती होंगी। उन समयों अधिकतर लोग जो मसीह को स्वीकार करते थे वे ऐसे लोग थे जो विधर्मी अराधनाओं में लीन थे, जहाँ होने वाले अराधनाओं के दौरान बहुत शोर होता था। विद्वानों के अनुसार, ऐसा हो सकता है कि कुछ स्त्रीयाँ उत्तेजित और उत्साहित होकर अपने पुराने विधर्मी रीती रिवाज की ओर लौट जाती थी।

इसी पृष्ठभूमि को नज़र में रखते हुए जरा पौलुस की कही हुई इन बातों पर गौर करें–

> *स्त्रीयाँ कलीसिया की सभा में चुप रहें, क्योंकि उन्हें बातें करने की आज्ञा नही, परन्तु अधिन रहने की आज्ञा है, जैसे व्यवस्था में लिखा भी है।*
>
> *यदि वे कुछ सीखना चाहे, तो अपने घर में पति से पूछे, क्योंकि स्त्री का कलीसिया में बात करना लज्जा की बात है।*
>
> *क्या परमेश्वर का वचन तुम में से निकला है? या केवल तुम ही तक पहुँचा है?* (1 कुरिन्थियों 14:34–36)

कुरिन्थयों की कलीसिया और पौलूस के बीच पत्रों का आदान प्रदान होता रहा जिसमें कलीसिया के प्रमुखों ने सवाल किया और पौलुस ने उनका जवाब दिया। कुछ विद्वानों ने इंगित किया है कि पौलूस ने कुरिन्थियों द्वारा किए गए सवालों को दोहराया है जो 34 और 35 वाक्यों और फिर 36 है। जिसमें लिखा है "क्या! परमेश्वर का वचन तुम में से निकला है? या केवल तुम ही तक पहुँचा है?" गौर करे उस आश्चर्य बोधक चिन्ह को जिसे "क्या" के बाद लगाया गया है। ऐसा प्रतित होता है जैसे पौलुस उनके प्रश्न से चकित है और उन्हें याद दिलाना चाहते है कि परमेश्वर का वचन सभी लोगों के लिए है। मैं इस विचार से सहमत हूँ वरना 36 वें वाक्य में पौलुस द्वारा कही गई टिप्पणी का कोई मतलब ही नहीं होता। वह आगे समझाता है कि कुरिन्थियों के लोगों को दृढ़ता से अपने दिलों की भविष्यवाणी, अन्यभाषा और व्याख्या करने में लगाए। और इन वरदानों का खात्मा ना करे और ना इनमें बाधा डाले। उन्होंने यह कह कर अंत किया कि हर कार्य को शालीनता और उपयुक्तता के लिहाज़ से और सुव्यवस्थित तरीके से करना चाहिए।

आपने गौर किया होगा कि पौलुस ने कहा था कि पुरूषों के ऊपर स्त्रीयाँ अवैध अधिकार न जमाए। यह सच है कि कुछ स्त्रीयों में पढ़ाने और प्रचार करने के कारण गलत भावना मन में उत्पन्न हो जाती है। वे शायद ऐसा सोचती है कि उनका पद दूसरों पर अधिकार जताने का मौका देता है। अन्य

स्त्रीयों द्वारा किए गए बर्ताव की ज़िम्मेदारी मैं नहीं ले सकती, पर यदि मेरी बात करें, तो मैं ईमानदारी से यह कहती हूँ कि जब मैं परमेश्वर का वचन पढ़ाती हूँ, तो मुझे नहीं लगता कि मैं किसी भी स्त्री या पुरूष पर अधिकार जताती हूँ। मैं सिर्फ़ परमेश्वर द्वारा किए गए कार्य को पूरा करने हेतु परमेश्वर द्वारा किए गए वरदान का उपयोग करती हूँ। मैं सिर्फ़ लोगों की मदद करना चाहती हूँ ताकि वे परमेश्वर के वचन को समझे और आसानी से अपने जीवन में लागू कर सके। जब भी मैं सामाजिक सभाओं का संचालन करती हूँ, मैं इस विश्वास के साथ करती हूँ कि मैं इस सभा की अधिकारी हूँ और सभा में नियमितता लाने की ज़िम्मेदारी मेरी है, परन्तु फिर भी मुझे ऐसा महसुस नहीं हुआ कि जैसे मैं लोगों पर अधिकार जमा रही हूँ। कोरिन्थ की कलीसिया उस वक्त कुछ ऐसी स्त्रीयों से जूझ रही थी। जिनका आचरण शास्त्रों के विपरीत था, पर इस वजह से सभी स्त्रीयों को स्थाई सज़ा नहीं देनी चाहिए।

जिस वक्त पौलूस ने यह पत्रिका लिखी उस वक्त क्या हो रहा था, यह सही जानना मुश्किल है, पर इस वचन के आधार पर यह नहीं कहा जा सकता कि हमेशा के लिए स्त्रीयों को कलीसिया में बोलने के लिए वंचित किया गया था। हमें पवित्र शास्त्र के अन्य भागों पर भी ध्यान देना चाहिए, जहाँ साफ़ साफ़ यह संकेत मिलता है कि परमेश्वर आमतौर पर स्त्रीयों का इस्तेमाल करता था।

वैसे भी पौलुस ने स्त्रीयों को और उनके सीखने और शिक्षित होने के अधिकार को स्वीकार किया, तभी तो उन्होंने उनसे कहा कि वे अपने पति द्वारा घरों में वचन की शिक्षा ले। जैसा मैंने पहले कहा, मुझे विश्वास है कि कलीसिया में नियमितता लाने हेतु पौलुस ने उन्हें चुप रहने की आज्ञा दी, ना कि स्त्रीयों को सहभागी होने से वंचित करना चाहा। अन्य लोगों की तरह वे भी उपस्थित अधिकारों के अंतर्गत रहें, इसलिए उन्हे चुप रहने की आज्ञा दी।

1 कुरिन्थियों 11:5 में, पौलुस ने यह आदेश दिया कि जब एक स्त्री प्रार्थना करें या भविष्यवाणी (पढ़ाना, खण्डन करना, झिडकना, चेतावनी देना और सांत्वना देना) करे तो उसे अपना सिर ढ़कना होगा। क्योंकि पौलुस ने प्रार्थना और भविष्यवाणी (याद रखें, कि भविष्यवाणी के कुछ भाग में शिक्षण भी शामिल है) के दौरान स्त्रीयों के पहनावे पर उपदेश दिया, जबकि वह चाहते थे कि स्त्रीयाँ कलीसिया में चुप रहें। एक ही वक्त पर भविष्यवाणी करना और चुप रहना असंभव है। (संयोगवश उन दिनों में स्त्रीयों का सर ढ़कना एक रिवाज था जो कि अधिकारीयों के प्रति आदर और समर्पण को दर्शाता था। अब ऐसे रिवाज हमारे समाज में नही पाए जाते, और ना ही ऐसे कुछ करने की सीख दी जाती है।)

अतः पुनर्मनन के लिए, 1 तिमुथियूस 2 में पौलुस ने कहा कि उन्होंने स्त्रीयों को शिक्षा देने की स्वीकृति नहीं दी है। इस एक वचन ने कई स्त्रीयों को कई वर्षो तक परमेश्वर द्वारा निर्धारित लक्ष्य को पाने से रोक रखा है प्रिसिल्ला ने अपने पति अकिल्ला के साथ उस कलीसिया की स्थापक नेता थी, जिस कलीसिया के लिए पौलुस ने यह पत्र लिखा था, दिए गए सत्य के आाधार पर क्या वास्तव में पौलुस का इरादा था कि स्त्रीयाँ चुप रहे और शिक्षा ना दे? क्या पौलुस यह कह रहे थे कि स्त्रीयाँ कभी भी कलीसिया का नेतृत्व नहीं कर सकती, जबकि उन्होंने रोम की कलीसिया को फीबे नाम स्त्री सेविका को आदर और सम्मान के साथ स्वीकार करने की आज्ञा दी। (रोमियों 16:1,2)

हमें कभी भी प्रत्यक्ष रूप से यह पता नहीं चल पाएगा कि पौलुस किस परिस्थिती का सामना कर रहे थे और उन्होंने किस वजह से खुद को इस तरह से प्रकट किया जैसे हमने अभी इस विवादीत अनुच्छेद में पाया। पर यह संभव है कि वे एक खास परिस्थिती का सामना कर रहे थे, जो कि इतिहास का एक खास समय था जो कि ‘‘हमेशा‘‘ एक नियम के रूप में नहीं था।

पौलुस ने जो 1 तिमुथियुस 2:9 में कहा कि उसे याद करे कि स्त्रीयाँ संकोच और संयम के साथ सुहावने वस्त्रों से अपने आप को संवारे, न कि बाल गूंधने और सोने और मोतियों और बहुमूल्य कपडों से। तो क्या इसका अर्थ यह है कि यदि कोई स्त्री सोने या मोतियों के आभुषणों को पहने तो वह पौलुस द्वारा दी गई आज्ञाओं का निरादर करती है, पर मामला यह बिल्कुल भी नहीं है, क्योंकि एक बार फिर पौलुस द्वारा दर्ज बातों पर गौर करे तो हमें यह पता चलेगा जो पौलुस ने लिखा। उन दिनों रिवाजों द्वारा उत्तपन्न खास परिस्थिती के कारण पौलुस ने यह लिखा होगा। रोम वासियों के लिए मोती, अन्य आभुषणों से मूल्यवान था और उसे पहनना दिखलावा का एक निरर्थक प्रदर्शन था। पौलुस के हिसाब से मसीही स्त्रीयों को ऐसा कुछ भी नहीं करना चाहिए जिससे वह संसारिक लगे। इफिसुस एक दुराचारी शहर था, वह स्त्रीयाँ जो किमती आभूषण और कपडे पहनती और बालों को दिखावटी तरीकों से सजाती थी, उन्हें व्यर्थ अथवा अनैतिक आचरण माना गया था। पौलुस चाहते थे कि स्त्रीयाँ अपनी बाहरी सुन्दरता से ज़्यादा आंतरिक सुन्दरता पर ध्यान दें।

पौलुस ने जब यह पत्रिका लिखी, यदि हम उन दिनों के पुराने रीति रिवाजों में फँसे हुए है तो आज के पुरूषों को पेन्ट के बजाए चोगा या कुर्ता पहनना चाहिए। क्योंकि उन दिनों में पेन्ट नहीं पहना जाता था। शैली बदल जाती है, वक्त बदल जाता है और फिर एक बार मैं यह कहना चाहती हूँ कि बहुत सी बाते जो पौलुस ने स्त्रीयों के विषय में कही वो कलीसिया के इतिहास के कुछ खास समयों से संबंधित है। और वह समय बीत चुका है।

कभी भी किसी को यह कहने का मौका न दे कि एक स्त्री होने के कारण परमेश्वर आपका उपयोग नहीं कर सकता है और न करेगा।

आखिरकार मुझे यह कहने की आज्ञा दिजीए, कि कुछ विद्वानों का मानना है कि पौलुस एक खास स्त्री से बातें कर रहे थे, जो धोखे में थी और नियम के विपरीत कार्य कर रही थी। वे चाहते थे कि वह स्त्री खुद को संभालने का सही तरीका सीखे, पर वह कलीसिया की मीटींग के दौरान नही वरन घर में जाकर सीखे। जब तक वह सीख न जाए तब तक उसे कलीसिया में बोलने या शिक्षा देने से रोका गया था।

मैं बहुत बड़ी अध्यात्मवादी नहीं कि इस समस्या पर वाद विवाद कर सकूँ। मुझसे अधिक जानकर व्यक्तियों द्वारा लिखी हुई पुस्तकों का मैंने मनन किया था और थोड़ा कुछ जो मैंने सीखा उसे आपके साथ बाँटने की कोशिश की है। मैं सिर्फ़ इतना जानती हूँ कि परमेश्वर ने हमेशा नेता और शिक्षिका, सेविका, प्रचारिका, लेखिका, भविष्यद्वक्ता और अन्य रूपों में स्त्रीयों का इस्तेमाल करता आया है और करता रहेगा यदि आपको अधिक जानकारी की आवश्यकता है तो इस अध्याय के अंत में इस विषय पर लिखी अन्य पुस्तकों की सूची पाएँगे जिसे आप पढ सकते है।

सिर्फ़ यह याद रखे कि परमेश्वर आपसे प्रेम करता है और वह शक्ति रूप से आपका इस्तेमाल करना चाहता है ताकि आप दूसरों की मदद कर सके। कभी भी किसी को यह कहने का मौका न दे कि एक स्त्री होने के कारण परमेश्वर आपका उपयोग नहीं कर सकता है और न करेगा। स्त्री के रूप में आप सृजनात्मक, सुखदायी, संवेदनशील है और दूसरों के लिए आप असाधारण आशीष का कारण बन सकती है। आप अपने जीवन में कई अच्छे फल उत्पन्न कर सकती है। यह ज़रूरी नहीं कि आप जीवन भर परदे के पीछे रहें और दूसरों की नज़रों से छुपकर अपना जीवन गुज़ारे। यदि परमेश्वर ने आपको नेतृत्व हेतु चुना है, तो आपको नेतृत्व करना चाहिए। यदि उसने आपको किसी खास व्यवस्था या एक अच्छी गृहणी के रूप में चुना है, तो साहस के साथ वह बने, जो वह आपको बनाना चाहता है।

अध्याय – 4

आत्मविश्वास से भरी स्त्री के सात रहस्य

हर प्रभाव का एक परिणाम होता है। अगर कुछ स्त्रीयों में आत्मविश्वास है जबकि दूसरे में नहीं तो, कोई न कोई कारण तो ज़रूर होगा। मैं उनमें से कुछ कारणों की जाँच करना चाहती हूँ, ताकि आप उन बातों पर गौर करें, जिसकी मदद से आप और भी अधिक आत्मविश्वास और साहस के साथ जीवन यापन करें।

रहस्य # 1—आत्मविश्वास से भरी स्त्री दूसरों द्वारा प्यार किए जाने की जानकारी रखती है।

उसे इस बात का डर नहीं कि कोई उसे प्यार नहीं करता, क्योंकि उसे उस सबसे पहली और ज़रूरी बात का ज्ञान है कि परमेश्वर उससे असीमित प्रेम करता है। एक व्यक्ति को पूर्ण और सम्पूर्ण होने के लिए इस बात का ज्ञान होना ज़रूरी है कि हमसे कोई प्रेम करता है। हर कोई चाहता है कि उसे परमेश्वर और दूसरो से प्रेम और स्वीकृति मिले। यद्यपि हर किसी से हमें स्वीकृती और प्यार नहीं मिलेगा, पर कोई तो होगा। मैं आपको प्रोत्साहित करना चाहती हूँ कि आप उन लोगों पर ध्यान दे जो आपसे प्रेम करते है और उन्हें भूल जाइए जो नहीं करते है। यकीनन ईश्वर हमसे प्रेम करता है, और वह ऐसे लोगों को हमें प्रदान करेगा जो ऐसा ही करते है। सिर्फ़ हमें परमेश्वर की ओर देखना होगा और गलत लोगों का चुनाव कर अपने घर में शामिल करना बंद करना होगा। मुझे यकीन है कि हमें वह चाहिए जिसे मैं ''स्वर्गीय संबंध'' कहती हूँ। दूसरे शब्दों में कहा जाए तो अपने दोस्तों समूह के लिए प्रार्थना करें। आपका निर्णय सिर्फ़ यह ना हो कि आप किस सामाजिक समूह से संबंध बनाना चाहते है और कोशिश करते है। बल्कि अपने करीबी सहयोगी को चुनने हेतु पवित्र आत्मा की अगुवाई का पालन करें।

कुछ ऐसी स्त्रीयाँ होती है जो खुद के विषय में इतना बुरा महसूस करती है कि वह ऐसे पुरूष के साथ संबंध रखती है जो उन्हें चोट पहुँचाते है, क्योंकि

प्रेम एक मलहम है जिसकी ज़रूरत इस दुनिया को है और परमेश्वर लगातार इसे मुफ़्त प्रदान करता है।

उनका मानना यह है कि वे इसी योग्य है। आप ऐसे लोगों के घेरे में रहे जो आपको सुरक्षा का एहसास दिलाते हो ना कि ऐसे लोग जो आपको हमेशा चोट पहुँचाना चाहते है। यदि आप परमेश्वर के ज्ञान से भरी बातों को सुने, तो वह ऐसे लोगों को पहचानने में आपकी मदद करेगा।

यदि आप प्रेम का पात्र बनना चाहते है तो सबसे पहले परमेश्वर के साथ शुरूवात करें। वह एक पिता है जो अपने बच्चों पर प्यार और आशीर्वाद बरसाना चाहता है। यदि आपके प्राकृतिक पिता ने आपसे सही ढ़ंग से प्रेम नहीं किया, तो जो आपने बचपन में खोया तो वह आपको परमेश्वर से प्राप्त होगा। प्रेम एक मलहम है जिसकी ज़रूरत इस दुनिया को है, और परमेश्वर लगातार इसे मुफ़्त प्रदान करता है। उसका प्रेम असीमित है। उसका प्रेम हमारी योग्यता पर निर्भर नहीं होता, पर वो हमें इसलिए प्यार करता है क्योंकि वह दयालू है और यह उसकी इच्छा है।

> *जैसा उसने हमें जगत की उत्पत्ति से पहले उसमें चुन लिया कि हम उसके निकट प्रेम में पवित्र और निर्दोष हों। और अपनी इच्छा के भले अभिप्राय के अनुसार हमें अपने लिए पहले से ठहराया कि यीशु मसीह के द्वारा हम उसके लेपालक पुत्र हो,* (इफिसियों 1:4,5)

मेरे द्वारा लिखी गई प्रत्येक पुस्तकों में परमेश्वर के प्रेम और उसे पाने की ज़रूरत के बारे में कुछ न कुछ ज़रूर शामिल करती हूँ। मैं ऐसा इसलिए करती हूँ क्योंकि मैं विश्वास करती हूँ, कि परमेश्वर के इस असीमित प्रेम को पाना चंगाई की शुरूवात है और प्रभु यीशु में नए जीवन की नींव है। जब तक हम परमेश्वर के प्रेम को अनुभव ना कर लेंगे तब तक हम खुद से प्रेम नहीं कर पाएँगे और यदि हम खुद से प्रेम नहीं करते, तो हम एक दुसरे से प्रेम नहीं कर पाएँगे। हमारे जीवन में प्रेम की नींव के बग़ैर, हम अच्छा और स्वस्थ संबंध नहीं बनाए रख सकते है।

बहुत से लोगों का वैवाहिक जीवन असफल होता है क्योंकि उन्हें खुद से प्यार नहीं अतः उनके पास इस रिश्ते में देने के लिए कुछ भी नहीं। वे अपना अधिकांश वक्त अपने जीवन साथी से वह पाने की कोशिश में लगे रहते है, जो सिर्फ़ परमेश्वर ही उन्हें दे सकते है, जो कि खुद की योग्यता और महत्व का विवेक होता है।

मैं एक अपमानजनक, असाधारण माहौल में बड़ी हुई हूँ। 18 वर्ष की होने तक मैं शर्म, कसूर और बदनामी की भावना से भर चुकी थी। मुझे डर था कि कोई मुझे चाहेगा नहीं, इसलिए मैंने बहुत ज़ल्द शादी कर ली। 19 बरस के लड़के ने मुझमें रूचि दिखाई, यद्यपि प्यार क्या है इसका ज्ञान न होने पर भी, मैंने उससे विवाह कर लिया क्योंकि मैं हतोत्साहित थी। उसकी अपनी समस्याएँ थी और मुझसे प्यार कैसे करें उसकी जानकारी उसे न थी–इसलिए दर्द का सिलसिला मेरे जीवन में जारी था। इस संबंध ने मुझे लगातार चोट पहुँचाई–जिसका अंत पाँच वर्षो बाद हमारे तलाक से हुआ।

1967 में जब मैं उस व्यक्ति से मिली, जिससे मैं अब विवाहित हूँ, मैं प्यार पाने के लिए बेचैन थी पर उसे पाने का तरीका नहीं जानती थी। जबकि वह मेरे लिए उपलब्ध था। डेव (मेरे पति) मुझसे सच्चा प्यार करते थे, पर मन की गहराइयों में मेरी खुद की छबी की वजह से मैंने पाया कि मैं लगातार उनके प्यार से खुद को दूर कर रही हूँ। जैसे ही मैंने प्रभु यीशु के द्वार, परमेश्वर के साथ एक गंभीर और समर्पित रिश्ते में प्रवेश किया, मैंने परमेश्वर के प्रेम के विषय में सीखना शुरू किया। परंतु उस प्रेम का अंगीकार करने में मुझे बहुत लंबा वक्त लग गया। जब आपको ऐसा लगता है कि आप प्यार करने लायक नहीं है, तब आपके मस्तिष्क से होकर आपके दिल की गहराई तक इस बात का पहुँचना मुश्किल हो जाता है, कि चाहे आप सिद्ध नहीं और जब तक इस दुनिया में है तब तक आप सिद्ध नहीं बन सकते, फिर भी परमेश्वर आपसे असीमीत प्रेम करता है।

दान में मिले उपहार से आप सिर्फ़ एक ही काम कर सकते है और वह है उसे स्वीकार करना और कृतघ्न होना। मैं आपसे विनती करती हूँ अभी इसी वक्त आप विश्वास का पहला कदम उठाए और उँची आवाज़ से कहे ''परमेश्वर मुझसे असिमीत प्रेम करते है, और मैं उसे कबूल करती हूँ, शायद यह बात आपको दिन में सौ बार कहनी पड़े। जैसे मैंने इस बात को समझने से पहले कई महिनो तक किया था। पर जब ऐसा होगा तो वह आपके जीवन का सबसे खुशहाल दिन होगा। संसार का सबसे अच्छा और सर्वाधिक तसल्ली देने वाला एहसास इस जानकारी का होना है कि आपसे कोई प्यार करता है। जिस पर आप भरोसा कर सकते है। परमेश्वर ना सिर्फ़ आपसे प्यार करेगा, पर वह ऐसे लोगों को प्रदान करेगा जो आपसे सच्चा प्यार करेंगे। निश्चय ही हमें ऐसे व्यक्तियों का एहसानमंद होना चाहिए, जिन्हें परमेश्वर ने हमें दिया। ऐसे लोगों का होना जो आपसे सच्चा प्यार करते है, यह संसार का सबसे किमती तोहफ़ा है।

बाइबल हमें बताती है 1यूहन्ना 4:18 में कि परमेश्वर का सच्चा प्रेम आपको हर भय से बाहर निकालेगा।

परमेश्वर आपसे प्रेम करता है। परमेश्वर आपसे प्रेम करता है। परमेश्वर आपसे प्रेम करता है, इस पर विश्वास किजिए और इसे अपनाइए।

रहस्य # 2—आत्मविश्वास से भरी स्त्री भयभीत जीवन जीने से मना करती है।

मैं नहीं डरूँगी भय की तरफ़ हमारा बर्ताव सिर्फ़ यही हो सकता है। इसका मतलब यह नहीं की हमें कभी डर महसूस नहीं होगा, पर इसका मतलब यह ज़रूर है कि भय को कभी हमारे निर्णयों और कार्यों पर हावी होने न दें। बाइबल कहती है कि परमेश्वर ने हमें भय की आत्मा नहीं दी है (2 तिमुथियुस 1:7) भय परमेश्वर की ओर से नहीं होता, यह शैतान का एक औज़ार है जो लोगों को खुशहाल और प्रगतिशील जीवन जीने से रोकता है। डर एक व्यक्ति को पीछे भगाने, त्यागने या उसके पीछे हटने की वजह बन जाती है। बाइबल के इब्रानियों 10:38 में लिखा है कि हमें विश्वास द्वारा जीवित रहना चाहिए, ना कि डर की वजह से पीछे लौट जाए। परमेश्वर की आत्मा हमसे कभी खुश ना होगी। इसका मतलब यह नहीं की परमेश्वर हमसे प्यार नहीं करेगा, इसका अर्थ केवल यह है कि परमेश्वर हमसे निराश हो जाएगा, क्योंकि वह चाहता है कि हम हर उस अच्छी वस्तुओं का आनंद उठाए, जिसे उसने हमारे जीवन के लिए नियुक्त किया है। सिर्फ़ विश्वास द्वारा ही हम परमेश्वर से वह प्राप्त कर सकते है।

विश्वास की आत्मा द्वारा हमें संघर्ष करते रहना चाहिए। विश्वास का अर्थ है कि परमेश्वर पर भरोसा रखना और उसके वायदों पर यकीन करना। जब एक व्यक्ति विश्वास की राह पर चलने लगता है, तो तुरन्त शैतान उसे कई समस्याओं द्वारा रोकने की कोशिश करता है, जिसमें भय भी शामिल है। विश्वास, एक व्यक्ति के आगे कदम बढ़ाने, नई चीज़ों को करने, तथा आक्रमक बनने का कारण बनता है। मुझे यकीन है कि शैतान अपनी सबसे हानिकारक शक्ति भय का इस्तेमाल लोगों के खिलाफ़ करता है। असफलता, न्याय या आलोचना के भय कि वजह से लोग अपने गुणों को दफ़ना देते है। भय की वजह से वे पीछे लौट जाते है और पीड़ादायक जीवन जीने को मजबूर हो जाते है।

जब तक हम नहीं डरने का दृढ़ निश्चय नहीं ले लेते, तब तक हम उसके चंगुल से आज़ाद नहीं हो सकते। मैं प्रोत्साहित करना चाहती हूँ कि आप अपने संकल्प पर दृढ़ रहें, यद्यपि आपको वह ‘‘डर के ही’’ क्यों न करनी पड़े। ‘‘डर के ही’’ का अर्थ है डर को महसूस करना और किसी भी हाल में वह करना जो

आपको करना चाहिए। हमें सिर्फ़ एक काम करना होगा और वह है आदरपूर्वक परमेश्वर से डरें।

शैतान एक झूठा है। वह लोगों से झूठ बोलता है और उनके मन में पराजय और शर्मिंदगी की तस्वीरों को छापता है। इस वजह से, परमेश्वर के वायदों (वचनों) को जानना ज़रूरी है ताकि हम दुश्मन की झूठी बातों पर कान ना लगाए और उसे दूर करें।

हमारे समाज में भय एक महामारी की तरह है। क्या आप किसी बात से डरते हैं? क्या वह अस्वीकृती, असफलता, आपका बीता हुआ कल, भविष्य, अकेलापन, ड्रैविंग, ऊँचाई, अंधेरा, जीवन या मृत्यु है? लोग जिन बातों से डरते है उसकी सूची अंतहीन है। शैतान के पास ऐसे भयानक चीज़ों की कमी नहीं होती। कम से कम तब तक जब तक लोग यह ठान न ले कि वह भय में नहीं जीएँगे। आप ताकत और जोश के बदले दर्द और शक्तिहीनता का सौदा कर सकते है। अपनी भावनाओं के परे जीना सीखे। किसी प्रकार की भावनाओं को खुद पर हावी न होने दे पर यह सोचे की भावनाएँ तो चंचल होती है। वे सदा बदलती रहती है। जब आप नहीं चाहते, तब आप बुरी भावनाओं को पाते है, और जब आप चाहते है अच्छी बातें सोचे तो आप उसे खो देते हैं।

परमेश्वर चाहता है कि हम आत्मा में चलना सीखे, ना कि जड़ में, जिसमें भावनाएँ भी शामिल है। हम अपने मन की व्यर्थताओं, हमारी भावनाओं और हमारी इच्छाओं पर नहीं चल सकते और कभी भी सफलता का अनुभव नहीं कर सकते है। परमेश्वर ने कहा ''डरो मत'' और हम यह दृढ़ निश्चय करें कि हम इस बात का पालन करेंगे। भय एक एहसास के रूप में हमारे सामने प्रतिष्ठित होगा पर यदि हम उसके सामने झुकने से मना करें–तो फिर बस वह वही रह जाएगा एक एहसास। ज़रा सोचिए: क्या आप सिर्फ़ एक एहसास से डर जाना चाहते है? (भय के विषय में मैंने दूसरे अध्याय में विस्तार से चर्चा की है)

रहस्य # 3–आत्मविश्वास से भरी स्त्री सकारात्मक सोच रखती है।

आत्मविश्वास और नकारात्मकता को एक साथ नहीं रखा जा सकता। वे पानी और तेल के समान होते है–वे कभी मिश्रित नहीं होते। मैं बेहद ही नकारात्मक सोच रखने वाली एक स्त्री थी, पर परमेश्वर का शुक्रिया अदा करती हूँ, आखिरकार मैंने सीख लिया कि सकारात्मक होना कितना मज़ेदार और फलदायक होता है। सकारात्मक या नकारात्मक होना हमारी पसंद पर निर्भर होता है, यह आपके सोच–विचार, बातचीत और काम का ढंग है। हमारे जीवन

में बार–बार दोहराए गए व्यवहार द्वारा बने स्वभाव की वजह से इन सब का उद्गम होता हैं। आप शायद मेरी तरह हो सकते है। मेरे जीवन की शुरूआत बहुत बुरी हुई। वे मेरे आदर्श थे और मैं उनके समान बन गई। जब तक मेरा विवाह 1967 में डेव के साथ नहीं हुआ तब तक मैंने यह महसूस नहीं किया कि वास्तव में मेरी समस्या मेरा नकारात्मक व्यवहार है। मेरे पति काफ़ी सकारात्मक सोच रखने वाले व्यक्ति थे और मुझसे मेरी नकारात्मक सोच का कारण पूछने लगे थे। वास्तव में मैंने कभी भी इस विषय पर विचार नहीं किया था, पर जब मैंने सोचना शुरू किया, तब मैंने पाया की मैं हमेशा से ऐसी ही थी। इसमें कोई आश्चर्य की बात नहीं कि मेरा जीवन नकारात्मक था। मैंने यह समझा कि मैं कभी कुछ अच्छा पाने की उम्मीद नहीं कर रही थी–और मैंने बिल्कुल वही पाया।

लोगों को ऐसे व्यक्ति के इर्द–गिर्द रहना पसंद नहीं जिसकी सोच नकारात्मक हो, इसलिए अक्सर मैंने खुद को तिरस्कृत महसूस किया–जिसकी वजह से मुझमें डर बढ़ता गया और आत्मविश्वास घटता गया। नकारात्मक होने की वजह से कई समस्याओं और निराशाओं का दरवाज़ा खुल जाता था, जिसने मेरी नकारात्मकता को और भी भड़का दिया। मुझे खुद को बदलने में काफ़ी वक्त लग गया, पर मुझे विश्वास है कि यदि मैं बदल सकती हूँ, तो कोई भी बदल सकता है। डर एक अंधेरा कमरा है जिसमें आपकी नकारात्मकता उत्पन्न होती है इसलिए क्यों ना हम जीवन के कॉंतिमय छोर की ओर नज़र डालें? क्यों ना यह विश्वास करें कि आपके साथ कुछ अच्छा होने वाला है? यदि आप ऐसा सोचती हैं कि अच्छी बातों को स्वीकारने से आप खुद को निराशा से बचा रही है तब तो आपको कोई गलतफ़हमी हो गई है। यदि आप ऐसा करती है तो आप निराशा में जी रही है। यदि आपके विचार और आशाएँ नकारात्मक है तो आपका हर दिन निराशा से भरा होगा। काले बादलों के बजाए सूरज को देखने में क्या गलत है? एक ग्लास को आधा खाली कहने बजाए आधा भरा हुआ देखने में क्या गलत है।

प्रत्येक व्यक्ति को जब सकारात्मक सोचने की प्रेरणा दी जाती है, तो वे अक्सर यह कहते है, "यह हकीकत नहीं है"। पर हकीकत तो यह है कि सकारात्मक सोंच आप के वर्तमान को वास्तविक्ता में बदल सकती है। परमेश्वर की सोच सकारात्मक है और यह उनकी वास्तविकता है। वह ऐसे ही है, उनकी सोच ऐसी है और वे हमें प्रोत्साहित करते है कि हम भी उनकी तरह सोचे। उनका कहना है कि सभी बातें मिलकर भलाई ही को उत्पन्न करेगी यदि हम उनसे प्यार करेंगे और उनकी इच्छा हमारे जीवन में होने देंगे (रोमियों 8:28)।

एक व्यक्ति को असफल नहीं कहा जा सकता क्योंकि उसने कोशिश तो की पर उसे सफलता हासिल नहीं हुई। वह असफल तभी होगी जब वह कोशिश करना बंद कर देगी।

उनका कहना है कि हमें प्रत्येक व्यक्ति के सर्वोच्च गुणों पर भरोसा रखना चाहिए। (1 कुरिन्थियों 13:7)

ऐसा कहा जाता है कि जिन बातों की चिन्ता करते है उनमें से 90% बातें होती ही नहीं। लोगों की ऐसी धारणा क्यों है कि नकारात्मक होना सकारात्मक होने से ज़्यादा वास्तविक होता है? यह तो एक साधारण विवाद है! कि, क्या हम परमेश्वर के नज़रिए से चीज़ों को देखना चाहते है या शैतान के? आप के लिए सोच विचार कौन कर रहा है? क्या आप अपने लिए सोच रही है, अपने विचारों का ध्यान से चुनाव कर रही है या उदासीनता द्वारा आने वाले किसी भी प्रकार के विचारों द्वारा अपने दिमाग़ को भर रही है? आपका क्या विचार है? क्या वो पवित्र शास्त्र से मेल खाते है? यदि ऐसा नहीं है, तो फिर उसका उद्गम परमेश्वर से नहीं हुआ है।

नकारात्मक सोच आपको एक साहसी जोशिले और आत्मविश्वास से भरा जीवन जीने में बाधा डालती है। क्यों ना हम एक सकारात्मक सोंच रखे और आत्मविश्वास में चले।

रहस्य # 4—आत्मविश्वास से भरी स्त्री पराजय पर काबू पा सकती है।

हमें पराजय की तुलना असफलताओं से करने की ज़रूरत नहीं। एक व्यक्ति को असफल नहीं कहा जा सकता क्योंकि उसने कोशिश तो की पर उसे सफलता हासिल नहीं हुई। वह असफल तभी होगी जब वह कोशिश करना बंद कर देगी। अधिकांश लोग जो बेहद सफल होते है उनकी सफलता का रास्ता असफलताओं से बनता जाता है। गलतियों को खुद पर प्रतिबन्ध लगाने का मौका देने के बजाए, उन्हें आपको प्ररिक्षित करने दें। मैं हमेशा यह कहती हूँ, कि यदि मैंने एक कदम उठाया और कुछ खास करने की कोशिश की और यदि वह काम न आए, तो कम से कम मुझे यह तो पता चल जाएगा कि ऐसी गलती दुबारा ना करूँ।

बहुत से लोगों को इस बात की उलझन है कि वह अपने जीवन का क्या करें। वे नहीं जानते कि उनके लिए परमेश्वर की इच्छा क्या है, उनकी दिशा निर्धारित नहीं है। एक समय में मुझे भी ऐसा ही लगता था, पर कई चीज़ों को आज़माने के बाद मैंने अपने लक्ष्य को ढूँढ निकाला। मैंने कलीसिया की नर्सरी में काम करने की कोशिश की और तुरन्त यह अनुभव किया की मेरी बुलाहट

बच्चों के बीच काम करने की नहीं है। मैंने अपने पास्टर की सेक्रेटरी बनने की कोशिश की और एक दिन के बाद बिना किसी कारण मुझे निकाल दिया गया। "यह बिल्कुल गलत है"। पहले तो मैं पूरी तरह टूट गई थी, पर कुछ दिनों बाद जब मुझसे साप्ताहिक सभा में प्रति गुरूवार सुबह कलीसिया में परमेश्वर के वचन का अध्ययन करने के लिए कहा गया, तो तुरन्त मैंने यह जान लिया कि मेरा लक्ष्य क्या है। मेरा सारा जीवन उलझन में गुज़र जाता, पर मैं परमेश्वर का शुक्रियादा करना चाहती हूँ कि उसने मुझे इतना आत्मविश्वास दिया जिसकी वजह से मैंने अपना कदम बढ़ाया और खुद के लक्ष्य को ढूँढ निकाला। मैंने यह सब विलोपन क्रिया द्वारा किया। मैंने कई निराशाओं का सामना किया परंतु इन सब का अन्त सुखदायक था।

यदि आप अपने जीवन में कुछ नहीं कर रहे है क्योंकि जो आपको करना है उसका आपको निश्चय नहीं, तब तो मैं आपसे यह निवेदन करना चाहती हूँ कि प्रार्थना करें और कुछ नया करने की कोशिश भी। किसी भी काम के अनुकूल बनने में आपको ज़्यादा समय भी नहीं लगेगा। वह आपके बिल्कुल अनुकूल होगा। उस विषय के बारे में जरा इस तरह सोचिए कि जब आप अपने लिए नए कपड़े खरीदने जाते है, जब तक आपको सही कपड़ा न मिले, जो आप पर जचे, जो आरामदायक हो, और जिसे पहनकर आप सुन्दर लगे, तब तक आप कई कपड़ों को आज़माते है। क्यों ना अपने लक्ष्य की खोज भी इसी तरह करें। यकीनन ऐसे कई काम होते है जिसमे केवल कोशिश काफ़ी नहीं–जैसे एक खगोल शास्त्री बनना या अमेरिका का राष्ट्रपति बनना – पर यह तो निश्चय है: आप खड़ी गाड़ी नहीं चला सकते। अपनी ज़िन्दगी की गाड़ी को खड़ी ना रखते हुए, उसे किसी दिशा में चलाते रहिए। मैं ऐसी सलाह नहीं देती कि किसी बड़े व्यापार को अपना बनाने के चक्कर में भारी बोझ से दब जाओ, वरन छोटे ढंग से शुरूआत करें। और यदि वह काम हो जाए, तो अगले स्वर में कदम बढ़ाए। हमारी किस्मत खुलती जाती है, जब हम विश्वास का कदम बढ़ाते है। आत्मविश्वास से भरी स्त्री गलतियाँ करने से नहीं डरती, और यदि उनसे ऐसा कुछ हो भी जाता है, तो वह संभलकर आगे बढ़ती जाती है।

परमेश्वर से रिश्ता रखने का एक फ़ायदा यह है कि वह हमें हमेशा एक नई शुरूआत प्रदान करता है। उनका वचन कहता है कि उनकी दया प्रतिदिन नई होती है। प्रभु यीशु ने ऐसे चेलों को चुना जिनमें कई कमज़ोरियाँ थी और जो गलती करते थे। पर उन्होंने उनके साथ काम करना जारी रखा और उनकी मदद की ताकी वे जो है वह बन सके। यदि आप उसे मौका दे तो वह आपकी भी, मदद करेगा। प्रेरित पौलुस ने बड़े ज़ोरदार ढंग से कहा कि यह ज़रूरी है

कि जो बातें पीछे रह गई है उनको भूलकर, आगे की बातों की ओर बढ़ते जाएँ। (फिलिप्पियों 3:13) अपने अतीत से न घबराए जब तक आप मौका न दे तब तक उसका आप पर कोई अधिकार नहीं। आत्मविश्वास से भरी जीवन शैली का एक भाग यह भी है कि आपके अतीत को आपके भविष्य पर हावी होने न देना।

दर्द और निराशा ऐसी चीज़ें नहीं जो सिर्फ़ कुछ लोगों के साथ होता है और दूसरों के साथ नहीं। यह एक निर्णय है। यह आपके निर्णय पर निर्भर है कि आप उसे छोड़ देंगे या उसे जारी रखेंगे। आप अपनी गलतियों से सीख सकते है। आप टुकड़ों को जमा कीजिए और प्रभु यीशु को सौप दीजिए, और वह इस बात का ख्याल रखेगा की कुछ भी व्यर्थ ना जाए (यहुन्ना 6:12) आपने जो खोया उसके बारे में सोचने से मना करते है, परंतु इसके बजाए जो आपके पास बचा है उसकी विस्तार सूची बनाइए और उसका उपयोग करना शुरू कीजिए। जिसके द्वारा ना सिर्फ़ आप खोई हुई चीज़ों को पा सकते है, परंतु आपकी मदद के द्वारा आप दूसरों की भी खोई चीज़ों को उन्हें लौटाने में काम आ सकतें है। आत्मविश्वास से भरी स्त्री का एक जीवित उदाहरण बनिए, जो कितनी भी कठिन परेशानी क्यों न हो, उससे खुद को उभार लेती है। कभी भी यह मत कहिए "मैं अब और आगे नहीं बढ़ सकती" बल्कि, ऐसा कहे, मैं प्रभु यीशु के द्वारा जो मुझे सामर्थ्य देता है, उसमें मैं सब कुछ कर सकती हूँ। "मैं कभी हार नही मानूँगी, क्योंकि परमेश्वर मेरी तरफ़ है"।

रहस्य # 5—आत्मविश्वास से भरी स्त्री तुलनाओं से बचती है।

जब तक हम दूसरों से अपनी तुलना करते रहेंगे, तब तक हमारे अंदर आत्मविश्वास का संचार संभव नहीं हो पाएगा। चाहे हम कितने भी सुंदर दिखते हो, गुणी या चतुर हो, या बहुत सफल होने पर भी, कोई ऐसा ज़रूर मिलेगा जो हमसे बेहतर है, और जल्द ही हमारी मुलाकात उनसे हो जाती है। मैं विश्वास करती हुँ कि आत्मविश्वास तभी पाया जा सकता है जब हम वह काम बेहतर करें जो हमारे द्वारा होना था ना कि अपनी तुलना दुसरों से करना और उनसे मुकाबला करना। हमारी खुशी का आधार दूसरों से की गई तुलना पर निर्भर ना होकर, सर्वोत्तम बने रहने में होना चाहिए। सदैव, प्रथम स्थान पर बने रहने के संघर्ष में लगे रहना कठिन परिश्रम होता है। बल्कि यह तो नामुमकिन है।

विज्ञापनों द्वारा अकसर लोगों को सर्वोत्तम दिखने, होने और सबसे अधिक पाने की संघर्ष के लिए तैयार किया जाता है। यदि आप "यह" कार खरीदेंगे, आप ज़रूर अव्वल नंबर कहलाएँगे। यदि आप "यह" विशेष ब्राण्ड के कपड़े

पहनेंगे, लोग आपकी तारीफ़ करेंगे। "इस" नए खान–पान को अपनाने की कोशिश करें और अतिरिक्त वजन कम करें – और फिर लोग आपका आदर करेंगे और आप पर ध्यान देंगे। यह दुनिया हम पर हमेशा यह प्रभाव डालती है कि हमें खुद से अलग होने की ज़रूरत है–और यह कि कुछ खास उत्पादन, या कार्यक्रम, या नुस्खा, हमारी मदद कर सकती है। अधिकांश लोगों की तरह – सालों तक मैंने भी अपने पड़ोसी, अपने पति, अपने पास्टर की पत्नी, अपने दोस्तों इत्यादि के समान बनने की कोशिश की। मेरी पड़ोसन सजावट, सिलाई और कई अलग चीज़ों में काफ़ी सृजनशील थी, जबकि मैं, बड़ी मुश्किल से एक बटन लगा पाती थी इस आत्मविश्वास के साथ की वह गिरे नहीं। मैंने सिलाई सीखने की कोशिश की और सबक लीया, पर मुझे इस काम से नफ़रत थी।

मेरे पति बहुत ही शांत और लापरवाह व्यक्ति थे, और मैं बिल्कुल उनसे विपरीत स्वभाव की थी। इसलिए मैंने उनके जैसे बनने की कोशिश की, और वह भी काम न आया। मेरे पास्टर की पत्नी प्यारी, दयालु, नाजुक, सुंदर और सुनहरे बालों वाली थी, जबकी मैं तो बहुत ही जोशीली, साहसी, शोरगुल पसंद, ना ही नाजुक थी और मेरे बाल भूरे थे (यदि मैंने अपने बाल हाल ही में रंगे ना होते)

साधारणतया, मैंने पाया कि मैं हमेशा खुद की तुलना दूसरों से करती रहती थी, और ऐसा करके मैंने परमेश्वर द्वारा मुझमें निर्मित व्यक्तित्व का तिरस्कार और अस्विकार किया। कई वर्षो के कष्टों के बाद, मैंने आखिरकार यह समझा की परमेश्वर कभी गलती नहीं करते। वह जानबूझकर हमें सबको अलग बनाता है और अलग होना बुरी बात नहीं, इसके द्वारा परमेश्वर अपनी विविध सृजनशक्ति को दिखाता है। भजन संहिता 139 हमें यह सिखाता है कि परमेश्वर ने अपने हाथों से और बड़ी पेंचिदा तरीके से प्रत्येक व्यक्ति को उसकी माँ के गर्भ में उसे बनाया और यह कि हमारे जीवन के हर दिनों घटनाओं के घटने से पहले ही उसने अपनी पुस्तक में दर्ज कर रखी है। जैसा मैंने पहले कहा, परमेश्वर कभी गलती नहीं करता, इसलिए हमें खुद को परमेश्वर की सृष्टि के रूप में स्वीकार कर लेना चाहिए, और उसे हमारी मदद करने दे ताकि हम एक खास और बहुमूल्य व्यक्ति बने, जो वह हमें बनाना चाहता है।

आत्मविश्वास की शुरूआत आत्म–स्वीकृती से होती है – जो कि परमेश्वर के प्रेम और उसकी योजना जो हमारे जीवन के लिए है उस पर अटूट विश्वास द्वारा संभव है। मुझे लगता है कि जब हम अपनी तुलना दूसरों से करते है और उनके जैसे बनने की कोशिश करते है, तो हम अपने सृष्टिकर्ता (परमेश्वर) का अपमान करते है। यह निर्णय लीजिए की आप कभी अपनी तुलना किसी और से नहीं करेंगे। दूसरों की तारीफ़ कीजिए और खुद के अनुखेपन का मज़ा लीजिए।

दस आज्ञाओं में से एक है “दूसरों की चीज़ों का लालच ना करना” (निर्गमन 20:17)। इसका मतलब यह है कि हमें उन चीज़ों का लालच नहीं करना चाहिए जो दुसरों के पास है, वो कैसे दिखते है, उनके गुण, उनका व्यक्तिव आदि। मैं यह विश्वास करती हूँ, जब हम कुछ पाने की तीव्र लालसा रखते है और उसके बगैर खुश नहीं रहते, इसका मतलब यह है कि हमारे मन में लोभ है। यह संभव है कि हम किसी व्यक्ति से नाराज़ है क्योंकि उसके पास वह है जो आपके पास नहीं। इस प्रकार का व्यवहार परमेश्वर पसंद नहीं करता। दूसरे व्यक्ति हमारे लिए एक उदाहरण तो बन सकते है, पर कभी भी वे हमारे मानक ना बने। बाइबल की पुस्तक रोमियों 8:29 में कहा गया है यह ठहराया गया है कि हम उसके पुत्र प्रभु यीशु मसीह के स्वरूप में हो और आंतरिक रूप उसके समान बने। दूसरे पुस्तक में लिखा है कि हममे प्रभु का मन है। (1 कुरिन्थियों 2:16) हम उसकी तरह सोचना, बोलना और व्यवहार करना सीख सकते है और निसन्देह प्रभु ने अपनी तुलना कभी भी किसी और से नहीं की होगी और न ही अपने पिता की इच्छा के विरूद्ध कुछ किया होगा। वह अपने पिता की इच्छा की पूर्ती के लिए जीवित थे, ना कि दूसरों से मुकाबला करने और तुलना करने के लिए।

मैं प्रोत्साहित करना चाहती हूँ कि आप जैसे है उसी में संतुष्ट रहे। इसका मतलब यह नहीं कि आप प्रगती नहीं कर सकेंगे और सुधार नहीं ला पाएँगे, पर जब आप किसी दूसरे व्यक्ति को एक नियम (कानून या अधिनियम) बनने का मौका देते है, तब आप लगातार निराश होते जाते है। कभी भी दूसरों के समान बनने में परमेश्वर आपकी मदद नहीं करेगा। याद रखे की ‘‘अलग‘‘ होना अच्छी बात है, यह कोई बुरी बात नहीं। अपने अनोखेपन का जश्न मनाइए और परमेश्वर द्वारा आपके लिए ठहराए गए भविष्य पर खुशी मनाइए। खुद पर भरोसा रखिए और मज़ा लिजिए।

रहस्य # 6—आत्मविश्वास से भरी स्त्री क्रियाशील होती है।

मैंने सुना है कि इस दुनिया में दो प्रकार के लोग होते है। एक वह जो कुछ होने के इंतजार में रहते है और दूसरे वह जो कुछ कर गुज़रते है। कुछ लोग स्वाभाविक रीती से शर्मिले होते है जबकि दूसरे स्वाभीविक रीति से साहसी होते है, पर परमेश्वर के साथ हमारा जीवन स्वाभाविक नहीं अलौकिक बन जाएगा। हम सब को किसी ना किसी चीज़ पर जीत हासिल करनी पड़ती है, जबकि स्वाभाविक रीति से शर्मीले व्यक्ति को चिन्ता साहसहीनता, चुनौतियों से हार मानना और आत्मविश्वास की कमी जैसी बातों पर जय हासिल करना होता है।

एक साहसी व्यक्ति अक्सर अपने आग्रही व्यवहार का उग्रता से समर्थन करता है। मुझे साहसी लोग पसंद है जो मुझसे नही डरते, परन्तु मुझे वे लोग पसंद नहीं जो मेरा आदर नहीं करते और जिनमें बुरे संस्कार है। वास्तव में कुछ लोग यह सोचते है कि साहस का मतलब है घमण्ड – जो कि परमेश्वर द्वारा नफ़रत किए जाने वाली चीज़ों में से एक है। मैं जन्म से ही साहसी हूँ और हमेशा घमण्ड के खिलाफ़ खड़ा रहना पड़ा। ऐसा लगता है कि साहसी व्यक्ति स्वाभाविक रूप से यह मानता है कि वे हमेशा सही होते है और ना ही वे सफ़ाई देने से कतराते है। आत्मविश्वास एक अच्छी बात है परन्तु अहम की भावना ठीक नहीं है। परमेश्वर हमारे विश्वास द्वारा काम करता है, डर के द्वारा नहीं। शुक्रियादा करना चाहती हूँ कि हम अपना जीवन संतुलित करना सीख सकते है। हम अपनी ताकत का फ़ायदा उठा सकते है साथ ही परमेश्वर की मदद से हम अपनी कमज़ोरियों पर जीत भी हासिल कर सकते है।

एक शर्मिली स्त्री कई चीजों से संकोच करती है जिसका उसे सामना करना चाहिए। ऐसी कई चीज़ें है जो वह करना और कहना चाहती है, पर भय ने उसे शक्तिहीन कर दिया है। मैं विश्वास करती हूँ, कि हमें कदम बढ़ाना चाहिए और परमेश्वर द्वारा हमारे लिए निश्चित कार्य को ढूँढना चाहिए। एक साहसहीन कदम किसी भी व्यक्ति को गलती करने से बचा सकता है, पर इसका फल यह होगा कि वह ज़िन्दगी भर यह सोचती रह जाएगी कि "क्या हो सकता था"। दूसरी तरफ़, एक साहसी स्त्री अधिक गलतियाँ करने पर भी संभल जाती हैं और परिणामस्वरूप सही बातों को जान लेती है और अपने लिए उसे पूरा करती है।

गलतियाँ करना दुनिया का अंत नहीं है। हम गलतियों से उभर सकते है। बल्कि, कभी भी गलतियाँ करने को तैयार ना होना ही, हमारी ज़िन्दगी की गलतियाँ है, जिससे हम कभी उभर नहीं सकते। परमेश्वर हमारे विश्वास द्वारा काम करता है, डर के द्वारा नहीं। ज़िन्दगी की सरहद पर खड़े होकर वह करने की कामना ना करें जिसे आपके बजाए कोई और कर रहा है। कदम बढाए और खुलकर जीवन बिताईए।

यदि एक व्यक्ति स्वाभाविक रूप से अंतर्मुखी या बहिर्मुखी है, तो उन्हें अपने प्राकृतिक विशेषताओं की ओर अधिक झुकाव होगा, और यह गलत बात नहीं है, जैसा मैंने पहले बताया परमेश्वर ने हम सब की सृष्टी अलग–अलग तरीके से की है। बहरहाल, हम जैसा चाहते है वैसा जीवन जी सकते है, पर आप कौन है इस बात का इंकार कभी ना करें। इसलिए अपने दिल को जाँचे और खुद से यह

> परमेश्वर हमारे विश्वास द्वारा काम करता है, डर के द्वारा नहीं।

पूछे की परमेश्वर आपसे क्या चाहते है और वैसा ही करें। जिस मार्ग में वह चलाता है, उस मार्ग की तैयारी पहले से ही करता है। यदि परमेश्वर आपसे किसी ऐसे काम को करने के लिए आगे बढ़ाता है, जो आपके लिए असुविधाजनक है, तो मैं आपको यह भरोसा दिलाना चाहती हूँ कि जब विश्वास के साथ आगे कदम बढ़ाएँगे, तो उसे अपने साथ चलता हुआ पाओगे।

जब आप कुछ करना चाहते है, तो आप खुद को उन बातों पर ध्यान न देने पर मजबूर ना करें जो गलत हो सकता है। सकारात्मक सोच रखें और उन बातों के बारे में सोचे जिनसे आपको प्रोत्साहन मिलता हो। आपका व्यवहार आपकी ज़िन्दगी में बदलाव ला सकता है। सकारात्मक जोशीला क्रियाशील व्यवहार होने पर आप अपने जीवन का आनंद और उठा सकते है। शुरूआत में यह कठिन लगने पर भी अंत बहुत सार्थक होगा।

वास्तव में मुझे ऐसा लगता है कि एक शर्मिले व्यक्ति को अपने शर्मिलेपन से जीवन से ज़्यादा कठिन एक साहसी व्यक्ति को अपने घमण्ड पर जीत हासिल करना है। यदि आप शर्मिले और डरपोक है, तो बस यह सोचे कि इससे भी ज़्यादा बुरा हो सकता है। एक निर्णय ले, कि परमेश्वर की मदद के द्वारा आप वह बन सके जो वह आपको बनाना चाहता है और फिर आपको ऐसा जीवन मिलेगा जिसे उसने आपके लिए तैयार करके रखा है।

परमेश्वर विश्वास का सम्मान करता है।

विश्वास परमेश्वर का और परमेश्वर विश्वास का सम्मान करता है। मिशनरी रॉबर्ट और मेरी मॉफेट की जीवन कहानी इस सच्चाई को बयान करती है। करीब दस वर्षो तक बिना किसी प्रोत्साहन की एक किरण के इस दम्पत्ती ने बेचुआनालेण्ड (आज जिसका नाम है बोस्टवाना) में मेहनत की। एक भी व्यक्ति को बदलता हुआ नहीं पाया। अंत में उस मिशनरी संघ के निर्देशक ने उनके वह काम करने की बुद्धिमती पर सवाल उठाया। उस जगह को छोड़ने का दुख दोनों को बहुत था, क्योंकि उन्हे इस बात का भरोसा था कि परमेश्वर उनके साथ था और यह कि सही वक्त आने पर वे लोगों को मसिह की ओर आते देखेंगे।

वे वही ठहर गए और एक या दो लम्बे वर्षो तक अंधकार का राज था, तब एक दिन इंग्लैण्ड के उनके एक मित्र ने उन्हें यह खबर भेजी की वे उन्हें कुछ

उपहार भेजना चाहते है और उनसे यह भी पूछा की वे क्या चाहते है। इस विश्वास के साथ कि परमेश्वर उनके कार्य में बरकत देगा, श्रीमती मेफिट ने जवाब दिया ''प्रभु भोज का एक सेट भेजिए'' मुझे विश्वास है कि हमें जल्द ही उसकी ज़रूरत पड़ेगी। परमेश्वर में उस प्रिय बहन के विश्वास का सम्मान किया। पवित्र आत्मा उस गाँव के लोगों के दिलों में काम करने लगी और जल्द ही छः विश्वासीयों के छोटे से झुण्ड ने वहाँ के पहले मसीही कलीसिया की स्थापना की। प्रभु भोज के सेट को आने में देर हो गई थी परंतु बेचुआना लेण्ड के प्रथम प्रभु भोज के उत्सव के एक दिन पहले, वह सामान पहुँच गया।

रहस्य # 7–आत्मविश्वास से भरी स्त्री 'काश' या ''क्या होता'' में नही जीती।

ये दुनिया ऐसे लोगों से भरी है जिनके जीवन में खालीपन और अधुरेपन का अनुभव होता है क्योंकि जो उनके पास है उसका उपयोग करने के बजाए वे उस बात का विलाप करते रहते है जो उनके पास नहीं हैं। ''काश'' के दबाव तले अपना जीवन मत बिताइए। ''काश'' मेरे पास ज़्यादा शिक्षा होती, ज़्यादा, धन, ज़्यादा मौका होता या कोई मेरी मदद करने वाला होता। ''काश'' ज़िन्दगी की शुरूआत अच्छी होती, ''काश'' मेरा शोषण ना होता, काश मैं थोड़ी लम्बी होती। ''काश'' मैं इतनी लम्बी ना होती। काश, काश.

हमारे जीवन की सबसे बड़ी गलती उन चीज़ों पर ताकना है जो हमारे पास नहीं है या जिसे हमने खो दिया और जो हमारे पास है उसकी विस्तृत सूची बनाने से हम चूक जाते है। जब प्रभु यीशु ने 5000 पुरूषों को खिलाना चाहा–साथ ही साथ स्त्रीयाँ और बच्चों को भी, तो चेलों ने कहा कि उनके पास एक छोटे से बच्चे का दोपहर का आहार है, जिसमें पाँच छोटी–छोटी रोटियों के टूकड़े और दो मछलियाँ थी। उन्होंने यह दावा किया कि यह भोजन उस बड़ी सी भीड़ को तृप्त करने के लिए पर्याप्त नहीं है। जबकि यीशु ने उस भोजन को लिया और बढ़ा दिया। उसने हज़ारों पुरूषों, स्त्रीयों और बच्चों को तृप्त किया और बारह टोकरी रोटियाँ बच भी गई। (मत्ती 14:15–21) हमें यह शिक्षा मिलती है कि जो हमारे पास है, यदि उसे हम परमेश्वर को दे देते है, तो वह उसका उपयोग करेगा और हमारी ज़रूरत से ज़्यादा हमें लौटाएगा। बाइबल कहती है कि परमेश्वर ने अनदेखी चीज़ों से इस दुनिया की सृष्टि की जिसे हम देखते है। इसलिए मैंने यह निर्णय लिया है कि यदि परमेश्वर ऐसा कर सकता है, तो निश्चय ही वह मेरें छोटे से टुकड़े से भी कुछ कर सकता है–चाहे वह वस्तु कितनी ही प्रभावहीन क्यों ना हो।

जब परमेश्वर ने मिस्त्र देश से इस्राएलियों को निकालने के लिए मूसा को चुना, तो मूसा ने खुद को कमज़ोर समझा और वह परमेश्वर से उन बातों का जिक्र करता रहा जो वह नहीं कर सकता और जो उसके पास नहीं है। परमेश्वर ने उससे पूछा कि उसके पास क्या है और मूसा ने जवाब दिया शीक लाठी। यह एक साधारण ''लाठी'' थी, जिससे भेड़ों को चराया जाता था। परमेश्वर ने उससे कहा की वह उस लाठी को फेंके, अर्थात मूसा वह लाठी परमेश्वर को दे दे। जब परमेश्वर ने वह लाठी मूसा को लौटाई, तब वह चमत्कारों से भरी हुई लाठी बन गई, और जिसका उपयोग मूसा ने लाल सागर को दो भागों में बाँटने और अन्य चमत्कार के लिए किया। मैं दोहराना चाहती हूँ, जो आपके पास है यदि आप उसे परमेश्वर को देते है, चाहे उसे आप कितना ही छोटा और प्रभावहीन समझते हो, परमेश्वर उसका उपयोग करेगा और आपने जितना दिया उससे अधिक वह आपको लौटाएगा।

दूसरे शब्दों में कहा जाए, तो परमेश्वर को हमारी खूबियों की ज़रूरत नहीं, उसे तो हमारे उपलब्धियों की ज़रूरत है। वह चाहता है कि हम संभावनाओं पर नज़र डाले, ना कि समस्याओं पर। आप अपना जीवन यह सोचकर व्यर्थ मत कीजिए कि ''काश'' आपके पास कुछ और होता, तो आप कुछ लाभकारी कर सकते थे। ''काश'' वह चोर है जो होने वाली बातों को चुरा लेता है।

''क्या होता'' भी ''काश'' की तरह ही काफ़ी विनाशकारी होता है – यदि ''क्या होता'' का उपयोग नकारात्मक तरीके से किया गया हो तो। वास्तव में किसी समस्या को अनुभव करने से भी अधिक विनाशकारी होता है नकारात्मक रूप से पहले से ही सोचना।

ज़रा मेरी दोस्त हेदर पर ध्यान दे। एक दिन वह आँसुओं के साथ चाय की दुकान पर बैठी थी। हालांकी उसमें बहुत सी खूबियाँ थी, और वह काफ़ी आकर्षक भी थी, वह भय में जीवन बिताती थी, और भय को अपना जीवन चुराने का मौका देती थी। अधिकांश समय उसकी अवस्था बड़ी दयनीय होती थी। परमेश्वर नहीं चाहता की हम अपना जीवन भय और चिंता में बिताए। हेदर के जीवन में, कुछ नयी बात हमेशा होती रहती थी। इस विशेष अवसर पर, जब हमने बात की, वह इस बात को ले कर विलाप कर रही थी कि उसकी माँ और मौसी की मृत्यु हृदय रोग से हुई – और अब उसे इस बात का डर है कि उसकी किस्मत में भी यही होना लिखा है। उसके तीन छोटे–छोटे बच्चे है और उसे इस बात का डर है कि वह उन्हे बढ़ते हुए नहीं देख पाएगी। मैंने उससे पुछा कि क्या कभी उसे किसी लक्षण का अनुभव हुआ है, जिसकी वजह से उसे हृदय रोगी होने का अनुमान आया। उसने कहा कि उसे छाती में तंग महसूस

होता है। उसने कहा कि वह डॉक्टर के पास भी जा चुकी है, और ज़रूरी परिक्षण करने के पश्चात, डाक्टर ने उसे बताया कि इस डर की वजह से ही उन्हें हृदय रोग होने वाला है, उनमें तनाव के लक्ष्ण नज़र आ रहे है।

मैंने उसे बाईबल के कई वचनो द्वारा प्रोत्साहित करने की कोशिश की और कहा कि डर के साथ नहीं बल्कि विश्वास के साथ जीवन बिताओ, “पर वह यही कहती रही यदि मैं मर जाऊँगी तो क्या होगा और मेरे पति और बच्चे अकले रह जाएँगे?“

मुझे यह मान लेना होगा कि हेदर के लिए मेरा संयम कम होता जा रहा था—ऐसा नहीं कि मुझे हमदर्दी नहीं थी, पर इसलिए क्योंकि आखरी बार जब हम मिले थे तो उसका व्यवहार वैसा ही था, पर इस बार समस्या कुछ और ही थी। इस बार की समस्या उनके पति की नई नौकरी थी जो उन्होंने शुरू कि—जिसकी वजह से वे व्यवसायिक यात्रा के लिए घर से दूर रहेंगे। उसने कहा “क्या होगा“ यदि यात्रा के दौरान उसे कोई और स्त्री मिल जाए और वह उससे रिश्ता जोड़ ले? उसने कहा “क्या होता“ यदि इस नई नौकरी में सफ़र ना जुड़ा होता।

हेदर “काश“ और “क्या होता“ की वजह से समस्याओं को उत्पन्न कर रही थी। कोई भी व्यक्ति ऐसी सोच के रहते दयनीय ही रहेगा। उसे चाहिए था की वह अलग प्रकार से सोचे, जिसकी शुरूआत बचपन से होनी चाहिए थी, पर परमेश्वर के वचन का अध्ययन के द्वारा वह अपनी सोच बदल सकती है। अक्सर, लोग चाहते है कि उनकी समस्याएँ गायब हो जाए, पर वे वह करने को तैयार नहीं जो उन्हे करना चाहिए, जिससे उन्हे मदद मिल सकती है। मेरे जीवन में भी कई प्रकार का भय था और आज भी कभी—कभी वह मेरे सामने आते रहते है, पर परमेश्वर के वचन के पास जाना ही मेरी प्रतिक्रिया होती है, जो मुझे विश्वास के द्वारा कदम बढ़ाने की ताकत देता है, चाहे मैं कुछ भी महसूस करूँ।

जहाँ मन जाता है, मनुष्य उसका पीछा करता है। यदि आप अपने विचारों पर ज़्यादा ध्यान देगें और उन बातों को चुनेंगे जो रूकावट बनने के बजाए आपकी मदद करें, तो यह परमेश्वर का सामर्थ्य आप पर छोड़ेगा, जिसकी मदद से आप आत्मविश्वास से भरी स्त्री बन पाएँगी। आत्मविश्वास की बातें सोचें और आप में आत्मविश्वास आ जाएगा।

यह सात रहस्य आपको आत्मविश्वास से भरने में मदद करेंगे, और बहुत कुछ है सीखने के लिए, पर यह सलाह एक अच्छी शुरूआत के लिए है।

■ *अध्याय – 5* ■

वह स्त्री जिसे मैं पसंद नहीं करती

कौन अपनी तुलना उस स्त्री से कर सकता है जिसका वर्णन नीतिवचन 31 में किया गया है? यह स्त्री कुछ कर सकती हैः वह एक महान पत्नी और माँ है वह अपने घर की देखभाल करती है, वह कारोबार चलाती है, वह पकाती है, सीलती है – ऐसा मालूम पड़ता है कि वह सिर्फ़ एक काम नहीं करती है और वह है थकना! वह बिल्कुल परिपूर्ण लगती है। शायद इसी वजह से इन वचनों को पढ़ने के पश्चात इस स्त्री के प्रति मेरी पहली प्रतिक्रिया थी "मैं तुम्हें पसंद नहीं करती।" क्या इन पदों को पढ़ने के बाद आपको ऐसा महसूस हुआ था? उसकी जीवन शैली ने मेरे जीवन के क्षेत्रों में मुझे चुनौती दी इसलिए मैंने उसे अधिक जानना पंसद नहीं किया। कम से कम तीन वर्ष पूर्व जब मैंने पहली बार बाइबल का गहरा अध्ययन करना शुरू किया तो मेरा व्यवहार वही था।

प्रश्न चिन्ह में संबोधित की गई यह स्त्री बेहद ही प्रसिद्ध आत्मविश्वास से भरी स्त्री है और फिर उसके नाम का ज़िक्र नहीं किया गया। मुझे यकीन है कि परमेश्वर ने ऐसा इसलिए किया क्योंकि वह चाहता है कि प्रत्येक स्त्री अपना नाम इस स्त्री की कहानी में डालने लायक हो सके। मैं चाहती हूँ कि आप इस स्त्री के विषय में पढ़े और फिर में आपसे कुछ व्यवहारिक विचारों को बाटुँगी जिसकी मदद से आप आत्मविश्वास से भरी स्त्री बन पाएँगी।

नीतिवचन 31:10–31

10. एक योग्य, बुद्धिमान और (अ) भली पत्नी कौन पा सकता है? क्योंकि उसका मूल्य रत्नों और मोतियों से भी बहुत अधिक है।

11. उसके पति का मन उस पर भरासेमंद रूप से विश्वास करता और आश्रित होता है और उस पर सुरक्षित रूप से विश्वास करता है इसलिए उसे लाभ (ईमानदार) की घटी (बेईमान) नहीं होती।

12. वह आश्वासन देती और प्रोत्साहित करती है और अपने जीवन के सारे दिनों में उस से बुरा नहीं, वरन् भला ही व्यवहार करती है।

13. वह ऊन और सन ढूँढ़ ढूँढकर, अपने हाथों से प्रसन्नता के साथ काम करती है।

14. वह व्यापार के जहाज़ों के समान, अपनी भोजन वस्तुएँ दूर (देश) से मँगवाती है।

15. वह रात ही को उठ बैठती है, और अपने घराने को (आत्मिक) भोजन खिलाती है, और अपने दासियों को अलग अलग काम देती है।

16. वह किसी (नए) खेत के विषय में सोच विचार करती है और उसे मोल ले लेती या स्वीकार करती है(समझदारीपूर्वक विस्तार करती और अन्य कार्यों की कल्पना करके अपने वर्तमान कर्तव्यों की उपेक्षा नहीं करती है); और अपने परिश्रम के फल (समय और बल) से दाख की बारी लगाती है। वह अपनी बारी में फलदायक दाख लगाती है। (श्रेष्ठगीत 8:12)

17. वह अपनी कटि को बल (परमेश्वर प्रदत्त कार्यों के लिए उसकी आत्मिक, मानसिक, और शारीरिक क्षमता) के फेंटे से कसती है, और अपनी बाँहों को दृढ़ बनाती है।

18. वह परख लेती है कि मेरा (परमेश्वर के साथ) व्यापार लाभदायक है। (कष्ट, तंगी, या दुःख, भय की चेतावनी, संदेह, और बेचैनी की) रात को उसका दिया नहीं बुझता।

19. वह अटेरन में हाथ लगाती है, और चरखा पकड़ती है।

20. वह दीन के लिए मुट्ठी खोलती है, और ज़रूरतमंद (चाहे आत्मा में, मन या शरीर में) को संभालने के लिए हाथ बढ़ाती है।

21. वह अपने घराने के लिए हिम से नहीं डरती, क्योंकि उसके घर के सब लोग लाल कपड़े पहिनते हैं।

22. वह तकिए बना लेती है; उसके वस्त्र सूक्ष्म सन और बैंगनी रंग (याजकों के वस्त्र और मंदिर में उपयोग होने वाले वस्त्रों समान) के होते हैं।

23. उसका पति जब शहर के पुरनियों के संग बैठता तब उसका सम्मान होता है।

24. वह महीन सन के वस्त्र बनाकर बेचती है; और व्यापारी को कमरबन्द (या दुपट्टा जो किसी को सेवा के लिए तैयार करती) देती है।

25. वह बल और प्रताप का पहिरावा पहिने रहती है, और भविष्य के विषय में (आनेवाले कल पर यह जानकर आनंदित होती है कि वह और उसका परिवार इसके लिए तैयार है)! आनंदित होती है।

26. वह बुद्धि की बात बोलती है, और उसके वचन कृपा के शिक्षा अनुसार (परामर्श और निर्देश) होते हैं।

27. वह अपने घराने के चालचलन को ध्यान से देखती है, और अपनी रोटी बिना परिश्रम (गप्पे मारते, असंतुष्ट होते, स्वयं पर तरस खाती) नहीं खाती।

28. उसके पुत्र उठ उठकर उसको धन्य (प्रसन्न, सौभाग्यवती, जलन रखने योग्य) कहते हैं; उसका पति भी उठकर उसकी ऐसी प्रशंसा करता है :

29. ''बहुत सी बेटियों ने अच्छे अच्छे काम तो किए हैं परन्तु तू उन सभों में श्रेष्ठ (भलाईयुक्त अच्छे चरित्र के साथ) है।''

30. शोभा तो झूठी और सुन्दरता व्यर्थ (क्योंकि यह हमेशा बनी नहीं रहती है) है, परन्तु जो स्त्री यहोवा का भय मानती है, उसकी प्रशंसा की जाएगी!

31. उसके हाथों के परिश्रम का फल उसे दो, और उसके कार्यों से (शहर की) सभा में उसकी प्रशंसा होगी!

मैं आशा करती हूँ कि आपने इन वचनों को ध्यान से पढ़ा होगा। आईए हम गहराई से इसका अध्ययन करें और एक एक वचन को जाँचे ताकि हम उस स्त्री के प्रत्येक गुणों पर नज़र डाल सके!

वचन 10

एक अच्छी स्त्री को ढूँढ़ निकालना मुश्किल है। वह मोतियों और लाल रत्नों से भी ज़्यादा कीमती है। अच्छी स्त्री बहुमूल्य होती है। वह तो जवाहरातों और कीमती रत्नों से भी ज़्यादा बहुमूल्य है। हमें जानबूझकर, विवेक और परवाह से भरे प्रश्नों और कथनों द्वारा अपने पति का निर्माण करना चाहिए, क्योंकि जैसा इस वचन में लिखा है, ऐसी स्त्री जो योग्य, चतुर और गुणी हों, वह एक अनुठा मिश्रण है। किसी भी पुरूष के पास यदि ऐसी पत्नि हो तो उसे उसकी तारीफ़ करनी चाहिए और उसे बहुत महत्व देना चाहिए।

नीतिवचन में ऐसे कई वाक्य दिए गए है जो इस बात को साबित करते है कि पत्नी के रूप में एक स्त्री का पात्र कितना महत्वपूर्ण है। एक भली स्त्री अपने पति के सिर का मुकुट होती है। पर एक बुरी स्त्री अपने पति के हड्डीयों के लिए सड़न का कारण होती है। (नीतिवचन 12:4) एक बुद्धिमती पत्नि यहोवा की ओर से एक उपहार होती है। (नीतिवचन 19:14)

वचन 11

भरोसा एक गोंद है जो विवाहित जोड़ों को एक दुसरे से जोड़ कर रखता है, और बाइबल यह कहती है कि नीतिवचन 31 में पाया गया है कि पति अपनी पत्नी पर पूरा भरोसा रख सकता है। वह उस पर निर्भर है है और निश्चित रूप से उस पर विश्वास करता है। ऐसा कहना कितने धन्य की बात है। हम ऐसे समाज में रहते है जहाँ कई रिश्तों में इन सभी गुणों की कमी पाई जाती है। इसलिए यदि ऐसा गुण हम पाते है, तो उस को महत्व देना चाहिए। आत्मविश्वास, भरोसा और सुरक्षा आत्मा को शक्ति और चैन प्रदान करता है। जब हम दुसरों पर भरोसा रखते है और दुसरे हम पर तो हमारे आत्मविश्वास का स्तर बढ़ जाता है। मुझे अपने पति पर पूरा भरोसा है, मैं उन पर विश्वास करती हूँ और उनके साथ सुरक्षित महसूस करती हूँ। मैं उनके इन गुणों का मज़ा लेती हूँ, मैं विश्वास करती हूँ कि मेरे विषय में उनकी सोच भी ऐसी ही होगी। मेरे जीवन में ऐसा भी वक्त था जब मेरा मन अस्थिर था, पर शुक्र है जब हम परमेश्वर का वचन पढ़ते है तो वह हमें बदल देता है। हम 2 कुरिन्थियों 3:18 में दिए गए वायदे पर निर्भर हो सकते है कि यदि हम परमेश्वर के वचन में बने रहेगें, तो प्रभु द्वारा जो आत्मा है, हम उसी तेजस्वी रूप में अंश अंश करके बदलते जाएँगे। यह बदलाव एक साथ नहीं होता पर थोड़ा थोड़ा करके हम बदल जाएँगे।

नीतिवचन 31 में पाई जाने वाली स्त्री को मैंने उस समय तक नापसंद किया था जब तक मैंने यह महसूस नहीं किया कि वह मेरे लिए एक उदाहरण है एक लक्ष्य है जहाँ तक मुझे पहुँचना है। पहली बात तो यह है कि स्वयं परमेश्वर ही मुझे यह महसूस करने में मदद करेगा कि क्या में अपना भरोसा उस पर डालती हूँ और क्या में बदलने को तैयार हूँ। कई वर्षो के बाद जिस स्त्री से मुझे बेहद नफ़रत थी वह मेरी अच्छी दोस्त बन गई। अक्सर जब की मैं कोई निर्णय लेती हूँ तो उसके पास जाकर यह देखती कि इस परिस्थिती में वह क्या करती है।

वचन 12

यह स्त्री अपने पति को तसल्ली देती है और जब तक उसमें जान है तब तक वह उसके लिए काम करती है। यदि एक स्त्री अपने पति को तसल्ली देने और आनंदित करने का पहले कदम बढ़ाए तो कई शादियों को तलाक से बचाया जा सकता है। यह ज़िम्मेदारी पति की है परन्तु यदि वह ऐसा नही कर रहे है तो मैं आपको प्रोत्साहित करती हूँ कि आप पहला कदम उठाने को तैयार रहे और अपने शादि शुदा जीवन को आगे बढ़ाने का सही रास्ता तैयार करने वाली बने। नीतिवचन 31:10–31 पढ़ने पर हमें यह जानकारी मिलती है कि इन वाक्यों को उसके पति के विषय में कुछ नहीं बताया गया है सिवाय इसके कि वह अपनी पत्नी की तारीफ करते है और वह अपने पत्नी की वजह से शहर में काफी प्रसिद्ध है। मुझे विश्वास है यदि आप आज्ञाकारी होने का पहला कदम उठाएँगी तो परमेश्वर आपके पति के दिल में काम करेंगे और आप निश्चय ही एक सकारात्मक बदलाव उनमें पाएँगी। मुझे इस बात का विश्वास है की इसकी वजह से आपके आत्मविश्वास का स्तर बढ़ जाएगा। जब हम दूसरों के गुणों को उभारने लगते है तो हम खुद को एक बेहतर उजाले में पाते है।

आत्मिक रीती से परिपक्व स्त्री जो सही है वह करने में आगे रहेगी चाहे कोई ऐसा ना कर रहा हो फिर भी वह सही काम करेंगी। परमेश्वर के लिए जीते है मनुष्यों के लिए नहीं। हम परमेश्वर को खुश करने के लिए जीते है लोगों को नहीं।

> *जो कुछ तुम करते हो तन मन से करो यह समझकर कि मनुष्यों के लिए नहीं परंतु परमेश्वर के लिए करते हो क्योंकि तुम जानते हो कि*

तुम्हें इस के बदले में विरासत मिलेगी तुम मसीह की सेवा करते हो। कुलुस्सियों 3:23–24

दिए गए इन वचनों के बिलकुल ऊपर के कुछ वचनों पर ध्यान दे कुलुस्सियों 3:18–22 और हम उनमें प्रतिदिन जीने के कुछ निर्देशो को पाएँगे जैसे

> *हे पत्नियों, अपने अपने पति के अधीन रहों। (अपने आपको उनके अधीन और अनुकूलनीय कर दो) जैसा कि यह न्याय और उपयुक्त और प्रभु में तुम्हारा उचित कर्तव्य है।*
>
> *हे पतियों अपनी अपनी पत्नी से प्रेम रखो (उनके साथ स्नेही और हमदर्द बनिए) और उनके प्रति कठोर या कड़वे या अप्रसन्न मत होईए।*
>
> *हे बालको, सब बातों में अपने माता–पिता के आज्ञाकारी बनों, क्योंकि यह प्रभु को प्रसन्न करता है।*
>
> *हे बच्चेवालो, अपने बच्चों को रिस न दिलाओ या मत चिढ़ाओ (उनसे कठोर न बनो या उन्हें मत सताओ), ऐसा न हो कि वे हतोत्साह और उदास और चिड़चिड़े हो जाए और अपने आप को निम्न और व्यर्थ महसूस करें, (उनकी आत्मा को नष्ट मत करो)।*
>
> *हे दासों, जो लोग इस संसार में तुम्हारे स्वामी हैं, सब बातो में उनकी आज्ञा मानो, मनुष्यों को प्रसन्न करनेवालों के समान दिखाने के लिए सेवा न करो, परन्तु प्रभु के प्रति आदर के कारण और उसके लिए आपकी आराधना की गंभीर अभिव्यक्ति के कारण उद्देश्य की सरलता में (अपने पूरे मन के साथ।*

कृपया ध्यान दे कि परिवार के प्रत्येक समूह के लिए निर्देश दिए गए है और हर किसी को इसका पालन करना है और वह मनुष्यों के लिए परन्तु परमेश्वर के लिए कर रहा है। यदि हर कोई इन आज्ञाओं का पालन करे तो जरा उस शांति और खुशी के बारे में सोचिए जो हर किसी के परिवार को देगा। तलाक ना होगा।

वचन 13

नीतिवचन 31 की हमारी स्त्री ना तो आलसी है और ना ही अपने काम को टालने वाली है। वह ऊन और सन को ढूँढती (प्रबल इच्छा करती और अपनी पूरी ताकत के साथ पीछा करती है) और लगन के साथ काम करती है (निर्माण

कर सके)। एक बात तो निश्चित है कि चाहे वह उस कपड़ो का निर्माण अपने परिवार के लिए कर रही हो या बाजार में बेचने के लिए पर वह बड़े ही उत्साह के साथ काम कर रही है। उसे वह काम कठिन मेहनत जैसा नही लगता और ना ऐसा जो भयानक हो और जिससे उसे कोई शिकायत हो। यह तो उसके परिवार के लिए की गई सेवा का एक भाग है और वह उसे पूरे जोश और सकारात्मक व्यवहार के साथ करती है।

यह ध्यान दे यदि कोई भी दूसरा सदस्य सही काम करेगा और हम करेंगे ऐसा नही सोचना चाहिए। प्रत्येक व्यक्ति अपने भाग के लिए ज़िम्मेदार है। हममें से हर एक परमेश्वर के सामने खड़ा होगा। और परमेश्वर को अपने कामों का लेखा देना होगा (रोमियों 14:12) हमसे दूसरों के बारे में नहीं परन्तु हमारे बारे में पूछा जाएगा। चाहे अकेले हम ही सिर्फ सही काम करने वाले क्यों ना हो पर भी हममें से हर किसी का सही काम करते रहना होगा। इससे परमेश्वर खुश होगा और सही वक्त आने पर वह हमारा सम्मान करेगा।

वचन 14

वह अच्छी तैयारी करती है जिसमें विविधता शामिल है यहाँ तक कि वह दूर देशों से नई चीज़ो का आयात कराती है ताकि उसका परिवाार उन्ही चीज़ो को बार बार खाकर ऊब न जाए।

वाह! मैं हूँ! मैंने अपने परिवार को 1,00। प्रकार का हेम्बर्गर खिलाया। मुझे यह मानना होगा कि मैं इतनी सृजनशील ना थी। हमारी आय बहुत थोड़ी थी और मैंने इसे एक बहाने के रूप में उपयोग किया लेकिन एक बार फिर नीतिवचन 31 का यह वचन हमें अतिरिक्त मील पार करने की और अच्छे से अच्छा काम करने की चुनौती देता है। हर कामों को श्रेष्ठता से करने की कोशिश करने से बेहतर महसूस होता है और मेरा अत्मविश्वास बढ़ जाता है।

वचन 15

वह अति भोर को उठ जाती है ताकि वह कुछ समय परमेश्वर के साथ बिता सके। वह जानती है कि जब तक वह खुद को आत्मिक भोजन ना

खिला दे तब तक वह एक अच्छी पत्नी और माँ नहीं बन सकती। मुझे यकीन है कि परमेश्वर का वचन पढ़ती होगी और प्रार्थना स्तुति और आराधना तब तक करती होगी जब तक वह खुद को आत्मिक रीति से दिन भर के लिए तैयार ना कर ले।

उसके पास पूरे दिन भर की योजना भी है। यह बेहद ज़रूरी है क्योंकि मुझे नहीं लगता है कि हमें अस्पष्ट और लापरवाह होना चाहिए, केवल हर सुबह उठना और आने वाली बातों का इंतजार करना। जिन लोगों के सोच विचार ऐसे होते है वे बहुत कम सफलता पाते है, वे प्रायः निराश और अधुरे होते है। एक योजना बनाए और उसका अनुसरण करें। जब तक परमेश्वर कुछ और करने को ना कहे तब तक अपनी योजनाओं का पालन करें। हमारी योजनाएँ हमारे नियम ना बने परन्तु प्रतिदिन की हमारी दिनचर्या की एक दिशा और उद्देश्य होना चाहिए।

नीतिवचन 31 की हमारी स्त्री घरेलू मदद के लिए बहुत सहायक भी है और मुझे यकीन है कि आप में से कई लोग यही सोच रहे होंगे ''यदि मेरी भी नौकरानियाँ होती तो मेरा भी काम आसान हो जाता'' ऐसे बहानों का इस्तेमाल करने से बचे।

बहुत पहले मैं एक ऐसी स्त्री को बहुत अच्छी तरह से जानती थी जो अपने पति के साथ पूर्ण–रूप से सेवकाई करती थी। वह हमेशा इस बात का विलाप करती थी कि परमेश्वर ने उसे कोई भी घरेलू मदद को प्रदान नहीं किया। उन्हें लगता था कि उन्हें एक आया और एक नौकरानी की ज़रूरत थी जिनमें से एक भी उनके पास न थी। जितना अधिक में उनके करीब होने लगी उतना अधिक मैंने यह महसूस किया कि परमेश्वर उनकी प्रार्थनाओं को इसलिए नहीं सुन रहा है क्योंकि वह आलसी, कुव्यवस्थित थी और सदैव काम शुरू करती थी। जिस मदद की चाहत वह परमेश्वर से कर रही थी उसे परमेश्वर द्वारा प्रदान किए जाने से पहले उन्हें छोटी छोटी बातों पर इमानदार होना होगा। उन्होंने अपनी कुव्यवस्थित और काम को पूरा न कर पाने की असमर्थ्यता का पूरा कसूर मदद ना मिलने पर डाला है पर यह वास्तविक कारण नहीं है। वह छोटे छोटे कामों को कर सकती थी और अच्छे से कर सकती थी और फिर परमेश्वर उन्हें मदद प्रदान कराता था। यदि हम वह करते है जो हम कर सकते है तो परमेश्वर हमारे लिए वह करेगा जो हम नहीं कर सकते।

एक योजना बनाए और उसका अनुसरण करें। जब तक परमेश्वर कुछ और करने को ना कहे तब तक अपनी योजनाओं का पालन करें।

अधिकांश स्त्रीयों की नौकरानियाँ ना हो, परंतु काम पुरा करने के कई तरीके है और काम करना भी आसान हो जाएगा। हम उन बच्चों की मदद ले सकते है जिनकी उम्र मदद करने लायक हो गई हो। हम अपने दिनचर्या से उन कामों को हटा सकते है जिससे हमें ज़्यादा फ़ायदा ना होता हो ताकि हम ज़रूरी कामों को अपना समय प्रदान कर सके। मैं आपको प्रोत्साहित करना चाहती हूँ कि आप अपने जीवन के पदभार को संभाले। आपकी ज़िन्दगी आपको काबू ना करे पर आप ज़िन्दगी को अपने काबू में करे। जो आप करना चाहते है उसे तय करे और फिर उसे करे। बहाना बनाने से बचे, वे लोगों के लक्ष्यों को चुरा लेता है। इस एहसास का होना कुव्यवस्थित और अस्पष्ट होकर अपने जीवन को बर्बाद करने के बजाए, वह करना जिसे आपको करना चाहिए, यह हमारे आत्मविश्वास को बढ़ावा देता है।

निम्नलिखित वचनो पर विचार करो :

तब यह ध्यान दो कि आप किस प्रकार चलते हैं और लक्ष्यपूर्वक और उपयोगी रीति से और ठीक रीति से जिएँ मूर्खों और नसमझ के जैसा नहीं, परन्तु एक बुद्धिमान के समान (सम्वेदनशील और बौद्धिक लोगों की तरह)।

समय का सदोपयोग करते हुए (प्रत्येक अवसर को खरीदते हुए), क्योंकि दिन बुरे है।

इसलिए मूढ़ और विचाररहित न बनों, परन्तु समझवाले और दृढ़तापूर्वक ग्रहण करनेवाले बनों कि परमेश्वर की इच्छा क्या है। (इफिसियों 5:14–17)

वचन 16

यह वाक्य मेरे लिए बहुत महत्वपूर्ण है। मैं बेहद ही आक्रमक हूँ जो हर काम में शामिल होना चाहती है पर सख्त तरीके से मैंने सीखा कि ऐसा करना बुद्धिमानी नहीं और ना ही यह संभव है। हम हर काम नहीं कर सकते और सभी काम अच्छे से नही कर सकते। बहुतायत से बेहतर तो गुणवत्ता है। नीतिवचन की हमारी स्त्री एक अच्छी पत्नी और माता होने के साथ साथ एक अच्छी व्यापारी भी है। वचन 16 में यह लिखा है कि वह नए खेत लेने से पहले ''सोच – विचार'' करती है। वह मौजूदा कर्तव्यों पर सोच – विचार करती है और इस बात का ध्यान रखती है कि नए कामों के आने से वह मौजूदा कर्तव्यों की ओर लापरवाह न हो जाए। दूसरे शब्दो में कहा जाए तो वह जो करने वाली है उस पर गहरा विचार करती है और सोच विचार किए बिना भावनाओं में बह कर नहीं करती।

वाह, कितना बेहतर यह जीवन हो जाता यदि हम किसी काम को करने से पहले समय लेकर उस पर सोच विचार करते। कितने अचंभे की बात है कि बहुत सी चीज़े मैं नहीं खरीदती यदि मैं घर जाती और उस पर सोच विचार करती। कितने आश्चर्य की बात है कि रात भर की अच्छी नींद हमारे मन को बदल देती है। पिछले दिन हम जिसको पाना चाहते थे अगले दिन शायद वह हमें रूचीकर भी ना लगे। यह हमारी भावनाओं की चंचलता को दर्शाता है। वे सब बुरे नहीं होते उनके द्वारा हमें खुशी प्रदान होती है पर हम उसे स्थिर नहीं मान सकते। भावनाएँ चंचल और अस्थिर होती है। इसलिए किसी भी काम से जुड़ी बहुत सी बातों पर सोच – विचार किए बिना अपनी भावनाओं के आधार पर कुछ करना बेहद खतरनाक होता है।

बाइबल कहती है कि भावनाओं में नहीं बहने की वजह से वह स्त्री अपना समय और ताकत बचा लेती है जिसका उपयोग वह फलदान दाख की बाहरी लगाने में करती है।

हर वस्तु जो अच्छी दिखती है ज़रूरी नहीं कि वह अच्छी हो और एक बुद्धिमान व्यक्ति समय लेकर उसकी पुरी जाँच करता है। यदि आप इसके बारे में सोचेंगे तो जिसे आप अच्छा समझते है कभी कभी वह बेहतर वस्तुओं का दुश्मन निकलता है। आपको कलीसिया में सेवकाई करने के बहुत से अच्छे अवसर मिलते होंगे पर इसका मतलब यह नही कि हर अवसर आपके लिए सबसे बेहतर चुना है। दूसरी एक और अच्छी चीज़ से समझोता करने के बजाय

हमें सर्वोतम वस्तुओं का चयन करना चाहिए। लगभग हर दिन मुझे कई बहुत से नए अवसरों का निमंत्रण मिलता है और अधिकांश अवसरों में शामिल होने से मुझे इंकार करना पड़ता है। परमेश्वर ने मुझे किस काम के लिए मुझे चुना इस बात की जानकारी मुझे है और उसकी बुलाहट से चिपकी रहूँगी।

एक उदाहरणः हाल ही में मैं अमेरिका से बाहर सफ़र कर रही थी और अन्तिम क्षण में मेरी दिनचर्या का निर्धारण होने के पश्चात मुझे उस राज्य के राज्यसभा में बोलने का आमंत्रण मिला। मेरे सहकर्मियों ने इस अवसर को स्वीकार करने के लिए प्रोत्साहित किया पर मेरे मन में कुछ ठीक नहीं लग रहा था। मैंने सोचने का समय लिया और जल्दबाज़ी में हाँ कहकर वह काम नहीं करना चाहती थी जिसे करने को मुझमें कोई उमंग न थी। परमेश्वर ने उनसे पूछने के लिए मेरे मन में एक सवाल डाला। मैंने पूछा कि यदि सम्पूर्ण राज्यसभा को वहाँ उपस्थित होने का आदेश है या फिर वहाँ सिर्फ़ स्वैच्छिक उपस्थिती होगी। उनका जवाब था कि वह राज्यसभा का अधिवेशन नहीं हो रहा है और सिर्फ स्वैच्छिक उपस्थिती होगी।

उन्होंने यह भी बताया कि वहाँ सिर्फ़ दो या पाँच लोग होंगे और बोलने के लिए दिया गया पूरा समय पाँच मिनट होगा। मैं पाँच मिनट या दो लोग को मामूली तौर से नहीं लेती पर जब उसकी तुलना में अन्य चीज़ों से करती हूँ जिसे करने का अवसर मुझे उस दिन मिलेगा तो मुझे पता है कि मुझे उन्हें मना करना होगा। मैं प्रोत्साहित करना चाहती हूँ कि आप सोच–विचार करने का समय निकाले। जो जल्दबाज़ होता है उसका अंत अक्सर दुखद होता है।

नीतिवचन 31 की हमारी स्त्री विवेक द्वारा बढती रहती है। वह वास्तव में एक बुद्धिमान स्त्री थी और बुद्धिमती या दूरदर्शीता का अर्थ है संसाधन का अच्छा देख रेख करना। हर किसी को एक निर्धारित मात्रा समय और ताकत दी गई है और हमें उसकी देख रेख इस तरह करनी चाहिए कि हम उससे अधिकांश फल ला सके। भावनाओं में बहने वाले लोग प्रायः निसफल जीवन बिताते है। वे सृजनात्मक विचारों की मूलप्रति एवं उसकी पक्की नीव डालने तक स्थिर रहने की काबिलियत उनमें नहीं होती। उन्हें परिणाम तुरन्त चाहिए और यदि ऐसा ना हो तो प्रायः वे दूसरे किसी नये काम में लग जाते है जो भी असफल हो जाएगा।

किसी भी वक्त यदि आप गुणकारी उत्पादन व्यापार सेवकाई या विवाह का अंत करना चाहते है तो इसके लिए समय और संयम की ज़रूरत पड़ेगी। डेव और मैं एक ऐसे अंतर्राष्ट्रीय सेवकाई का आंनद ले रहे है जो कि करोड़ों लोगों की मदद कर रहा है। पर इसकी स्थापना में तीस वर्ष का समय लग गया।

मैं आपको प्रोत्साहित करती हूँ कि किसी भी खरीदारी या ज़िन्दगी के निर्णय को लेने से पहले सोच–विचार करें। अपनी दूरदर्शीता को फैलाने का निश्चय करें। जब तक आपका मौजूदा काम आप किसी और को नही सौंप देते ताकि आपको नए कामों को करने का रास्ता खुल जाए तब तक नए कामों को पाने का प्रत्यन करने की वजह से दूर अन्य कामों को उपेक्षित कर देते हैं। आत्मविश्वास को खो देने का सबसे आसान तरीका है बहुत से कामों को करना जिसकी वजह से आप कोई भी काम ठीक से नहीं कर पाते।

वचन 17

नीतिवचन 31 की हमारी दोस्त व्यायाम भी करती है। वचन 17 इस कथन द्वारा शुरू होता है कि वह खुद को आत्मिक और मानसिक बल द्वारा कसती है। पहले के वचनों में हमने पढ़ा था कि वह पूरे दिन के लिए खुद को आत्मिक रीति से तैयार करती है। संभवतः दिन भर वह परमेश्वर के वचन पर ध्यान करने के द्वारा मानसिक ताकत को अर्जित करती है। या फिर वह एक जोशीली पाठक है। संभवतः उसे प्रचलित घटनाओं की जानकारी है इसलिए वह किसी से भी बुद्धिमानी से बातें कर सकती है। वह शारीरिक तौर से परमेश्वर द्वारा दिए गए कामों को करने के लिए स्वस्थ है जिसका मतलब यह है कि वह नियमित व्यायाम करती है। वह शायद उसको दिए गए काम द्वारा होगा या फिर उसने कुछ निश्चित समय अलग करके रखा होगा पर वह शारिरिक तौर से स्वस्थ रहती है।

अधिकांश लोगों की शारीरिक अवस्थाओं ने मुझे इस हद तक चिन्ता में ड़ाल दिया कि मैंने *लुक ग्रेट, फील ग्रेटः 12 कीज टू ऐंजोईग अ हेल्थी लाईफ नाओं!* नामक पुस्तक लिखी जिसका प्रकाशन अप्रेल माह 2006 में हुआ था। मसीही होने के नाते आपका शरीर पवित्र आत्मा का मंदिर है और उसकी देखभाल करना ज़रूरी है। ताकि परमेश्वर अपनी इच्छानुसार आपके द्वारा काम कर सके। थकान की अधिकता आपके आत्मिक जीवन में विपरीत असर डाल सकती है। हम में आत्मिक तीव्रता की कमी है और हम आसानी से बहक जाते है। हम में सामान्य रूप से प्रार्थना करने की इच्छा और ताकत नहीं होती। हम दूसरों के सामने सर्वोतम गवाही प्रस्तुत नहीं कर पाते। आधिकांश समय थकान महसूस करने की वजह से शिकायत करना आसान हो जाता है और आत्मा के फलो अनुसार जीने में असमर्थ हो जाते है।

मैं प्रोत्साहित करना चाहती हूँ कि अपने जीवन में व्यायाम को स्थान दें। आप शायद यह कहेंगे कि ''जॉयस मुझे व्यायाम करना पसंद नहीं या मेरे पास व्यायाम करने का वक्त नहीं'' मैं ऐसे बहानों से वाकिफ़ हूँ क्योंकि ज़्यादातर मैंने ऐसे कई बहाने बनाऐ। मुझे जहाँ होना था अभी तक मैं वहाँ नहीं पहुँच पाई पर मैं उस ओर अग्रसर हूँ। मैंने आखिरकार यह निर्णय लिया है कि कुछ ना करने के बजाए जो मैं कर सकती हूँ उसे करूँगी। ऐसा कोई काम ढूँढे जिस से आप को मज़ा आए और जिसके द्वारा आपका व्यायाम भी हो जाए। मनोंरजन रूप से चलने और खेलने की कोशिश करें। दूसरो के साथ व्यायाम करने से आपकों मदद मिल सकती है। जिसके द्वारा व्यायाम के फ़ायदों के बारे में पढ़े और अपने जीवन में उसे शामिल करने का प्रोत्साहन मिलेगा। याद रखें, ज्ञान के बिना, लोग नष्ट हो जाते है।

लोग जो नियमित व्यायाम करते है उनमें बहुत अधिक आत्मविश्वास पाया जाता है। इसका कारण सिर्फ़ एक ही है, कि वे बेहतर महसूस करते है और वे कर्मठ होते है, अतः वे बहुत कुछ कर लेते है और अपने काम का आनंद लेते है। प्रायः वे अच्छे दिखते है और यह उनके आत्मविश्वास में वृद्धि लाता है। व्यायाम हमें तनाव और दबाब से छुटकारा देता है जो कि किसी के आत्मविश्वास को बढ़ाने में मदद करेगा। अब सोचते मत रहिए उसे कीजिए!

वचन 18

कई बार हमारे जीवन में ऐसा महसूस होता है कि हम प्रयास करना बंद कर दे, और नीतिवचन की हमारी स्त्री हममें से अलग नहीं थी बहरहाल वचन 18 कि शुरूआत इस महत्वपूर्ण कथन से होती है ''वह परख लेती है कि उसका व्यापार लाभदायक है।'' इस कथन में आगे यह लिखा है कि मुसीबत, अकेलापन, और दुख के वक्त में उसका दिया बुझता नहीं। वह, शंका और अविश्वास को दूर करते हुए विश्वास में लगातार आगे बढ़ती रहती है।

एक मुख्य कारण जिसकी वजह से हम जटिल परिस्थितियों में आगे बढ़ते जाते है वह है हमारे मेहनत के फलों को आनंद लेना। परमेश्वर ने बाइबल के कई पुरूषों और स्त्रियों को जटिल काम करने को दिए परन्तु उनसे प्रतिफल का वायदा किया। प्रतिफल की ओर ताकने से कठिनाईयों को बरदाश्त करने में मदद मिलती है। बाइबल के इब्रानियों 12:2 बि में लिखा है कि प्रभु यीशु क्रूस

से नफरत करते थे पर उस आनंद के लिए जो उसके आगे धरा था, लज्जा की कुछ चिन्ता न करके क्रूस का दुख सहा। अब वह परमेश्वर के सिंहासन की दाहिनी ओर बैठा है।

ज़रा अब्राहम की कहानी पर विचार कीजिए। इस आदमी से उसके रिश्तेदारों और उसके राज्य को छोड़ने को कहा गया था, और ऐसी जगह जाने को कहा गया जिसकी उसे जानकारी ना थी। चुनाव करना कठिन था लेकिन परमेश्वर ने यह वायदा भी किया कि यदि अब्राहम उसकी आज्ञा का पालन करे तो वह अशीषित होगा और वह दूसरों के लिए आशीष का कारण भी बनेगा।

मैं आपको प्रोत्साहित करना चहती हूँ कि आप सिर्फ़ अपने काम पर ध्यान न दे परन्तु उस प्रतिफल के वायदों पर भी नज़र डालें। अपनी मेहनत के फलो का मज़ा ले और अपको अपना काम पूरा करने का जोश मिल जाएगा। आप को यह एहसास हो जाएगा कि आप अपने प्रतिफल का मज़ा लेने के काबिल है तो आपका आत्मविश्वास बढ़ जाएगा क्योंकि परमेश्वर की इच्छा आपके लिए यही है।

वचन 19

हम फिर से उस स्त्री को काम करते हुए पाते है। वह स्पष्ट रूप से अपने परिवार के लिए कपड़े और बाज़ार में बेचने के लिए वस्त्र बना रही है। एक बात तो स्पष्ट हैः हम कभी भी उसे समय व्यर्थ करते हुए नहीं पाते है।

मैं विश्वास करती हूँ कि फलदायी होना आत्मविश्वास को बढ़ावा देता है। परमेश्वर ने हमें किसी भी चीज़ को बबार्द करने के लिए नहीं बनाया और निश्चय ही समय हमारी सबसे महान संपदा है। हर किसी को समय एक ही माँप में दिया गया है। और फिर भी कुछ लोग बहुत कुछ कर पाते। यदि आप अपने जीवन और समय को बर्बाद करेंगे तो आप आत्मविश्वास को अनुभव नहीं कर पाएगा।

वचन 20

श्रीमति नीतिवचन 31 एक दानी है। वह खुलकर गरीबों को दान करती है। वह भरे हुए हाथों को ज़रूरतमंदो के लिए बढ़ाती है। (चाहे वह शारीरिक, मानसिक, और आत्मिक हो)

ज़रा देखिए किसी प्रकार वह बढ़ चढ़कर दान पूण्य का काम करती है। वह खुली हुई मुट्ठी दूसरों के लिए बढ़ाती है। में विश्वास करती हूँ कि सच्चा दानी दान करने का मौका ढूँढ़ता है, वे उन्हें ढूँढ़ निकालते है। अय्यूब ने कहा "दरिद्र लोगों का मैं पिता ठहरता था और जो मेरी पहिचान का न था उसके मुकद्दमें का हाल मैं पूछताछ करके जान लेता था।" (अय्यूब 29:16) अय्यूब इतना आगे बढ़ गया कि उसने 31 वे अध्याय में कहा कि यदि उसने अपने हाथो का प्रयोग दूसरों कि मदद के लिए नहीं किया है तो उसकी बाँह कन्धे से उखाड़ ली जाए।

मेरी राय में, दानी लोग बहुत ही शक्तिशाली होते है वे सदा खुशहाल और परिपूर्ण होते है। मैंने बहुत ही लम्बे समय तक मतलबी और आत्म–केंद्रित जीवन बिताया था और अधिकांश समय मैं खुद को तुच्छ समझती थी। यघपि कुछ वार्षों तक सीखने के बाद में एक आक्रामक दानी बनी हूँ। मैं ऐसे मौकों कि खोज में रहती हूँ, और यह मेरे जीवन को जोशीला और परिपूर्ण बनाता है। इस दूनिया में दूसरों को खुश करने से बेहतर कोई काम नहीं। स्मरण रहें कि जो दूसरों के लिए करते हे, वह परमेश्वर आपके लिए करेगा। दूसरों के होठों में मुस्कान लाकर देखिए और आपका आनंद बढ़ जाएगा।

ध्यान दीजिए कि नीतिवचन 31 की हमारी स्त्री दरिद्रों को संभालने के लिए हाथ बढ़ाती है। जब एक व्यक्ति सच्चे मन से देना चाहता है तो परमेश्वर उसे बीज बोने को देगा। चाहे आपके पास देने को अतिरिक्त धन ना हो, पर भी आपके पास कुछ तो होगा। अपने घर के चारों ओर नज़र डालिए और उन चीज़ों को देना शुरू कीजिए जिसका उपयोग आप नहीं करती। यदि आप अलमारी में साल भर से कपड़े की कई वस्तु बिना उपयोग के पड़ी है, तो संभव है कि दुबारा आप उसका उपयोग नहीं करेंगी। उसे किसी ज़रूरतमंद को दे दीजिए और परमेश्वर आपकों नई और आवश्यक चीज़ों द्वारा आशीषित करेगा। मैं विश्वास करती हूँ, कि आप जानते है कि दान करना एक सही काम है। जब हम सिर्फ़ लेने वाले नहीं, परन्तु देने वाले बनते है तो हमारे दिल में आनंद और आत्मविश्वास का अनुभव होता है।

इसमें कोई आश्चर्य की बात नहीं कि इस अध्याय को पहली बार पढ़ने पर मुझे नीतिवचन 31 की यह स्त्री पसंद नहीं थी। वह सब कुछ थी, पर मुझे उसके जैसा बनने की ज़रूरत थी। जब दूसरे हमारा ज़्यादा काम करते है तो हमें उनका तिरस्कार नहीं करना चाहिए – हममें उनसे सीखने की होशियारी होनी चाहिए। हमें उनसे अपनी तुलना करने की ज़रूरत नहीं, पर हम उनसे सीख सकते है और उन्हें एक आदर्श मान सकते है।

वचन 21

बाइबल यह वर्णन करती है कि वह बुरे मौसम से नहीं डरती क्योंकि उसका परिवार लाल कपड़ों से ढ़का हुआ है। क्या इसका मतलब यह हो सकता है कि उसने अपने परिवार के लिए लाल रंग के कपड़े बनाए और प्रार्थना मसीह के लहू द्वारा उन्हें ढ़ाक दिया है। एक मसीहा, जो उसके लिए, आने वाला था? बाइबल में इस वचन के लिए दो अन्य उल्लेख हम पाते है। एक वचन यहोशू 2:18 में है, जिसमें राहाब के बारे में दिया गया है, एक स्त्री जिसका अतीत पापमय था, जिसने यरीहो के पतन से पहले खिड़की पर लाल रूमाल फहराया था। जब यहोशू के कुछ आदमियों को यरीहो कि जासूसी के लिए भेजा, तब राहब ने उन्हें सुरक्षित रखने में मदद की, और उसके प्रयास के रूप में उसने अपने परिवार की सुरक्षा माँगी। वह लाल रूमाल उस उद्धारकर्ता को दर्शाता है जो आने वाला है, बिल्कुल उस वक्त की तरह जिसे मिश्र देश में रहते वक्त लांघनपर्व की रात इस्राएलियों ने अपने चौखट और उसके उपर लगाई थी। (निर्गमन 12:13)

दूसरा उल्लेख इब्रानियों 9:19–22 में है जिसमें मूसा द्वारा बछड़ों और बकरों की लहू व्यवस्था की पुस्तक पर और सब लोगों पर छिड़काने का वर्णन दिया गया है। तम्बू और सेवा के सारे सामान पर लहू छिड़का गया है। सच तो यह है कि पाप, अपराध और न्याय से मुक्त होने के लिए व्यवस्था के अनुसार प्रायः सब वस्तुएँ लहू के द्वारा शुध्द की जाती है। शुक्र है कि हमारे पास प्रभु यीशु के लहू के द्वारा बेहतर वाचा का समर्थन मिला है। लहू ही क्यों? लहू में जीवन होता है और जीवन ही मृत्यु को पराजित कर सकता है। हम सब पाप और गलतियाँ करते है पर प्रभु यीशु पर विश्वास करने से हम उसके लहू द्वारा लगातार शुध्द होते जाते है।

नीतिवचन की स्त्री जिसके बारे में हम पढ़ रहे है, संभवतः उसे लहू की ताकत की जानकारी थी। अतः उसने अपने परीवार को लाल कपड़ा पहनाया जो शायद उसके लिए आने वाले मसीहा के लहू को दर्शाता था।

एक काम जो आप आत्मविश्वास से भरी स्त्री के रूप में कर सकती है वह है प्रभु यीशु के लहू को विश्वास द्वारा अपने परिवार पर लगाना। मैं ऐसा रोज़ करती हूँ। मैं इसे अपने खुद के जीवन, मेरे तन, भावनाओं इच्छाओं, शरीर, विवेक, आत्मा, धन, संपत्ति, रिश्तेदारों, परमेश्वर के साथ मेरे चाल चलन, मेरे पति, बच्चों और उनके परिवारों सहकर्मियों और जॉयस मेयर सेवक मण्डली के

सभी सहभागियों पर लगती हूँ। मैं ऐसी प्रार्थना और अपने इस विश्वास के संचार द्वारा करती हूँ कि सचमुच प्रभु के लहू में शुध्द करने और रक्षा करने की ताकत है।

नियमित रूप से अपने पापों से मन फिराने और अपने विवेक को प्रभु के लहू द्वारा ढ़कने से, प्रार्थना और हमारे प्रतिदिन के जीवन में प्रभु के सम्मुख आत्मविश्वास से भरपूर रहने में मदद मिलती है। गुनेहगार सही रीति से काम नहीं कर पाते। वे डरपोक होते है और प्रायः कुछ हद तक मायूस रहते है। आपको गुनेहगार या दोषी होने कि ज़रूरत नहीं, आप अपनी गलतियों को प्रभु के सामने कबूल कर सकते है। परमेश्वर से क्षमा माँग सकते है और प्रभु यीशू के लहू से शुध्द करने की याचना कर सकते है। जैसे ही आप अपना आत्मविश्वास उनके वचन पर डालेंगे आपके अंदर आत्मविश्वास और बढ़ जाएगा।

वचन 22

मुझे यह वचन 22 विशेष रूप से पसंद है क्योंकि इस वचन से मुझे पता चलता है कि नीतिवचन की हमारी प्रसिद्ध स्त्री में काफ़ी अच्छे गुण है। वह एक संतुलित जीवन गुज़ारती है। उसने दूसरो के लिए बहुत कुछ किया, पर वह खुद की देखभाल के लिए भी समय निकालती है। बहुत से लोग बुझ जाते है क्योंकि वे खुद को ताज़ा करने का समय नहीं निकाल पाते है हम दूसरों को देने और उनके लिए कुछ करने की इतनी इच्छा रखते है कि हम अपनी ज़रूरतों को भूल जाते है या इससे भी बदत्तर करते है यहाँ तक कि खुद के बारे में सोचने से उन्हें अपराध बोध होता है। भावनात्मक और शारीरिक देखभाल की ज़रूरत है। इसमें से हर क्षेत्र प्रभु के लिए महत्वपूर्ण हैः उसने इन्हें बनाया और वह इन सभों के कल्याण में रूचि रखता है। हमारी आत्मविश्वास से भरी स्त्री ने अपने लिए तकिए, सूक्ष्म सन के कपड़े और बैजनी वस्त्र बनाए। उसके वस्त्र उसी कपडों से बने थे जिसे पुरोहित पहनते थे। दूसरे शब्दों में कहा जाए तो उसके पास सबसे अच्छी सामग्री थी। सबसे उत्तम!

बहुत से लोगों की यह गलत धारणा है कि मसीहियत का मतलब है सबके लिए करना पर अपने व्यक्तिगत जीवन की उन चीज़ों का बलिदान करना जिसका हम आनंद ले सकते है। मैं ऐसा नहीं सोचती ज़िन्दगी भर हमें ऐसे कई मौके आएँगे जब हमें अवश्य ही कुछ चीज़ों का बलिदान करना पड़ेगा और

परमेश्वर जिन चीज़ों को हमसे त्यागने को कहेगा, उसे खुशी खुशी देना चाहिए पर हमें इसे एक स्पर्धा के रूप में नहीं बदलना चाहिए। जिसके द्वारा हम यह जाँचे कि परमेश्वर को प्रभावित और संतुष्ट करने के लिए कमियों से भरे जीवन से हम क्या कुछ कर सकते है। यीशु ने कहा "मैं इसलिए आया कि वे जीवन पाएँ, और बहुतायत से पाएँ"। (युहन्ना 10:10)

इस स्त्री के पास काफी अच्छी चीज़े थी और बाइबल कहती है कि उसने उसका उपयोग अपने लिए किया। यदि आप अपने लिए कुछ नहीं कर रही है, तो आपको उन चीज़ों को खोजना होगा जिससे आप को खुशी मिलती है और दूसरो के साथ अपनी ज़रूरतों की देखभाल करने का मौका खुद को दे। यकीनन आपको खुद के उपर धन खर्च करने की ज़रूरत नहीं जो आपके पास नहीं है और ना ही ज़रूरत से ज़्यादा खुद पर खर्च करें। परन्तु अपनी ज़रूरतों पर, बहुत कम ध्यान देना, स्वास्थ्यवर्धक नहीं होता, और ना ही परमेश्वर इससे संतुष्ट होता है।

मुझे यकीन है कि जब हम सर्वोत्तम दिखते है और अपनी अच्छी देखभाल करते है तो हमें आत्मविश्वास का एहसास होता हैं आप खुद की देखभाल करने के काबिल है और इसे कभी भूलना नहीं। आप मूल्यवान है और आपको खुद का निवेश करना चाहिए।

वचन 23

हमारी इस स्त्री का एक प्रसिद्ध पति है पर ऐसा उसकी उत्तम पत्नी की वजह से है। उसके लिए वह कितना बड़ा अभिनंदन है। कल्पना कीजिए कि यदि आपके पति किसी पार्टी में गए और कई लोगों उन्हें घेर कर उनसे यह कहते है कि उनकी पत्नी कितनी महान है। या फिर, यदि वे वह गली में टहल रहे है और गली के उस पार दो आदमी मिलकर उस प्रकार का वर्तालाप कर रहे है; ''जा रहे श्रीमान नीतिवचन 31 और भाई कितना महान है उसकी पत्नी। आप उन बातों पर विश्वास नहीं कर पाएँगे जो इस स्त्री ने हासिल किया! वह सिर्फ़ दूसरों का ही नहीं खुद की भी अच्छी देखभाल करती है। हाँ दोस्त, श्रीमान नीतिवचन 31 एक धन्य आदमी है। परमेश्वर उसके साथ है तभी तो उसके पास इतनी उत्तम पत्नी है।"

ऐसा निर्णय ले कि आप इस प्रकार की पत्नी बनेगी जिसकी वजह से दूसरों को यह यकीन हो जाए कि आप का पति धन्य है क्योंकि उसके पास आप है।

वचन 24

अब हम एक बहु–गुणी स्त्री को पाते है जो बाज़ार में बेचने के लिए वस्त्रों को बना रही है। क्या स्त्री है–वह अपने उसी निपुणता का इस्तेमाल करती है जिसका उपयोग वह अपने घर में करती है, ताकि उसके परिवार की आय में थोड़ा कुछ जोड़ सके और दूसरों के लिए आशीष का कारण बन सके। मुझे उसका कमरबन्ध बनाने का कार्य पसंद आया जिसके द्वारा लोग दूसरों कि सेवा खुल के कर सकते है। वह जिस संस्कृति में रहती थी जहाँ के पहिनावे के तरीके में लोगों को अपने कमीज़ को एक साथ बाँधने की ज़रूरत पड़ती थी, ताकि वह बिना अड़चन के काम कर सके। वह कमरबंध बनाती थी जो इस कार्य के लिए मददगार था। यह ऐसी वस्तु थी जिसकी ज़रूरत हर किसी को पड़ती थी। यदि आप व्यापार करने की तैयारी में है, तो निश्चय ही आपको काफ़ी खोज करनी पड़ेगी ताकि आपको यह पता चल सके कि जिस वस्तु को आप लोगों के सामने पेश करने जा रहे है, लोगों को उसकी अत्याधिक ज़रूरत पड़ती हो।

वचन 25

नीतिवचन 31:25 हमें यह बताती है कि उसकी ताकत और प्रतिष्ठा उसका पहिनावा है, और उसका स्थान मज़बूत और सुरक्षित है। इन बातों के द्वारा निश्चय ही उसका आत्मविश्वास बढ़ गया होगा। उसे अपने स्थान को खोने की या कुछ बुरा होने का डर नहीं था।

इस बात की जानकारी होना कि आने वाली घटनाओं से निपटने के लिए तैयार है यह आपके आत्मविश्वास को अद्‌भुत रूप से बढ़ाएगा।

वह भविष्य का सामना साहस के साथ करती थी, क्योंकि वह जानती थी कि उसका परिवार पुरी तरह से तैयार है। आत्मविश्वास की कमी का एक मुख्य कारण है तैयार कि कमी। (इस पुस्तक के एक अध्याय में इस विषय के लिए समर्पित करूँगी) तैयार रहने के लिए किसी काम को आखरी समय तक डालने के बजाए समय से पहले उस काम को करने कि ज़रूरत है। मत्ती 25 में दस कुवारियों के बारे में बताया गया है। जिनमें पाँच बुद्धिमान और पाँच मूर्खों थी। बुद्धिमानों ने अपने साथ अतिरिक्त तेल रखा था क्योंकि उन्हें दुल्हे का इंतज़ार करना था परन्तु मूर्खों ने कोई तैयारी नहीं की थी। दुल्हा आने में विलम्ब कर

रहा था, और ऐसा अनुमान लगाया गया था, मूर्खों का तेल खत्म हो गया। जब दुल्हा आया तो वे थोड़ा तेल बुद्धिमानों से उधार लेना चाहते थे जिनके पास अतिरिक्त तेल था। उनके द्वारा यह कहा गया कि सबके लिए काफ़ी तेल नहीं होगा और उन्होंने दुल्हे से मिलने का मौका खो दिया।

बिलकुल यही घटना बहुत से लोगों के जीवन में होती है। वे तब तक बोलते रहते जब तक इस मौके का फ़ायदा उठाने में देर नहीं हो जाती जो उनके लिए बहुत ही अनुग्रह का कारण बनता है।

इस बात की जानकारी होना कि आने वाली घटनाओं से निपटने के लिए तैयार है यह आपके आत्मविश्वास को अद्‌भुत रूप से बढ़ाएगा। यदि आप उन लोगों में से है, जो काम को टालते रहते है, तो टालना बंद कर दीजिए और आज से तैयारी शुरू कर दीजिए!

वचन 26

नीतिवचन 31 की हमारी स्त्री शब्दों का महत्व जानती है। वह अपने मुँह को निपुणता और दैविक बुद्धि द्वारा खोलती है। दया का नियम उसके जीभ में है। दूसरों से दया की बातें करना एक महान योग्यता है और ऐसा जो निश्चय ही धर्मपरायण स्त्री को बढावा देता है। हम सब को दया कि ज़रूरत है और मैं विश्वास करती हूँ कि जो हम बोते है वह काटते है। यदि आप चाहते है कि दूसरे आप पर दया दिखाए तो दूसरों पर दया कीजिए। कुछ कहने से पहले अच्छी तरह सोच कर बोले। संभवतः अपने भावना कि अपेक्षा आप बुद्धि द्वारा बात करेंगे। नीतिवचन 18:20,21 यह कहता है कि एक मनुष्य के बोलने से जो कुछ प्राप्त होता है उससे वह तृप्त होता है और यह जीभ के मृत्यु और जीवन दोनों होते है। आगे यह भी लिखा है कि हम अपने मुँह कि बातों के फलों को खाएँगे चाहे वह मृत्यु हो या जीवन।

ना सिर्फ़ हम दूसरों से जीवन और मृत्यु कि बातें कहने की काबिलियत रखते है, पर हमारे खुद के जीवन के लिए भी यह क्षमता रखते है। हम ऐसे वचनों को बोल सकते है, जिसके द्वारा हमारे और दूसरों के आत्मविश्वास का निर्माण होता हो या ऐसे शब्द जो आत्मविश्वास को नष्ट कर दे। मैं प्रोत्साहित करना चाहूँगी कि आज से अपने द्वारा कहे गए वचनों द्वारा आपके आत्मविश्वास को

बढ़ाए। और विशेष कर खुद के बारे में कहे गए शब्दों पर ध्यान दें। यह ऐसी वार्तालाप है जो आपके अपने मन में खुद से करती है। आप दूसरों से बातें करने के बजाए खुद से ज़्यादा बातें करती है। निश्चय रहे कि आप जिन वचनो के साथ जिना चाहती है, वैसी बातें कहें।

वचन 27

हमारी नीतिवचन की दोस्त एक ज़िम्मेदार महिला है। वह इस बात से सतर्क है कि उसके परिवार के सदस्यों के साथ क्या चल रहा है, वह सुस्त रहना पसंद नहीं करती और वह गपशप करने या दुर्भागय के कीचड़ में लोटने के लिए समय बर्बाद नहीं करती। वह ज़िन्दगी की तारीफ़ करती है और मुझे विश्वास है कि वह प्रतिदिन पूरी तरह से ज़िन्दगी का जश्न मनाती है। सुस्ती, अकेलापन, खुद पर तरस खाना, गपशप करना और असंतुष्टता ऐसे चोर है जो प्रभु यीशु के मृत्यु द्वारा हमें दिए गए महान जीवन को चुरा लेते है। उन्हे आप पर राज करने का मौका ना दे। जब आप सकारात्मक व्यवहार को बनाए रखे तो आप आधिक आत्मविश्वास का मज़ा ले सकेंगे।

वचन 28, 29

वह अपने पति और बच्चों द्वारा की गई प्रशंसा का आनंद उठाती है। वे उठ कर उसे धन्य कहते है। उसका पति कहता है कि वह उन सभी में श्रेष्ठ है। वह उसके चरित्र और अच्छाई के ताकत की प्रशंसा करता और जश्न मनाता है।

एक बार मेरे जन्मदिन सम्मेलन के दौरान मेरे पति डेव ने खड़े होकर बहुत सारे लोगों से भरे कमरे में नीतिवचन 31 को पढ़ा। इसके बाद मेरे बच्चों ने एक एक कर के मेरे लिए उदार और नैतिक विकास की बातें की। कई वर्षों तक अपने बच्चों का पालन पोषण करना और फिर उनके मुँह से यह सुनना कि वह हमारा सम्मान करते है और प्यार करते और यह कि उनसे अच्छी माँ कोई हो ही नहीं सकती, इससे बेहतर एहसास और क्या हो सकता है। आपके पति द्वारा यह कहा जाना कि आप इस दुनिया की सबसे अच्छी पत्नी है। यह टिप्पणियाँ निश्चय ही मेरे आत्मविश्वास को बढ़ावा दे रही थी।

वचन 30, 31

आकर्षण, सद्भावना और सुन्दरता छली हो सकती है, क्योंकि वे हमेशा के लिए बनी नहीं रहती पर वह स्त्री जो यहोवा का भय, आदर और आराधना से करती है उसकी तारीफ़ होगी। वह अपने मेहनत के फल का मज़ा ले सकती है और उसके कामों की तारीफ़ भी होगी।

ऐसे कामों को करना जिसे वह सही मानती है, वह उसके आत्मविश्वास को बढ़ावा देगा। जब आप परमेश्वर को अपना लक्ष्य मानेंगे तो आप कभी भी गलत नहीं हो सकते। नीतिवचन 31 की स्त्री के उदाहरण का अनुसरण कीजिए। वह हमें गहरी समझ देती है कि कैसे हम सर्वोत्तम बन सकते है और आत्मविश्वास से भरी गृहणी, पत्नी और माँ बन सकते है।

■ *अध्याय – 6* ■

आत्म - संदेह पर जीत हासिल करना

एक कोट या जैकेट पहनिए और किसी से अपनी कलाइयों को एक साथ बाँधने को कहिए। फिर कोशिश करके उस कोट को उतार दीजिए। ऐसा नहीं किया जा सकता, क्या हो सकता है? बिल्कुल ऐसा ही होता है जब आप खुद पर भरोसा करने के संघर्ष में रहते है जब आप भय और आत्म–संदेह को खुद को बाँधने का अवसर देते है। और प्रायः सफल होना असंभव होता है। आत्म–संदेह और आत्मविश्वास एक साथ काम नहीं करते, वे एक दूसरे के विरोधी होते है। आत्मविश्वास आत्मा–संदेह को नाश करता है, पर आत्म–संदेह आत्मविश्वास को नाश करता है।

आत्म–संदेह पीड़ादायक होता है। वह स्त्री जो खुद पर संदेह करती है, वह जो कुछ करती है, जो महसूस करती है, और फैसला लेती है उन सब में अस्थिर होती है। वह अधिकांश समय उलझन में रहती है। और फैसले लेने और उसी में बने रहने से जूझती रहती है क्योंकि वह अपना मन सदैव बदलती रहती है सिर्फ़ इसलिए की कहीं वह गलत ना हो जाए। आत्मविश्वास से भरी स्त्री गलती करने से नहीं डरती। वह समझ गई है कि वह गलतियों से उभर सकती है और गलती करने के भय से खुद को कैद करने का मौका नहीं देती, या खुद को आत्म – संदेह द्वारा बाँधने नहीं देती है।

बाइबल में, याकूब 1:5–8 हमें यह सिखाता है कि परमेश्वर कभी भी दो–मन वाले व्यक्ति की प्रार्थनाओं का जवाब नहीं दे सकता है। परमेश्वर हमारे विश्वास का जवाब देता है, डर का नहीं। आत्म–संदेह तो भय होता है। इस बात का भय की हम गलती कर सकते है या गलत काम करेंगे। अनेक बार यह गलत काम करने के भय से बढ़कर होता है, प्रायः इसमें खुद को पूरी तरह से गलत समझने कि भावना शामिल होती है। वे शर्म की गहरी–जड़ बोते है और किसी भी हाल में खुद को स्वीकार नहीं कर सकते और ना ही निणर्य लेने की अपनी काबिलियत पर भरोसा रखते है।

हमें अपनी भावनाओं पर भरोसा रखने से ज़्यादा परमेश्वर के वचन पर भरोसा रखना चाहिए।

संभवतः आप इस वक्त शायद यह सोच रहे होंगे, ''देखो, जॉयस, में अपनी भावनाओं को काबू में नहीं कर सकती। काश! मुझे आत्मविश्वास का अनुभव होता, पर मुझे ऐसा नहीं होता है।" मैं आप से जिस बात को कहने की तैयारी में हूँ वह आपके जीवन में आज तक सुनी हुई बातों में से सबसे महत्वपूर्ण होगी। **आत्मविश्वासी होने के लिए आत्मविश्वास को महसूस करने की ज़रूरत नहीं।** जयवन्त जीवन जीने के लिए, हममें से हर किसी को अपनी भावनाओं से आगे बढ़ना होगा। मैंने यह सीखा की मैं गलत महसूस कर सकती हूँ और फिर भी सही काम को करने का चुनाव कर सकती हूँ। मैंने यह भी सीखा है कि खुद को आत्मविश्वासी के रूप में प्रस्तुत करने के लिए मुझे आत्मविश्वास को अनुभव करने की ज़रूरत नहीं।

यदि मैंने एक निणर्य लिया और उस वक्त यह विश्वास किया कि मेरा निणर्य सही है बाद में मुझे इस निणर्य को सिर्फ़ इस वजह से बदलने की ज़रूरत नहीं कि मुझे ऐसा महसूस होता है या विचार आता है कि शायद मैंने कोई गलती कर दी है। यदि परमेश्वर मुझे यह दिखाता है कि मैंने कोई गलती की है तब मुझे अपना निणर्य बदलने की ज़रूरत है, पर हर उस अव्यवस्थित विचारों और भावनाओं के सामने घुटने टेकने की ज़रूरत नहीं जिसका मैं सामना करती हूँ। जब शैतान मेरी बुद्धि के विरूद्ध युद्ध छेड़ता है, तो मैं अपना मुँह खोलकर ज़ोर से परमेश्वर के उन वचनों को बोल सकती हूँ, जो उसने मेरे बारे में कहा और जो आप भी कह सकते है, क्योंकि "{मैं} उसी में जीवित रहती, और चलती फिरती, और स्थिर रहती हूँ" (प्रेरित के काम 17:28, सर्वनाओं में बदलाव मेरे द्वारा किया गया)

खुद के बारे में अच्छी बातें करने में कोई बुराई नहीं। हमें कहना चाहिए कि ''परमेश्वर का ज्ञान मुझ में है और मैं सही निर्णय लेती हूँ''। हमें अपनी भावनाओं पर भरोसा रखने से ज़्यादा परमेश्वर के वचन पर भरोसा रखना चाहिए। हमनें इस पुस्तक में पहले से ही यह स्थापित कर दिया है कि भावनाएँ चंचल होती है। और वे हमेशा बदलती रहती है और निर्णय लेने की क्रिया में उनकी मद्द पर भरोसा नहीं किया जा सकता है। भावनाओं में रहना या उसका होना खुद में बुरा नहीं होता पर वे निश्चय ही लोगों को भटका देती है। भावनाएँ हमें सही सूचना देने के योग्य होती है, परन्तु परमेश्वर रहित वह सही सूचना देने के योग्य भी नहीं होती है! अतः हमें भावनाओं से भी गहरा जीवन जीना होगा। परमेश्वर का वचन सिखाता है कि हम शांति का पीछा करें (भजन संहिता 34:14, 2 तिमुथियुस 2:22, ईब्रानियों 12:14, 1 पतरस 3:11)

मेरे जीवन की दिशा में ऐसे कई समय आए जब मुझे शांति का अनुभव हुआ और फिर भी मेरा दिमाग़ मुझसे विवाद करता है। याकूब 1:22 साफ़ साफ़ हमें यह सिखाता है कि तर्क हमें धोखा और विश्वासघात की ओर ले जाता है। जब हम अपना मन किसी निर्णय से बदल देते है, यह इसलिए होता है हमें अपनी भावनाओं पर भरोसा रखने से ज़्यादा परमेश्वर के वचन पर भरोसा रखना चाहिए। क्योंकि उस दिशा पर बड़ने से मिलने वाली शांति को हमने खो दिया होगा, या हमने कुछ ज्ञान या दृष्टी को पा लिया होगा, जो हमें पहले न मिली थी।

कभी पीछे ना हटना

आत्म–संदेह की वजह से एक व्यक्ति डर द्वारा पीछे हट जाता है। परमेश्वर का वचन इब्रानियों में यह स्थापित करता है कि धर्मीजन विश्वास के द्वारा जीवित रहेगा और यदि वह पीछे हट जाए तो परमेश्वर की आत्मा कभी उससे प्रसन्न ना होगी (इब्रानियों 10:38) इसका मतलब यह नहीं कि वह हमसे नाराज़ होगा, पर इससे उन्हें बहुत दुख पहुँचेगा कि प्रभु यीशु के द्वारा दिए गए आत्म–विश्वास के स्तर से हम कितने नीचे जी रहे है।

विश्वास का अर्थ है परमेश्वर पर भरोसा रखना और उसके वचन पर भरोसा रखना। शायद परमेश्वर के साथ आपका रिश्ता अच्छा है और उस पर भरोसा रखने में आपको कोई दिक्कत नहीं होती होगी, पर जब खुद पर भरोसा करने का मौका आता है, तो आप पीछे हट जाते है–आप भय को, आप पर नियंत्रण करने का और आपको पीछे धकेलने का मौका दे देते है।

एक बार परमेश्वर ने मुझसे यह कहा कि यदि मैं खुद पर भरोसा नहीं करती, तो मैं उस पर भरोसा नहीं करती। उन्होंने कहा कि वे मुझमें वास करते है, और मेरा मार्ग–दर्शन, अगुवाई और नियंत्रण करते है क्योंकि मैंने उनसे ऐसा करने को कहा था। मुझे अपनी भावनाओं और सोच विचारों पर भरोसा रखने के बजाए, परमेश्वर के वायदों पर विश्वास करने की ज़रूरत थी। यकीनन हममें से बहुत से लोग परमेश्वर की आज्ञाओं से भटक जाते है, और गलतियाँ कर बैठते है। हम सोच सकते है कि हम सही दिशा में जा रहे है और फिर हमें यह पता चलता है कि हम गलत है पर यह दुनिया का अंत नहीं और ना ही यह ऐसा कुछ है जिसकी बहुत चिन्ता की जाए। यदि हमारा मन सच्चा है और हम परमेश्वर की इच्छा की खोज ईमानदारी से कर रहे है, तो गलतियाँ करने पर भी वह हमारे जीवन में हस्तक्षेप करेगा और हमारी जानकारी के बगैर वह हमें सही लीक पर ले जाएगा।

मैं प्रोत्साहित करना चाहती हूँ कि जब तक परमेश्वर आपको कुछ अलग का रास्ता ना दिखाए, तब तक आप यह विश्वास करें कि परमेश्वर द्वारा आप चलाए चल रहे है, न कि हमेशा यह सोचते रहे कि आप गलत है और आत्म संदेह के दुख में जिए। जिस तरह परमेश्वर ने अपने वचन द्वारा हमसे यह वायदा किया (युहन्ना 16:13) उस पर भरोसा रखों ताकि वह पवित्र आत्मा द्वारा सभी सत्य के मार्ग पर हमें चलाए। यदि हम गलत रास्ते पर है, तो वह हमें सही रास्ते पर लाने में हमारी मद्द करेगा।

जब जिम बर्क को जॉनसन एण्ड जॉनसन के नए उत्पादक विभाव का प्रमुख नियुक्त किया था, उनकी सबसे पहली योजना थी बच्चों की छाती पर मालिश के लिए उपयोग किए जाने वाली वस्तु को विकसित करना। वह उत्पादन बुरी तरह असफल हो गया, और बर्क ने यह सोचा कि उन्हें निलंबित कर दिया जाएगा। तब उन्हें उस संस्था के चेयरमेन से मिलने को कहा गया, बहरहाल, आश्चर्यजनक रूप से उनका स्वागत सत्कार किया गया।

''क्या तुम वही हो, जो हमारे लिए इतने महंगे पड़ गए'' रॉबर्ट वुड जॉनसन ने पूछा। ''मैं तुमको बधाई देना चाहता हूँ। यदि तुम गलतियाँ कर रहे हो तो, इसका मतलब यह है, कि तुम खतरा मोल ले रहे हो, और जब तक हम खतरा मोल ना लेंगे तब तक हम बढ़ेंगे नहीं।''

कुछ वर्ष पश्चात, जब खुद बर्क जॉनसन एण्ड जॉनसन के चेयरमेन बने, उन्होंने भी इन वचनों को फैलाया।

गलतियाँ करने से मत डरिए। आप गलतियाँ किए बिना कभी सफल नहीं हो सकते और सभवतः बहुत सी गलतियाँ मुझे लगता है कि लोग ज़रूरत से ज़्यादा गलतियों को महत्व देते है। हमें कबूल करना चाहिए, मन फिराना और परमेश्वर से माफ़ी माँगनी चाहिए। हमें गलतियों से सीखना चाहिए क्योंकि ऐसा करने से हमारे जीवन का मूल्य बढ़ जाता है। गलतियों को आप में अपराध और बुरा एहसास को लाने का मौका देने के बजाए, उसे अपना गुरू बनाइए। और हमेशा याद रखे कि सिर्फ़ इसलिए क्योंकि आपने एक गलती की इसका मतलब यह नहीं है कि आप एक गलती है।

अपने ''कौन'' को अपने "काम" से अलग करना सीखे। इंसान के रूप में जो कुछ गलतियाँ हम करते है वह हमारा ''काम'' है, पर फिर भी हम परमेश्वर के बच्चे है। और उसके पास हमारे जीवन की एक अच्छी योजना है।

डेव और मेरे चार व्यस्क बच्चे है और मैं पूरे भरोसे के साथ यह कह सकती हूँ कि उन्होंने बहुत सी गलतीयाँ की है, पर फिर भी वे मेरे बच्चे है और मैं

उनसे उतना ही प्यार करती हूँ जैसे उन्होंने कभी कोई गलती ही ना की हो। कुछ माता–पिता अपने बच्चों की रक्षा के प्रति इतने भावुक होते है कि वे कभी उन्हें खुद निणर्य लेने या गलतीयाँ करने का मौका ही नहीं देते। यह सबसे बड़ी गलती है। बढ़ने के लिए आगे कदम बढ़ाना और नई चीज़ों को आज़माना होगा। तब हमें पता चलेगा की क्या काम करना और क्या नहीं। किताबों से सीखने से अच्छा होता अनुभव द्वारा सीखना।

संदेह के पाप को बाहर निकालना।

सरल ढंग से कहा जाए तो आत्म–संदेह गलत होने का डर होता है। जो आत्मा तुमको मिली है वह गुलामी की आत्मा नहीं ताकि फिर से एक बार डर के गुलाम बन जाओं (रोमियों 8:15) परमेश्वर नहीं चाहता कि आप डर के द्वारा जीवन गुज़ारे, खुद पर या परमेश्वर पर संदेह करें।

यदि आप इसके बारे में सोचेंगे, तो आपको यह स्पष्ट होगा कि वास्तव में संदेह करना पाप होता है क्योंकि रोमियों 14:23 में बाइबल कहती है कि ”जो कुछ विश्वास में नहीं वह पाप है” जब हम संदेह निराशा और भय को खुद पर हावी होने का मौका देते है, उसी वक्त परमेश्वर के आशीष और हमारे बीच की दीवार बढ़ने लगती है। उस दीवार को आपके जीवन में बनने का मौका तक मत दीजिए।

संदेह नकारात्मक बातों के होने का डर है, पर विश्वास अच्छी बातों के होने की कामना करता है। वास्तव में संदेह और भय की तुलना में विश्वास में चलने में कम सकारात्मक उर्जा की ज़रूरत पड़ती है।

लोग जो विश्वास करते है और जो सकारात्मक होते है, वे भय, संदेह और नकारात्मकता से डरे हुए लोगों की तुलना में अधिक स्वस्थ होते है। सकारात्मक लोगो की उम्र नकारात्मक लोगों की तुलना में धीरे बढ़ती है और वे लम्बा जीवन गुज़ारते है।

आपके जीवन में घटित बहुत सी दुखदाई घटनाओं की वजह से आप में नकारात्मकता उत्पन्न हुई होगी, पर परमेश्वर ने कभी भी आपकी सृष्टी नकारात्मक, भयभीत और संदेहपूर्ण होने के लिए नहीं की है।

जैसे मैंने पहले बताया, मेरा पालन पोषण एक अव्यवस्थित घर में हुआ था। मेरे पिता एक शराबी थे जिनका गुस्सा बहुत विस्फोटी था। उन्हें संतुष्ट करना असंभव था। उन्होंने शारीरिक रुप से मेरी माँ का दुरुपयोग किया और लैगिंक,

मानसिक, भावनात्मक और शारीरिक रुप से मेरा दुरुपयोग किया। अठारह वर्ष की उम्र तक मैंने कई निराशओं और बर्बादियों को अनुभव किया है। मैं बुरी बातों के होने की प्रतिक्षा मे रहती थी, इस विचार के साथ यह निराशाओं से मेरी रक्षा करेगा। मैं बड़ी ईमानदारी से यह बता सकती हूँ कि उस वक्त जैसे मैं चाहती थी, वैसा मेरे जीवन में बिलकुल भी नहीं हुआ।

अठारह वर्ष की आयु में मैंने अपना घर छोड़ दिया, एक नौकरी की और खुद की देखभाल करने की कोशिश की मुझे लगा की मैं परेशानियों से दूर हो गई हूँ क्योंकि शारिरिक तौर से मैं उससे दूर जा चुकी थी, पर मैंने यह महसूस नहीं किया कि मैंने तो उसे अपनी आत्मा में बसाया हुआ है। मेरा मन और भावनाएँ घायल थी और मुझे चंगाई की ज़रूरत थी। मेरी इच्छाएँ विद्रोही और ज़िद्दी थी क्योंकि मैंने स्वंय से वादा किया था कि कोई भी मुझे फिर से दुखी नहीं कर सकता है। मेरी आत्मा ज़ख्मी थी। मैं बहुत टूटी हुई व्यक्ति थी जिसमें नकारात्मकता भरी हुई थी। मुझे परमेश्वर पर विश्वास था और मैंने उनसे प्रार्थना भी की पर मुझे विश्वास के नियमों की जानकारी नहीं थी। प्रार्थना करने और नकारात्मक होने से उत्तर नहीं मिलता और ना ही प्रार्थना करने और भयभीत जीवन जीने से मिलता है। मुझे बहुत कुछ सीखना था, पर परमेश्वर हमेशा ईमानदार, संयम और प्रेमी था। उसने मेरे मन को बदल दिया, मुझे चंगा किया और अन्य घायलो की मद्द करने का मौका दिया। उसने मुझे राख की ढ़ेर से उठाया और जीने लायक जीवन दिया।

मैं डर, नकारात्मकता और आत्मा–संदेह से आज़ाद हूँ। इसका मतलब यह नहीं है कि ये सब मुझसे मिलने की कोशिश ही नहीं करते, पर मैंने यह सीखा की जिस सरलता से मैं उनसे ''हाँ'' बोल सकती हूँ उसी सरलता से मैं उनसे ''नहीं'' भी बोल सकती हूँ। जब भय दरवाज़े पर दस्तक दें, तो विश्वास द्वारा जवाब दें। जब आत्म–संदेह दस्तक दे, तो आत्म–विश्वास द्वारा जवाब दें! जब नकारात्मक विचार और बातें मेरे मन में उभरती है, तो पवित्र आत्मा मुझे याद दिलाती है या (कभी–कभी मेरे पति) मुझे याद दिलाते है कि, नकारात्मक होने से किसी बात में या किसी की कोई मद्द नहीं मिलती और मैं बदलने का निर्णय ले लेती हूँ।

निर्णय लेने की क्षमता

परमेश्वर ने हममें से हर एक की सृष्टि आज़ाद इच्छा सहित की है। इसकी वजह से बाहरी प्रभाव से परे हम खुद के निर्णय लेने की क्षमता रखते है।

एक बार जब किसी व्यक्ति की इच्छा शक्ति परमेश्वर के वचन के द्वारा नवीन हो जाती है और उसे बुराई में से अच्छाई को चुनने का काफ़ी ज्ञान हो जाता है, तो वह शैतान और उसके अधंकार के राज्य के लिए बहुत बड़ा खतरा बन जाता है।

शैतान हम पर बाहरी दबाव डालकर हमसे जबर्दस्ती काम कराने की कोशिश करता है परन्तु परमेश्वर हमारी अगुवाई अपनी पवित्र आत्मा से करता है जो हमारे दिल के अंदर में है जहाँ वह रहता है। यीशु मसीह सख्त, कठोर, तेज़, दबाव डालने वाला या माँग करने वाला नहीं है। वह तो नम्र, विनीत, और दीन है (मत्ती 11:29,30)। दरअसल हम एक पेंचीदा प्राणी है। हमारा मन कुछ अलग बात सोच सकता है जबकि हमारी भावनाएँ कुछ और चाहती है और निश्चय ही हमारी इच्छा का तो अपना अलग ही विचार होता है। एक बार जब किसी व्यक्ति की इच्छा शक्ति परमेश्वर के वचन के द्वारा नवीन हो जाती है और उसे बुराई में से अच्छाई को चुनने का काफ़ी ज्ञान हो जाता है, तो वह शैतान और उसके अधंकार के राज्य के लिए बहुत बड़ा खतरा बन जाता है। अपनी इच्छा शक्ति का मेल परमेश्वर और उसके वचन के साथ करने से एक नवीनिकरण प्राप्त व्यक्ति शैतान की नकारात्मक योजनाओं को दबा सकता है।

मैंने शैतान के उस संदेह को जिसे उसने मेरे मस्तिष्क में रखा था उसे खोज लिया है। वह इसका उपयोग मुझे अपने जीवन की खुशियों का मज़ा लेने से दूर रखने और परमेश्वर की योजना जो मेरे लिए है उसमें बढ़ने से रोकने के लिए करता है। मैंने यह भी खोजा है कि चाहे मैं कितनी भी संदेहपूर्ण क्यों न रहूँ मैं विश्वास द्वारा आगे बढ़ने का निर्णय ले सकती हूँ मेरी भावनाओं में नहीं। मैं अपनी भावनाओं से बढ़कर हूँ और आप भी है। अपनी भावनाओं को महत्व दिए बिना हम सही काम करने का चुनाव कर सकते है। अपनी भावनाओं के विरूद्ध काम करना हमेशा आसान नहीं होता, क्योंकि अक्सर भावनाएँ मज़बूत होती है। पर जब तक आप आज़ादी का मज़ा न ले तब तक उसके खिलाफ़ रहना, उसके द्वारा आपके जीवन को चलाने और बंधन में रखने से बेहतर होगा।

यहोशू 24:15 में हम यहोशू को एक निर्णय लेता देखते है। उन्होंने कहा ''अब चुन लो कि तुम किस की सेवा करोगे, परन्तु मैं तो अपने घराने समेत यहोवा ही की सेवा करूँगा।'' यहोशू ने अपने मन को तैयार कर लिया था और कोई भी उसे बदल नहीं सकता था। उन्होंने अपना निर्णय दूसरों के कामों के आधार पर नहीं लिया। उन्होंने मनुष्यों के भय में जीने से मना किया। यदि आप

कोई निर्णय लेते है तो खुद पर सिर्फ़ इसलिए संदेह ना करें क्योंकि कोई भी वह नहीं कर रहा जो आप कर रहे है। यह ना माने कि आप गलत है और आपको बदलना होगा। शायद आप दोनों ही सही होंगे। परमेश्वर विभिन्न लोगों की अगुवाई विभिन्न कामों के लिए करता है जिसका कारण सिर्फ़ वही जानता है।

अभ्यास द्वारा पूर्णता प्राप्त होती है।

मैं आपकों प्रोत्साहित करना चाहती हूँ कि आप सकारात्मक व्यक्ति बनने का अभ्यास करें। इसमें सिर्फ़ एक बुरी आदत को तोड़ने और एक नई आदत को बनाने की ज़रूरत है। मेरे जीवन में एक ऐसा वक्त था जब मैं इतनी नकारात्मक थी कि यदि मैं लगातार दो सकारात्मक बातों को सोचने की कोशिश करती तो मेरे दिमाग़ में ऐठन आ जाती। पर, अब मैं बहुत ही सकारात्मक हो गई हूँ, और वास्तव में मुझे उन लोगों का साथ पसंद नहीं जो नकारात्मक है।

किसी भी वक्त जब आप एक नए स्वभाव का निर्माण करते है तो अनुशासन की ज़रूरत पड़ती है। आप अपने घर के चारों ओर या अपनी गाड़ी में स्मरण रखने हेतु कुछ पत्र रखने की सोच सकते है। छोटे चिन्ह जिसमें लिखा हो "सकारात्मक बने रहे"। अपने अच्छे दोस्त या पति से यह याद दिलाने को कहे कि कहीं वे नकारात्मक बातें तो नहीं कह रहे हैं।

खुद पर संदेह करने के बजाए खुद पर विश्वास करने का अभ्यास करें। याद रखें, आप गलत हो सकते है, पर आप सही भी हो सकते है इसलिए क्यों ना सकारात्मक बातों पर पहला कदम बढ़ाए? यदि आप नौकरी में पदोन्नती हेतु आवेदन जमा कर रहे है, तो ऐसा सोचने या बोलने की ज़रूरत नहीं "शायद मुझे यह नहीं मिलेगा" प्रार्थना करें और परमेश्वर से कहे कि आपका मालिक समर्थन करे और फिर कहें "मैं विश्वास करती हूँ कि मुझे यह नौकरी मिल जाएगी!" आप शायद पूछ सकते है "क्या होगा यदि वह मुझे ना मिले तो?" पर क्या होता यदि आपने कोशिश न की हों तो? बिलकुल सही, कुछ भी नहीं होता। और यदि आपने कोशिश की और उसका परिणाम आपकी आशा के विपरीत था, तो फिर खुद से कहे "यदि वह नौकरी मेरे लिए सही होती, तो परमेश्वर मुझे वह ज़रूर देता, और इसलिए कि उसने मुझे वह नहीं दिया, तो उसके मन में मेरे प्रति इससे बेहतर योजना होगी।" आप नकारात्मक परिस्थिती में भी खुद को सकारात्मक बनाने का प्रतिक्षण दे सकते हैं शैतान को जीतने ना दे! उसने शुरू से ही संदेह, भय और नकारात्मक को फैलाया है और अब वक्त आ गया है कि हम खुद को उसका पात्र बनाने से रोके।

पक्ष की आशा करें

परमेश्वर आप का पक्षपात करना चाहता है–दया आप जिसके योग्य नहीं। बाइबल में ऐसे कई लोगों का जिक्र किया गया है जो परमेश्वर के पक्ष का पात्र थे, और ऐसा कोई कारण नहीं जिसकी वजह से हम ऐसा सोचे की वह हमें यह प्रदान नहीं करेगा। परमेश्वर की दया के लिए उस पर विश्वास करना सीखे। एक दिन में कई बार इस बात को कबूल करें कि परमेश्वर और मनुष्य दोनों का पक्ष आपके साथ है। जब आप अपनी भावनाओं के बजाए परमेश्वर के वचनों को बोलेंगे आपके जीवन में होने वाली उन जोशीली बातों पर आपको आश्चर्य होगा।

अलौकिक पक्ष को कई तरीको से प्रकट किया जा सकता है। आपको शायद वह काम मिल जाए जिसके लिए स्वाभिक रूप से आप योग्य नहीं है। लोग बिना किसी वजह के आपको पसंद करते होगे। आपको होटल की सबसे अच्छी सीट सबसे अच्छे वेटर के साथ मिलती होगी। लोग बे वजह आपको तोहफ़े देते होंगे। पक्ष का मतलब है कि कोई रूक जाए और आपको यातायात की कतार में लगा दे जब कि दूसरे ऐसे बढ़ रहे है जैसे आप है ही नहीं।

परमेश्वर के पक्ष में जीना बहुत ही खुशी की बात है। जब यूसुफ के भाईयों ने उसके साथ कठोर व्यवहार किया और उसे गुलामी के लिए बेच दिया, परमेश्वर ने अपना पक्ष दिखाया जहाँ कही भी वह गया। पोतीफर की कृपा उस पर थी। और उसे उसके गृह का मुखिया नियुक्त किया था। जिस गलती को उसने नहीं किया उसकी सज़ा भुगतने के वक्त बंदीगृह में जेलर की कृपा उस पर थी। फिरौन की कृपा उस पर इतनी थी कि ताकत के विषय में यूसुफ फिरौन से दूसरे स्थान पर था। हाँ, परमेश्वर की कृपा में जीना बहुत ही मज़ेदार होता है हम ऐसी बहुत सी स्त्री और पुरूषों को बाइबल में पाते है जिन्हें परमेश्वर की कृपा प्रदान हुई। जिनमें से कुछ थे रूत, ऐस्तेर, दानियल, और अब्राहम। संदेह को रोके और मना करे जो आपको यह विश्वास दिलाना चाहता है कि आपके और आपके परिवार में भली बातें नहीं हो सकतीः जोश से भर कर अच्छी बातों की आशा करें! परमेश्वर से आलौकिक कृपा की माँग करे और फिर इन बातों का आपके जीवन में होने की आशा करे, प्रतिदिन।

यदि मुझे विश्वास न होता कि जीवितों की पृथ्वी पर यहोवा की भलाई को देखूँगा, तो मैं मुर्च्छित हो जाता!

यहोवा की बाट जोहता रहस्य हियाव बाँध और तेरा हृदय दृढ़ रहे! हाँ, यहोवा ही की बाट जोहता रह। (भजन संहिता 27:13,14)

परमेश्वर के वचनों पर आत्मविश्वास के साथ अधिकार जताए

- ''इसलिए हियाव बाँध दृढ़ हो जा'' – यहोशू 1:6
- ''वह मेरे पैरों को हरिणियों के से (दृढ़ और लायक) बना देता हैः और वह मुझे ऊँचे स्थानों पर खड़ा करता है'' – 2 शमूएल 22:34
- ''तुझे आशा होगी, इस कारण तू निर्भय रहेगाः और अपने चारों ओर देख देखकर तू निर्भय होकर विश्राम कर सकेगा''। – अय्यूब 11:18
- ''मैं शांति से लेट जाऊँगाः क्योंकि, हे यहोवा, केवल तू ही मुझ को एकान्त में निश्चिन्त रहने देता है''। – भजन संहिता 4:8
- ''परमेश्वर की सहायता से मैं उसके वचन की प्रशंसा करूँगा परमेश्वर पर मैंने भरोसा रखा है मैं नहीं डरूँगा। कोई प्राणी मेरा क्या कर सकता है?'' – भजन संहिता 56:4

इसकी शुरूआत आप से होती है।

यदि आप ने खुद को इस बात के लिए तैयार कर लिया है कि आपका इरादा परमेश्वर द्वारा दिए गए सर्वोत्तम जीवन का मज़ा लेना है तो आपको इस बात का एहसास होना ज़रूरी है कि इसकी शुरूआत आप से होती है। दूसरों द्वारा आपके बारे में कही गई बातों पर या अपनी भावनाओं और मन की बातों पर विश्वास करने से ज़्यादा परमेश्वर द्वारा आप के बारे में कही गई बातों पर विश्वास करना होगा।

शायद बहुत ही छोटी उम्र से ही आपके अंदर नकारात्मक विचार भर गए होंगे। शायद आपके माता–पिता जो खुद की कई परेशानियों से जूझते रहे होंगे और जिन्होंने अपना गुस्सा आप पर निकाला होगा। इनमें आप की कोई शिक्षिका रही होगी जिन्हें लोगों के सामने आपको प्रभावहीन करने में मज़ा आता होगा। शायद आपके माता–पिता ने दूसरे बच्चों से आपकी अत्याधिक तुलना की जिससे आप में यह छाप पड़े कि आप में कुछ कमी है। शायद आपने एक या अधिक रिश्तों को टूटने का अनुभव किया होगा और यह माना होगा कि इसमें आपकी गलती है। परन्तु चाहे जो कोई भी कारण हो आपका स्वंय के साथ आत्म–संदेह और नकारात्मक बर्ताव करने का और परमेश्वर द्वारा दिए गए सर्वोत्तम जीवन का सच्चे मन से मज़ा लेना चाहते हो तो आपको बदलना होगा।

खुद को परमेश्वर की नज़रों से देखों, ना कि दुनिया की नज़रों से या फिर अपनी नज़रों से। परमेश्वर के वचनों को पढ़ने पर आप पाएँगे कि आप बहुमूल्य है, जिसे माँ के गर्भ से ही परमेश्वर ने अपने हाथों से बनाया। आप एक दुर्घटना नहीं है। यदि आप के माता–पिता ने आप से कहा हो कि उन्हें आपकी ज़रूरत नहीं थी, मैं यह दावा करना चाहती हूँ कि परमेश्वर को आपकी ज़रूरत थी, वरना आप इस धरती पर नहीं होते। आप मूल्यवान है, आपमें महत्व है, आप प्रतिभाशाली है, आप गुणी है और इस धरती पर आपका एक उद्देश्य है। परमेश्वर ने कहा कि उसने आपको आपका नाम लेकर बुलाया और कहा कि आप उसके है।

> *''मत डर, क्योंकि मैंने तुझे छुड़ा लिया है! मैंने तुझे नाम लेकर बुलाया है, तू मेरा है।''* (यशायाह 43:1)
>
> *मेरी दृष्टि में तू अनमोल और प्रतिष्ठित ठहरा है और मैं तुझ से प्रेम रखता हूँ, इस कारण मैं तेरे बदले मनुष्यों को और तेरे प्राण के बदले में राज्य राज्य के लोगों को दे दूँगा। मत डर क्योंकि मैं तेरे साथ हूँ* (यशायाह 43:4,5)

एक पल का समय लीजिए और अपने दिल पर नज़र डाले। आप वहाँ क्या पाते है? आपको खुद के बारे में कैसा महसूस होता है? यदि आपका उत्तर परमेश्वर के वचनों से मेल नहीं खाता है, तो मैं आपको प्रोत्साहित करना चाहती हूँ आज ही से खुद के बारे में अपने मन में नवीनिकरण लाना शुरू करे। मैंने इस विषय में बहुत सी पुस्तके लिखी है जिससे आपको मद्द मिल सकती है और यकीनन परमेश्वर का वचन तो सर्वश्रेष्ठ निर्देश पुस्तिका है।

न सिर्फ़ हम परमेश्वर से उन चीज़ों को माँगेंगे जिसको देने का वायदा उसने हम से किया पर हमें उसे स्वीकार भी करना चाहिए। युहन्ना 16:24 में कहा गया है कि माँगो, तो पाओगे ताकि तुम्हारा आनंद पूरा हो जाए। जब तक आप खुद को अयोग्य नहीं समझोगे तब तक आप माँगेंगे नहीं और यदि आप माँगते भी है तो विश्वास बिना नहीं पा सकेंगे। आत्म–संदेह जो आप में है वह सदैव आपके और परमेश्वर द्वारा निर्धारित सर्वोत्तम चीज़ों के बीच खड़ा रहेगा। निर्णय आपका है। भावनाओं को खुद पर राज करने का मौका न दे। विश्वास का कदम बढ़ाए और आज से अपने गुणवत्ता को सुधारना आरंभ कीजिए। विश्वास करें कि आप सही निर्णय लेते है यह कि आप बहुमूल्य व्यक्ति है। जिसका भविष्य उज्जवल है और आज से आपके जीवन में कुछ अच्छा होने वाला है!

■ *अध्याय – 7* ■

तैयारी की ताकत

तैयारी हमें आत्मविश्वास के साथ आगे बढ़ने के लिए सुसज्जित करती है। बहुत सी स्त्रियों में आत्मविश्वास की कमी होती है सिर्फ़ इसलिए क्योंकि वे जो काम करने की कोशिश कर रही है उसके लिए वे पूरी तरह से तैयार नहीं होती है। इस तैयारी की कमी की कई किस्म की वजह हो सकती है। उन्हें तैयारी के महत्व का एहसास नहीं होता, वे आलसी होती है, या फिर वे ऐसे कामों को करने में व्यस्त होती है जो उन्हें उनके लक्ष्य को पाने में मदद नहीं करता और उनके पास उन कामों को करने का वक्त नहीं होता जिनसे उन्हें मदद मिल सके। कल्पना कीजिए एक ऐसे डॉक्टर की जो आत्मविश्वासी बनने की कोशिश कर रहा हो जबकि उन्होंने कभी कोई प्रशिक्षण तैयार नहीं किया हो। कोई भी व्यक्ति जब किसी खेल को गंभीरता से खेलना चाहता है तो वह अभ्यास करता है और खुद को तैयार करता है। परमेश्वर के वचन की शिक्षिका होने के नाते, मैं कभी भी सब के सामने पूर्ण तैयारी के बगैर नहीं जाती हूँ। मैं पढ़ती हूँ, प्रार्थना करती हूँ, और बार बार अपने द्वारा लिखी हुई बातों को पढ़ती हूँ। कितनी बार प्रचार के वक्त में उन लिखी हुई बातों पर नज़र तक नहीं डालती क्योंकि प्रचार के लिए जब मैं खड़ी होती हूँ तब तक वह विषय मेरा एक हिस्सा बन जाता है और वह आसानी से बहने लगता है। इस बात की जानकारी होना कि मैंने अपनी तैयारी के लिए सर्वोत्तम कदम उठाया वह मुझे आत्मविश्वास के साथ से अगुवाई करने में मदद करती है।

क्या आप वास्तव में किसी ऐसे व्यक्ति के बारे में सोच सकते है जो अभ्यास ना करें और तैयारियाँ करें? मैं नहीं सोच सकती। एक संगीत सम्मेलन का पियानो वादक अभ्यास करता है, दुनिया का सर्वश्रेष्ठ कसरती अभ्यास करता है, एक नर्तक अभ्यास करता है। यह सब अभ्यास और तैयारियाँ किसी भी व्यक्ति में आत्मविश्वास का निर्माण करती है।

मूसा को बुलाहट थी इस्त्राएलियों को मिस्त्र देश की गुलामी से आज़ाद कराने की। वह तुरन्त अपना काम शुरू करना चाहता था पर जैसे ही उसने

कोशिश की उसके हाथों से एक मिस्त्री का कत्ल हो गया और मजबूरन से कई वर्षो के लिए मिस्त्री छोड़कर भागना पड़ा। परमेश्वर की इच्छा के बग़ैर कुछ भी करना हमें दर्शाता है कि मूसा तैयार नहीं था। उसमें जोश था पर जानकारी नहीं थी। वह भावुक था पर तैयारी नहीं थी। परमेश्वर ने उसे जंगल में चलाया जहाँ वह चालीस साल तक परमेश्वर द्वारा उसके आने वाले काम के लिए तैयार किया जा रहा था।

जब परमेश्वर हमें कुछ काम करने को देता है तो प्रायः हम यह सोचते है कि उसे पूरा करना आसान होगा। बहरहाल, अधिकांश काम हमारी सोच से भी अधिक कठिन होता है, परंतु यह हमें अधिकांश लाभ भी प्रदान करता है जिसकी हम कभी कल्पना भी नहीं कर सकते है।

जब परमेश्वर ने मुझे अपनी सेवकाई के लिए बुलाया तो मैंने सोचा की यह तुरन्त होने वाला है। मैंने यह महसूस नहीं किया कि परमेश्वर द्वारा दिए गए काम की तैयारी से पहले मुझे बहुत कुछ सीखना होगा। मैंने हर खाली वक्त जो पाया उसे परमेश्वर के वचन पढ़ने और ऐसी पुस्तक पढ़ने में बिताया जिसके द्वारा मुझे बाईबल के सिद्धान्तों और उसुलों की शिक्षा मिल सके। मैंने स्वंय को परमेश्वर की बुलाहट को दिया। मेरे दोस्तों द्वारा भेजे गए कई न्यौतो को मैंने मना करना शुरू कर दिया जिसकी वजह से मेरा वक्त ज़ाया हो जाए। मेरे बहुत से दोस्त मेरे इस नए जोश को समझ नहीं पाए। वास्तव में उन्होंने मुझसे यह कहा कि वे सोचते है की मैं डूब रही हूँ और मुझे शांत होने और साधारण व्यवहार मैं लौटने की ज़रूरत है। उन्होंने सोचा की यह कितने आश्चर्य की बात है कि मैं पिछले दिनों में जैसे उनके साथ वाहनों की बिक्री, घरेलू पार्टीस, श्रिंगार पार्टीस, केंडल पार्टीस इत्यादि में उनके साथ दिन भर घूमती थी वैसा अब मैं नहीं करना चाहती थी। मैं यह नहीं कह रही हूँ कि ऐसा करने में कोई गलती है। पर परमेश्वर मुझे बुला रहा था ताकि मैं अलग हो सकूँ और बाइबल शिक्षण की सेवकाई के लिए तैयार हो सकूँ। मैं कभी भी इतनी सफल और परमेश्वर की महिमा का पात्र नहीं बन पाती यदि मैं तैयार ना होती और तैयारी के लिए समय और सर्मपण की ज़रूरत पड़ती है। यह मेरे लिए बलिदान नहीं था क्योंकि परमेश्वर ने मेरे मन में सीखने की तीव्र लालसा भर दी थी, परन्तु गलतफ़मी के शिकार की वजह से मेरी भावना को ठेस पहुँचती थी। मैं परमेश्वर का अनुसरण करने की कोशिश कर रही थी और मेरे दोस्त मुझसे नाराज़ हो गए और मुझे त्याग दिया। मैंने बाद में यह जाना कि यह भी मेरी तैयारी का एक भाग था।

मैंने पाँच वर्षो तक होम बाइबल शिक्षण लिया जिसमें पच्चीस से तीस लोग शामिल थे। मैं ईमानदार थी और इस वक्त मुझे उसके बदले कोई आर्थिक लाभ

प्राप्त नहीं होता था। उस वक्त डेव और मुझे काफ़ी आर्थिक ज़रूरते थी, पर परमेश्वर हमारी ज़रूरतों की पूर्ती करता था। कई बार अंतिम और अचानक समयों पर भी वह ज़रुर प्रदान करता था।

भरोसा ऐसे ही हमारे जीवन में नहीं आ जाता, पर विश्वास का कदम बढ़ाने पर वह बढ़ता जाता है और परमेश्वर की विश्वसनीयता का अनुभव होता है।

मेरी तैयारी के भाग के रूप में, परमेश्वर ने मुझसे मेरी नौकरी छुड़वा दी, ताकि तैयारी करने के लिए मुझे अधिक समय मिल जाए। उस वक्त हमारे तीन बच्चे थे, साथ साथ मैं दिन भर काम करती थी और कलीसिया में भी तीव्रता से कार्य करती थी। मेरे लिए तैयारी का समय निकाल पाना असंभव हो जाता अगर मैं अपनी नौकरी को कुर्बान नहीं करती और अपनी ज़रूरतों की पूर्ती के लिए पूरी तरह से परमेश्वर पर आश्रित नहीं होती तो। परमेश्वर पर इस तरह से भरोसा रखना मेरे लिए एक परीक्षा की घड़ी थी और उस सेवकाई की तैयारी का एक भाग भी था जिसे अब हम चला रहे है जिसमें हर चीज़ के लिए परमेश्वर पर भरोसा रखना पड़ता है। भरोसा ऐसे ही हमारे जीवन में नहीं आ जाता, पर विश्वास का कदम बढ़ाने पर वह बढ़ता जाता है और परमेश्वर की विश्वसनीयता का अनुभव होता है।

इसके बाद, मैंने किसी और के अधीन में रहकर पाँच वर्षो तक एक चर्च में काम किया और बहुत कुछ सीखा। वह बहुत ही अच्छा समय था पर कठिन भी। किसी के अधीन में होने की वजह से मैं अपनी इच्छाओं की पूर्ती करने से वंचित रही। यह बहुत ही निराशाजनक था पर इसमें मेरे जीवन और सेवकाई में परमेश्वर की योजना का भाग ज़रूर था। मैं हमेशा कहती हूँ कि लोगों को अधिकारी बनने से पहले दूसरों के अधीन में रहकर सीखना ज़रूरी है। प्रबल इच्छा शक्ति, उच्च श्रेणी के व्यक्तित्व वाली व्यक्ति होने के नाते मुझे सच्चे मन से अधीकारों के अधीन में रहना जिनसे मैं कभी सहमत नहीं हो पाती थी मेरे लिए मुश्किल था, पर यह मेरे लिए अच्छा था और मेरी तैयारी का एक भाग था।

मेरी सेवकाई का तीसरा चरण 1985 में शुरू हुआ जब परमेश्वर ने मुझसे मेरी सेवकाई को उत्तर, दक्षिण, पूर्व और पश्चिम ले जाने को कहा। हम कहीं पर भी छोटे छोटे सम्मेलनों का आयोजन करने लगें और मेरा तात्पर्य बहुत ही छोटे सम्मेलनों से था। उन में शायद ही कभी हमने 100 से अधिक लोगों के झुण्ड की मेज़बानी की होगी। इस पुस्तक को लिखते वक्त, मैंने परमेश्वर के वचन की शिक्षा तीस वर्षो तक दी है। मैंने पवित्र आत्मा की पाठशाला में शिक्षा ली। मेरी तैयारी रीतिगत तरीकों से नहीं हुई थी पर परमेश्वर द्वारा उस सेवकाई

के लिए तैयार की गई जिसका अब मैं आनंद उठा रही हूँ। हमने राष्ट्रीय और अंतराष्ट्रिय यात्राएँ की है। तेरह राज्यों में हमारा कार्यालय है और टेलीविज़न द्वारा हम हफ़्ते में पाँच दिन ग्लोब के लगभग दो–तिहाई भाग तक पहुँचते है। हाँ, हमने लम्बा सफ़र तय कर लिया है, पर इसके लिए बहुत समय लग गया और प्रगति के हर कदम से पहले बहुत लम्बे समय की तैयारी भी लगी।

कई वर्षो तक मेरी आलोचना की गई क्योंकि मैंने शिक्षालय से औपचारिक प्रशिक्षण नहीं लिया था। लोग कहते थे "तुम कौन हो जो परमेश्वर के वचन की शिक्षा देती हो? तुम्हें तुम्हारा परिचित्र–पत्र कहाँ से मिला है?" मैं योग्य हूँ क्योंकि परमेश्वर ने मुझे गरीबों और ज़रूरतमंदो को सुसमाचार सुनाने के लिए अभिषेक किया है। (यशायाह 61:1)। हमें सिर्फ़ उन पर नज़र डालनी होगी जिन्हें प्रभु यीशु ने अपने चेलों के रूप में चुना और हम तुरन्त यह पाते है कि परमेश्वर ने हमेशा या प्रायः उन लोगों को नहीं बुलाया जो योग्य थे। बाइबल यह कहती है कि परमेश्वर ने जानबूझकर दुनिया के मूर्खो और निर्बलों को चुना ताकि ज्ञानवानों को लज्जित करें। (1 कुरिन्थियों 1:26–29)

मैं यह यकीन से कह सकती हूँ कि परमेश्वर हर तरीके से आप को तैयार कर सकता है। शायद वह औपचारिक प्रशिक्षण की तरह हो या नहीं, पर परमेश्वर आपके प्रशिक्षण के लिए आपके जीवन का उपयोग करेगा यदि आप उसके लिए तैयार है तो। बड़े दुख से यह कहना पढ़ रहा है कि बहुत से लोगों के जीवन में बुलाहट तो है पर उनमें उतना संयम नहीं है कि वे प्रशिक्षण से गुज़रे जो उस काम को करने के लिए ज़रूरी है।

यूसुफ सपनों से भरा एक जवान युवक था। वह अधिकारी और एक बड़ा आदमी बनने का सपना देखता था। यद्यपि वह जवान और जोशीला था और उसे प्रशिक्षण और तैयारी की ज़रूरत थी। यूसुफ के भाई उससे नफ़रत करते थे क्योंकि वह अपने पिता का लाड़ला था और भाईयों ने उसे गुलामी के लिए बेच दिया। परमेश्वर ने इस परिस्थिती का उपयोग यूसुफ की परीक्षा लेने और उसे प्रशिक्षण देने के मौके के रूप में किया। यहाँ तक कि बिना कुछ गुणाह किए उसने तेरह वर्ष के कैदी के रूप में जीवन बिताया, पर उन दिनों यूसुफ के साथ जो कुछ हुआ, उन बातों ने उसे निश्चय ही इतिहास में परमेश्वर द्वारा उसके लिए निर्धारित किए गए पात्र के लिए सुसज्जित किया था। परमेश्वर की कृपा यूसुफ पर थी, और वह इतना ताकतवर हो गया कि उससे बड़ा सिर्फ़ फिरौन ही था। उसे इस पद पर रखा ताकि वह बहुत से लोगों को सात वर्षो तक भोजन प्रदान कर सके, जिसमें उसके पिता और भाई भी शामिल थे। आपका दर्द शायद कभी किसी दूसरे का लाभ बन सकता है। आपकी दूरदर्शी

आपकी सेवा बन सकती है यदि आपके पास सकारात्मक भाव है तो निर्णय ले कि जिसका आप सामना कर रहे हैं वह आपको आने वाले समय के लिए तैयार करें।

राजा के सामने जाने की अनुमति पाने से पहले एस्तेर को सालभर तक तैयारी करनी थी। बारह महिनों तक वह शुद्धिकरण की प्रक्रिया से गुज़रती रही परन्तु उसकी बाहरी सुन्दरता से बढ़कर उसकी आन्तरिक खूबसूरती दिखाई दी और परमेश्वर ने उसे दुष्ट हामान की बुरी योजना से बचाने के लिए उसका इस्तेमाल किया।

पतरस को कुछ नम्र करनेवाले अनुभवों से होकर गुज़रने के द्वारा तैयार होने की ज़रूरत थी। वह एक शक्ति शाली व्यक्ति था, परन्तु वह घमण्डी व्यक्ति भी था। प्रभु को उसका इस्तेमाल करने से पहले उसे नम्र करना था। बहुत से नेताओं में प्राकृतिक योग्यताएँ हैं। परन्तु वे घमण्ड से भरपूर होते हैं और उन्हें सीखने की ज़रूरत है कि किस प्रकार परमेश्वर पर भरोसा रखा जाए। उन्हें अपने आत्म भरोसे को परमेश्वर के भरोसे से प्रतिस्थापित करने की ज़रूरत है। स्मरण करें कि यीशु ने कहा, "मुझ से अलग होकर तुम कुछ नहीं कर सकते (यूहन्ना 15:5)।" जब वह कुछ नहीं कहता है, तो उसका तात्पर्य कुछ नहीं होता है! हम सब घास के समान हैं और आज हैं और कल नहीं हैं या एक भाव या धूएँ के समान है। हम यहाँ है और गायब हैं। हम जितना हैं उसे हमें स्वयं के विषय में उससे अधिक नहीं सोचना चाहिए। हम स्वयं के विषय में बहुत कम सोचना नहीं चाहते, परन्तु बहुत ऊँचा भी नहीं। हमें अपने आपको ''मसीह में'' देखने की ज़रूरत है, उसके बिना हम कुछ भी नहीं हैं, फिर भी उसमें हम सब कुछ कर सकते हैं।

पंख लगाने की कोशिश न करें

क्या कभी आपने खुद को ऐसी परिस्थिती में पाया है जब आपने अपने काम या चर्च के किसी काम को करने से पहले तैयारी ना की हो और दूसरों की आशा आप पर टिकी हो? आपका दिल ज़ोर से धड़कने लगेगा, और आपके पेट की तितलियाँ कूदने लगेगी और आप यह सोचेंगे ''मैं उसमें पंख लगा दूँगी।'' आप तैयार नहीं है पर आप यह आशा कर रहे है कि किसी भी तरह आप काम चला लेगें और किसी को खबर ना होगी। फिर भी यदि आप दूसरों को धोखा देने में सफल हो जाते है, आप को सच्चाई की जानकारी हो जाएगी और आपको अच्छा महसूस नहीं होगा। आपके दिल की गहराई में आपको यह महसूस होगा कि आपने सर्वोत्तम प्रदर्शन नहीं दिया। आपको यह सोचकर चैन तो मिलेगा कि

आपने सब कुछ संभाल लिया, पर आपने यह आत्म–विश्वास के बजाए डर के कारण किया।

प्रभु यीशु जिस पीड़ा से गुज़रे थे उसका भी प्रशिक्षण और तैयारी यीशु ने की थी। उसने अपने महा पुरोहित के पद के लिए तैयारियाँ की ताकि वास्तव में वे सिद्ध हो जाए।

> *पुत्र होने पर भी उसने दुख उठा–उठाकर आज्ञा माननी सीखी।*
>
> *और सिद्ध बनकर, अपनी सब आज्ञा मानने वालों के लिए सदा काल के उद्धार का कारण हो गया।* (इब्रानियों 5:8–9)

यदि प्रभु यीशु को सिद्ध बनने के लिए तैयारी की ज़रूरत पड़ी तो हमारे मन में भी कोई शंका नहीं होनी चाहिए कि हमें भी बिलकुल इसी चीज़ की ज़रूरत है।

आपको किस तरह की तैयारी की ज़रूरत है?

जैसा मैंने पहले कहा था, जिस तरह कि तैयारी की आपको ज़रूरत है वह निर्भर करता है उस काम पर जिसके लिए आपको चुना गया है और उस वक्त आपके जीवन के मौसम पर, कई लोगों के लिए उनकी प्रथम तैयारी विद्यालयों में जाकर होती है, पर दूसरों के लिए ऐसा संभव नहीं। एक विवाहित महिला जिनके तीन बच्चे है और जो नौकरी भी करती है प्रायः वह दो साल के लिए सब कुछ छोड़कर बाईबल कॉलेज या व्यवसायिक प्रशासन की डिग्री लेने के लिए नहीं जा सकती। यदि आप विद्यालयों जैसा ज्ञान प्राप्त करना चाहते है और अपना पूरा समय उसमें नहीं लगा सकते है तो आप संध्याकालिन कक्षाओं में जाने की सोच सकते है। या फिर इंटरनेट कक्षाओं में शामिल हो सकते है। अपने दिल की माने और सही वक्त आने पर परमेश्वर आपकी अगुवाई सही लक्ष्य की ओर करेगा।

यदि आपके दिल में ऐसा कुछ है जिससे आपको लगता है कि आपको वह काम करना चाहिए पर उसे आप अभी करने में असमर्थ है, इससे आप निराश न हो। हम किसी भी बात को प्रत्यक्ष होता हुआ देखने से पहले उन्हें अपने दिल में कई वर्षो तक सहेज कर रखते है। आपके सपनो को अपने दिल में बढ़ने दे। प्रार्थना करें और सही वक्त आने तक खुद को तैयार रखने की हर संभव कोशिश करें।

हमारी सबसे छोटी बेटी सेंड्रा हमारे साथ चौदह वर्षो तक पूर्ण सेवकाई में थी और फिर उसने जुड़वे बच्चों को जन्म दिया। उसके जीवन के उस काल में पहले की तरह उसकी सेवकाई में शामिल होना असंभव हो गया था। उसने हमारे साथ आधा–समय सेवकाई करने का प्रयास किया और वह भी काम ना आया। वह शारिरिक और मानसिक तनाव से गुज़र रही थी और वह खुश भी नहीं थी। उसे यह एहसास हो गया है कि जीवन की इस ऋतु में उसे अपनी नौकरी को त्यागना होगा, पर जीवन के इस नए मौसम में भी, वह विश्वास करती है कि आज भी अपने भविष्य कि तैयारी में वह लगी हुई है। वास्तव में अब भी वह खुद को इस सेवकाई का भाग समझती है क्योंकि वह जहाँ भी जाती है वहाँ के लोगों की मदद करने और उन्हें आशीष देने की कोशिश करती है। पहले ऐसा नहीं था, पर यह भी अच्छा है! यह ज़रूरी है कि आप इस विचार को समझे कि परमेश्वर जो आप से कराना चाहता है उसके लिए औपचारिक या लैकिक प्रशिक्षण लेना ज़रूरी नहीं। यह भी ज़रूरी है कि आप समझे कि परमेश्वर हर किसी को पूर्ण सेवकाई के लिए नहीं बुलाता है। उसने शायद आपको व्यवसाय, सरकारी या किसी अन्य काम के लिए बुलाया हो, पर यदि आप उसे आत्मविश्वास के साथ करना चाहते है तो आपको तैयारी की ज़रूरत पड़ेगी।

जिन लोगों ने औपचारिक प्रशिक्षण लिया है उन्हें भी अनुभव की ज़रूरत है। किसी चीज़ की जानकारी होने और उसे कैसे व्यवहारिक रूप से लागू किया जा सकता है, दोनों अलग बात है। बाइबल कहती है कि प्रभु यीशु ने जिन बातों को सहा उससे उसने ''अनुभव'' हासिल किया कि (इब्रानियों 5:8,9)। परमेश्वर उन लोगों को ढूँढ़ रहा है जिनके जीवन में बहुत अनुभव हो, इसलिए उसे आपका प्रशिक्षण और तैयारी आज से शुरू करने को कहे और आप अपने भविष्य के लिए जो कुछ सीखना चाहते है सीख सकते है। मुझे ऐसे जवानों को देखना पसंद नहीं जो कालेज से निकल जाते है और जिनमें ''मुझे सब कुछ पता है की भावना'' होती है। हमें उम्र भर सीखते रहना चाहिए और, यदि हम अपने जीवन को एक पाठशाला की तरह माने जिसमें हम शामिल है, तो प्रतिदिन हम कुछ ना कुछ सीख सकते है

मेरे मामले में नज़र डालने पर, उच्च विद्याालय की शिक्षा के पश्चात् मुझे कालेज जाने का अवसर नहीं मिला। घर के शोषण की वजह से मुझे खुद के बलबूते पर अपना जीवन गुज़ारना पड़ा और खुद के जीवन यापन के लिए काम करना पड़ा ताकि मैं दुर्व्यवहारों से छुटकारा पा सकूँ। मैं जहाँ कही भी थी परमेश्वर ने मुझे शिक्षा दी। मैंने दुकानों में सत्यनिष्ठा, गुणवत्ता और ईमानदारी

जैसे बहुत से महान पाठों के बारे में सीखा। एक नौकरी करने पर, मैंने यह सीखा की दूसरे लोगों के साथ अच्छा बर्ताव करना कितना ज़रूरी है जबकी मेरे साथ हमेशा बुरा बर्ताव हुआ था। कभी भी जिन कड़वे अनुभवों को हमें बर्दाश्त करना पड़ा है वही हमारे जीवन का सर्वोत्तम गुरू बन जाता है।

मैं कॉलेज जाना पसंद करती हूँ। मेरे शिक्षको ने यह पहचान लिया था कि मुझमें सुन्दर लिखने की कला है और उन्होंने मुझे बहुत अधिक प्रोत्साहित किया कि में पत्रकारिता में कॉलेज से पण्डित्य हासिल करने की कोशिश करूँ, पर उस वक्त मेरे दिमाग़ में सिर्फ़ यही चल रहा था कि मैं जल्द से जल्द अपने घर से अलग हो जाऊँ और ऐसी परिस्थिती में आ जाऊँ जहाँ कोई मेरा शोषण ना कर सके। मुझे यह कहने में खुशी है कि परमेश्वर ने मुझे कॉलेज में डिग्री मिलने वाली चीज़ों से भी बहुत अधिक प्रदान किया है। मैंने ओरल रॉबर्टस यूनिवर्सिटी से डॉक्टरेट की उपाधी हासिल की। मेरे द्वारा लिखी गई 75 किताबों और उसमें शामिल जानकारी के आधार पर भी मैंने दो डिग्रियाँ कमाई। जिसमें धर्मज्ञान में बैचलर्स और मास्टर्स शामिल है और धर्मज्ञान के तत्वशास्त्र में डॉक्टरेट कमाई है ये सब मैंने फलौरीड़ा, तम्पा के लाईफ क्रिसचैन युनिवर्सिटी से हासिल की।

परमेश्वर ने यशायाह 61:7 में यह वायदा किया है कि वह हमारे जीवन के पिछले वक्त के अपमान और परेशानियों के बदले दुगुना प्रतिफल देगा और मैं उसके वचन के सच्चाई की जीवित गवाह हूँ।

कुछ लोगों को अपनी नौकरियों द्वारा प्रशिक्षण मिलता है। वे किताबी लोग नहीं होते और ज़्यादातर वे अनुभवों से सीखते है। बहरहाल हम सीखते है, हम खुद को इस बात का यकीन दिला सकते है कि परमेश्वर हमें अपने तरीकों से तैयार करेगा।

इस विचार के साथ कि हर किसी को एक जैसा काम करना पड़ेगा परमेश्वर को डब्बे में बंद करने की कोशिश ना करें। हर कोई जो परमेश्वर की सेवकाई करता है उन्होंने सेमिनारी या बाईबल स्कूल से शिक्षा हासिल नहीं की होगी। ना हर कोई जो राष्ट्रपति या किसी महापालिका के कार्यकर्ता हो ज़रूरी नहीं की वह कॉलेज गए हो। परमेश्वर कुछ लोगों को बहुत सी प्राकृतिक खूबियाँ और बहुत सारी सहज्ज बुद्धि से सुसज्जित करता है। माइक्रोसोफ्ट के सम्राट बिल गेट्स ने प्रथम वर्ष में ही हार्वड जाना छोड़ दिया। कॉलेज जाने के बजाए, ट्रूऐट कैथी ने बाइबल के व्यवसाईक सिद्धान्तों के आधार पर एक चिकन रेस्टोरेन्ट खोला और अब चिक–फिल–ए हमारे देश की दूसरे नम्बर की सबसे

तेज़ सेवा वाली रेस्टोरेन्ट में एक है। हमारा सबसे छोटा बेटा कॉलेज नहीं गया, वह यू. एस. ए. के ऑफिस का सी.ई.ओ. है, और बहुत ही बढ़िया नौकरी करता है। उसके पास परमेश्वर का वरदान और बहुत सारी सहज बुद्धि है। वह चीज़ों को देखता है और सहजता से उसे संभाल लेता है। उसके प्रशिक्षण का कुछ भाग तो कई वर्षो तक अपने पिता और मेरे साथ रहने के कारण मिला। कितनी अद्‌भुत बात है कि कई बातों को जो हम अपनी ज़िन्दगी में सीखते है, जब तक हमें उसको व्यवहार में लाने की ज़रूरत नहीं पड़ती, तब तक उस बात का हमें एहसास ही नहीं होता।

हमारा सबसे बड़ा बेटा सम्पूर्ण विदेशी राज्यों और विश्व मण्डल का सी.ई. ओ. है। उसने दो वर्ष की कॉलेज शिक्षा प्राप्त की पर उसके काम से उसकी पढ़ाई का कोई वास्ता नहीं। जब तक वह एक मुकाम तक नहीं पहुँचा तब तक उसने कठिन तरीकों द्वारा, जॉयस मेयर सेवा के हर विभाग में काम किया।

मैं प्रोत्साहित करना चाहती हूँ कि आपके जीवन में जो कुछ हो रहा है उसे भविष्य के लिए आपकी एक तैयारी के रूप में ले ऐसा हो कि आप हर अनुभव से कुछ सीखे। छोटी शुरूआतों से नफ़रत ना करें। अक्सर उन छोटी शुरूआतों को ही हम पहले संभाल सकते है। जब परमेश्वर को पता चलता है कि हम तैयार है तो वह हमें अधिक देगा। अपनी यात्रा के हर कदम का मज़ा ले। जल्दबाज़ी ना करे जिसकी वजह से आप रोज़ के पाठ से वंचित हो जाए।

अपना पात्र निभाए और परमेश्वर बाकी संभाल लेगा

यदि आप वह करेंगे जो आप कर सकते है तो परमेश्वर आपके लिए वह करेगा जो आप नहीं कर सकते। अच्छी तरह से खुद को उस काम के लिए तैयार कर लीजिए जो आपके सामने है और परमेश्वर कुछ ऐसे अलौकिक खूबियों को प्रकट करेगा जो आपको अचंभित कर दे। मैं अपने प्रचार के लिए बहुत मेहनत से पढ़ाई करती हूँ और अक्सर जब मैं पढ़ाती हूँ तो खुद के मुँह से ऐसी बातों को कहता हुआ पाती हूँ जिसकी मुझे जानकारी ही न थी। मैंने अपना काम किया था और परमेश्वर ने अलौकिक बातों को प्रकट कर मेरे उपदेश को और बेहतर बना दिया। अगर मैं आलसी होती और यह सोचती की मुझे तैयारी की ज़रूरत नहीं, तो वह अलौकिक बात प्रकट ही ना होती।

> असुरक्षा और आत्मविश्वास की कमी आपसे परमेश्वर द्वारा निर्धारित आपके अद्‌भुत जीवन को चुरा लेता है।

तैयार रहने के लिए, आपको उस बात की चिंता करने की ज़रूरत ही नहीं जिसे आप करना नहीं जानते, बस उस काम को करे जो आप जानते है। आपका विश्वास से भरा कार्य एक बीज है जिसे आप बोते है। विश्वास द्वारा बीज बोंए और परमेश्वर सही वक्त आने पर उपज लाएगा।

जब यीशु स्वर्ग की ओर उपर गया, तब उन्होंने मनुष्यों को वरदान दिया (इफीसियों 4:8) मुझे संचार का वरदान मिला है। मेरे आराधना के मुख्य को संगीत का वरदान मिला है। मेरे दोनो बेटों को व्यवसायिक प्रशासन का वरदान मिला है। मेरे पति बुद्धि और आर्थिक प्रबन्ध में प्रतिभाशाली है। परमेश्वर ने हर छोटी छोटी बातों पर ध्यान दिया है और हमें चिन्ता करने की ज़रूरत नहीं। मैं एक बार और कहना चाहती हूँ ''यदि आप वह करेंगे जो आप कर सकते है, तो परमेश्वर आपके लिए वह करेगा जो आप नहीं कर सकते''।

यदि हम आत्मविश्वास के साथ कदम बढ़ाएँगे और अपने पात्र को निभाएँगे, परमेश्वर आपको ऐसे लोगों से घेर देगा जिनमें वो खूबियाँ और गुण है जो आप में नहीं। बहरहाल, जब एक व्यक्ति में आत्मविश्वास की कमी होती है, तो प्रायः उन्हें दूसरे लोगों से मदद नहीं मिल पाती। वे दूसरों से अपनी तुलना करने में इतने व्यस्त हो जाते है कि वे परमेश्वर द्वारा दी गई सहायता को पाते नहीं। असुरक्षा और आत्मविश्वास की कमी आपसे परमेश्वर द्वारा निर्धारित आपके अद्‌भुत जीवन को चुरा लेता है। जिसकी वजह से हमें जिनकी तारीफ़ करनी चाहिए हम उनसे जलन और नफ़रत करते है।

मेरे पति में वह खूबियाँ नहीं जो मुझमें है, पर उनके पास बहुत सी अच्छी खूबियाँ है। उनमें आत्मविश्वास है और वे मुझसे प्रतियोगिता करने की ज़रूरत नहीं समझते। हम एक अच्छे दल है क्योंकि हमारी खूबियाँ भिन्न है। हम एक दूसरे के पूरक है और एक दूसरे को पूर्ण करते है। बहुत से लोग कुछ नहीं कर पाते क्योंकि वे सब कुछ नहीं कर सकते। वे नकारात्मक लोग होते है जो उन बातों पर अपना ध्यान केंद्रित करते है जिसे वे नहीं कर सकते बजाए इसके कि वे उस पर नज़र डाले जो वे कर सकते है और फिर उसे करें।

आपको पूरे काम को खुद करने की तैयारी करने की ज़रूरत नहीं, सिर्फ़ उस काम को करें जो आप बेहतर रूप से कर सकते है और याद रखें कि परमेश्वर उसमें वह जोड़ेगा जो आपके पास नहीं हैं।

अपनी ताकत और कमज़ोरियों को जाने

तो आपको कैसे पता चलेगा कि आप क्या कर सकते है और क्या नहीं? यदि आप अच्छी तरह से तैयार होना चाहते है तो आपको इस बात की जानकारी होनी बहुत ज़रूरी है। इससे आपको उस समय को बर्बाद करने से बचाने में मदद मिलेगी जिसे आप उस काम में लगाए जिसमें आप किसी भी हाल में सफल नहीं हो सकते। मैं एक अच्छी संगीतकार या गायिका नहीं। एक बार मैंने अपने जीवन में एक निर्णय लिया कि मैं गिटार सीखना चाहती हूँ। और तुरन्त मैंने यह खोज निकाला कि इस क्षेत्र में मेरी योग्यता बिलकुल शून्य है। पहली बात तो यह कि मेरी उंगलियाँ छोटी है, और वह आराम से गिटार के कोने तक नहीं पहुँच पाती। मैंने संघर्ष किया और थोडा बहुत सीखने में सफल हुई पर मुझे उससे बिलकुल मज़ा नहीं आया। क्यों? क्योंकि मेरा काम गिटार बजाना नहीं है। यदि मैंने गिटार सीखने पर ज़ोर लगाया होता तो शायद खुद को एक असफल व्यक्ति महसूस करती और यदि दूसरों के सामने बजाने की कोशिश करती तो मुझमें आत्मविश्वास नहीं होता। जितना भी आप कोशिश कर ले, आप उस काम को पूरी तैयारी और आत्मविश्वास के साथ नहीं कर सकते जो आपके लिए नहीं है।

इसलिए इस बात का निश्चय कर लीजिए की जो काम आप करने की कोशिश कर रहे है वह सच में आपके लिए ही है और क्योंकि आप दूसरों के मन में अपना प्रभाव छोड़ना चाहते है। यह एक कड़वी सच्चाई है कि बहुत से लोग उन लोगों को खुश करने के लिए अपना अधिकांश समय बर्बाद करते है जिन्हें वे पसंद ही नहीं करते।

जो आप नहीं कर सकते उसे कबूल करने से ना घबराए। अपनी कमज़ोरियों को जाने और परमेश्वर से प्रार्थना करें कि वे उन लोगों को आपके जीवन में भेजे जो आपके लिए वह कर सके जो आप नहीं कर सकते। मैं गा नहीं सकती और ना ही संगीत साधनों को बजा सकती हूँ पर परमेश्वर ने मुझे सबसे अच्छे स्तुती और आराधना करने वाले लोगों को प्रदान किया। मुझे उन सभी चीज़ों की जानकारी नहीं जिनकी मदद से टी. वी. एवं रेड़ियो के प्रोग्राम को रिकॉर्ड कर दुनिया भर में प्रसारित किया जाता है पर मैं ऐसे लोगों से घिरी हुई हूँ जो वह जानते है जो मैं नहीं जानती। मैं यह कहने से नहीं डरती की मैं कुछ बातों को नहीं जानती और मैं उन कमज़ोरियों को विकसित करने की कोशिश में अपना समय बर्बाद नहीं करती।

दूसरी ज़रूरी बात यह है कि आपको अपनी ताकतों को पूरी तरह से जानना होगा। उन चीज़ों की सूची बनाइए जिनमें आप अच्छे है और प्रतिदिन

तक अभ्यास कीजिए जब तक आपको अपनी काबिलियत पर आत्मविश्वास नहीं मिल जाता। अपनी काबिलियत के बारे में सोचना अहंकार नहीं है! यह तो सिर्फ़ आत्मविश्वास के साथ अपने काम की तैयारी करना है। मैं जानती हूँ कि यदि मैं किसी काम में अच्छी हूँ तो वह परमेश्वर का वरदान है और मैं हमेशा उसका शुक्रियादा करती हूँ क्योंकि उसने इन वरदानों से मुझे सुसज्जित किया। आप में से कुछ लोगों ने कभी भी अपनी खूबियों के बारे में गंभीरता से सोचा नहीं होगा और यदि ऐसा है तो आज से शुरूआत कीजिए। एक सूची बनाइए और जब तक आपको विश्वास नहीं हो जाता तब तक रोज़ एक दिन में तीन बार ज़ोर से उसे पढ़े।

मेरी सूची तो यहाँ है:

मैं एक अच्छी संचालक हूँ।
मैं मेहनती हूँ।
मुझ में बहुत सहज बुद्धि है।
मैं सुव्यवस्थित हूँ।
मैं निश्चित हूँ।
मैं पक्के ईरादों वाली हूँ।
मैं अनुशासित हूँ।
मैं सच्ची दोस्त हूँ।
मेरे पास अच्छी और छोटी याद्दाश्त है।
मुझे लोगों की मदद करना पसंद है।
मुझे देना पसंद है।

मैंने यह सूची अपनी शेखी मारने के लिए नहीं पर आप उसे कैसे कर सकते है यह दिखाने के लिए बताई है और आपको प्रोत्साहित करने के लिए ताकि आप साहस के साथ ऐसा कर सके। अपनी खूबियों के बारे में प्रतिदिन सकारात्मक बातें करें। यीशु वह करने आया है जिसे हम संभाल नहीं सकते। इसलिए उसे अपना काम करने दिजिए और उसका शुक्रियादा कीजिए।

यदि आप एक अच्छी माता और गृहणी है, तो ऐसा कहिए। मैं विश्वास करती हूँ कि मैं एक अच्छी पत्नी और माँ हूँ। मैं एक साधारण व्यक्ति नहीं, पर मैं अच्छी हूँ। मुझे ऐसा कहने की हिम्मत करने के लिए लम्बा समय लग गया था। कई वर्षो तक शैतान ने मुझे यह विश्वास दिलाया था कि मैं एक अच्छी

पत्नी और माँ नहीं हूँ। क्योंकि मैं वह काम नहीं कर पाती थी जो दूसरी पत्नियाँ और माताएँ कर पाती थी। आखिरकार मैंने यह जाना कि मैंने खुद को सेवकाई के लिए नहीं चुना, परमेश्वर ने मुझे चुना है। उसने मेरे परिवार को एक खास कृपा (खास खूबी) दी ताकि मैं सेवकाई कर सकूँ। हाँ ऐसी बहुत सी चीज़े थी जिसका मुझे बलिदान करना पड़ा पर कई फ़ायदे भी हुए। हर बार ज़िन्दगी में जब भी हम कुछ पाते है तो हमे कुछ खोना भी पड़ता है। यदि आप एक पियानिस्ट बनना चाहते है तो आपको कई घण्टों तक अभ्यास करते रहना पड़ेगा जबकी दूसरे उस वक्त अपना समय आमोद में बिता रहे हो और फिर एक दिन आपको वह अवसर मिलेगा जब आप उनका मनोरंजन करेंगे। आप बलिदान करेंगे और फिर आप उस फसल को काटेंगे जिसे आपने बोया था।

मेरे परिवार को मेरे लिए बहुत बलिदान करना पड़ा ताकि मैं अपनी सेवकाई कर सकूँ पर हमें दुनियाभर के करोड़ो लोगों की मदद करने का विशेष अवसर भी मिला और मिलने वाली खुशी ने हमारी हर अधूरी बातों की भरपाई कर दी।

आप किस काम में अच्छे है? क्या आपको इसकी जानकारी है? क्या आपने गंभीरता से इसके बारे में सोचा है या फिर आप अपनी खामियों पर ध्यान देने में इतने व्यस्त है कि आपने कभी अपनी खूबियों पर ध्यान नहीं दिया? आज से ही हिम्मत के साथ यह महसूस करें कि आप एक महान व्यक्ति है जिनमें बहुत सी खूबियाँ है, और इस तरह अपने नकारात्मक बहाव को पलट दो। हर कोई! याद रखें, परमेश्वर कभी कूड़ा करकट नहीं बनाता। परमेश्वर ने इस दुनिया को और आदम और हव्वा को बनाने के बाद उसने इन सब पर नज़र डाली और कहा "यह अच्छा है"! भजन संहिता 139 में दाऊद यह वर्णन करता है कि कैसे परमेश्वर ने अपने हाथों से हमारी माता के गर्भ में हमारी रचना की। वह कैसे हमें कोमलता और बड़े जटिलता से बनाता है। और फिर वह कहते है ''तेरे काम तो आश्चर्य के है मैं इसे भली भाँती जानता हूँ।" वाह! क्या कथन है। दाऊद बुनियादी तौर पर यह कह रहा है कि "मैं अद्‌भुत हूँ और मेरा मन यह भली भाँती जानता है।" उसे खुद पर अहंकार नहीं है, पर उसे अपने सृष्टिकर्ता परमेश्वर पर है।

प्रार्थना का महत्व

प्रायः प्रार्थना तैयारी का सबसे महत्वपूर्ण भाग है, फिर भी आज के समय में बहुत से लोग इस क्रिया के सबसे महत्वपूर्ण भाग की अवहेलना करते है या भूल जाते है। मैं आपको यह सलाह देना चाहती हूँ कि किसी भी काम को प्रार्थना

मैंने अपने जीवन का अधिकांश वक्त परमेश्वर के साथ गुज़ारा है और आज भी में प्रार्थना के बिना किसी भी काम को नहीं करने के महत्व को सीख रही हूँ।

किए बिना और परमेश्वर को उसमें काम करने को कहें बिना और सही तरीके से उसे करने को कहें बिना शुरू ना करें। यीशु ने कहा "मेरे बिना तुम कुछ नहीं कर सकते" और मैं उस पर विश्वास करती हूँ।

बाइबल कहती है कि हमारे काम में उसको शामिल करना होगा और वह हमें रास्ता दिखाएगा और उसे दृढ़ करेगा (नीतिवचन 3:6) यह जानना काफ़ी नहीं कि वह हमारे साथ है। हमें प्रतिदिन उससे निर्देश और उसकी ताकत माँगनी होगी। ज़रा उस बच्चे के बारे में सोचिए जो स्वयं स्वेटर या कमीज़ पहनने की जिद्द करता है! वह बलखाता है और खींचता है और मरोड़ता है और कराहता है, और पूरे समय तक उसकी माँ बड़ी संयमता के साथ उसके साथ खड़ी रहती है, इस आशा के साथ की शायद वह मदद माँगे। जब यीशु स्वर्ग की ओर गया और अपने पिता के दाहिने हाथ में जाकर बैठ गया तो उसने पवित्र आत्मा को सहायक के रूप में हमारे जीवन में भेजा। वह हमेशा शामिल होना चाहता है, पर हमें उससे मदद माँगनी होंगी। यह तो इस प्रकार है जैसे आप रात्री भोज की तैयारी करने जा रहें है और विश्व का सबसे प्रसिद्ध बावर्ची आपके पास आता है और कहता है कि वह आपकी मदद के लिए उपस्थित है। पवित्र आत्मा आप को विश्व–ख्याती सेवा प्रदान करती है तो क्यों ना उसकी माँग करे? यदि आप परमेश्वर को अपने सहकर्मी के रूप में स्वीकार करेंगे तो वह आप से ऐसे काम कराएगा जो आपको आश्चर्य में डाल दे। पर आपको प्रार्थना द्वारा शुरूआत करनी पड़ेगी।

मैंने अपने जीवन का अधिकांश वक्त परमेश्वर के साथ गुज़ारा है और आज भी मैं प्रार्थना के बिना किसी भी काम को नहीं करने के महत्व को सीख रही हूँ। बाइबल कहती है कि हमें बिना रूके प्रार्थना करनी चाहिए। इसका मतलब यह नहीं की दिनभर प्रार्थना के सिवाए और कुछ ना करें पर इसका मतलब यह है कि प्रार्थना ही एक ऐसी महत्वपूर्ण चीज़ है जो हमेशा कर सकते है। हमें दिनभर का रास्ता प्रार्थना द्वारा बनाने की ज़रूरत है। प्रार्थना उस दरवाज़े को खोल देती है जिसमें से परमेश्वर हमारी ज़िन्दगी, परिस्थिती और हमारे प्रियजनों की ज़िन्दगी में मदद कर सकता है।

मैंने अफरीका के एक क्षेत्र के बारे में सुना जहाँ के पहले विश्वासी प्रार्थना में लगे रहते थे। वास्तव में, प्रत्येक विश्वासीयों के पास गाँव के बाहर खास स्थान था जहाँ वे अकेले प्रार्थना करते थे। ये गाँव वाले अपने द्वारा साफ़ किए गए

इस व्यक्तिगत मार्ग से होकर उस "प्रार्थना स्थल" में जाते थे। जब उस मार्ग में घास उगने लगती थी तो लोग समझ जाते थे, कि यह रास्ता जिस व्यक्ति का है वह अधिक प्रार्थना नहीं कर रहा है।

क्योंकि वे नए मसीही एक दूसरे के आत्मिक कल्याण की चिन्ता करते थे इसलिए वहाँ एक अनोखा रिवाज उभरने लगा। जब भी कोई किसी के ''प्रार्थना पथ'' में हरी घास देखता है तो उस भाई बहन के पास जाता है और उसे प्यार से यह चेतावनी देता है कि ''दोस्त, तुम्हारे मार्ग में घास उगने लगी है!''

प्रार्थना हमें आसाधारण ताकत प्रदान करती है (याकूब 5:16) आपके प्रार्थना जीवन में कभी भी उपेक्षा या असावधानी ना आने दे। जब परमेश्वर की पवित्र आत्मा की ताकत आपके जीवन में काम करेंगी तो तुरन्त आप में नए आत्मविश्वास का विकास हो सकता है। कमज़ोरी में रहने की ज़रूरत नहीं जबकि ताकत प्रार्थना की एक दूरी पर है।

तरक्की की तैयारी करें

इन वर्षों में हमने अपने संस्था से कई महान लोगों को निकाल दिया सिर्फ़ इसलिए क्योंकि वे हमारे लिए बहुत बड़े हो गए थे। व्यवसायिक रूप में देखा जाए तो वे हमारे लिए बहुत कीमती थे पर वे लगातार प्रशिक्षण नहीं लेते थे, जबकि हमने उन्हें यह प्रदान किया था, ताकि भविष्य में वे हमारे साथ आगे बढ़ सके। शायद कुछ लोगों को हमारे साथ रहना ही नहीं था। परमेश्वर के पास संभवतः उनके लिए कुछ और काम था। हर चीज़ हमेशा के लिए नहीं होती; कुछ चीज़े जीवन के सिर्फ़ कुछ ऋतु के लिए ही होती है। बहरहाल, मैं विश्वास करती हूँ कि हमारे कुछ कर्मचारी ने एक महान अवसर को खो दिया क्योंकि वे तरक्की चाहते थे, पर उन्हें तैयारी करने की इच्छा न थी, वे अतिरिक्त प्रशिक्षण या नई योग्यता को सीखना नहीं चाहते थे जिससे उन्हें प्रगति करने में मदद मिलती।

ऐसा लगता है जैसे आज कल लोग अल्प से बहुत अधिक चाहते है। एक पूरी पीढ़ी जो अभी बीसवी सदी में है जिसे ''अधिकारी पीढ़ी'' कहते है, जो ''स्वर्ण युग'' के नाम से भी जानी जाती है, ऐसी अंतिम बूढ़ी पीढ़ी जिनका जन्म 1979 और 1994 के बीच हुआ। यह एक ऐसी पीढ़ी है जो तत्काल इच्छा पूर्ती करने के आदि है और आवश्यक रूप से काम करके पाने से अधिक की वे आशा करते है।

आप तरक्की और बड़े वेतन के योग्य नहीं क्योंकि आप एक साल और इस कम्पनी की कुर्सी में बैठे है। आपको अपने मालिक के लिए अधिक कीमती होना चाहिए और वैसा करने का सिर्फ़ एक ही रास्ता है कि आप अधिक ज़िम्मेदारियाँ उठाए या सिर्फ़ जिस काम को आप पहले से कर रहें है उसे अधिक बेहतर तरीके से करें। जब कम्पनी किसी की तरक्की करने को सोचती है तो कुछ लोग छूट जाते है और उन्हें इस बात का एहसास ही नहीं होता क्योंकि वे तैयारी नहीं करते है।

मुझे इस बात पर आश्चर्य होता है कि कुछ लोग बहुत ही तीव्र होते है और वे सब कुछ करते है ताकि वे जो बनना चाहते है वह बन सके, जबकि दूसरे कुछ नहीं करते पर शिकायत करते रहते है क्योंकि कोई भी उनके गोद में अवसर नहीं डाल रहा। यदि आप अपनी नौकरी को संभाल कर रखना चाहते है तो अपनी कम्पनी के साथ बढ़ने का निर्णय ले; आलसी मत बने रहिए और उसे आपको पीछे छोड़ने का मौका न दें।

जैसा मैंने कहा ''ज़िन्दगी भर सीखने वाले बने'' पढ़े, सुने और सीखे। पाठशाला जाए या विशेष कक्षाओं में शामिल हो जाइए ताकि आप अपने क्षेत्र के प्रगतिशील औधोगिकी के साथ बढ़ सके। यदि आप निवेश करेंगे तो आपको उसका फल भी मिलेगा। जितनी अधिक जानकारी आपको अपने काम के बारे में होगी, उतना अधिक आत्मविश्वास आप में होगा। जितना अधिक आत्मविश्वास आप में होगा, उतना अधिक भरोसा दूसरे आप पर करेंगे। तैयारी सफलता की कूंजी है। यदि आज आप तैयारी कर लेंगे, तो बाद में आपकी तरक्की हो जाएगी।

■ *अध्याय – 8* ■

जब दुनिया कहे - 'न'

हेनरी वार्ड बीचर स्कूल में पढ़ने वाला एक छोटा बालक था, जब उसने आत्मविश्वास के बारे में एक पाठ सीखा, जिसे वे कभी भूल नहीं सकते। उसे कक्षा में सबके सामने पाठ सुनाने के लिए बुलाया गया। उसने बड़ी मुश्किल से शुरूआत की ही थी कि उसकी शिक्षिका ने उससे ज़ोरदार ''नहीं'' कहकर उसे टोका। उसने दुबारा शुरूआत की और फिर से शिक्षिका ने गरजकर "नहीं" कहा। अपमानित हेनरी बैठ गया।

अगला लड़का खड़ा होकर कविता का पाठ पढ़ेने लगा और जैसे ही उसने शुरू किया शिक्षिका ने चिल्लाकर कहा–"नहीं''। फिर भी वह लड़का उस कविता का पाठ खत्म होने तक पढ़ता रहा, और जैसे ही वह बैठ गया, टीचर ने उसे जवाब देकर कहा "बहुत अच्छा"!

हेनरी नाराज़ हो गए। उन्होंने शिक्षिका से शिकायत की और कहा–''मैंने भी बिलकुल उसी की तरह पाठ पढ़ा था''। पर उस प्रशिक्षक ने कहा ''पाठ को जानना काफ़ी नहीं होता, उस पर दृढ़ रहना भी ज़रूरी होता है। जब तुमने मुझे रोकने का मौका दिया, इसका मतलब यह था कि तुम निश्चित नहीं थे। जब सारी दुनिया तुमसे ''न'' कहती है, तो यह आपका कर्तव्य है कि आप उनसे ''हाँ'' कहे और साबित करे।"

दुनिया हज़ारों तरीकों से हमें ''नहीं'' कहेगी

"नहीं! तुम वो नहीं कर सकते।"
"नहीं! तुम गलत हो।"
"नहीं! तुम बहुत बड़े हो।"
"नहीं! तुम बहुत छोटे हो।"
"नहीं! तुम बहुत कमज़ोर हो।"
"नहीं! यह हो ही नहीं सकता।"

“नहीं! तुम्हारे पास शिक्षा नहीं।”
“नहीं! तुम्हारी पृष्ठ–भूमि सही नहीं।”
“नहीं! तुम्हारे पास पैसा नहीं।”
“नहीं! ऐसा नहीं हो सकता।”

और हर “नहीं” में इतनी ताकत है कि जब तक आप हार न मान ले तब तक वह आपके आत्मविश्वास को थोड़ा–थोड़ा करके मिटा सकता है।

दुनिया शायद यह भी कह सकती है “नहीं! तुम ऐसा नहीं कर सकती, तुम एक स्त्री हो”। जब परमेश्वर ने मुझे सेवकाई के लिए बुलाया था, तो मैंने भी यही सुना था, पर मैं ऐसी पहली महिला नहीं जिससे कहा गया हो कि तुम परमेश्वर की बुलाहट को नज़रअंदाज करो और जिसे ऐसी सलाह दी गई हो, जो परमेश्वर की सेवा करने के मेरे प्रथम उद्देश्य और इच्छा के विपरीत हो। जैसे मैंने पहले के एक अध्याय में जिक्र किया था, स्त्रियों और शैतान के बीच का युद्ध अदन के बगीचे से शुरू हुआ था और अभी तक रूका नहीं है। शैतान, स्त्रियों से नफ़रत करता है, क्योंकि वह एक स्त्री ही थी, जिसने यीशु को जन्म दिया, और वह यीशु ही है जिसने शैतान को पराजित किया। बहरहाल ऐसा मत सोचिए कि सफलता आपकी पहुँच से दूर है, क्योंकि शैतान आपके विरूद्ध में है। शैतान आपके विरूद्ध में ज़रूर है, पर परमेश्वर आपके लिए है और उसकी उपस्थिती आपके साथ होने पर आप कभी हार नहीं सकते हैं। जब दुनिया आपसे “न” कहे, तो आपमें इतनी हिम्मत होनी चाहिए कि आप उनसे “हाँ” कह सके।

मुझे याद है, जब मैंने विश्वास द्वारा उस काम को करने के लिए कदम बढ़ाया, जिसके लिए परमेश्वर ने मुझे चुना था तो आगे बढ़ना मेरे लिए कितना मुश्किल हो गया था। मेरा पूरा परिवार और मेरे सारे दोस्त मेरे विरूद्ध हो गए थे। उस वक्त मैं उन वचनों को समझ न सकी, जो लोगों ने मेरे विरूद्ध उपयोग किया पर मुझे पता था कि वास्तव में मैं परमेश्वर की सेवा करने की विवशता को महसूस कर रही थी। मुझमें इतना जोश और इच्छा भर गई थी कि दुनिया (कुछ लोगों को छोड़कर) मेरे विरूद्ध होने पर भी मुझे आगे बढ़ने की प्रेरणा मिलती रही। मैं परमेश्वर का शुक्रियादा करती हूँ कि मेरे पति ने मेरा साथ दिया। उन दिनों उनका प्रोत्साहन मेरे लिए बहुत कीमती था।

जबकि दुनिया भर के लोगों ने मुझसे कहा कि मैं नहीं कर सकती हूँ पर मैं यह काम तीस वर्षों से कर रही हूँ और तब तक करती रहना चाहती हूँ, जब

तक यीशु मुझे अपने पास बुला नहीं लेता है। दूसरों के विचार के विपरीत परमेश्वर ने किया। लोग परमेश्वर को रोक नहीं सकते!

दूसरों को संतुष्ट करने वाले न बने

कोई भी जो हमेशा दूसरों को खुश करने की कोशिश करते हैं, वे कभी अपने लक्ष्य को पा नहीं सकते। केलिफ़ोनिया की एक स्त्री की कहानी पर ध्यान दें जिसने अपने किचन में पानी ठण्डा रखने वाली दो बोतलों को रख लिया था। ऐसा इसलिए नहीं क्योंकि वे बहुत प्यासी रहती थी या उसको स्वास्थ्य की समस्या थी, ऐसा इसलिए क्योंकि वह दोनों में से किसी भी एक कम्पनी को जिसे उन्होंने बुलाया था! उनसे न नहीं कह पा रही थी। उसे डर था कि यदि वह मना कर दे, तो वह व्यापारी उसे बुरा भला कहेगा।

शायद आपको व्यापारियों से "न'' कहने में परेशानी न होती हो, पर शायद अपने दोस्तों से "न" कहने में संघर्ष करते हों, या आपके परिवार, या फिर आपकी कलीसिया, चाहे इसकी वजह से परमेश्वर द्वारा आपको मिली बुलाहट को नुकसान पहुँचे। लोग हमेशा आपकी सफलता से खुश नहीं होते, और सब कुछ समझने वाले व्यक्ति भी आपको सफल होने से रोकने की कोशिश करेंगे। आपको अपने दिल को और उस काम को जानना होगा, जो आपको करना है और उसे करना भी होगा। यदि आप कोई गलती करते हैं, तो आप तुरन्त यह जान जाएँगे, और जब ऐसा होता है, तो "मैंने गलती की" कहने से संकोच न करें।

''कदम बढ़ाओ और खोज करो'' यह मेरा नारा है। मुझे ऐसे लोगों से नफ़रत है, जो डर से सिकुड़ जाते हैं और गलती करने से इतना डरते हैं कि वे कभी कुछ करने की कोशिश ही नहीं करते। मैं एक युवक को जानती हूँ, जिसने संगीत की सेवकाई में जाने के लिए अपनी नौकरी को छोड़ दिया। वह एक साहसिक कदम था और उसने वह सब कुछ किया जिससे वह आगे बढ़ सके, पर कुछ काम नहीं आया (कम से कम उस वक्त तो नहीं)। बहरहाल, मुझे उस पर गर्व है कि उसने कोशिश करने का साहस तो किया था। कम से कम अब वह अपना जीवन यह सोचकर नहीं बिताएगा कि अगर मैंने कोशिश की होती, तो क्या होता? मेरे विचार में कोशिश ना करने से अच्छा है, एक बार कोशिश करना और असफल हो जाना। कभी–कभी हमें जिस काम को करना है उस काम की खोज करने के लिए विभिन्न कामों को तब तक करके देखना चाहिए, जब तक हम उस काम की खोज नहीं कर लेते, जो हमारे मन से मेल खाती है।

> परमेश्वर ऐसी स्त्रियों और पुरूषों का उपयोग करता है, जो उसे खुश करे और उसकी आज्ञा मानने को तैयार रहते हैं, न कि उन्हें जिनका नियंत्रण लोगों का भय करता है।

लोग हमें कई प्रकार की सलाह देते हैं, अधिकांशतः ऐसी सलाह जिसे हम चाहते ही नहीं। सुनिए और जिस तरह एक सेवक ने कहा– "भूसा खाइए और लकड़ियों को थूक दीजिए''। जो भी आपके लिए मददगार और उपयोगी है उसे स्वीकार कीजिए पर दूसरों की राय को आप पर हावी होने न दे, क्योंकि जैसे हेनरी बेयार्ड स्वोप ने कहा–"मैं तुम्हें सफलता का सिद्धांत तो नहीं दे सकता, पर तुम्हें असफलता का सिद्धांत दे सकता हूँ, जो हैः दूसरों को संतुष्ट करने की कोशिश करना''।

प्रेरित पौलुस ने यह साफ़ तौर से बता दिया था कि यदि वह लोगों के बीच में प्रसिद्ध होने की कोशिश करते तो वे कभी भी प्रभु यीशु के प्रेरित नहीं बन पाते (गलतियों 1:10)। राजा शाऊल ने अपने राज्य को खो दिया, क्योंकि उसने लोगों के डर की वजह से परमेश्वर की आज्ञा का पालन नहीं किया (1 शमूएल 13:8–14)। परमेश्वर ने शाऊल से उसके राज्य को छीनकर दाऊद को दे दिया। एक ऐसे मनुष्य को जो परमेश्वर के दिल के करीब था। दाऊद ने शाऊल की तरह लोगों को उसका नियंत्रण करने नहीं दिया। खुद दाऊद के भाई एलियाब ने अस्वीकृति प्रकट की पर बाइबल यह कहती है कि उसने एलियाब की बातों पर ध्यान न दिया और उसने वही किया जो उसे करना चाहिए था। (1 शमूएल 17:28–30)। हमें उन लोगों पर ध्यान नहीं देना चाहिए, जो हमें निराश करते और दोषी ठहराते हैं, जिसकी वजह से वह जो हमसे कहते या हमारे बारे में सोचते हैं, उससे हम पर बहुत बुरा असर पड़ता है।

परमेश्वर ऐसी स्त्रियों और पुरूषों का उपयोग करता है, जो उसे खुश करे और उसकी आज्ञा मानने को तैयार रहते हैं, न कि उन्हें जिनका नियंत्रण लोगों का भय रहता है। हम सब चाहते हैं कि लोग हमें पसंद करें और हमसे खुश रहें पर हम इस इच्छा को खुद पर हावी होने नहीं दे सकते।

मैंने इस विषय के बारे में अपनी पुस्तक *अप्रुवल आडिक्शन* में लिखा है, जो वर्ष 2005 में प्रकाशित हुई थी, यह एक सम्पूर्ण निर्देश पुस्तिका है। जिससे आप दूसरों को खुश करने की ज़रूरत पर जीत हासिल कर सकते हैं और मैंने यह इसलिए लिखी, क्योंकि कई वर्षों तक मैं, एक सम्पूर्ण मसीही बनने की कोशिश कर रही थी। दूसरों को संतुष्ट करने की कोशिश कर रही थी, और किसी को खुश न कर सकी और मैंने संघर्ष किया और काफ़ी दुःख सहा। जब तक आप परमेश्वर की नहीं सुनेंगे और अपने दिल की बात नहीं मानेंगे तब तक आप एक

अधूरा और निराश जीवन गुज़ारेंगे। कोई भी व्यक्ति जो दूसरों को खुद पर नियंत्रण करने और उसके लक्ष्य का निर्णय लेने का अवसर देता है, वह धीरे–धीरे कड़वाहट से भर जाएगा और खुद को दूसरों के द्वारा उपयोग किया हुआ और फ़ायदा उठाया गया व्यक्ति समझेगा। मुझे यकीन है कि आपने वह प्रसिद्ध कथन सुना होगा "आपका दिल सच्चा रहे" और मैं यह कहना चाहती हूँ कि मेरे हिसाब से यदि आपने ऐसा करना शुरू नहीं किया है, तो आज से इस उपदेश का पालन करना शुरू कर लीजिए।

इतिहास ऐसे लोगों से भरा हुआ है, जिन्होंने बहुत से महान कार्य किए हैं, फिर भी उन्हें अपने बीते दिनों में आलोचना और लोगों के न्यायों से खुद को बचाना पढ़ा था। बहुत से महान आविष्कारों को उनके परिवार या दोस्तों के द्वारा सताया गया पर वे आगे बढ़ते गए, क्योंकि वे जो कर रहे थे उस पर उन्हें भरोसा था।

बेन्जमिन फ्रेक्लिन की इच्छा थी कि वे अपने भाई के समाचार पत्रिका में कुछ लिखे, जहाँ वे सहायक के रूप में काम करते थे, पर उनके भाई ने ऐसा करने से मना कर दिया। बेन फिर भी कहानियाँ लिखते थे, एक गुप्त नाम साईलेन्स डुगुड के अंतर्गत, एक काल्पनिक विधवा जो बहुत जिद्दी थी, खासकर स्त्रियों के ईलाज के मामले में। हर पत्रों को छपाई की दुकान के दरवाज़े पर दबा दिया करते थे, ताकि उसकी पहचान छुपी रहे, और "साईलेन्स डुगुड" बहुत ही प्रसिद्ध हो गए। सोलह पत्रों को लिखने के पश्चात् बेन ने आखिरकार यह खुलासा किया कि इसके लेखक वही है और हालांकि हर किसी से उसे सकारात्मक सहयोग मिलने लगा, पर उनके भाई उनसे और अधिक नाराज़ थे और उससे अधिक जलन करने लगे थे। इसके फलस्वरूप उनकी पिटाई होने लगी और आखिरकार वो भाग गए। अपने जीवन काल के बहुत से खोज और प्रगति की रचना के माध्यम से बेन ने आखिरकार अपनी खुद की छपाई की दुकान खोली और समाचार–पत्र की शुरूआत की, जिसका नाम *पेनसिलवेनिया गेजेट* था, जो उनके नेतृत्व में कॉलोनिस की सबसे सफल पत्रिका बन गई।

टेलीफ़ोन के आविष्कार के बाद ऐलेकज़ेन्डर ग्रहाम बेल ने अपने इस आविष्कार को घर–घर तक पहुँचाने के लिए पैसों के लिए संघर्ष किया। सच्चाई तो यह है कि किसी ने भी इस आविष्कार को गंभीरता से नहीं लिया था और उनके करीबी परिवार के सदस्यों और समर्थकों ने उन्हें "बोलने वाले टेलीफ़ोन की बकवास" पर ध्यान देने के बजाए टेलीग्राफ़ में सुधार लाने के लिए प्रोत्साहित किया। बैंक वालों ने उनका मज़ाक उड़ाया और वेस्टर्न यूनियन ने

उन्हें नकार दिया, पर एलेक्ज़ेन्डर ने हार न मानी, तभी तो आज हमारे पास टेलीफ़ोन है।

हंगरीएन के एक चिकित्सक ने जिनका नाम इगनाज सेम्मेलवेईस था, उन्होंने खोज किया कि बच्चों के जन्म के समय पकड़ने वाले जानलेवा संक्रमण से काफ़ी हद तक बचा जा सकता है, यदि सहायक और डॉक्टर, मरीज़ को हर बार छूने से पहले अपने हाथ अच्छे से धो ले। जन्म के समय माताओं की मृत्यु दर में कमी होने पर भी उनके विश्वास को हँसी में उड़ाकर उन्हें वियन्ना से बाहर कर दिया गया, फिर भी उन्होंने अपनी खोज के बारे में लिखा और आज उन्हें बच्चों के जन्म को सुरक्षित बनाने का श्रेय दिया गया है।

मध्य 1800वीं सदी में मार्गरेट नाईट एक पेपर के थैले बनाने वाले कारखाने में काम करती थी, जब उन्होंने एक ऐसी मशीन का आविष्कार किया, जो अपने आप कागज़ की थैली को मोड़ता और चिपकाता था, जो उस समय के सामान्य लिफ़ाफ़े के आकार के बजाए चौकोन आकार की रचना करता था। कारीगरों ने इस मशीन को लगाने की इसकी सलाह को मानने से मना कर दिया, क्योंकि उन्होंने सोचा–"एक स्त्री मशीन के बारे में क्या जानती है?" उन्होंने 1870 में ईस्टर्न पेपर बैग कम्पनी की स्थापना की और उन्होंने अपने जीवनकाल में छब्बीस से अधिक आविष्कारों की खोज की।

हेड़ी लामार 1930 और 1940 की सबसे प्रसिद्ध अभिनेत्री के रूप में जानी जाती थी, पर उनके पास अत्यंत सृजनशील और चतुर दिमाग़ था। वह दूसरे विश्व युद्ध के दौरान पूरी लगन के साथ युद्ध के कामों में मदद करना चाहती थी और नेशनल इंवेन्टरस काऊन्सल में जुड़ने के लिए उन्होंने अभियान छेड़ना सही समझा, पर उनसे कहा गया कि उनका सुन्दर चेहरा और उनकी फिल्मी प्रतिष्ठा लोगों को युद्ध की प्रतिज्ञा–पत्र खरीदने के लिए प्रोत्साहित करेगी, पर हेड़ी ने अपने सपनों को छोड़ा नहीं और उन्होंने रिमोट कन्ट्रोल रेडियो संचार की खोज करने में मदद की, जिसे दूसरे युद्ध में प्रस्तुत किया गया और जिसका निर्माण आज से दो दशक पहले ही हो गया। उनका यह आविष्कार, जो आज के बहुत से तकनीकी में मददगार साबित हुआ है। इसके अतिरिक्त उन्होंने युद्ध के प्रयास में मदद करने के लिए करोड़ों डॉलर एकत्रित किए।

इन स्त्रियों एवं पुरूषों की कहानियों को पढ़ कर आश्चर्य होता है, जिन्होंने इस समाज के कल्याण के लिए हर क्षेत्र में कुछ ना कुछ प्रगति की है और फिर भी उन्हें इस दुनिया को एक बेहतर जगह बनाने के लिए अत्यधिक निन्दा, न्याय और पीड़ा को सहना पड़ा। इससे साफ़–साफ़ यह प्रदर्शित होता है कि

शैतान किसी भी क्षेत्र में होने वाली सफलता को रोकने का पूरा प्रयास करता है। वह हर प्रकार के डर का उपयोग कर लोगों को रोकने की कोशिश करता है, पर आत्मविश्वास से भरी स्त्री आगे बढ़ती जाएगी और दुनिया के ''नहीं'' कहने पर भी वह ''हाँ'' कहेगी।

भिन्न होने में क्या खराबी है?

ऐसा लगता है जैसे दुनिया ऐसी हर चीज़ों का विरोध करती, या फिर डरती है, जो साधारण से अलग हो। जब लोग दूसरों से भिन्न होते हैं या कुछ भिन्न काम करने की कोशिश करते हैं, तो उन्हें विरोध का सामना करने के लिए तैयार रहना चाहिए।

बहुत से लोग जिन्होंने अपने जीवन में महान काम किए है वे अकेले खड़े रहने के लिए तैयार थे और आत्मविश्वास के बिना यह संभव नहीं है।

पौलुस की ''आत्मिक'' संतान तिमुथियुस बहुत ही जवान था और वह घबराया हुआ और चिन्तित था कि लोग उसकी जवानी के बारे में क्या सोचेंगे। पौलुस ने उसे सिखाया कि कोई भी व्यक्ति उसकी जवानी को तुच्छ न समझे (1 तीमुथियुस 4:12) इससे कोई फर्क नहीं पड़ता कि एक व्यक्ति कितना जवान या बूढ़ा है। यदि परमेश्वर किसी व्यक्ति को कुछ करने के लिए बुलाता है और उनमें आगे बढ़ने का आत्मविश्वास है, तो उन्हें कोई भी रोक नहीं सकता।

हाल ही में परमेश्वर ने मुझसे बात की और कहा–''कभी भी अपने उम्र के आधार पर निर्णय न लें''। जैसे–जैसे डेव और मेरी उम्र बढ़ती जा रही है, हम खुद को यह सोचते हुए पाते हैं कि क्या इस बढ़ती उम्र में हमें कुछ नई चीज़ों को आज़माने की ज़रूरत है। परमेश्वर ने इस बात को सिद्ध कर दिया कि हमारा निर्णय, उम्र पर निर्भर नहीं होता। मूसा अस्सी साल का था जब वह इस्राएलियों को मिस्त्र से छुड़ाया था। पच्यासी की उम्र में कालेब ने एक पर्वत को अपनी सम्पत्ति बनाने की माँग की।

> *और अब देख देख यहोवा ने मुझसे यह वचन कहा था, तब से पैंतालीस वर्ष हो चुके थे, जिनमें इस्राएली जंगल में घूमते–फिरते रहे, उनमें यहोवा ने अपने कहने के अनुसार मुझे जीवित रखा है और अब मैं पच्यासी वर्ष का हूँ।*

जितना बल मूसा के भेजने के दिन मुझमें था उतना बल अभी भी मुझमें है। युद्ध करने या भीतर–बाहर आने–जाने के लिए जितनी उस समय मुझमें सामर्थ्य थी उतनी ही अब भी मुझमें सामर्थ्य है।

इसलिए अब वह पहाड़ी मुझे दे, जिसकी चर्चा यहोवा ने उस दिन की थी, तूने तो उस दिन सुना होगा कि उसमें अनाकवंशी मनुष्य रहते हैं, और बड़े–बड़े गढ़वाले नगर भी है, परन्तु क्या जाने संभव है कि यहोवा मेरे संग रहे और उसके कहने के अनुसार मैं उन्हें उनके देश से निकाल दूँ। (यहोशू 14:10–12)

एक व्यक्ति आपकी उम्र को देखकर कैसी प्रतिक्रिया करता है और इस वजह से, दूसरे जो प्रतिक्रिया करते हैं वह वास्तव में आप पर निर्भर करती है। अवश्य ही हम सबकी उम्र बढ़ती जाती है, पर हमारे दिमाग़ में "मैं बहुत बूढ़ा हूँ" की सोच नहीं होनी चाहिए। अदलाई स्टीवनसन ने कहा था "आपके जीवन की उम्र को नहीं, पर आपके उम्र के जीवन को गिना जाता है"। आत्मविश्वास से भरा व्यक्ति यह नहीं सोचता है कि उसकी उम्र कितनी है, वे यह सोचते हैं कि वे अपने बचे हुए जीवन से क्या कुछ हासिल कर सकते हैं। याद रखें, आत्मविश्वास से भरा व्यक्ति सकारात्मक होता है और वे उस पर नज़र डालते हैं जो उनके पास है, न कि उन पर जिसे उन्होंने खो दिया।

यदि आप यह किताब पढ़ रही है और मान लीजिए कि आप पैंसठ वर्ष की हैं और आपको ऐसा महसूस हो रहा होगा कि आप शर्म और सहमी रहने की वजह से अपना जीवन बर्बाद कर दिया है, आप आज से ही शुरूआत कर सकती हैं और अपने जीवन में कुछ अद्‌भुत और महान काम कर सकती हैं।

इस पुस्तक को लिखते वक्त मेरे पति की उम्र 65 और मेरी 62 है। हम अभी भी उतना ही काम कर रहे हैं या शायद पहले से ज़्यादा, पर हमें मानसिक रूप से "रिटायर" न होने का निर्णय लेना था या फिर ऐसी सोच को दूर करना कि "मेरी उम्र बढ़ती जा रही है।"

हम दृढ़ता से परमेश्वर को हमारा निर्णय लेने का मौका देते हैं, न कोई व्यक्ति या हमारी उम्र को। मैं जब तक इस धरती में रहूँगी, तब तक आत्मविश्वास से भरी स्त्री बनी रहूँगी, और मैं यह भी जानती हूँ कि जब मैं स्वर्ग में जाऊँगी तब मुझमें पूर्ण विश्वास होगा क्योंकि परमेश्वर की उपस्थिती में भय नहीं होता।

इस वास्तविकता का जश्न मनाइए कि आप दूसरों की तरह नहीं हैं, आप खास हैं! आप अनोखे हैं!

मैं कह सकती हूँ कि मैं एक आत्मविश्वास से भरी स्त्री हूँ, इसलिए नहीं क्योंकि मैं हमेशा आत्मविश्वास को महसूस करती, पर इसलिए क्योंकि मैंने ऐसा बने रहने का निर्णय लिया है!

इस वास्तविकता का जश्न मनाईए कि आप दूसरों की तरह नहीं हैं, आप खास हैं! आप अनोखे हैं! आप अपने पिता के 23 एवं माता के 23 क्रोमोसोम के उत्पादन हैं। वैज्ञानिकों का मानना है कि 10/2,000,000,000 मौको में सिर्फ़ एक ही बार में आपके माता–पिता को आपके जैसा बच्चा मिलेगा। आपके व्यवहार के मिश्रण की नकल नहीं की जा सकती। आपको अपने अनोखेपन के विकास के तरीकों की खोज करने की ज़रूरत है और उसे सबसे अधिक प्राथमिकता का विषय मानना होगा।

आपकी कीमत नहीं बढ़ जाएगी, यदि आपको यह पता चलता है कि आप ऐसा कुछ कर सकते हैं, जो कोई नहीं कर सकता, नहीं इससे आपकी कीमत घटती है, जब आपको यह पता चलता है कि दूसरे ऐसा काम कर सकते हैं, जो आप नहीं कर सकते। हमारा महत्व भिन्नता पर निर्भर नहीं करता या दूसरों जैसा होने पर, वह तो सिर्फ़ परमेश्वर में पाया जाता है।

हज़ारों वर्ष पहले यूनानी दर्शनशास्त्री एरिस्टोटल ने कहा था कि प्रत्येक मनुष्य का जन्म काबिलियत के अनोखे जोड़े के साथ होता है, जो पूर्ण होने के लिए तड़पता रहता है, जैसे बलूत का बीज बलूत बनने के लिए तड़पता है। मैं विश्वास करती हूँ कि हज़ारों लोग जो इस किताब को पढ़ेंगे वे ऐसे लोग होंगे जो अपने मन की इच्छा को पूर्ण करने के लिए तड़प रहे हैं। खुद का समझौता "औसत" या "पार कर लेना" जैसी चीज़ों से न करें। आपके जीवन में कुछ सीमाएँ तो होंगी, पर यदि आप निर्णय लें तो आप असाधारण बन सकते हैं।

प्रसिद्ध अभिनेता सिडनी पोईटेयर उपनिवेश कायदे में रहते थे, तब उनके जीवन के बारे में उन्होंने बताया कि उन दिनों में जितना गहरा आपका रंग होगा, उतना ही कम अवसर मिलने की आशा आप कर सकते थे। उनके माता–पिता और खासकर उनकी माता ने उनके मन में ऐसे खतरनाक अभिमान को उगाया, जिसकी वजह से वे असाधारण के अलावा कुछ करना ही नहीं चाहते थे। वे बेहद गरीब थे और यदि आप गरीबी को मौका दे, तो वह आपके सोच–विचार को गलतफ़हमियों से भर देगा, पर सिडनी ये विश्वास करते रहे

कि वे अपनी इस हालात से उभर सकते हैं और उन्होंने ऐसा ही किया। दृढ़ होना एक अद्‌भुत विशेषता है। बाज़ दृढ़ होता है। एक बार यदि वह अपनी नज़र अपने शिकार पर लगा दे तो वह अपनी जान दे देगा, पर उसे जाने न देगा।

सच बात है कि आत्मविश्वास से भरे व्यक्ति विरोधियों से हार नहीं मानते, वास्तव में विरोधी उन्हें चुनौती देते हैं और इसकी वजह से उनमें सफल होने की इच्छा अधिक दृढ़ हो जाती है।

दुनिया ने सिडनी से ''नहीं'' कहा पर उन्होंने कहा ''हाँ''! जब दुनिया आपसे ''नहीं'' कहे तो आप क्या कहेंगे?

■ *अध्याय – 9* ■

क्या वास्तव में स्त्रियाँ एक कमज़ोर लिंग है?

स्त्रियों के विषय में लोगों की एक गलत धारणा यह है कि स्त्रियाँ पुरूषों की तुलना में कमज़ोर होती है और यह सच नहीं। बाइबल कहती है कि वे शारीरिक तौर से कमज़ोर है (1 पतरस 3:7), पर इससे यह साबित नहीं होता कि वह किसी और तरीके से कमज़ोर है। स्त्रियाँ बच्चे पैदा करती है और मेरा यकीन कीजिए कोई भी जो कमज़ोर है वह ऐसा नहीं कर सकता है।

शायद मुझे अचार के नए डब्बे के ढ़क्कन को खोलने में मेरे पति की मदद् की ज़रूरत पड़ती हो, पर मुझ में अत्यधिक सहनशक्ति है जिसकी वजह से किसी काम को पूरा होने तक मैं उसमें लगी रहती हूँ। मैं कमज़ोर नहीं और ना ही मैं हार मानने वाली हूँ। एक स्त्री होने के नाते खुद को ''कमज़ोर'' के रूप में मत देखिए।

इस गलत धारणा को आप पर हावी होने ना दे। आप अपने जीवन में जो कुछ करना चाहती है वह कर सकती है।

यह दुनिया ऐसी माताओं से भरी है जिनके पतियों ने उन्हें त्याग दिया और उनके बच्चों की आर्थिक मदद् करने से मना करते है। ये माताएँ मेरी नज़रों में महान है। वे कठिन परिश्रम करती है और एक माता और एक पिता दोनों बनने की कोशिश करती है। वे अपने समय, व्यक्तिगत आनंद और ऐसी बहुत सारी चीज़ों को कुर्बान करती है क्योंकि वे अपने बच्चों से बेहद प्यार करती है। यकीनन वे कमज़ोर नहीं है।

पुरूष जो उन्हें छोड़ कर चले जाते है उन्हें यह याद रखना होगा कि उनकी ताकत उन्हें छोड़ कर नहीं जाती, बल्कि परिस्थिती उन्हें और मजबूर बना देती है और वे ज़िम्मेदारी बन जाती है।

10 अरब से अधिक अकेली माताएँ जो अठारह वर्ष की आयु से कम की है, वे अपने बच्चों का पालन पोषण कर रही है। 1970 से यह संख्या खतरनाक रूप से 3 अरब से ज़्यादा हो रही है और ऐसा अनुमान लगाया जा रहा है कि

34% परिवार जिसके घर की मुखिया अकेली माताएँ है वे गरीबी रेखा के नीचे जीवन बिताती है (इनकी वार्षिक आय $15,670 से कम है) उनकी सबसे बड़ी चिन्ता मूल से भी ज़्यादा अपनी माता और पिता दोनों की भूमिका निभाने की होती है। वे खर्चो की चिन्ता करती है, अपने बच्चों का उच्च पालन पोषण करने की अपने वाहन को चलाने की, एक सुरक्षित जीवन बिताने की और एक पर्याप्त घर की भी चिन्ता करती है।

कुछ पुरूष सोचते है कि जो माताएँ घर–में–रहती है और गृहणी है वो दिन भर कुछ नहीं करती। वे शायद ऐसी बातें कहे "मैंने दिन भर काम किया, तुमने क्या किया?" इस प्रकार की टिप्पणी किसी भी स्त्री में अवमूल्यन का एहसास दिला सकती है, पर ये बातें उन पुरूषों द्वारा कही जाती है जिनमें जानकारी की काफ़ी कमी है। परिवार का पालन–पोषण करना, पति की देखभाल करना और एक अच्छी गृहणी बनना दिन–भर का काम जिसमें ओवरटाइम करना पड़ता है और जिसके लिए अतिरिक्त तनख्वाह भी नहीं मिलती। मैं उन स्त्रियों की प्रशंसा करती हूँ जो घर की माताएँ है, खासकर वो जो घर में अपनी नौकरी पूरे आनंद के साथ करती है। आप मेरी नायिका है।

सोने से पहले

माता और पिता टी. वी देख रहे थे जब माँ ने कहा "मैं थक गई हूँ और मुझे देर हो रही है। लगता है कि मुझे सो जाना चाहिए" वह किचन मैं जाकर अगले दिन के नाश्ते की तैयारी करने लगी, मिठाई के लिए बर्तनों को धोया, फ्रीज़र से मछलियाँ अगले दिन के भोजन के लिए निकाल कर पानी मे डाल दी, अनाज के डब्बों को जाँचा, शक्कर के डब्बे को भरा, चम्मच और बर्तनों को मेज़ पर जमा कर रखा और अगले दिन की चाय के लिए सारे सामान को एकत्रित करके रखा। उन्होंने फिर कुछ गीले कपड़ों को सुखाने के लिए टाँगा गंदे कपड़ो को धोने के लिए एकत्रित किया कमीज़ पर इस्त्री चलाई और ढ़ीले बटनों को सीया। उन्होंने ज़मीन पर पड़े खिलौनों को जमाया और टेलिफ़ोन पुस्तिका को दराज़ में वापस रखा।

पौधो में पानी ड़ाला, कचरे के डिब्बे को साफ़ किया, और टावल को सूखने के लिए टाँग दिया। उन्होंने जँभाई ली और अँगडाई भी ली और बेडरूम की ओर चल पड़ी। वह मेज़ के पास रूक गई और शिक्षिका के लिए एक पत्र लिखा, स्कूल के पिकनिक के लिए कुछ पैसों को गिना, और कुर्सी के नीचे से पुस्तक को निकाला। उन्होंने एक जन्मदिन के कार्ड को भरा, उसमें पता लिखा,

और लिफ़ाफ़े पर स्टेम्प लगाया और अगले दिन बाज़ार से खरीदने वाली चीज़ों की सूची बनाई। दोनों चीज़ों को उन्होंने अपने पर्स में रख दिया।

माँ ने फिर अपने चेहरे पर क्रीम लगाई, मॉइसचराइज़र को लगया, मंजन किया और अपने नाखुन को सवारा। पति ने कहा ''मैंने सोचा कि तुम सोने जा रही हो।'' उन्होंने जवाब दिया ''मैं उसी की तैयारी कर रही हूँ।'' उन्होंने कुत्ते के बर्तन में थोड़ा पानी डाला और बिल्ली को बाहर छोड़ा और फिर इस बात की जाँच की कि दरावाज़ों पर ताला लगा है कि नहीं, अपने सभी बच्चों पर एक नज़र डाली, और बत्ती बुझाई, कमीज़ को टाँगा, गंदे मोज़ों को धोने के लिए निकाला, और एक बच्चे से थोड़ी बात की जो अपना गृहकार्य कर रहा था। फिर वह अपने कमरे में गई अलार्म को सेट किया, अगले दिन पहनने के कपड़ों को निकाला और जूतों को जमाया। अगले दिन के कामों की सूची में तीन कामों को और जोड़ दिया।

लगभग उसी वक्त पति ने टी.वी. बंद किया और इस बात का एलान किया ''मैं सोने जा रहा हूँ''। और वे सो गए।

पुरूषों के पास अद्‌भुत ताकत होती है और जैसा इस किताब में हमने पहले भी पढ़ा था उनके पास ऐसी योग्यता है जो हमारे पास नहीं, पर निश्चय ही हम ''कमज़ोर'' नहीं है।

इतिहास ने हमारे साथ न्याय नहीं किया

संभवतः कोई भी स्त्री के घर को संभालने और बच्चों को पालने की इस योग्यता को नज़र अंदाज़ नहीं कर सकता। यदि इतिहास के ''अन्याय'' की बात करे तो इसका खाता हमें स्त्रियों द्वारा की गई महान उपलब्धियों को खोलने पर मिलेगा। प्रायः यह माना जाता है कि वह पुरूषों का राज हैः जैसे सरकार, राजनीति, व्यवसाय, धर्म और विज्ञान। पुरूषों ने इन क्षेत्रों में काफ़ी उपलब्धियाँ हासिल की, पर उन स्त्रियों का वर्णन करना भूल गए जिन्होंने उनसे ज़्यादा सफलता हासिल की। वे इस बात से चकित थे कि एक स्त्री घर से बाहर कुछ हासिल कर सकती है। यह सब उस अभिलेख में शामिल है जिसे हमें सीधे सीधे जमाना होगा। सम्पूर्ण इतिहास में स्त्रियों ने बहुत कुछ हासिल किया है।

आईए हम ऐसी दस स्त्रियों पर नज़र डालें जिन्होंने सभी को गलत साबित किया। इनमें कुछ मशहूर है और कुछ नहीं है, पर इन सभी स्त्रियों ने अपने चारों ओर की दुनिया के लिए अविश्‍वसनीय योगदान दिया।

ऐलिज़बेत 1

इंग्लैण्ड की रानी ऐलिज़बेत 1 की ज़िन्दगी का सारांश है–गलत लिंग, महान शासक। उनके कुप्रसिद्ध पिता राजा हेनरी, इतिहास के नीच व्यक्तियों में से एक थे। एक बेटा पाने के लिए आठ शादियाँ की और धोखे से एक ऐसे व्यक्ति को पैदा कर दिया जो उनकी योजना में शामिल न था। ऐलिज़बेत ने ताज को तब संभालना शुरू किया जब उनकी बहन रानी मेरी, जिसे प्रोटेस्टेन्टस को पीड़ित कर मारने की वजह से ''खूनी मेरी'' के नाम से प्रसिद्ध थी, उनका देहान्त 1558 में हो गया। ऐलिज़बेत ने जब राज किया वह समय इतिहास में 1603 तक ''स्वर्ण युग के नाम'' से भी जाना जाता है।

ऐलिज़बेत ने अपने शासन को बनाए रखने के लिए यह दर्शाया कि वे केथोलिक संप्रदाय को पसंद करती है ताकि स्पेन के राजा इंग्लैण्ड पर हमला ना करें। 1558 में राजा फिलीप को यह एहसास हो गया कि उसका नाता प्रोटेस्टेन्स से है और इसलिए उन्होंने स्पेन के महान जहाज़ी बेड़ा को इंग्लैण्ड पर जीत हासिल करने के लिए भेजा। इंग्लैण्ड के इस महान छुटकारे से और जहाज़ी बेड़े के करीब आने के ठीक पहले ऐलिज़बेत ने टिलबरी के अपने सिपाहियों से कहा, ''मैं जानती हूँ कि मेरे पास एक कमज़ोर और नाजुक स्त्री का शरीर है, पर मेरे पास एक राजा का दिल है, वो भी इंग्लैण्ड के राजा जैसा, और यदि परमा या स्पेन या यूरोप के किसी भी राजकुमार ने हमारी सरहदों पर हमला करने की कोशिश की तो वे सोचे कि वे एक अभद्र मज़ाक बन जाएँगे।'' अपने राज्य के अंतिम दिनों में उन्होंने अपने लोगों से कहाः ''यद्यपि परमेश्वर ने मुझे सच्चाई पर बिठाया, परन्तु फिर भी मैं इसे अपने मुकुट की महिमा ही समझती हूँ। कि आपके प्रेम की वजह से मैंने शासन किया।''

मुझे रानी ऐलिज़बेत की यह बात पसंद आई कि उन्होंने जिस शरीर को नाजुक और कमज़ोर कहा था उस पर नज़र न डाली, पर उन्होंने अपने दिल को देखा। उन्होंने अपने दिल की बात और अपनी खामियों को नज़र अंदाज किया। परमेश्वर हमेशा उन लोगों को ताकत देता है जो अपनी कमज़ोरियों से आँख मिलाकर उससे यह कहने के लिए तैयार होते है कि ''तुम मुझें रोक नहीं सकते''।

ऐलिनोर रूसवेल्ट

इनका जन्म एक राजनैतिक परिवार में हुआ था परन्तु वह स्त्रियों के लिए फायदेमंद न था। ऐलिनोर रूसवेल्ट (1884–1962) ने 1905 में अपने दूर के रिश्तेदार फ्रेंकलिन रूसवेल्ट से शादी करने से पहले। एक उच्च शिक्षा को प्राप्त

उस वक्त आप यह कहने के लायक बन जाते है, ''मैंने इस आंतक को पार कर लिया है, आगे जो होगा उसका भी सामना मैं कर सकती हूँ'' आप को वह काम करना चाहिए जिसे आप सोचते है कि आप कर नहीं सकते।

किया, एकान्तित छात्रावास से स्कूली शिक्षा प्राप्त की। अगले कुछ वर्षो के बाद वह अपने छोटे से परिवार की मदद से, एक प्रमुख राजनैतिक महिला बन गई थी। उनमें अधिकांश गुण थे, जिसे नकारा नहीं जा सकता था। फ्रेंकलिन के साथ, उनके पाँच बच्चे हुए और जब रूसवेल्ट को न्यूयोर्क की सभा में चुना गया, तो तुरन्त ही वे राजनीति में सक्रिय हो गई। वे न्यूयोर्क राज्य संघ में स्त्री स्त्रियों के मतदान के लिए काम करती थी और न्यूनतम वेतन के नियमों को नियुक्त करने का काम महिला व्यापार संघ के साथ करती थी। जब 1921 में उनके पति पोलियों से ग्रसित हो गए, तो उन्होंने स्त्रियों की लोकतांत्रिक संघ को संगठित किया ताकि वे 1928 में फ्रेंकलिन को गवर्नर बना सके और छः साल बाद जिन्हें राष्ट्रपति के रूप में चुना गया। 1945 में उनके पति की मृत्यु के पश्चात्, राष्ट्रपति ट्रूमेन उन्हें यूनाईटेड नेशन्स के प्रतिनिधी के रूप में नियुक्त किया जहाँ उन्होंने विशाल रूप से अधिकार की विश्वव्यापी घोषणा और (यूनिवर्सल डिक्लेरेशन ऑफ हयूमन राईटस) को आकार दिया। एलिनोर रूसवेल्ट ने कहा थाः ''हर उस अनुभव से जिससे आपका सामना डर से होता है, आप ताकत, साहस और आत्मविश्वास को प्राप्त करते है। उस वक्त आप यह कहने लायक बन जाते है, 'मैंने इस आंतक को पार कर लिया है, आगे जो होगा उसका भी सामना मैं कर सकती हूँ' आप को वह काम करना चाहिए जिसे आप सोचते है कि आप कर नहीं सकते। ''उन्होंने सीखा कि कोई भी आपको आपकी मर्जी के खिलाफ़ आपको हीन महसूस नहीं करा सकता''।

एलिनोर रूसवेल्ट यह अच्छी तरह से जानती थी कि हालांकि वह भयभीत है फिर भी उन्हें कदम बढ़ाना पड़ेगा। ''हमें भय को जानने की ज़रूरत है'' ना कि ''बिना भय पर नज़र डालना''। कई बार हम भय को समाप्त करना और दूर रखना चाहते है, पर भय कभी भी विश्वास और दृढ़ता को रोक नहीं सकता। जब भय आपके दरवाज़े पर दस्तक देता है, तो विश्वास को जवाब देने दे और शायद किसी दिन आप भी इतिहास की पुस्तकों में पाए जाएँगे।

ऐलिज़बेत फ्राई

ऐलिजबेत फ्राई (1780–1845) धार्मिक संघ की मंत्री और यूरोप के जेलों की सुधारक थी। दस बच्चों की माँ, श्रीमती फ्राई को इंग्लेण्ड के न्यूगेट जेल में

समाज सेवा करने के लिए आमंत्रित किया गया। वहाँ की अवस्था से अंजान, उन्होंने कहा कि उन्होंने पाया "अधनग्न स्त्रियाँ कृएक साथ संघर्ष करती हुई जिनमें अत्याधिक प्रचण्ड हिंसा की भावना भरी हुई थी मुझे ऐसा लगा मानों मैं जंगली जानवरों की गुफ़ा में प्रवेश कर रही हूँ।" श्रीमती फ्राई ने अपने सुधार को प्रारंभ करने के लिए कोई जटिल कदम नहीं उठाया पर उन्होंने अपनी बाइबल को उन कैदियों के लिए पढ़ना शुरू कियाः ''वे सब वहाँ आदरपूर्ण शांति के साथ बैठे थे, हर किसी की आँखे टिकी हुई थी उस सज्जन स्त्री पर न ही उस समय तक और न ही उसके बाद, मैंने किसी को भी इतने अच्छे से पढ़ते हुए नहीं सुना जैसे ऐलिज़बेत ने पढ़ा''

ऐसी साधारण शुरूआत के बाद, उन्होंने सुधार लाने के लिए बहुत सी सलाह दी जैसे स्त्री और पुरूष कैदियों को अलग करना, ज़्यादा हिंसात्मक कैदियों को कम हिंसक लोगों से अलग करना, और कैदियों से कुछ काम कराना। उनका प्रभाव फ्रांस और ब्रिटिश कोलनियों तक फैला हुआ था।

मैं उनकी तारीफ़ करना चाहूँगी कि उन्होंने जेल में सुधार लाने के लिए कोई जटिल कदम नहीं उठाया, उन्होंने वह किया जो वे कर सकती थी। उन्होंने कैदियों को बाईबल पढ़ कर सुनाई। अधिकांश लोग उन अत्याचारों को रोकने के लिए कोई कदम नहीं उठाते जिनका सामना हमारा समाज करता है क्योंकि उन्हें लगता है कि वे जो करेंगे वह इतना महत्वहीन होगा कि समाज को उससे कोई फ़र्क नहीं पड़ेगा। एलिज़बेत इस सिद्धांत को गलत साबित करती है। यदि आप वह करेंगे जो आप कर सकते है तो परमेश्वर आपके लिए वह करेगा जो आप नहीं कर सकते है। द्वार खुलने लगेंगे, रास्ता बनने लगेगा और सृजनात्मक विचार आने लगेंगे। आप दूसरों को भी वह करने के लिए प्रोत्साहित कर पाएँगे जो वे कर सकते है और हांलाकि प्रत्येक व्यक्ति सिर्फ़ थोड़ा ही कर सकता है, पर एक साथ होने पर हम बड़ा बदलाव ला सकते है।

मेरी मेक्लीओड बेथून

मेरी मेक्लीओड बेथून (1875–1955) अपने ज़माने की सब से प्रशंसनीय अश्वेत महिला थी। मूड़ी बाइबल संस्थान से स्नातक प्राप्त करने के बाद, उन्होंने डेटोना बीच (फ्लोरिड़ा) में अश्वेत लड़कियों के लिए पाठशाला खोली। बाद में वह सह शिक्षा स्कूल बन गई और बेथून सरकारी कामों में अधिक शामिल होने लगी। 1935–1944 तक वह राष्ट्रपति फ्रेंकलीन रूसवेल्ट के अल्प संख्या संघ की खास सलाहकार थी। वह प्रथम अश्वेत महिला थी जिन्होंने केन्द्रीय

कार्यालय का नेतृत्व किया और सेना में अश्वेत लोगों के समीकरण के काम पर ध्यान दिया। उन्होंने संयुक्त राष्ट्र के राजपत्र सम्मेलन में विभिन्न जातियों के लेन–देन के मामले के सलाहकार के रूप में सेवा की। बेथून ने नीग्रो महिलाओं के राष्ट्रीय संघ की स्थापना की और नीग्रो के मामलों के लिए बनाए गए राष्ट्रीय युवा समीति की निर्देशिका बनी। गुलाम माता–पिता के सत्रह बच्चों में से पन्द्रहवी बच्ची को रूसवेल्ट के जीवन काल में वाईट हाऊस में अप्रतिबन्धित पहुँच थी।

ध्यान दे कि मेरी बेथून एक पहली स्त्री थी जिसने केन्द्र केन्द्रीय कार्यालय का नेतृत्व किया। मैं उनकी बहुत तारीफ़ करती हूँ जो किसी काम को करने में पहले होते है सिर्फ़ इसलिए क्योंकि जो पहले जाता है उसे पीछे आने वालों से अधिक विरोध का सामना करना पड़ता है। वे मार्गदर्शक होते है, और वे रास्ता खोलते है और भविष्य की पीढ़ी के लिए दाम चुकाते है।

मार्गरेट थेच्चर

मार्गरेट थेच्चर (जन्म 1925) 1979 में ब्रिटिश की सर्व प्रथम महिला प्रधान मंत्री बनी और 1990 में उन्होंने जब स्वच्छा से उस पद को छोड़ा। वह बीसवी सदी की ऐसी पहली प्रधान मंत्री है जिसे तीन बार प्रधान मंत्री पद के लिए चुना गया था। थेच्चर को राजनीति में बहुत कम प्रोत्साहन मिला था। वह एक दूकानदार और मेथोडिस्ट के एक प्रचारक की बेटी थी। और उन्होंने केमेस्ट्री और कानून की शिक्षा में ऑक्सफोर्ड कॉलेज से विशेष योग्यता हासिल की। जब वह टोरी राजनीति में सक्रिय हो गई तो उन्होंने शिक्षा और विज्ञान के राष्ट्रीय सेक्रेटरी के रूप में सेवा की। उन्होंने नेतृत्व के अपने सिंद्धात को इस तरह व्यक्त किया: "जब तक आर्थिक स्वतंत्रता नहीं मिलती तब तक स्वतंत्रता प्राप्त नहीं हो सकती ढीले उद्योगों को समाप्त कर दे और आप स्वतंत्रता को समाप्त कर देंगे।" उन्होंने यह भी कहा: "राजनीति में, यदि आप कुछ सुनना चाहते है तो पुरूषों से कहिए। यदि आप कुछ काम को देखना चाहते है तो, किसी महिला से कहिए।"

मुझे वे लोग पसंद नहीं जो अपने ज्ञान और डिग्रीयों पर घमण्ड करते है और फिर भी कोई उल्लेखनीय कार्य नहीं कर पाते। और मुझे उनसे सख्त नाराज़गी तब होती है जब वे उनका न्याय करते है जो उनसे कम शिक्षित होते है, पर बहुत कुछ हासिल करते है।

आत्मविश्वास से भरी स्त्री शायद गहरे विचारों वाली स्त्री होगी, पर वह सक्रिय भी होगी। ज़रूरत पड़ने पर वह कदम बढ़ाएगी। ऐसी स्त्री न बने जो मरते दम तक सिर्फ़ सोचती रहें। सोचने का एक समय होता है और कदम

बढ़ाने का भी। इसलिए यह ख्याल रहें कि आप इनके बीच का फ़र्क समझते हों। मार्गरेट थेच्चर के पास तेज़ दिमाग़ और उँची शिक्षा भी थी पर वह एक कर्ता भी थी।

मेरी फ़ेयरफ़ेक्स सोमरवाईल

मेरी फ़ेयरफ़ेक्स सोमरवाईल (1780–1872) ने पूरा एक साल स्त्रियों के छात्रावास स्कूल में बिताया और वह अपने ज़माने की सबसे महान वैज्ञानिक मानी जाती थी—पर उन्हें विज्ञान की शिक्षा बहुत ही कठिन तरीकों से प्राप्त हुई। स्काटिश एडिमिरल के एक सेनापती की इकलौती बेटी, उन्होंने तत्वों की शिक्षा युस्लिड द्वारा और ऐलजिब्रा की शिक्षा अपने भाईयों के शिक्षक द्वारा प्राप्त की। ऐसी धीमी शुरूआत के बाद, उन्होंने अपने बलबूते पर न्यूटन के *सिद्धांतो* को पूरा किया फिर वनस्पति शास्त्र, खगोल शास्त्र, गणित और भौतिक शास्त्र की उच्च शिक्षा हासिल की। उन्नीसवी सदी में उनकी पुस्तक मेकेनिस्म खगोल शास्त्र और गणित की एक आदर्श पुस्तिका बन गई थी और फिज़ीकल जियोग्राफ़ी ने पूरे युरोप में उनको प्रसिद्ध कर दिया। वह रॉयल ऐस्ट्रोनोमिकल सोसाईटी (शाही खगोलिय समाज) की एक सम्मानार्थ सदस्य बन गई।

मेरी ने यह साबित कर दिया कि दृढ़ निश्चयी स्त्री के लिए रास्ता हमेशा खुला रहता है। उन्होंने कठिन और दुर्गम हानियों से भरी परिस्थितियों में भी हार नहीं मानी। अपने सपनों का तिरस्कार न करें। आगे बढते रहिए!

थियोडोरा

थियोडोरा, बाईजेन्टीयम की रानी (502–548) ने जस्टीनियन से शादी की, जिन्होंने 527–565 तक शासन चलाया था, पर यह उनकी पत्नी एवं पूर्व अभिनेत्री की थी जिन्होंने ध्यान दिया कि एक महत्वपूर्ण विधि का निर्माण हो और 532 के आंतक का विरोध द्वारा अपने पति के शासन काल को खत्म होने से बचाने के लिए पहला कदम प्रदर्शित किया। जब थियोडर ने राजधानी की रक्षा करने पर ज़ोर डाला तब जसटीनियन भागने की तैयारी में थे। आखिरकार उन्होंने तीस वर्ष और शासन करने की ताकत को हासिल किया, जिस दौरान हर महत्वपूर्ण कानून में थियोडर का नाम शामिल होता था, जिसमें सफ़ेद लोगों की गुलामी पर बंदिश और तलाक के नियमों में बदलाव लाना शामिल था ताकि वे स्त्रियों से थोड़ा सभ्य व्यवहार करें। जब धर्म का विषय आया, तो वह इसाईयों के विश्वास के प्रकटिकरण का और मसीहा के दैविक्रता का समर्थन

मुझे आश्चर्य होता है कि कितने पुरूषों को अपने पिछे खड़ी महान स्त्रीयों की वजह से सफलता मिली है।

करती थी। 548 में उनकी मृत्यु के पश्चात, उनके पति ने कोई भी महत्वपूर्ण कानून को लागू नहीं किया।

लोग कहते है कि हर सफल पुरूष के पीछे एक सफल स्त्री का हाथ होता है। मुझे आश्चर्य होता है कि कितने पुरूषों को अपने पिछे खड़ी महान स्त्रीयों की वजह से सफलता मिली है? कितने महान आविष्कारी और सृजनशील महिलाओं से बलपूर्वक अपने आविष्कार के अधिकारों और विचारों को अपने पति के नाम करना पड़ा होगा? इतिहास ने कभी भी स्त्रियों के साथ न्याय नहीं किया। अगर ऐसा हुआ होता, तो हमारे इतिहास के पन्ने उन महान स्त्रियों के कामों से भरे होते जिन्होंने अनौखे काम किए थे।

हैरियट बीचर स्टोव

हैरियट बीचर स्टोव (1811–1896) ने जो लिखा वह शायद उन्नीसवी सदी का सर्वश्रेष्ट उपन्यास था एक सच्ची मसीही लेखनी जिनके उपन्यास का मुख्यपृष्ठ या *अंकल टॉमस केबिन* (अंकल टॉमस का कमरा)

एक प्रसिद्ध प्रचारक लैमन बीचर की बेटी, उन्हें बहुत पहले से ही धर्मज्ञान से बहुत लगाव था और समाज में सुधार लाने का काम करती थी। विशाल बीचर वंश के सभी सदस्य सिनसिनाटी आगए जहाँ लैमन ने लेन थियोलोजिकल लैमन सेमीनारी को संभाला। वहाँ, हैरियट बीचर का सामना शरणार्थी गुलामों से हुआ अपने दोस्तों और व्यक्तिगत भ्रमण से यह सीखा कि दक्षिण में अश्वेत लोगों का जीवन कैसा होता है। जब उनके पति केलविन स्टोव को मइन के बोडोइन कॉलेज के प्रधानध्यापक के रूप में नियुक्त किया तब उनकी ननंद द्वारा प्रोत्साहन पाकर उन्होंने गुलामी की बुराई के ऊपर एक पुस्तक लिखी। सर्वोच्च कोटी उस पुस्तक की बिक्री एक वर्ष में 300,000 कॉपियों की हुई, एक उच्च संख्या थी जिसे पहले किसी ने न सुना था। उस किताब को बाद में जी. एल. अईकेन ने एक नाटक के रूप में बदल दिया और युद्ध के पहले और बाद में भी बड़ी सफलता से पूरे देश में प्रदर्शित होता रहा।

हमारे देश के इतिहास के किसी काल पर भी नज़र डाली जाए तो राजनैतिक और संस्कृतिक बदलाव आने पर भी यह दुनिया ही है। पर हैरिय ने उन्नीसवीं और बीसवीं सदी की सबसे प्रसिद्ध लेखिका होने की छाप छोड़ दी। उन दिनों के गलत विचारों और संस्कृतिक और प्रजाति से जुड़ी हुई गलत जानकारी के खिलाफ़ खड़ी हुई और कठिन परिश्रम कर इस बात को सुनिश्चित

किया कि रंगो पर ध्यान दिए बिना हर जगह के लोग आज़ादी को अनुभव कर सकें। उन्हें इससे भी बड़े बड़े कामों के लिए ख्याती प्राप्त है। जब 1862 में गृह युद्ध के दौरान राष्ट्रपति अब्राहम लिंकन ने उनसे मुलाकात की, तो उन्होंने यह सूचित करते हुए कहा "तो आप ही वह छोटी महिला है जिन्होंने वह पुस्तक लिखी जिसने यह महान युद्ध शुरू करवाया!"

डोरोथी लिंडे डिक्स

डोरोथी लिंडे डिक्स (1802–1887) ने उन्नीसवीं सदी के दौरान मानसिक रूप से बिमार लोगों के लिए सुधार प्रकरण आरंभ किया था। जो अमेरिका और युरोप दोनों जगहों पर फैल गया था। उनके पिता एक शराबी प्रचारक थे और उनकी माता कभी भी अच्छी मानसिक अवस्था में नहीं रहती थी। बहुत पहले से ही उन्होंने स्कूल में पढ़ाना शुरू किया, उनके मंगेतर एडवर्ड बैंगस् ने उन्हें इस काम के लिए प्रोत्साहित भी किया।

हालांकि उन्होंने अपने मंगेतर से शादी न करने का निर्णय लिया और हकिकत में वह ज़िन्दगी भर अविवाहित ही रही, फिर भी एडवर्ड ने उन्हें पढ़ाने और सामाजिक काम करने के लिए लगातार प्रोत्साहित किया। मानसिक स्वास्थ्य में सुधार लाने का पहला अनुभव उन्हें केम्ब्रिज मसाचुआसेट्स के जेल में सण्डे स्कूल आयोजित का मौका मिलने के परिणामस्वरूप मिला जहाँ उन्होंने पाया कि मानसिक तौर से बिमार लोगों को ठण्डे कैदखानों में रखा जाता था क्योंकि "पागलों को गर्मी या ठण्ड महसूस नहीं होती।" उनके सुधार की शुरूवात मसाचुआसेट्स में हुई, जिसमें उनके दोस्त बैंग्स और गर्वनर ने मदद की, जो उन्हें व्यक्तिगत तौर से जानते थे। वहाँ से उन्होंने युनाईटेड स्टेट्स के पूर्वी भाग की यात्रा की और बड़े ध्यान से विधायकों के सामने अपने शोधन को प्रस्तुत किया जो प्रायः सुधार लाने वाले कानून को लागू कराते है। उनके शोधन के निष्कर्षों में एक यह भी है, जिसकी वजह से अमेरिका और युरोप के मानसिक स्वास्थ्य कार्य पर काफ़ी प्रभाव पड़ा और वह यह था कि मानसिक तौर से बिमार लोगों के रहन सहन में सुधार लाना जिसकी वजह से उनकी बिमारी में काफ़ी कमी होती है। एक स्त्रोत यह स्थापित करता है कि डिक्स ने बत्तीस मानसिक अस्पताल, मन्द–बुद्धियों के लिए पन्द्रह स्कूल, एक अन्धों की स्कूल और नर्सो को प्रशिक्षण देने की कई सुविधाओं को स्थापित करने में मुख्य भूमिका निभाई थी।

एक दुखदायी अध्याय का अंत तब होता है जब कोई उसका सामना करने को तैयार होता है। उस व्यक्ति में एक धुन सवार होनी चाहिए और विरोधियों से जल्दी हार नहीं माननी चाहिए। डोरोथी में ये सारी आवश्यक खूबियाँ थी। यह कितनी अद्‌भुत बात है कि यदि एक स्त्री यह सोचने के बजाए कि वह वो काम नहीं कर सकती जिसे उसे करना चाहिए और डर के सिकुड़ने पर आत्मविश्वास द्वारा आगे बढ़े तो एक औरत क्या कुछ हासिल नहीं कर सकती।

रोसा पार्कस

रोसा पार्कस (1913–2005) एक गुमनाम दर्जी थी जिन्होंने आधुनिक अमेरिकी नागरिक अधिकार के आंदोलन को शुरू किया था। दिसम्बर 1,1955 में उन्होंने बस की पिछली सीट पर बैठने से मना कर दिया जब उनसे एक वेत आदमी जो अलाबामा के मोंटगोमेरी शहर से बस पर चढ़ा और वह सामने की सीट पर बैठना चाहता था। एक बात जो अधिक प्रचलित नहीं है वह यह है कि लोगों में भिन्नता का एहसास दिलाने वाले इस कानून का अनादर करने की क्रिया की योजना बहुत पहले से एक स्त्री ने की थी जो नागरिक अधिकार के आंदोलनों को शुरू करने की वजह से इतिहास के पन्नों में दर्ज होने के योग्य थी। रोसा लूसी मेक्कोले का जन्म टसकीजी में हुआ था, रोसा तब ग्यारह वर्ष की थी जब उन्होंने लड़कियों की मोंटगोमेरी इंडस्ट्रीयल स्कूल में दाखिला किया था, एक प्राईवेट स्कूल जिसकी स्थापना उत्तरी राज्यों की स्त्रीयों ने की थी, उस स्कूल ने रोसा की माँ के सिद्धांतो को समर्थन दिया जो यह मानती थी कि ''आपको अवसरों का फ़ायदा उठाना चाहिए, चाहे वह थोड़े से क्यों न हो।''

रोसा ने बाद में अपने साक्षात्कार में यह कहा कि डर के साथ उनके ज़िन्दगी भर के रिश्ते ने उन्हे दृढ़ बना दिया और बस से निकाले जाने के बाद उनकी गिरफ़्तारी और सज़ा ने उन्हें अपने दृढ़ विश्वास पर पूर्ण विचार करने का साहस मिला। बस में घटित घटना से पहले भी वह एन.ए.सी.पी. के प्रकरण में अनेक बार काम कर चुकी है। पार्कस की गिरफ़्तारी के बाद, अश्वेत लोगों ने 382 दिनों तक बसों का बहिश्कार किया जब तक एक संविदा लागू नहीं हुआ। यू. एस. के सर्वोच्च न्यायालय ने यह कानून भी लागू किया कि बसों में जातियों के आधार पर पृथक करना संविधान के विपरीत होगा। पार्कस वह पहली महिला थी जिन्होंने मार्टिन लूथर किंग के अहिंसा का शांति पुरस्कार प्राप्त किया।

रोसा की ज़िन्दगी से हमें यह पता चलता है कि यदि एक व्यक्ति के पास इतनी हिम्मत है कि वह कदम बढ़ाए और किसी परेशानी को दूर करने की कोशिश में है तो दूसरे भी आगे बढेंगे जिनमें ऐसी इच्छा भरी हुई है। रोसा ने भयभीत जीवन जीने से मना किया, वह उस चीज़ को पाने के लिए दृढ़ थी जिस पर उसका अधिकार था और उसकी दृढ़ता ने सरकारी सुधार की चिंगारी जलाई। जो सभी लोगों के लिए उपयोगी थी।

हमने अभी जिन गवाहियों को पढ़ा उसके आधार पर मैं यह दृढ़ता से कहना चाहूँगी कि स्त्रियाँ एक "कमज़ोर लिंग'' नहीं है। जो जनहित के लिए उनके द्वारा प्रदान की गई सहायता शानदार है और अब उसे नज़र अंदाज़ नहीं किया जा सकता।

स्त्रियों और पुरूषों के बीच का अंतर–और कमज़ोरी का उससे कोई लेना देना नहीं

परमेश्वर ने स्त्रियों और पुरूषों को बहुत से भिन्न तरीकों से भिन्न बनाया है, पर मांसपेशियों के बहुतायत की भिन्नता सिर्फ़ उनमें से एक है। हालांकि प्रायः शारीरिक तौर से पुरूष स्त्रियों से अधिक ताकतवर होते है, सिर्फ़ यही एक सच्चाई स्त्रियों को ''कमज़ोर लिंग'' नहीं बनाती। इसे हमारी चतुराई या भावनाओं पर लागू होने नहीं देना चाहिए और ऐसा होने का मौका नहीं देना चाहिए!

चाहे आप शादिशुदा हो या अविवाहित, ज़िन्दगी भर आपका सामना बहुत से पुरूषों से होगा या उनसे सामना करना पड़ेगा। मैं विश्वास करती हूँ कि एक स्त्री होने के नाते हमारे आत्मविश्वास के स्तर को जानने के लिए खुद को और स्त्री और पुरूष के बीच के अंतर को जानना बहुत ज़रूरी है। हमें यह जानने की ज़रूरत है कि हमारे बीच का अंतर न अच्छा है न बुरा, वे सिर्फ़ भिन्नता है। एक बार जब हम इस भिन्नता को स्वीकार कर लेगें हम एक दूसरे की प्रस्तावना को समझेंगे और उसकी प्रशंसा करेंगे।

आईए हम शारीरिक भिन्नता से शुरूआत करें। स्त्रियों का दिल तेज़ी से धड़कता है, पुरूषों का दिमाग़ बड़ा होता है पर स्त्रियों के दिमाग़ में नाड़ियों की मात्रा अधिक होती है। चाहे आप किसी पुरूष या स्त्री के दिमाग़ की जाँच कर रहे है, पर इसका निर्णय एक जैसे काम को देने पर दिमाग़ की प्रतिक्रिया पर निर्भर करता है। यहाँ तक कि अपनी उम्र के बढ़ने की जानकारी का दर भी पुरूषों और स्त्रियों में अलग–अलग देखा गया है।

मुझे एक पुरूष के साथ प्रतियोगिता कर उसके स्थान को पाने की ज़रूरत नहीं, मेरा अपना एक स्थान है और मैं उससे तृप्त हूँ।

अपनी सबसे प्रसिद्ध पुस्तक *''लव एण्ड रेस्पेक्ट''* में डॉ. एमर्सन एगरिंचस ने यह इंगित किया है कि स्त्री और पुरूष के बीच की सबसे स्पष्ट भिन्नता को हम एक क्लोसेट मे देखने जैसी सरल बात के रूप में ले सकते है। एगरींचस एक दम्पति के बारे में लिखते है जो दिन भर के काम के लिए कपड़े पहन रहे है।

> *वह कहती है ''मेरे पास पहनने को कुछ नहीं'' (इसका मतलब यह है कि उसके पास नया कुछ नहीं है)*
>
> *वह कहता है, ''मेरे पास पहनने को कुछ नहीं'' (इसका मतलब है कि उसके पास एक भी धुला हुआ कपड़ा नहीं है)*

कुछ स्त्रियों में पुरूषों के प्रति इतनी ज़्यादा प्रतियोगी आत्मा होती है कि वे एक स्त्री बनना भूल जाती है। हाल ही में एक सेवक ने जिनका मैं बहुत आदर करती हूँ उन्होंने मुझे असाधारण अभिन्नदन प्रदान किया। उन्होंने कहा, ''जॉयस, तुम एक महिला सेविका हो, जो आज भी एक महिला बने रहना जानती है। तुम एक पुरूष की तरह बनने या प्रचार करने की कोशिश नहीं करती।'' बाद में उन्होंने हमसे यह कहा की उन्होंने महसूस किया कि मैं ताकतवर हूँ पर एक स्त्री भी हूँ और उन्होंने इसकी तारीफ़ भी की। उन्होंने कहा कि जीवन भर वे उनकी सेवकाई और कलीसियाओं के नेतृत्व के दौरान उन्होंने ऐसी बहुत सी स्त्रियों को देखा जो अपनी सेवकाई में असफल हो गई थी क्योंकि उन्होंने पुरूषों सा व्यवहार करने की कोशिश की और इसकी वजह से लोग उन्हें नापसंद करने लगे और उनका तिरस्कार किया।

मुझे निश्चय है कि हम सब ने यह कहावत सुनी होगी ''यह मुर्दो की दुनिया है और यदि इस दुनिया से कुछ पाना चाहते है तो आपको उसके लिए लड़ना होगा''। मैंने यह विश्वास करने का निर्णय लिया कि यह मेरी दुनिया है और मैं नहीं लड़ती मैं परमेश्वर पर भरोसा करती हूँ कि वह मेरी मद्‌द करेगा ताकि मैं वह बन सकूँ जो वह मुझे बनाना चाहता है। मुझे एक पुरूष के साथ प्रतियोगिता कर उसके स्थान को पाने की ज़रूरत नहीं, मेरा अपना एक स्थान है और मैं उससे तृप्त हूँ। पर मुझे यह कबूल करना होगा कि ऐसी सुबह भी मेरे जीवन में आई थी जब मैंने भी यह चाहा था कि काश सिर्फ़ मुझे अपने बालों पर कंघी करनी पड़ती और चेहरे की सुन्दरता की नियमितता का पालन करना, जैसे श्रिंगार करना, बालों को सवारना, आँखों में काजल लगाना जैसे काम

करने के बजाए सिर्फ़ शेव करना पड़ा और बाहर जाने के लिए तीन तीन कपड़ो को पहनने के बाद एक कपड़े को चुन कर खुद को तैयार करना पड़ता।

बाइबल कहती है कि लोग ज्ञान की कमी के कारण नाश हुए जाते है (होशे 4:6) मैं विश्वास करती हूँ कि शादियाँ, दोस्ती और व्यवसायिक संबंध नष्ट होते जा रहे है क्योंकि स्त्री और पुरूष उस भिन्नता को समझ नहीं पा रहे है जो उन्हें अनोखा बनाती है। हम अपने घमण्ड के करण अक्सर यह सोचते है कि हम सच्चाई का प्रतीक है और हम दूसरों को भी अपनी तरह बनाना चाहते है और वह पसंद करना चाहते है जो हमें पसंद है पर यह सच्चाई नहीं, कल्पना है।

एक मनुष्य ने कहा "मैं जानता हूँ कि मैं कभी भी एक स्त्री को समझ नहीं पाऊँगा। मैं समझ नहीं सकता कि वे कैसे गर्म मोम को अपने शरीर में लगाकर, बालों को जड़ से खीचने के दर्द को सह लेती है, और फिर भी एक मकड़ी से डरती है"

आईए कुछ दूसरी बातों पर नज़र डालें जो पुरूष और स्त्रियों के बीच की भिन्नता को दर्शाता है।

स्त्रियाँ बिन माँग सलाह प्रदान करती है और निर्देश देती है, पर प्रायः पुरूष इन सलाहों को स्वीकार नहीं करते। स्त्री सोचती है कि वह तो सिर्फ़ मद्द करने की कोशिश कर रही है, पर पुरूष को ऐसा लगता है कि स्त्री को उस पर भरोसा नहीं कि वह सही निर्णय ले सकते है।

जब एक स्त्री एक पुरूष से असहमत होती है, तो वह पुरूष उसे नामंजूरी के रूप में ले लेता है और बचाव को ज्वालित करता है। एक पुरूष को सलाह की तब ज़रूरत पड़ती है जब वह जो कुछ कर सकता है और कर लेता है। जल्दी सलाह देना या फिर देरी से सलाह देने की वजह से अक्सर वह अपने सोचने की शक्ति को खो देता है। वह शायद आलसी या असुरक्षित बन जाता है।

पुरूष मैं प्रोत्साहन और जोश तब आता है जब उन्हें ज़रूरत का एहसास होता है। स्त्रियाँ तब प्रोत्साहित होती है जब उन्हें स्नेह और आशा होने का एहसास होता है।

पुरूष दृष्टी पर विश्वास करने वालों में से होते है, उनके दिमाग़ में यदि एक छवी बन जाए तो उससे बाहर आना मुश्किल होता है। स्त्रियों का झुकाव ज़्यादातर अपनी भावनाओं को याद करने और उसके द्वारा कुछ महसूस करने की ओर होता है।

पुरूष चाहते है कि वे अपने मन की गुफ़ा में जाए और उस बात के बारे में सोचे जो उन्हें परेशान कर रही है, पर स्त्रियाँ उन बातों के बारे में बात करना चाहती है जो उन्हें परेशान कर रही है।

एक सर्वेक्षण के अनुसार 80% से अधिक पुरूष, पाँच में से चार ने कहा कि झगड़ा होने पर सभवतः उन्हें अनादर का एहसास होता है। दूसरी तरफ़, स्त्रियों को प्यार न किए जाने का एहसास होता है।

एक स्त्री स्वर की नली पुरूषों से छोटी हाने की वजह से वास्तव में उसे बात करने के लिए पुरूषों की तुलना में कम प्रयास करना पड़ता है। छोटी स्वर नलियाँ होने की वजह से न सिर्फ़ स्त्रियों की आवाज़ तेज़ होती है, पर अपने मुहँ को हिलाने के लिए उन्हें कम हवा की ज़रूरत पड़ती है, जिसकी वजह से उन्हें कम ताकत खर्च कर अधिक बात करने में मद्द मिलती है।

संचार विभाग के विशेषज्ञ कहते है कि एक औसत स्त्री एक दिन में 25,000 से अधिक शब्द बोल लेती है जबकि एक औसत पुरूष एक दिन में 10,000 से थोड़ा कम शब्द बोलते है। एक व्यवसायिक कार्यकारी ने कहा ''परेशानी यह है कि काम के बाद जब मैं घर पहुँचता हूँ तो मेरे 10,000 शब्द खत्म हो चुके होते है और तब तक मेरी पत्नी ने शुरूआत ही की होती है।''

पुरूषों को ऐसा नहीं लगता है कि उन्हें हर बात दूसरों से बाँटनी चाहिए जबकि अक्सर स्त्रियाँ हर बात को बताती है या फिर उससे ज़्यादा भी। मेरे वैवाहिक जीवन में जब मुझे अच्छा नहीं लगता है या जब मुझे जुखाम हो जाता है तो मैंने भी ऐसा ही पाया यकीनन जब भी मेरी तबियत खराब होती है तो तुरन्त मैं अपने पति को बता देती हूँ और जब भी मैं इस बिमारी के लक्षण को विस्तार से अपने पति को बताती हूँ तो मुझे यह जानकर आश्चर्य होता है कि एक हफ़्ते पहले उन्हें भी जुखाम था और उन्होंने मुझसे एक शब्द भी न कहा।

जब भी किसी पुरूष या स्त्री के बीच कोई समस्या होती है तो पुरूष मेल मिलाप करने के लिए तैयार हो जाते है, पर स्त्री इंतज़ार करती है कि कब उसका पति पहला कदम उठाएगा और उसकी परेशानी का कारण बताएगा। बहरहाल, वह अपनी समस्या के बारे में बात नहीं करना चाहता क्योंकि, अब वह किसी समस्या में नहीं है। वह उसे भुलाना चाहता है, और आगे बढ़ना चाहता है, स्त्री उस विषय पर बात करना चाहती है और उन समस्याओं के बचने के समाधान की सूची बनाना चाहती है ताकि दुबारा ऐसी बात न हो।

बेहतर ज्ञान मिलने से पहले मैं हमेशा यह जानने कि कोशिश करती रहती थी कि हमारे जीवन में ऐसी समस्याएँ और बहस क्यों शुरू हो जाती थी और डेव सिर्फ़ इतना कहते थे ''यह जीवन का एक भाग है''।

पुरूष साधारण होते है स्त्रियाँ साधारण नहीं होती और वे हमेशा यही सोचती है कि पुरूष भी उनकी तरह उलझे हुए और जटिल होते है। पूरी बात तो यह है कि हर वक्त पुरूष स्त्रियों की तरह गहराई से सोचते नहीं रहते है। वे जैसे दिखते है वैसे ही होते है।

मुझे याद है कि वह दिन जब मैं डेव से नाराज़ थी और उनसे कहा था कि हमें गहरें वार्तालाप की ज़रूरत है। मैंने कहा कि ऐसे वार्तालापों से तंग आ गई हूँ जिनमें गहराई या मतलब नहीं होता वह बहुत उलझे हुए नज़र आ रहे थे और मुझे पूछा कि में किस विषय के बारे में बात कर रही हूँ और फिर उन्होंने कहा ''जितनी गहराई तक मैं जा सकता हूँ यह उतना गहरा है''।

हालांकि मैं गहराई से सोचने वाली व्यक्ति हूँ और मुझे बैठ कर परिस्थिती के बारे में बोलना और बोलना और बोलते रहना पसंद है, डेव इसे सरलता से लेते है और सिर्फ़ इतना ही कहते है, ''देखते है कि क्या होता है''।

स्त्रियाँ चाहती है कि उनके पति उनसे प्यार करे, आदर करे, उनके मूल्य को जाने, उनकी तारीफ़ करें, उनकी बातों को सुने, उन पर भरोसा करे और कभी कभी गले लगाए, पुरूषों को सिर्फ़ वल्ड सीरीस के टिकिट पाने की इच्छा होती है।

स्त्रियों को प्यार चाहिए, पुरूषों को संभोग।

अधिकांश स्त्रियाँ औसतन प्रति माह पाँच बार रोती है। मैंने अपने पति को कभी नहीं देखा चालीस साल में पाँच बार रोते हुए स्त्रियाँ पुरूष से अधिक भावुक होती है। पुरूष बहुत ही तर्कशील होते है।

समझ ही है जो दुनिया में बदलाव ला सकती है। उदाहरण के तौर पर, मेरे पति, मेरी सुरक्षा की बहुत चिन्ता करते है और हमेशा सलाह देते है कि किस तरह मैं खुद को नुकसान पहुँचाने से बचा सकती हूँ। इस बात को समझने से पहले क्यों वे मुझे हर बात पर उपदेश देते रहते है कि कैसे बाथरूम में जाऊँ या कैसे सीडियों पर कदम रखूँ, मुझे लगता था कि वह मुझे बेवकूफ़ समझते है। मैं अक्सर कहती थी "आपको यह बताने की ज़रूरत नहीं मैं कोई बेवकूफ़ नहीं।" वे चोटिले नज़र आते थे और मुझ से कहते थे, ''मैं तो सिर्फ़ तुम्हारी मद्द करना चाहता हूँ।''

अब मैं उन्हें समझती हूँ, इसलिए उनकी बातें मुझे पोषित होने का एहसास दिलाती है। बाइबल हमें प्रोत्साहित करती है कि हम समझने की खोज करें। पुरूषों और स्त्रियों के बीच के अंतर के बारे में लिखी गई दो तीन पुस्तकों को पढ़े और एक पुस्तक जो विभिन्न व्यक्तित्व के बारे में बताती है उसे पढ़े। यदि आप ऐसा करेंगे तो, वह आपको अत्यधिक और दृष्टि समझ देगी जिसकी वजह से आप हज़ारों तर्को और गलतफ़हमियों से छुटकारा पा सकेंगे।

■ *अध्याय – 10* ■

आज़ादी की सीढ़ीयाँ

बहुत से अध्ययन यह दर्शाते है कि पुरूषों की तुलना में ज़्यादा स्त्रियाँ ही दूसरों पर निर्भर होती है और अक्सर उन्हें अपनी आज़ादी को स्थापित करने में परेशानी होती है। इसका मतलब यह नहीं कि स्वाभाविक रूप से स्त्रियाँ कमज़ोर और निर्भर होती है, इसका मतलब यह है कि उनका प्रशिक्षण जिस तरह से होना चाहिए था वैसा संतुलित नहीं है।

जब लड़कियाँ बड़ी होती है तो वे प्रायः अपना अधिकांश समय पिताओं से अधिक माताओं के साथ बिताती है। एक लड़के को जब यह समझ में आता है कि वह अपनी माँ की तरह नहीं और वह भी खुद को माँ से अलग कर देता है। उसका पुरूषत्व उसकी भिन्नता की परिभाषा बन जाता है। इसका मतलब यह नहीं कि वह अपनी माँ से अलग हो जाता है और फिर कभी उसे उनकी ज़रूरत नहीं या वह उन पर निर्भर नहीं होता, पर इसका मतलब यह है कि साधारणतः वह अपनी पहचान और व्यक्तित्व की खोज करता है। एक लड़की को इसके महत्व का एहसास नहीं होता और प्रायः वह अपनी माँ के करीब रहती है।

कुछ माताओं को अपने बेटे की पहचान खोजने का मौका देने में परेशानी होती है। उन्हें अलग का एहसास होता है और वे घबरा जाती है। यदि एक माता सफलतापूर्वक अपने बेटे की इस स्वरूप दूरी को रोकने में सफल हो जाती है, तो इसकी वजह से और प्रायः उसके आने वाले जीवन में इससे बहुत ही गहरा असर पड़ता है या पड़ सकता है।

जब हम बड़े हो जाते है तो ये चीज़े हमें वह बनने में मद्द करती है जिसकी वजह से हम कई बातों का सामना कर सके। पुरूषों को अक्सर स्वतंत्रता में अच्छा माना जाता है पर रिश्तों में नहीं। स्त्रियाँ अक्सर रिश्तों को अच्छी तरह से निभाती है पर स्वतंत्रता में वह अच्छी नहीं।

स्त्रियाँ छः से भी अधिक बार तनाव का शिकार होती है और मिज़ाज में बदलाव लाने और बेचैनी से मुक्ति देने वाली दवाईयों का लगभग 70% सेवन स्त्रियों के द्वारा किया जाता है।

मैगी स्कार्फ द्वारा प्रस्तावित किया गया कारण यह हैः

> *''आंकाड़ों को देखा जाए तो स्त्रियों की संख्या अधिक पाई जाती है क्योंकि उन्हें स्वतंत्र बने रहना और दूसरों का प्यार पाने कि शिक्षा दी जाती है, और अतः वे खुद को स्वतंत्र होने का एहसास दिला नहीं पाती। एक स्त्री दूसरों को संतुष्ट करने, दूसरों के लिए आकर्षक बनने दूसरों की परवाह करने को अधिक प्राथमिकता देती है। एक स्त्री को किसी एक दिशा के लिए इतना बर्बर प्रशिक्षण मिलाता है। जो उसे हमेशा यह सोचने से दूर रखती है कि ''मैं क्या चाहती हूँ।'' और ''उन्हें क्या चाहिए'' की ओर। वे शायद अपने चारों ओर के लोगों के अनुरूप ढ़ल करके नाश होने के कगार पर है और यह महसूस करने में असफल हो जाती है कि वे भी एक विशेष व्यक्ति है जिनका अपना अधिकार और ज़रूरत है और उन्हें अपनी आज़ादी स्थापित करने की ज़रूरत है।''*

ज़रा मुझे आज़ादी के अर्थ को स्थापित करने दे। हम कभी भी परमेश्वर से आज़ाद नहीं हो सकते। जैसा मैं बार बार कहती हूँ, हम उसके बिना कोई भी काम अच्छी तरह से नहीं कर सकते और हर वक्त, हर काम के लिए परमेश्वर पर निर्भर होना पड़ता है।

> *क्योंकि उसी की ओर से, और उसी के द्वारा सब कुछ है। (क्योंकि हर चीज़ उसी से उत्पन्न हुई और उसी से आई है! हर वस्तु उसी से जीवित है और हर वस्तु उसी पर केंद्रित है और उसी में जीना और उसी में खत्म होना चाहती है) उसकी महिमा युगानयुग होती रहे! आमीन* (रोमियों 11:36)

मैंने इन वचनों पर अनेक बार अध्ययन किया है और मैं विश्वास करती हूँ कि मेरी बात को स्थापित करने में यह मेरी मद्द करता है। परमेश्वर सब कुछ है और उसके बिना हम कुछ नहीं है।

परमेश्वर की ज़रूरत होना और लोगों की ज़रूरत होना यह कमज़ोरी का लक्ष्ण नहीं। हम एक साथ स्वतंत्र और निर्भर दोनों हो सकते है। ब्रूस विलकिन्सन ने एक बार कहा था ''परमेश्वर की ताकत जो हमारे भीतर है, जो लहरों की तरह हमारे चारों ओर है, यह बिलकुल वही है जो हमारी निर्भरता को न भुलापाने वाले पूर्णता के अनुभव के रूप में बदलाता है।'' जब हम स्वर्गीय पिता पर अपनी निर्भरता को मान लेते है तभी हम पूर्णता को महसूस कर पाते है।

आकड़ो से यह साबित किया जा चुका है कि 10% लोग कभी भी आपको पसंद नहीं कर सकते है इसलिए हर किसी के साथ एक सम्पूर्ण कीर्तिमान संबंध को स्थापित करने की कोशिश को बंद करें और खुद के गुणों का जश्न मनाए।

मैं विश्वास करती हूँ की स्त्रियों को सुरक्षा और संरक्षण का एहसास होना चाहिए और मुझे नहीं लगता कि यह कोई गलत बात है। मेरे पति मेरा बहुत ख्याल रखते है और मुझे यह पसंद है। मुझमें और शायद उन लोगों में जिनके व्यवहार का संतुलन इस क्षेत्र में भारी हो इसमें फ़र्क यह है कि यद्यपि डेव के द्वारा मेरी देखभाल का मैं पूरी तरह से मज़ा लेती हूँ, जबकि मैं यह भी जानती हूँ कि अगर मैं चाहूँ तो स्वयं अपनी देखभाल कर सकती हूँ। चाहे उन पर निर्भर होने पर भी हूँ, फिर भी मैं इतनी भी निर्भर नहीं कि उनके बिना मुझे असुविधा हो।

हमें एक संतुलित आज़ादी को पाना होगा और मेरे लिए तो परमेश्वर पर और दूसरों पर भरोसा रखना और उन पर निर्भर करना है और फिर भी अपनी खुद की छवी को स्थापित करना एक संतुलन है। बाईबल हमें यह सिखाती है कि हमें खुद को दुनिया का सद भय नहीं बनना है (रोमियों 12:2) हर किसी का अपना एक नज़रिया है कि हम क्या बन सकते है। एक संतुलित आज़ादी को कायम करने के लिए हमें बहुत सी बातों को करना होगा।

1. दूसरों की उम्मीदों से दूर हो जाए

आपके चारों ओर के लोगों को आपका मूल्यांकन और व्यवहार के साँचे को निश्चित करने ना दें। ऐसा लगता है कि हर किसी की आशाएँ थोड़ी थोड़ी भिन्न होती है पर एक बात तो तय है कि वे सब चाहते है कि हम उन्हें खुश रखें और उन्हें वह दे जो वह चाहते है।

अनेक बार जो उम्मीदे लोग हम पर रखते है और जिसे हम स्वीकार करते है वे असली नहीं होती। यदि आपको आत्मविश्वास चाहिए तो आपको ''अत्यंत उच्च स्त्री'' बनने की कोशिश को रोकना होगा। यह महसूस करे की आपकी भी सीमाएँ है और आप हर किसी को हर वक्त खुश नहीं रख सकते।

आकड़ो से यह साबित किया जा चुका है कि 10% लोग कभी भी आपको पसंद नहीं कर सकते इसलिए हर किसी के साथ एक सम्पूर्ण कीर्तिमान संबंध को स्थापित करने की कोशिश को बंद करें और खुद के गुणों का जश्न मनाए। एक व्यक्ति जो आज़ादी का मज़ा लेकर जीना जानता है वह कभी भी दूसरों के

मिज़ाज द्वारा उनके मिज़ाज में बदलाव लाने का मौका नहीं देते है। एक नीमहकीम की मैंने कहानी सुनी है वह आज़ाद जीवन जीना जानता था जिसकी सृष्टी परमेश्वर ने एक मूल्यवान व्यक्ति के रूप में की है। एक रात जब वह अपने दोस्त के साथ गली में टहल रहे थे तब वे समाचार पत्रिका की दुकान के पास खड़े हो गए और शाम की पत्रिका खरीदी। वह दुकानदार बहुत ही चिड़चिड़ा, असभ्य और अमैत्रीपूर्ण था। उस नीमहकीम ने बहुत ही आदरपूर्ण व्यवहार किया और वह उनके साथ बहुत ही नम्रता से पेश आए। उन्होंने उनकी समाचार पत्रिका का दाम चुकाया और वे उनके मित्र गली में फिर टहलने लगे। दोस्त ने उस नीमहकीम से पूछा ''तुम कैसे उससे एक मैत्रीपूर्ण व्यवहार कर सकते हो जबकी वह तुम्हारे साथ बहुत बूरा बर्ताव कर रहा है।'' नीमहकीम ने जबाव दिया, "ओह, वह तो हमेशा से ही ऐसा ही है, मैं क्यों उसे यह सुनिश्चित करने दूँ कि मैं उसके साथ कैसा बर्ताव करूँगा?"।

यह एक ऐसा अद्‌भुत लक्ष्ण है जो हम यीशु में पाते है। वह हर वक्त छोटे ही थे। उन्होंने लोगों को बदला, लोगों ने उन्हें नहीं।

जब एक असंतुष्ट व्यक्ति आपको असंतुष्ट बनाने में असफल हो जाता है तो वह आपका आदर और सम्मान करने लगता है। जब वे आपकी मसीहियत को देख कर उसमें कुछ वास्तविकता को पाते है, और तो जो बात आप उनसे कहना चाहते है उसे सुनने की वे दिलचस्पी दिखाएँगे।

यदि आप उन लोगों को जो आपको नियंत्रित करना चाहते है उन्हें मौका दे तो वे आपका निरादर करेंगे। मैं प्रोत्साहित करना चाहती हूँ कि आप खुद जैसा बने रहे। वही करे जो परमेश्वर आप से कराना चाहता है। और दूसरों की आशाओं के अत्याचार के अधीन होकर अपना जीवन न गुज़ारे।

2. आलोचनाओं का सामना करना सीखें।

आप अपने जीवन में चाहे कुछ भी कर रहे हो पर आप दूसरों द्वारा अपनी आलोचना ज़रूर सुनेंगे इसलिए आपको उन आलोचनाओं का सामना करना सीखना होगा और उसे झंझट में डालने न दे। आलोचनाओं का सामना करना हममें से अधिकांश लोगों के लिए बहुत मुश्किल है और एक छिद्रान्वेशी टिप्पणी किसी व्यक्ति के आत्म–छवि को नुकसान पहुँचा सकती है यह सीखना भी संभव है। हर महान पुरूष या स्त्री को आलोचनाओं का सामना कैसे किया जाता है यह भी सीखना पड़ता है। मार्गरेट थेच्चर ने एक बार कहा था कि यदि उनकी आलोचना उन्हें थेम्स नदी के किनारे चलता हुआ पाती है, तो वे कहेंगे

कि ऐसा इसलिए क्योंकि वे तैर नहीं सकती। अभिनेता डस्टेन हॉफ्मेन अपनी आलोचनाओं का निरक्षण करने पर वह उसे केवल ''प्राणदण्ड की सज़ा'' समझते है। हमें अपने दिलों को जानने की ज़रूरत है और दूसरों को उसका न्याय करने का मौका न दे। दूसरों की ही तरह प्रेरित पौलुस ने भी बहुत सी आलोचनाओं का सामना किया। उन्होंने भी वही अनुभव किया जो हम करते है, यह इसलिए क्योंकि लोग अस्थिर होते है। जब तक आप वह करेंगे जो वह आपसे कराना चाहते है तो वे आपसे प्यार करेंगे और जैसे ही आप छोटी सी भी गलती कर बैठेंगे तो तुरन्त वे आपकी आलोचना करने लगेंगे। पौलुस ने कहा था कि वह दूसरों द्वारा किए गए फैसलों की बिलकुल भी चिन्ता नहीं करते है। उन्होंने कहा कि वह स्वयं अपना न्याय भी नहीं करते। वे जानते थे कि वे परमेश्वर के हाथों में है और अतः मैं उसे परमेश्वर के सामने खड़ा होना पड़ेगा और उसे अपना और अपने जीवन का लेखा देना पड़ेगा। वे किसी भी मनुष्य के सामने परखे जाने के लिए खड़े होना नहीं चाहते। (1 कुरिन्थियों 4:3,4)

कभी कभी जिन लोगों की आलोचना अधिक होती है वे अधिकतर ऐसे लोग होते है जो अपने जीवन के लिए कुछ रचनात्मक करने की कोशिश करते है। मुझे उन लोगों को देखकर आश्चर्य होता है कैसे लोग उनकी आलोचना करते है जो कुछ करने की कोशिश करते है और स्वयं कुछ भी नहीं करते। शायद मैं हमेशा हर काम सही ना करूँ, पर कम से कम मैं कुछ ऐसा करने का प्रयास तो कर रही हूँ, जिससे यह दुनिया एक बेहतर जगह बन जाए और दुखी लोगों की मद्द कर सकूँ। मैं विश्वास करती हूँ कि परमेश्वर इस काम से संतुष्ट होगें! कई वर्षो तक लोगों की आलोचनाओं की पीड़ा को सह कर और उनकी सहायता को पाने की कोशिश करने के बाद, आखिरकार मैंने यह निर्णय लिया कि यदि परमेश्वर मुझ से खुश है, यह मेरे लिए काफ़ी है।

हर बार जब कोई आपकी आलोचना करता है, तो खुद के बारे में सकारात्मक उत्तर देने की कोशिश करे। चुप–चाप खड़े होकर अपने बारे में कही गई बातों को सुनते मत रहिए। आज़ादी को स्थापित कीजिए! खुद के बारे में खुद की एक धारणा होनी चाहिए और आलोचनाओं द्वारा हार न माने। आलोचना को जैसे विन्सटन चर्चहिल ने देखा उस नज़रिए से देखे। अपने ऑफ़िस के अन्तिम दिनों में एक अधिकारिक अनुष्ठान में उपस्थित हुए। वे जहाँ खड़े थे उनके बहुत पीछे दो सज्जन पुरूषों ने फुस फुसाना शुरू किया ''वह विन्सटन चर्चाहिल है।'' ''लोग कहते है वे बूढ़े हो गए है''। ''वे कहते है कि अपने पद को छोड़कर और राष्ट्र का कमान प्रगतिशील और योग्य पुरूषों को सौंपना चाहिए।''

अनुष्ठान खत्म होने पर, चर्चहिल ने उन पुरूषों की ओर पलटते हुए कहा, ''सज्जनों वे यह भी कहते है कि वह बहरा भी है!''

3. कुछ निन्दापूर्ण काम करें

मुझे लगता है कि कभी कभी या फिर अक्सर कुछ ऐसा करे जो दूसरों को निन्दापूर्ण काम करने जैसा लगे शायद आपको भी ऐसा लगे। कुछ ऐसा करें जिसकी लोग आशा भी न करते हो। इससे आपका जीवन मज़ेदार हो जाएगा और इससे दूसरे लोगों को भी यह लगेगा कि उनके द्वारा बनाए गए बक्से में आप आसानी से भर जाते है।

एक महान स्त्री जिनकी उम्र 76 वर्ष थी उन्होंने कहा कि उनका लक्ष्य है कि सप्ताह में एक बार वह कोई निन्दापूर्ण काम करे। लोग ऊब जाते है क्योंकि उनका जीवन भविष्यवाणी करने योग्य बन जाता है। हाल ही में गल्लप पॉल ने कहा कि 55% श्रमिक अपने काम करने के स्थान से ''बंधे हुए नहीं है''। दूसरे शब्दों में कहा जाए तो वे वहाँ काम तो करते है, पर उन्हें वहाँ रहने मे कोई रूचि नहीं।

परमेश्वर ने हमें एक काम को बार बार तब तक करने के लिए नहीं चुना है जब तक उस काम का कोई अर्थ ही ना बचे। परमेश्वर सृजनात्मक है। अगर आप को ऐसा नहीं लगता तो अपने चारों ओर नज़र डालिए। सारे जानवर, कीड़े–मकोड़े, पेड़–पौधे, चिड़ियाँ और बाकि अन्य चीज़ें कितनी अद्भुत है। सुर्य, चन्द्रमा और सितारे, ग्रह, ब्रहमांड़ और गुरूत्वाकर्शन–सारी चीज़े जिसकी परमेश्वर ने सृष्टी की हमारे दिमाग़ को संकोच में डाल सकती है। वास्तव में हम परमेश्वर के द्वारा रचित असीमित प्रकार की चीज़ों के बारे में हमेशा बातें करते रह सकते है। यदि आपने ध्यान नहीं दिया होगा तो आपको यह पता चलेगा कि परमेश्वर भी थोड़ा निन्दापूर्वक काम करता है, और अक्सर हमारे जीवन में कई बदलाव लाता है। वह आश्चर्य से भरा हुआ है और फिर भी भरोसेमंद है। आप जानते है, हम सच में परमेश्वर से बहुत कुछ सीख सकते है!

मैं नहीं चाहती की लोग यह सोचे कि उन्होंने मेरे बारे में पूरा अनुमान लगा दिया है और यघपि मैं विश्वसनीय और ईमानदार बनना चाहती हूँ पर मैं हमेशा लोगों द्वारा भविष्यवाणी करने योग्य नहीं होना चाहती। कभी कभी मैं खुद से ऊब जाती हूँ और मुझे परमेश्वर से प्रार्थना करना और ऐसी सृजनात्मक विचारों को माँगना पड़ता है जो ज़िन्दगी को हिला कर रख दें और मुझे मेरे पैरों पर खड़ा रखें।

अनैतिक काम करने का मतलब है अलग लोगों से अलग काम करना। किसी के लिए इसका मतलब हिमालय पर्वत पर चढ़ने जैसा होगा और किसी और के लिए कपड़ो के शैली को बदलने जैसा। मुझे हमेशा से एक प्रकार का कपड़ा पसंद था। मुझे बहुत सारी चमक–दमक और सुन्दर चीज़े पसंद है। मेरे बच्चे हमेशा मुझे बदलती हुई शैली के अनुसार बनाना चाहते थे और कुछ दिनों पहले तक में दृढ़ता से उनका प्रतिरोध करती रही। वे कहते रहते थे ''चलों भी, नई शैलियों को अपनाओं''। पहले मैं उनसे कहा करती थी, "मैं ऐसा पहिनावा नहीं अपना सकती, अब मैं 62 वर्ष की हूँ।" फिर परमेश्वर ने मुझे अपने उम्र के आधार पर निर्णय लेने से मना किया और मैंने निर्णय लिया कि मैं कुछ निन्दनीय काम करूँगी कुछ ऐसा जिसकी कोई आशा भी ना कर सके और जिससे मेरे पहनाव का ढ़ंग बदल जाए। मेरे बच्चों ने अखिरकार मुझे यह मानने पर मजबूर किया की साठ साल की होने की वजह से मैं नए ज़माने के कपड़े क्यों नहीं पहन सकती। वे चाहते थे कि मैं जीन्स, बूट्स और कमर में लटकती हुई बेल्ट पहनू। एक दिन मैंने अपने पहनने की शैली को बदल दिया। मैंने अपने चमक–दमक वाले कपड़े दूसरों को देकर उन्हें अनुराहित किया और उस समय की शैली के अनुसार बहुत सारे कपड़े खरीदे। मैंने यह निर्णय लिया कि चाहे मेरी उम्र कितनी भी क्यों ना हो पर मैं समय के अनुसार ही कपड़ों को पहनूँगी।

सच बात कहूँ तो, मेरा सबसे छोटा बेटा डैनी मुझसे बहुत खुश था जब हमने सबसे प्रसिद्ध मसीही संगीत मण्डली डिलिरिअस के साथ एक संगीत सभा का आयोजन किया और बहुत अधिक प्रोत्साहन के बाद मैं उस रात जीन्स पहनने को तैयार हुई। यू एस में पहली बार सबसे अधिक लोगों को वेदी पर बुलाने का अवसर वास्तव में उसी रात को मिला इसलिए मेरा बेटा आज मुझे यह याद दिलाता है कि जिस परमेश्वर की ताकत के बहाव में रूकावट नहीं बनता है।

ऐसी लीक में ना फँसे जिसे अंतरहीन कब्र कहा जाता है। अपने जीवन को ताज़ा और जोशीला बनाए रखें और कुछ निन्दापूर्ण करने में लगे रहें। बेवकूफ़ियत भरे काम नहीं वरन अनैतिक रूप से जनशील और आपके लिए जो भिन्न है काम करें।

4. अपनी खुद की एक राय रखें।

राय बहुत ज़रूरी होती है, क्योंकि हर किसी की अपनी एक राय होती है। आपकी राय उपाधी होती है परन्तु इसका मतलब यह नहीं कि उसे हमेशा

दूसरों को देते रहें। अधिकतर लोगों को हमारी राय की ज़रूरत नहीं होती है और यदि वे ऐसा चाहते भी है तो वे इस बात कि आशा रखते है कि हमारी राय उन से मेल खाए। बुद्धि को यह पता है कि कब बोलना है और कब शांत रहना है।

यद्यापि हमें सावधानी से अपनी राय दूसरों को बतानी चाहिए। हमें प्रसिद्ध विचारों को नहीं अपनाना चाहिए सिर्फ़ इसलिए की वह प्रसिद्ध है। जिस बात पर आप को विश्वास है उसे जानिए और उस पर विश्वास करने की वजह भी जानिए!

हमारा सबसे छोटा बेटा, डैनी, ने एक दिन अपने पिता और मुझ से अपने विश्वास से संबंधित कुछ बातें कह रहा था, उसने कहा ''मैं नहीं जानता हूँ कि जिन पर कि मैं जो विश्वास करता हूँ वह इसलिए करता हूँ क्योंकि मुझे उन पर विश्वास है या फिर इसलिए क्योंकि आप उस पर विश्वास करते है।'' एक मसीही और सेवकाई से जुड़े परिवार में पलने वाला बच्चा होने की वजह से उसके अनुसार ढ़लना और इस बात का निश्चय न होना कि वह जहाँ है वह इसलिए क्योंकि उसे वहाँ होना चाहिए था या इसलिए क्योंकि हर कोई उसे वहाँ चाहता था। एक तरह से आसान था। मुझे इस बात की खुशी है कि डेव और मैंने पहचाना कि डैनी जिस अवस्था से गुज़र रहा है वह सिर्फ़ सामान्य ही नहीं बल्की स्वास्थ्यवर्धक भी है। मैं नहीं चाहती कि मेरे बच्चों में सिर्फ़ मेरा विश्वास हो, पर मैं चाहती हूँ कि उनमें खुद का विश्वास भरा हो। उसका कुछ समय खुद की आत्मा को ढूँढने में गुज़ारा उसने कुछ समय अकेले अपने साथ गुज़ारा, और ऐसी अवस्था में पहुँच गया जहाँ उसने अपने विश्वास को जाना और विश्वास की वजह को सीखा।

माता–पिता को अपने बच्चों को खुद के विश्वास कि खोज करने का मौका देने से नहीं डरना चाहिए। एक बात जो लोगों को अपनी स्वतंत्रता को बनाए रखने के लिए करनी चाहिए वह यह है कि अपने बालकों से अलग हो जाए और अपनी एक अलग पहचान को स्थापित करें।

हमारे सारे बच्चे हमारे साथ काम करते है और शायद इससे आपको अलग जैसा महसूस नहीं होगा पर वास्तव में उनमें से हर एक कि अपनी एक पहचान है। अपने बालकों से स्वस्थ रूप से अलग होना कोई बुरी बात नहीं, यह तो अच्छी बात है।

बहुत से बच्चे अपना सारा जीवन अपने माता–पिता की छत्र छाया में गुज़ार देते है और वह जगह स्वास्थ्य के लिए अच्छी नहीं। अभिनेत्री मार्लो थॉमस इस बात से चिन्तित थी की उनकी तुलना उनके अभिनेता पिता डैनी थॉमस से

होती थी। क्या वो कभी कभी अपने पिता की तरह मज़ेदार बन सकती है या उतनी ही अच्छी? पर उनके पिता ने शुरू से ही उनकी मद्द की थी। उन्होंने उससे कहा कि वह अच्छे नस्ल की थी, और यह कि अच्छे नस्ल के घोड़े दूसरे घोडों को दौड़ता हुआ नहीं देखते, वे अपनी दौड़ खुद दौड़ते है। सम्मर स्टॉक में अपने प्रथम अभिनय करने के लिए रंगमंच में जाने के ठीक पहले उनके पिता के तरफ़ से एक उपहार वहाँ पहुँचा। वह घोड़ों की आँखों को ढ़कने वाली चीज़ का जोड़ा, और एक पत्र जिसमें लिखा था ''अपनी दौड़ खुद दौड़ों, बच्चे!''

5. बहाने न बनाए।

लोगों को खुश करना एक असाधारण विशेषता नहीं है पर कई बार हम अक्सर यह पाते है कि हम नहीं बन सकते है जैसा वे चाहते है। बहरहाल, लोग जो गलती करते है वह यह है कि वे बहाने बनाने का निर्णय कर लेते है। जैसे एक दिन एक व्यक्ति ने मुझसे कहा, ''मैं तब तक छल करता रहूँगा जब तक मैं वहाँ तक पहुँच ना जाऊँ'' इसका अर्थ है खुद से झूठा होना और वह ऐसा काम है जो आपको कभी भी नहीं करना चाहिए। यीशु छली, झूठे और नकली लोगों की प्रशंसा नहीं करता था। आप जानते है कि आज आप जैसे है आपको वैसा नहीं होना चाहिए, इसलिए कम से कम असली बने रहें।

अपना जीवन इस छल के साथ मत गुज़ारे कि जिन चीज़ों से आपको नफ़रत थी उन्हें आप पसंद करते है, हर वक्त ऐसे लोगों के साथ रहना जिनके साथ आपको मज़ा नहीं आता और यह छल करते है कि वे आपको पसंद है। एक कर्मचारी को निकालने से संबंधित सलाह लेने के लिए एक दिन मैंने एक पास्टर को बुलाया। मैं सही काम करना चाहती थी पर कई वर्षों तक कोशिश करने के बाद भी मैं इस विशिष्ट व्यक्ति के साथ काम नहीं कर पा रही थी और न ही मुझे उसके साथ मज़ा आता था। मुझे नहीं लगता है कि हम दोनों के बीच कुछ बुरा हुआ था! बस हमारा एक दूसरे के साथ समयोजन नहीं हो रहा था। हम दोनों ही प्रबल व्यक्तित्व था और यघपि मैं ''बॉस'' थी और उसे मेरी इच्छाओं के सामने खुद को समर्पित करना पड़ता था, पर जब उसे वह काम पसंद न आए जो मैं कर रही हूँ तो उसके मन के अंदर चल रहे तनाव को मैं महसूस कर लेती थी, जो अक्सर होता था। मेरे पास्टर दोस्त ने मुझसे ऐसी बात कही जिससे मुझे आज़ादी का एहसास हुआ। उन्होंने कहा, ''जॉयस, मैंने आखिरकार यह निर्णय लिया है कि मैं अब बूढ़ा हो चुका हूँ और मैंने अपना काफ़ी समय ऐसे व्यक्ति के साथ काम करके बिता दिया जिसे मैं पसंद नहीं करता और फिर भी छल करके यह दिखाता हूँ कि वे मुझे पसंद है।''

मैं विश्वास करती हूँ खुद से सच्चा न होना दुनिया में पाई जाने वाली सबसे बड़ी खुशियों का चोर है।

कुछ लोगों के लिए ऐसी सोच ''मसीहियत से बाहर'' जैसी लगे, पर यह ऐसा है नहीं। यीशु ने हर किसी को प्यार करने को कहा पर उसने यह नहीं कहा कि हर किसी को अपने साथ रखने के लिए प्यार करना चाहिए। हमारे जीवन में ऐसे लोग भी होते है जिनके साथ हमारा मेल नहीं हो पाता। हमारे व्यक्तित्व का एक साथ मिश्रण नहीं हो पाता और न साथ काम कर पाते है। हम परमेश्वर से उसकी ताकत को माँग सकते है और जब साथ हो तो एक दूसरे से अच्छा बर्ताव भी कर सकते है, घर में दिन रात एक दूसरे के साथ काम करने पर एक दूसरे के साथ करीबी रिश्ता बनाए रखने की कोशिश करना ठीक नहीं होता। मैंने एक परिवर्तन किया और हम दोनों ही अब अच्छी अवस्था में है। उसे कुछ ऐसा काम करने के लिए छोड़ दिया गया जिसे करना वह पसंद करती थी और मुझे खुश रहने का छल करने की ज़रूरत भी नहीं जबकि मुझे उससे कोई खुशी ही ना होती थी।

हाँ, बड़े दुख से यह कहना पड़ रहा है कि ये दुनिया छली लोगों से भरी हुई है। छली होने पर भी कुछ लोग संतुष्ट होने का छल करते है, वे ऐसी नौकरियाँ करने की कोशिश करते है जो उनके लिए कठिन है सिर्फ़ इसलिए क्योंकि उन्हें लगता है कि उन्हें ऐसा ''करना चाहिए'' ताकि लोग उनकी प्रशंसा करे या लोगों के सामने अपनी ख्याती को क़ायम रख सके। लोगों के कई चेहरे होते है और ज़रूरत पड़ने पर उसे बदलने में चतुर हो सकते है। मैं विश्वास करती हूँ खुद से सच्चा न होना दुनिया में पाई जाने वाली सबसे बड़ी खुशियों का चोर है। रल्फ वाल्डो इमर्सन ने यह संकेत किया था कि ''ऐसी दुनिया जो लगातार आपको कुछ और बनाने की कोशिश में लगी रहती है वहाँ खुद के जैसा बने रहना सबसे बड़ी उपलब्धी है।'' हमेशा यह बात याद रखें कि आज़ादी को स्थापित करना हो तो हमें छल से भरे नहीं होना चाहिए। खुद के जैसे ही बने रहें!

6. ज़रूरत पड़ने पर "न" कहें।

हर कोई जो हर किसी से हमेशा ''हाँ'' कहते है वे बड़ी मुसीबत मे फँस जाते है। जब दूसरे आपसे कुछ काम कराना चाहते है और यदि आप ''न'' कहे तो निश्चय ही उन्हें यह पसंद नहीं आएगा, पर जल्द ही आपको यह निर्णय लेना पड़ेगा कि क्या आप जीवन भर खुद को दुखी रख कर दूसरों को खुश करते रहना चाहते है।

ऐसा समय भी होना चाहिए जब हम दूसरों के लिए ऐसा काम करें जिससे हम उन्हें खुश कर सके, जबकि वह जो चाहते है वह हम अधिक पसंद नहीं करते है। हर वक्त ऐसा जीवन गुज़ारना हमारे भावनात्मक स्वास्थ्य के लिए या फिर किसी भी तरह से अच्छा नहीं है।

गाँव की गायिका वियोना जड्ड जानती है कि अपने बारे में न सोचने पर क्या हो सकता है। जब वह 17 वर्ष की थी, तब उसने प्रभु यीशु को अपने उद्धारकर्ता के रूप में स्वीकार किया, पर शोहरत और वैभव के सालों के बवंडर ने उनके अंदर असुरक्षा का एक गहरा अनुभव तैयार कर दिया। उन्हें ऐसा महसूस होने लगा कि उन्हें हर किसी का ख्याल रखना पड़ेगा। उन्होंने दो बार गर्भपात कराया ताकि वह तीस लोगों के अपने परिवार के भविष्य को सुनिश्चित कर सकें, वह तभी खाती थी जब उनका पेट खाली रहता था और वह अपने परिवार और दोस्तों पर काफ़ी पैसा खर्च करती थी। जिसमें बेघर लोग भी शामिल थे जिन्हें वे अपने घर लाया करती थी।

हर किसी को खुश रखने की ज़रूरत ने उन्हें व्यस्त कर दिया और 2004 में, वियोन्ना ने खुद को मोटी, कंगाल, अपराधी के रूप में पाया उनका 525 एकड़ का खेत भी उनके हाथ से जाने वाला था। उसे परमेश्वर के सामने आत्म समर्पण करना पड़ा और फिर से अपनी देखभाल करनी पड़ी। उनका वजन अब बीस पाउंड कम हो गया है, उसने फ़िज़ूलखर्चा बंद कर दीया और "न" कहना सीख लिया। वह अपना जीवन बदल रही है।

आत्मविश्वास से भरी स्त्री ज़रूरत पड़ने पर "न" कह सकती है। वह लोगों की नाखुशी को बर्दाश कर सकती है और वह ऐसा भी सोचती है कि यदि वह निराश व्यक्ति उससे वास्तव में कोई रिश्ता रखना चाहता है तो वे अपनी निराशा भूल जाएँगे और उसे अपना निर्णय लेने की आज़ादी देंगे।

कभी कभी खुद से ''हाँ'' कहने के लिए दूसरों से ''न'' कहना पड़ता है, नहीं तो अंत में आपका जीवन कड़वाहट से भर जाएगा और बुरे विचार आने लगेंगे जैसे दूसरों को खुश करते करते अपने आपको को खो देंगे।

खासकर स्त्रियाँ दूसरों को खुश रखना चाहती है, विशेषकर उनके परिवार, पर इस क्षेत्र में अपने नियत्रंण को बनाए रखने के लिए उन्हें बहुत ही तेज़ होने की ज़रूरत है। आत्मा कीमती है और आपको ऐसे काम करने की ज़रूरत है जो दूसरों के लिए करने के साथ साथ अपने लिए भी करना ज़रूरी है।

जब आपको लगता है कि आपको ''न'' कहना चाहिए तो आपको उसका कारण बताने कि ज़रूरत नहीं। अक्सर लोग चाहते है कि हम अपने काम का

न्याय दे और हमें ऐसा करने की ज़रूरत नहीं। मैं परमेश्वर के द्वारा चलने की कोशिश करती हूँ—या फिर दूसरे शब्दों में कहा जाए तो मैं अपने दिल की बात मानती हूँ—और कभी कभी मैं यह पूरी तरह से समझ ही नहीं पाती कि क्यों कुछ चीज़े मेरे मन को पसंद नहीं आती। पर मैंने यह सीखा है कि अगर मुझे ऐसा लगता है तो मैं दूसरों को खुश करने के लिए अपने विवेक के विरूद्ध नहीं जाऊँगी। मैं प्रायः यह कहती हूँ कि मुझे इस बात से शांति नहीं मिल रही है ''या'' मुझे वह सही नहीं लग रहा है। या सरल तरीके से ''मैं नहीं चाहती'' कहना काफ़ी है।

यदि आपके पास कारण हो तो उसे प्रस्तुत करने में कोई बुराई नहीं पर मुझे लगता है कि वजह बताने की कोशिश में हम अपनी सीमा से बाहर चले जाते है। यदि नाराज़ व्यक्ति कुछ समझना ही नहीं चाहता, तो आप कितनी भी सफ़ाई दे वह कभी भी समझ नहीं पाएँगे। अपने दिल का कहा माने और अपनी शांति को कायम रखें। ज़रूरत पड़ने पर ''न'' कहे और ज़रूरत पड़ने पर ''हाँ''।

7. ऐसे लोगों के साथ समय बिताए जो आपकों खुद बने रहने की जगह दें

कुछ लोग हमें सुनिश्चित साँचे में ढ़ालने की कोशिश में लगे रहते है! पर कुछ व्यक्ति विशेष भी होते है जो वास्तव में वैयक्तिकता और असहमति को प्रोत्साहित करते है। हमें उन लोगों के साथ समय बिताना चाहिए जो हमें स्वीकार और दृढ़ करते है। मेरे पति की बहुत सी खूबियों में से एक जिसकी मैं तारिफ़ करती हूँ कि जो यह कि वह मुझे जगह देते है और मुझे खुद जैसा बना रहने के लिए प्रोत्साहित करते है। उदाहरण के तौर पर, मैं एक ऐसी व्यक्ति हूँ जिसे अकेले समय बिताना पसंद है। जब मैं ऐसी अवस्था में आ जाती हूँ जब मुझे लगता है कि मुझे वक्त या दिनों के अकेलेपन की ज़रूरत है, तो यह बात मैं डेव को बता सकती हूँ और उन्हें इस बात से बिलकुल भी असुरक्षा का एहसास नहीं होता। उन्हें ऐसा नहीं लगता है कि मैं उन्हें तिरस्कृत कर रही हूँ, पर वे समझते है कि मैं ऐसी ही हूँ।

हाल ही में मैंने एक स्त्री का परामर्श किया जिसने कहा कि उसका पति उसे पागल कर देगा क्योंकि वह उसे एक घण्टा भी अकेले नहीं रहने देता। वह लगातार उसके साथ रहना चाहता है और दूसरी तरफ़ उसे अकेले रहने की ज़रूरत थी। जब उसने अपने पति को यह समझाने की कोशिश की, तो वह

नाराज़ हो गए और उसकी ज़रूरतो को व्यक्तिगत तिरस्कार समझ लिया। स्वस्थ संबंध का पालन पोषण करने के लिए दूसरों को खाली जगह और आज़ादी देने की ज़रूरत है।

डेव और मैं एक साथ काम करते है, अपनी सेवकाई में एक साथ यात्रा करते है, औसत दम्पत्तियों से अधिक हम एक दूसरे को देखते है और उसका मज़ा भी लेते है, पर ऐसा भी समय आया है जब हमें एक दूसरे से अलग रहने की ज़रूरत थी। डेव गॉल्फ खेलते है या कई घण्टों के लिए चले जाते है और गॉल्फ खेलते रहते है। वह बेसबॉल या फुटबॉल जैसे खेलों को खेलते है और इससे उन्हें अपना समय मिल जाता है। ऐसी कई शाम भी आई जब मैं डेव से पूछा करती थी ''आप बाहर जाकर गॉल्फ खेलकर क्यों नहीं आ जाते, मुझे आज की शाम अकेले बिताने कि ज़रूरत है।'' और वे कहते ''ठीक है'' बाद में मिलेंगे। प्रतिवर्ष कभी कभी मैं कोशिश करती हूँ कि चिन्तन, अध्ययन, प्रार्थना और कुछ दिनों तक चुप रहने के लिए अकेले समय निकालू और डेव हमेशा मेरी इस ज़रूरत को समझते है। किसी ऐसे व्यक्ति से विवाहित होना कितनी अनोखी बात है जो इतना सुरक्षित है वह आपके अनोखेपन और व्यक्तिगत ज़रूरतों का जश्न मनाने में आपकी मद्द करें। कोई भी ऐसा महसूस कराना पसंद नहीं करते कि उनमें कुछ गलत है क्योंकि वे असाधारण काम से हट कर कुछ करना चाहते है।

यदि आप दूसरों द्वारा बनाए गए रास्ते से चलकर थक गए है, तो जंगल की तरफ़ जाए। कुछ लोगों को खो जाने का डर रहता है, पर आत्मविश्वास से भरी स्त्री नए अनुभवों की आशा रखती है जो शायद आक्रामक रूप से अनोखी हो।

यकीनन यदि हम अपने व्यक्तित्व और आज़ादी के लिए प्रोत्साहन चाहते है जो हमें उसी प्रकार की आज़ादी और आदर का बीज दूसरों के जीवन में बोना होगा। हमारा आदर्श वाक्य ''जीओ और जीने दो'' होना चाहिए। मेरे जीवन में भी एक ऐसा समय था जब मैं भी बेहद संकुचित विचार वाली थी और मुझे अच्छी तरह से याद है कि मैं एक खास स्त्री का तिरस्कार और न्याय करती थी जो वस्तुतः असमान थी। आकर्षक शैली बनने से पहले ही उनका पहनावा बहुत ही चुनिन्दा था। वह अधिकारों के खिलाफ़ उद्दण्ड नहीं थी, पर उनके बारे में पहले से बताना मुश्किल था और वह अपने जीवन में दृढ़ थी। वह हमेशा अप्रतिक्षित काम करती थी। वह हवा की तरह थी, आप नहीं जानते कि आप उससे क्या आशा करते है। मुझे इस बात से बहुत चिन्ता होती थी क्योंकि उन दिनों मैं ज़्यादा कानूनी थी। हर काम को करने का एक तरीका होता है और वह मेरा तरीका था।

आज जब मैं पीछे मुड़ कर देखती हूँ तो सोचती हूँ कि संभवतः मैंने एक ऐसे व्यक्ति से अपना रिश्ता तोड़ दिया जो मेरे अंदर की आज़ादी का पालन–पोषण कर सकती थी। पर जैसे बहुत से लोग होते है मैं भी प्रमाणित जीवन से आगे बढ़ने से डरती थी।

मैं परमेश्वर की शुक्रगुज़ार हूँ कि उसने मुझे यह दिखाया कि वह चाहता है हम भिन्नता और सज्जन शक्ति से भरा जोशीला जीवन बिताए। परमेश्वर ने हमारी सृष्टि भिन्न व्यक्तित्व के रूप में की जो समाज के समान अच्छाई के लिए एक साथ काम करती है।

> *इसी प्रकार तुम सब मिल कर मसीह की देह हो, और अलग अलग उसके अंग हो!* (1 कुरिन्थियों 12:27)

निश्चिय करें कि आप अपना समय ऐसे लोगों के साथ बिताए जो आपको आपके व्यक्तित्व की तलाश में प्रोत्साहित करें। ऐसे दोस्तों को ढूँढे जो आपको खाली जगह दे, गलती करने की जगह और जो आपकी सीमाओं का आदर करें।

8. बच्चों को देखें

यीशु ने कहा यदि हम स्वर्ग के राज्य में प्रवेश करने की आशा करते है तो छोटे बच्चों के समान बनें। मुझे विश्वास है कि इसमें से एक मुख्य बात जो है वह हमें बताना चाहता था वह यह है कि हम यह सीखे कि बच्चे कैसे आज़ादी का मज़ा लेते है। वे निरहंकार से भरे होते है और स्पष्ट होते है, वे बहुत हँसते है, वे माँफ करते है और भरोसा रखते है। बच्चों में निश्चय ही आत्म–विश्वास होता है कम से कम तब तक जब तक यह दुनिया उन्हें असुरक्षा और डर का पाठ न पड़ा दे। मुझे याद है कि हमारा बेटा डैनी तीन वर्ष की आयु में एक दिन मेरे और डेव के साथ बाज़ार में यह कहते हुए जा रहा था कि ''मैं डैनी मेयर हूँ, क्या तुम मुझसे बात करना चाहोंगे?'' उसमें इतना आत्मविश्वास था कि उसे पूरा भरोसा था कि लोग उसे और बेहतर तरीके से जानना चाहेंगे।

हमारा नाती ऑस्टिन हमेशा से ही एक साहसी और आत्मविश्वास बच्चा था। मुझे याद है जब सहकर्मियों की सभा और किताबों में हस्ताक्षर देने और हमारी सेवकाई के सहकर्मियों के साथ फ़ोटो खींचने की सभा का आयोजन किया तो वह हमारे साथ रहता था। उस वक्त वह पाँच वर्ष का था और क्योंकि वह सच में चाहता था इसलिए हमने उसे स्कूल में सिखाया गया एक गीत गाने का मौका दिया। अगले दिन मैं अपना समय अपने सहकर्मियों के साथ किताबों में

हस्ताक्षर कर और उन के साथ फ़ोटो खींचकर बिताने वाली थी। बहुत बड़ी भीड़ हमारी बिल्डीग के समान कतार लगाकर खड़ी थी और हमारी बेटी उसकी माँ लौरा ने ऑस्टिन को परदे के पीछे छिपा हुआ पाया। जब उसने पूछा की वहाँ क्या कर रहा है उसने कहा "मैं इन लोगों से अलग होकर आराम करना चाहता हूँ"। उसने कहा "ऑस्टिन क्या तुम जानते हो ये लोग यहाँ क्यों आए?" उसने कहा "हाँ यकीनन मेरी फोटो खीचने।" उसके बच्चपन के साधारण से आत्मविश्वास की वजह से खुद ब खुद उसने यह मान लिया कि लोग उससे मिलने आ रहे है।

ऐसा मालूम पड़ता है कि बच्चे किसी भी चीज़ को खेल में बदल सकते है। वे जल्द अनुकूल हो जाते है, और दूसरों से अलग होने की वजह से उनको कोई तकलीफ़ नहीं होती और हमेशा नई चीज़ की खोज में लगे रहते है। हर वस्तु उन्हें चकित कर देती है!

ओस्वाल्ड चेम्बर्स ने *माई अटमोस्ट फॉर हिस हाईएस्ट* में लिखा था: "पवित्रकरण के बाद की आज़ादी बच्चों की आज़ादी है, वह चीज़े जो ज़िन्दगी को फँसा कर रखती है वह चली जाती है।" हमें निश्चय ही बच्चों को देखने और सीखने की ज़रूरत है और उनके जैसे बनने की यीशु द्वारा दी गई आज्ञा का पालन करना (मत्ती 18:3)। जैसे जैसे उम्र बढ़ती जाती है हमें यह काम जानबूझकर करना चाहिए। हम सब को बढ़ना और ज़िम्मेदार बनना होगा, पर हमें अपने जीवन और खुद का आनंद उठाने के लिए खुद को रोकना नहीं चाहिए।

इस दुनिया को आपका आत्मविश्वास चुराने का मौका न दे। याद रखें की परमेश्वर ने आपकी सृष्टी किसी खास मकसद के साथ की है। उसके पास आपके लिए आगे बढ़े! डर में जीने, बदलने या पीछे हटने की ज़रूरत नहीं।

9. अटल अवस्था को दूर भगाएँ

क्या आपने कभी पानी के पोखर को देखा है जिसका पानी स्थिर होता है? उसमें बहाव नहीं, स्वच्छ पानी का स्त्रोत नहीं, और पानी वहाँ पर जमा हुआ है। अगर वह पानी वहाँ पड़ा रहे और सूरज उस पानी को भाँप में बदलने में देर कर दे तो उसमे जीवाणु पैदा हो जाएँगे और वह पानी हरे रंग में बदल जाएगा। उसमें थोड़ा सा जीवन बच पाएगा।

हमारा जीवन स्थिरता में जा सकता है। यह समय समय पर थोड़ा थोड़ा करके ही होता है। और प्रायः इतना धीरे होता है कि उसे व्यक्त नहीं किया जा सकता। एक समय में हमारा जीवन बहुत जोशीला था और अचानक हम खुद

को ऐसे अवस्था में पाएँगे जिसे दुनिया कहती है ''मध्य–जीवन की विषय स्थिती'' मुझे लगता है कि यह स्थिरता से कुछ कम या ज़्यादा नहीं। हम साहसी बनना, अनैतिक काम करना, और सृजनशील बनना बंद कर देते है। हम स्थिर हो जाते है, हम दुनिया के अनुसार ढ़ल जाते है, और लोगों की आशा के अनुकूल हो जाते है। हम भविष्यवाणी करने योग्य हो जाते है!

मैं विश्वास करती हूँ कि यदि हम लड़ाई न करे तो हममें से हर एक का जीवन स्थिर हो सकता है। दूसरों के साथ बहते जाना और हर दिन एक ही काम करते रहना आसान होता है। कुछ अनूठे व्यक्तित्व ही होते है जो हर किसी की तरह बहाव के साथ बहने के बजाए बहाव की विपरीत दिशा में बहने को तैयार होते है। एक बहुत ही बहुमूल्य बात जो मैंने सीखी वह यह है कि मुझे ''जान–बूझकर'' काम करना चाहिए। मुझे उस काम को करने की इच्छा आने का इंतज़ार नहीं करना चाहिए।

उदाहरण के तौर पर, मैं जानबूझकर अपने जीवन की ज़िम्मेदारियों का ख्याल रखती हूँ, क्योंकि मैं जानती हूँ कि वह बहुत महत्वपूर्ण है। मैं जानबूझकर करती हूँ। मैं उन लोगों को ढ़ूँढ़ती हूँ जिनके लिए मैं एक अनुग्रह का कारण बन सकूँ क्योंकि हम ने वह बहुत ही महत्वपूर्ण पाठ सीखा है जिसे यीशु ने पढ़ाया कि प्यार के मार्ग में चले (इफीसियों 5:2, 2 युहन्ना 1:6) मैं अपने लिए कभी कभी जानबूझकर कुछ ऐसे काम कर लेती हूँ जो सामान्य रीति से हटके हो क्योंकि मैं स्थिर जीवन जीना पसंद नहीं करती मैं जानबूझकर हर दिन का अपना समय प्रार्थना और परमेश्वर के साथ संगति करने के लिए निकालती हूँ क्योंकि मैं उसे सम्मान देना चाहती हूँ और हमेशा उसे अपने जीवन में सही स्थान देना चाहती हूँ, जो कि पहला स्थान है।

हर रात मैं भिन्न पैजामा पहनती हूँ। कुछ लोग एक ही कपड़ा कई रातों तक पहन लेते है और कभी उससे ऊबते भी नहीं पर एक ही पैजामा हर रात पहन कर मैं ऊब जाती हूँ। कोई भी जो आपके जीवन को मज़ेदार बना दे, उसे जानबुझकर करें। यदि आप ऐसा जोशीला कदम उठाएँगे, यह आपके जीवन की गुणवत्ता में बड़ा परिवर्तन ला देगा। इस धरती में आपके जीवन को यूही ''ना'' गँवा दे, अपने जीवन का मज़ा ले और इस दुनिया को खुश कर दे क्योंकि आप यहाँ है।

10. परमेश्वर साथ हो, तो हर चीज़ संभव है

हमने अपने व्यक्तित्व को बनाए रखने की ज़रूरतों की साथ इस अध्याय को शुरू किया। आपको याद होगा कि मैंने कहा था कि हमारा लक्ष्य संतुलित

आज़ादी को खोजना है। मैं विश्वास करती हूँ कि संतुलित हर सफलता की कुंजी है। बाइबल कहती है कि संतुलित ना होने पर शैतान हमें फाड़कर खा सकता है (1 पतरस 5:8) जहाँ हम संतुलन नहीं पाते वहाँ हम बर्बादी पाते है। एक जिमनास्ट अपने दिनचर्या सफलता पूर्वक तब तक पूरी नहीं कर सकती जब तक उसने अपने हर कदम में संतुलन हासिल ना कर लिया हो। यदि एक वैज्ञानिक अपने सामानों को सही रीति से जमाना न सीखे तब तक एक वैज्ञानिक को अपना काम पूरा करने में तकलिफ़ होगी। वह लोग जो अपना चेक बुक संतुलित करना नहीं सीखते वे बड़े आर्थिक मुसीबत में फँस जाएँगे। संतुलन बहुत ही ज़रूरी है!

परमेश्वर ने हमारी रचना ऐसे व्यक्तित्व के रूप में की है जिसे एक दूसरे की ज़रूरत है। जब हम एक साथ काम करते है तो बेहतर काम करते है। गुणों और वरदानों का समयोजन करने से अच्छा परिणाम प्राप्त होता है। इसलिए सबसे पहले और सबसे ज़्यादा परमेश्वर पर भरोसा रखना चाहिए और फिर लोगों पर, पर लोगों पर हमारा आश्रय संतुलित होना चाहिए।

बाइबल कहती है कि यीशु ने अपना उत्तरदायित्व अपने चेलों को नहीं दिया क्योंकि वह मनुष्यों के स्वभाव से वाकिफ़ था। (युहन्ना 2:24)। इसका साधारण सामर्थ्य यह है कि यद्यपी वह उनसे जुड़े हुए थे, उनके साथ अपना जीवन गुज़ारा और कुछ बातों के लिए निश्चय ही उन पर आश्रित भी थे उसने उस निर्भरता को कभी भी स्वीकार नहीं किया जिसकी वजह से उनके द्वारा निराशाजनक काम करने पर वह टूट जाए। वह लोगों की प्रकृति से वाकिफ़ था कि वह क्या है—लोग! जो कभी और अपूर्णता से बने है।

एक बार मैंने खुद को इस चिन्ता से ग्रसित पाया कि यदि डेव को कुछ हो जाए तो मेरा क्या होगा। कैसे मैं यह सेवकाई अकेले चला पाऊँगी? मानसिक हमलों के कई दिनों बाद परमेश्वर ने मुझ से बात की और कहा, "यदि डेव की मौत हो जाए तो तुम्हें वही करना होगा जो आज तक तुम करती आ रही हो, वह मैं हूँ जो तुम्हें चला रहा हूँ, डेव नहीं।" यकीनन मुझे डेव की ज़रूरत है और कई चीज़ों के लिए में उन पर निर्भर हूँ, पर परमेश्वर शुरू से ही मेरे दिल में यह बात स्थापित कर देना चाहता था कि डेव के साथ या उसके बिना या किसी और के बिना भी, जब तक परमेश्वर मुझमें है तब तक में वह काम कर सकती हूँ जो परमेश्वर ने मुझसे करने को कहा है। हर व्यक्तित्व को इस बात पर विश्वास करने की ज़रूरत है। एक चीज़ जो आप के पास होनी चाहिए वह केवल परमेश्वर है। बहुत सी अन्य चीज़ अच्छी और आरामदायक होगी, पर

परमेश्वर ही एक ऐसा व्यक्ति है जिसके बिना हम कुछ नहीं कर सकते। बाइबल कहती है कि यूसुफ के भाई उससे नफ़रत करते थे, पर परमेश्वर ने हर किसी के नज़रों में पसंदीदा पात्र बनाया। (उत्पत्ती 39:21) जब तक परमेश्वर आपके साथ है तब तक आपके विरोध में कौन है, इससे कोई फ़र्क नहीं पड़ता।

जब पतरस, यहूदा और अन्यों ने यीशु मसीह को निराश किया, तो वे टूटे नहीं क्योंकि उनका आत्मविश्वास बदला नहीं। वह निर्भर भी थे और साथ ही साथ आज़ाद भी थे। मैं परमेश्वर द्वारा दिए गए काम की पूर्ति के लिए बहुत से लोगों पर निर्भर हूँ। बहरहाल, हम लगातार बदलाव भी पाते है। ऐसे लोग हमें छोड़कर चले जाते है जिसके साथ हमने हमेशा रहने को सोचा था और परमेश्वर नए लोगों को भेजता है जिनमें अद्भुत गुण होते हैं। हमें जल्द ही यह सिखने को मिला कि यदि हम किसी एक व्यक्ति पर बहुत अधिक भरोसा करना बंद कर दे तो हम बहुत सी चिन्ता और परेशानियों से छुटकारा पा सकते है। हम अपनी ज़रूरतों की पूर्ति के लिए परमेश्वर की ओर देखते है, मनुष्यों की ओर नहीं। हमें लोगों की ज़रूरत है, पर हम यह भी जानते है कि वह परमेश्वर ही है जो लोगों के ज़रिए काम करता है। यदि वह अपने काम करने के ज़रिए को बदलना चाहे तो इससे हमें चिन्ता करने की ज़रूरत नहीं।

जब मदर टेरीसा अपनी सेवकाई शुरू करने के लिए भारत आई तो उनसे कहा गया कि वह ऐसा नहीं कर सकती क्योंकि उनके पास पैसा नहीं है ना ही कोई मदद करने वाला। मुझसे कहा गया है, उन्होंने कहा मेरे पास तीन सिक्के और परमेश्वर है और उनको सिर्फ़ इन चीज़ों की ही ज़रूरत पड़ी।

हम सब उनके द्वारा भारत के गरीबों की मदद के लिए किए गए कामों से वाकिफ़ है। सिर्फ़ परमेश्वर के साथ खड़े रहने की प्रबल इच्छा, परमेश्वर पर उनका पूरा आत्मविश्वास होने की वजह से परमेश्वर को उनके द्वारा प्रशंसनिय तरीके से काम करने का अवसर मिला।

वह एक अनूठी व्यक्त्वि भी थी जो लोगों के साथ काम करने का तरीका जानती थी, पर जो यह भी विश्वास करती थी कि लोगों के साथ रहने या ना रहने पर भी वह परमेश्वर द्वारा सुनिश्चित काम को पूरा कर सकती थी।

इसी प्रकार के व्यवहार को मैं भी कायम रखना चाहती हूँ। मैं उन सभी अद्भुत लोगों की तारिफ़ करती हूँ जिन्हें परमेश्वर ने मेरे जीवन में शामिल किया। मेरे पति और बच्चे अद्भुत है। हमारे कार्यालय के कर्मचारी उत्तम गुण के है और हमारी अद्भुत सेवकाई के सहकर्मी जिसे परमेश्वर ने हमें दिया वे

अनोखे है। मुझे उन सब जगह की ज़रूरत है, पर यदि किसी कारणवंश परमेश्वर उनको मेरे जीवन से अलग करना चाहता है तो मैं एक आत्मविश्वास से भरी स्त्री बने रहना चाहूँगी जो जानती है कि परमेश्वर द्वारा हर काम संभव है। किसी अन्य चीज़ या व्यक्ति से ज़्यादा मेरा भरोसा परमेश्वर पर ही होना चाहिए।

भाग
II

साहस के साथ भय रहित जीवन जीना

■ *अध्याय – 11* ■

डर का रचना शास्त्र

डर। हम सब ने इसे अनुभव किया है। वह एक अस्थिरता का एहसास है जो आपको आपके पेट में महसूस होता है, वह दहशत है जो आपकी जानकारी के बग़ैर आप पर हावी हो जाता है। हर कोई अनिवार्य रूप से किसी न किसी चीज़ से डरते है। आखिरकार, हम सब इंसान है। वास्तव में, हाल ही में किए एक अध्ययन के अनुसार, 19.2 अरब अमेरिका जो 18 की आयु और उसके अधिक के है, या लगभग 8.7% लोग जो इस आयु वर्ग में आते है, वे किसी खास चीज़ से डरते है। पन्द्रह अरब अमेरीकियों में सामाजिक भय पाया गया है इसका मतलब है कि वे सामाजिक माहौल में अत्याधिक आत्म–बोधी होने की वजह से दूसरों के साथ काम करने में उन्हें कठिनाई होती है।

एक प्रसिद्ध टी.वी. कार्यक्रम में वास्तव में प्रतियोगियों को अपने भय का सामना करने की चुनौती दी जाती है कीड़ो और साँपों से भरी टंकी में लेटना, हेलीकाप्टर से बाहर कूदना या ज़िन्दा मकड़ियों या अन्य कीड़ो को खाना। मेरे विचार में यह मज़े करने का समय नहीं, पर अधिकांश लोग जो इसमें भाग लेते है वे भी मज़े करने के लिए नहीं करते है, वे अंत में मिलने वाली $50.000 का ईनाम जीतने की कोशिश करते है। धीरे धीरे उन्हें ऐसी चुनौतियों का सामना करना पड़ता है जो बहुत ही खतरनाक होती है। अपने डर पर जीत हासिल न कर पाने की वजह से, बहुत से खिलाड़ी हार मान जाते है और लौट जाते है।

ज़िन्दगी अक्सर हमारे जीवन में डर को लाती है और कई बार हम उन प्रतियोगियों की तरह महसूस कर सकते है–जो हार मान कर वापस लौटने को तैयार है। अगर कभी हम अस्थिरता और शंका पर जीत हासिल करना चाहते है, अगर कभी भी सच्च में हम आत्मविश्वास से भरी स्त्री बनना चाहते है, इसके लिए अनिवार्य है कि हम डर की रचना और प्रकृति की पूरी और गहरी जानकारी प्राप्त करें। पहली बात जो जाननी बहुत ज़रूरी है वह यह है कि डर कभी परमेश्वर की ओर से नहीं आता। उसने हमें भय की आत्मा नहीं दी है (2 तिमुथियुस 1:7)

अगर कभी हम अस्थिरता और शंका पर जीत हासिल करना चाहते है, अगर कभी भी सच्च में हम आत्मविश्वास से भरी स्त्री बनना चाहते है, इसके लिए अनिवार्य है कि हम डर की रचना और प्रकृति की पूरी और गहरी जानकारी प्राप्त करें।

भय तड़पाता है और सफलता से दूर रखता है। वह साहसी और जोशीले लोगों के पीछे हटने, छिपने, डरपोक और सहमा हुआ बनने की वजह बनता है। भय एक चोर है। वह हमारे लक्ष्यों को चुराता है। जैसा मैंने पहले के अध्याय में कहा था, सिर्फ़ एक स्वीकृत व्यवहार जो हम भय के प्रति प्रकट कर सकते है वह है "मैं नहीं डरूँगी!" हम सब को अपने जीवन में यह निर्णय लेना चाहिए कि हम भय को अपने जीवन में राज करने नहीं देंगे। हम इस बड़ी समस्या को हल्के तौर से नहीं ले सकते है क्योंकि बहुत कुछ दाव पर है।

मैं विश्वास करती हूँ कि लोगों के विरूद्ध उपयोग किए जाने वाले औज़ार का गुरू है भय। ज़रा उस समस्या के बारे में सोचिए जिसका सामना आप सभी कर रहे है? इनमें से कितनों का रिश्ता भय से है? मैं शर्त लगा सकती हूँ कि यदि आप इसके बारे मे सोचेंगे तो आप कहेंगे कि इनमें से हर किसी का लेना देना भय से है। हमें चिन्ताएँ भय की वजह से होती है। हम लोगों और परिस्थितियों को भय की वजह से नियंत्रित करने की कोशिश करते है। हम भय की वजह से लोगों को अपना अधिकार दे देते है। लोग जो गरीब होने से डरते है वे लालची और कंजूस बन जाते है। लोग जिनको डर है कि उनका कोई दोस्त नहीं वे वह बनने का छल करते है जो वे नहीं है। अकेलेपन के डर से हम गलत और नुकसानदायक संबंधो में फँस जाते है। और इसकी सूची बढ़ती जाएगी। बहरहाल मैं विश्वास करती हूँ कि यदि हम भय को समझने के लिए समय निकाले और गौर से डर को देखें कि वास्तव में वह क्या है तो पाएँगे कि वह एक ऐसी आत्मा है जिसका उस व्यक्ति के जीवन में कोई महत्व नहीं जिसे यीशु ने बदल दिया हो।

एक बार मैंने एक गाँव की कहानी सुनी जहाँ के बच्चों से उनके माता–पिता कहते थे "कुछ भी हो जाए तुम पहाड़ की चौटी के पास मत जाना। वहाँ पर राक्षस रहता है।" पहली पीढ़ी के सभी बच्चों ने इस चेतावनी का पालन किया और पहाड़ की चौटी पर जाने से बचते रहें।

एक दिन उस गाँव के कुछ साहसी युवकों ने पहाड़ पर जाकर राक्षस को देखने का निर्णय लिया। वे देखना चाहते थे कि वास्तव में वह कैसा है और उसे हरा दे। अतः उन लोगों ने खाने के सामानों को बाँधा और पहाड़ की ओर

निकल पड़े। आधे रास्ते पर, बड़ी दहाड़ और भयानक दुर्गंध ने उन्हें उनके रास्ते पर रोक दिया। आधे लोग चीखते हुए पहाड़ के नीचे की ओर भाग गए।

बाकी लोगों ने अपनी यात्रा ज़ारी रखी। जैसे ही वे पहाड़ की ओर ऊपर चढ़ने लगे, उन्होंने पाया कि वह राक्षस उनकी सोच से बहुत ही छोटा था–पर वह फिर भी दहाड़ने और दुर्गंध छोड़ने लगा जिसकी वजह से एक को छोड़ बाकी सब पहाड़ से उतर कर गाँव की ओर भाग गए।

एक आदमी जो वही खड़ा था उसने खुद से कहा "मैं इस राक्षस को पकड़ कर ही रहूँगा" और उसने अगला कदम आगे बढ़ाया। जैसे ही उसने ऐसा किया, वह राक्षस तब तक सिकुड़ता गया जब तक वह मनुष्य के समान न बन गया। जैसे ही उस मनुष्य ने एक और कदम आगे बढ़ाया वह राक्षस फिर से सिकुड़ने लगा। वह तब भी बहुत भद्दा था और बदबू छोड़ रहा था पर वह मानव अब उस राक्षस के इतना करीब था कि वास्तव में वह उसे अपनी हथेली में ले सकता था। जैसे ही उसने उसे देखा उसने उस राक्षस से ''पूछा अच्छा तो तुम कौन हो?''

बहुत ही छोटे तीखे स्वर से उस दानव ने चूँ चूँ करके कहा "मेरा नाम भय है।"

यह कहानी भय के काम करने के तरीको का सही चित्रण प्रस्तुत करती है। जब तक आप सामना न करें तब तक हर काम भयंकर और खतरनाक लगता है, पर जितना ज़्यादा आप उसका सामना करेंगे, वह उतना ही छोटा बनता जाएगा। यदि आप परमेश्वर द्वारा दी गई भय पर जय हासिल करने की योजना का पालन करेंगे तो एक दिन आप यह पाएँगे कि जो चीज़ आपको डराती थी वास्तव में वह कुछ भी नहीं। एक समय में जो आप पर दहाड़ रहा था वह चूँ चूँ करेगा और अंनततः वह पूरी तरह से शांत हो जाएगा।

हमेशा याद रखें की फ्रेकलीन रूसवेल्ट ने एक बार दर्शित किया था! एक चीज़ जिससे हमें डरना चाहिए वह खुद डर है! क्योंकि यदि हम उसे हावी होने दे तो वह ऐसा ही करेगा। यदि हम उसका सामना करें, तो हम उसके स्वामी बन जाएँगे।

डर और भय

डर किसी भी चीज़ से पैदा हो सकता है। यह उन डरो की एक छोटी सी सूची है जिसका सामना लोग करते है।

पेलाडॉ फोबिया – गंजेपन और गंजे लोगों का भय
ऐयरोफोबिया – ड्राफ्ट का भय
पोरफीरो फोबिया – बैंगनी रंग से भय
चैयटोफोबिया – बालो वाले लोगों का भय
लेवोफोबिया – शरीर के बाएँ भाग में रखी हुई चीज़ों का भय
डैक्सट्रोफोबिया – शरीर के दाएँ भाग में रखी हुई चीज़ों का भय
औरोराफोबिया – उत्तरी रोश्नी का भय
कैलिप्रोफोबिया – अस्पुष्ट अर्थो का भय
थलास्सोफोबिया – बिठाए रखने का भय
स्टैबिसबासिफोबिया – खड़ा होने और चलने का भय
ओडोन्टोफोबिया – दाँतो का भय
ग्राफॉफोबिया – सार्वजनिक स्थल में लिखने का भय
फोबोफोबिया – डर जाने का भय

(फ्रेज़र केन्ट की पुस्तक नत्थिंग टू फियर (डर की ज़रूरत नहीं) से ली गई है, डबलडे एण्ड कम्पनी 1977)

कई प्रकार का भय जिससे लोग तड़पते है उसकी सूची अंतहीन और इनमें से कुछ तो बड़े ही विचित्र है पर जो इनसे पीड़ित है उनके लिए यह असली और घुटन पैदा करने वाली है। कुछ लोगों का भय इतना अनोखा होता है कि वह उसे दूसरों को बताने से डरते है। उस पर जीत हासिल करने का सबसे अच्छा तरीका है उसे प्रकट करें। छिपी हुई चीज़ हम पर हावी हो जाती है, पर एक बार जब वह रोशनी में आ जाए तो उसका सामना किया जा सकता है और उस पर जीत हासिल की जा सकती है।

सामना करने से न घबराएँ

अप्रेल 2005 में बहुत से अमेरीकियों और दुनिया भर के लोगों ने ''भगौड़ी दुल्हन'' जेनिफर विल्बैक्स की कहानी सुनी होगी। बत्तीस वर्ष की दुलुथ, जॉरजिया की रहने वाली, 600 मेहमानों की उपस्थिती में होने वाली अपनी शादी के कुछ दिन पहले गायब हो गई थी। उसके परिवार वालो और उसके मंगेतर को पूरा यकिन था कि उसे किसी ने अगवाह किया है। उसके सुरक्षित वापसी

की दुआ कर रहे थे और खोई हुई दुल्हन की कहानी समाचार वालो के लिए एक राष्ट्र मुद्दा बन गया था।

जब राज्य के दूसरे छोर से उसे जीवित और सुरक्षित पाया गया तो वापस लौटने की खुशी इस वास्तविकता के सामने आने पर पहले उलझन फिर नाराज़गी में बदल गई कि विलबैंक्स को किसी ने अगवा नहीं किया था पर वह इसलिए वहाँ से चली गई क्योंकि वे शादी की वजह से भयातुर थी। एक पत्रिका वालों ने यह सूचना दी कि वह दुल्हन इसलिए भागी थी क्योंकि कोई ''विशेष प्रकार का भय'' उसके जीवन का नियंत्रण कर रहा है।

हममें से अधिकांश लोग शायद यह कहेंगे "भागने के बजाए उसे अपने मंगेतर से बात कर लेनी चाहिए थी" या फिर कम से कम अपने पास्टर या परिवार के किसी सदस्य से सलाह माँगनी चाहिए थी। पर हममें से कितने लोग भय का सामना कर पाते है? क्या उससे सरल उसकी उपेक्षा करना और उसका सामना न करना नहीं होगा? आपने कभी भी विलबैंक्स की तरह शारीरिक तौर से भागने की कोशिश नहीं की होगी, पर भावनात्मक तौर से आप बहुत सी चीज़ों से दूर भाग रहे है। आप बार बार पीछे मुड़कर यह देखते है कि जिस चीज़ से आप डरते है वह आपके साथ तो नहीं।

कुछ लोगों के लिए सामना करना बहुत ही कठिन काम है, पर यदि हम नहीं चाहते है कि कोई वस्तु या व्यक्ति हमारा नियंत्रण करें तो हमें ऐसा करना पड़ेगा। क्या बचपन में आपने कभी परी पत्थर खेला है? आप जिससे बच कर भाग रहे है, वह आपको नियंत्रित कर सकता है, क्योंकि यदि वह आपको छूएगा तो आपको पत्थर बनना पड़ेगा और अपनी जगह पर रूक जाना पड़ेगा। डर भी इसी तरह का काम करता है जिस चीज़ से हम दूर भागते है या छुपते है, वह हम पर हावी हो सकता है।

जैसा मैंने पहले कहा था यदि हम उससे छुटकारा पाना चाहते है तो याद रखें कि जो अंधेरे में छिपा हुआ है उसे उजियाले में लाना बहुत ज़रूरी है। बिलकुल अंधेरे कमरे में जाइए और बत्ती चालू कीजिए। क्या होगा? अंधकार गायब हो जाएगा। बिलकुल ऐसे ही परमेश्वर और उसका वचन हमारे जीवन में काम करता है। जब हम वह करते है जो परमेश्वर का वचन हमसे करने को कहता है, वह भय जो हमें तड़पाने की कोशिश करता है गायब हो जाता है। वे चले जाते है और दुबारा हम पर अधिकार नहीं जता पाते।

इस वचन में परमेश्वर का विचार बिलकुल साफ़ है—हमें डरने की ज़रूरत नहीं। यशायाह 41:10 कहता है ''मत डर, क्योंकि मैं तेरे संग हूँ, इधर उधर मत

ताक क्योंकि मैं तेरा परमेश्वर हूँ।" ध्यान दे कि उसने हमसे यह नहीं कहा कि कभी भी हम भय को महसूस नहीं करेंगे, पर वह यह कहते है कि हम भय को खुद पर हावी होने और खुद के लक्ष्य को चुराने न दे।

भय रूपी दानव वास्तव में जितना बड़ा और कठोर दिखता है वैसा होता नहीं। ऐसा इसलिए क्योंकि भय निर्भर करता है लोगों को बहकाने की काबिलियत पर। एक बार जब किसी व्यक्ति को महसूस हो जाता है कि वह "भय को महसूस करता है और किसी भी तरह उसका सामना कर सकता है," तो वे आज़ाद हो जाते है।

शैतान को पसंद है लोगों को उनके अप्रिय मुद्दों द्वारा भय पैदा करना और उनका सामना करने से बचना। क्योंकि वह जानता है कि जब उसके झूठ का सामना होता है तो उसकी ताकत घटती है। मेरे द्वारा बताई गई कहानी के उन सभी पीढियों के लोगों के बारे में सोचिए, जिन्होंने अपना सारा जीवन उस एक से डर कर बिताया था जो वास्तव में उनकी हथेली से भी छोटा था। जब तक किसी ने उसका सामना करने की हिम्मत न की, कोई ऐसा जो उससे डर कर न भागे, तब तक उस छोटे से दानव ने लोगों को अपने कब्जे में रखा, और उन्हें जड़ दिया। हांलाकि एक झूठ कभी सच्च नहीं होता पर उस पर विश्वास करें उसके लिए वह वास्तविकता बन जाती है। शैतान जिस झूठ के सहारे आपको धोखा देने कि कोशिश कर रहा है उस पर विश्वास न करें।

मैं चाहती हूँ कि मेरे पास कोई जादुई झड़ी होती या कोई मंत्र जिसे कह कर मैं एक बार में ही आपके जीवन के सभी डरो का अंत कर देती। पर अफ़सोस ऐसा नहीं हो सकता। प्रार्थना हमें डर के खिलाफ़ खड़े होने का बल तो ज़रूर देती है पर उस पर जीत हासिल करने के लिए और परमेश्वर के अनुसार विजयी बनने के लिए हमें जीत हासिल करने और विजय होने के लिए कुछ चाहिए! तीस मील दौड़ने के लिए पहले एक मील तक दौड़ना होगा। प्रार्थना का भी यही तरीका होता है। परमेश्वर चाहता है कि हम अपने विश्वास रूपी माँसपेशियों का विस्तार करें और भय के खिलाफ़ खड़े हो जाए। वह चाहता है कि हम कहे "नहीं! डर मेरे जीवन पर राज नहीं कर सकता।'' जब हम प्रार्थन का उपयोग कर छोटे भय का सामन करना और लड़ना सीख जाएँगे, तो वह हमें बड़े डरों का सामना करने में मद्द करेगा।

कभी भी आप डर को जमा कर अपने आपको शक्तिहीन बनाने का मौका न दे। *हिन्डस फीट ऑन हाई प्लेसस,* की लेखिका, हन्ना हरनार्ड भी एक बार डर द्वारा शक्तिहीन हो गई थी। फिर उन्होंने बिजूखा के विषय में एक उपदेश सुना

जिसके द्वारा उन्हें अपने भय को विश्वास में बदलने की चुनौती मिली।

> जब हम अपना पात्र निभाएँगे तो विश्वास द्वारा कदम उठाने के साथ साथ हमें प्रार्थना करना और आत्मिक माँसपेशियों का विस्तार करना होगा। परमेश्वर अपने भाग को हमेशा पूरा करता है वह तो असंभव लगने वाली चीज़ों को संभव करता है।

उस प्रचारक ने कहा ”एक चतुर चिड़िया जानती है कि एक बिजूखा विज्ञान के सिवाय कुछ नहीं। वह यह घोषणा करता है कि बहुत ही रसीला और स्वादिष्ट फल तोड़ने लायक हो गया है। हर अच्छे बगीचे में बिजूखाएँ पाई जाती है यदि मैं बुद्धिमान हूँ, तो मुझे भी उस बिजूखा को एक न्यौते के रूप में स्वीकार करना चाहिए। मेरे रास्ते का हर दानव जो मुझे टिड्डा होने का एहसास दिलाता है, वह सिर्फ़ एक बिजूखा है जो मुझे परमेश्वर के असीम आशीषों के पास आने का इशारा कर रहा है।“ उन्होंने अंत में कहा, “विश्वास एक चिड़िया है जिसे बिजूखाओं के ऊपर बैठना पसंद है। हमारा सारा डर आधारहीन है।“

परमेश्वर के साझेदार

क्या आप कभी भी अपने दोस्त के साथ मिलकर अपने परिवार के लिए रात्री भोज की तैयारी की है, या शायद किसी और के लिए भोजन की ज़रूरत है? शायद उसे मुख्य भोज बनाने की ज़िम्मेदारी दी गई थी और आपने छोटी मोटी चीज़ों को तैयार किया। बहरहाल आपने ही इन कामों को नियुक्त किया था, आप दोनों का इसमें बहुत महत्वपूर्ण योगदान था, और एक साथ आप दोनों ने मिलकर उस काम को पूरा कर दिया।

जब जीवन में यह बात आती है, हमें याद रखना चाहिए कि परमेश्वर हमारा साझेदार है और हमें इस बात को अनुभव करना होगा कि उसका एक भाग है और हमारा एक भाग है। जब हम अपना पात्र निभाएँगे तो विश्वास द्वारा कदम उठाने के साथ साथ हमें प्रार्थना करना और आत्मिक माँसपेशियों का विस्तार करना होगा। परमेश्वर अपने भाग को हमेशा पूरा करता है वह तो असभंव लगने वाली चीज़ों को संभव करता है। शायद आपके जीवन में लम्बे समय तक आपने बहुत से डर का सामना किया होगा कि अभी आपको लग रहा होगा कि किसी भी हाल में कभी भी इससे छुटकारा नहीं पा सकते। मैं वायदा करती हूँ–कि हर बार आप भय का सामना करते है, वह छोटा और छोटा होता जाता है। धीरे धीरे, वह अपनी सारी ताकत खो देगा।

मुझे डर और उसके कामों से नफ़रत है। वह हमें पीछे हटा देता है, वह हमें वापस लौटने पर मजबूर कर देता है। वह तब तक हमारे आत्मविश्वास और आत्म–प्रतिज्ञा को खाता रहता है, जब तक वह कंकाल में न बदल जाएँ। पर ऐसा होना ज़रूरी नहीं! मैंने अपने खुद के जीवन में बहुत से डरों का सामना किया है, और मुझे पता है कि जिन चीज़ों से आप डरते है उसका सामना करने के लिए बहुत बहादुरी की ज़रूरत पड़ती है। पर, यदि मैं जीत सकती हूँ तो आप भी ऐसा कर सकते है! एक बुद्धिमानी मनुष्य ने एक बार कहा था, "साहस का मतलब डर की कमी नहीं पर डर का सामना करने की खूबी है।" परमेश्वर का वचन चुनिन्दा लोगों के लिए सिर्फ़ नहीं होता, वह तो सब के लिए है। यदि परमेश्वर किसी की भी मदद कर सकता है, तो वह आपकी भी मदद कर सकता है और वह आपको आपके भय का सामना करने में मदद कर सकता है। परमेश्वर का वायदा हमें आशा और एक नए जीवन का अवसर प्रदान करता है। एक ऐसा जीवन जो डर और अस्थिरता के बजाए साहस और जोश के साथ किया जा सके।

सबसे साहसी व्यक्ति जिसे हम बाइबल में पाते है वह है एस्तेर जिसने दुष्ट लोगों के हाथों से अपने लोगों की जान बचाने की कहानी। यघपि उसकी सुन्दरता से कोई नुकसान न हुआ, पर चरित्र और शांत आत्म–विश्वास ने राजा क्षयर्ष को प्रभावित किया। उसने बहुत बड़ा जोखिम लिया था जब वह बिन बुलाए राजा क्षयर्ष के आन्तरिक कचहरी में प्रवेश कर रही थी। पर परमेश्वर ने उसका और सभी यहूदियों की प्रार्थना का सम्मान किया, और क्षयर्ष ने उसे प्यार से स्वीकार किया। अंत में एस्तेर ने अपने लोगों का नाश होने से बचा लिया।

आत्मविश्वास का मतलब है परमेश्वर पर अटूट विश्वास करना, एक विश्वास जिसे सम्पूर्ण ज्ञान और समझ हो कि परमेश्वर की मदद के द्वारा हम कुछ भी कर सकते है। भय परमेश्वर पर और खुद पर आत्मविश्वास की कमी को लाता है। यह एक विनाशकारी और अशक्त विश्वास है कि आप नहीं कर सकती है। स्त्री होने के नाते, आप अद्‌भुत कामों को कर सकती है। पर आपको साहसी होना पड़ेगा। अपने आत्मविश्वास को भय के साथ प्रतिस्थापित करों और देखों की परमेश्वर क्या कर सकता है!

मुझे नहीं लगता कि कोई भी सामना करना पंसद करता है या उसकी ताक में रहता है। यह निश्चय ही मेरा मनपंसद काम नहीं है। हममें से अधिकांश लोग नाव को हिलाना और लहरों को बनाना नहीं चाहते है। मैं आप को विश्वास के साथ कह सकती हूँ कि आप अपने जीवन को खुशी और

आज़ादी के साथ बिताने का जो भी कदम उठाएँगे वह उतना कठिन नहीं होगा जितना की आप अपना पूरा जीवन एक बंधन में बिताए। आपको अपना और अपने प्रियजनों का काफ़ी ख्याल रखना होगा और वह व्यक्ति बनने की कोशिश करनी होगी, जैसा आप हमेशा से बनना चाहते थे। ऐसा ही करें, चाहे आपको इसे ''डर के साथ'' क्यों न करना पड़े।

डर के साथ करें

मेरे द्वारा लिखी गई अन्य पुस्तकों में भी मैंने इस कहानी को बताया है पर इस पुस्तक में भी मैं दोहराना चाहती हूँ। एक स्त्री थी जिसे हम खुशी के नाम से पुकारेंगे, जिसने हकीकत में अपना सारा जीवन भय के साथ गुज़ारा। भय उसें नियंत्रित करता था। वह कार नहीं चलाती थी। वह रात को घर से बाहर नहीं निकलती थी। वह नए लोगों से मिलने से डरती थी। वह भीड़, नई चीज़, हवाई जहाज़, असफलता और किसी भी चीज़ की हम कल्पना करते हैं उन सबसे वह डरती थी। उसका नाम खुशी था जिसे उसने कभी अनुभव ही नहीं किया था, क्योंकि उसके डर ने उसे कैद कर रखा था और उसे सताता था। वह अधीरता से साहसी और बहादुर बनना चाहती थी। वह एक उत्साहित और साहसिक जीवन जीना चाहती थी पर लगातार उसके सपने डर की वजह से समाप्त होते जा रहे थे।

खुशी एक मसीही थी और एक दिन वह अपनी मसीही दोस्त डेबी से लम्बे समय तक अपनी दुखपूर्ण बातों पर विलाप कर रही थी। डेबी ने यह बातें बहुत बार सुनी थी पर इस बार उसकी प्रतिक्रिया ने खुशी को चकित कर दिया। डेबी ने अपने दोस्त की आँखों में देखा और ज़ोर लगाकर कहा, "ठीक है, तो फिर तुम डर के साथ वह काम क्यों नहीं करती।" कितनी ज़ोरदार सच्चाई है! यह खुशी के लिए एक नए जीवन की शुरूआत थी क्योंकि पहली बार खुशी ने अपने डर का असली रूप देखा था। कभी भी डर उसके जीवन से भाँप की तरह उड़ने वाला नहीं था। लम्बे समय से होने कि वजह से उसकी पकड़ मज़बूत हो गई थी और उसकी जड़ बहुत गहरी थी। खुशी को आगे बढ़ते हुए उसका सामना करना था और यद्यपि उसे डर लग रहा हो, फिर भी उसे वह करना होगा जो उसे करना चाहिए था।

डर का मतलब है भाग जाना या उड़ जाना, पर सामना करने का मतलब है आमने–सामने होना। कभी भी सामना करने के लिए हमें खुद का सामना करने की ज़रूरत पड़ती है शायद हम असफलता से डरते हैं या फिर सफलता से डरते है। कभी–कभी आपका भय या चिन्ता का कारण दूसरों के सामने करने

की वजह से भी होता है, शायद आपके माता या पिता या पति या फिर आपका कोई बच्चा।

डेविड ओस्बर्गर, ने अपनी किताब, *केयरिंग इनफ टु कन्फ्रंर्ट, में* वाक्यों का उपयोग करने की राय दी है जो आपके विचारों, को प्रकट करता है। साथ ही साथ दूसरे व्यक्ति के प्रति आपकी चिन्ता को भी प्रदर्शित करता है।

सामना करना	**परवाह करना**
दाँव पर लगे हुए मुददों का मुझे बहुत गहरा एहसास है।	मुझे अपने संबंधो की चिन्ता है।
मैं अपने विचारों को साफ़–साफ़ प्रकट करना चाहती हूँ।	मैं तुम्हारे विचारों को सुनना चाहती हूँ।
मैं अपने विचारों के प्रति आदर चाहती हूँ।	मैं तुम्हारे दृष्टिकोण का आदर करना चाहती हूँ।
मैं चाहती हूँ कि तुम सच्चे मन से मुझ पर भरोसा करों।	मैं भरोसा करती हूँ कि तुम मेरी सच्ची भवनाओं को समझ सकते हैं।
मैं चाहती हूँ कि जब तक हम नए समझौते तक नहीं पहुँच जाते तब तक हम एक साथ काम करेंगे।	मैं वादा करती हूँ कि जब तक हम एक समझौते तक नहीं पहुँच जाते तब तक हम एक साथ काम करेंगे।
मैं हमारी भिन्नता का बिना दबाव, साफ़ और सच्ची राय चाहती हूँ।	हमारी भिन्नता को मैं छल, दबाव, हेर–फेर, या फेरबदल नहीं करूँगी।
मैं तुम्हारी मेरे लिए चिन्तायुक्त – परवाह की प्रतिक्रिया चाहती हूँ	मैं अपना प्यार भरा, सच्चा आदर प्रदान करती हूँ

इनसे नज़र मिलाईए

दो खोजी जंगल की यात्रा कर रहे थे जब अचानक एक खतरनाक शेर उनके सामने कूद पड़ा। ''शांत रहो'' पहले खोजी ने फुसफुसाया। ''याद है जंगली जानवरों पर लिखी गई पुस्तक में क्या लिखा था? यदि हम स्थिर खड़े रहेंगे और शेर की नज़रों से नज़रें मिलाएँगे तो वह पलट कर भाग जाएगा।'' ''ठीक है'' दूसरे

साथी ने जवाब दिया ''तुमने वह किताब पढ़ी है और मैंने वह किताब पढ़ी है। पर इस शेर ने तो नहीं पढ़ी ना?''

जब हम यह निर्णय लेते है कि हमें उन परिस्थिती का सामना करना चाहिए या भाग जाना चाहिए तब हमारे मन में विचार आते जाते है। हम सोचते है हमारा या दूसरों का जख्मी होने का खतरा कम है या शायद हम किसी भी चीज़ का सामना करने के लिए तैयार ही नहीं होते। याद रखें यद्यपि, आप दौड़ रहे है तो आपको दौड़ते रहना होगा।

जब आदम और हव्वा ने अदन के बगीचे में पाप किया तो उन्होंने सबसे पहले भाग जाने और परमेश्वर की उपस्थिती से छुपने की कोशिश की। उन्होंने अंजीर के पत्तों से खुद के नंगेपन को ढ़कने की कोशिश की। यह उनके काम नहीं आई और न ही हमारे काम आएगा। उनको छुटकारा देने की योजना में परमेश्वर को हस्तक्षेप करना पड़ा और उसे हमारे लिए भी यही करना होगा।

इफीसियों 6 में दिए गए परमेश्वर के वचन पर नज़र डाले और ध्यान दे कि वह हमें किस प्रकार के हथियारों से सुसज्जित करता है। वह कहता है कि सत्य से हम अपनी कमर कस कर खड़े हो जाए, धार्मिकता का झिलम पहने, शांत सुसमाचार की तैयारी के जूते पहने, विश्वास की ढाल, उद्धार का टोप, और आत्मा की तलवार के साथ मज़बूत बने रहें। क्या इसमें किसी चीज़ की कमी है? हमारे पीठ की सुरक्षा के लिए कुछ भी प्रदान नहीं किया गया है! ऐसा इसलिए क्योंकि परमेश्वर कभी नहीं चाहता कि हम दुश्मन से डर कर भाग जाए। यह उसकी योजना थी और आज भी है कि उसके साथ होने की वजह से हम अपने जीवन के हर मुद्दों का सामना करें जो हमारे लिए मुश्किल है। लोग बड़ी चतुराई से अपनी असली परेशानियों का सामना नहीं करते और दूसरों को विश्वास दिलाने लायक जीवन जी कर और गलत व्यक्तित्व का निर्माण कर अच्छी तरह से अपनी परेशानियों को छुपा लेते है। अब खड़े होने का और डर का सामना करने का समय आ गया है!

एक स्त्री एक बार मेरी एक सभा में शामिल हुई और उन्होंने गवाही दी कि पैंतीस साल बाद पहली बार वह अपने घर से बाहर निकल रही है। जब हमने उनका सक्षात्कार लिया और उनकी कहानी के बारे में पूछा और जाना तो हम चकित हो गए थे। बचपन में उनका शोषण हुआ था, और यद्यपि उन्होंने शादी की और उनके खुद के बच्चे भी हुए, उन्होंने यह निर्णय लिया कि घर के अंदर उनको कोई चोट नहीं पहुँचा पाएगा और वे सुरक्षित रहेंगी। उन्होंने अपनी ज़रूरतों की पूर्ति के लिए कई तरीकों को अपनाया और कम्प्यूटर की खोज के

परमेश्वर कभी नहीं चाहता कि हम दुश्मन से डर कर भाग जाए। यह उसकी योजना थी और आज भी है कि उसके साथ होने की वजह से हम अपने जीवन के हर मुद्दों का सामना करें जो हमारे लिए मुश्किल है।

बाद उनका सन्यास अधिक आसान हो गया। वह इंटरनेट के ज़रिए आदेश देती थी और मेल और टेलीफ़ोन द्वारा संचार करती थी।

धीरे–धीरे उन्होंने मेरा टीवी कार्यक्रम देखना शुरू किया और मेरी गवाही द्वारा यह पाया कि बचपन में मेरे पिता ने भी मेरा शोषण किया था। उन्होंने यह निर्णय लिया कि अगर मैं हज़ारों लोगों के सामने खड़ी हो सकती हूँ और साहस के साथ बोल सकती हूँ तो कम से कम वह घर से बाहर तो निकल ही सकती है। उन्होंने मेरी सभा में आने का निर्णय लिया और ऐसा ही किया, और यद्यपि वह अस्थिर और भयातुर थी, फिर भी वह वही थी। वह उनके डर का सामना करने का पहला कदम था। उन्होंने कुछ खतरनाक काम किया। उन्हें और लम्बा रास्ता तय करना था, पर कोई भी खड़ी गाड़ी को नहीं चला सकता। उन्हें दो कदम बढ़ाने से पहले एक कदम को बढ़ाना पड़ेगा। मैं आशा करती हूँ कि उनकी कहानी आपको प्रोत्साहित करेगी और डर से अपना रिश्ता तोड़कर और आत्मविश्वास से भरी स्त्री बनने के आपके सफर को शुरू करने के लिए प्रोत्साहित करेगी।

मेरा जीवन पूरी तरह से बदल गया जब आखिरकार मैंने यह समझा कि डर का मतलब भाग जाना या उड़ जाना नहीं होता है तो मैं अब यह समझ गई हूँ कि यदि मैं डर की वजह से काँप रही हूँ फिर भी जब तक मैं वह काम करने के लिए आगे बढ़ रही हूँ जिसे भय मुझसे नहीं कराने की कोशिश कर रहा है, कायरतापूर्ण व्यवहार नहीं कर रही हूँ।

आत्मविश्वास को बढ़ाने का रास्ता है उस काम को करना जिससे आप डरते है, और अपने पीछे सफल अनुभवों के कीर्तिमान को स्थापित करना। हेनरी फोर्ड ने कहा–''सबसे महान खोज जो एक मनुष्य करता है, वह सबसे महान आश्चर्य है, इस बात की खोज करना कि वह जिससे डरता है, वह उसे कर सकता है।''

डेव और मैंने बहुत ही विनोदी और ज्ञानवर्धक उदाहरणों को देखा है कि कैसे डर हमें भागने और छुपने पर मजबूर कर देता है। हमारे पास सात पाउण्ड का एक कुत्ता है जो माल्टीस है, और वह बहुत ही सफ़ेद और गुच्छेदार बालों वाली थी। उसका नाम डच्चेस है और यकीनन वह कितनी

प्यारी हो सकती है उतनी प्यारी भी है। डच्चेस को कभी भी नहाना पंसद नहीं आता और बचपन से ही ऐसा था, जैसे ही उसे यह एहसास हो जाता था कि उसे नहलाया जाने वाला है, वह काँपने लगती है और घर के दूसरे छोर की ओर भाग कर छुप जाती है। जैसे जैसे वह बढ़ती गई, वह इस पर जीत हासिल करने लगी और उसे डर भी कम लगने लगा।

पर फिर गर्मी के मौसम के दिन एक दिन जब हम किसी के मकान में कुछ दिनों के लिए रह रहे थे और जब डच्चेस ने नहाने का शब्द सुना और मुझे शैम्पू और बाकी चीज़ों को लेता हुआ देखा, तो वह गायब हो गई। आखिरकार जब मैंने उसे ढूँढ निकाला, तो वह काँप रही थी, और दूसरे कमरे में जाकर छुप गई थी। पहले तो मुझे उसकी परेशानी के बारे में कुछ समझ नहीं आया, क्योंकि कुछ दिनों से वह नहाने से नहीं डरती थी। पर फिर मैंने यह महसूस किया कि वह नहाने से डर रही है और वह इसलिए डर रही थी क्योंकि वह एक नई परिस्थिती और नई जगह पर थी।

जानवर भी भागकर और छुपकर डर की तरफ़ अपनी प्रतिक्रिया को प्रकट करते है। वे आन्तरिक भावना द्वारा जीते है और हमेशा अपनी आन्तरिक भावना के इशारे वे चलते है, पर शुक्र है कि हम परमेश्वर के वचन के ज्ञान के अनुसार सही चुनाव द्वारा जीवन जीते है। उसका वचन डर के अधीन होने से मना करता है और पवित्र आत्मा की मदद से, हम सही चुनाव कर सकते है।

क्या कोई डर से अप्रभावित है?

क्या कुछ लोग डर से श्रापित है जबकि दूसरों को साहस का वरदान मिला है? हम यह जानते है कि हममें से हर एक का जन्म भिन्न प्रकृति के साथ हुआ है। हम उन्हें नहीं चुनते, परमेश्वर उसे हमारे जीवन की योजना को पूरा करने के लिए चुनता है। कुछ लोग प्राकृतिक रूप से जोशीले, साहसी और निर्भिक होते है, पर मैं व्यक्तिगत रूप से इस बात का विश्वास नहीं करती कि कोई भी पूरी तरह से प्रतिरक्षित है। चाहे आप ऐसे व्यक्ति को जानते हो जो अपने आपको सबसे साहसी के रूप में प्रस्तुत करता है। पर वह भी किसी चीज़ से डरता होगा।

कुछ लोग अपने डर को छुपाने का काम दूसरों से अच्छा कर लेते है। वे अपने डर को कभी मानेंगे ही नहीं, पर सच्चाई तो यह है कि शैतान हर किसी पर डर का हमला करता है। हम उस पर जीत हासिल कर सकते है! यदि डर पर जीत हासिल करना संभव न होता तो परमेश्वर कभी भी अपने वचन में ''मत डर'' उपदेश न देता!

मैं विश्वास करती हूँ कि हम में से हर कोई किसी न किसी क्षेत्र में बहादुर हैं और अन्य क्षेत्रों में भयभीत भी है। पैंडूलम एक तरफ़ या दूसरी तरफ़ झूलता रहता है, पर दोनों में से कुछ न कुछ हमारे अंदर है। उदाहरण के तौर पर, एक स्त्री जिसे हम थेरेसा कहेंगे वह सहमीसी और शर्मीली है। वह ज़्यादा बात नहीं करती थी और अंतमुर्खी थी। लोगों की भीड़ के सामने खड़े होने और बोलने का मौका आए तो वह पत्थर बन जाती थी, पर फिर भी जब अपने जीवन में दर्द और मुसीबत का सामना करने का मौका आया तो वह बहुत साहसी बन गई थी। 32 की उम्र में उसे कैंसर हो गया था और उसे सर्जरी और दर्दनाक रेडियेशन और किमोथेरापी को सहना पड़ा। थेरेसा का तीन बार गर्भपात हुआ था आखिरकार उसने एक स्वस्थ बच्चे को जन्म दिया। उसने इन मुसीबतों का सामना लालिस्य और साहस और थोड़ी सी प्रशंसा के साथ किया।

जानिस, थेरेसा कि एक दोस्त, बाहरी तौर से बहुत जोशाीली थी। जानिस इतनी मिलनसार थी कि वह टेलीफ़ोन के खंभों को भी दोस्त बना लें। वह एक नेता थी, भीड़ में वह लोगों के सामने आसानी से बोल सकती थी और सब उसकी तारीफ़ भी करते थे। बाहर से देखा जाए तो जानिस बिलकुल भी भयभीत नज़र नहीं आती थी। थेरेसा की तरह जानिस को भी मुसीबतों का सामना करना पड़ा। बीस साल तक, वह एक निगम के लिए काम करती रही और 401(K) में सब सेवानिवृत्त की एक योजना में निवश्त्ति के सारे पैसों का निवेश कर दिया। सबको चकित करते हुए उस संस्था पर सेवानिवृत्ति के पैसों के निवेश में घोटाला करने का आरोप लगाया गया और अचानक जानिस और कई अन्य लोगों ने यह पाया कि उनके पास कुछ भी नहीं है। वह संस्था कंगाल हो गई और उनके बहुत से कार्यकर्ताओं का जाँच किया गया और उन्हें सज़ा सुनाई गई। न सिर्फ़ जानिस ने अपना पैसा खो दिया, उसके पास अब नौकरी भी न थी। उसने अपनी परेशानी का सामना लालित्य से नहीं किया। उसने भय को प्रदर्शित किया जिसकी वजह से उसके परिचित लोग चकित हो गए। वह हमेशा खुद को निडर व्यक्ति के रूप में प्रकट करती थी, पर इस परिस्थिती में वह अपने भविष्य और आर्थिक सुरक्षा की चिन्ता की डर की वजह से लकवे की मरीज़ की तरह बन गई थी।

करोड़ों लोगों के सामने खड़े होकर घण्टों तक बात करने की हिम्मत मुझमें है। मुझे खुलकर अपने जीवन के बारे में विस्तार से बताने में डर नहीं लगता जिसे दूसरे बताने से डरते है। दूसरी ओर, यदि मैं किसी झूले में बैठ जाऊँ तो काँपने और चीखने लगूँगी, पर खुशी के साथ नहीं।

हमारी यात्राओं के दौरान, डेव ऐसी चीज़ों को खाना पसंद करते है जिसे उन्होंने कभी खाया ही नहीं या देखा भी न हो पर मैं हमेशा उन चीज़ों को ढूँढ़ती हूँ जिससे मैं परिचित हूँ। मुझे डर है कि यदि मैं किसी नई चीज़ को चखूँ और यदि मुझे पसंद न आए, तो मेरा भोजन बर्बाद हो जाएगा। मेरा कहने का मतलब यह है कि कोई भी डर से सुरक्षित नहीं। कुछ लोगों का डर दूसरों से अधिक स्पष्ट होगा, पर मैं विश्वास करती हूँ कि हर किसी में वह होता है।

यह जानना बहुत ज़रूरी है कि डर के विरूद्ध हमारे इस युद्ध में हम अकेले नहीं है। शैतान इससे बढ़कर और कुछ चाहता है कि वह हमें यह एहसास दिला दें कि हमारे अंदर कुछ गड़बड़ है या मेरे और साधारण लोगों के जीवन की परेशानियों में कोई समानता नहीं। उसे ऐसा करने न दे, हर किसी को डर का अनुभव होता है।

जनरल जॉर्ज पेटन को हर कोई सबसे साहसी व्यक्ति मानते हैं और फिर भी उन्होंने यह माना कि वे भी डरते है। पर उन्होंने उस पर ध्यान न देने का चुनाव किया।

विश्व युद्ध–II के दौरान, सेना के गवर्नर सिसली में जनरल जॉर्ज पेटन से भेंट की। जब उन्होंने पेटन के साहस और बहादुरी की अत्याधिक प्रशंसा की, तो जनरल ने जवाब दिया, ''महोदय'' मैं साहसी व्यक्ति नहीं हूँ.... सच्चाई तो यह है, कि मैं बहुत ही हीन कायर हूँ। मैंने अपने जीवनभर बिना डरें कभी भी गोलियों की आवाज़ या युद्ध को नहीं देखा है और यह कि मेरी दोनों हथेलियों पर पसीना होता था। कई सालों बाद, जब पेटन की आत्मकथा प्रकाशित हुई थी, उसमें जनरल द्वारा दिया गया एक महत्वपूर्ण कथन शामिल था। ''मैंने अपने जीवन के शुरूआती समय में ही यह सीख लिया था कि कभी भी मैं अपने भय के सुझाव को स्वीकार न करूँ''

भय की आत्मा कब और किससे मिलती है यह सीमित नहीं है। कभी–कभी भय असुविधाजनक समयों में खुद को प्रकट करता है ऐसे पलों में जब हम निडर महसूस करना पसंद करेंगे। आखिरकार, कौन डर का सामना करना और उससे वास्ता रखना चाहेगा? कोई भी नहीं और अधिकांश लोग नहीं करते! भागना, छुपना या पीछे हट जाना अधिक आसान लगता है। हम कामना करते है कि वह टल जाए हम प्रार्थना करते है कि वह चला जाए, पर जब तक हम उसका सामना नहीं करते, डर हमें हमेशा दौड़ाता रहेगा। यदि हम भागते रहेंगे, तो दुश्मन से दूर नहीं, पर दुश्मन की तरफ़ भागने की ज़रूरत है।

प्रकार! प्रकार! प्रकार!

जिन प्रकार के भय को शैतान लोगों के सम्मुख प्रस्तुत करता है वह अन्तहीन और अद्‌भुत है। कई प्रकार के लोग धूल से लेकर मृत्यु जैसी चीज़ों से डरते है। मैं ऐसे कई प्रकार के भय का जिक्र करूँगी क्योंकि मैंने बहुत से लोगों की मदद करने की कोशिश की जिनसे मेरा वास्ता था या उनके बारे में सुना था। अकेलापन, तिरस्कार, त्याग, फ़ायदा उठाया जाना, घनिष्ठता, जन्म देना, ऊँचाई, पानी, मधुमक्खियाँ, कुत्ता, बिल्ली अन्य जानवरों आदि का भय। कुछ लोग बिमारी से डरते हैं, और हमेशा कल्पना करते है कि उनके शरीर में कोई नई बिमारी उत्पन्न हो रही है। मनुष्य का भय बहुत बड़ा हैं और डर की कमी भी ऐसी ही होती है। असफलता का भय बहुत से लोगों को पीड़ित करता है। जबकि कुछ अन्य लोग सफलता से डरते हैं। खासकर स्त्रियों को अक्सर उन्हें अपने पति की मृत्यु और अकेले छूट जाने का भय होता है, जिसे कुछ लोग ''बैग लेडी सिन्ड्रोम'' कहते है। कुछ लोग अपनी आकृति के प्रति बहुत ही परेशान रहते है। कुछ लोगों को डूबने का, कीड़ों का, लिफ़्ट का, भीड़, उड़ान या आग का डर होता है। मैं एक व्यस्क औरत को जानती हूँ जिसने कभी भी माचीस नहीं जलाई क्योंकि वह उससे डरती है। कुछ घनिष्ठता के डर से अर्थपूर्ण संबंध कायम नहीं करते।

मैं बहुत कुछ बता सकती हूँ पर मुझे लगता है कि आपको मेरे विचार समझ में आ गए होंगे। आप शायद ऐसे व्यक्ति होंगे जो किसी ऐसे भय को अनुभव कर रहे हो जो इतना अजीब है कि आप दूसरों को बता ही नहीं सकते। मेरा भरोसा करे, कुछ लोग आपके भय से भी विचित्र भय का सामना कर रहे होगें। पर ऐसा क्यों है कि कुछ लोगों का भय दूसरों के भय से भिन्न होता है? जिसका पालन–पोषण कनसास या टेनेसी में हुआ होगा, जिसे चक्रवात से बहुत डर लगता हो तो उससे अधिक फ़्लोरीड़ा में रहने वालों को आंधी से डर लगता होगा। खेतों में रहने वालों से अधिक शहरों में रहने वालों को आक्रमण का डर होगा। ऐसा क्यों है कि एक व्यक्ति कुत्ते से बहुत डरता हो पर दूसरा कोई व्यक्ति उससे प्यार करें?

हम किन चीज़ों से डरते है?

2005 में किए गए एक अध्ययन द्वारा अधिकांश किशोरों के डर के बारे में पता चला है। जिसमें शामिल है–

1. आंतकवादियों का हमला
2. मकड़ी
3. मृत्यु
4. असफलता
5. युद्ध
6. ऊँचाई
7. अपराध/हिंसा
8. अकेलापन
9. भविष्य
10. परमाणु युद्ध।

हम कुछ बातों का जवाब ज़रूर जानते है पर निश्चय ही सबका नहीं जानते। मुझे नहीं लगता कि डर को जानना उतना ज़रूरी है जितना कि हम अपने मन को डर के अधीन न रहने के लिए तैयार करें। कुछ लोग अपना सारा जीवन अपनी समस्याओं को ढूँढने में निकाल लेते है और कभी भी उससे पीछा नहीं छुड़ा पाते। पर परमेश्वर उन सभी भय से पीछा छुड़ाने में हमारी मदद कर सकता है, जो हमें जकड़ कर रखना चाहते है, यदि हम मदद के लिए परमेश्वर की ओर नज़र उठाएँगे।

आज से अपने डरों का सामना करें और उनसे पीछा छुड़ाने के लिए परमेश्वर से मदद माँगे। परमेश्वर की कृपा द्वारा ही हम डर पर जीत हासिल कर सकते है!

■ *अध्याय – 12* ■

भय के रिश्तेदार होते है

एक बार जब आप भय की आत्मा को खुद पर कब्ज़ा करने का मौका दे देते है, तो आप दूसरी आत्माओं के लिए दरवाज़ा खोल देते है, जो आपके दिल को कब्ज़े में करना और आप को जकड़ कर रखना चाहती है, ताकि आप आत्मविश्वास और भरोसे के साथ आगे बढ़ने में असमर्थ हो जाए। चिन्ता और उत्सुक्ता दोनों ही भय की आत्मा के रिश्तेदार है। या अपने नज़रिए को बदल कर देखिएः भय माता है और चिन्ता और उत्सुकता उसके बच्चे है। बाइबल यह साफ़–साफ़ कहती है कि परमेश्वर के बच्चों को चिन्ता करने की ज़रूरत नहीं। जब हम चिन्ता करते है, तो हम अपने दिमाग़ को समस्या के चारों ओर गोल–गोल घुमाते है और उसका कोई हल नहीं मिलता। जितना अधिक हम ऐसा करते है। उतनी चिन्ता हमें होती है। जब हम चिन्ता करते है, तो वास्तव में हम खुद को ऐसी बातों को सोचकर पीड़ित करते है, जिससे कोई फल प्राप्त नहीं होता। चिन्ता की शुरूआत हमारी सोच से होती है पर इससे हमारे मिज़ाज पर और हमारे बाहरी शरीर पर भी असर पड़ता है।

अपने मन में इस बात को याद रखें कि चिन्ता हमारे बढ़ने का इंतज़ार नहीं करती। यूनाईटेड किंगडम में किए गए एक अध्ययन के द्वारा यह पता चला है कि आधे से ज़्यादा किशोर लड़कियों को अपनी सुन्दरता की बहुत चिन्ता रहती है, तीन में एक लड़की स्कूल की वजह से तनाव में रहती है, और लगभग 40 प्रतिशत लड़कियों को अपने परिवार की चिन्ता सताती है। इसमें कोई आश्चर्य की बात नहीं है कि 80 प्रतिशत स्थायी चिन्तक लोगों की नज़रों में खुद की छवि बहुत कमज़ोर होती है–भय ने उनके आत्मविश्वास को खत्म कर दिया है और शंका चिन्ता के रूप में आ जाती है!

एक व्यक्ति इतना अधिक चिन्तित हो सकता है जिसकी वजह से वह तनाव में और दुखी बन जाता है। चिन्ता आपके पूरे स्वास्थ में तनाव लाती है और बहुत सारी शारीरिक तकलीफ़ जैसे सरदर्द, मांसपेशियों में तनाव, पेट की समस्या, और बहुत सारी अन्य चीज़ों का कारण बनती है। जो एक काम वह

नहीं करती है वह है भलाई करना। वह कभी मदद नहीं करती और न ही हमारी समस्याओं का हल करती है।

प्रार्थना परमेश्वर को काम करने के लिए दरवाज़े को खोलती है और हमारी ज़रूरतों की पूर्ति करती है।

यीशु ने कहा है कि हमें कल की चिन्ता नहीं करनी चाहिए क्योंकि प्रतिदिन की समस्याएँ हमारे लिए बहुत है (मत्ती 6:34)! कल की चिन्ताओं का हल ढूँढ़ने की कोशिश करने पर हम आज की ऊर्जा को व्यर्थ कर देते है जिसे परमेश्वर ने हमारे लिए पहले से ही तैयार करके रखा था ताकि हम आज का मज़ा ले सके। चिन्ता करते हुए अपने समय को बर्बाद न करें! वह व्यर्थ और बेकार है। उस बाँसुरी वादक की तरह न बने जो अपने आयोजक के पास जाकर, घबराकर कहने लगा कि वह ऊँचा सुर नहीं लगा पाएगा। उसके आयोजक ने मुस्कुराकर उसे जवाब दिया, ''चिन्ता मत करो, आज के संगीत में ऊँचा सुर नहीं लगने वाला है।'' बहुत सी हमारी चिन्ताएँ, इसी प्रकार की होती है–अंजानी और अनावश्यक।

खुद को नम्र करते हुए परमेश्वर के बलवंत हाथों में अपनी सारी चिन्ताओं को डाल दो (1पतरस 5:6,7)। ऐसा करने पर परमेश्वर से हम यह कहते है, कि ''मैं जानती हूँ की मैं अपनी समस्याओं का हल नहीं कर सकती हूँ और मैं पूरी तरह से अपनी देखभाल का ज़िम्मा आपको सौंपती हूँ और परिस्थिती के अनुसार मेरी समस्याओं का हल कीजिए।''

आप आत्मविश्वास से भरी स्त्री तभी बन सकती है जब आप अपने डर और चिन्ता को अपने जीवन से निकालती है और इसकी शुरूआत प्रार्थना द्वारा होती है। प्रार्थना परमेश्वर को काम करने के लिए दरवाज़े को खोलती है और हमारी ज़रूरतों की पूर्ति करती है। प्रेरित पौलुस ने कहा हमें किसी चीज़ की चिन्ता नहीं करनी चाहिए पर हर एक बात प्रार्थना के द्वारा परमेश्वर के सम्मुख लाने पर हम परमेश्वर की शांति को अनुभव करेंगे। (फिलिपियों 4:6,7)। उन्होंने नहीं कहा ''कुछ'' बाते, उन्होनें यह नहीं कहा कि ''एक'' बात, उन्होंने कहा हर बातें। हमारी चिन्ताओं के स्थान पर प्रार्थना को रखना होगा।

हम सौ से भी अधिक बातों की चिन्ता कर सकते है। दूसरे हमारे बारे में क्या सोचेंगे से लेकर खुद की बढ़ती उम्र की चिन्ता तक। कब तक हम काम करते रहेंगे? यदि हम अपनी देखभाल करने लायक न रहेंगे तो हमारी देखभाल कौन करेगा? क्या होगा यदि स्टॉक मार्केट बर्बाद हो जाए? यदि पेट्रोल की कीमत बढ़ जाए तो क्या होगा? मेरी नौकरी छूट जाए तो क्या होगा? अधिकांतः चिन्ता का कोई आधार नहीं होता या उसमें थोड़ी सी भी सच्चाई नहीं

होती है। हम जिन बातों की चिन्ता करते है या डरते है उसकी कोई असली वजह ही नहीं होता है। चिन्ता एक बुरी आदत में बदल जाती है। हम बिलकुल ऐसा ही करते है! कुछ लोग हर वक्त किसी भी चीज़ से डर महसूस करते रहते है यदि उनके पास कोई समस्या न हो तो वे दूसरों की समस्याओं की चिन्ता करते है।

इसका इकलौता हल है ''चिन्ता करना बंद करें और परमेश्वर पर भरोसा रखें।'' उसके पास पूरा भविष्य योजनाबद्ध है और उसके पास हर बातों का हल है। उसका वचन हमसे यह वायदा करता है कि यदि हम उस पर भरोसा रखेंगे तो वह हमारी देखभाल करेगा।

एक बार किसी ने कहा था ''चिन्ता का अर्थ है भुगतान का दिन आने से पहले किसी समस्या के लिए ब्याज चुकाना।'' चिन्ता, समस्याओं के आने से पहले उस पर विश्वास दिलाता है। वह लगातार परमेश्वर द्वारा दिए गए प्रतिदिन की समस्याओं और ज़िम्मेदारियों को पूरा करने के लिए दी गई ऊर्जा को बहा ले जाता है। अतः वह एक पापमय नुकसान है। विश्वास का अंत चिन्ता है और चिन्ता का अंत विश्वास है।

चिन्ता न करें कि आपका दिन खराब होगा, क्योंकि अगर ऐसा है तो आप जान जाएँगे और उसका सामना कर पाएँगे। आपको पता चल जाएगा कि आपका दिन खराब है जबः

आपका बर्थडे का केक मोमबत्ती के बोझ से बर्बाद हो जाता है।

आपकी जुड़वा बहन आपका जन्म दिन भूल जाए।

आपने आत्महत्या से छुड़ाने वालों को बुलाया और उन्होंने आपको गिरफ़्तार कर लिया

आपकी कार की घण्टी अचानक बंद हो जाए और आप बहुत बड़ी भीड़ में फँस जाए।

आपका बॉस आपसे कहे कि आप कोट उतारने की चिन्ता न करें।

आपके घर की खिड़की पर गाना गाने वाली चिड़िया एक बाज हो।

आपने जागने के बाद पाया कि आपका नाड़ा उलझ गया है।

आपने दोनों कान्टेक्ट लैंस को एक आँख में पहन लिया हो।

आपका पति आपसे कहे ''शुभ प्रभात, जुड़ी,'' जबकि आपका नाम सैली हों।

जब यीशु ने हमें कल की चिन्ता न करने का उपदेश दिया, तो उनके कहने का मतलब यह था कि हम एक बार में एक दिन का सामना करें। वह हमारी ज़रूरत के अनुसार हमें ताकत देता है। जब हम उसके द्वारा दी गई ताकत को स्वीकार करते है और उसका उपयोग करने के बजाए चिन्ता करने में लगा देते है, तो हम उन आशीषों को खुद के हाथों से गवा देते है जिसे उसने हमारे आज के दिन के लिए रखी थी, न कि कल के लिए, या फिर अगले दिन के लिए। पर आज के लिए हम अच्छी चीज़ों को खो देते है क्योंकि हम बुरी बातों की चिन्ता करते है जो शायद कभी होती ही नहीं!

कई वर्षों से एक स्त्री को रात में सोने से परेशानी होती थी क्योंकि उसे चोरों का डर था। एक रात उसके पति ने एक कमरे से आवाज़ सुनी, इसलिए वे जाँच करने के लिए वहाँ गए। जब वे वहाँ पहुँचे तो उन्होंने सच में एक चोर को पाया, ''गुड इवनिंग,'' उस आदमी ने कहा, ''मुझे तुमसे मिलकर खुशी हुई। ऊपर आईए और मेरी पत्नी से भेंट कीजिए। वह दस साल से आपसे मिलने के इंतज़ार में थी।''

जिन्दगी के रास्ते में गढ्ढे और बंपर तो होते ही है। आपको बहुत सी चीज़ों का सामना करना होगा क्योंकि आप जीवित है और धरती नामक ग्रह में रहते है। क्यों कोई भी व्यक्ति कल की चिन्ता करना चाहेगा? जिस बात कि चिन्ता अक्सर हम करते है वह कभी भी होती ही नहीं और यदि वह होने भी वाली है, तो, चिन्ता करने से उसे नहीं रोका जा सकता। चिन्ता करने से आप अपनी समस्याओं से छुटकारा नहीं पा सकते, वह सिर्फ़ आपको उसका सामना न करने लायक बना देता है।

मुसीबत के समय परमेश्वर हमारा सहायक है (भजन संहिता 46:1)। चिन्ता करने पर आप अपने बलबूते पर होते है। जब आप चिन्ता करते है, तो किस बात की चिन्ता करते है, क्या हो सकता है क्या नहीं हो सकता है? उसकी चिन्ता करने वालों के लिए स्कॉट्स का एक मुहावरा हैः ''जो शायद है, वह शायद नहीं है''

आत्मविश्वास से भरी स्त्री चिन्ता नहीं करती क्योंकि चिन्ता करने वालों से भिन्न होकर वह भविष्य को देखती है। वह आत्मविश्वास के साथ भरोसा करती है कि जो भी काम परमेश्वर की मदद के द्वारा उसे करना है उसे कर सकती है। उसके सकारात्मक व्यवहार की वजह से वह भविष्य की अच्छी चीज़ों को पाने की आशा करती है, ना कि बुरी बातें। परमेश्वर पर भरोसा रखने का फल है आत्मविश्वास। जब हम उस पर भरोसा रखते है, तो शायद हमें हर समस्याओं का हल न मिले, पर यदि हमारे अंदर आत्मविश्वास है तो उसके पास जवाब भी है।

पिछली गलतियों के बारे में चिन्ता न करें

किसी भी बात की चिन्ता करना व्यर्थ है और किसी ऐसी बात पर चिन्ता करना जो हो चुकी है और जिसका काम तमाम हो चुका है, और जिसके बारे में कुछ नहीं किया जा सकता दुगुनी बर्बादी है। यदि आपने पहले कोई गलती की है जिसे आप सुधार सकते है तो आगे बढ़िए और उसको सुधारने का कदम उठाईए। पर, यदि आप शोकित होने के सिवाए कुछ नहीं कर सकते है, तो परमेश्वर से और जिसको आपने चोट पहुँचाई उनसे क्षमा माँगिए और फिर उसकी चिन्ता मत कीजिए।

मुझे यह याद दिलाने दीजिए कि चिन्ता करना व्यर्थ होता है तो फिर चिन्ता क्यों करे? परमेश्वर ने हमें बुद्धि दी है और बुद्धिमान व्यक्ति अपना समय ऐसे काम में व्यर्थ नहीं करता जिससे कोई फ़ायदा न होता हो।

बाइबल में ऐसे बहुत से अद्‌भुत वचन है जो हमें पिछली बातों को छोड़ भविष्य की ओर देखने की सीख देते है। हमें बिती हुई बातों को छोड़ने और अपनी नज़रों को आगे की ओर अर्थात् परमेश्वर और उसकी योजना की ओर लगाने को याद दिलाता है (फिलिप्पियों 3:13) हमें इस जानकारी से शांति मिल सकती है कि परमेश्वर की महाकरूणा और दया प्रति भोर नई होती रहती है (विलापगीत 3:22,23)। इसके साथ–साथ हमें कभी भी यह नहीं भूलना चाहिए कि वह, हम कैसा सोचते है उससे बढ़कर वह हमारे लिए करता है। (इफीसियों 3:17,21) परमेश्वर ने हमारे पिछले जीवन के लिए जो किया है जिसकी वजह से हम पर उसकी क्षमा, दया और नई शुरूआत की कृपा को स्वीकार करना आप पर निर्भर करता है।

कभी भी अपनी पिछली गलतियों को अपने भविष्य को सड़ाने और धमकाने का मौका न दे। जब आपने परमेश्वर से अपने पिछले जीवन में की गई गलतियों की माँफ़ी माँगी है तो वह ईमानदारी और सच्चाई से ऐसा करेगा। वह हर वक्त हमें हमारे अनैतिक कामों से शुद्ध करता रहता है (1 युहन्ना 1:9) वह क्षमा किया गया और भुलाया जा चुका है—पर आपको भी ऐसा ही करना होगा!

अपराध भावना से छुटकारा पाईए

अरबों लोग बीते हुए दिनों में किए गए अपराध की भावना से ग्रसित होकर खुद के जीवन को बर्बाद कर रहे हैं और वे कुछ भी नहीं कर पाते। जब परमेश्वर हमारे पापों को क्षमा करता है तो वह हमारे अपराध बोझ को भी निकालता है।

जैसे ही हम उसकी क्षमा को स्वीकार करते हैं, वैसे ही हमें अपराध बोझ से आज़ादी प्राप्त करनी होगी और अपराध बोझ के एहसास को खुद पर हावी होने नहीं देना होगा। यदि परमेश्वर कहते हैं कि उसने हमें क्षमा किया और निरपराधी के रूप में ऐलान किया तो अपने एहसास से अधिक उसके वचन पर विश्वास करना होगा।

हम अक्सर लोगों को यह कहते हुए सुनते हैं ''मैं ज़िन्दगी भर खुद को अपराधी समझूँगी।'' या फिर लोगों को यह कहते सुना है, ''मैंने जो गलती की उससे मैं कभी छुटकारा पा नहीं सकती।'' परमेश्वर का वचन कहता है कि जब वह हमारे अपराधों को क्षमा करता है तो वह उसे भूल भी जाता है और जब हमें पापों से पूर्ण छुटकारा मिल रहा है तो हमें उस पाप के दण्ड को भुगतने की ज़रूरत नहीं (इब्रानियों 10:17,18)। ऐसा निर्णय लेने की क्या ज़रूरत है कि हम अपना सारा जीवन अपराधी के रूप में गुज़ारेंगे जब परमेश्वर ने उससे आज़ाद होने का एक रास्ता तैयार कर रखा हो तो?

1900 सदी के एक लड़के की कहानी मुझे याद आती है जिसने अपने परिवार के एक बतख को पत्थर फेंक कर मार डाला था वो भी सीधे उसके सर पर। यह सोचकर की चौबीस बतखों में से एक बतख पर उनका ध्यान नहीं जाएगा, उसने उसे दफ़ना दिया। पर उस शाम उसकी बहन ने उसे बुलाया और कहा, ''मैंने देखा जो तुमने किया। यदि आज रात तुम बर्तन साफ़ नहीं करोगे, तो मैं माँ को बता दूँगी।'' अगले दिन भी उस भयभीत लड़के ने पूरे बर्तनों को साफ़ किया। बहरहाल, उसके अगले दिन उसने अपनी बहन को यह कहकर चकित कर दिया कि अब उसकी बारी थी। जब उसकी बहन ने उसका राज माँ को बताने की चेतावनी दी तो उसने जवाब दिया ''मैंने माँ को पहले ही सब कुछ बता दिया, और उन्होंने मुझे माफ़ भी कर दिया। अब तुम बर्तन साफ़ करो। मैं फिर से आज़ाद हो गया!''

अपराध बोझ एक चिन्ता है जिसकी जड़ डर से जुड़ी हुई है। हमें डर है कि परमेश्वर नाराज़ है, या जो गलती हमने की है वह बहुत बड़ी और बहुत बुरी है, जिसे परमेश्वर भी क्षमा नहीं कर सकता। हम महसूस करते हैं कि हम क्षमा प्राप्त करने लायक नहीं है। इसलिए हम उसे पा नहीं सकते। हम चिन्ता करते हैं कि लोग हमारे भविष्य के बारे में क्या सोचेंगे। हमें डर है कि वे कभी भी हमें क्षमा नहीं करेंगे या दोबारा एक अच्छे व्यक्ति के रूप में स्वीकार नहीं करेंगे। आपके गुज़रे हुए कल की अपराधबोध की भावना में इतनी शक्ति होती है, कि वह आपके भविष्य को बरबाद कर सकती है। इससे बाहर निकलिए!

यदि आप सच्चे मन से अपनी गलती पर दुखी है और आपको पूरा भरोसा है कि प्रभु यीशु आपकी पिछली दुष्टता को शुद्ध कर सकता है तो परमेश्वर आपके खिलाफ़ कुछ वहन नहीं करेगा जिस पल आप मन फिराते है, उसी पल परमेश्वर माफ़ करता है और उसे भूल जाता है, तो क्यों न हम उसके उदाहरण का पालन करें और क्षमा को प्राप्त करें और खुद उस गलती को भूल जाए?

आत्मविश्वास से भरी स्त्री बीते दिनों में नहीं जीती, वह उसे छोड़ देती है और भविष्य की ओर नज़र डालती है। मुझे विश्वास है कि बहुत सी स्त्रियाँ जो यह किताब पढ़ रही है उन्हें अभी इसी वक्त अपने जीवन में कोई निर्णय लेना होगा। शायद आपने किसी को निराश किया होगा, या आपका गर्भपात हुआ होगा, या व्याभिचार किया होगा, कुछ चुराया होगा, झूठ बोला होगा या बहुत से बुरे काम किए होंगे। पर परमेश्वर का प्रश्न यह है कि आज आप क्या करने वाले है? क्या आप अपना बचा हुआ जीवन परमेश्वर की सेवा में और उसकी योजना के अनुसार गुज़ारना चाहते है? यदि आप यह निर्णय लेने को तैयार है तो आपके पिछले जीवन का कुछ भी आपको पीछे नहीं खींच सकता है।

क्या घबराहट आपकी खुशी को बहा ले जा रही है?

बहुत सारी बातें लोगों में घबराहट पैदा कर देती है और अधिकांश लोग घबराहट के परिणाम से अंजान होते है। वह वर्तमान समय की खुशी को पूरी तरह से चूस लेता है। परमेश्वर ने प्रभु यीशु के द्वारा जो जीवन हमें दिया है वह बहमूल्य है और उसके हर पल का हमें मज़ा लेना चाहिए।

एक दिन मेरा फ़ेशीयल हो रहा था और मैं उसका मज़ा ले रही थी। मैंने दरवाज़े की तरफ़ नज़र डाली और हुक पर टंगे कपड़ो को देखा और सोचा, ''ओह, मुझे जल्दी उठकर अपने कपड़ो को पहन कर घर जाने की उत्सुक्ता हो रही है।'' फिर मैंने यह महसूस किया की उत्सुक्ता फिर से अपना बुरा काम कर रही है। वह वर्तमान समय की खुशियों को चुरा रही थी।

हर बार जब आप किसी काम की वजह से व्याकुल हो जाते है और आपके भविष्य की किसी खास बात की वजह से अस्थिर है तो प्रार्थना करें और परमेश्वर से पूछे। व्याकुलता को अपने जीवन से हटा देने से आपके जीवन में आत्मविश्वास का संचार होगा और अधिक खुशी को अनुभव करने में मद्द मिलेगी।

कितनी बार आप उन बातों को टालती रहती है जिसकी वजह से आप घबराती है? शायद वह धोने के कपड़ो कि गठरी होगी, या वह बिल जिसे

आपको चुकाने की ज़रूरत है, या इससे भी बदतर, शायद यह आपकी वार्षिक चुँगी होगी! अपने आप को अप्रिय कामों की वजह से व्याकुल न होने का प्रशिक्षण दें बल्कि पहले सामना करना सीखें। जितनी जल्दी आप वह काम करेंगे जिसे आप करना पसंद नहीं करते, उस काम को पूरा करने की उतनी अधिक ताकत आपको मिलेगी। जब आप दिन के अंतिम समय तक इंतज़ार करेंगे जब आपकी अधिकांश ताकत खत्म हो जाएगी और फिर आप वह करने की कोशिश करेंगे जिसे आप पसंद नहीं करते है, तो पहले से भी बदतर हालत हो जाएगी। किसी काम को टालने की वजह है घबराहट पर यदि आप कभी भी कुछ करना चाहते है, सही समय यही पल है!

किसी काम को टालने से हमें उससे छुटकारा नहीं मिलता, पर वह हमें अधिक पीड़ित करती है। आप डरते रह सकते है या फिर आत्मविश्वास के साथ कदम बढ़ा सकते है। पवित्र आत्मा की ताकत के साथ जीने वाले मसीही होने के नाते, हम ज़रूर उन अप्रिय कामों को बिना और अच्छी मनसा के साथ कर सकेंगे। परमेश्वर का सामर्थ्य अप्रिय बातों को हमारे जीवन से सिर्फ़ दूर करने के लिए सिर्फ़ नहीं होता, पर वह कठिन परिस्थितियों में हिम्मत के साथ चलने में लगातार हमारे साथ उपस्थित रहता है।

छोटी बातों के लिए पसीना बहाने की ज़रूरत नहीं

प्रायः ऐसा होता है कि आप बड़ी बड़ी बातों से अधिक छोटी छोटी बातों से व्याकुल होते है। पहली बात तो यह है कि हर वक्त हमारा सामना बहुत सी छोटी बातों से होता है पर बड़ी बातें कम और लम्बे समय के बाद आती है। जब मैंने अपने जीवन की इस प्रकार की व्याकुलता की जाँच की तो मैंने महसूस किया कि यह हमारे जीवन के प्रतिदिन के छोटे छोटे कामों से प्रकट होती है जैसे दुकान जाना, कपड़े धोना, किसी संदेश को पहुँचाना या भीड़ में अपनी गाड़ी को खड़ा करना। मैं इंतज़ार करने से व्याकुल हो जाती हूँ क्योंकि एतिहासिक रीति से देखा जाए तो मुझमें बिलकुल भी संयम नहीं। कतार में परिवहन में इंतज़ार करना या किसी सुस्त व्यक्ति द्वारा किए गए काम को पूरा करने तक इंतज़ार करना जैसी बातें मुझे व्याकुल करती है और ऐसी बातें मुझे निराश कर देती है।

आप की तरह मुझे भी बहुत कुछ करना होता है और मुझे लोगों या बातों के इंतज़ार में अपना समय बबार्द करना पसंद नहीं। पर शुक्र है मैंने सीखा है कि जिस काम को मुझे करना ही है उस काम के लिए व्याकुल होना ठीक नहीं।

वह मेरी उपस्थित खुशी को चुरा लेता है और मैंने अपने जीवन की काफ़ी खुशियों को खोया है इसलिए मैं और अधिक खुशियों को खोने के लिए तैयार नहीं। क्या आप को भी ऐसा लगता है? क्या आपने भी अपने जीवन का अधिकांश समय डर, चिन्ता या व्याकुलता की वजह से खो दिया है या फिर इस वजह से कि आपको उसका सामना करने का ज्ञान नहीं था अगर ऐसा है? तो मैं विश्वास करती हूँ कि उन पलों का अंत होने वाला है। मुझे विश्वास है कि इस पुस्तक में शामिल ज्ञान आपको पहले से भिन्न प्रकार के जीवन का मज़ा देगा।

ओमाहा की कलीसिया में एक सभा आयोजित की गई थी जहाँ लोगों को हीलियम से भरे गुब्बारे दिए गए थे और सभा के दौरान जब उन्हें खुशी का एहसास हो तो उन गुब्बारों को छोड़ने को कहा गया था। सभा के दौरान लगातार बहुत से गुब्बारे ऊपर उड़ते रहे, पर जब यह खत्म हुआ, तो हमने पाया कि एक तिहाई गुब्बारे छोड़े नहीं गए थे। अपने गुब्बारों को जाने दो। अपनी खुशी को जानिए चाहे वे छोटी चीज़ों द्वारा ही क्यों न मिलती हो।

मेरे लिए मेरी खुशी को चुराने वाली व्याकुलता को उसी के खेल में हराने की कोशिश करना एक मनोरंजन का साधन बन गया है। मैं शैतान को यह साबित करके दिखाना चाहती हूँ कि मैं जो कुछ करती हूँ उसका मज़ा लेती हूँ और मेरी खुशियों को चुराने की उसकी चाल कभी सफल नहीं होगी। जो मुझ में है वह उस से जो संसार में है बड़ा है (1 युहन्ना 4:4) मुझे विश्वास है कि जब हम डर, चिन्ता, व्याकुलता या उसके किसी भी संबंधी के साथ रहने से मना करते है तो इससे परमेश्वर की महिमा होती है।

जब मैं खुद को ऐसी परिस्थिती में पाती हूँ जिसमें रहना शायद मैं पंसद नहीं करती, चाहे वह इंतज़ार करना या कोई अप्रिय काम करना हो। मैं एक निर्णय लेती हूँ कि मैं अपना काम खुशी से करूँगी और घबराऊँगी नहीं और खुद पर काबू रखूँगी। मैं उस विश्वास के माँसपेशियों की मदद लूँगी जिसे परमेश्वर ने पृथ्वी ग्रह के प्रत्येक प्राणी को दी है। यदि हम डर को अपने अंदर पनपने देंगे तो वह बहुत से डरों को पैदा करेगा, पर यदि हम विश्वास द्वारा काम करेंगे तो उसे बार बार करना आसान हो जाएगा।

प्राकृतिक कामों को अलौकिक ताकत द्वारा काम करने का अभिषेक

जब मैं अभिषेक शब्द के बारे मे सोचती हूँ तो मुझे अपने सारे शरीर में कुछ रगड़ कर साफ़ करने जैसा जान पड़ता है। हम परमेश्वर की ताकत द्वारा

अभिषिक्त (पूरी तरह से रगड़ कर साफ़ करना) है। उसने पवित्र आत्मा की उपस्थिती और ताकत द्वारा हमारा अभिषेक किया है ताकि हमारे जीवन को अलौकिक रूप से जीने में हमारी मदद कर सकें।

व्याकुलता हमेशा कुछ अप्रिय घटना घटने की आशा करती है और विश्वास के साथ उसका कोई रिश्ता नहीं। विश्वास कुछ अच्छा होने की आशा रखता है।

अध्यात्मिक होने पर भी हमें साधारण प्राकृतिक चीज़ों का सामना करना पड़ता है। जो बातें दूसरों को हराती है उसे आपको हराने का मौका न दे। जब आप किसी काम पर जिसे आपको करने की ज़रूरत है उस पर नज़र डालते है तो आपका मन कमज़ोर न हो और शुरूआत करने से पहले हार न माने। याद रखे की गड़बड़ी एक समय में थोड़ी थोड़ी करके होती है और बहुत बड़ जाती है और उसे सुधारने के लिए समय तो लगेगा। ज़रा सोचिए कि आपकी अलमारी, गैरज या तहखाना कितना गंदा होगा ऐसा रात भर में नहीं हुआ है और यकिनन समय और बल खर्च किए बिना यह साफ़ भी नहीं होगा। हर बार जब आप अपने घर की गंदी जगह पर नज़र डालते है तो क्या वह आपको उग्र कर देता है और फिर भी आप उसे साफ़ नहीं करते क्योंकि आप उससे व्याकुल है? यदि ऐसा है, तो बदलने का समय आ गया है। मैं चाहती हूँ कि आप उन गंदगियों पर साहस के साथ हमला करें और यह आत्मविश्वास रखें कि आप अपने जीवन और घर में नियमितता ला सकते है। कभी भी एक गंदी अलमारी आपको हताश न करें। आपके पास परमेश्वर की ताकत है। आप अपनी अलमारी तहखाने, गैरज और अपने जीवन में गंदगी से भरी चीज़ों को साफ़ करने के योग्य है और यह काम खुशी से करें!

क्या अपने घर के मैदान की घास काटने का काम आपको निराश करता है? क्या आप ऐसा सोचते है, ''अरे भाई, काश मुझे आज इस मैदान की घास काटनी न पड़े मुझे यह काम व्याकुल कर देता है। काश मैं आज बाहर कुछ खरीदी करने जा पाती या कुछ दूसरा मज़ेदार काम करती।'' यदि ऐसा है तो आप असामान्य नहीं। हर किसी के अंदर ऐसे सोचने का प्रलोभन होता है पर खुशखबरी यह है कि परमेश्वर ने आपको खुद को नियंत्रित करने की ताकत दी है। और आप जो सोचते है उसमें से किसी का भी चुनाव कर सकते है। चाहे उस वक्त आपको कुछ भी महसूस हो पर आप उसे चुन सकते है जिसे आप सही मानते है।

डेल केरनेगी ने कहा था ''यदि आप अपने मन को तैयार कर ले, तो आप किसी भी प्रकार के डर पर जीत हासिल कर सकते है। यह याद रहें कि, डर हमारे दिमाग़ के सिवाए और कहीं नहीं पाया जाता है।''

क्योंकि परमेश्वर ने हमें भय की नहीं पर सामर्थ्य और प्रेम और संयम की आत्मा दी है। (2 तीमुथियुस 1:7)

हम चिन्ता और डर पर जीत हासिल कर सकते है। हम व्याकुलता पर भी जीत हासिल कर सकते है। परमेश्वर ने हमें आत्म–नियत्रंण की आत्मा दी है। बस हमें उसे लागू करना होगा और फिर हम डर और घबराहट से आज़ाद हो जाएँगे।

व्याकुलता हमेशा कुछ अप्रिय घटना घटने की आशा करती है और विश्वास के साथ उसका कोई रिश्ता नहीं। विश्वास कुछ अच्छा होने की आशा रखता है। मैं विश्वास करती हूँ कि व्याकुलता बहुत ही चालबाज़ है। वह इतनी सूक्ष्म है कि अक्सर उसे व्यक्त नहीं किया जा सकता। यह अध्याय लिखने के दौरान भी, मुझे कुछ पल के लिए रूकने की ज़रूरत है और अपने दोस्त के घर से अपने सारे सामान को बाँधकर अपने घर सेंट लूईस, मिसौरी जाने की तैयारी करनी है। मैंने अपना कम्प्यूटर और सारे सामान को निकाला और समेटना शुरू किया। बस कुछ ही पल पहले मैंने यह जाना कि मैं अपने सामानों की बात सोच कर घबरा रही थी। मैं अपने अध्याय में यह लिखकर दूसरों को प्रोत्साहित कर रही थी कि आप किसी भी चीज़ से व्याकुल न हो और यही व्याकुलता मुझे मुसीबत की ओर खींचने की कोशिश कर रही थी। शुक्र है कि मैंने उसे पहचान लिया और यह कहने के योग्य थी, "बिलकुल नहीं।" मैं इस काम का मज़ा लेने जा रही हूँ, मैं इससे घबराऊँगी नहीं!

मुझे विश्वास है कि यह हमारे जीवन का सबसे बड़ा क्षेत्र है जहाँ हमें नज़र डालनी चाहिए। जिस पल आप किसी चीज़ से घबराने लगते है, आपकी खुशी आपसे छूट जाती है और आपके अंदर ''बुरा एहसास'' जम जाता है। शैतान से जुड़ी हर बाते नीच होती है। यह कयामत और निराश है, मायुसी और हत्तोसाहित करने वाली, नकारात्मक और घृणित है। किसी भी चीज़ से न घबराए, इसके बजाए हर किसी का सामना हिम्मत से करें और विश्वास करें कि जो काम आपको करना है उसे आप कर सकते है और उसे अच्छे मन के साथ करें।

हम जानते है कि आत्मविश्वास की कमी, चिन्ता, व्याकुलता और अन्य पीड़ादायक भावनाओं का जड़ डर से जुड़ा है। डर इन सभी समस्याओं का आधार है, पर क्या ऐसा कोई रास्ता नहीं जो हमें डर से छुटकारा देने में मदद कर सकें?

भरोसा रखना सीखें

छोटे बच्चे चिन्ता नहीं करते, और इसलिए वे किसी चीज़ से घबराते नहीं, तो फिर व्यस्कों के साथ ऐसा क्यों होता है? बच्चे होने पर हम किसी भी चीज़ के लिए ज़िम्मेदार नहीं होते और हमारी सारी ज़रूरतों का ख्याल रखा जाता है। जब हम परिपक्व होते है और हम ज़िम्मेदारी उठाने लगते है तो हम आत्मविश्वासी बनना सीखते है, परमेश्वर पर भरोसा रखते हैं या डर, चिन्ता और घबराहट में जीते है। परमेश्वर की ओर देख सकते है और उसकी वफ़ादारी पर भरोसा रख सकते है और इस बात का आत्मविश्वास भी होता है कि वह हमें नीचा नहीं दिखाएगा और न ही निराश करेगा। यदि हम परमेश्वर की ओर नहीं देखते है और अपना भरोसा उस पर नहीं रखते है तो हम ऐसा बोझ उठाते है जिसे हमें कभी भी अकेले उठाने की ज़रूरत नहीं थी।

अब अचानक हमें यह ध्यान रखना होगा कि सब कुछ ठीक नहीं। हमें समस्याओं को समझना होगा और उसका हल ढूँढना होगा। चिन्ता एक प्रकार का डर है कि हम जैसा चाहते है वह नहीं होगा। पर जिस व्यक्ति का भरोसा परमेश्वर पर है उसको यह आत्मविश्वास है कि यदि कुछ बातें उसकी इच्छा के अनुसार नहीं होती, तो फिर परमेश्वर के पास उससे बेहतर योजना होगी। आत्मविश्वास यह विश्वास करता है कि परमेश्वर को प्रेम करने वालों के साथ जो कुछ होता है वह अच्छे के लिए होता है और उसकी योजना के अनुसार हम बुलाए गए है (रोमियों 8:28) परमेश्वर पर आत्मविश्वास रखना एक अद्‌भुत बात है क्योंकि वह आपको यह आत्मविश्वास देता है कि जब आपके पास जवाब न हो तो परमेश्वर के पास होता है।

भरोसा आत्मविश्वास है, आत्मविश्वास साहस देता है और साहस कभी भी डर को सफलता की अड़चन बनने नहीं देता। डर के सामने काम करना ही साहस होता है। बच्चे प्राकृतिक तौर से भरोसा रखते है, पर दुख की बात है कि जब वे जीवन को अनुभव करते है, तो वे डरना सीख जाते हैं। वे सीख जाते हैं कि उनके जीवन के हर व्यक्ति और वस्तु स्थाई नहीं होते और उन पर हमेशा आश्रित नहीं हो सकते है। लोग और परिस्थिती बदलती रहती है। एक बच्चे को भरोसा है कि माँ और पिता एक दूसरे को हमेशा प्यार करेंगे और हमेशा साथ रहेंगे। पर यदि उसके माता और पिता का तलाक हो जाए तो उसका भरोसा चूर–चूर हो जाता है क्योंकि ऐसी बात जो कभी सोच भी नहीं सकते थे वह हो गई थी।

जैसे–जैसे एक बच्चा परिपक्व होता है और बहुत निराश करने वाली परिस्थितियों का सामना करता है तो शायद अधिक से अधिक टूटने लग जाता है या फिर कभी न बदलने वाले परमेश्वर पर भरोसा रखना सीख जाता हैं। इसका मतलब यह नहीं कि परमेश्वर हमेशा वही करता है जिससे हमें संतुष्टी मिले या फिर जो हम उससे चाहते है, पर वह अच्छा है। उस पर भरोसा रखने से हमारी आत्मा को एक अलौकिक चैन मिलता है जो हमें अपने जीवन का मज़ा लेने और डर की पीड़ा से आज़ाद जीवन जीने का मौका देता है।

ज्ञान की खोज करें

एक छोटे से कुत्ते की कोई ज़िम्मेदारी नहीं होती। वह घूमती–फिरती है या सोती है, खाती है, पीती है और शौचालय जाती है। जब कुछ अनहोनी होती है, तो वह उसे डरा देती है और वह घबराने और काँपने लगती है। एक बार जब वह परिस्थिती को समझ लेती है तो वह धीरे–धीरे शांत होने लगती है।

एक रात जब मैं अपने बिस्तर में लेटी थी तो छत पर मुझे एक आवाज़ सुनाई दी। जितना अधिक मैंने उस आवाज़ को सुना उतना अधिक मैं डरती गई। आखिरकार डर से काँपते हुए मैंने छत पर जाकर देखा। मैं हँस पड़ी जब मैंने पाया कि बर्फ़ बनाने वाली मशीन में से बर्फ़ के टुकड़े नींचे गिर रहे थे। ऐसा हुआ कि साधारण रूप से जिस तरह की आवाज़ होनी चाहिए थी वह उस तरह की आवाज़ न थी।

ज्ञान की कमी की वजह से डर उत्पन्न होता है और ज्ञान उसे दूर करता है।

मुझे एक सच्ची पर दर्दनाक कहानी बताने दीजिए। एक औरत एक बार अपने बच्चे के साथ नदी के किनारे चल रही थी। अचानक वह बच्चा नदी में फिसल कर गिर गया। वह माता डर के मारे चीखने लगी! वह तैर नहीं सकती थी और इसके साथ साथ वह गर्भावस्था के आखरी चरण में थी। आखिकार, किसी ने उसकी चीख सुनी और नदी के किनारे तुरन्त पहुँच गया। सबसे बड़े दुख की बात तो यह थी कि जब वे उस बच्चे को बचाने के लिए पानी में उतरे, जो अब मर चुका था तो उन्होंने पाया कि पानी की गहराई सिर्फ़ उसके कमर तक थी! वह माँ अपने बच्चे को आसानी से बचा सकती थी पर ऐसा नहीं हुआ और इसकी वजह ज्ञान की कमी थी।

उस माँ को अत्यधिक बुरा लगा होगा क्योंकि उसने उस पानी की गहराई को न जाँचा। पर, डर हमें मूर्खतापूर्ण बर्ताव करने पर मजबूर कर देता है। उस

बच्चे के डूबने का डर और पानी के डर के बीच वह माँ जड़ बन गई थी और कुछ न कर पाई। ज्ञान इस दर्दनाक कहानी को पूरी तरह से बदल सकता था।

ज्ञान आत्मविश्वास पाने में आपकी मदद कर सकता है। यदि आप नौकरी के साक्षात्कार के लिए जा रहें है, तो यह निश्चय करें कि आप तैयार है और आपके पास उन सारे सवालों के जवाबों की जानकारी है जो वह आपसे पूछेंगे। हम आज ऐसी दुनिया में रहते है जहाँ ज्ञान आपके कम्प्यूटर के जैसा करीबी है ना सिर्फ़ आप ऑन लाईन अपने संस्था की जानकारी प्राप्त कर सकते है पर आप सफल साक्षात्कार के लिए कुछ खास टिप्पणियों को भी प्राप्त कर सकते है।

जिस चीज़ से आप परिचित नहीं है उससे डरने के बजाए उससे अपना परिचय बढ़ाए। कुछ खोज कीजिए या सवाल पूछिए। ऐसा करने के लिए शायद थोड़ी कोशिश तो करनी पड़ेगी, पर डर से पीड़ित होने से तो यह बेहतर होगा।

अलग तरह से सोंचना सीखिए

अपने दिमाग़ को दुबारा शिक्षित करने से आप आसानी से दर्द से ताकत की ओर बढ़ सकते है। बाईबल में इस विधि को दिमाग़ में नवीनीकरण लाने से उल्लेख किया है। साधारणतः हमें अलग तरह से कैसे सोचा जाए यह सीखना है। यदि आपको डरना सिखाया गया है, तो आपको साहसी बहादुर और आत्मविश्वासी बनना भी सिखाया जा सकता है। भय को अपने जीवन की सफलता और खुशी के सामने रूकावट बनने का मौका देने के बजाए उसे जीवन की सच्चाई के रूप में स्वीकार कर सकते है। जीवनभर या तो आपको डर से दूर भागना पड़ेगा या फिर उसका सामना आत्मविश्वास के साथ करना होगा। डर की बहुत बड़ी परछाई होती है, पर वास्तव में यह बहुत ही छोटा है। अगर हम डरेंगे तो हम पीड़ित होंगे। हम पहले से ही डर की पीड़ा को सहते है। डर हमें पीड़ा देता है!

ऐसा सोचने के बजाए आप वह नहीं कर सकते क्योंकि आप भयभीत है, तो अपने मन को तैयार करे कि चाहे आपको डरना क्यों न पड़े आप वही करेंगे जिसे आपको करने की ज़रूरत है। डर के विषय में अपनी विचारधारा को बदलिए। हम डर को अपने दिमाग़ में एक दानव का रूप लेने का मौका देते है, पर हम उसका सामना करते है तो वह तुरन्त पीछे हट जाता है। डर स्कूल के बदमाशों की तरह हैं, वह तब तक लोगों को धकेलता रहता है जब तक कोई उसकी चुनौती स्वीकार न करें।

प्रभु यीशु मसीह को अपने उद्धारकर्ता के रूप में स्वीकार करने के बाद सबसे महत्वपूर्ण काम जो एक व्यक्ति को करना पड़ता है वह है उसके दिमाग़

का नवीनीकरण करना। यीशु हमारे पापों के लिए मारा गया और वह चाहता है कि हम उस जीवन का मज़ा ले जो उसने हमें प्रदान किया है। परमेश्वर का वचन हमें यह सिखाता है कि हर एक व्यक्ति के जीवन के लिए एक योजना को उसने प्रदान किया है, फिर भी जब तक उसे कोई जानता नहीं और न ही उसे पाना जानता है तब तक वह उसे अनुभव नहीं कर सकते। (रोमियों 12:2) लोग नाश होते है और ज्ञान की कमी की वजह से उनका जीवन बर्बाद हो जाता है। (होशे 4:6) सही तरह से उपयोग किया जाए तो ज्ञान और समझ ताकत बन जाती है।

एक बेबुनियादी डर ने त्रिशा के दिमाग़ में डेरा डाल दिया था कि उसका पति बॉब किसी अन्य स्त्री के साथ रिश्ता न जोड़ लें और उसे छोड़ न दे। उस डर ने उसे शंकित कर दिया और अक्सर वह अपने पति को ऐसी बातों द्वारा दोषी ठहराने लगी जो उसके पति के समझ से परे थी। उदाहरण के तौर पर, यदि उसे अधिक समय काम करना पड़े तो वह आफ़िस में फ़ोन करके जाँच करती थी और निश्चय करती थी कि वह वहाँ पर है क्योंकि उसे शक था कि उसका पति किसी दूसरी स्त्री से मिलता है। जब किसी वजह से वह फ़ोन न उठाए तो वह दहशत से भर जाती थी। कभी–कभी तो वह खुद कार लेकर उस जगह पर जाकर जाँच करती थी कि वह वहाँ पर है या नहीं।

एक रात उसने ऑफ़िस में बुलाया और जब उसने जवाब न दिया तो वह ऑफ़िस के लिए निकल पड़ी। जब उसने फ़ोन किया तो वह बाथरूम में था और तुरन्त घर की ओर निकल पड़ा। जब वह ऑफ़िस पहुँची तो उसके पति की कार जा चुकी थी और उसके सिर के अंदर से धीमी आवाज़ आई जो उसके पति को दोषी ठहराकर उसे पीड़ित कर रही थी। वह आश्चर्य में पड़ गई जब उसने अपने पति की कार घर के गैरेज में पाई, पर अब अपनी भावनाओं पर काबू पाने का समय जा चुका था वह गुस्से और शंका से पहले ही भड़क चुकी थी। जब वह बॉब के पास पहुँची, वह बहुत सी बातें कहने लगी जो बॉब के समझ में नहीं आ रही थी, और वह उसके दिमाग़ी हालत के बारे में सोच रहा था। यह बात और ऐसी बहुत सी बातें धीरे–धीरे त्रिशा के प्रति बॉब के आदर को घटा रहा था।

एक बार उसने अपनी पत्नी को चकित करने के लिए एक कंगन खरीद कर रखा था। वे रात्री भोज के लिए बाहर जाने की योजना बना रहें थे और उसने इस कंगन को छिपा रखा था। सप्ताह के बीच में एक दिन दराज को साफ़ करने के दौरान, जो साधारणतः वह नहीं करती थी, उसने वह कंगन पाया और एक बार फिर, उसके डर की वजह से, वह तुरन्त यह सोचने लगी कि यह

कंगन उसके पति ने किसी अन्य स्त्री के लिए खरीद कर रखा है। उसके दिमाग़ में यह बात आई ही नहीं कि शायद यह तोहफ़ा उसके लिए है। सकारात्मक बातों पर नज़र डालना भय का स्वभाव नहीं, पर वह हमेशा बुरी बातों पर ही विचार करता है।

बॉब के समझाने पर भी कि यह उपहार उसके लिए, उसने पहले विश्वास नहीं किया। त्रिशा का व्यवहार उनके संबंध पर गहरा असर डाल रहा था और उसने उससे कहा कि उसे अपने डर के तह तक जाना होगा। उसने कभी भी खुद पर किए गए भरोसे को तोड़ने का मौका नहीं दिया और वह उसकी समस्या को समझ नहीं पा रहा था। सच कहूँ तो, जब तक उसने प्रार्थना नहीं की तब तक वह कुछ न समझ पाई। परमेश्वर ने प्रकट किया कि उसके डर की वजह उसके जीवन में अचानक आए दर्दनाक बदलाव का परिणाम है जब बचपन में उसके पिता ने उसकी माँ को किसी अन्य स्त्री की वजह से छोड़ दिया था।

अपने डर की शुरूआत को समझने के बाद त्रिशा को उसे रोकने में काफ़ी मदद मिली। उसने डर की रचना शास्त्र को पढ़ना और खुद को शिक्षित करना शुरू किया। कभी–कभी उसके दिमाग़ में पुराने विचार आते रहते है पर अब वह खुद के मन में उसका कारण पूछने योग्य हो गई है क्योंकि अब उसके पास ज्ञान है। समय बीतने पर उसका डर भी उसके साथ–साथ चला गया और बॉब और त्रिशा के रिश्तों का घाव ठीक होने लगा।

बहुत से डरों की वजह हमारा बिता हुआ कल है और हमें डर है कि वह दोबारा न हो जाए। यदि किसी की माता की मौत कैंसर से हुई हो तो शायद वे भी इस डर से शिकार हो जाते है कि उनकी भी मौत इसी तरह होगी। उनके दिमाग़ पर असर होता है और यह डर की उनके शरीर में छोटा सा दर्द या अजीब सा एहसास उनके शरीर के कैंसर की वजह से होता है। इस बात का डर की आपको तड़पना पड़ेगा, उसकी वजह से आप अभी से ही डर के कारण तड़प रहे है। किसी हादसे के होने के बाद की अवस्था से भी बद्तर होता है। इस बात से न डरे कि आपके जीवन का अंत होने वाला है, बजाए इसके, यह विश्वास करे की अभी तो सिर्फ़ शुरूआत ही हुई है।

डर के साथ लड़ने या उसके साथ मेल करने के बजाए, प्रार्थना द्वारा यह जानने की कोशिश करे कि वह आपके अंदर कैसे आया, खासकर यह डर बार–बार होता हो तो। जब डेव बच्चों को सज़ा देते थे तो मैं डर जाती थी और ऐसा इसलिए क्योंकि जब मैं अपने घर में बढ़ रही थी तो मुझे शोषण के साथ सज़ा दी जाती थी। जब तक परमेश्वर ने प्रार्थना द्वारा मेरे जीवन में इस

> जब हम उस दुविधा की ओर झुकते है और परमेश्वर के हाथों पर भरोसा करते है—हमें नियंत्रण प्राप्त होता है।

बात को प्रकट नहीं किया तब तक मुझे उस वजह की जानकारी नहीं थी। आपको अपने डर की जड़ तक पहुँचने के लिए शायद परामर्श की ज़रूरत पड़ जाए, पर जो कुछ भी आप करे, भय को अपने साथ न रखें। परमेश्वर ने आपके इंतज़ार में एक महान जीवन को रखा है और आपको उसकी तरफ़ आत्मविश्वास के साथ बढ़ना होगा।

जॉन ऑर्टबर्ग बर्फ़ पर फ़िसलने वाले एक व्यक्ति की कहानी बताते है। जिन्होंने अपने फिसलने वाले पट्टें के नोंक को सबसे खतरनाक टलान की ओर केंद्रित किया, तुरन्त ही वह नियंत्रण खो देने वाली जगह पर प्रवेश कर गया और अंजाने में खुद को उस दुर्घटना से बचाने के लिए पीछे की तरफ़ ज़ोर देने लगा। ''हम सब ऐसा करते है,'' ऑर्टबर्ग ने कहा। ''पर ज़िन्दगी में, बर्फ़ पर फिसलने जैसे ही, इसका उत्तर डर जाना और पीछे की तरफ़ ज़ोर देना और उस अनुभव से दूर होना नहीं है, पर उसकी तरफ़ झुक जाए। जब हम उस दुविधा की ओर झुकते है और परमेश्वर के हाथों पर भरोसा करते है—हमें नियंत्रण प्राप्त होता है। डर तो एक जाल है!''

याद रखें कि आपको डर से दूर नहीं भागना होगा, उसकी तरफ़ झुके और आप उस पर जीत हासिल कर लेंगे।

कमोज़र प्रशिक्षण

माता—पिता, शिक्षक और अन्य प्रेरणा पात्र लोग बच्चों को डरना या फिर साहसी बनना सिखा सकते है। एक माँ जो खुद ही डरपोक है वह अपने बच्चों में उस डर का प्रसार करती है। वह बहुत सी बातों पर अधिक चौकस रहेगी और एक शांत डर उसके बच्चों के दिल में बसने लगेगा। हमें अपने बच्चों को लापरवाह जीवन जीना नहीं सिखाना चाहिए, पर हमें उन्हें साहसी कदम उठाने वाले और कभी भी गलतियाँ करने से न डरने की सीख देनी चाहिए, ताकि वे नई चीज़ों को करने की कोशिश करना बंद न कर दें। मैं विश्वास करती हूँ कि हमें अपने बच्चों और हमारे अधीन काम करने वाले लोगों को ज़िन्दगी में किस्मत आज़माने की सीख देनी चाहिए। उन्नति के लिए हमेशा अंजान रास्तों पर कदम रखनें की ज़रूरत पड़ती है। अनुभव हमें आत्मविश्वास प्रदान करता है पर जब तक हम कदम बढ़ाकर ऐसी चीज़ों को करने की कोशिश नहीं करेंगे जिन्हें हमने पहले कभी नहीं किया, तब तक हमें कभी भी अनुभव प्राप्त नहीं होगा।

एक बच्चा जिससे बार–बार कहा गया हो कि, "तुम उसे करने की कोशिश मत करों, तुम्हे शायद चोट लग सकती है," उसके मन में नई चीज़ों को आज़माने के प्रति एक गहरा डर बस जाएगा। यदि एक बच्चा लगातार यह सुने कि ''सावधान रहो'' तो वह इतना सावधान हो जाता है कि वह एक सकरा जीवन जीने लगता है जिसमें साहसिक कार्यों के लिए कोई जगह नहीं। मैं प्रोत्साहित करना चाहूँगी कि आप अपने वचन और उदाहरण द्वारा दूसरों को साहसी और बहादुर बनने की सीख दें। लोगों से कोशिश करने को कहें, और उन्हें यह याद दिलाए कि गलती करना कोई बहुत बुरी बात नहीं हो सकती।

आपके भविष्य में क्या लिखा है?

हममें से कोई नहीं जानता कि हमारे भविष्य में क्या लिखा है। इस जानकारी की कमी हमें डर की दहलीज पर खड़ी कर देती है। यदि मैं विकलांग हो जाऊँगी तो क्या होगा? यदि मेरे बच्चे की मौत हो जाए तो क्या होगा? यदि अगला विश्व युद्ध शुरू हो जाए तो क्या होगा? आंतकवाद का क्या होगा? आज से पच्चीस साल बाद मैं किस प्रकार की दुनिया में रहूँगा? इन बातों को सोच कर हमें डर के दरवाज़ों को खोलने की ज़रूरत नहीं। अधिक सोचने के बजाए, परमेश्वर पर भरोसा रखें कि आपके भविष्य में जो कुछ भी लिखा है समय आने पर उसका सामना करने की शक्ति वह आपको देगा। आप जहाँ कही भी जा रहें है, परमेश्वर वहाँ पहले से ही पहुँच चुका है, और आपके लिए रास्ता बना चुका है।

मैं कुछ ऐसी परिस्थितियों को देखती हूँ जिससे बहुत से लोगों को गुज़रना पड़ता है और खुद के मन से सोचती हूँ ''मुझे डर है कि मैं उनकी तरह शानदार और बहादुरी के साथ उस परिस्थिती का सामना कर पाऊँगी जैसा मेरे सामने प्रदर्शित हुआ था।'' तब मैंने खुद को यह याद दिलाया कि जब हमें किसी परिस्थिती से गुज़रना पड़ता है तो परमेश्वर हमें उस काम को करने की ताकत देता है। जब हम उस परिस्थिती से गुज़रने से डरते हैं, तो हम ऐसा परमेश्वर की मदद के बिना करते है। जब मैं अपनी पिछली ज़िन्दगी पर नज़र डालती हूँ और कुछ परिस्थितियों को याद करती हूँ जिसे मैंने परमेश्वर की मदद से पार किया तो मैं सोचती हूँ ''मैंने यह कैसे कर लिया?'' यह सिर्फ़ परमेश्वर की कृपा और सामर्थ्य की वजह से हुआ। उस वक्त जो मुझे करना था उसे करने योग्य परमेश्वर ने मुझे बनाया और यदि आप उससे कहेंगे तो वह आपके लिए भी वैसा ही करेगा। हम शायद अपना भविष्य नहीं जानते, पर यदि हम उसे जान ले जिसने हमारे भविष्य को लिखा हैं, तो हम आशा के साथ और बिना डरे उसकी ओर देख सकते है। यदि परमेश्वर आपको उसमें लाता है, तो वही आपको उससे पार कराएगा।

■ *अध्याय – 13* ■

तनाव और डर के बीच का रिश्ता

तनाव एक सबसे बड़ी समस्या है जिसका सामना आज हमारा समाज कर रहा है। हर चीज़ इतनी तेज़ ज़ोरदार और ज़रूरत से ज़्यादा हो गई है कि हमारी मानसिक भावनात्मक और शारीरिक व्यवस्था ज़रूरत से ज़्यादा भर सकती है। सूचनाओं के बाढ़ से हम घिरे हुए है। हमारे पास समाचार पत्र पत्रिकाए और 24 घण्टे चलने वाले समाचार का जाल है जो केवल टी.वी. के ज़रिए नहीं पर मोबाईल और अन्य संचल संसाधनों द्वारा खबर हम तक पहुँचाती है। एक बार एक प्रसिद्ध वेब की खोज करने वाले इंजन ने 3,307,998,701 से अधिक वेब पेजस का संकेत दिया था! ऐसे आकड़ो के बारे में सोचना मुश्किल तो है, जिसमें शामिल विषय सामग्री को छोड़ दिया गया है। हमारे पास ज़रूरत से ज़्यादा सूचनाएँ है और इसलिए इसमें कोई आश्चर्य की बात नहीं कि हमें अपने दिमाग़ को शांत करने में परेशानी होती है ताकि हम आराम कर सके। दुनिया की इन चीज़ों के साथ साथ हमारे अपने खुद के कामों की अनुसूची है जो हमें पागल बना देती है। एक दिन में इतना समय नहीं होता ताकि जिसे हम करने की कोशिश करते है। उसे पूरा कर सके जल्दबाज़ी करते है और तेज़ी से झपटते है, हम निराशा और थकान महसूस करते है और हम पहले व्यक्ति बन जाते है जो यह कह उठते है, ''मैं इतने तनाव में हूँ कि मुझे लगता है कि मेरे अंदर विस्फोट होने वाला है।''

क्या हमारे जीवन के बहुत से तनाव की जड़ डर हो सकता है? मुझे यकीन है कि यह वही है। मैं विश्वास करती हूँ कि हम अक्सर किसी भी चीज़ में खुद को शामिल कर देते है। क्योंकि हमें छूट जाने का डर होता है। हमें डर है कि जो कुछ हो रहा है उसकी जानकारी हमें नहीं होगी या यदि हम अपने लिए नहीं बोलेंगे तो इसका नियंत्रण अन्य किसी के हाथों में होगा। हमें डर है कि यदि हम उनके साथ शामिल होने से मना करेंगे तो वे हमारी आलोचना करेंगे या हमें कम समझेंगे।

हम चाहते है कि हमारे बच्चे भी दूसरों के बच्चों की तरह बने, इसलिए हम उन्हें बहुत सी चीज़ों में शामिल होने की अनुमती देते है और इनमें अधिकांश चीज़ों में हमारी उपस्थिती भी अनिवार्य है। हमें डर है कि उन्हें अस्वीकृती का सामना करना पड़ेगा खासकर तब जब हमने भी बचपन में बहुत बार अस्वीकृति का सामना किया हो तो।

मुझे कभी भी ऐसा महसूस नहीं हुआ कि मैं बच्चे या किशोर के रूप में शोभा दूँगी क्योंकि मेरे घर से मिली शोषण और बहुत से रहस्यों को अपने दिल में दबाने की वजह से मैं एक अच्छे रिश्ते का निर्माण नहीं कर पा रही थी। मुझे बहुत से निमंत्रणों को अस्वीकार करना पड़ा था सिर्फ़ इसलिए क्योंकि मेरे पिता बेहद सख्त थे और परिणामस्वरूप लोगों ने बुलाना बंद कर दिया। मुझे हमेशा छूटे जाने और अजीब होने का एहसास होता था।

मुझे डर था कि मेरे बच्चों को भी इसी तरह दर्द से गुज़रना पड़ेगा जैसा मैंने सहा इसलिए जो कुछ वे करना चाहते थे उसे किसी भी हाल में मैं पूरा करना चाहती थी, ताकि उन्हें छूट जाने का एहसास न हों। जो हर किसी के पास है उन्हीं चीज़ों को हासिल करने की चाहत की वजह से लोग आर्थिक तनाव में दब जाते है। क्या आप उन माताओं में से एक है जिन्होंने अपने बच्चे को 150.00 के जूते खरीद कर दिए जिसे आप खरीद नहीं सकती सिर्फ़ इसलिए क्योंकि ''हर किसी के पास वह है''?

क्या आप लोगों को नाखुश करने से इतना डरते है कि किसी भी बात के लिए ''हाँ'' कह देते है जबकि आप जानते है कि आपको उसके लिए ''न'' कहना था? यदि ऐसा है, तो आप जिस तनाव से गुज़र रहे है उसकी वजह आपका काम नहीं, उसकी वजह है अस्वीकृती का डर।

हम अलग बनने से डरते है इसलिए हम निराशपूर्वक दूसरों के साथ अपने जीवन की गति को बनाए रखते है और यह हमें थका देता है। सच्चाई तो यह कि हम सिर्फ़ अपने घर जाना चाहते है और कुर्सी पर बैठना चाहते है पर हम नहीं चाहते है कि लोग यह समझे कि हम नाराज़ है इसलिए हम खुद को उस काम के लिए धकेलते रहे जिसे हम करना ही नहीं चाहते।

एक पल सोचिए और ध्यान से जाँचिए कि जिस काम को आप अभी कर रहें है उसकी वजह क्या है। यदि इनमें से कोई भी काम डर की वजह से कर रहें है, तो उसे मिटा दीजिए। यदि आप मनुष्यों के द्वारा चलाए जाने के बजाए आत्मा द्वारा बनाई अनुसूची पर चलेंगे तो जो समय आपको मिलेगा उसे देखकर आपको आश्चर्य होगा।

आत्मविश्वास से भरा व्यक्ति कम तनाव में बहुत कुछ कर सकता है

आप पूछ सकते है, ''क्या आत्मविश्वास से भरा व्यक्ति बहुत सी चीज़ों से जुड़ा नहीं होता?'' हाँ, यकिनन वे ऐसा करते है, पर इसकी वजह डर नहीं। जिन चीज़ों में वे शामिल होते है उन्हें पूरा आत्मविश्वास होता है कि उन्हें उसमें शामिल होना था। जब भी हम कोई काम इच्छा और आत्मविश्वास के साथ करते है, तो उनका असर किसी काम को गलत उद्देश्य और डर से करने के बिलकुल विपरीत में होता है। परमेश्वर हमारे डरों को समझ जाएगा पर यदि हमें विश्वास है कि हम जो कर रहें है वह सही है तो वह हमें ताकत देगा और परमेश्वर पर आत्मविश्वास के साथ हम किसी योजना तक पहुँचेंगे।

आपके पास जितनी ताकत है उसे डर बहा ले जाता है और तनाव की परम सीमा में छोड़ देता है, जबकि आत्मविश्वास और भरोसा वास्तव में आपको ताकत देता है। एक आत्मविश्वास से भरा व्यक्ति कम तनाव में अधिक काम कर सकता है क्योंकि उनके पास एक प्रकार का आराम है जो भयभीत लोग कभी अनुभव नहीं कर सकते है।

मैं विश्वास नहीं करती कि किसी काम को जिस तरह से करते है उससे अधिक तनाव उस काम को करने से पैदा होता हो। यदि हम कुछ काम भयभीत होकर और दबाव के बिना किसी असली मक्सद से करते है, तो उसका परिणाम तनाव और खुशी की कमी होगी। आप अभागे है। हाल ही में यदि आप बहुत तनाव से गुज़र रहे है तो मैं प्रोत्साहित करना चाहती हूँ कि आप जिस काम को कर रहे है उसका और साथ उसको करने की वजह की सच्ची खोज कीजिए। यदि डर की वजह से आप उसमें शामिल है तो अपनी प्राथमिकता को स्पष्ट कर कुछ तनाव को कम कर लीजिए। आपकी प्राथमिकता दूसरों की इच्छा के अनुसार जी कर उन्हें खुश करने की नहीं है, वह एक ऐसा जीवन जीना जिससे परमेश्वर खुश हो, और एक ऐसा जीवन जिसका आप मज़ा ले सके।

बहुत से लोग अपने सपनों को पुरा नहीं कर पाते क्योंकि वे डर में जीते है। दूसरे शब्दों में कहा जाए तो अपने दिल से काम करने के बजाए, वे इस डर से करते है कि यदि वे ऐसा नहीं करेंगे तो क्या होगा। किसी को गुस्सा आ जाएगा! मैं अकेली हो जाऊँगी! लोग मेरे बारे में बातें बनाएँगे! तब समय आ गया है कि आप वह बने जो आप बनना चाहते थे। अपने सपनों को पाने का सही वक्त आ गया है। परमेश्वर ने आपके दिल में क्या रखा है? क्या आप ऐसा करना चाहते है जिसका आपको इंतज़ार था? मैं विश्वास करती हूँ कि परमेश्वर

बहुत से लोग अपने सपनों को पुरा नहीं कर पाते क्योंकि वे डर में जीते है।

का समय बहुत ही ज़रूरी है और यकीनन मुझे ऐसा नहीं लगता है कि हम मूर्खतापूर्ण कदम उठाए, पर कुछ लोग ''इंतज़ार'' करने के सिवाय ज़िन्दगी भर कभी कुछ नहीं करते। वे कुछ होने का इंतज़ार करते है जबकि उन्हें कुछ कर दिखाना चाहिए था।

जब लोग निराश और खुद को अधूरा महसूस करते है तो तनाव पैदा होता है। प्रतिदिन की दिनचर्या का पालन करना और हर दिन, सप्ताह, महीने और साल के अंत में यह सोचना होगा कि आप अपने सपनों या लक्ष्य के बिलकुल करीब नहीं है इससे बड़ी तनावर्धक बात तो कुछ हो ही नहीं सकती। परमेश्वर ने हमें अच्छे फल लाने के लिए बनाया है। उसने कहा ''फूलो–फलों और पृथ्वी में भर जाओं।'' यदि हम ऐसा नहीं कर रहे है तो हमें निराशा का एहसास होगा।

जोखिम न उठाना

कुछ लोगों को अपने सपनों की परिपूर्णता का एहसास नहीं होता क्योंकि वे हमेशा जोखिम नहीं उठाते है। यघपि सुरक्षा ज़रूरी है, पर अत्याधिक सुरक्षा, डर प्रकट करने का दूसरा तरीका है।

एक बार एक किसान अपने आँगन में बैठा हुआ था जब उसका दोस्त उससे मिलने वहाँ आया।

"इस साल तुम्हारे गेहूँ की फसल का क्या हाल है?" मेहमान ने पूछा

"कुछ नहीं है'' किसान ने जबाव दीया। ''मैंने लगाया ही नहीं। मुझे डर था कि जंगली पौधे उग जाएँगे और उन्हें नष्ट कर देंगे।"

"ओह, ठीक है तो तुम्हारा अनाज कैसा है?"

"कुछ नहीं है, किसान ने जवाब दिया।" मैंने कुछ लगाया ही नहीं। मुझे डर है कि कौए सारा आनाज खा जाएँगे और उन्हें नष्ट कर देंगे''

"ओह, तो तुम्हारे आलू के खेत का क्या हाल है?''

''कुछ नहीं है," किसान ने जवाब दिया। "मैंने लगाए ही नहीं। मुझे डर है कि कीड़े उसे विशैला बना देंगे और उन्हें नष्ट कर देंगे।"

''हाँ'' ''तो तुमने इस साल क्या लगाया है? उलझन में पड़े उस मेहमान ने पूछा।

''कुछ भी नहीं'' किसान ने जवाब दिया ''मैंने इस बार कोई जोखिम नहीं उठाई।''

ज़रा सोचिए कि हम कितने सारे उत्पादनों और सेवाओं का मज़ा न ले पाते यदि उनके निर्वाह अपने सपनों का पीछा करने के बजाए ''जोखिम न उठाने'' का निर्णय लेते है। क्या होता यदि हेनरी फोर्ड इंजनीयर बनने के कार्य को और अंत में राज्य के सबसे प्रथम गाड़ियों के निर्माता बनने के बजाए अपनी लकड़ी चीरने वाले कारखाने से संतुष्ट होते? क्या होता यदि एलेक्ज़ेन्डर ग्रहाम बेल टेलीफ़ोन की खोज करने के बजाए अपने दोस्तों और रिश्तेदारों कि बात सुनते और टेलीग्राफ़ पर अपना ध्यान केन्द्रित करते? क्या होता यदि जॉन्स साल्क वह वैज्ञानिक जिन्होंने पोलियो की दवा की खोज की, उस के बजाए जोखिम न उठाकर कानून की ओर अपना ध्यान केन्द्रित करते?

हमेशा ज़िन्दगी के सुरक्षा के घेरे में रहना और जोखिम न उठाने की आदत वास्तव में हमें चोर और डकैत बना देती है। आप शायद यह सोचेंगे कि यह थोड़ा कड़ा कथन है, पर सच्चाई हमेशा कड़ी होती है, और सच्चाई हमेशा हमें आज़ाद करती है। यदि मैं अपना सारा जीवन सुरक्षा के घेरे में बिताऊँगी तो मैं सभी लोगों से अपने उपहार और गुणों से दूर रखूँगी क्योंकि मैं आगे बढ़ाने और अपने जीवन द्वारा किए जाने वाले महान कामों को करने से डरती हूँ। मुझे ऐसा महसूस हो रहा है कि कुछ पाठकों ने तो अपने जीवन की शुरूआत ही नहीं की है और अभी वह समय है कि आप ''जोखिम न उठाने'' की मनोभावना को त्याग दे और साहस और बहादुर बनने की शुरूआत करें।

निष्क्रियता थकान और तनाव पैदा करती है।

7 अत्याधिक क्रिया और आराम की कमी वे अपराधी है जो निश्चय ही तनाव पैदा करते है, पर निष्क्रिय होना भी एक समस्या है। मुझे विश्वास है कि आपने सुना होगा कि व्यायाम हमें तनाव से मुक्ति देता है और यह बहुत बड़ी सच्चाई है। मैं आलसी होकर और ऊबकर अपनी आत्मा को थकाने की तुलना में व्यायाम और काम द्वारा शारीरिक रूप से थकाना पसंद करती हूँ।

मैंने ध्यान दिया है कि यदि मैं लम्बे समय तक अपनी कुर्सी में बैठी रहूँगी तो मुझे उठने पर थकान महसूस होती है। क्यों? परमेश्वर ने हमारे शरीर में बहुत से जोड़ दिए है क्योंकि वह चाहता है कि हम घूमें–फिरे! गति का अर्थ यह है कि हम जीवित है।

बाइबल हमें साफ़ साफ़ आलस्य के खतरों के खिलाफ़ चेतावनी देती है। (नीतिवचन 12:27, 2 थिस्सलुनीकियों 3:6–10) आलसी आदमी के पास कुछ भी नहीं और उसे वही मिलता है जो उसे मिलना चाहिए। जो कि कुछ भी नहीं है। यदि आप किसी आलसी आदमी या औरत को कुछ देते है तो वे उसका ख्याल नहीं रखते और आपको पता चलेगा कि उनके चारों ओर की चीज़ें बहुत गंदी होगी उनकी कार (उनके पास अगर है तो) गंदी है। उनका घर (उनके पास यदि है तो) वह बिखरा हुआ और गंदा है। वे प्रायः कर्ज़ में दबे रहते है। लोग जो आलसी होते है वे अपने जीवन में कुछ अच्छा होने की ''आशा'' करते है। जो काम उन्हें करना चाहिए वे दूसरों से कराना चाहते है। वे अभागे प्राणी होते है और उनके जीवन से कोई फल प्राप्त नहीं होता।

काम करना हम सबके लिए अच्छा है। वास्तविकता तो यह है कि, परमेश्वर ने हमसे कहा कि हम छः दिन काम करें और एक दिन आराम। इससे यह पता चलता है कि परमेश्वर की नज़र में काम और क्रिया कितनी महत्वपूर्ण है। परमेश्वर ने हमें काम करने के लिए बनाया है न कि आलसी होकर बैठे रहने और कुछ न करने के लिए नहीं। शायद आप में से कुछ लोग जीवन की ऐसी अवस्था में पहुँच गए है जहाँ से आपको ''उठने और आगे बढ़ने'' की ज़रूरत है। बाइबल में ऐसी बहुत सी अच्छी कहानियाँ है जिसमें ऐसे लोगों के बारे में बताया गया है जिनके जीवन में बहुत सी समस्याएँ थी और जब उन्होंने प्रभु यीशु से मदद माँगी तो उसने उनसे ''**उठने**'' को कहा था।

युहन्ना के पाँचवे अध्याय में हमें एक ऐसे ही आदमी का उदाहरण मिलता है। एक आदमी अपंग था और वह अड़तीस वर्ष से बेथेसडा के तालाब में किसी चमत्कार के इंतज़ार में पड़ा था। जब यीशु उसके पास आया और उससे पूछा कि वह कितने वर्ष से इस अवस्था में पड़ा है, तो उस आदमी ने समय का हिसाब बताया और फिर वह यीशु से कहने लगा कि सही वक्त आने पर ताल में उसे डालने के लिए उसके साथ कोई नहीं है और कैसे दूसरे लोग हमेशा उससे आगे हो जाते है। यीशु ने उस आदमी से कहा ''**उठ, अपनी खाट उठा, और चल फिर!**'' (युहन्ना 5:8) उस आदमी को खुद पर तरस आ रहा था इसलिए वह वहीं पड़ा रहा और कुछ न किया। उसकी समस्या का समाधान तब मिला जब उसने हिलने की हिम्मत की।

क्या आप बिमारी और थकान से बिमार और थके हुए है? एक बूढ़े पर्वतारोही और उसकी पत्नी की कहानी की तरह न बने जो अंगीटी के सामने बैठ कर आराम से समय काट रहें थे। लम्बी चुप्पी के बाद पत्नी ने कहा ''जेड मुझे लगता है कि बरसात हो रही है। उठो, बाहर जाओ और देखकर आओ।''

वह बूढा पर्वतारोही एक पल के लिए उस आग की ओर देख कर, आह भर कर, कहने लगा, ''ओह, माँ, क्यों न हम अपने कुत्ते को बुलाए और देखे की वह भीगा तो नहीं''।

उठो और अपने जीवन की गंदगियों की सफाई करना शुरू करों। यदि वैवाहिक जीवन में कोई गलतफ़हमी हुई है तो अपने भाग को साफ़ करों, जो आपका साथी नहीं कर रहा उसकी चिन्ता न करें, सिर्फ़ आपका भाग पूरा करें, और परमेश्वर आपको प्रतिफल देगा। यदि आपने आर्थिक गड़बड़ी की है, तो फिजूल खर्ची बंद करें और उधार चुकाना शुरू करें। यदि ज़रूरत पड़े तो अतिरिक्त नौकरी करें। यदि आप ऐसा करने में समर्थ्य नहीं है तो परमेश्वर से रास्ता दिखाने को कहें। याद रखें किसी भी प्रकार का बीज बोए बिना कोई फल नहीं काट सकता। जो कुछ मैंने कहा था उसे याद रखें, ''यदि आप वह करेंगे जो आप कर सकते है तो परमेश्वर आपके लिए वह करेगा जो आप नहीं कर सकते''।

बहुत से आलस की जड़ भय है। लोग कुछ करने से इतना डरते है कि वे कुछ भी न करने की आदत बना लेते हैं। वे आलसी होकर बैठे रहते है और उन लोगों से द्वेश करते है जो ऐसा जीवन जी रहें है जिसे वे पसंद करते है। वे नाराज़ हो जाते है क्योंकि उनका काम नहीं बनता। वे यह जानने में असफल हो जाते है कि ''जब तक वह काम नहीं करेंगे तब तक उनका काम नहीं होगा''!

सिर्फ़ बदलाव ही तनाव से मुक्ति प्रदान कर सकता है

यदि आप हर वक्त तनाव में रहते है तो तनाव से मुक्ति पाने के लिए आपको बदलना होगा। जब तक आप वही करते रहेंगे जो आप करते आए है तो वह आपको नहीं छोड़ेगा। हम कभी भी एक ही काम को बार बार करने के बाद एक भिन्न परिणाम पाने की आशा नहीं कर सकते। यदि आप भिन्न परिणाम पाना चाहती है, तो उसके अंश को बदलिए।

अभी, जैसे ही मैंने यह शब्द ''बदलाव'' का जिक्र किया तो कुछ लोगों को परेशानी होने लगी क्योंकि आप बदलाव से डरते है। लगभग एक हज़ार साल पहले अबिंगटन प्रेस्बिटेरी के क्लर्क ने बदलाव के प्रति लोगों की विभिन्न भावनाओं को प्रतिशत किया और मुझे लगता है कि आज भी इसे लागू किया जा सकता है।

1. शीघ्र प्रवर्तक (2.6%) जो नए विचारों के साथ चलते है।
2. जल्द अनुकूल बनने वाले (13.4%) (1) द्वारा प्रभावित, पर वे शुरूवात नहीं करते।
3. धीमी बहुमत (34%) भीड़ का अनुसरण करने वाले
4. अनिच्छुक बहुमत (34%)
5. विरोधी (16%) वे कभी नहीं बदलेंगे।

यदि आप उस 84% सूची के अंतिम के समान है तो आपको बदलाव पसंद नहीं और आप समानता की सुरक्षा चाहते है। मुझे उन लोगों को देखकर आश्चर्य होता है जो अपना सारा जीवन बदलाव से अप्रभावित रहते है जबकि दुसरे उसमें सफल होते है। बदलाव ज़िन्दगी को ताज़ा और साहसिक कार्यो से भर देता है।

विश्वास और धैर्य का कदम उठाओ और परमेश्वर की अगुवाई के द्वारा उसे बदलो जो वह बदलना चाहता है।

विश्वास और धैर्य का कदम उठाओ और परमेश्वर की अगुवाई के द्वारा उसे बदलो जो वह बदलना चाहता है। यदि आप अपने जीवन में जो कर रहे है उससे कोई फल प्राप्त नहीं होता, तो बदलाव लाईए। यदि आपको आराम नहीं मिल रहा है, तो बदल जाइए। यदि आप अपने बच्चों को अनुशासित नहीं कर पा रही है और उनका व्यवहार आपको बहुत तनाव में डाल रहा है तो, बदलाव लाइए। यदि आप अपना ख्याल नहीं रख पा रही है, तो बदलाव लाइए। यदि आप ऊब गए है तो बदलाव लाइए। यदि आपके मित्र आपका फ़ायदा उठा रहे हैं तो बदलाव लाइए! क्या आपको मेरी बात समझ आ रही है? यदि हम बदलने से नहीं डरते तो हमें तनाव से मुक्ति मिल सकती है।

आपको शायद बदलने से डर लगता होगा, पर यदि आप ज़रूरी बदलाव लाने की हिम्मत करते भी है, तो आपके जीवन में शामिल दूसरे लोग इस बदलाव को पसंद नहीं करेंगे। उनसे डरने की ज़रूरत नहीं। आपको बदलाव की आदत पड़ जाएगी और उन्हें भी। यदि आप कुछ करेंगे नहीं तो एक साल बाद, और फिर उसके अगले साल और दस साल बाद भी आप शिकायत करते रहेंगे और आपकी परेशानियों का कोई अंत नहीं होगा। वह समय तो **अभी** है। साहस कदम उठाता है, पर डर निष्क्रियता और टालते रहने की आदत पैदा करता है। चुनाव आपको करना है!

■ *अध्याय – 14* ■

साहस का चुनाव

शायद अब तक आप मेरे साथ बने हुए है और फिर भी आप खुद के बारे में यह सोच रहे होंगे, ''जॉयस, मैं संकोची और शर्मीला व्यक्ति हूँ, मेरा स्वाभाव ऐसा ही है। मुझे नहीं लगता कि मैं बदल सकती हूँ।'' आपको शायद संकोच या शर्मीलेपन का एहसास होता होगा। पर आप अपने जीवन में आत्मविश्वास के साथ काम करने का चुनाव कर सकते है। सबसे मुख्य बात जो मैं आपको याद दिलाना चाहती हूँ वह यह है कि आप डर को महसूस कर सकते है आप संकोच महसूस कर सकते है आप को कायर होने का एहसास हो सकता है और फिर भी आप साहस के साथ चलने का चुनाव कर सकते है। जैसे कि डर है ही नहीं! आपकी इच्छा शक्ति आपकी भावनाओं से मज़बूत है पर आपको अभ्यास करना होगा। आप उन हज़ारों लोगों में से एक होंगे जिन्होंने अपनी भवनाओं को खूब खिलाया पिलाया होगा जिसकी वजह से आज वह आपको नियंत्रित कर रहा है। व्यायाम न करने से आप भी मॉस पेशियों की तरह कमज़ोर हो जाएँगे। जैसे ही आप परमेश्वर से मद्द के लिए कहते है और अपनी इच्छा शक्ति को अपनी भावनाओं के विरूद्ध अभ्यास करते है तो आपका काम आसान हो जाएगा। और जिस प्रकार का व्यक्ति आप बनना चाहते है वह बनना भी आसान हो जाएगा।

जब मैं सोचती हूँ कि साहस कुछ लोगों में किस प्रकार नज़र आएगा मैं किसी ऐसे व्यक्ति के बारे में सोचती हूँ जो दिलेर, साहसी, बहादुर और भयरहित है। कुछ लोग सोचते है कि वे साहसी है पर वे केवल कठोर आगामी और उजड्ड है। अच्छा होता यदि वे ईमानदार होते और डर को कबूल करते हुए आगे बढ़ते न कि छल करते और साहसी बनने की कोशिश करते।

मुझे यह कबूल करना होगा कि मेरे जीवन काल के कई सालों तक मैं ऐसी ही थी। मैं सोचती थी कि मैं एक साहसी महिला हूँ पर सच्चाई तो यह थी कि मैं डरपोक थी। मैं अपने डरों का सामना नहीं कर रही थी और मैं खुद से और सारी दुनिया से छल कर रही थी कि मैं किसी से भी नहीं डरती। वास्तव में

भय का सामना करना और उसे नज़रअंदाज़ करना और यह छल करना कि आपको किसी का भय नहीं और अपने भय को कृत्रिम साहस द्वारा छुपाने में बहुत फर्क है, यह तो केवल कठोरता और निर्लज्जता है।

जब मैं सोचती हूँ कि साहस कुछ लोगों में किस प्रकार नज़र आएगा मैं किसी ऐसे व्यक्ति के बारे में सोचती हूँ जो दिलेर, साहसी, बहादूर और भयरहित है।

मैं अपने दिमाग़ से जल्दी बोलती थी पर अक्सर जो मैं कहती थी वह मुर्खतापूर्ण और अनउपयुक्त बातें थी। मैं बहुत सी परिस्थितियों को नियंत्रण इस विचार के साथ करती थी की मैं साहस के साथ कदम बढाऊँगी और चूँकि कोई भी इस काम को नहीं कर पा रहा है। इसलिए मैं इसे करूँगी, पर बाद में मुझे यह मालूम पड़ा कि मैं वह अधिकार पाने की कोशिश कर रही हूँ जो मेरे बस की बात नहीं।

मैं अक्सर उतावली और जल्दी से काम करने लगती थी, एक बार फिर इस विचार के साथ कि मैं साहसी हूँ, पर दोबारा मैं गलती करती थी और बहुत सारे लोगों को चोट पहुँचाती थी क्योंकि ज्ञान पाने के लिए मैं समय नहीं निकालती थी। वास्तव में मैं बहुत ही अपरिपक्त थी और सच्चे साहस के बारे में कुछ नहीं जानती थी।

यदि कोई भी मुझ पर दवाब डालने या मेरा अपमान करता, तो मैं तुरन्त खुद का बचाव करती थी और ''उन्हें सही स्थान पर पहुँचा देती थी।'' मैंने यह साफ़ कर दिया था कि कोई भी मेरे साथ बुरा बर्ताव नहीं कर सकता है। बहरहाल जैसे ही मैंने अपने तितर बितर जीवन को सुधारने के लिए परमेश्वर के वचन की शिष्य बनी, तो इन वचनो द्वारा मेरा सुधार हुआ।

> *मूढ़ की रिस उसी दिन प्रगट हो जाती है, परन्तु चतुर अपमान को छिपा रखता है।* (नीतिवचन 12:16)
>
> *हे प्रियो, बदला न लेना, परन्तु परमेश्वर के क्रोध को अवसर दो, क्योंकि लिखा है, ''बदला लेना मेरा काम है, प्रभु कहता है, मैं ही बदला लूँगा।''* (रोमियों 12:19)

जब आपके साथ बुरा बर्ताव हो तो विश्वास के मार्ग में चलने और परमेश्वर के बदले का इंतज़ार करने के लिए सच्चे साहस और हिम्मत की ज़रूरत पड़ती है। मैंने सोचा था कि साहस में ऐसा काम करने की योग्यता नहीं है। एक सच्चे व्यक्ति के लिए सच कहना ही बेहतर है और कहे ''मुझे डर तो लग रहा

है पर मैं डर के साथ यह काम करने वाली हूँ'' न कि यह छल करना कि उसे डर नहीं और कत्रिमता और धोखे में जीना। वास्तव में साहसी व्यक्ति न सिर्फ़ साहस के साथ कदम बढ़ा सकते है, पर ज़रूरत पड़ने पर इंतज़ार करने का साहस भी उनमें होता है।

इंसान का दिमाग़ अपनी योजना अपने तरीके से बनाता है

मैं हमेशा योजना बनाती हूँ और तुरन्त उसे लागू भी करती हूँ पर कई बार मेरी योजना असफल हो जाती है। नीतिवचन 16:9 कहता है कि मनुष्य मन में अपने मार्ग पर विचार करता है, परन्तु यहोवा ही उसके पैरों को स्थिर और सही करता है। नीतिवचन यह भी कहता है कि यदि हम उसकी बातों को मानेंगे तो बहुत से बुद्धिमान काम करेंगे। वह हमें यह भी बताता है कि विनाश से पहले गर्व और ठोकर खाने से पहले घमण्ड आता है (नीतिवचन 16:18) बहुत से लोग सोचते है कि वे साहसी है, पर वे केवल घमण्डी बौर अभिमानी है। खुद के बारे में उनके उच्च्य विचार है और हमेशा दूसरों को नीचे नज़र से देखते है और उन्हें दुख पहुँचाते है।

मेरी योजनाएँ हमेशा मेरे समर्थन में काम करती थी जिसमें दूसरों की ज़रूरत शामिल न थी, पर परमेश्वर की योजना हर एक की ज़रूरतों पर ध्यान देती है। हमें परमेश्वर की योजना का विकास होने का इंतज़ार करना सीखना होगा। हमसे संबंधित बातों को वह पूर्ण करता है। सच्चा साहस परमेश्वर के समय के अनुसार काम करता है, वह सही समय पर चलता है।

प्रभु यीशु की साढ़े तीन वर्ष की सांसारिक सेवकाई के दौरान लोगों ने सोचा कि वे सनकी है। उनके भाई उनसे शर्मीन्दा और अपने सम्मान को बचाने के लिए उन्होंने उससे कहा कि वे चाहते है कि वह वहाँ से चला जाए और कहीं ओर अपना काम करें। यदि वह ऐसा करने के लिए तैयार नहीं होता है तो उनके पास एक दूसरा विकल्प था। उन्होंने उससे कहा कि वह कदम बढाएँ और अपने काम को रहस्यमयी रूप से करना बंद करें। वे उसे यह समझाना चाहते थे कि खुद को और उसके कामों को दुनिया के सामने प्रकट करने का समय आ गया है। दूसरे शब्दों में कहा जाए तो वे चाहते थे कि प्रभु यीशु अपने कामों द्वारा लोगों को प्रभावित करें।

उन्होंने उन्हें जवाब दिया, ''मेरा समय (मौका) अभी तक नहीं आया है'' (युहन्ना 7:6)

हममें से कितने लोग इस प्रकार का आत्मनियंत्रण प्रकट कर सकते है? यदि आप भी उसकी तरह चमत्कार दिखा सकते है और लोग आपका मज़ाक उड़ाते है और आपके कामों को सबके सामने प्रकट करने की चुनौती देते है, तो आप क्या करेंगे? क्या आप सही वक्त आने तक इंतज़ार करेंगे या परमेश्वर की अगुवाई के बिना तुरन्त कदम उठाएँगे?

योजनाएँ बनाना अच्छी बात है और मैं विश्वास करती हूँ कि हमें साहस के साथ योजना बनानी चाहिए पर हमें इस बात की जानकारी भी होनी चाहिए कि परमेश्वर के बिना हमारी योजनाएँ असफल हो जाएगी।

> *''यदि घर को यहोवा न बनाने वाले का सामर्थ्य व्यर्थ होगा''* (भजन संहिता 127:1)।

परमेश्वर के बिना हम अपनी नीव बना सकते है। पर मज़बूत नीव के बिना बने मकान के समान, हम भी धीरे धीरे गिर जाएँगे।

आत्म–विश्वास की मूर्खता

चूँकि मैं आत्मविश्वास से भरी स्त्री कैसे बना जाए इस विषय पर पुस्तक लिख रही हूँ तो मैं दुबारा यह स्थापित करना चाहती हूँ कि मैं आत्मविश्वास के बारे में बात नहीं कर रही हूँ। मैं नहीं चाहती कि आप में आत्म–विश्वास हो तब तक जब तक आपके आत्मविश्वास की जड़ पहले परमेश्वर से न जुड़ी हो। यदि हमारा आत्मविश्वास परमेश्वर से जुड़े रहने का फल है तो हमारे अंदर सही प्रकार का आत्मविश्वास है जो सच्चे साहस को उत्पन्न करेगा। जैसा

पौलुस ने कहा ''हमें उसके आत्मविश्वास पर आत्म–विश्वास है''।

जो कोई खुद को साहसी समझते है उन्हें खुद से यह पूछना चाहिए कि हमारे अंदर आत्मविश्वास है या अहंकार। बिल क्रॉफोर्ड ने कहा था, ''आत्मविश्वास और अहंकार के बीच का अंतर, प्यार और डर के बीच का अंतर जितना सरल है। यीशु मसीह में आत्म–विश्वास था हिटलर डरता था''।

जब मैं आत्मविश्वास के बारे में पढ़ा रही हूँ, तो लोग अक्सर आत्मविश्वास और अहंकार के बीच के अंतर से परेशान रहते है। वे कहते है कि उनसे कहा गया है कि खुद के बारे में कभी भी कोई सकारात्मक बात न कहें न ही सोचे। यदि वे ऐसा करते है, तो यह आत्म–केन्द्रित और स्वार्थीपन लगेगा। अच्छे माता–पिता अपने बच्चों को यह सिखाते है कि वे अपनी तारीफ़ न करें, और

प्रत्येक तारीफ़ों को एक गुलाब की तरह स्वीकार करें और दिन के अंत में उस गुलदस्ते को परमेश्वर को भेंट करें, इस जानकारी के साथ कि यह उसी से आया है।

ऐसी सीख देना सही है। कोई भी किसी शेख खोर को पसंद नहीं करते है। जो सिर्फ़ खुद से प्यार करते है और यह विश्वास करते है कि हर मानवीय समस्याओं का हल उसके पास है। कुछ लोग सोचते है कि वे इतना कुछ जानते है जिससे यह साबित होता है कि वास्तव में वे कुछ नहीं जानते है। जब तक हमको इस बात की जानकारी नहीं होती कि जितना हमें जानने की ज़रूरत है हम उतना नहीं जानते है तब तक हमने ज्ञान पाने की शुरूआत तक नहीं की है।

बच्चों को अपनी शेखी न मारने की सीख देने के दौरान हमें उन्हें यह नहीं सीखाना चाहिए कि अपनी सकारात्मक खूबियों को स्वीकार करना गलत है। यदि आप किसी नौकरी के लिए आवेदन जमा करेंगे और खुद को अहंकारी के रूप में प्रस्तुत न करने के डर से अपनी खूबियों को नज़रअंदाज़ करेंगे, तो शायद आपको वह नौकरी नहीं मिलेगी। आत्मविश्वासी बने पर आपके आत्मविश्वास की जड़ परमेश्वर से जुड़ी रहें। हम जो कुछ भी है वह उसकी कृपा और करूणा की वजह से है।

आत्मविश्वास आत्मविश्वास को पैदा करता है। जब कोई भी खुद को आत्मविश्वास के साथ प्रस्तुत करता है तो उसकी वजह से मुझ में आत्मविश्वास का प्रसार होता है कि वे जो करना चाहते है उसे कर सकते है। उन्हें बार बार मुझसे यह कहते रहने की ज़रूरत नहीं कि वे जानते है कि वे परमेश्वर के सामने कुछ नहीं, पर परमेश्वर से उन्हें ऐसा हमेशा कहते रहना चाहिए।

मुझे याद है कि मैंने अपने एक अच्छे दोस्त कि एक रात्री भोजन की पार्टी में उसके अच्छे काम की तारीफ़ की थी। वे बहुत ही नास्तिक थे और तुरन्त उन्होंने जवाब दिया कि यह मैंने नहीं परन्तु परमेश्वर ने किया है। मेरी राय से, अच्छा होता यदि वे कहते, ''तारीफ़ करने का शुक्रिया'' और व्यक्तिगत प्रार्थना के समय परमेश्वर का धन्यवाद करते। जब कोई हमारी तारीफ़ करते है तो आदरपूर्वक उसे स्वीकार करना चाहिए। प्रत्येक तारीफ़ों को एक गुलाब की तरह स्वीकार करें और दिन के अंत में उस गुलदस्ते को परमेश्वर को भेंट करें, इस जानकारी के साथ कि यह उसी से आया है।

नीतिवचन की किताब आत्मविश्वास के बारे में बहुत कुछ बताती है और यह बताने से भी नहीं मुकरती की आत्मविश्वास एक मूर्ख होता है।

जैसा धूपकाल में हिम का और कटनी के समय जल का पड़ना वैसा ही मूर्ख की महिमा भी ठीक नहीं होती। (नीतिवचन 26:1)

एक मूर्ख सदैव शैतान से किसी न किसी प्रकार की मार खाता रहता है क्योंकि वह आत्म–विश्वास द्वारा उसका द्वार खोलता है। परमेश्वर हमारी ढाल और रक्षक है पर हमारा आत्मविश्वास उस पर होना चाहिए न कि हम पर। जब हम अपने जीवन के हर काम को ताकत के लिए परमेश्वर पर पूरी तरह भरोसा रखेंगे, हम एक स्वर्गीय सुरक्षा को अनुभव करेंगे, जो अद्‌भुत है।

आत्म–विश्वासी स्त्री या पुरूष आर्थिक मार को अनुभव कर सकते है। वे गलत समझौता करते है, अनके साथ धोखा होता है, वे मूल्यहीन वस्तुओं पर निवेश करते है और इसलिए ऐसा होता है क्योंकि परमेश्वर के ज्ञान को प्राप्त करने के बजाए उन्होंने अपने ज्ञान के अनुसार कदम बढ़ाया।

मूर्ख मानसिक वार को अनुभव कर सकते है। आत्म–विश्वास से भरा व्यक्ति चिन्ता करता है कारण ढूँढने की कोशिश करता है, उतावला रहता है और भयभीत होता है। वह समस्याओं का समाधान करने के लिए खुद पर निर्भर होता है इसलिए हर काम उन्हें ही करना पड़ता है।

मूर्ख भावनात्मक मार भी खाते है। कभी भी कोई काम ठीक नहीं होता जब लोग खुद पर अश्रित होते है। अंत में वे निराश हो जाते है क्योंकि उनकी योजनाएँ काम नहीं आती है। अपना अधिकांश समय निराशा में गुज़ारते है। इससे बड़ी निराशा भरी बात कोई भी नहीं हो सकती कि आप अपनी समस्याओं का हल पूरे लगन से करते है और फिर भी असफल हो जाते है। हम यह सोचने लगते है कि हम में कुछ गलत है और परमेश्वर केवल हमारी सफलताओं के रास्ते में रूकावट बना रहा है ताकि हम थक जाएँ और उसकी मद्‌द माँगते हुए उसके पास जाएँ।

यदि बाइबल के 1 पतरस 5:5 की मैं व्याख्या करती तो वह कुछ इस तरह होता, ''आप सब विनम्रता को धारण करें। उसे कपड़े की तरह धारण करे और इसे कभी भी न उतारे। एक दूसरे के प्रति घमण्ड और अभिमान की भावना से मुक्त हो जाएँ क्योंकि परमेश्वर अभिमानियों और अहंकारियों (शेखी खोर और आत्मप्रशंसा करने वालो) का विरोध करता है और वह उन्हें निराश और हताश करता है परन्तु धर्मियों की मद्‌द करता है।''

खुद की अत्यधिक प्रशंसा करना और परमेश्वर के बिना आप क्या है इस बात पर ध्यान न देने की वजह से हमारे जीवन में समस्याओं की श्रखला

उत्पन्न हो सकती है। इसकी वजह से उच्च मनोभावना खुद का महत्व दूसरों के अनुकूल और अनुरूप होने की अयोग्यता और दूसरों के साथ बने रहने की अयोग्यता मूलरूप से ऐसा है क्योंकि उनकी उच्च मनोभावना की वजह से वे अपनी खामियों को नहीं देख पाते, ताकी वे दूसरों की खामियों को सहने से खुद को बचाए।

क्या नम्र और साहसी होना संभव है?

नम्र और साहसी होना न सिर्फ़ संभव है बल्की नम्रता के बग़ैर साहसी होना असंभव है। यहोशू एक ऐसा आदमी था जिसमें दोनों गुण थे। परमेश्वर ने उसे उस काम को खत्म करने को कहा जिसे मूसा ने शुरू किया था और इस्राएलियों को वायदे की ज़मीन तक पहुँचाने को कहा। यीशु को यह आज्ञा देने के तुरन्त बाद, परमेश्वर ने उससे यह भी वायदा किया कि जिस तरह वह मूसा के साथ था उसी तरह वह उसके साथ भी हमेशा रहेगा। (यहोशू 1:5)

यहोशू का आत्मविश्वास इस बात पर निर्भर था कि परमेश्वर उसके साथ था और इस वजह से वह आगे बढ़कर कुछ ऐसा करने योग्य बना जिसके लिए शायद वह योग्य नहीं था। यहोशू को डर लगा होगा क्योंकि परमेश्वर बार बार यह कहते थे "डरो मत" जिसका मतलब है "भागो मत"!

परमेश्वर ने यहोशू से कहा कि यदि वह मज़बूत आत्मविश्वासी और साहस से भरा रहेगा तो वह लोगों को उनके वायदे की ज़मीन तक पहुँचाने की वजह बनेगा।

> *तेरे जीवन भर कोई तेरे सामने ठहर न सकेगा जैसे मैं मूसा के संग रहा वैसे ही तेरे संग भी रहूँगा। और न तो मैं तुझे धोखा दूँगा और न ही तुम को छोड़ूँगा।*
>
> *इसलिए हियाव बाँधकर दृँढ हो जा! क्योंकि जिस देश के देने की शपथ मैंने इन लोगों के पूर्वजों से खाई थी उसका अधिकारी तू इन्हें कहेगा।*
>
> *इतना हो कि तू हियाव बाँधकर और बहुत ढ़ृढ़ होकर जो व्यवस्था मेरे दास मूसा ने तुझे दी है उन सब के अनुसार करने में चौकस करना, और उस से न तो मुड़ना दाहिने और न बाएँ तब जहाँ जहाँ तू जाएगा वहाँ वहाँ तेरा काम सफल होगा।* (यहोशू 1:5–7)

परमेश्वर के नियमों पर ध्यान दिजिए। यहोशू को अपनी दृष्टि परमेश्वर की आज्ञाओं पर लगानी थी। उसे दूसरी चीज़ों में फँसने की ज़रूरत नहीं जो उसे भयभीत कर सकती है उसे अपने लक्ष्य पर ध्यान केन्द्रित करना था। यदि वह परमेश्वर का अनुसरण करेगा तो वह न सिर्फ़ खुद की मद्द करेगा बल्कि बहुत बड़ी भीड़ को एक बेहतर जीवन की ओर ले चलने का सौभाग्य भी प्राप्त होगा।

और इस अवस्था में उसे केवल एक आखरी प्रोत्साहन की ज़रूरत थी जिसे परमेश्वर यहोशू 1:9 में यह कहते हुए दोहराता है।

> *क्या मैंने तुझे आज्ञा नहीं दी? हियाव बाँधकर दृँढ़ हो जा, भय न रख और तेरा मन कच्चा न हों क्योंकि जहाँ जहाँ तू जाएगा वहाँ वहाँ तेरा परमेश्वर यहोवा तेरे संग रहेगा।*

मैं विश्वास करती हूँ कि यहोशू के साथ परमेश्वर का वार्तलाप इस बात को साबित करता है कि ऐसे कई कारण होंगे जिसकी वजह से स्वभाविक रूप से उसे डर लगे और वह निराश हो जाए और पीछे हटने का मन करे। जब हम विश्वास का कदम बढ़ाकर जीवन में उन्नती करना चाहते है तो इस बात का कोई आश्वासन नहीं होता कि हमें विरोधियों का सामना नहीं करना पड़ेगा। पर हमें इस बात का आश्वासन ज़रूर है कि वह हमेशा हमारे साथ रहेगा और वास्तव में हमें सिर्फ़ यही चाहिए। हमें यह जानने कि ज़रूरत नहीं कि परमेश्वर क्या करने वाला है वह कैसे करने वाला है या कब करने वाला है। हमें सिर्फ़ इतना मालूम होने कि ज़रूरत है कि परमेश्वर हमारे साथ है।

डरो मत

यिर्मयाह एक छोटा लड़का था जिसे एक बड़ा काम सौंपा गया था। परमेश्वर ने उससे कहा कि उसने उसे राज्यों के भविष्यद्वक्ता के रूप चुना है। वह परमेश्वर के लिए बोलने वाले व्यक्ति के रूप में काम करेगा। यह विचार यिर्मयाह को भयभीत करने लगा और वह कई प्रकार के बहाने बनाने लगा कि क्यों वह परमेश्वर द्वारा नियुक्त काम को नहीं कर सकता। वह खुद को देख रहा था और उसे परमेश्वर की ओर देखने की ज़रूरत थी। वह लोगों की ओर भी देख रहा था और सोच रहा था कि वे उसके बारे में क्या सोचेंगे यदि उसने परमेश्वर द्वारा प्रोत्साहित होकर कदम बढ़ाया।

यिर्मयाह की भयभीत बातों के जवाब में परमेश्वर ने उससे बात बंद करने को कहा और वह जो कहता है उसे करने को कहा। परमेश्वर ने कहा ''तू

उनके मुख को देखकर मत डर क्योंकि तुझे छुड़ाने के लिए मैं तेरे साथ हूँ।'' यिर्मयाह 1:8 में यिर्मयाह को भी वही भाषण सुनने को मिला जिसे यहोशू ने सुना था। परिस्थितियों को मत देख बस याद रखो कि मैं तुम्हारे साथ मैं हूँ और तुम्हे सिर्फ़ इसकी ही ज़रूरत है।

यिर्मयाह को बिलकुल उस प्रकार का डर लग रहा था जिस प्रकार वह उस पाँच वर्ष के लड़के को जिसकी माँ ने उससे पैन्ट्री से टमाटर का सूप लाने को कहा था। ''यहाँ बहुत अंधेरा है और मुझे डर लग रहा है।'' माँ ने फिर से कहा और उसने फिर मना किया। आखिरकार माँ ने कहा, ''कोई बात नहीं—यीशु वहाँ अंदर तुम्हारे साथ रहेगा।'' जॉनी हिचकिया और दरवाज़े की ओर बढ़ा धीरे से उसे खोला। उसने अंदर झाँका, देखा की अंधेरा है और जाने लगा तब अचानक उसके मन में एक विचार आया और वह कहने लगा ''प्रभु यीशु यदि तुम अंदर हो तो क्या तुम मुझे वह टमाटर के सूप का डब्बा थमा सकते हो?''।

यिर्मयाह के अंत में परमेश्वर उस भविष्यद्वक्ता से कहा है कि यदि वह इसी तरह डरता रहेगा (सामना करने के बजाए) तो वह उन्हें उस पर हावी होने की अनुमती दे देगा। याद रखें कि परमेश्वर चाहता है कि हम सामना करें ना, कि उनसे दूर भागे। जिस चीज़ से आप डर कर भाग रहें है वह कहीं आपका इंतज़ार कर रहा होगा। ताकत परमेश्वर के साथ आगे बढ़ने से ही प्राप्त होती है। परमेश्वर ने इस अध्याय के आखरी वचनों में यिर्मयाह से यह कहा कि लोग उसके विरूद्ध लडेंगे पर सिर्फ़ एक वजह से यह वे उस पर हावी नहीं हो पाएँगे ''मैं तुम्हारे साथ हूँ।''

यह मज़ेदार बात है कि परमेश्वर ने यिर्मयाह को यह चेतावनी दी कि लड़ना तो पड़ेगा पर इसके मध्य में भी उसे डरने की ज़रूरत नहीं क्योंकि अंत में जीत उसी की होगी।

नकली साहस का असली साहस के साथ सौदा करें

प्रेरित पतरस एक ऐसा आदमी था जिसकी शुरूआत नकली साहस के साथ हुई थी। उसने सोचा कि वह साहसी है पर वास्तव में कई अवसरों में वह आगे रहते थे, अभिमानी, कठोर और मूर्ख थे। प्रायः पतरस ही दूसरों से पहले बोलते थे पर अक्सर वह जो कहते थे वह घमण्ड से भरा और अनावश्यक होता था। पतरस खुद को ऊँचा समझते थे। उसे अपने आत्म—विश्वास के बदले परमेश्वर के आत्मविश्वास के साथ सौदा करना था।

यीशु ने पतरस को चेतावनी देने की कोशिश की कि वह तीन बार उसे इंकार करेगा पर पतरस ने सोचा कि यह तो बिलकुल असंभव है। यीशु के पकड़वाए जाने के बाद पतरस को चेलों में से एक रूप में पहचान लिया गया था। पर उसने यीशु को पहचानने से इंकार किया। जब तक पतरस ने तीन बार प्रभु को इंकार नहीं किया तब तक उसकी प्रतिक्रिया भय से भरी हुई थी। पतरस जो खुद को साहसी बताता था, डर कि वजह से मुसीबत आने पर टूट गया। (लूका 22)!

यीशु ने चेलो से वादा किया था कि उसकी मृत्यु और पुनर्जिवित के बाद वह अपनी पवित्र आत्मा को भेजेगा जो हमें असली सामर्थ्य प्रदान करेगा। वे सच्चे साहस को अनुभव करेंगे। जिसकी जड़ और आधार उस पर हमारे विश्वास की वजह से होगी। दूसरों के साथ पतरस ने भी पेन्तिकोस्त के दिन स्वर्गीय सामर्थ्य को प्राप्त किया और प्रेरितों के काम 1 में हम पाते है कि साहस के साथ वह यरूशलेम की गलियों में प्रचार करते है उसके अंदर यह चिन्ता बिलकुल भी न थी कि लोग उसके बारे में क्या कहेंगे। पतरस ने खुद के अंदर के छल और पाप को देख लिया था। उसने मन फिराया उसे क्षमा प्राप्त हुई और वह पवित्र आत्मा से भर गया जो सिर्फ़ परमेश्वर की ओर से मिल सकता है।

आप किसका सामना कर रहें है?

हमारे यहोशू यिर्मयाह और पतरस की चुनौती से भरी परिस्थितियों को देखा, आप किस चीज़ का सामना कर रहे है? क्या आपके सामने डरावनी परिस्थितियाँ मण्डरा रही है? यदि ऐसा है, तो याद रखें कि परमेश्वर आपके साथ है और वह न आपको छोड़ेगा और न त्यागेगा। उससे मद्द माँगे और वह आपकी मद्द करेगा। आपको साहसी बनने का छल करने की ज़रूरत नहीं है यदि आप भयभीत है तो परमेश्वर से कहिए। यदि आप चिन्तित है, परमेश्वर पर सारी चिन्ता डाल दीजिए। आखिरकार वह सब कुछ जानता है। आप कह सकते है कि आपको डर लग रहा है पर मैं प्रोत्साहित करना चाहती हूँ कि आप यह कहे कि वह आपको आगे बढ़ने से रोक नहीं सकता। मैं आपको यह कहने की चुनौती देती हूँ ''मुझे डर लगता है, पर मैंने साहस को चुना है''!

■ *अध्याय – 15* ■

विजेता कभी हार नहीं मानते

आत्मविश्वास से भरी स्त्री के लिए हार मानना कोई विकल्प नहीं है। उसे निर्णय लेना है कि वह क्या चाहती है या उसे क्या करने की ज़रूरत है और उस काम को खत्म करने का मन बनाना चाहिए। आप चाहे कुछ भी करने का फैसला करें पर आपको विरोधियों का सामना तो करना ही होगा। प्रेरित पौलुस ने कहा था कि जब अवसरों का दरवाज़ा उनके लिए खुलने लगा, तो विरोधी भी उसके साथ आते थे (1 कुरिन्थियों 16:9) आत्मविश्वास यह विश्वास करता है कि जो कुछ उसके सामने आए वह उसका सामना कर सकता है, जो अब तक हुआ नहीं वह उसकी चिन्ता नहीं करता।

मुझे आज भी याद है जब मैंने पहले रविवार को अपने चर्च में सेवकाई की थी जिसे हमने सेन्ट लूईस के आन्तरिक शहर में शुरू किया था। हमारा लक्ष्य था उस क्षेत्र के घायल लोगों की मदद करना और उन्हें आशा देना। उस दिन मैं पुलपित पर खड़ी हो गई और चिल्लाकर एलान किया, ''मैं आज यहाँ ठहरने वाली हूँ।'' मैं ऐसे लोगों को भी जानती हूँ जिन्होंने मेरी तरह काम करने की कोशिश की, और कुछ समय के बाद, उन्होंने हार मान ली। मैंने खुद को तैयार कर लिया था कि जब मैंने वह काम शुरू कर दिया है तो मैं इसे खत्म भी करूँगी।

हमने विरोध सहा है। स्थानिक कलिसियाओं घबरा गए क्योंकि उस क्षेत्र में नई कलीसिया आने वाली थी, उन्हें डर था कि हम उनके झुण्ड को अपनी ओर खींच लेंगे। उनका कहना था ''हम नहीं चाहते है कि कोई बड़ी सेवकाई यहाँ आए और हमारे लोगों को छीन लें।'' ऐसा व्यवहार डर के आधार पर और मूर्खतापूर्ण है।

हमारा एक सहकर्मी गाड़ी चलाने के दौरान घायल हो गया था, पर हमने उसे नहीं छोड़ा और उसने भी हमें नहीं छोड़ा।

कभी–कभी, सभा के दौरान हमारी कलीसिया के सदस्यों के कारों की खिड़की टूटी हुई मिलती थी, पर उन्होंने हमें नहीं छोड़ा। एक दो कारे तो चोरी भी हो गई थी, पर फिर भी हम बने रहें।

कलीसिया के पास्टर को किसी सहकर्मी के साथ अवैध संबंध होने के जुर्म में पकड़ा गया था और हम पहले से अधिक दृढ़ निश्चयी बन गए। हमने कहा "चाहे हमें दुबारा शुरूआत क्यों न करनी पड़े, पर हम हार मानने वाले नहीं है।" डर ने कहा–"जब कलीसिया के लोगों को यह पता चलेगा तो वह छोड़ के चले जाएँगे।" मैंने कहा "यदि कोई भी छोड़कर चला जाएगा, तो परमेश्वर उसके स्थान में दो और को भर देगा।" मैंने कलीसिया के झुण्ड को संबोधित किया और सच्चाई को खुलकर बताया। मैंने कहा कि हमें कलीसिया के लिए एक अच्छा पास्टर मिल जाएगा, और यह कि शैतान इस कलीसिया के टुकड़े–टुकड़े करने के लिए इस परिस्थिती का उपयोग कर रहा है, पर हम ऐसा होने नहीं देंगे। लोगों ने वास्तव में हमारी ईमानदारी की तारीफ़ की और कोई भी हमें छोड़कर नहीं गया। कलिसिया की बहुत बढ़ोतरी हुई है और आज एक हज़ार सदस्य विश्वास में मज़बूत हैं।

जब आप कुछ करने की कोशिश करते है तब डर उसके बदसूरत पहलू को सामने लाता है, तो आपको याद रखना होगा कि डर का पूरा लक्ष्य है आपको रोकना। डर चाहता है कि आप भाग जाए, पीछे हट जाए और छिप जाए। परमेश्वर चाहता है कि आपने जिस काम को शुरू किया है उसे खत्म करें।

जब प्रेरित पौलुस को काम करने को दिया गया वह उसे करने के लिए दृढ़ निश्चयी था जबकि उसे पता था कि इसका मतलब कैद और पीड़ा हैं उसने अपनी नज़र लक्ष्य पर लगा रखी थी, न कि उन पीड़ाओं पर जिसे उसे पार करना होगा। उसने कहा कि वह विरोधियों से नहीं डरता, पर उसका लक्ष्य है उस काम को खुशी के साथ खत्म करना। पौलुस न सिर्फ़ अपने काम को खत्म करना चाहता था, पर वह अपनी यात्रा का मज़ा भी लेना चाहता था। यदि हम हर वक्त भयभीत रहेंगे तो मज़ा लेना असंभव हो जाएगा। डर भविष्य की परिस्थितियों पर वर्तमान पीड़ाए लाता है जो कि शायद घटित ही न हो। पौलुस जानते थे कि जो कुछ भी हो जाए, परमेश्वर उसे सामर्थ्य देने के लिए तैयार है ताकि संयम से वह सब कुछ सह लें।

जिस पर आपकी नज़र है उससे सावधान रहें

यदि हम अपने दानवों पर अधिक ध्यान केन्द्रित करेंगे, तो उसका भय हम पर हावी हो जाएगा। अपनी नज़रों को इनाम पर लगाए, न कि पीड़ा पर। बाइबल में, पौलुस समझाते है कि कैसे चारों तरफ़ से उन पर दबाव पड़ रहा था, और हर तरफ़ से परेशानी और दबाव उनको घेर रही थी। उन्हें कोई भी बाहर का

यदि हम अपनी समस्याओं को घूरते रहेंगे और उनके बारे में अधिक सोचेंगे और बोलेंगे तो वे ज़रूर हमें हरा देंगी। अपनी समस्याओं पर एक नज़र डालें पर प्रभु यीशु की ओर ताके।

रास्ता नहीं मिल रहा था पर वे हार मानने के लिए तैयार नहीं थे। 2 कुरिन्थियों 4:9 में वह समझाते है कि कैसे उनको पीड़ित किया गया था, पर परमेश्वर ने उन्हें अकेला नहीं छोड़ा। पौलुस ने कहा ''हम गिराए तो जाते है पर नष्ट नहीं होते।'' मैं पौलुस की बातों को सुनकर अपने दिल में होने वाली हलचल को महसूस कर सकती हूँ। उसने अपने मन को तैयार कर लिया था कि चाहे कुछ भी हो जाए पर वह अपने काम को खत्म करके ही रहेंगे। पौलुस यह बताते है कि वे निराश नहीं हुए (बुरी तरह से आत्महीन, थके हुए और डर द्वारा घिरे हुए थे) क्योंकि उन्होंने उन चीज़ों को नहीं देखा जिन्हें वे देख सकते है पर उनकी नज़र उस पर थी जिन्हें वे नहीं देख सकते है (2 कुरिन्थियों 4:8,9,16,18)।

यदि हम अपनी समस्याओं को घूरते रहेंगे और उनके बारे में अधिक सोचेंगे और बोलेंगे तो वे ज़रूर हमें हरा देंगी। अपनी समस्याओं पर एक नज़र डालें, पर प्रभु यीशु की ओर ताके। हम समस्याओं के अस्तित्व का इंकार नहीं करते, पर हम उन्हें राज करने का अधिकार नहीं देते है। कोई भी समस्या जो आपके जीवन में हैं उसे बदला जा सकता है। परमेश्वर द्वारा सब कुछ संभव है!

जब दाऊद ने उस दानव गोलियात का सामना किया, तो उसने घण्टों तक उस दानव को देखकर युद्ध को कैसे जीता जाए, इस सोच में नहीं पड़ा था। बाईबल में लिखा है कि वह जल्द ही युद्ध क्षेत्र की ओर दौड़ पड़ा, हर वक्त वह परमेश्वर की जीत का ऐलान करता रहा। दाऊद उस दानव को देखकर भागा नहीं, वह साहस के साथ उसकी ओर दौड़ने लगा।

रॉबर्ट स्कल्लर ने कहा था, ''यदि आप भय की बात सुनेंगे, तो अपनी महानता को जाने बिना मर जाएँगे।''

यदि दाऊद गोलियत से डर कर भाग जाता तो वह कभी भी इस्राएल का राजा नहीं बन पाता। राज मुकुट पहनने के बीस साल पहले ही परमेश्वर ने उसे राजा बनने के लिए अभिषेक किया था। उन दिनों में उसने उस दानव का सामना किया और उसने इस बात को साबित किया कि बिना हार माने समस्याओं का सामना करने की जिद्दी उसमें है।

क्या गोलियात का सामना करते वक्त दाऊद ने भय महसूस किया होगा? मुझे लगता है कि उसने किया होगा। दाऊद के लेखनों में उसने कभी भी खुद

को डर के एहसास से आज़ाद होने का दावा नहीं किया। वास्तविकता तो यह है कि उसने डर के बारे में बहुत कुछ कहा है।

> *जिस समय मुझे डर लगेगा मैं तुझ पर भरोसा करूँगा।*
>
> *परमेश्वर की सहायता से मैं उसके वचन की प्रशंसा करूँगा, परमेश्वर पर मैंने भरोसा रखा है मैं नहीं डरूँगा, कोई प्राणी मेरा क्या कर सकता है।* (भजन संहिता 56:3,4)।

दाऊद साफ़–साफ़ यह कर रहें थे कि हालांकि उसने डर को *महसूस* किया था, *फिर भी* उसने आत्मविश्वास को चुना!

फिर से उठ जाईए

पौलुस कहते है कि हम सब एक दौड़, दौड़ रहे है और जब तक हम जीत न जाए तब तक हमें दौड़ना होगा। जीतने के लिए तैयारी, प्रशिक्षण, बलिदान और अपने विरोधियों को पीछे छोड़ने की इच्छा होनी चाहिए। इसमें अक्सर बार–बार गिरने और बार–बार उठकर दौड़ को जारी रखने की ज़रूरत है।

कभी भी हार न माने

पौलुस कहते है कि हम सब एक दौड़, दौड़ रहे है और जब तक हम जीत न जाए तब तक हमें दौड़ना होगा। जीतने के लिए तैयारी, प्रशिक्षण, बलिदान और अपने विरोधियों को पीछे छोड़ने की इच्छा होनी चाहिए। इसमें अक्सर बार–बार गिरने और बार–बार उठकर दौड़ को जारी रखने की ज़रूरत है। चाहे हमें किसी भी विरोधी का सामना क्यों ना करना पड़े।

1921 में पीटर काईन ने एक आदमी के दिल को छू लेने वाली कहानी लिखी जो कभी भी हार न मानने के मतलब को जानता था। *द गो–गेटर* एक ऐसी कहानी है जो आज भी लोगों को प्रोत्साहित करती है। मैं इस कहानी के छोटे से सारांश को आप सब के साथ बाँटना चाहती हूँ।

बिल पेक प्रथम विश्व युद्ध के बाद, एक पैर, बिना दाएँ हाथ के और दस स्वस्थ लोगों से भी दृढ़ आत्मा के साथ घर वापस आते है। रिक्स लोगिंग और लम्बरिंग कम्पनी में दो बार साक्षात्कार देने के बाद भी उसे नौकरी में नहीं लिए जाने पर, वह कम्पनी के संस्थापक ऑल्डे रिक्स से बात करते है, और वह उनसे विनती करते है कि वह बाकि के सदस्यों से उसे एक मौका देने को कहें।

''मैं चाहता हूँ कि आप बाकी मुख्यों से बातें करें और मुझे एक नौकरी दिला दे।'' बिल ने अपने मालिक से कहा ''मुझे बिलकुल भी चिन्ता नहीं कि मैं जो, करने जा रहा हूँ वह क्या है, पर मैं उसे कर सकता हूँ। यदि मैं उसे कर सकता हूँ तो मैं उसे बेहतर तरीके से भी कर सकता हूँ और यदि मैं वह नहीं कर सकुँगा तो मैं उसे छोड़ दूँगा ताकि आपको मुझे नौकरी से निकालने का कष्ट न करना पड़े।''

जिस आदमी को उसने अपनी कम्पनी के कामों को सौंपा था उसके निर्णयों में दखलअंदाज़ी देने में बिलकुल इच्छुक न होने के बावजूद भी, ऑल्डेन उस जवान अनुभवी सैनिक से प्रभावित हो गए थे। बिले की बेचैनी की योग्यता की वह तारीफ़ करने लगे, और जब उसे नौकरी न देने पर बिल की सरल और समानशील स्वभाव से दुगुना प्रभावित थे। ऑल्डेन अपने दाएँ हाथ, श्रीमान स्किन्नर को मनाते है कि वह बिल को नौकरी दे दें, पर इस चेतावनी के साथ कि उसे सिर्फ़ तीन बार मौका दिया जाएगा और नहीं।

''मैं नौकरी के लिए कब आऊँ, श्रीमान?'' उसने पूछा और दोपहर से ही उसने काम शुरू कर दिया।

पर बिल के लिए उसका काम अलग कर दिया गया था। श्रीमान स्किन्नर ने, व्यक्तिगत तौर से ऑल्डेन रिक्स को सलाह दी कि, वे उन्हें उसका काम दे दें, एक प्रकार का ''भद्दा, रेशेदार, गीला और भारी'' लकड़ी को बेचने का काम दे, जो कटने के कुछ ही देर बाद ''एक प्रकार के नेवले जैसा बदबू छोड़ता है''। वह एक ऐसी लकड़ी है जिसे बहुत कम लोग खरीदते है, और श्रीमान स्किन्नर को भरोसा था कि वह उस नए आदमी को जल्द से जल्द काम छोड़ने पर मजबूर कर देगा क्योंकि वह उसे बेच नहीं पाएगा। पर बिल इस सब कठिन कार्य को सलामी देता है और अपने खास अंदाज़ में जवाब देकर इसे स्वीकार करता है ''यह काम हो जाएगा''।

दो महिने निकल जाते है और बिल के बारे में कुछ पता नहीं चलता, जिसे उथाह, एरिजोना, न्यू मेक्सिकों, और टेक्सस के भागों में भेजा गया था ताकि उस लकड़ी को वह उन क्षेत्रों मे बेच कर पैसा कमा सके। बिल के बारे में कुछ पता नहीं चल रहा था पर लकड़ियों की माँग लगातार आती रही। सॉल्ट लेक सिटी के लिए ''दो ट्रक लार्च के खुरदुरे तख्ते'' और एक ट्रक भर के स्कंक के साफ़ सुधरे तख्ते किसी भी लम्बाई और किस्म के, जिसकी कीमत श्रीमान स्किन्नर द्वारा निर्धारित की गई कीमत से अधिक, और उसे ऑगडेन की एक कम्पनी तक पहुँचाना है जिससे संबंध बनाने की कोशिश स्किन्नर ने कई वर्षों

तक की और असफल रहे। जब बिल टेक्सस पहुँचे, स्कंक की लकड़ियों की माँग इतनी तेज़ी से बढ़ने लगी कि श्रीमान स्किन्नर ने बिल से दूसरी अच्छी लकड़ी जैसे डौगलस फिर और रेडवुड को बेचने की तरफ़ ध्यान केन्द्रित करने को कहा।

जिस वक्त बिल ऑफिस में पहुँचे, उसने सबसे अच्छे सेल्समेन को पीछे कर दिया और अपनी सफलता की वजह से सबसे ज़्यादा तनख्वाह पाने लगे। ऑल्डेन रिक्स ने निर्णय लिया कि शायद बिल अगली परीक्षा के योग्य है। श्रीमान स्किन्नर को इस बात से खुशी थी, जिसे इस बात का यकीन था कि इस बार बिल ज़रूर असफल हो जाएगा और अच्छा है कि वेतन भुगतान सूची से उसका नाम काट दिया जाएगा।

ऑल्डेन रिक्स ने बिल को बुलाया और उससे पूछा कि युद्ध के जवान अनुभवी सैनिक को उसके लिए संदेश वाहक का काम करने में कोई ऐतराज़ तो नहीं। ऑल्डेन ने एक दुकान की खिड़की में नीले रंग का एक फुलदान देखा था और वह चाहते थे कि बिल वह फुलदान खरीद कर लाए ताकि वह उस शाम अपनी बेटी की शादी की सालगिरह में उसे भेंट कर सके।

पर ऑल्डेन रिक्स ने जहाँ कहा था दुकान वहाँ नहीं थी। जब बिल ऑल्डेन से फोन के ज़रिए बात नहीं कर पा रहे थे, तो उसने चलकर तलाशी की और कई दूर चलने के बाद आखिरकार उसने उस दुकान को ढूँढ लिया, जो शाम के वक्त बंद हो गई थी। पर उस दुकानदार का नाम दरवाज़े पर लिखा था, और बिल लगातार फोन की पुस्तिका से नम्बर निकाल कर फोन करते रहे, और जितने भी बी.जॉनसेनस् की सूची थी उन्हें वह बुलाने लगे। आखिरकार उसने सही व्यक्ति से बात की, जिसने उसे अपने सहायक का नम्बर दिया और वह सहायक उसे दुकान पर मिलने आया।

पर उस फुलदान का दाम बहुत ऊँचा था–दो हज़ार डॉलर–और वह सहायक चेक लेने से मना कर रहा था। अपने वायदों पर दृढ़ होने की वजह से, बिल श्रीमान स्किन्नर को फोन लगाते है, जो किसी भी प्रकार की मदद करने को तैयार न थे। बिल उस फुलदानी को खरीदने का अलग रास्ता अपनाने पर मजबूर हो गए, और उन्होंने अपनी एक खास अंगूठी को प्रतिभूति के रूप में जमा किया।

उस फुलदानी को आखिरकार खरीदने के बाद, वह रेल्वे स्टेशन की ओर तेज़ी से जाने लगे जहाँ वह ऑल्डेन रिक्स से मिलने वाले थे। ट्रेन उस स्टेशन से कई घण्टों पहले ही जा चुकी थी, इसलिए बिल अपने पायलेट दोस्त को ढूँढते है और रेलरोड का पीछा करने को कहता है। वहाँ बिल बैठकर इंतज़ार

करते है। जब वह ट्रेन को आते देखते है, वह रविवार के अखबार को टार्च से लपेट कर उसे जलाते है और झण्डे की तरह लहराते है। वह उस ट्रेन को रोकने पर मज़बूर करता है और गाड़ीवाले को उस गाड़ी पर चढ़ाने के लिए मना लेते है। हालांकि उसे देर हो गई थी, वह उस फुलदानी को अचंभित ऑल्डेन रिक्स तक पहुँचा दिया था, जो उस थके हुए आदमी को यह समझाता है कि यह फुलदानी उसकी ''जाओ जाकर पाओं की सबसे बड़ी परीक्षा थी''।

''यह एक ऐसा काम था जिसे उससे पहले कई लोगों ने इन रूकावटों के पहले लक्ष्य को देखकर ही वापस लौट गए थे''। ऑल्डेन रिक्स ने कहा ''तुमने सोचा कि इस कमरे में दो हज़ार डॉलर के फुलदानी को लाया है, पर हमारे बीच की बात है तुमने जो लाया है वह शांघाई मेनेज़र के दस हज़ार डॉलर का पद है।''

यह दिल को छू लेने वाली कहानी है! क्या आपको प्रोत्साहित नहीं करती? क्या यह आपको इस बात का निश्चय नहीं देती कि अपने जीवन की चुनौतियों को पूरा करें? मुझे इस कहानी की सबसे खास बात यह लगी कि बिल कभी भी हार मान सकता था। वह उस दुकान में टूट सकता था, या वह घर वापस लौट सकता था। पर उसने ईमानदारी, उपलब्धता और दृढ़ता का उपयोग कर अपने काम को पूरा किया। उसने कभी हार न मानी। कायर हार मानते है, पर आत्मविश्वासी और साहसी काम खत्म करते है।

जीतने वाले हमेशा प्रथम स्थान पर नहीं होते, पर वे अपना काम पूरा करते है। इस बात को महसूस करने के बाद कि ट्रेन छूट गई है, बिल आसानी से यह कह सकते थे कि ''बहुत हो गया, मैंने कोशिश की और मैं हार गया।'' पर ऐसा नहीं था—और अपनी उपलब्धी के बदले उसने एक प्रतिष्ठित और अच्छी तनख्वाह वाली नौकरी को जीता!

क्या आप इस वक्त हार मानने के लिए उतावले हो रहे है? ऐसा न करें! अपनी चुनौतियों को पूरा करने से आत्मविश्वास का निर्माण होगा। आपको खुद पर भरोसा होने लगेगा, और यह सबसे ज़रूरी है।

जब आप हमेशा सरल रास्ता चुनते है, आपके विवेक में हलचल मच जाती है। आप उसे नज़रअंदाज़ करने की कोशिश कर सकते है, पर आपका विवेक आपसे कहता रहेगा कि आपने अच्छा काम नहीं किया है।

अतः जब आप ऐसे निर्णयों का सामना करते है जो आपको परेशान या थका देता है, जो अपनी योग्यता पर भरोसा रखें कि आप सफलता को देखेंगे। और इस बात को दोहराते रहिए जिसे बिल कहता रहता था ''यह काम हो जाएगा!''

जीतने वाले हमेशा प्रथम स्थान पर नहीं होते परंतु उन्हे अपनी दौड़ को पूरी करनी पड़ती है। क्या आप इस वक्त हार मानने के लिए उतावले हो रहे है? नहीं! अपनी दौड़ को पूरा करने से आप में आत्मविश्वास बढ़ेगा। आप खुद पर भरोसा करने लगेंगे जो की आवश्यक है। जब हम एक फैसला करते है तो हमारे मन में हमें पता चल जाता है कि यह सही फैसला नहीं है। यह हमारे ह्रदय को दुखी करता है चाहे हम इसे नज़रअंदाज़ करे पर हम अपने ह्रदय में जानते है कि हमने अच्छा काम नहीं किया है।

दोष–भावना आत्मविश्वास को बहा ले जाती है

मैंने अपने अनुभव से सीखा है कि अपराध बोध आत्मविश्वास के बहाव में रूकावट बनता है। आत्मविश्वास का मतलब परमेश्वर पर भरोसा रखना और यह विश्वास करना है कि इसलिए की वह हमारे साथ है, हम जो काम करना चाहते है उसमें सफल होंगे। बहरहाल, यदि हम खुद को अपराधी समझेंगे तो साहस के साथ उसकी मदद कि आशा करने की तुलना में उससे दूर होते जाएँगे। ज़िन्दगी की चुनौतियों का सामना करने की अपेक्षा हम हार मान जाएँगे क्योंकि हमें खुद के बारे में बुरा लगता है।

एक महिला जिसे हम स्टेफनी नाम से पुकारेंगे, सुना कि एक कम्पनी में एक पद खाली है और वह उसके लिए आवेदन जमा करना चाहती थी। उसे अधिक धन कमाने की ज़रूरत थी और उसे यह विचार पसंद आया और पदोन्नति का गौरव भी। स्टेफनी ने अपने प्रमुख से पूछा कि क्या वह इस नए नौकर के लिए साक्षात्कार दे सकती है और अगले दिन उससे तैयार होने को कहा गया। रात भर स्टेफनी को कोई बात चिन्तित कर रही थी, उसे नहीं पता था कि वह बात क्या है। पर उसे अस्पष्ट डर था कि उसे वह नौकरी नहीं मिलेगी। अगले दिन जब साक्षात्कार का समय आया, तो वह आवेदन जमा करने से भी कतरा रही थी। उसका आत्मविश्वास गायब हो गया और वह अपने प्रमुख के सवालों का जवाब देने की भी इच्छुक न थी। साक्षात्कार के दौरान, यकिनन वह खुद के बारे में निश्चित न थी। जब उनसे पूछा गया कि उन्हें विश्वास है कि वह नौकरी उन्हें मिलेगी, तो उसने जवाब दिया, ''मैं आशा करती हूँ।'' जिस पल उसके प्रमुख ने समझ लिया कि स्टेफनी में आत्मविश्वास की कमी झलक रही है, उसने उस पर से अपना भरोसा खो दिया, और जल्द से जल्द उस साक्षात्कार को खत्म कर दिया। स्टेफनी को काम के दौरान एक सूचना मिली कि उस पद पर किसी और को नियुक्त कर दिया गया है।

स्टेफनी के साथ जो हुआ था उस विषय पर वह प्रार्थना करने लगी। क्यों वह अचानक खुद को अस्थिर समझने लगी थी? कुछ देर तक अपनी आत्मा की खोज करने और प्रार्थना करने के बाद कुछ महिने पहले उसके साथ घटी कुछ बात उसे याद आने लगी। वह काम के दौरान फिजुल में व्यक्तिगत फ़ोन कॉल कर रही थी जो कम्पनी के नियम के विरूद्ध था। जब उसने ऐसा किया था तो उसके विवेक ने उसे परेशान कर दिया था पर उसने यह सोचा कि कम्पनी मुझे अधिक तनख्वाह नहीं देती और ऐसा करने में कुछ गलती नहीं। जब उसके प्रमुख वहाँ नहीं होते थे तो वह मध्यावकाश में लम्बे समय तक बाहर रहती थी। एक बार उसके आत्मविश्वास ने उसे परेशान किया पर उसने खुद से बहाने बनाए और ऐसा करती रही। बाइबल कहती है कि तर्क हमें छल की ओर ले जाती है और यह सच्चाई के विपरीत होता है। सच्चाई तो सादा और सरल थी। स्टेफनी ने गलत काम किए थे! कोई भी तर्क और बहाने उसे बदल नहीं सकते। वह अपनी कम्पनी से चुरा रही थी और हालांकि उसने अपने विवेक को नज़रअंदाज़ करने की कोशिश की, पर दिल की गहराई में उसे अपने कामों की वजह से अपराधी होने का एहसास हो रहा था। अब उसे समझ में आ गया था कि क्यों वह उस पद का आवेदन जमा नहीं कर पा रही थी। उसने सीखा की आत्मविश्वास और दोषारोपण दोनों एक साथ अच्छे से काम नहीं कर सकते है।

यदि आप आत्मविश्वास और आश्वासन के साथ आगे बढ़ना चाहते है और अपना सिर ऊँचा रखना चाहते है, तो परमेश्वर और मनुष्य के सामने अपने विवेक को साफ़ रखने में लगे रहे।

जब आप जानते हैं कि आपको बढ़ते रहना है और फिर भी यदि आप हार मान जाते है तो यह आपके विवेक को परेशान कर सकता है। परमेश्वर ने अपनी पवित्र आत्मा इसलिए नहीं दी कि हम डर के बंधन में रहे। उसने हमारे जीवन में अपनी आत्मा की ताकत को इसलिए नहीं भेजा ताकि हम कमज़ोर–इच्छा शक्ति वाले नरम और जब परिस्थिती कठोर हो जाए, तो हम ऐसे व्यक्ति न बने जो हार मान जाएँ। याद रखें, परमेश्वर ने हमें भय की नहीं पर सामर्थ्य, और प्रेम संयम की आत्मा दी है। (2 तीमुथियुस 1:7)

विरोध तो हमेशा होता रहेगा

मेरी सेवकाई की शुरूआत में, परमेश्वर ने मुझे एक सपना दिखाया। उस सपने में, मैं रोड पर गाड़ी चला रही थी और मैंने ध्यान दिया कि बहुत सी कार वापस जा रही थी। कुछ खड़े थे और दूसरे वापस जाने के लिए अपनी गाड़ी

को मोड़ रहे थे। मैंने सोचा कि शायद आगे कोई मुसीबत होगी पर वह क्या है यह पता नहीं चल रहा था। जैसे ही मैं साहस के साथ आगे बढ़ती गई मैंने एक पुल को देखा जिसके ऊपर से नदी का पानी बहने लगा था। मैंने महसूस किया कि जो लोग कार में थे उन्हें डर था कि कही उन्हें चोट न लग जाए या कहीं और न पहुँच जाए और वे वापस आने योग्य न रहे। मेरे सपने के आखिर में मैंने खुद को अपनी कार में बढ़ता हुआ और पानी से भरे पुल की तरफ़ देखता हुआ पाया, जहाँ मैं पहले से थी, और रोड के किनारे रूक कर यह निर्णय लेने की कोशिश कर रही थी कि मुझे गाड़ी को खड़ी करनी चाहिए, पीछे हटना चाहिए या आगे बढ़ते रहना चाहिए। तब मैं जाग गई।

परमेश्वर ने इस सपने द्वारा मुझे यह दिखाने की कोशिश की कि जब हम लक्ष्य की ओर बढ़ते है तो बहुत से विरोधियों का सामना करना पड़ता है। कई बार हमें गाड़ियों को खड़ा करने का मौका मिलेगा और आगे न बढ़ने का, या वापस लौट जाने का और हार मानने का। हर बार निर्णय लेने का काम मुझ पर निर्भर था कि यदि मैं हार मानूँगी या आगे बढ़ूँगी। उसने सपने में कई बार मेरी मदद की ताकि जब मुसीबतें आए तो भी मैं आगे बढ़ती रहूँ और हार मानने के प्रलोभन में न फँसू। मैंने निर्णय लिया है यद्यपि मैं हमेशा वह फल मिले जिसकी मैं कामना करती हूँ, पर मैं हार नहीं मानूँगी! दृढ़ता आपको आपके गुणों से अधिक आगे बढ़ाएगी। अतः यदि आपको लगता है कि आप में गुणों की कमी है, हिम्मत बाँधे। आपको सिर्फ़ इतना ही करना है कि आप दुनिया के किसी भी व्यक्ति से अधिक दृढ़ निश्चयी बने।

■ *अध्याय – 16* ■

साहसी स्त्री बने

हम सभी लोग कभी न कभी साहसी बनने की चाह रखते है। ज़रा उस साहस के बारे में सोचिए, जो मूसा की माँ जोकिबेद में था। उसने सभी इब्री बालकों को मारने की फिरौन की आज्ञा को न माना और अपने बच्चे को टोकरी में डालने, प्रार्थना करने और परमेश्वर पर पूरी तरह से भरोसा रखने से पहले उसे तीन महीने तक छुपा कर रखा था। उसकी बेटी मरियम ने अपने साहस का प्रदर्शन किया जब उसने अपने भाई की छोटी सी नाव को फिरौन के बेटे के पास बहते हुए देखा। छुपने के बजाए, या डर कर भागने के बजाए, वह साहस के साथ राजकुमारी के पास गई और उस बच्चे की देखभाल करने के लिए एक इब्री स्त्री (मुसा की माँ) को लाने का प्रस्ताव रखा।

साहस का मतलब है बहादुर वीर और योद्धा होना। यह एक ऐसा गुण है जिसे हमने जोकिबेद और मरियम के उदाहरण में पाया जो लोगों को खतरों और मुश्किलों का सामना दृँढता और प्रतिज्ञा के साथ करने का मौका देता है।

हम सब को साहस की ज़रूरत है। साहस परमेश्वर की ओर से आता है जबकि डर एक ऐसी चीज़ है जो शैतान हमें देना चाहता है। जब तक माँ ने परमेश्वर के साथ एक मज़बूत रिश्ते का निर्माण नहीं किया तब तक मैं हमेशा डरती थी। मैं डरने का छल नहीं करती थी, पर मैं डरती थी।

हमें बाइबल में यह मुहावरा देखने को मिलता है ''हिम्मत बाँधो''। साहस हमारे लिए उपलब्ध है, उसी तरह डर भी, पर हम डर को त्याग कर साहस का चुनाव कर सकते है।

> *मैंने ये बातें तुमसे इसलिए कही है, कि तुम्हें मुझ में शांति मिले! संसार में तुम्हें क्लेश होता है, परन्तु ढाढ़स बाँधो, मैंने संसार को जीत लिया है।* (युहन्ना 16:33)

यदि आपने इस वक्त वचन को ध्यान से नहीं पढ़ा है तो वापस जाइए और उसे पढ़े। प्रत्येक शब्द ध्यान से देखिए और उस पर ध्यान दीजिए ताकि यीशु

द्वारा कहे जा रहे इस वाक्य का पूरा अर्थ आप समझ जाएँ। वह हमसे कह रहे है कि हमारे जीवन में हमें कठिन परिस्थितियों, मुसीबतों और निराश करने वाली चीज़ों का सामना करना होगा पर चिन्ता और तनाव को इसके भागीदार बनने का मौका न दे क्योंकि उसने हमें साहस, आत्मविश्वास और दिलासा दिया है (यदि हम उसको स्वीकार करें)। चाहे कुछ भी हमारे विरोध में आए, यदि हममें यह आत्मविश्वास है कि हम इसे पार कर सकते है तो वह हमें अधिक परेशान नहीं करेगा। वास्तव में हमारी समस्याएँ हमें दुखी नहीं करती! वह तो हमारी प्रतिक्रिया पर निर्भर है।

जब परिक्षा और पीड़ाएँ हमारे जीवन में आती है, शैतान भय को प्रस्तावित करता है, पर परमेश्वर विश्वास, साहस और आत्मविश्वास को देता है। आप किसको स्वीकार कर रहे है? इस सवाल का जवाब आपकी कई निराशाओं की जड़ को प्रकट कर सकता है।

अय्यूब की पुस्तक यह बताती है कि जिससे हम डरते है वह हमारे उपर आ जाता है, (अय्यूब 3:25) यह एक सादा विचार है। शैतान भय देता है, और यदि हम उसे ले लेते है और उस पर ध्यान केंद्रित करते है और लम्बे समय तक उसके बारे में बातें करते है तो हम इससे सृजनात्मक सामर्थ्य प्रदान करते है।

युहन्ना 16:33 में उस के पदों में यीशु ने जो कहा उन बातों पर भी ध्यान दीजिए वह कहते है ''ढ़ाढस बाँध''। ध्यान दें कि उसने नहीं कहा ''ढ़ाढस को महसूस करों''। जैसा मैंने बार बार इस पुस्तक मे कहा है हम आत्मविश्वास का चुनाव कर सकते है चाहे हम उसे बिलकुल भी अनुभव न कर रहे हो। आज से ही हर परिस्थिती में आत्मविश्वासी बनने का चुनाव करें और आप डर को नरक की ओर ढकेलने लगेंगे क्योंकि वह कहीं से आया है। जब शैतान आपको डरा देने की कोशिश करता है, वह उसे वापस कर दे। यदि आपको कोई ज़हर दे तो आप उसे नहीं पीएँगे, क्यों? अतः डर को लेना बंद करें और साहस को चुने।

निराशा

जब मैं निराशा के बारे में सोचती हूँ, तो मेरे दिमाग़ में अन्यायपूर्ण आत्मा का विचार आता है, वह जो साहस का खात्मा करता है और परमेश्वर द्वारा दिए गए आत्मविश्वास से हमें वंचित करता है। यकीनन निराशा परमेश्वर की ओर से नहीं होती अतः वह शैतान द्वारा दी गई दूसरी भेंट है। परमेश्वर आशा देता है, शैतान निराशा देता है। वह दोहराने वाली परिक्षाओं और उग्रता द्वारा हमें

निराश करने की कोशिश करता है। वह ऐसे लोगों द्वारा हमे निराश करने की कोशिश करता है जो हमारा निमार्ण करने के बजाए हमें तोड़ देते है। नकारात्मक लोग हमें निराश कर सकते है।

आज मैंने 42—वर्ष के एक परिवार वाले आदमी के बारे मे सुना जो पीट दर्द की वजह से डॉक्टर के पास गया और पाया कि उसके शरीर के कुछ हिस्सों में कैंसर है। फिर भी उसकी आत्मा में ''जोश'' था और तब तक उसने अपने साहस को नहीं खोया था जब तक डॉक्टर ने उससे यह नहीं कहा कि ''अब कोई उम्मीद नहीं है'' कैसी मूर्ख भरी बात है। मुझे पता है कि डॉक्टरों को कानूनी तौर पर मरिज़ों से बिमारी की सच्चाई को बताना पड़ता है, पर उसे इस बात को कठोर तरीके से बताने की ज़रूरत नहीं थी। इसके अतिरिक्त, उम्मीद हमेशा होती है। जब परमेश्वर हमारा साथ दे तो कोई भी समस्या बिना उम्मीद की नहीं होती है।

ऐसे लोगों के साथ समय न बिताए जो आपको फाड़ देते है और किसी भी दृश्य का बेहतर रूप से वर्णन करते है। खुद कुर्सी पर खड़ी होकर दूसरों को उस पर चढ़ाने की कोशिश करने से अधिक आसान होता है कुर्सी पर खड़े होने पर दूसरे हमें खीचकर नीचे गिरा दे। हमें निराशा के खिलाफ़ हमेशा चौकन्ना रहना होगा।

प्रोत्साहन

वैलिंगटन के सामन्त, अंग्रेजी सेना के प्रमुख जिन्होंने वाटरलू में नेपोलियन को मात दी थी, उनके अधीन में काम करना आसान काम न था। वह अतिबुद्धिमान, माँग करने वाले थे और उनमें से एक नहीं थे अपने अधीन में काम करने वालो की तारीफ़ करते थे। फिर भी वैलिगंटन ने महसूस किया कि उसके तरीके में किसी चीज़ की कमी ज़रूर है। उनके बूढ़ापे में एक जवान लड़की ने उनसे पूछा कि क्या ऐसा कुछ है जिसे वह अलग तरह से करना चाहेंगे यदि उन्हें फिर से जीवन जीने का मौका मिल जाए तो। वैलिंगटन ने कुछ पल के लिए सोचा और फिर जवाब दिया उन्होंने कहा ''मैं दूसरों की ज़्यादा तारीफ़ करूँगा।''

हम सब को प्रोत्साहन की ज़रूरत है। वह एक ऐसा औज़ार है जो हमारे आत्मविश्वास को बढ़ावा देता है और साहस करता है आत्मा या ताकत के साथ

काम करने के लिए प्रोत्साहित करता है। और हमारी ज़रूरत तो यही है! हमें ऐसे लोगों की ज़रूरत नहीं जो हमें निराश करें बल्कि हमें ''प्रोत्साहित करने वालों'' की ज़रूरत है। बाइबल हमें यह शिक्षा देती है कि हम एक दूसरे को प्रोत्साहित करें और नैतिक विकास करें।

यदि एक किसान टमाटर का बीज लगाएगा, तो वह टमाटर की उपज पाएगा। यदि हम दूसरों के दिलों में प्रोत्साहन का पौधा लगाएँगे, तो हम खुद के जीवन में प्रोत्साहना की उपज पाएँगे।

> *इस कारण एक दूसरे को शांति दो*
> *और एक दूसरे की उन्नति का कारण बनो* (1 थिस्सलुनिकियों 5:11)

क्योंकि हम सब अपनी दौड़ और लक्ष्य को पाने के दौरान कठिन परिस्थितियों का सामना करते है, हम सब को प्रोत्साहन की ज़रूरत है। जितना अधिक हमें मिलेगा, लीक पर बने रहना उतना ही सरल हो जाएगा और तनाव और निराशा में गुज़ारे दिनों और हफ़्तों को नज़रअंदाज करे। जो मुझे चाहिए या जिसकी मुझे ज़रूरत है उसे पाने का एक सबसे अच्छा तरीका है कि उनमें से कुछ को देते रहो। परमेश्वर का वचन हमें सिखाता है कि जो बोता है वही काटता हैं। यदि एक किसान टमाटर का बीज लगाएगा, तो वह टमाटर की उपज पाएगा। यदि हम दूसरों के दिलों में प्रोत्साहन का पौधा लगाएँगे, तो हम खुद के जीवन में प्रोत्साहना की उपज पाएँगे।

जब हम दूसरों के लिए किसी काम को संभव करेंगे, तो परमेश्वर हमारे कामों को सफल करेगा। क्या आपने कभी खुद को यह आशा करते हुए पाया है कि काश आपको अधिक प्रोत्साहन मिलता, शायद आपके परिवार, या आपके दोस्तों या फिर आपके बॉस को कितनी बार आप दूसरों को प्रोत्साहित करते है? यदि आप इस बात से निश्चित नहीं है, तो अभी से अतिरिक्त प्रयास करना शुरू कर दीजिए। आप एक ज़रिया बन सकते है जिसका उपयोग परमेश्वर कुछ लोगों की सफलता की ओर आत्मविश्वास में बढ़ते रहने में उपयोग कर सके ताकि वे हार मान जाएँ। क्या आपको पता है कि पवित्र आत्मा को ''प्रोत्साहक'' भी कहा जाता हैं? यूनानी शब्द पारक्लीटोस का अनुवाद पवित्र आत्म शब्द में किया गया है और उसकी परिभाषा में चैन देने वाला, नैतिक विकास करने और प्रोत्साहित करने वाला भी शामिल हैं पवित्र आत्मा के ज़रिए यीशु ने आराम देने वाले, मदद करने वाले, ताकत देने वाले को भेजा है और उसने उसे हमारे साथ करीब संगती बनाने के लिए भेजा है। वह उनके अंदर रहते है जो प्रभु यीशु पर विश्वास करते है और आप इससे अधिक उसके पास नहीं जा सकते। परमेश्वर

आपको अपनी पवित्र आत्मा द्वारा प्रोत्साहित करें। वह आप से यह कभी भी नहीं कहेगा कि आप जीत नहीं पाएँगे। वह कभी भी नहीं कहेंगे कि आपकी समस्या की कोई उम्मीद नहीं बची है।

ज़रूरत पड़ने पर परमेश्वर हमें सुधारता और ताड़ना देता है, पर साथ ही साथ वह हमें प्रोत्साहित भी करता है। इसी तरह हमें अपने बच्चों को बड़ा करना चाहिए। वास्तविकता तो यह है कि पौलुस ने कुलुस्सियों के लिए लिखी गई पत्री में यह लिखा था कि बच्चे वाले, अपने बालकों को तंग न करो, जिससे वह निराश हो जाए, न कि उन्हें छोटा महसूस कराओ, और न उन्हें निराश करो उनके दिल को भी न तोड़ो (कुलुस्सियों 3:21)। यदि परमेश्वर सांसारिक पिता को ऐसी शिक्षा दे सकता है, तो वह अपने बच्चों से भी ऐसा ही बर्ताव करेगा।

इसलिए कृपया याद रखें कि जब निराशा किसी भी जरिए से आती है, तो वह परमेश्वर नहीं जो उसे आपके रास्ते भेज रहा है! तुरन्त उसका तिरस्कार करे और यदि आपके पास प्रोत्साहन का कोई भी स्त्रोत नहीं, तो वह करे जो दाऊद ने किया था। बाइबल कहती है कि दाऊद ने प्रभु में खुद को प्रोत्साहित किया। जब आपको यह एहसास होने लगता है कि आप अपना साहस खो रहे है, तो खुद से बातें कीजिए! खुद से कहिए कि आपने पिछली कठिनाईयों को पार कर लिया है और दुबारा आप ऐसा ही करेंगे। खुद को बीती हुई सफलताओं को याद दिलाइए। आशीषों की सूची बनाईए और जब भी आप खुद को भावनात्मक रूप से डूबता हुआ पाए तो उन आशीषों को ज़ोर से बार–बार पढ़े।

एक और तरीका जिसके द्वारा आप खुद को प्रोत्साहित कर सकते हैं वह है असाधारण साहसिक कहानियों को पढ़ना। जब आप देखेंगे जो दूसरों ने किया, तो वह आपको प्रोत्साहित करेगा जिसकी वजह से आप वह कर पाएँगे जिसको आपको करने की ज़रूरत है।

असाधारण साहस

हम उन लोगों द्वारा प्रेरित होते है जिनमें असाधारण साहस होता है। वे हमारे अंदर के सर्वोत्तम को बाहर लाने में मदद करते हैं। जब हम दूसरों की कहानी सुनते है, वह हमें उसी काम को करने के लिए प्रेरित और प्रोत्साहित करती है। यह कुछ कहानियों का संग्रह है जिससे हम अर्न्तज्ञान प्राप्त कर सकते है। मैं

आशा करती हूँ कि जिस तरह इन कहानियों ने मेरी मदद की वैसे ही वह आपकी भी मदद करें।

सभी लोगों ने मौत के लिए मत डाला

युद्ध के समय में एक जापानी पुलिसवाला जिसके पास संपूर्ण ताकत थी, उसने कहा तीन दिन के अंदर किसी फोरमोसन पहाड़ के गाँव के लोगों से पुलिस थाने में जाकर मसीह के खिलाफ़ कसम खाने की माँग रखी गई थी, नहीं तो फिर उसके हाथ और पैर बाँध दिए जाएँगे और उसे पत्थर से बाँध दिया जाएगा और पहाड़ के ऊपर से नीचे फेंक दिया जाएगा जहाँ बहुत तेज़ी से एक नदी बहती है।

आधी रात को सब इसाई एकत्रित हुए और सोच विचार करने लगे। कुछ लोगों ने कहा कि ''हमें हार मान लेनी चाहिए। अब ईसाई बने नहीं रह सकते। वह हमें ज़रूर मार डालेगा।''

तब एक जवान लड़का खड़ा हुआ। ''पर क्या तुम्हें याद नहीं जो यीशु मसीह ने कहा था कि तुम उनसे मत डरो जो सिर्फ़ शरीर का घात कर सकते है, पर उससे डरो जो तुम्हारे शरीर और आत्मा दोनों का घात कर सकता है? यदि वह हमें मार डाले, तो हमारा शरीर ही तो मरेगा। हमारी आत्मा तो यीशु के साथ मिल जाएगी।'' उन सब ने कहा, ''यह तो सच है''। जब चुनाव किया गया, सभी लोगों ने हाथ उठाया—सभी लोगों ने मौत के नाम मत डाला। अगले दिन वह पुलिसवाला दुष्टों की तरह हँसने लगा और उसने कहा ''कल तुम सब मर जाओगे।''

उस पुलिसवाले को मछली पकड़ना अच्छा लगता था और वह नदी की ओर चल पड़ा। एक पत्थर या पेड़ पानी के बहाव की वजह से ज़ोर से बहते हुए उसके पैर में फँस गया और उसका पैर तोड़ दिया। पहाड़ी लोग जब प्रार्थना कर रहे थे तब एक संदेशवाहक ने आकर उन्हें यह संदेश दिया कि ''वह इंसान कल तुम्हें मारने वाला था, वह नदी में डूब गया है''।

क्या यह कोई संयोग वश है? मुझे नहीं लगता। जब गाँव वालों ने डर के बजाए वीरता को चुना, परमेश्वर पर उनके विश्वास ने छुटकारे का एक दरवाज़ा खोल दिया। परमेश्वर ही ऐसा करता है कि जिस नदी में दुश्मन ने उन्हें डुबा कर मारने की कोशिश की उसी नदी में उसकी मौत हो गई। जब हम विश्वास

और आत्मविश्वास के साथ आगे बढेंगे, तो शैतान का वार उसी पर लौट जाएगा।

धमकी का सामना करना

> *सेवंत रोड़ द्वीप पलटन के कर्नल ने, दो देशों के बीच के युद्ध में, अपने जवानों के बीच बहुत ही बदनाम हो गए थे। उसे यह सूचना मिली कि अगले मुठभेड़ में उसके पलटन के लोग उस पर गोली चलाने का मौका ढूँढेंगे। जब उसने यह सुना, उसने अपने आदमियों को अपनी बंदूकों को साफ़ करने के लिए प्रयास करने को कहा, और मिट्टी के तट के ऊपर खड़े होकर और अपने पलटन के सामने खड़े होकर, उन्होंने आदेश दीया ''तैयार! निशाना लगाओं! गोली चलाओं!'' कोई भी आदमी बिना पकड़े जाने से खतरे के उस कर्नल को मार सकता था, पर हर सिपाहियों ने शानदार साहस की प्रशंसा की, और जिसने भी उसे मारने की योजना बनाई थी उसने ऐसा नहीं किया।*

यह कर्नल इस डर की पीड़ा में जी सकता था कि शायद किसी भी पल उसके आदमी उस पर गोली चला सकते हैं बल्कि, उसने इस धमकी से आमना–सामना करने का चुनाव किया और एक बार फिर हमें यह देखने को मिला कि साहस की जीत होती है।

हमें धमकियों से नहीं डरना चाहिए। शैतान बुरे हादसों के होने के विचारों द्वारा हमें धमकियाँ दे कर डराना पसंद करता है। यदि हम साहस के साथ धमकियों का सामना करेंगे तो, अक्सर दुश्मन पीछे हट जाएँगे। बदमाश लोग सिर्फ़ उन्हें सता सकते है जो उनका सामना नहीं करते। चाहे किसी भी प्रकार की धमकी क्यों न हो वह हमें परमेश्वर के प्यार से जुदा नहीं कर सकती है।

इस पुस्तक को रखने के बाद यदि कुछ ऐसी बात है जो आपसे चिपकी हुई है, तो कृपया यह याद रखें, क्या होगा इस डर में अपना जीवन न गुज़ारे। शायद आपने नौकरी से छुट्टी मिलने की धमकी सुनी होगी, या स्टॉक मार्केट में गिरावट, या डॉक्टर ने आपको कोई बुरी खबर दी होगी। यह सारी बातें बदलाव का एक विषय बन सकती है। पर पल भर में परमेश्वर आपकी परिस्थिती में बदलाव ला सकता है! आशावान रहे और आप पाएँगे कि जितना आपने सोचा वह उतना ताकतवर नहीं है। याद रखें, साहस का मतलब भय की अनुपस्थिती नहीं, पर उसकी उपस्थिती में कुछ कर दिखाना है। जहाँ भय

उपस्थित नहीं वहाँ साहस नाम की कोई चीज़ भी नहीं पाई जाती। एक महान स्त्री भय को खुद पर प्रभुता करने, नहीं देती। वह साहस के साथ उसके चेहरे पर देखती है और परमेश्वर के साथ खड़े होकर वह उसे घूर कर गिरा देती है।

एक महान स्त्री भय को खुद पर प्रभुता करने, नहीं देती। वह साहस के साथ उसके चेहरे पर देखती है और परमेश्वर के साथ खड़े होकर वह उसे घूर कर गिरा देती है।

संकट में होने पर भी साहसी होना

पॉल पारट्रीज चिकागो के उपनगर में रहते है। 1966 में वियतनाम के एक खदान में उसने अपने दोनों पैर खो दिए। वह एक औरत के गली के उस पार रहता था। एक दिन पूरा ज़ोर लगाकर वो औरत चीख रही थी ''मेरा बच्चा! मेरा बच्चा!'' कुछ गड़बड़ी की आशंका होने की वजह से उस अनुभवी सिपाही और उसकी पत्नी अपने घर से निकल पड़ी – वह व्हीलचेयर में और उसकी पत्नी दौड़ती हुई। साठ खड़्डों से भरे रास्तों को पार कर, वह व्हीलचेयर रूक गया। उसने खुद को उसी व्हीलचेयर से निकाला और स्विमिंग पुल के फर्ष के चारों ओर खुद को घसीटता हुआ ले गई। उसमें एक छोटी लड़की पड़ी थी। उसकी माँ ने उसे पुल से निकाला था जहाँ उसने उसे मरा हुआ पाया उसकी धड़कन रूक गई। पारट्रिज ने उसे साँस देने की कोशिश की और उससे बात करने लगी। ''छोटी लड़की तुम जीओगी। तुम यह कर सकती हो। मैं जानती हूँ कि तुम यह कर सकती हो।'' अचानक वह बच्ची साँस लेने लगी, और डॉक्टर को उसके इलाज के लिए बुलवाया गया।

यही उदारता परमेश्वर ने इस मिट्टी में लगाई है जिसे हम शरीर कहते है। इसलिए उसने हमें स्वर्गदूतों से थोड़ा छोटा बनाया है दूसरों के लिए अपने जीवन में जोखिम उठाने की ताकत के साथ–जैसे इस हीरों ने अपने देश में किया, और जिसने बहुत ही महान वेदना और यातना के साथ एक छोटी सी बच्ची की जान बचाने के लिए खुद को साठ फीट तक घसीटा।

जब उस स्त्री ने मदद के लिए पुकारा तो पारट्रिज एक भिन्न चुनाव कर सकता था। वह केवल यह कह सकता था, ''मैं तो अपाहिज हूँ मैं उसकी मदद के लिए कुछ नहीं कर सकता''। और उनके यह कहने की वजह से, कोई उनके बारे में बुरा नहीं सोचता। सच्चाई तो यह है कि बहुत से लोग उससे सहमत होते। पर उसने बिलकुल उलटा किया क्योंकि वह एक ऐसे आदमी थे

जिसमें असाधारण साहस था। वह हमें प्रोत्साहित करते हैं कि बिना शिकायत किए हमें चुनौतियों का सामना करना चाहिए और खुद के बारे में ज़्यादा चिन्ता न करें और दूसरों की अधिक चिन्ता करें।

इसी प्रकार की दूसरी कहानी भी है:–

एक सुबह जब रे ब्लैकनशिप सुबह का नाश्ता तैयार कर चुके थे, उन्होंने खिड़की से झाँका और एक छोटी लड़की को देखा जो बाढ़ के साथ नाली में बहती हुई जा रही थी जो एण्डओवर, ओहियो उसके घर के पास से गुज़रता था। ब्लैकनशिप को यह पता था कि वह खाई आगे जाकर गायब हो जाती है और तेज़ी से रोड़ के नीचे पहुँच जाती है और मुख्य नाले में खाली की जाती है। रे तेज़ी से दरवाज़े से बाहर निकले खुद को उस बच्ची से आगे पहुँचाने की कोशिश में खाई के किनारे दौड़ने लगे। फिर उसने उस गहरे, हिला देने वाले पानी में खुद को ज़ोर से फेंका। ब्लैकनशिप उस बच्ची के हाथ को पकड़ने में सफल रहे। वे बार–बार लुढ़कते रहे। मुँह खोले हुए उस मुख्य नाले से तीन फीट की दूरी पर रे के खाली हाथ ने किसी वस्तु को महसूस किया– ''शायद एक चट्टान थी जो किसी तट से निकली थी। वह मज़बूती से उसमें लटके रहे, पर पानी की तेज़ धारा ने उन्हें फाड़ने की कोशिश की और बच्ची से अलग करने की कोशिश की। ''मदद मिलने तक काश मैं इसमें लटक पाता'' उन्होंने सोचा। उन्होंने इससे बेहतर किया। जिस समय अग्नि–शमन विभाग वाले वहाँ पहुँचे ब्लैकनशिप ने उस बच्ची को सुरक्षित जगह पर पहुँचा दिया था। दोनों को झटके का इलाज दिया गया। अप्रैल 12, 1989 में रे ब्लैकनशिप को कोस्ट गार्डस सिल्वर लाईफसेविंग मेडेल से सम्मानीत किया गया। वह पुरस्कार के योग्य थें, क्योंकि इस निस्वार्थ व्यक्ति की जान बहुत अधिक खतरे में थी। रे ब्लैकनशिप को तैरना नहीं आता था।

यदि हम व्यक्तिगत पीड़ाओं से बचने में व्यस्त न होते तो, भय हमारे जीवन पर राज़ नहीं करता। शायद हमें एक बार और सबके लिए खुद को परमेश्वर के हाथों में सौंपना चाहिए, यह कहते हुए कि जो हमारे साथ होगा वह उसकी परेशानी है, हमारी नहीं। जब हम दूसरों की मदद करते है तो हमारी खुशी बढ़ती है, पर यदि हम अपनी चिन्ता करते रहेंगे तो दूसरों के लिए मदद का हाथ नहीं बढ़ा पाएँगे।

दूसरों की परवाह करना

बारबरा माकूक ने नाज्जियों द्वारा कब्जा किए गए पोलैण्ड में यहूदियों की सहायता करने की इच्छा के लिए किमत चुकाई। उसने दो यहूदी लोगों को लड़कों के आवासिय विद्यालय में सुरक्षा देने के द्वारा सहायता की जहाँ पर वह शिक्षिका थी। एक जवान यहूदी लड़के के रूप में एक ने सफलतापूर्वक एक मसीही पोलिश बच्चे के छात्र के रूप में परीक्षा पास की। दूसरी एक महिला डॉक्टर थी जो विद्यालय की बावर्ची बन गई। यद्यपि वे एक छोटे से भवन में थोड़े से संसाधनो के साथ रहती थी, बारबरा और उसकी माँ ने सात साल की उस यहूदी बालिका की ज़िम्मेदारी को स्वीकार किया जो अपने निराश माँ के द्वारा छोड़ दी गई थी। उस छोटे से समूदाय के विरोध का भय होते हुए बारबरा ने उस लड़की को एक ऐसे स्थान के खतरनाक यात्रा पे ले गई जहाँ पर उसने उसे एक कॉन्वेन्ट विद्यालय के एक सुरक्षित शरण में दे दिया।

ल्वोव में, बारबरा अपनी बहन हेलिना के कार्य में शामिल हुई जो वह एक भूमिरत संस्था ज़ेगोटा में करती थी, जो छिपकर रहनेवाले पोलैण्ड के यहूदियों की सहायता के लिए बनाई गई थी। ज़ेगोटा के सन्देशवाहक के कार्य के दौरान बारबरा पकड़ी गई और परिणामस्वरूप कैद में डाली गई, पहली बार एक बुरे जेल में बाद में रावेन्सब्रक के ध्यान केन्द्र में जर्मानी में डाली गई। कैदखाने और कैंप में अपने वर्षों के दौरान बारबरा ने सहनशीलता और धैर्य की कठिन परीक्षाओं का सामना किया। उल्लेखनीय रूप से वह न केवल अपने जीवन को बचाने में सफल रही परन्तु अपने साथी कैदियों को भी बचा सकी।

बारबरा अपनी सुरक्षा की चिन्ता की होती और कुछ न करती। मुझे निश्चय है कि हज़ारों लोगों ने ऐसा ही किया। परन्तु वह एक ऐसी महिला थी जो असाधारण साहस रखती थी। उसने अपने जीवन को अन्य लोगों की खातीर खतरे में डाला और परिणामस्वरूप बहुत से जीवन बचाए गए।

मेरा जीवन एक प्रार्थना है

मेरी खौरी 17 वर्ष की थी जब लेबानान के गृहयुद्ध (1975–1992) के दौरान उसे और उसके परिवार को लेबानान के डामौर में और उनके घर में घुटनों पर खड़े होने के लिए बाध्य किया गया।

मुस्लिम आतंकियों के नेता ने जिसने उनके गाँव पर आक्रमण किया अपनी पिस्तौल को लापरवाहीपूर्वक उनके चेहरे के सामने घुमाया। मसीहियों के लिए उसकी घृणा उसकी आँखों में झलकती थी। ''यदि तुम मुस्लिम नहीं बनते हो'', उसने धमकी दिया, ''तुम को गोली मार दी जाएगी।''

मेरी जानती थी कि यीशु को भी ऐसा ही चुनाव दिया गया था। ''पापियों को बचाने की अपनी योजना को छोड़ दो, अन्यथा तुम क्रूस पर चढ़ा दिए जाओगे।'' उसने क्रूस का चुनाव किया।

मेरी का चुनाव भी ऐसा ही था। ''मैं एक मसीही के रूप में बपतिस्मा ली हूँ और उसका वचन मेरे पास आया, 'अपने विश्वास का इनकार मत करो।' मैं उसकी आज्ञा का पालन करूँगी। आगे बढ़ो और गोली मारो।'' उसके पीछे बन्धुक की आवाज़ आई और घाटी में गूंज गई और मेरी का शरीर ज़मीन पर गिर पड़ा।

दो दिन बाद उसके गाँव में रेडक्रॉस वाले आए। उसके संपूर्ण परिवार में मेरी ही एक मात्र थी जो जीवित बच गई थी। परन्तु गोली उसके रीढ़ में घुस चुकी थी और उसके दोनों हाथ लकवाग्रस्त हो गए थे। वह उसके शरीर से बाहर निकलकर कोहनी से मुड़ गए थे और यीशु के क्रूसित रूप को दर्शाते थे। वह उनसे कुछ कर सकती थी।

''सबका अवसर आता है'', उसने कहा। ''मैं कभी विवाह नहीं कर सकती या शारीरिक कार्य नहीं कर सकती, इसलिए मेरा जीवन मुसलमानों के लिए सौंप दूँगी, उस व्यक्ति के लिए मुसलमानों के लिए सौंप दूँगी जिसने मेरे पिता के गले को काट दिया, मेरी माँ को श्राप दिया और उसे काट दिया और तब मुझे मारने का प्रयास किया। मेरा जीवन उनके लिए एक प्रार्थना होगी।''

आप जो विश्वास करते हैं उसके लिए मरने को इच्छुक होने में अगर उन्हें साहस की ज़रूरत होती है। परन्तु अपने सतानेवालो को क्षमा करना और उनके लिए प्रार्थना करने को इच्छुक होने में भी असाधारण साहस की ज़रूरत है। हमारे आज के संसार में हज़ारों लोगों के प्रति अपराध होता है, क्रोधित होते हैं, कड़वाहट, बदला की भावना रखते हैं। यदि अधिक लोग क्षमा करने का साहस रखें तो हमारा यह संसार एक अच्छा स्थान बन जाएगा।

एक निर्णय लेना

वह अपनी आँखों में दृढ़ता की गंभीरता लिए थोड़ा मोटे और गोरे पैरों के द्वारा आया। मैंने बात करना बंद कर दिया और कलीसिया शांत और मृतक समान बन

गई। ''आप ने मुझ से पूछा कि मैं क्या करती यदि मैं उस भीड़ में होती जब यीशु पर क्रूस का बोझ डाला गया।'' वह सीधे मेरी तरफ़ देख रहा था। ''कृपया, श्रीमान जी, मैं उसे उठाने में उनकी सहायता करता।'' वह एक मेक्सिकैन बच्चा था जो आठ साल का था। उसके पिता खदान में काम करते थे और उसकी माँ एक सभ्य समाज से बाहर निकाली हुई थी। मैं शिमौन करैनी के विषय में प्रचार कर रही थी, और जब मैंने श्रोताओं से पूछा कि वे इस दृश्य पर अपनी प्रतिक्रिया दें, तो छोटा पेड्रो मेरी तरफ़ आगे बढ़ा।

मैंने अपनी बाहों को उठाया और कहा, "हाँ, यदि तुम ने उसकी क्रूस उठाने में सहायता की होती तो वे क्रूर रोमी सिपाही तुम्हारे पीठ पर कोड़े मारे होते और तुम्हारे टखनों तक खून बह जाता! वह कभी नहीं झिझका। वे ठण्डी नज़रों से मेरी नज़रों से टकराते हुए उसने दान्त दिखाते हुए कहा, ''मुझे परवाह नहीं। मैं उसे उठाने में ऐसे ही उसकी सहायता करता।"

दो सप्ताह बाद, उसी भवन में सभा के पश्चात् मैं द्वार पर खड़ा हुआ लोगों को शुभकामनाएँ दे रहा था जब वे जा रहे थे। जब पेड्रो आया मैंने उसे स्नेहपूर्वक थपथपाया। वह चिल्लाते हुए मुझ से थोड़ा सा हट गया। ''ऐसा मत करो। मेरे पीठ पर घाव है।'' मैं दंग रह गई। मैंने केवल उसके कन्धे पर छुआ था। मैं उसे भीतर कमरे में ले गई और उसकी कमीज़ को उसके शरीर से उतार दी। उसके कन्धे से कमर तक गहरे घाव थे और लहूलूहान थे। ''यह किसने किया?'' मैंने क्रोध में चिल्लाया। ''माँ ने मुझे कोड़े मारे, क्योंकि मैं कलीसिया में आया।''

आज अधिकांश लोग हमारे संसार में सत्य के साथ खड़े होने के बदले में समझौता करते हैं। यीशु ने कहा कि हम धार्मिकता के खातीर सताए जाएँगे और अधिकांश लोग ऐसा नहीं करते है। यीशु ने एक प्रतिफल की प्रतिज्ञा दी। फिर भी अधिसंख्यक लोग बिना समर्पण के प्रतिफल चाहते हैं। यदि हम वो करते हैं तो परमेश्वर ने हमसे करने के लिए कहा तो हम वह पाएँगे जो परमेश्वर ने हमसे प्रतिज्ञा किया है। उद्धार मुफ़्त में है और इसका एक मात्र अर्थ है ''विश्वास'' करना। परन्तु मसीही होने का लाभ शर्त के साथ आता है। परमेश्वर यूँ कहता है, ''यदि तुम करोगे, तो मैं करूँगा।'' बहुत से मसीही अपने उस परमेश्वर द्वारा निर्द्धिष्ट मंज़िल से और सौभाग्य से दूर रहते हैं, केवल इसलिए कि वे निर्णय लेने के बदले में समझौता करते हैं।

छोटा पेड्रो ने महसूस किया कि उसके लिए कलीसिया जाना सही है और वह सही करने के लिए दुःख उठाने के लिए तैयार था। बहुत कम वयस्क यह ऐसा करेंगे जो उसने किया। यह छोटा बालक उभरता हुआ संसार को बदलने वाला था।

यदि आप केवल अपने ही को एक ऐसे व्यक्ति के रूप में जानते हैं, जो वह करना चाहते हैं जो सही है, तब आप ही हैं जो एक अंतर ला सकते हैं।

असाधारण साहसवाले लोग अपने आसपास के संसार को बदलते हैं। वे संसार के समान नहीं बनते हैं वे उसे बदलते और जीने के लिए अच्छी जगह बनाते हैं।

क्या आप स्वयं को आज की दुनिया की स्थिति के विषय में शिकायत करते हुए पाते हैं? स्वयं से पूछिए। ''इसे बदलने के लिए मैं क्या कर रहा हूँ?'' यदि आपका उत्तर कुछ नहीं है, तो शिकायत करना बन्द कीजिए और कार्य कीजिए! एक निर्णय लीजिए। यदि आप केवल अपने ही को एक ऐसे व्यक्ति के रूप में जानते हैं, जो वह करना चाहते हैं जो सही है, तब आप ही हैं जो एक अंतर ला सकते हैं। हाँ यह एक अकेली चाल हो सकती है, मार्ग में सताव सहना पड़ सकता है, परन्तु प्रतिफल मूल्यवान है। यह जानकर आपको सन्तुष्टि होगी कि आपने अपना जीवन पूरी रीति से और संपूर्ण भाव से जीआ और भय को अपना स्वामी होने नहीं दिया।

वह सब कीजिए जो आप कर सकते हैं

कुछ व्यक्ति अपने जीवन को शांति से भयग्रस्त होकर व्यतीत कर देते हैं और संसार को एक अच्छा स्थान बनाने के लिए कभी कुछ नहीं करते हैं। वे स्वयं की सुरक्षा के बारे में अधिक चिन्तित होते हैं कि वे अपने आस पास के हज़ारों लाखों लोगों तक नहीं पहुँच पा रहे हैं जो सहायता की पुकार लगा रहे हैं। इस विषय में सोचिए। एक महिला जो कार्य में थी और उसका चौदह वर्षीय बालक गोलीबारी में मार डाला गया। एक पुरूष अपनी पत्नी को दूसरे पुरूष के लिए उसे छोड़ते हुए देखता है। एक पड़ोसी जिसे अभी अभी पता चला है कि उसे कैंसर की बीमारी है। एक परिवार है जिसके विषय में आपने कलीसिया में सुना है कि वे अपने घर को खोने के खतरे में हैं क्योंकि पति ने नौकरी को छोड़ दिया है और पाँच महिनों से दूसरी नौकरी नहीं मिली है। बैंक उनका घर खाली कराने पर आमदा है और सचमुच में उसके पास जाने के लिए दूसरी जगह नहीं है। वे निराश हैं और नहीं जानते कि क्या करते हैं। हर कोई उनसे कहता है कि परमेश्वर उनका प्रबंध करेगा परन्तु कोई भी कुछ नहीं करता है।

हमें समझना चाहिए कि परमेश्वर लोगों के द्वारा कार्य करता है। हम उसके हाथ, पैर, बाँह, मुँह, आँख, नाक, कान हैं। परमेश्वर आश्चर्यकर्म करता है परन्तु वह ऐसे लोगों के द्वारा करता है जिनमें साधारण साहस है। वे जो स्वयं के विषय में इतना भूल जाते हैं कि वे इस बात को जान पाते हैं कि परमेश्वर ने उनके मार्ग पर

किसी को रखा है जो घायल और ज़रूरतमन्द है। हम परमेश्वर से प्रार्थना करते हैं कि हमें उपयोग में लाए और जब वह उसका प्रयास करता है तो हम बहुत अधिक व्यस्त हैं कि उसकी सुन नहीं पाते।

जब परमेश्वर ने आदम और हव्वा को बनाया उसने उन्हें आशीष दिया और उन्हें कहा कि फूलो फलो और बढ़ जाओ और पृथ्वी के सारे श्रोतों को इस्तेमाल करो जो उसने उन्हें परमेश्वर मनुष्य की सेवा के लिए दिए हैं। क्या आप फलवन्त हैं? क्या आपका जीवन बढ़ती का कारण बनता है? जब आप लोगों और वस्तुओं के साथ शामिल होते हैं तो क्या वे बढ़ते और गुणित होते हैं? इस प्रकार का व्यक्ति बनने का निर्णय लीजिए। मैं लोगों का जीवन बेहतर बनाना चाहता हूँ। मैं उनके चेहरे पर मुस्कान लाना चाहता हूँ। क्या आप उन श्रोतों का इस्तेमाल मनुष्यों और परमेश्वर की सेवकाई में करते हैं? हम सब को यह सुनिश्चित करना है कि हम बाइबल के उस धनी व्यक्ति के समान नहीं हैं, जिसके पास इतना अधिक था कि उसके सारे खत्ते भर चुके थे और अब कोई खाली कमरा नहीं बचा था। उन सब को दे देने के बजाए उसने निर्णय लिया कि खत्तों को तोड़कर उसे और बड़ा करे और एक बहुत बड़ा बनाए और अधिक संपत्ति अपने लिए इकट्ठा करे। मैं सोचता हूँ वह बाइबल में वर्णित सबसे लालची व्यक्तियों में से एक था।

वह निर्णय ले सकता था कि उसके पास जो है उसे दूसरों को आशीष देने के लिए इस्तेमाल करेगा। परन्तु वह अवश्य ही भयग्रस्त स्वार्थी व्यक्ति था जिसके जीवन में केवल अपने लिए ही स्थान था (लूका 12:16—20)। परमेश्वर ने उस मनुष्य को मूर्ख पुकारा और कहा, "आज ही रात तेरा प्राण ले लिया जाएगा तो यह सब किसका होगा?" यह मनुष्य आज रात मरने जा रहा था और जो कुछ वह पीछे छोड़ने जा रहा था वह केवल "वस्तुएँ" ही थी। उसके पास संसार को एक अच्छी जगह बनाने का अवसर था। वह बहुत से जीवनों में बढ़ती ला सकता था और हज़ारों चेहरों पर मुस्कान ला सकता था बजाए इसके उसने भयपूर्वक और स्वार्थता से अपने लिए सोचा।

साहसी बनिए। अपने विषय में भूल जाइए और दूसरों की सहायता करने के लिए जो आप कर सकते हैं वह करना प्रारंभ कीजिए। एक नया लक्ष्य पाईए, "चेहरों पर मुस्कान लाईए," उत्साह बढ़ाईए, उन्नति लाईए, उठाईए, सात्वना दीजिए, आशा दीजिए, दर्द से मुक्ति दीजिए और बोझ उठाईए।

यीशु ने कहा कि यदि हम उसके शिष्य होना चाहते हैं तो हमें स्वयं को भूलना होगा, स्वयं को देखने की दृष्टि को खोना होगा और अपनी सभी रूचि को खोना होगा (मरकुस 8:34)। जिस क्षण हम सुनते हैं, भय हमारे हृदयों में आता है, और हम

अपने सिरों में ज़ोर से सुनते हैं, "मेरे विषय में क्या है?" यदि मैं स्वयं को भूल जाऊँ तो मेरी देखरेख कौन करेगा? मेरे प्रिय, भयभीत मत हो, परमेश्वर स्वयं आपकी देखरेख करेगा। वह सब कुछ जो आप दूसरों के लिए करते हैं, वह आनंद के साथ आपके पास लौटेगा। यदि आप आनन्दपूर्वक स्वयं को देने के लिए इच्छुक हैं, तो आप जो जीवन पाने का प्रयास कर रहे हैं उसकी तुलना में अधिक बेहतर जीवन प्राप्त करेंगे।

महिलाएँ दूसरों की ज़रूरत के प्रति संवेदनशील होती हैं। वे परखने वाले होते हैं, वे बातों पर ध्यान देते हैं। मैं विश्वास करती हूँ कि परमेश्वर मुझको और आपको दूसरों की कमज़ोरियों से छुए जाने की योग्यता देता है कि दूसरों की सहायता करने के लक्ष्य के लिए। महिला सात्वनाएँ देने में विशेषज्ञ होती हैं, साहसी महिलाएँ ऐसा करती हैं। केवल भयग्रस्त होकर और स्वार्थतापूर्वक जीवन को मत व्यतीत कीजिए, परन्तु वह सब कीजिए जो आप कर सकते हैं और हर उस रीति से जैसा आप कर सकते हैं, हर किसी के लिए जिसके लिए आप कर सकते हैं और अधिकांशतः जैसा आप कर सकते हैं। यह आपका लक्ष्य है तो उन अलग व्यक्तिओं में से होंगे जो वास्तव में संसार को एक बेहतर स्थान बनाते हैं और प्रत्येक चेहरे पर मुस्कान लाते हैं।

■ *अध्याय – 17* ■

आगे बढ़ो लड़की!

आत्मविश्वास से भरी स्त्री कैसे बना जाता है इस विषय पर मैं जो जानती थी उन बातों को मैंने आपसे बाँटा और अब मैं विश्वास करती हूँ कि आप इन सूचनाओं के अनुसार काम करेंगे और साहसी और भयरहित जीवन जीने की शुरूआत करेंगे। इससे कोई फ़र्क नहीं पड़ता कि आप पहले कैसे थे, यह तो एक नई शुरूआत है। प्रतिदिन परमेश्वर की दया नई है और आज वह हम सब के लिए उपलब्ध है। पीछे मत देखिए, आगे देखिए!

निर्णायक बने अपने दिल की सुने और दूसरे आपके बारे में और आपके निर्णयों के बारे में क्या सोचते है इसकी चिन्ता न करें। जितना आप कल्पना करते है अधिकांश लोग आपके बारे में शायद उतना नहीं सोचते है।

लगातार दूसरों के साथ समझोता करते हुए जीवन न गुज़ारे! खुद के समान अनोखा बने रहे। (देखिए 1 कुरिन्थियों 10:12) परमेश्वर ने आपको जो बनाया इस बात की खुशी मनाईए। सिर्फ़ ऐसा एक ही है जिसमें अनोखा लक्ष्य और निपुणता है जिसके द्वारा आपकी रचना हुई। इस सच्चाई का मज़ा ले कि परमेश्वर जानता था की वह क्या कर रहा है और इस विचार पर भरोसा रखें की निश्चय ही परमेश्वर ने आपकी रचना के बाद भी वही कहा था जो उसने इस दुनिया की प्रत्येक वस्तु को बनाने के बाद उसने कहा था और ''यह सब कुछ अच्छा है''।

आत्मविश्वास से भरी बातें और आत्मविश्वास से भरी चाल

कई बार हमारा बाहरी शारीरिक प्रदर्शन हमारी आंतरिक भाावनाओं को प्रकट करता है। इसके विपरीत भी हो सकता है! जब हम बाहर से आत्मविश्वास से भरे हुए लगते है, तो हम अंदर से अधिक आत्मविश्वास को महसूस कर सकते है। जब आप चलते है, तो सीधे खड़े रहें। अपने कंधो को न झुकाए और न ही

अपने सिर को लटकाए। आप परमेश्वर की आत्मा से परिपूर्ण है इसलिए ऐसा प्रकट करें! लालसा जोश और उमंग के साथ जीए। प्रतिदिन के काम को सिर्फ़ ''ठीक ठाक'' से करने की कोशिश में न लगे रहे। जश्न मनाए कहे ''आज है वो दिन जो प्रभु ने दिया हर्षित और आनंदित हो।'' (भजन संहिता 118:24)। नए दिन से व्याकुल न हो, उस पर हमला करें। यह जानिए कि आप आज के दिन क्या हासिल करना चाहते है और वैसा ही करें।

मुस्कुराएँ

यह एक सच्चाई है जिसे अक्सर स्थापित किया जाता है पर वह तो जिक्र करने योग्य बात है। मुस्कुराने के लिए सिर्फ सत्रह माँस–पेशियों की ज़रूरत पड़ती है, पर क्रोध करने के लिए तियालिस माँस पेशियों की। दूसरे शब्दों में कहा जाए तो, खुश दिखने के बजाए क्रोधित दिखने के लिए आपको बहुत मेहनत करनी पड़ती है! इसलिए मुस्कुराते रहने के महत्व को जाने। ज़्यादा मुस्कुराएँ। जितना ज़्यादा आप मुस्कुराएँगे उतना आप बेहतर महसूस करेंगे। आपकी मुस्कुराहट न सिर्फ आपको आत्मविश्वास का एहसास दिलाती और प्रदर्शित करती है, वह दूसरों को भी आत्मविश्वास प्रदान करती है। उन के सामने मुस्कुराते है तो उन्हें अनूमोदन और स्वीकृती का एहसास होता है। वास्तव में हम अपने शब्दों से ज़्यादा शारीरिक भाषा से बहुत कुछ बयान कर देते है। मैं अक्सर लोगों के द्वारा खुद को संचालित करने और उनके चेहरे के हाव–भाव को देख कर बता सकती हूँ कि उनमें आत्मविश्वास है की नहीं। कुछ लोग हमेशा अस्थिर नज़र आते है भयभीत भी लगते है जबकि दूसरों में आत्मविश्वास और आराम छलकता है।

आप सोचते होंगे कि आप अपनी सूरत को नहीं बदल सकते, पर आप ऐसा कर सकते है। मैंने अपनी शुरूआत एक ऐसे व्यक्ति के रूप में की थी जो बड़े मुश्किल से मुस्कुराती थी। मेरा शोषण हुआ था और जीवन में बहुत सारी निराशाएँ थी इसलिए मेरा चेहरा नित्य गंभीर नज़र आता था। वास्तव में मैं अपने आगे के जीवन में घटित होने वाली घोर विपत्तीयों के इंतज़ार में रहती थी। मैंने आशा खो दी थी मेरा नज़रिया नकारात्मक था, मैं भयभीत थी और यह मेरे चेहरे से प्रकट होता था और मैं खुद को ऐसे ही लेकर चलती थी। मैंने केवल मुस्कुराकर खुद में बदलाव लाना शुरू किया। अब मैं बहुत हँसती हूँ।

क्या आप जानते है कि मुस्कुराहट एक अद्भुत औज़ार है? यह इतना ताकतवर है कि आप इसकी मद्द से बर्फ को तोड़ सकते है! यदि किसी

व्यक्ति का रवैया आपके प्रति ठण्ड़ा है तो केवल मुस्कुराना शुरू कीजिए और आप उनमें अपने लिए प्रेमपूर्ण व्यवहार को पाएँगे। यदि आप मुस्कुराहट को पहनेंगे तो आपके बहुत से दोस्त बनेंगे यदि आप क्रोध को धारण करेंगे तो आपके पास झुरियाँ ही होगी। मुस्कान एक ऐसी भाषा है जिसे छोटे बच्चे भी समझ जाते है। मुस्कुराहट विभिन्न भाषाओं से संबंधित है, हर भाषा में उसे समझ सकती है। मैंने किसी को ऐसा कहते हुए सुना है कि ''जब तक आप मुस्कान को नहीं पहनते तब तक आप का पहनावा अधुरा है।''

वास्तव में मुस्कान से आपको अच्छा और खुशी का एहसास होगा। अध्ययन यह दर्शाता है कि जब आप मुस्कुराते है आपके दिल की धड़कन धीमी हो सकती है और आपके हृदय की क्रिया भी धीमी हो जाती है। खासकर जब आप तनाव में हो। जब आप सुबह उठते है, तो चाहे आपको मुस्कुराने का मन न करे, किसी भी तरह मुस्कुराने के लिए खुद पर दबाव डाले और आपका दिन खुशियों से भर जाएगा। सही वक्त पर मुस्कुराहट से भरी प्रोत्साहन एक दुखित जीवन में बदलाव ला सकती है। मुस्कुराहट का कोई दाम नहीं पर यह देता बहुत है। यदि आप मुस्कुरा नहीं रहे है, तो आप एक ऐसे करोड़पति है जिसके बैंक में पैसा है, पर उसके पास चेक नहीं है।

अधिकांश स्त्रियाँ अपने चेहरे को लेकर चिन्तित रहती है और मुस्कुराहट एक मुफ़्त तरीका है जिसके द्वारा आप अपने चेहरे को बेहतर बना सकती है। जिग्गी ने कहा ''मुस्कुराहट चेहरे को बेहतर बनाने वाली चीज़ है जिसकी कीमत सबके पहुँच की है''।

जब आपका जन्म हुआ तो आप रो रहे थे और आपके चारों ओर के लोग मुस्कुरा रहे थे अपने जीवन को इस तरह जीए कि जब आपकी मौत हो तो आप मुस्कुराते रहे और आपके चारों ओर के लोग आप के लिए रोए।

आप सब जोएल ऑस्टीन से वाकिफ होंगे, टेक्सस, हाऊसटन के पास्टर कम समय में ही जोयल बहुत ही प्रसिद्ध हो गए थे। वे यूनाईटेड स्टेट्स के सबसे बड़े चर्च के सिर्फ़ पास्टर ही नहीं थे परंतु वे दुनिया के कई कोनों में टी.वी. कार्यक्रम द्वारा भी प्रचार करते थे। जोएल ''मुस्कुराते प्रचारक'' के नाम से प्रसिद्ध है। वे हकीकत में हर पल मुस्कुराते रहते है। मैंने उनके साथ कई बार भोजन किया है और आज भी मैं यह जानने की कोशिश कर रही हूँ कि कैसे वह भोजन भी कर सकते है और साथ साथ मुस्कुराते भी है, पर वे ऐसा ही करते है। वे एक महान पादरी और परमेश्वर के वचन के शिक्षक भी है, पर मुझे विश्वास है कि उनके प्रसिद्ध होने की एक मुख्य वजह उनकी मुस्कान है। लोग

बेहतर महसूस करना चाहते है और जब कभी हम मुस्कुराते है यह हमारी मद्द करता है। एक मुस्कुराहट लोगों को तस्सली और आराम प्रदान करती है।

भरोसेमन्द बातचीत

बाइबल के अनुसार जीवन और मृत्यु की सामर्थ्य जीभ में है और हम अधिकांशतः हमें शब्दों को खाना होता है।

> *जीवन और मृत्यु की सामर्थ्य जीभ में है और वे जो उसमें शामिल होते हैं वे उसके फल को खाएँगे (जीवन या मृत्यु)।* (नीतिवचन 18:21)

मुझे आश्चर्य होता है कि कितनी बार हम हमारे जीवन में यह कहते है कि "मुझे भय लगता है..." "मुझे भय लगता है मुझे वह बुखार आएगा जो आस पास है।" "मुझे भय है कि मेरे बच्चे कष्ट में पड़ जाएँगे।" "मुझे भय है कि बर्फ़ पड़नेवाली है, और यदि ऐसा होता है मैं भयभीत हूँ कि मैं उसमें कैसे रह पाऊँगी।" "जैसे महँगाई बढ़ रही है मुझे भय है कि मेरे पास पर्याप्त धन नहीं होगा।" "मैं भयभीत हूँ कि यदि मैं उस पार्टी में नहीं जाऊँ तो, लोग मेरे विषय में बुरा सोचेंगे।" "मुझे भय है कि मुझे थिएटर में एक अच्छी सीट नहीं मिलेगा।" "मुझे भय है कि कोई मेरे घर को तोड़ देगा जब मैं शहर से बाहर जाऊँ।" यदि हम उस बात को रिकॉर्ड़ करके सुनें जो हमने अपने जीवन में प्रत्येक बार कही हैं "मुझे भय है," शायद हमें आश्चर्य होगा कि हमारा जीवन भी वैसे ही चल रहा है जैसा उनका चल रहा है।

यदि हम शब्द की सामर्थ्य को सचमुच में समझें हैं, मैं सोचती हूँ कि हम अपने बातचीत के तरीके को बदल देंगे। हमारी बातचीत भरोसेमन्द और साहसी होनी चाहिए भयग्रस्त वाली नहीं। भयग्रस्त बातचीत न केवल हमें एक विपरित रीति से प्रभावित करता है परन्तु वह हमारे चारों ओर के लोगों को भी प्रभावित करता है।

अब मैं एक साहसी कथन कहना चाहती हूँ। यदि आप अपने बातचीत के तरीके को बदलते हैं आप तुरन्त ही सामर्थी, साहसी, निर्भिक और कम भयभीत महसूस करना प्रारंभ करेंगे। याकूब ने कहा कि जीभ एक जंगली जानवर के समान है और किसी के द्वारा उसे पालतु नहीं बनाया जा सकता है (याकूब 3:2–10)। हमें निश्चय ही इस बात के लिए परमेश्वर की सहायता की ज़रूरत है! बिना ध्यान दिए हम बातचीत करने के इतने अधिक आदि होते हैं कि हम क्या कहते हैं कि हम अपने भयग्रस्त बेवकूफ़ी और मूढ़तापूर्ण और पापमय बातचीत को समझने के लिए परमेश्वर की सहायता की हमें ज़रूरत है।

हमारे मार्ग की त्रुटियों को पहचानने के पश्चात् हमें अब भी नई आदतों को लाने की ज़रूरत है। आदतों को बनाने और तोड़ने में समय लगता है कि इसलिए अपने आप में निरूत्साहित मत होइए यदि आप इस क्षेत्र में तुरन्त विजय नहीं पाते हैं। इस पर बने रहिए और थोड़ थोड़ा करके आप चीज़ों को बोलने की आदत विकसित करेंगे जो आपके जीवन में आती है, उस में से निकालिए मत।

खुद से जीवन की बातें करे

मैं परमेश्वर के वचन को ज़ोर से बोलने की शौकीन हूँ। मैंने एक पुस्तक भी लिखी है जिसका नाम *द सीक्रेट पॉवर ऑफ स्पीकिंग गॉड्स वर्ड*। इस पुस्तक में वचनों को वर्गों में बाँट कर उसकी सूची बनाई है और उसे प्रथम व्यक्ति के अपने पाप स्वीकरण के रूप में प्रस्तुत किया है जिसकी वजह से लागों के लिए ऐसा करना आसान हो जाता है।

खुद के बारे में खुद के एहसास और खुद के दृष्टिकोण के अनुसार बात मत करें। परमेश्वर के वचन को अपने जीवन में लागू करें। खुद से वह न कहें जो दूसरे आपके बारे में कहते है तब तक जब तक आप यह न जान ले कि वह जो कहते वह दोहराने योग्य हो। शायद आपके माता–पिता ने आपसे कुछ ऐसी बातें की हो जिसकी वजह से आपके जीवन में आत्मविश्वास की कमी हो गई हो। उन्हें इससे बेहतर कुछ आता ही न होगा, पर खुशखबरी तो यह है कि आपके बचे हुए जीवन में उन बातों द्वारा पीड़ित होने की ज़रूरत नहीं पड़ेगी। आज से आप अपनी छबी को बदलने की शुरूआत कर सकते है!

ऐसी बात न कहे जैसेः ''मुझमें बिलकुल भी आत्मविश्वास नहीं'' या मैं कभी भी अपने डर पर जीत हासिल नहीं कर पाऊँगी। वह कहे जो आप चाहते है, न कि वह जो आप के पास है। कोई भी वस्तु यदि परमेश्वर कहे कि आप उसे रख सकते है तो यकीनन आप उसको रख सकते है, पर आपको परमेश्वर के साथ एक समझौता करने की ज़रूरत है। दाऊद ने कहा, ''मेरा भरोसा परमेश्वर पर है'' और आप भी यही बात कह सकते है। पौलुस ने कहाः मुझे सामर्थ देने वाले मसीह के द्वारा मैं सब कुछ कर सकता हूँ''। इसलिए आप भी कह सकते है, ''मैं अपने जीवन में वह सब कुछ कर सकती हूँ जो परमेश्वर मुझसे कराना चाहता है क्योंकि प्रभु यीशु मुझे बल देगा''। परमेश्वर अपने वचन में यह कहता है कि उसने हमें भय की आत्मा नहीं दी है इसलिए हम कह सकते है ''मैं नहीं डरूँगी परमेश्वर ने मुझे डर की आत्मा नहीं दी है''। मुझे विश्वास है कि आप मेरी बात समझ गए है।

यदि हम शब्द की सामर्थ्य को सचमुच में समझें हैं, मैं सोचती हूँ कि हम अपने बातचीत के तरीके को बदल देंगे।

जैसे ही आप परमेश्वर के वचन को ज़ोर से कहते है आप अपने दिमाग को नया उत्साह प्रदान करते है। याद रखें रोमियों 12 हमें यह सिखाता है कि हालांकी परमेश्वर के पास हमारे जीवन के लिए अच्छी योजना है हमें पूरी तरह से अपने दिमाग का नवीनिकरण करना होगा। और किसी काम के होने से पहले उसके बारे में सही रीति से कैसे सोचा जाए यह सीखना होगा।

जो आपके दिल में है वह आपके मुँह से निकलता है (मत्ती 12:34) और जो आप अपने मुँह में रखते वह आपके दिल पर असर करता है। यह एक चक्रव्यूह है। पहले क्या आता है क्या वह विचार है या शब्द? इससे कोई फर्क नहीं पड़ता क्योंकि वे एक दूसरे पर असर करते है और प्रभु यीशु ने अपनी जान देकर हमें जो जीवन दिया है उसका मज़ा लेने के लिए हमें उन दोनों को सुधारने की ज़रुरत है।

यह कहना बंद करे ''मैं निराश हूँ मैं हत्तोसाहित हूँ'' "मैं हार मानने के लिए तैयार हूँ" या "मेरे साथ कभी भी अच्छा नहीं होता।" इस प्रकार की बातें व्यर्थ होती है। वे ऐसे शब्द है जो आपके जीवन में कुछ जोड़ते है। पर यकीनन वे आपको जीवन जीने से रोक सकते है।

यदि आपने खुद को एक ऐसे व्यक्ति के रूप में माना है जो कम आदर के योग्य है, जिसमें आत्मविश्वास नहीं है कायर, सहमा हुआ, शर्मीला और भयभीत है मैं विश्वास करती हूँ कि यह आपके जीवन की एक दिशा – परिवर्तन का समय और बिदुं है। बहरहाल, आपको स्थिर होना पड़ेगा। ऐसा नहीं है कि एक या दो बार कुछ सही काम कर लेने से आपके जीवन में बदलाव आ जाएगा! यह तो सही काम लगातार करने से होता है।

आत्मविश्वास से भरी बातें दूसरों पर प्रभाव डालती है

जब आप आत्मविश्वास के साथ बातें करते है तो आपके चारों ओर के लोगों पर इसका असर होता है। यदि आप स्वयं को आत्मविश्वास से भरे व्यक्ति के रूप में प्रस्तुत करेंगे तो उनको भी आप पर विश्वास होगा। घमण्डी न बने, पर आत्मविश्वासी ज़रूर बने।

एक स्त्री है जो मेरे कार्यालय में काम करती है और वह इस प्रकार की स्त्री है जो ऐसा हर काम कर सकती है जो आप उससे करने को कहते है। मुझे

हम भयभीत होकर नहीं माँग सकते और पाने की आशा नहीं रख सकते है। हमें परमेश्वर के सिंहासन के सामने साहस के साथ आना होगा।

नहीं पता की जितना आत्मविश्वास वह दिखाती है वह उतनी है की नहीं, पर वह आराम से सब कुछ करती है। कभी भी जब हम उससे कुछ भी करने को कहते है तो उसकी प्रतिक्रिया होती है ''कोई बात नहीं''। वह उसे घमण्डी तरीके से प्रकट नहीं करती, वह केवल यह कह रही है की वह उस काम को पूरा कर देगी और हमें उसकी चिन्ता करने की ज़रूरत नहीं। मेरे जैसे व्यस्त लोगों के जीवन में उसके जैसे व्यक्ति की ज़रूरत है।

मैंने यह जान लिया है कि चाहे वह कुछ काम को करना नहीं जानती हो फिर भी वह स्वंय रास्ता ढूँढ निकालती है। या फिर वह दूसरों कि मद्द लेगी जो उस काम को करना जानता हो। दूसरी बात जब उससे कोई काम करने को कहा जाए तो वह अक्सर कहती है ''मैं उसे संभाल लूँगी,'' और वह हमेशा ऐसा करती भी है।

मैं यह राय नहीं दे रही कि लोग ऐसा काम करते है जिसको करने का वरदान उन्हें नहीं है और वे छल करते है। यकीनन हमें वह करना चाहिए जिसे करने की योग्यता परमेश्वर हमें देता है, पर हमें उस आत्मविश्वास के साथ करने की ज़रूरत है। मुझे आत्मविश्वास है कि मैं एक अच्छी बाइबल की शिक्षिका हूँ यदि मैं नहीं होती, तो फिर सच में मुझे पढ़ाने की कोशिश नहीं करनी चाहिए। जीवन भर ऐसा काम करने का क्या मतलब होगा यदि आप यह विश्वास करते है की आप उस काम में अच्छे नहीं है?

आगे बढ़ो लड़की तुम आत्मविश्वास के साथ बात करने और चलने लगो! अब समय आ गया है कि तुम ऊपर की ओर देखो, नीचे नहीं। अब समय आ गया है कि तुम अपने जीवन में महान बातों के होने की आशा करों।

आत्मविश्वास से भरी आशा रखें

हमें उन बातों की आशा रखने का अधिकार नहीं जिनके लिए हम प्रार्थना नहीं करते है। बाइबल कहती है कि तुम लालसा रखते हो और तुम्हें मिलता नहीं (याकूब 4:2)। इसलिए माँगो और माँगते रहो (मत्ती 7:7)

आप किस प्रकार माँगते है यह भी महत्वपूर्ण है। बाइबल में याकूब 5:16 में कहती है कि एक धर्मी की उत्साहपूर्ण असरदार प्रार्थना से बहुत कुछ हो सकता

है। किस प्रकार का आदमी? एक धर्मी मनुष्य! ऐसा व्यक्ति नहीं जो खुद को दोषी किसी काम के लायक न समझे और जैसे की परमेश्वर उससे हमेशा नाराज़ रहते हो। ऐसा व्यक्ति नहीं जो भयभीत, कायर, संकोचित, अनिश्चित और दो–मन वाला हो।

क्या बाइबल नहीं कहती है की हमारी धार्मिकता मैली चादर की तरह है और यह की सबने पाप किया है और परमेश्वर की महिमा से दूर हो गए है। हाँ ऐसा लिखा है। पर हमारी धार्मिकता नहीं जिसे हम प्रार्थना की अलमारी से पहनते है, यह तो प्रभु यीशु की धार्मिकता है। यह वही है जो हर सच्चे विश्वासी को दी गई है।

वह हमारे पापों को क्रूस पर ले गया और हमें आपनी धार्मिकता प्रदान की (2 कुरिन्थियों 5:21) हम खुद को धार्मिक स्त्री पुकार सकते है क्योंकि उसने अपने लहू के बलिदान के द्वारा हमें सही स्थान प्रदान किया है।

हम भयभीत होकर नहीं माँग सकते और पाने की आशा नहीं रख सकते है। हमें परमेश्वर के सिंहासन के सामने साहस के साथ आना होगा। बहुत से वचन है ऐसा करने को कहा गया है।

> *इसलिए आओ हम अनुग्रह के सिंहासन के निकट हियाव बाँधकर चलें कि हम पर दया हो, और वह अनुग्रह पाँए जो आवश्यकता के समय हमारी सहायता करें।* (इब्रानियों 4:16)

हम इस वचन मे यह पाते है कि हमें भावना के साथ आना चाहिए। बिना भय! आत्मविश्वास से भरा! साहसी! हम इस तरह से आते है क्योंकि हम ढ़ृढ़ता से यह जानते है कि परमेश्वर ईमानदार है, वह अच्छा है, और वह हमारी ज़रूरतों की पूर्ती करना चाहता है।

हमें इस तरह का बतार्व करने की ज़रूरत नहीं जैसे परमेश्वर कंजूस है और हमें उसके हाथों को मरोड़ना होगा और हमारी मद्द करने के लिए उसे मनाना होगा। वह आपकी पुकार सुनने के लिए तरस रहा है!

कुछ लोग साहस के साथ प्रार्थना करने में असमर्थ्य होते है क्योंकि उनका विवेक उन्हें परेशान करता है। कुछ बातें है जिनसे उन्हें मन फिराना होगा और उनको विभिन्न प्रकार के वायदों का पालन करने की ज़रूरत है। यदि आपके जीवन में कुछ गडबड़ है, तो आगे का जीवन विलाप करते हुए मत गुज़ारे उसे हल कीजिए!

> *हे प्रियो, यदि हमारा मन हमें दोष न दे, तो हमें परमेश्वर के सामने हियाव (सम्पूर्ण तसल्ली और साहस) होता है* (1 यूहन्ना 3:21)

इफीसियों 3:20 हमें बताता है कि हमारा परमेश्वर हमारी आशा, विनती और समझ से कही अत्यन्ता, अधिक पहले और आगे से काम करने के योग्य है। क्या आप हिम्मत के साथ प्रार्थना करते है? क्या आप अधिक आशा करते है? शैतान हमें यह यकीन दिलाना चाहता है कि हम परमेश्वर के पास अपने सिर को लटका कर यह कहे कि हम कितने दुःखी है। वह हमे यह यकीन दिलाना चाहता है कि हम अधिक चीज़ों की माँग न करें, क्योंकि आखिरकार हम किसी भी चीज़ के योग्य नहीं। शैतान साहसी हिम्मतवाली आत्मविश्वास से भरी, भयरहीत और आशावादी प्रार्थना से डरता है।

मैं जिस वचन को बताने जा रही हूँ वह मेरा सबसे प्रिय वचन है इसलिए कृपा समय लेकर उस पर ध्यान दीजिए।

> *जिसमें हमको उस पर विश्वास करने से साहस और भरोसे के साथ परमेश्वर के निकट आने का अधिकार है।* (इफ़िसियों 3:12)

वाह! वाह! एक और वाह! हमारे पास मुफ़्त पहुँच है। हम परमेश्वर के पास जब चाहे जा सकते है। हमें खास निमंत्रण की ज़रूरत नहीं। सिंहासन का कमरा हमेशा खुला रहता है परमेश्वर हमेशा घर पर रहता है, वे कभी सोते नहीं और न ही फ़ोन में व्यस्त रहते है। हम साहस के साथ उनके पास जा सकते है। इस आशा के साथ कि वह हमारी ज़रूरतों को पूरा करेगा और उसे वह अपनी सम्मपूर्ण इच्छा और खुशी के साथ करेगा।

इसमें कोई शक नहीं कि करोड़ों लोग प्रार्थना करते है, पर जिस सवाल का जवाब हमें चाहिए वह यह है कि वे प्रार्थना कैसे करते है? क्या वे आशा, साहस, भयरहित, आत्मविश्वास, जोश के साथ प्रार्थना करते है या शर्म, अपराध बोध, इस शक के साथ माँगते है कि शायद ही उन्हें कुछ मिलेगा या फिर इस शक के साथ कि उन्हें मिलेगा भी या नहीं?

आगे बढ़ो लड़की! ऐसी प्रार्थना करना शुरू करे जिसे आपने पहले कभी न किया हो। विश्वास करे कि परमेश्वर आपकी ज़रूरतों की पूर्ती करना चाहता है क्योंकि वह अच्छा है, इसलिए यह ज़रूरी नहीं कि आप अच्छे है। कोई भी जो हाड–माँस का शरीर वाला व्यक्ति आदर्श कीर्तिमान वाला नहीं हो सकता हम सब गलतियाँ करते है और आपकी गलती शायद दूसरों से बदतर नहीं। इसलिए खुद को कोसना बंद करे और परमेश्वर को अपने जीवन का परमेश्वर बनाने की आशा रखें।

आत्मविश्वास से भरे रहे चाहे आपको आत्मविश्वास का एहसास न हो रहा हो और परमेश्वर को काम करते हुए देखे!

यह एक नया दिन है

स्त्रियों के प्रति बहुत सी गलत धारणाएँ बदलती जा रही है या वे बदलने की क्रिया से गुज़र रही है। हमें लम्बा सफ़र तय करना है। पर जैसे यह कहावत है ''हमने लम्बा सफ़र तय कर लिया है, प्यारे!'' जैसा मैंने पहले कहा, हम उन महिलाओं की तारीफ़ करते है जिन्होंने महिलाओं के अधिकारों के आंदोलन का मार्गदर्शन किया है। हम उन महिलाओं के लिए दुख प्रकट करते है जो अतीत में जीती थी और उस आज़ादी का मज़ा न ले पाए जिसका मज़ा हम आज उठा रहे है। हम इतिहास की करोड़ों महिलाओं की यादों के लिए विलाप करते है जिनसे परमेश्वर द्वारा निर्धारित लक्ष्यो को चुरा लिया गया था। कोई भी कारण न होने पर भी हमें, आगे बढते रहना चाहिए और उनके लिए हम वह सब बने जो हम बन सकते है।

आगे बढ़ो लड़की! आज एक नया दिन है। कोई भी रूकावट नहीं है। दरवाज़ा पूरी तरह से खुला है ताकि आप अपने सपनों को समझ सकें। आत्मविश्वास के साथ भविष्य की ओर कदम बढ़ाए ओर कभी भी पीछे मुड़कर न देखें!

जॉयस मेयर विश्व की एक प्रमुख व्यवहारिक बाइबल शिक्षिका है। A # 1 न्यूयॉर्क टाइम्स की सबसे उत्तम बिकने वाली लेखिका हैं, 100 Ways to Simplyfy Your Life, Never Give Up!, Battlefield of the Mind, कि सारी परिवारिक किताबें और उपन्यास, The Penny and any Minute आदि। उन्होंने हज़ारों शिक्षा देनेवाली कैसेट तथा एक पूर्ण विडियो लाइब्रेरी प्रदान की है। जॉयस के *एंजॉयिंग एवरी डे लाइफ* रेडियो तथा टेलीविज़न कार्यक्रम संपूर्ण विश्व में प्रसारित किए जाते हैं और वे सम्मेलन आयोजित करने के लिए बहुत यात्रा करती रहती है। जॉयस और उनके पति डेव चार वयस्क बच्चों के माता पिता हैं और सेंट लूईस, मिसूरी में रहते हैं।

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
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
Reduce Me To Love
Secrets to Exceptional Living
Seven Things That Steal Your Joy
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
The Love Revolution
When God When
Why God Why
Woman to Woman

Books Available In Hindi

A Leader in the Making
Battle Field Of The Mind - Devotional
Battlefield of the Mind
Beauty For Ashes
Reduce Me To Love
Secrets To Exceptional Living
Knowing God Intimately
The Battle Belongs To The Lord
The Power of Simple Prayer
The Secret Power of Speaking God's Word
The Love Revolution
New Day New you

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