आफ्ना आशाहरु उच्च पार्नुहोस् !

मेरो जीवनमा हरेक दिन असल कुरा हुनेछ भनी अपेक्षा राख्नुहोस्

#१ न्युयोर्क टाइम्सअनुसार सर्वाधिक विक्रि हुने पुस्तक लेखिका

जोयस मेयर

विश्वको सबैभन्दा शक्तिशाली सामर्थ्यहरुमध्ये एउटा सामर्थ्य आशा हो । आशा भनेको असल कुरा आउनेवाला छ भन्ने सुखद तथा ढुक्क अपेक्षा हो । आशाले तपाईंलाई जीवनका अति अंध्यारा क्षणहरुमा सम्हाल्दछ । अनि, आशा तपाईंका सपनाहरु पूरा गर्न तपाईंलाई चाहिने इन्धन पनि हो । तपाईंका परिस्थितिहरु जस्तासुकै होऊन्, आशाविना जीवन पूर्ण रुपमा जिउनुचाहिँ असंभव हुन्छ । तर गलत थोकहरुमा—पेशागत पदमा वा अन्य व्यक्तिमा निर्भर रहन खोज्नुले अन्ततः निराशामा पुऱ्याउँदछ । आशाको श्रोत जति बलियो हुन्छ, आशा त्यतिसम्म मात्रै बलियो हुन्छ । जब आशा परमेश्वरमाथिको विश्वासमा आधारित हुन्छ, तपाईंले असीमित श्रोतमा दृढ आशा प्राप्त गर्नुहुनेछ ।

न्यूयोर्क टाइम्सअनुसार सर्वाधिक विक्री हुने पुस्तक लेखिका जोयस मेयरले खीष्टमा मात्रै प्राप्त हुने आशाको शक्ति थाहा पाउन तपाईंलाई सहायता पुऱ्याउने व्यावहारिक सुझाव-सल्लाह र धर्मशास्त्रीय अन्तर्दृष्टि प्रदान गरेकी छिन् । तपाईंले आफ्नो जीवनमा असीमित आनन्द र संभावनाहरुका लागि परमेश्वरमा निरन्तर आफ्ना आशाहरु स्थापना गरिरहने तरिका सिक्नुहुनेछ । जोयसले भनेझैं, "परमेश्वरविहीन आशा तपाईंले गर्न सक्नुहुने कुरा पनि त्यति छैनन् र परमेश्वरमा आशाद्वारा तपाईंले गर्न नसक्ने कुरा पनि त्यति हुँदैन !" आज अनि हरेक दिन तपाईंले परमेश्वरबाट केही न केही उत्तम थोकको अपेक्षा राख्न सक्नुहुन्छ । त्यसैले **आफ्ना अपेक्षाहरु उच्च पार्नुहोस् !**

आफ्ना आशाहरू उच्च पार्नुहोस् !

आफ्ना आशाहरु उच्च पार्नुहोस् !

हरेक दिन आफ्नो जीवनमा असल कुराको
अपेक्षा राख्नुहोस् ।

जोयस मेयर

प्रतिलिपि अधिकार © २०१५, जोयस मेयर

सर्वाधिकार आफैमा सुरक्षित छ। संयुक्त राज्य अमेरिकाको १९७६ को प्रतिलिपि ऐनअनुसार, प्रकाशकको पूर्वअनुमतिविना यस पुस्तकको कुनै अंशको स्क्यानिङ, अपलोडिङ, बिद्युतीय रुपमा वितरण गरिएमा अवैधानिक अनधिकृत प्रयोग र लेखकको बौद्धिक सम्पति चोरी ठहर हुनेछ। यदि तपाईंले यस पुस्तकको केही हिस्सा (संशोधनको उद्देश्यबाहेक) चलाउनु चाहनुहुन्छ भने प्रकाशकलाई permissions@hbgusa.com मा सम्पर्क गरेर लिखित रुपमा पूर्वस्वीकृति लिएको हुनुपर्दछ। लेखकको अधिकारलाई समर्थन गर्नुभएकोमा धन्यवाद। धर्मशास्त्रका खण्डहरु *दि अ्याम्प्लिफाइड बाइबल* (The Amplified Bible (AMP) बाट साभार गरिएका हुन्। *दि अ्याम्प्लिफाइड बाइबल,* पुरानो नियम, प्रतिलिपि अधिकार © १९६५, १९८७ *दि जोन्डर्भन कर्पोरेशन* (The Zondervan Corporation) मा निहित छ। *दि अ्याम्प्लिफाइड बाइबल, नयाँ नियम,* प्रतिलिपि अधिकार © १९५४, १९५८,१९८७ चाहिँ *दि लकम्यान फाउन्डेशन* (The Lockman Foundation) मा निहित छ।

साभार गरिएका धर्मशास्त्रहरु (एन.आई.भि.) होली बाइबलबाट लिइएका हुन् : *न्यू इन्टरनेश्नल भर्सन* (New International Version) प्रतिलिपि अधिकार © १९७३,१९७८,१९८४, इन्टरनेश्नल बाइबल सोसाइटीमा निहित छ। जोन्डर्भन प्रकाशन गृहको अनुमतिमा प्रयोग गरिएको छ।

धर्मशास्त्रका उद्धरणहरुचाहिँ होली बाइबल, न्यु लिभिङ ट्रान्सलेशन, प्रतिलिपि अधिकार © १९९६ बाट साभार गरिएका हुन्। टिन्डाले हाउस पब्लिशर्स संलग्न, ह्वेटन, इलिनोइस ६०१८९ को अनुमतिद्वारा प्रयोग गरिएको हो। सर्वाधिकार आफैमा सुरक्षित छ।

फेथ वर्ड्स
ह्याचेट बुक ग्रुप
१२९० अभेन्यु अफ दि अमेरिकास न्यूयोर्क,
न्यूयोर्क १०१०४
www.faithwords.com
छपाइ, युनाइटेड अफ अमेरिका आर.आर.डि.-सि
प्रथम संस्करण : अप्रिल २०१५
१० ९ ८ ७ ६ ५ ४ २ १
फेथ वर्ड्स ह्याचेट बुक ग्रुप, संलग्न एउटा भाग हो।
फेथ वर्ड्स नाम र लोगोचाहिँ ह्याचेट बुक ग्रुपका ट्रेडमार्क हुन्।
ह्याचेट स्पिकर्स ब्यूरोले प्रवचन कार्यक्रमहरुका निम्ति विविध विधाका लेखकहरु उपलब्ध गर्दछ। अधिक जानकारी चाहिएमा वेबसाइट www. hachettespeakersbureau.com हेर्नुहोला अथवा (866) 376-6591 सम्पर्क गर्नुहोला।
प्रकाशकको स्वामित्वमा वेबसाइट (वा वेबसाइटमा राखिएका कुनै सामाग्री) प्रति प्रकाशक जिम्मेवार हुँदैन।
लाइब्रेरी अफ कङ्ग्रेस क्याटलगिङ इन पब्लिकेशन डेटा
मेयर, जोयस, १९४३-

गेट् योर होप्स अप ! : इक्सपेक्ट समथिङ गुड टु ह्यापन टु यु एभ्रि डे/जोयस मेयर। प्रथम संस्करण

ISBN 978-1-4555-1731-2 (hardcover) — ISBN 978-1-4555-8951-7 (large-print hardcover) — ISBN 978-1-4555-1730-5 (ebook) — ISBN 978-1-61113-259-5 (audiobook) — ISBN 978-1-4555-3230-8 (audio download) — ISBN 978-1-4555-3231-5 (spanish trade pbk.)—ISBN 978-1-4555-8871-8 (international edition)

१. अपेक्षा (मनोविज्ञान)-धार्मिक पक्षहरु-क्रिस्चियनियाटी २. आशा-धार्मिक पक्षहरु-क्रिस्चियनियाटी

अब हे परमप्रभु, म केको निम्ति प्रतीक्षा गर्दछु ?
मेरो आशा त तपाईंमै छ ।

भजनसङ्ग्रह ३९:७

विषय-सूची

परिचय

खण्ड १

माथि बढ्दै जाने आशा

अध्याय १: आफ्नो आशाको तह उच्च पार्नुहोस् १

अध्याय २: अगुवालाई पछ्याउनु १६

अध्याय ३: हरेक 'सक्दिनँ' पहिचान गर्नु र तिनलाई हटाउनु २९

अध्याय ४: आशाको तागत ४१

अध्याय ५: नयाँ तरिकाले आफूलाई चिन्न थाल्नु ५५

खण्ड २

पीडा भोगाइमा पनि आशा गर्नु

अध्याय ६ : माथितिर हेर्नु ७१

अध्याय ७ : समस्याहरुभन्दा पनि आफ्ना आशिषहरु गन्नु ८२

अध्याय ८ : आशाका वचनहरु ९३

अध्याय ९ : अघि बढिरहनु १०६

खण्ड ३

आशा र खुशी

अध्याय १० : हरेक थोकमा असल कुरा खोज्नु १२३

अध्याय ११ : आशाका कैदीहरु १३५

अध्याय १२ : कसैको प्रार्थनाको जबाफ बनिदिनु १४६

अध्याय १३: आशा हाम्रो सहारा हो १५९

खण्ड ४

यहाँ आशा छ

अध्याय १४: भोलि कुरेर नबस्नु १७१

अध्याय १५: परमेश्वरको दृष्टिकोण अङ्गाल्नु १८०

अध्याय १६: रोजाइ तपाईंकै हो १९२

अध्याय १७: आशालाई भरिपूर्ण हुन दिनु २०४

उपसंहार

टिप्पणीहरु

आशा सम्बन्धी अतिरिक्त बाइबलीय पदहरु

परिचय

विश्वासविना परमेश्वरलाई खुशी तुल्याउनु असंभव हुन्छ र उहाँको नजीक आउनेहरुले उहाँलाई लगनशील भएर खोज्नेहरुका निम्ति उहाँ इनाम दिने परमेश्वर हुनुहुन्छ भनी विश्वास गर्नु पर्दछ (हिब्रू ११:६ हेर्नुहोस् ।) विश्वास भनेको हामीले *आशा गरेको* कुराको अधिकार-पत्र (Title deed) हो (हिब्रू ११:१ हेर्नुहोस् ।) । रायोको दानाजत्रो विश्वासले पहाड हटाउन सक्नेछ भनेर परमेश्वरको वचनमा प्रतिज्ञा गरिएको छ (मत्ती १७:२० हेर्नुहोस् ।) अब्राहामले परमेश्वरको प्रतिज्ञा प्राप्त गर्नेछु भनेर विश्वासमा *आशा गरेका* थिए (रोमी ४:१८ हेर्नुहोस् ।) कतिपय मानिसहरु विश्वास गर्ने प्रयत्न गर्दछन् तर उनीहरुसित आशा हुँदैन । त्यस्ता व्यक्तिहरुले परमेश्वरको महान् भलाइले गर्दा हाम्रो जीवनमा असल कुरा हुनेछ भन्ने सकारात्मक अपेक्षा राख्दैनन् । म विश्वास गर्दछु– आशा पहिले आउँदछ र यो विश्वाससित जोडिएको हुन्छ । हामी पहिलोविना दोस्रो प्राप्त गर्न सक्दैनौं । कुनै नकारात्मक, आशारहित व्यक्ति विश्वासद्वारा कसरी चलायमान भएर जिउन सक्ला र ? त्यस व्यक्तिले परमेश्वरमा विश्वास त गर्ला तर विश्वास बोकेका पुरुष तथा स्त्रीले परमेश्वर जीवित हुनुहुन्छ भनी विश्वास गर्नु बाहेक अझै धेरै कुरामा सकारात्मक हुनुपर्दछ; उनीहरुले परमेश्वर असल हुनुहुन्छ र उहाँलाई खोज्नेहरुलाई उहाँले इनाम दिनुहुन्छ भन्ने कुरामा पनि विश्वास गर्नुपर्दछ । उनीहरुले आफू योग्य भएकाले होइन तर परमेश्वरले प्रतिज्ञा गर्नुभएको कारणले उहाँको भलाइको प्रतीक्षा गर्दछन्, आशा साँच्दछन् ।

परमेश्वरको वचन प्रचार गर्दै र सिकाउँदै विश्वभरि यात्रा गर्ने क्रममा जीवनको ३८औं हिस्सा व्यतित गरिसकेकी छु । ती समयमा तपाईंजस्तै धेरै जना अति असल व्यक्तिहरुलाई भेट्ने अवसर पाएकी छु । ती क्रममा साहुजीहरु, गृहिणीहरु, जागिरे आमाहरु, कलाकलारहरु, सेवक-सेविकाहरु, उद्योगपतिहरु, राजनीतिज्ञहरु, स्वयम्सेवकहरु, एकल महिलाहरु, एकल पुरुषहरुसित भेटघाट भएको छ । लगभग सबै तह-तप्काका पुरुष तथा स्त्रीसित भेट्ने मैले स्वर्णीम अवसर प्राप्त गरेकी छु ।

तीमध्ये कति जना व्यक्तिहरु प्रशस्ततामा जिइरहेका देखिन्छन् । अरुहरुले चाहिँ साँझ-बिहान हातमुख जोर्ने समस्यासित जुध्दै मुस्किलले जीवन धानिरहेको कुरा मलाई व्यक्तिगत रुपमा भनेका छन् । र, स्पष्ट रुपमा भन्नुपर्दा, अरु धेरै जना व्यक्तिहरु चाहिँ अति कठिन परिस्थितिहरुसित जुधिरहेका छन् । यस्ता मानिसहरु जीवनदेखि हारेको र जीवनको बोझले थिचिएको अनुभूति गरिरहेका हुन्छन् ।

तर व्यक्ति जोसुकै होस् र परिस्थिति जेसुकै होस्, सबैलाई एउटा कुराको अत्यन्तै खाँचो परेको देखेकी छु । हामी *सबैलाई* नभइनहुने त्यो एउटा कुराचाहिँ हो –आशा ।

आशाचाहिँ असल कुराको सुखद र निश्चित अपेक्षा हो । यो त सारा डुङ्गाहरुलाई माथि उचाल्ने समुद्र-लहरीजस्तै एउटा शक्तिशाली र विश्वव्यापी प्रेरणा हो । पानी जहाजको डेकमा बसेर मुस्किलले समद्र-किनारतिर गइरहेका हौंला वा निर्भयतापूर्वक डुङ्गा खियाउँदै समुद्रतिर गइरहेका हौंला, आशाले नै *तिमीलाई थाहा छ के ? आखिरमा सबै थोकले असलै परिणाम ल्याउनेछ* भनी विश्वास गर्न आँट दिँदै हाम्रा आत्मालाई झन पो प्रोत्साहित गर्दछ । कहिलेकाहीँ व्याख्या गर्न नसकिने तर हमेशा यस्तो अकाट्य अनुभूति हुन्छ – आज त खराब दिन होला झैं लाग्दछ । आशाचाहिँ कुनै पनि क्षणमा असल कुरा हुन आउने छ भन्ने एउटा आस्था हो !

तसर्थ, आशा विषयको पुस्तक जरुरी छ र यसले आशाका अद्भूत संभावनाहरु नियाल्न तपाईंलाई सहायता पुऱ्याउनेछ भन्ने मैले विश्वास लिएकी छु । सबै थोक टलेर गए पनि सदासर्वदा रहिरहने तीन कुरामध्ये एउटाचाहिँ आशा हो भनेर बाइबलमा स्पष्ट रुपमा उल्लेख गरिएको छ (१ कोरिन्थी १३:१३ हेर्नुहोस् ।) अहिले तपाईं जो व्यक्ति हुनुहोस् वा तपाईंको जीवनको स्थिति जस्तो होस्, तपाईं आशाविना जीवनमा सफलतापूर्वक संचालित हुन सक्नुहुन्न । यदि परिस्थितिहरु प्रतिकूल रहेछन् भने पनि अवश्य नै तपाईंलाई आशा चाहिन्छ । यदि परिस्थितिहरु अनुकूल छन् भने पनि ती परिस्थितिहरु त्यस्तै रहलान् भन्ने आशा तपाईंमा हुनु अनिवार्य हुँदछ । जब तपाईं आशाको बगैंचामा रहनुहुन्छ, जहिले पनि आशाका फूलहरु त फुलिरहेकै हुनेछन् !

तर आशा जति वृहत छ, त्यतिकै सजिलो रुपमा आशा गलत ठाउँमा पर्न पनि सक्छ । यदि तपाईंको आशा व्यक्तिमा आश्रित छ भने त्योचाहिँ शक्तिको भर नपर्दो श्रोत हो । यदि तपाईंको आशा जागिर दिने स्थानमा, पैसा कमाउने क्षमतामा वा निवृति कोषमा छ भने ती कुराले तपाईंलाई निराश तुल्याउन सक्छन् । यदि तपाईंको आशा आफ्नै क्षमतामा निर्भर हुन्छ भने तपाईंको आत्म-बलमा धक्का पुग्दाखेरि त्यो क्षमता दुर्वल बन्नेछ ।

वास्तवमा, यो ध्रुव-सत्य कुरा हो : श्रोत जति बलियो हुन्छ, आशा त्यति मात्रै बलियो हुन्छ । त्यसकारण हाम्रा आशाको जगचाहिँ परमेश्वर र उहाँको वचनमा भेटिने प्रतिज्ञामा आधारित हुनुपर्दछ । यदि तपाईंले परमेश्वरलाई आशाको श्रोत तुल्याउनुभएको छैन भने तपाईंको आशा केवल आकांक्षापूर्ण सोच, वा क्षणभङ्गुर विश्राम मात्रै हुन्छ । यथार्थमा भन्नुपर्दा, मैले तपाईंलाई जुन आशा प्राप्त गर्न अनुरोध गरिरहेकी छु, यो आशा संसारले परिभाषा दिने गरेको आशाभन्दा ज्यादै भिन्न आशा हो । ख्रीष्टियनहरुका आशाचाहिँ अटल, सर्वशक्तिमान, सर्वज्ञानी र सर्वदा-उपस्थित एकमात्रै सत्य परमेश्वर र उहाँका पुत्र येशू ख्रीष्टमा आधारित हुन्छ ।

तपाईंले यस आशालाई यसरी भन्न सक्नुहुन्छ : परमेश्वरविनाको आशाले तपाईंले हासिल गर्न सक्ने कुरा त्यति धेरै हुँदैनन् तर परमेश्वरमा निहित आशाले चाहिँ तपाईंले हासिल गर्न *नसक्ने थोक* पनि त्यति धेरै हुँदैनन् ।

परमेश्वरका छोराछोरीहरुले आशामा जिउन साहस गरेमा उनीहरुका जीवनमा के हुन्छ भन्ने कुरा निष्ठापूर्ण वचन पठन र अध्ययनले देखाउँदछ । पुरानो नियम र नयाँ नियमभरि हामीजस्तै मानव-त्रुटी र कमी-कम्जोरी भएका साधारण मानिसहरु देख्दछौं । उनीहरुले परमेश्वरले भविष्यमा गर्नुहुने महान् कार्यमाथि आशा राख्न चुनेकाले उनीहरु विषम परिस्थितिहरुमाथि विजयी भए । उनीहरुले आफ्नो विश्वास परमेश्वरमा स्थापित गरे ।

- हिब्रू पुस्ताहरु मिश्रमा पुस्तौंदेखि रहेको भए तापनि उन्मुक्तिको आशाले मोशालाई उनीहरुका निर्दयी तानाशाहदेखि छुट्कारा गर्ने सपना देख्ने बनायो ।

- इस्रायली सेनाहरु गोलियतको डरले लुकेको समयमा दाउदलाई विजयको आशाले "यस पलिश्तीलाई मार्ने र इस्रायलको अपमान हटाउने मानिसलाई के गरिदिने त ?" (१ शमूएल १७:२६) भनी प्रश्न गर्ने बनायो ?

- आफ्ना मानिसहरुलाई विनाश पार्ने हामानको दुष्ट योजनाको सामुन्ने केही गर्न सक्छु भन्ने एस्तर रानीमा भएको सकारात्मक आशाले उनलाई परम्परा तोड्ने र राजासित अनुरोध गर्ने साहस दियो ।

- जागिर, इष्टमित्र, अनि परिवार समेत छाडेर येशू नै प्रतिज्ञा गरिएको मसिह हुनुहुन्छ भन्ने आशाले आम मानिसहरुलाई सबै थोक थाति राखेर येशूलाई क्रूससम्मै पछ्याउने बनायो ।

तपाईंले आशामा सबै किसिमका बन्धनहरु तोड्न सक्ने प्रकृति हुँदोरहेछ भनेर देख्नुभयो, होइन त ? तल प्रस्तुत प्रत्येक बाइबलीय उदाहरणमा, आशा चाहिँ प्रेरक-विचार वा पल भरमा बित्ने दिवा-सपनाभन्दा माथि रहेको देखिन्छ। बाइबलमा प्रर्दशित आशाचाहिँ *परमेश्वरमा-केही-पनि-असंभव-छैन* प्रकृतिको निभाउन नसकिने अग्नि-ज्वाला झैं थियो ।

- मोशाको निम्ति, आशाले नै बन्धनहरु तोडिए ।

- दाउदले आशाद्वारा नै कसैले सोध्न हिम्मत नगरेको प्रश्न गर्न साहस पाए ।

- एस्तर रानीलाई आशाले नै परमेश्वरले मेरा आफ्ना मानिसहरुलाई विनाशदेखि बचाउन मलाई प्रयोग गर्नुहुनेछ भनी सारा विषम परि स्थितिहरु बाबजुद पनि विश्वास गर्ने बनायो ।

- चेलाहरुलाई पनि आशाले नै नयाँ जीवन शुरुआत गर्न र संसार बदल्ने व्यक्तिहरु बन्न साहस दियो ।

आशाले तपाईंको जीवनमा पनि त्यस्तै कार्य गर्न सक्नेछ भन्ने मैले विश्वास गरेकी छु । त्यसकारण तपाईंले यो पुस्तक पढ्दैहुनुहुन्छ भनेर म उत्साहित भएकी छु। त्यसैले यस पुस्तकमा कथाहरु, बाइबलीय सिद्धान्तहरु, साथै जीवनका व्यावहारिक पाठहरु प्रयोग गर्न म उत्साहित भएकी छु ।

तपाईंले अगाडि लम्कन उत्साह भर्ने र *आफ्ना आशाहरु उच्च पार्ने* कथा, सिद्धान्त तथा व्यावहारिक पाठहरु हरेक पृष्ठमा भेट्नुहुनेछ ! आशासहित जिउने उद्देश्य बनाउनुहोस्...आशा दह्रिलो बनाउनुहोस् अनि आशारहित जिउदिनँ भन्नुहोस् !

तपाईंले आफ्नो जीवन कालमा महसुस गरे पनि नगरे पनि संसारले तपाईंलाई *आफ्ना आशाहरु उच्च नपार्नुहोस्* भनिरहेको हुन्छ । विगतका चोटहरु, वर्तमान नैराश्य, र भावी अनिश्चय सबैले तपाईंका आफ्ना अपेक्षाहरुलाई न्यूनीकरण गर्न तपाईंलाई यसरी सिकाइरहेका हुन्छन् –*बुद्धिमान बन, चुपचाप बस, धेरै अपेक्षा नगर नत्र तिमी निराश बन्न सक्छौं ।*

गर्भ परीक्षण सकारात्मक देखिएको छ...*आफ्ना आशाहरु उच्च नपार्नुहोस्; पहिला के भएको थियो याद होला नि ?* तपाईंलाई चित्त दुखाउने व्यक्तिले क्षमा माग्दछ अनि सम्बन्ध पुनर्स्थापित गर्न चाहन्छ... तपाईंका आशाहरु उच्च नपार्नुहोस्; उसले तपाईंलाई फेरि त्यस्तै व्यवहार गर्न सक्छ । कामको उत्साहवर्द्धक अवसरको ढोका खुल्दछ, *आफ्ना आशाहरु उच्च नपार्नुहोस्; सायद तपाईंले त्यसमा सफलता नपाउनुहोला ।*

तर आशाविहीन जीवन त खासै जीवन नै होइन । तपाईंले भन्नुहोला, होशियार भए भइहाल्छ नि ! *जोयस, दुःख पाउनुभन्दा त सुरक्षित हुनु नै राम्रो हो* ! तर वास्तवमा तपाईंलाई भित्रभित्रै डरले चिमोटिरहेको हुन्छ । तपाईं चोट लाग्ला कि, निराश बन्नुपर्ला कि, जोखिम मोल्नु पर्ला कि भन्ने डरले सताइनु भएको हुन्छ । कुनै घटना वा कारणद्वारा डर विद्यमान हुन्छ । सायद, जीवनमा ज्यादै चर्को पीडाबाट गुज्रिरहनु भएको होला साथै अनेक थरिका हतोत्साहपूर्ण तथा निराशजनक अनुभूति गर्नुभएको होला । अनुभवले तपाईंलाई कहिल्यै पनि केही परिवर्तन हुनेवाला छैन भन्ला तर परमेश्वरको वचनले त झनै सकारात्मक कुरा बताउँदछ । वचनले भन्दछ– सबै कुरा परमेश्वरमा संभव हुन्छ !

अब यो समय तपाईंको जीवनको परिवर्तनको घडी हो ! उत्तम सम्बन्ध, उत्तम अवसर, उत्तम दाम्पत्य जीवन, शुभ खबर, उत्तम प्रतिफल

र उत्कृष्ट जीवनजस्ता उत्तमै-उत्तम कुराको आशा राख्न परमेश्वरमा यथेष्ठ भरोसा राख्नुहोस् । आज मेरो जीवनमा कुनै असल कुरा हुनेछ भनेर अपेक्षा राख्नुहोस् !

तपाईंले उत्तम जीवन पाउनुभएको परमेश्वर चाहनुहुन्छ । यो कुरा साँचो हो कि होइन भनेर तपाईंमा शंका उब्जन्छ भने, जब परमेश्वरले येशूलाई पठाउने कार्य गर्नुभयो, त्यो कार्य नै परमेश्वरले दिनुभएको उत्तम थोक थियो भनी झट्टै सम्झनुहोस् । तपाईंले मुक्तिको उपहार ग्रहण गर्नुभएमा तपाईंले स्वर्गमा अनन्त समय उपभोग गर्न सक्नुभएको होस् भन्ने हेतुले येशू मर्नुभयो । त्यति मात्रै होइन, तपाईंले यही धरतीमा नै प्रशस्तको जीवन उपभोग गर्न पाउनु भएको होस् भन्ने हेतुका लागि पनि उहाँ मर्नुभयो ।

यूहन्ना १०:१० मा येशूले भन्नुभयो,"म त तिनीहरुले जीवन पाऊन्, र त्यो प्रशस्त मात्रामा पाऊन् भन्ने हेतुले आएँ ।"

जब तपाईंले यो पुस्तक पूरै पढ्नुहुन्छ, मलाई आशा छ–परमेश्वरले मैले "प्रशस्तको जीवन जीवन पाएको र जीवन उपभोग गरेको" चाहनु हुँदोरहेछ भनेर तपाईंले बुझ्नुहुनेछ । तपाईंको निम्ति परमेश्वरले हरेक साल, हरेक दिन र हरेक क्षण आत्मिक रुपमा, मानसिक रुपमा, संवेगात्मक रुपमा, सम्बन्धनात्मक रुपमा साथै भौतिक रुपमा उत्तम कुरा चाहनुहुन्छ। र, जब तपाईंले परमेश्वरले मेरो निम्ति असल कुरा चाहनु हुँदोरहेछ भनेर थाहा पाउनुहुन्छ, तपाईं आशाले भरपूर नभई रहनै सक्नुहुन्न । परमेश्वरले तपाईंका सारा आवश्यकताहरु पूरा गर्न र अरुहरुलाई सहायता पुऱ्याउन तपाईंलाई सक्षम तुल्याउनुहुन्छ ।

त्यसैले यदि आज तपाईं दुःखित हुनुहुन्छ भने, यदि तपाईंलाई परि स्थितिहरु सकारात्मक बन्ला कि नबन्ला भनेर शंका लागिरहेको छ भने ... *आफ्ना आशाहरु उच्च पार्नुहोस् ।*

यदि तपाईं जीवनमा जसोतसो जिइरहनुभएको छ, मन-लागे-पनि मन-नलागे-पनि कुनै कार्यमा अल्झिरहनुभएको छ तर तपाईं अझै केही

नवीन कुरा अपेक्षा गरिरहनुभएको छ भने ... *आफ्ना आशाहरु उच्च पार्नुहोस् ।*

यदि तपाईं छोराछोरी हुर्काइरहुनभएको छ, उनीहरुका भविष्य के होला भनेर सोच्दै हुनुहन्छ भने ... आफ्ना आशाहरु उच्च पार्नुहोस् ।

यदि तपाईंले रोमाञ्चक नवीन कार्य शुरुआत गर्दै हुनुहुन्छ, आफूले कहिल्यै नउठाएको जोखिम उठाउन लाग्दै हुनुहुन्छ भने ...*आफ्ना आशाहरु उच्च पार्नुहोस् ।*

जब तपाईं आफ्ना आशाहरु उच्च बनाउने साहस गर्नुहुन्छ, तपाईंका जीवनका परिस्थितिहरु बद्लिन थाल्नेछन् । विश्वासको वृद्धि हुँदछ, आनन्द फर्किन्छ, अनि शान्तिले राज्य गर्दछ । त्यसैले, यदि तपाईं *जे भइरहेको छ, त्यसैमा चित्त बुझाउँदै हुनुहुन्छ, वा अर्को पालि भाग्यले साथ देला नि* भन्ने सोचमा हुनुहुन्छ भने सायद तपाईंले यस पुस्तकलाई अहिले नै पढ्न छोड्नु पर्छ होला ।

तर यदि तपाईं परिवर्तनको निम्ति तयार हुनुहुन्छ भने – यदि तपाईं अझै उत्तम कुराको निम्ति तयार हुनुहुन्छ भने यो पुस्तक पढ्न नछोड्नुहोस् । ज-जसले आशा अङ्गालेका हुन्छन्, उनीहरुका जीवनलाई सुन्दर ढङ्गमा जीवन रुपान्तरण गरिदिने सूत्र हुन्छ–आशासित । आशाचाहिँ विचार र कल्पनाको प्रेरक तत्त्व (हितोपदेश २४:१४) हेर्नुहोस्, जीवन सङ्ग्रामका तुफानहरुमा हामीलाई स्थिर तुल्याउने लङ्गर (हिब्रू ६:१९) हेर्नुहोस्, उत्तम जीवन निर्माण गर्न हामीलाई आँट दिने आत्म-बल (हितोपदेश २३:१८) हेर्नुहोस् र हामी कहिल्यै एक्लो हुँदैनौं भन्ने बोधपूर्ण ढाडस (रोमी ५:५ हेर्नुहोस्) हो ।

यदि यो कुरा तपाईंलाई असल लाग्यो भने तपाईंले धेरै लामो समयदेखि नगरी रहनुभएको कुनै थोक आँट्न यथेष्ठ साहस बटुल्नुहोस् : आफ्ना आशाहरु उच्च पार्नुहोस् । तपाईंले जे गर्नुभयो, त्यसमा तपाईं खुशी हुनुहुनेछ, किनकि परमेश्वर तपाईंप्रति अनुग्रही बन्न पर्खिरहनुभएको हुन्छ ।

खण्ड १

माथि-माथि बढ्ने आशा

... तर परमप्रभुमा आशा राख्नेहरुको शक्ति नयाँ हुनेछ । उनीहरु चीलझैं माथि-माथि उड्नेछन् ...

यशैया ४०:३१

प्राय: मानिसहरुले आफूसित भएकोभन्दा बढी आशा गर्नु लोभी बन्नु वा गलत हो भन्ने कुरा सोच्ने गर्दछन् । हो, यो कुरा सत्य हो– हामीसित जे छ, त्यसैमा हामी सन्तुष्ट खुशी हुनुपर्दछ । तर, हामीले चाहेका कुराहरु असल प्रयोजनका निम्ति हुन् भने त्यस्ता असल कुरा माग्नु जायज हुँदैन किमार्थ भन्न खोजिएको होइन । एकै समयमा सन्तुष्ट बन्नुको साथै अझै धेरै चाहना राख्ने व्यक्ति कसरी बन्न सक्छौं ? मेरो जीवनमा अहिले जे जति छ, म ती सबै कुराप्रति अत्यन्तै सन्तुष्ट छु । म विश्वास गर्दछु– मेरो जीवनमा परमेश्वरको समय चुक्दैन । मेरो आनन्द र सन्तुष्टि ख्रीष्टमा भएको हुनाले म एकदमै खुशी बन्न सक्छु । त्यसकारण म त्योभन्दा बढी अन्य थोक कहिल्यै चाहन्न । यद्यपि, परमेश्वरले मलाई जतिसम्म जान अनुमति दिनुहुन्छ त्यतिसम्म जाने र मानवीय सामर्थ्यले जति भ्याउँछ त्यतिसम्म परमेश्वर र अरुहरुका सेवा गर्ने इच्छा भएको हुनाले यही बखत म अझै धेरै कुरा पाउन चाहन्छु । परमेश्वरले मलाई दिनुहुने सर्वोत्कृष्ट जीवनभन्दा म न बढी चाहन्छु न त घटि नै !

जीवनमा परमेश्वरबाट अझै धेरै कुरा चाहन्छु, उहाँसित अझै नजीक, अझै घनिष्ठ भएर जिउन चाहन्छु (फिलिप्पी ३:१०) । म अझै ज्ञान-बुद्धि, अझै स्थिरता, र अझै असल मित्रहरु चाहन्छु । म मेरा छोराछोरीहरुका निम्ति अझै उत्तम कुरा चाहन्छु । अनि, अझै धेरै मानिसहरुले प्रभु ख्रीष्ट येशूलाई आफ्ना मुक्तिदाताको रुपमा स्वीकार गरुन् भन्ने चाहन्छु । अझै धेरै आश्चयकर्म, चङ्गाइ, तहल्का, र शक्ति देख्न चाहन्छु । हामीसित जे जति छन् ती कुरामै चिन्तारहित भएर बसेसम्म हामी सन्तुष्ट बन्न सक्छौं

भन्ने मैले साँचो रुपमा विश्वास गरेकी छु । तर असल उद्देश्यका खातिर र ठीक समयमा अझै धेरै कुरा पनि हामी इच्छा गर्न सक्दछौं (फिलिप्पी ४:११,१९) ।

परमेश्वरले दिनुहुने वा गर्न सक्नुहुने कुराभन्दा पनि सानो कुरामा सन्तुष्ट रहने व्यक्तिहरुले परमेश्वरको महान्तालाई छेकिरहेका हुन्छन् भन्ने मलाई लाग्दछ । परमेश्वरले त हाम्रो जीवनको हर क्षेत्रमा आफूलाई सबल प्रस्तुत गर्न चाहनुहुन्छ । उहाँ अत्यधिक रुपमा, प्रशस्त मात्रामा, हामीले माग्न वा सोच्न हिम्मत समेत गर्न नसक्ने अझै परको थोक, तथा हाम्रा उच्चत्तम प्रार्थना, इच्छा, विचार, आशा र सपनाहरुभन्दा असीमित परको कार्य गर्न सक्षम हुनुहुन्छ (एफिसी ३:२० हेर्नुहोस् ।)

अध्याय १

आफ्नो आशाको तह उच्च पार्नुहोस्

परमप्रभुको प्रतीक्षा गर । बलिया होओ, तिम्रो हृदय साहसिलो होस्, र परमप्रभुकै प्रतीक्षा गर ।

भजनसङ्ग्रह २७:१४

"उच्च अपेक्षाहरु सबै थोकका कुञ्जी हुन् ।"

–साम वाल्टन

म तपाईंलाई बेटी नाम गरेकी एक जना स्त्रीको कथा भन्न चाहन्छु । उनी विश्वासी हुन् । उनी नियमित रुपमा बाइबल अध्ययन गर्दछिन् । अनि, उनी महिनामा एक पटक घर नभएकाहरुलाई कम्बल बाँड्ने स्वयम्सेविकाको रुपमा खट्ने गर्दछिन् । उनका कार्यहरु असल लाग्दछन्, होइन र ?

हजुर, तपाईंले बेटीको बारेमा बुझ्नु पर्ने अन्य कुराहरु पनि छन् । बेटीको अनुपस्थितिमा उनका साथीहरु उनलाई "अशुभ बेटी" भन्ने गर्दछन् । उनीहरुलाई त्यो नाम निको लाग्दैन तर सबै कुरा विचार गर्दाखेरि बेटीले त्यो उपनाम कमाएकी छिन् । उनी हरेक परिस्थितिमा अनिष्ट मात्रै अपेक्षा गर्ने, बोल्ने अनि अनुभूत गर्ने स्वभावकी स्त्री हुन् । यस बारेमा एउटा उदाहरण प्रस्तुत गर्नेछु ।

गत गृष्म ॠतुमा बेटी र उनको श्रीमान फिल आफ्ना दुई जना नानीहरु विल र मेगनसित पारिवारिक विदा मनाउन गए । फिल प्रेमिलो पति हुन्, विल र मेगन असल नानीहरु हुन् तर बेटीले उनीहरुबाट कहिल्यै पनि सकारात्मक र असल अपेक्षा राख्दिनन् । उनीहरुका खातिर पनि उनमा सकारात्मक विचार केही हुँदैन । वास्तवमा, उनी नकारात्मक कुरा मात्रै सोच्ने प्रवृति भएकी हुनाले उनले आफ्नो पति र नानीहरुलाई पनि त्यस्तै नकरात्मक उपनामहरु दिन्छिन् ।

महिनौंदेखि फिल र बेटीले एउटा लोकप्रिय गन्तव्य स्थलमा विदा मनाउने योजना बनाएका थिए । तर यात्राका दिनहरु नजिकिँदै जाँदा बेटीले विकराल समस्या देख्न थालिन् । उनीहरु आफ्नो गन्तव्य स्थलतिर ३०० माइल पर हुँइकिदै गर्दा बेटी गनगन गर्न थालिन्,"यो सोच राम्रो भएन । पार्कभित्रको हरेक क्रियाकलापको लहर एक माइल हुन्छ होला । होटल पनि विज्ञापन गरेजस्तै पक्कै राम्रो छैन । म बाजी ठोक्छु–यो हप्ताभरि पानी पर्नेछ ।" फिल र नानीहरुले बेटीलाई सबै कुरा ठीक हुनेछ –हरेक परिस्थितिलाई मजाले सदुपयोग गरौंला भनेर आश्वस्त पार्न खोजे । तर बेटीको तीते-करेली अनुहारमा केही परिवर्तन देखिएन । विचरा फिल, विल र मेगनका निम्ति ३०० माइल त दिक्कलाग्दो हजारौं माइलझैं बन्न पुग्यो ।

विदा मनाइ त बेटीले जे सोचेकी थिइन् त्यस्तै भयो भन्दाखेरि उपयुक्त हुन्छ । पानी पार्कमा लहर साबिकको भन्दा निकै लामो थियो । फिल, विल र मेगनलाई त्यसको केही प्रवाह भएन । उनीहरुका निम्ति त त्यो क्षण हाँसखेल गर्ने र अबचाहिँ यसो-त्यसो गर्ने भनेर योजना बनाउने अवसर बन्यो । तर बेटीचाहिँ घोर निराश भइन् ।" "यस्तै हुन्छ भनेर मलाई पहिलै थाहा थियो" उनी भुत्भुताइन् ।

उनीहरुले प्रथम साँझ खाना खान छानेको रेष्टुराँ पनि राम्रो थिएन । बेटी र फिललाई तपाईंहरुले अर्डर गर्नुभएको सफ्ट ड्रिंक सिधिएछ भनेर बेराले जानकारी दिइन् । फिलले अर्को भए पनि हुन्छ भने; तर बेटीले चाहिँ चुक-अमिलो खाएझैं अनुहार बनाइन् । "क्या दिक्कलाग्दो !" खुइय गरिन् ।

तर सबैभन्दा खत्तम त झन होटलको कोठा थियो । जब सपरिवार सुत्न कोठाभित्र छिरे, टि.भि. बिग्रिएको रहेछ । "मलाई थाहा थियो ! मलाई थाहा थियो ! मलाई थाहा थियो !" "यो होटल नराम्रो छ भनेर त मलाई पहिलै लागेको थियो" रिसले चुर भएकी बेटी भुत्भुताइन् । फिलले स्वागत कक्षमा फोन गरे । मर्मतकर्ताले तुरुन्तै नयाँ टि.भि. लिएर आयो, तर पहिले बिग्रिसकेको रहेछ । अपशकुन बेटीले अशुभ विदा मनाइन्...उनले जे अपेक्षा गरेकी थिइन्, त्यस्तै नै भयो ।

हृदयको समस्या

बेटीको कथा कहिलेकाहीँ तपाईं र मजस्तै धेरै नकारात्मक बनिदिने कुनै व्यक्तिको काल्पनिक कहानी हो । हामी सबैले आफूभित्र निराशावादी प्रवृतिहरु र दुर्बल अपेक्षाहरुसित जुधेको अनुभूति गरेका हुन्छौं । हामी मौसमलाई "आंशिक घमाइलो" को साटो "आंशिक धुमिएको" भन्दछौं, गिलासलाई "आधा भरिएको" को रुपमा देख्नुको साटो "आधा खाली" देख्दछौं ।

बेटीलाई उनका नकारात्मक अपेक्षाहरुले उनलाई गृष्म विदा मनाउनदेखि बञ्चित गऱ्यो तर अधिकांश मानिसहरुलाई तिनका नकारात्मक अपेक्षाहरुले जीवनमा रमाइलो गर्नदेखि बञ्चित गरिरहेका हुन्छन् । उनीहरु हरेक दिन नकारात्मक, दोष-खोजा, आलोचनात्मक प्रवृतिहरुमा जिइरहेका हुन्छन् । उनीहरु नकारात्मक कुरा मात्रै अपेक्षा गर्न व्यस्त हुने भएकाले सकारात्मक कुरा त विरलै अपेक्षा गर्दछन् । जब काम-कुरो बिग्रन थाल्दछ, उनीहरु सोच्न थाल्दछन्– *आजको दिन त्यति शुभ छैन भनेर मलाई लाग्दैथ्यो* तर जब काम-कुरा सुचारु भइरहेको हुन्छ, उनीहरु सोच्दछन्–*सायद, यो धेरै टिक्दैन* । शिखरमा वा बेंशीमा चाहे असल दिनहरु होऊन् वा खराबै होऊन्, उनीहरु आफ्नो जीवनलाई रमाइलो तुल्याइरहेका हुँदैनन् ...किनकि जीवनलाई रमाइलो पार्न सकिन्छ भनेर उनीहरुले कहिल्यै अपेक्षा गरेका हुँदैनन् । सायद, तपाईं र म बेटीजतिकै नकारात्मक त छैनौं होला, तर छातीमा हात राखेर भन्नुपर्दा, नैराश्यको कुनै न कुनै हदले हाम्रो जीवनमा विनाशकारी असर त पारेकै हुन्छ । सकारात्मक कुरामा विश्वास गरेर परमेश्वरले गर्नुहुने कार्य हेर्न किन ढोका नखोल्नु त ?

निम्छरा अपेक्षाहरु केही दिक्कलाग्दा गुनासाहरुभन्दा वा सायद मनस्थिति खराब हुँदाको अनुभूतिभन्दा पनि अझै बढी हुन् । दुर्बल अपेक्षाहरु गंभीर समस्या, अर्थात *आत्मिक* समस्याका लक्षणहरु हुन् । कुनै पनि व्यक्तिमा एउटा कुरा बाहेक अन्य केही अपेक्षा नगर्ने आदत निर्माण गर्ने नैराश्यहरुको इतिहास हुन सक्छ । कतिपय मानिसहरुमा यस्तो दुर्बल आत्म-स्वाभिमान हुने भएको हुन्छ कि उनीहरुले आफूलाई कति पनि योग्य

ठान्दैनन् । त्यसैले उनीहरु कहिल्यै पनि असल कुरा अपेक्षा राख्दैनन् । अनि, यस्ता पनि व्यक्तिहरु हुन्छन्, जोहरु परमेश्वर असल हुनुहुन्छ र उहाँले आफ्ना छोराछोरीहरुका निम्ति असल कार्य गर्नुहुन्छ भन्ने बुझेका हुँदैनन् । यी लक्षणहरुले उत्पन्न गर्ने हानिहरु गंभीर हुन्छन् । हामीले हाम्रा मनमा यस्तो-यस्तो भइरहेको छ भनेर उल्लेख गरेझैं शारीरिक रोगको पनि त्यसरी नै वर्णन गर्दछौं । यस समस्या बारे यसरी वर्णन गर्न सकिएला :

डाक्टर : तपाईं भन्नुहुन्छ, "म आत्मिक तथा भावनात्मक रुपमा कमजोर छु ।" तपाईंका लक्षणहरु के के हुन् ? मलाई भन्नुहोस् त !

बिरामी : हजुर, डाक्टर साप, भविष्य बारेमा मनभित्र नकारात्मक कुरा मात्रै खेल्छ । मेरो जीवनमा धेरै निराशाहरु छन् । म र मेरा परिवारको भविष्य उज्ज्वल हुनेछ भनेर यदाकदा मात्रै मभित्र आशा जाग्दछ ।

डाक्टर : तपाईंका लक्षणहरुले मैले जान्नु पर्ने सबै थोक बताइरहेका छन् । तपाईंमा नैराश्यको डरलाग्दो समस्या रहेछ ।

बेटीका समस्याहरु नकारात्क सोच, चिन्ता र गनगनहरु थिए । ती लक्षणहरु उनको हृदयको अवस्थितिद्वारा उत्पन्न समस्या हुन्, जसलाई नैराश्य भन्दछौं । उनले पारिवारिक विदा भव्य रमाइलो हुनेछ भनेर आशा गर्नुको साटो यस्ता नकारात्मक पक्षहरु मात्रै अपेक्षा गरिन् : *पङ्क्ति लामो भएकोले पर्खनु पर्ने होला । हामीले त राम्रो रेष्टुराँ पाउँदैनौं होला । होटल त खत्तम होला* । उनका ती सोचहरुमा कति पनि आशाको किरण भेटिन्न । यद्यपि, फिल, विल र मेगनमा चाहिँ फरक लक्षणहरु देखिन्थे । उनीहरुचाहिँ सकारात्मक, उत्साहित, हंसमुखी, र हरेक परिस्थितिलाई भरपूर सदुपयोग गर्न तम्तयार थिए । उनीहरु आशाले भरपूर थिए र उनीहरुका अपेक्षाहरु पनि सगर छुने खालकै थिए ।

स्मरण रहोस्, बेटी र उनका परिवार दुवै थरिका निम्ति परिस्थितिहरु उही थिए तर उनीहरुले ती परिस्थितिहरुप्रति प्रस्तुत गरेका प्रतिक्रिया शैलीहरुचाहिँ भिन्न थिए । उनीहरु सबै जना लामो लहरमा उभिएका थिए; उनीहरु सबैले एउटै रेष्टुराँमा खाना खाएका थिए; उनीहरु सबै जना उही बिग्रेको टि.भि. अगाडि बसेका थिए । जब त्यस्ता परिस्थितिहरु आए, ती

अपेक्षाहरुले उनलाई मर्नुअघि खुट्टा तान्नु भनेझैं तुल्याए । बाँकी परिवार सदस्यहरुका अपेक्षाहरुमाथि चुनौती थपिए तर उनीहरुले आशावादी र खुशी बन्ने उपाय रोजे । त्यही रोजाइले उनीहरुलाई हरेक पाइलामा जे जे आइपर्दछ त्यसमा रमाउँदै परिस्थितिहरुसित जुध्ने उपायहरु पत्ता लगाउन र अगाडि लम्कन सबल तुल्यायो ।

यही कुरालाई मनमा राखेर तपाईंलाई म महत्त्वपूर्ण प्रश्न गर्न चाहन्छु :

तपाईंका लक्षणहरु के के छन् ? यदि तपाईंले आफ्नो हृदयको साँचो मूल्याङ्कन गर्नुभयो भने हृदयमा के के भेट्नुहुन्छ होला

के तपाईं पनि हिजोभन्दा आज र आजभन्दा भोलि अझै असल हुनेछ भनी फिल, विल र मेगनजस्तै अपेक्षा राखेर भविष्य बारेमा रोमाञ्चित हुने व्यक्ति हुनुहुन्छ ? *परमेश्वरले मेरो जीवनमा अचम्मको कार्य गर्नुहुनेछ भन्ने सुखद आशा बोकेर के तपाईं हरेक बिहान बिउँझनु हुन्छ ?*

परमेश्वरले मेरो जीवनमा अचम्मको कार्य गर्नुहुनेछ भन्ने सुखद आशा बोकेर के तपाईं हरेक बिहान बिउँझनु हुन्छ ?

कि तपाईं अपशकुन बेटीझैं हुनुहुन्छ कि ? के तपाईंले आफूलाई नकारात्मक कुरा मात्रै अङ्गालिरहने व्यक्तिको रुपमा भेट्नुभयो ?

नकारात्मक थोक वास्तविक रुपमा घट्नु अघि नै के तपाईं ती सम्बन्धी चिन्तित भइरहनुभएको छ ? के तपाईं '*अर्को शुरु गरौं, यो त कहिल्यै होलाजस्तो छैन । यस्तो हुन्छ भनेर मैले थाहा पाएको हुँदो हो त । मलाई यो ठीक लागिरहेको छैन*' जस्ता वाक्यांशहरु प्रयोग गर्नु हुन्छ ?

विश्वासको सम्बन्ध

आशाको सहयात्रा थालनी गर्ने क्रममा हाम्रा हृदयको मूल्याङ्कन गर्नु एउटा अपरिहार्य अभ्यास हो किनकि परमेश्वरमा आशा र सकारात्मक *अपेक्षा* विश्वाससित अन्योन्याश्रित रुपमा जोडिएका हुन्छन् । छलफलको हेतुमा हामी सहजै भन्न सक्छौं–तपाईंको अपेक्षाको तह नै तपाईंको विश्वासको तह हो ।

मलाई ठूला-ठूला अपेक्षाहरु भएको कुनै एक जना व्यक्ति देखाइदिनुहोस्, अनि म तपाईंलाई सहासिलो विश्वासमा पाइला चाल्ने व्यक्ति देखाइदिनेछु ।

मलाई ठूला-ठूला अपेक्षाहरु भएको कुनै एक जना व्यक्ति देखाइदिनुहोस्, अनि म तपाईंलाई सहासिलो विश्वासमा पाइला चाल्ने व्यक्ति देखाइदिनेछु ।

स्मरण रहोस्, हामी परमेश्वरमा अपेक्षा स्थापित गर्ने विषयमा चर्चा गरिरहेका छौं । परमेश्वरमा अपेक्षा राख्नु भनेको सिर्फ सकारात्मक सोच राख्नुभन्दा फरक कुरा हो ; यो त परमेश्वरले तपाईं र तपाईंसित सम्बन्धित सबै कुरामा वास्ता गर्नुहुन्छ भनी उहाँमा भरोसा गर्ने कुरा हो ।

हाम्रो विश्वासले (हाम्रा सकारात्मक, आशावादी अपेक्षा) ले परमेश्वरलाई खुशी तुल्याउँदछ भनी परमेश्वरको वचनमा उल्लेख गरिएको छ (हिब्रू ११:६) । अनि, येशूले भेट्नुभएका मानिसहरुका विश्वास अर्थात उनीहरुका अपेक्षाले गर्दा उहाँले आश्चर्यकर्म गर्न परेको कुरा सुसमाचारका पुस्तकहरुमा धेरै पटक उल्लेख गरिएको छ (मत्ती ९:२९; मर्कूस ५:३४, लूका ७:५० र लूका १७:१९ हेर्नुहोस्) । त्यस्तै एउटा आश्चर्यकर्म मर्कूस १० अध्यायमा पाइन्छ । मलाई यो कथा साह्रै मन पर्छ । यो कथा अपेक्षाको औचित्यमा केन्द्रित भएको हुनाले आज पनि यो कथा तपाईं र मेरो निम्ति त्यतिकै सान्दर्भिक छ भन्ने मलाई लाग्दछ ।

मर्कूस १०:४६-४७

...उहाँहरु यरीहोमा आउनु भयो, र उहाँआफ्ना चेलाहरु र ठूलो भीडसहित यरीहोबाट निस्कनुहुँदा तिमैको छोरो बारतिमै, एउटा अन्धो भिखारी, बाटोको किनारमा बसिरहेको थियो । जब त्यसले उहाँनासरतका येशू हुनुहुन्छ भनी सुन्यो, तब कराएर त्यसले भन्न लाग्यो,"हे येशू, दाउदको पुत्र,ममाथि दया गर्नुहोस् ।"

यदि तपाईं यस कथाभित्र घोत्लिनुभयो भने बारतिमैले नकारात्मक कुरा मात्रै अपेक्षा गर्नु जायज थियो । उनी हरेक दिन रोडको किनारमा बस्ने दृष्टिविहीन भिखारी थिए । उनी भिखबाट प्राप्त खुद्रा पैसाद्वारा प्राण धान्न

कोसिस गर्दथे । उनी बडो दयनीय जीवन जिइरहेका थिए । र, यदि कसैले उनको अपेक्षा तह बारे चर्चा गरेको भए तपाईंको मनमा बारतिमैको झल्को आउँथ्यो होला । बारतिमैले यस्तो सोच्न सक्थे होलान्–*यो बेकार छ । यसो गरेर केही माखो मर्दैन । केही परिवर्तन हुनेवाला छैन । सायद येशूले मलाई मतलब पनि गर्नुहुँदैन होला । बेकारमा किन मेरा आशाहरु उच्च पारिराख्नु र ?* कसैले पनि उनलाई दोष लगाउनेवाला थिएनन् ।

बारतिमैले जीवनमा झन उच्च कुरा अपेक्षा गर्ने हिम्मत गरे । उनले केही नहुनुभन्दा केही हुन आएमा के होला भनेर घोत्लिन शुरु गरे । जब उनले "हे येशू, दाउदको पुत्र,ममाथि दया गर्नुहोस्" भनी सारा बुताले चिच्याउन थाले, उनको अपेक्षा तह "घटाउने" कुरा त्यहाँ केही थिएन । के तपाईंले उनको आवाजमा दृढता सुन्न सक्नुहुन्छ ? बारतिमैले कुनै पनि हालतले त्यो अवसर नगुमाउने अठोट गरेको अनुभूत हुन्छ । भीडमा भएका धेरै जना मानिसहरुले "उनलाई चुप लगाउन गाली गरे, हप्काए" (हेर्नुहोस् मर्कूस १०:४८) तापनि बारतिमै चुप भएनन् । येशू ठिङ्ग उभिनु भएर उनलाई नबोलाएसम्म बारतिमै झन ठूलो-ठूलो स्वरले चिच्याइरहे ।

जब बारतिमैलाई येशूकहाँ ल्याइयो, उहाँले लगभग कसैले नसोचेको प्रश्न बारतिमैलाई गर्नुभयो । यो नै यस कथाको अति उदेकको एउटा पक्ष हो । ५१ पदमा येशूले अन्धा बारतिमैलाई सोध्नुभयो,"के तिमी चाहन्छौ ? म तिम्रो निम्ति के गरुँ ?"

यो अनौठो प्रश्नझैं लाग्दछ, होइन त ? चेलाहरुले यस्तो सोचिरहेका थिए होलान्,–*'"के तिमी चाहन्छौ ? म तिम्रो निम्ति के गरुँ ?" के यो कुरा छर्लङ्ग छैन र ? यो मानिस अन्धो हो । तपाईं यस व्यक्तिलाई कसरी त्यस्तो प्रश्न सोध्न सक्नुहुन्छ ?'* तर येशूले झन गंभीर प्रश्न गरिरहनुभएको थियो –उहाँले बारतिमैलाई यस्तो सोधिरहनुभएको थियो : *तिमी के अपेक्षा गर्दछौ ? के तिमीले खाने कुरा मात्रै अपेक्षा गर्दैछौ ? के तिमीले हात समाएर डोऱ्याउने कोही व्यक्ति पर्खिरहेका छौ ? के तिमी कसैले केही दिए हुन्थ्यो भनेर आशा गरिरहेका छौ ?* यहाँ उल्लेखित सबै कुरा बारतिमैलाई साँच्चिकै खाँचो थियो । र, यदि उनी अल्प विश्वासमा जिएका भए, उनले माथि उल्लेखित कुनै एउटा कुरामा चित्त बुझाएर बस्नु पर्ने हुन्थ्यो ।

तर बारतिमैमा उच्च अपेक्षा तह थियो । जब येशूले उनलाई सोध्नुभयो, “के तिमी चाहन्छौ ? म तिम्रो निम्ति के गरुँ ?”, उनी हिच्किचाएनन्, उनले सोचिरहन पनि परेन, धेरै पो भनें कि भनेर पनि मनमा कुरा खेलाउन परेन । बारतिमैले साहसपूर्वक जबाफ दिए,“प्रभु, मलाई दृष्टि दिनुहोस् ।” सायद, बाँकी कथा त तपाईंलाई थाहै होला । बारतिमैको विश्वासले येशूको मन पग्लियो । पद ५२ ले भन्दछ : “येशूले त्यसलाई भन्नुभयो, तिम्रो बाट लाग, तिम्रो विश्वासले तिमीलाई निको पारेको छ । तब तुरुन्तै त्यसले दृष्टि पायो, र बाटोमा येशूको पछिपछि लाग्यो ।”

परमेश्वरबाट प्राप्त हुने असल कुरामा विश्वास गर्न बारतिमै निकै सहासी बनेका हुनाले उनले प्रभु येशू ख्रीष्टबाट जे पाउनुपर्ने थियो, त्यही पाए । तपाईंको जीवनमा पनि यही कुरा लागू हुन्छ । त्यसैले तपाईं जस्तो किसिमको जिउन गइहरनुभएको छ, त्यसको निम्ति तपाईंको अपेक्षा तह अत्यन्तै महत्त्वपूर्ण हुन्छ । यदि तपाईंले आफ्नो जीवनमा परमेश्वरले गर्नुहुने महान् कार्यको अपेक्षा गर्नुहुन्न भने, उहाँले सो कार्य गर्नुहुनेछैन । तर यदि तपाईंले आफ्नो अपेक्षा तह माथि उठाउने सहास गर्नुहुन्छ र मेरो जीवनमा परमेश्वरले महान् कार्य गर्नुहुन्छ भनी अपेक्षा गर्न शुरु गर्नुहुन्छ भने, परमेश्वर मेरो पक्षमा हुनुहुन्छ र उहाँसित मेरो जीवनको निम्ति सुन्दर योजना छ भनी जानेर तपाईं सपना देख्न, विश्वास गर्न, प्रार्थना गर्न र सकारात्मक साहससहित पाइला चाल्न थाल्नुहुनेछ ।

परमेश्वरबाट असल कुराहरु अपेक्षा गर्न जायज हो कि होइन भनेर तपाईंलाई द्विविधा भइरहेको छ भने यहाँ प्रस्तुत धर्मशास्त्रको खण्ड ध्यान दिएर पढ्नुहोस् अनि यसमा मनन गर्नुहोस् ।

परमेश्वर मेरो पक्षमा हुनुहुन्छ र उहाँसित मेरो जीवनको निम्ति सुन्दर योजना छ ।

तापनि तिमीहरुमाथि अनुग्रह गर्न परमप्रभु इच्छा गर्नुहुन्छ । तिमीहरुमाथि दया देखाउन उहाँउठ्नुहुन्छ, किनकि परमप्रभु न्याय गर्नुहुने परमेश्वर हुनुहुन्छ । उहाँको प्रतीक्षा गर्ने सबै धन्यका हुन् !

यशैया ३०:१८

परमेश्वरले कसलाई अनुग्रह प्रकट गरौं भनी मानिसहरु खोजिरहनुभएको छ । र, यदि तपाईं परमेश्वर मप्रति कृपालु भइदिए हुन्थ्यो भनी अपेक्षा गरिरहनुभएको छ भने तपाईं योग्य ठहरिनुभयो । अन्य कुराभन्दा पनि परमेश्वर महत्त्वपूर्ण हुनु भएकोले परमेश्वर स्वयम्कै चाह गर्नुहोस् । तर स्मरण रहोस्, तपाईंलाई आवश्यक पर्ने अन्य सबै थोक उहाँसँगसँगै प्राप्त हुँदछन् ।

तपाईंको अपेक्षा तह उच्च पार्ने तिन चरणहरु

सायद तपाईंले यो अध्याय पढेर सोच्दै हुनुहुन्छ होला : *जोयस, कुरा त साह्रै राम्रो छ, तर अझ धेरै कसरी अपेक्षा गर्न सकुँला र ? म त खुब दौडधुप गरिरहेको हुन्छु । बिल तिर्नुदेखि लिएर बालबालिकालाई खुवाउने अनि कम्पनी सञ्चालन गर्न मलाई हम्मे-हम्मे परिरहेको हुन्छ । यहाँसम्म आइपुग्न सकूँ भनेर कडा श्रममा सारा जीवन बिताएको छु । खै, यस्तो अवस्थामा आफ्नो अपेक्षा तह कसरी उच्च पार्नु होला ?*

विश्वास सम्बन्धी हजारौं पुस्तकहरु लेखिएका छन् । विश्वास बारेमा धेरै कुरा बताउन सकुँला तर तपाईंको निम्ति तीन ओटा सरल चरणहरु प्रस्तुत गर्न चाहन्छु, जुन आजैदेखि तपाईंले शुरु गर्न सक्नुहुन्छ । यी सरल चरणहरुले तपाईंलाई आफ्नो अपेक्षा तह उच्च पार्न सहयोग पुऱ्याउनेछन् :

१. विश्वास गर्नुहोस्

परमेश्वरका छोराछोरीहरु यही कारणले "विश्वासी" भनिएका हुन् । जब तपाईंमा शङ्का उत्पन्न हुन खोज्दछ, लत्तो छोडुँ झैं लाग्दछ, केही गर्न नौनारी गले झैं हुँदछ, बरु झन विश्वास स्थापित गर्नुहोस् ।

> *जब तपाईंमा शङ्का उत्पन्न हुन खोज्दछ, लत्तो छोडुँ झैं लाग्दछ, केही गर्न नौ नारी गले झैं हुँदछ, बरु झन विश्वास स्थापित गर्नुहोस् ।*

आत्म-बल तपाईंको विश्वासको आधार हो । परमेश्वरको वचनमा विश्वास गर्नुहोस् । परमेश्वरका प्रतिज्ञाहरु सत्य छन् भनी विश्वास गर्नुहोस् । परमेश्वरले मलाई प्रेम गर्नुहुन्छ र

मेरो भविष्यको निम्ति परमेश्वरसित सुन्दर कुरा छ भनी उहाँमा विश्वास राख्नुहोस् । येशूले भन्नुभयो : यदि हामीले विश्वास मात्रै गऱ्यौं भने हामीले परमेश्वरको महिमा देख्नेछौं (यूहन्ना११:४० हेर्नुहोस्) । महिमा भनेको परमेश्वरको सारा सर्वोत्कृष्टताको प्रकटिकरण हो ।

२. माग्नुहोस्

याकूब ४:२ ले भन्दछ : "तिमीहरुसित हुँदैन, किनभने तिमीहरु परमेश्वरसँग माग्दैनौ ।" परमेश्वरले मेरो जीवनमा चाहिने सबै थोक पूरा गरिदिनुहुनेछ भनेर तपाईंले विश्वास गर्न चुनिसकेपछि अगाडि बढ्नुहोस् अनि ती आवश्यकताहरु पूरा गरिदिन परमेश्वरसँग बिन्ती गर्नुहोस् । परमेश्वरलाई आफ्ना सपनाहरु बताउनुहोस् । येशू प्रभुले बारतिमैलाई "के तिमी चाहन्छौ ? म तिम्रो निम्ति के गरुँ ?" भनेर सोध्नुभए झैं उहाँले तपाईंलाई पनि त्यही प्रश्न गरिरहनुभएको छ । परमेश्वरले मात्र गर्न सक्नुहुने कार्यको निम्ति प्रभुसित बिन्ती गर्न यथेष्ठ सहासी बन्नुहोस् । सिधा भन्नुपर्दा, हामी सबैले परमेश्वरको इच्छा खोजी गर्नुपर्दछ र हामीले मागेको कुरा हाम्रो निम्ति सही छैन भने परमेश्वरले त्यो माग पूरा गर्नुहुन्न बरु उहाँले हामीले मागेभन्दा पनि झनै उत्तम कुरा पो दिनुहुनेछ भनेर विश्वास गर्नुपर्दछ ।

३. आशा राख्नुहोस्

दिन-दिनको जीवनमा परमेश्वरले मेरो प्रार्थनाको जबाफ दिइरहनुभएको छ, मेरा आवश्यकताहरु पूरा गरिरहनुभएको छ साथै उहाँको इच्छाअनुसारका मेरा सपनाहरु साकार तुल्याइरहनुभएको छ भन्ने कुरामा सकारात्मक विश्वास गर्नुहोस् । तपाईंले जे इच्छा गर्नुभएको छ, सो कुराको लक्षण केही नदेखिए तापनि वा तपाईंले सोचेजस्तो जबाफ नआए पनि त्यसको अर्थ परमेश्वर निस्क्रिय हुनुहुन्छ भन्ने होइन । निरन्तर आशावादी सोंच राख्नुहोस् अनि परमेश्वरले गरिरहनुभएको हरेक कार्य नियाल्न दृढ बन्नुहोस् । तपाईंले इच्छा गर्नुभएका वा तपाईंलाई अहिले नै जरुरत भएका थोकको प्रतीक्षा गरिरहँदा ती थोकका निम्ति परमेश्वरमा धन्यवादी हुनुहोस् ।

आज तपाईंले परमेश्वरसित अझै घनीभूत सम्बन्ध, उहाँको वचनको अझै गहन ज्ञान, बलियो पारिवारिक जीवन, आर्थिक प्रगति, विद्यालय पुनः भर्ना हुने मौका, सेवकाइ अवसर, नवीन शुरुआत जस्ता जे जे कुरा अपेक्षा गरिरहनुभएको भए पनि (यदि यी कुरा तपाईंका हृदयमा साथै परमेश्वरको वचनअनुसार छन् भने) विश्वास गर्नुहोस्, माग्नुहोस्, अपेक्षा गर्नुहोस्, अनि पर्खनुहोस् ।

उच्च अपेक्षादेखि प्राप्त हुने साँचो परिवर्तन

तपाईंको अपेक्षा तह जति माथि छ, तपाईंको जीवन पनि त्यति मात्रै माथि जानेछ । तपाईंका अपेक्षाहरुले तपाईंका वरिपरिका वातावरण वा परिस्थितिहरुलाई तुरुन्तै परिवर्तन त गरिहाल्दैनन् तर ती वातावरण वा परिस्थितिहरुप्रति तपाईंले प्रस्तुत गर्ने प्रतिक्रियाका शैलीहरु परिवर्तन हुनेछन् ।

तपाईंको अपेक्षा तह जति माथि छ, तपाईंको जीवन पनि त्यति मात्रै माथि जानेछ ।

तपाईंका अपेक्षाहरुले **तपाईंलाई** नै परिवर्तन गर्दछन् । ती अपेक्षाहरुले तपाईंलाई तपाईंका आफ्ना परिस्थितिहरुमा परिवर्तन आउनेछ भनेर आनन्दित मनले पर्खिरहन सबल तुल्याउँदछन् । तिनले तपाईंलाई मेरो जीवनमा परमेश्वरको महान् योजना छ भनेर भरोसा गर्ने सहासिलो, निर्धक्क अनि आनन्दपूर्ण विश्वासी बन्ने तुल्याउँदछन् ।

यहाँ एउटा सरल कथा प्रस्तुत गर्न लाग्दैछु । यस कथाले महान् अपेक्षाहरुद्वारा प्राप्त हुने आनन्द प्रदर्शन गर्दछ :

एकादेशमा उस्ता-उस्तै अनुहार भएका जुम्ल्याहाहरु थिए । उनीहरु एउटा कुरामा बाहेक सबै थोकमा उस्तै थिए । एक जनाचाहिँ सबै परि स्थितिमा जीवनको पूर्णिमा मात्रै देख्ने खालका थिए । अर्कोचाहिँ हरेक परिस्थितिमा समस्या मात्रै देख्ने घोर निराशावादी थिए ।

तिनका आमाबाबु आफ्ना दुई जना छोराहरुमा देखा परेका आशावाद र निराशावादका अतिधार बारे साह्रै चिन्तित थिए । त्यसैले उनीहरुले

आफ्ना छोराहरुलाई डाक्टरकहाँ लिएर गए । डाक्टरले उनीहरुलाई एउटा यस्तो योजना सुझाए : “छोराहरुका जन्मदिनमा निराशावादीलाई टलक्क टल्कने नयाँ मोटर साइकल र आशावादीलाई चाहिँ गोबर मलको एक थुप्रो मात्रै उपहार स्वरुप दिनुहोला ।”

त्यसो गर्नु निक्कै गाह्रो कुरा थियो । जे भए तापनि उनीहरुले आफ्ना दुवै छोराहरुलाई हरपल एक समान व्यवहार गरेका थिए । तर यस परि स्थितिमा उनीहरुले डाक्टरको सल्लाहलाई शिरोपर गर्ने निधो गरे । जब जुम्ल्याहाहरुको जन्म दिन नजिकियो, तिनका आमाबाबुले निराशावादीलाई मोटर साइकल मध्येकै अति महङ्गो मोटर साइकल उपहार स्वरुप दिए । जब उसले त्यो मोटर साइकल देख्यो, उसका मुखबाट निस्केका प्रथम शब्दहरु यस्ता थिए,“सायद, मोटर साइकल ठोक्किएर मेरा खुट्टाहरु भाचिन्छन् होला ।”

आशावादीलाई चाहिँ आमाबाबुले राम्ररी पोको पारेको मलको पोको उपहार स्वरुप दिए । उसले खोल्यो, ऊ केही बेर अकमक्क भयो । त्यसपछि, ऊ चिच्याउँदै बाहिर निस्क्यो र भन्न थाल्यो,“मलाई तपाईंहरुले बेकुफ बनाउन सक्नुहुन्न ! जहाँ यति धेरै गोबर छ, यता कतैतिर नजीकै पोनी (सानो जातको एक जातको घोडा) हुनुपर्दछ !”

आफ्ना आशाहरु उच्च पार्नुहोस् ।

म तपाईंलाई आजै आफ्ना अपेक्षाहरु उच्च पार्नुहोस् भनेर हौसला दिन चाहन्छु । तपाईंको परिस्थिति जस्तोसुकै देखिओस् त्यसको कुनै प्रवाह छैन; तपाईंले सामना गर्न लाग्नुभएको कुनै पनि समस्याभन्दा परमेश्वर सानो हुनुहुन्न, उहाँत झन विशाल हुनुहुन्छ । म त यस्तो अवस्थामा गुज्रिरहेको छु वा यहाँ छु, यस्तै रहेछ भन्ने नठान्नुहोस् ।

म त यस्तो अवस्थामा गुज्रिरहेको छु वा यहाँ छु, यस्तै रहेछ भन्ने नठान्नुहोस् ।

मेरो पृष्ठभूमि नै मेरो भाग्य रहेछ भनेर विश्वास नगर्नुहोस् । बरु, मेरो जीवनमा परमेश्वरले झन सुन्दर कार्य गर्न गइरहनुभएको छ भनेर विश्वास गर्नुहोस् ।

येशूले सोध्दैहुनुहुन्छ, “के तिमी चाहन्छौ ? म तिम्रो निम्ति के गरुँ ?” यो बडो गजबको प्रश्न हो, त्यसकारण अघि बढ्नुहोस् । अनि, आफ्ना आशाहरु उच्च पार्नुहोस् । यता कतैतिर नजीकै पोनी हुनुपर्दछ !

अध्याय २

अगुवालाई पछ्याउनु

मेरो प्राण तपाईंमा लुटुपुटु भएको छ,
तपाईंको दाहिने बाहुलीले मलाई सम्हाल्दछ

भजनसङ्ग्रह ६३:८

"हरेक मानिसको निधारमा परमेश्वरले लेखिदिनुभएको शब्द हो–आशा ।"

–भिक्टोर ह्यूगो, लेस मिज्रबल्स

सबैतिरका सबै युगका बालबालिकाले खेल्ने खेलहरुझैं अगुवालाई पछ्याउनु पनि संभवतः एकदमै साझा कुरा हुन सक्दछ। खेल पूर्व प्राथमिक स्कुलमा होस्, वा प्राथमिक स्कुलमा होस् वा पार्कमा साथीहरुसित खेल्दा होस्, कुनै न कुनै समयमा हरेक बालक वा बालिका दौंतरी साथीहरुसित सहभागी भएका हुन्छन् साथै अगुवा पछ्याउने रमाइलो खेल खेलेका हुन्छन् । तपाईंले खेलेको संझना छ ? तपाईंभन्दा अगाडिका व्यक्तिहरुले उनीहरुभन्दा अगाडिका व्यक्तिहरुका पाइलाहरुमा हिँडे तापनि आफूभन्दा अगाडिको व्यक्तिहरुका पाइलाहरुमा हिँड्न तपाईंलाई अप्ठ्यारो भएको के याद छ ?

'अगुवालाई पछ्याउनु' खेल बारेमा मलाई असाध्यै संझना हुने एउटा खेल छ । त्यस खेलको रमाहटचाहिँ अगुवाको क्षमतासित प्रत्यक्ष रुपमा जोडिएको हुन्थ्यो । यदि अगुवा जुम्सो, सिर्जनशीलता-शून्य, कमजोर दिशा-बोध भएको व्यक्ति भएमा खेल धेरै बेर टिक्दैनथ्यो । केटाकेटीहरुले त्यस खेलमा रुचि गुमाउने भएकाले उनीहरु अन्य खेलतिर लाग्ने गर्दथे । त्यस्तै गरी, यदि अगुवा वेगवान, अति जोशिलो, हाकिम-पाराको, जब्बरे भएमा त्यो खेल पनि त्यति धेरै टिक्दैनथ्यो । कारण, कोही पनि टिकिरहन सक्दैनथिए । खेललाई सफल तुल्याउन हामीलाई ठीक अगुवा अर्थात ठीक गतिमा हिँड्ने, खेललाई रोचक तुल्याइरहने अनि हामी जान चाहेको दिशातिर डोऱ्याउने

अगुवाको जरुरत पर्दथ्यो ।

नेतृत्व प्रमुख कुरा हो । यो कुरा सही हो, त्यसैले नेतृत्वलाई बाल्यकालेखि किशोर अवस्थासम्म, अनि हामी “प्रौढ संसार” मा प्रवेश गर्दासम्म पनि पुनर्बलीकरण गरिरहनुपर्दछ । यदि तपाईंसित दक्ष कोच भएमा सायद तपाईंको टिम निकै सफल टिम बन्थ्यो । यदि तपाईंले अभिप्रेरित तथा उत्साही शिक्षक पाउन अवसर पाउनु भएको भए, सायद तपाईंले अन्य विषयमा भन्दा अझै बढी कुनै विषयमा दक्षता राख्नुहुन्थ्यो होला । यदि तपाईंको हाकिमले तपाईंलाई उत्कृष्ट बन्ने चुनौती दिनुभयो र तपाईंलाई सफल हुने स्थानमा राख्नुभयो भने, सायद तपाईं आफ्नो काममा खुशी हुनुभयो होला अनि आफूलाई दिइएका जिम्मेवारीहरु पनि राम्ररी पूरा गर्नुभयो होला । तपाईंले कति मजाले अनुभव सङ्गाल्नुहुन्छ र तपाईंले कुन तहको सफलता हासिल गर्नुहुन्छ भन्ने कुराचाहिँ तपाईंले कसलाई पछयाउन चाहनुभएको छ भन्ने विषयसित प्रत्यक्षतः जोडिएको हुन्छ ।

खेल मैदानमा, बल मैदानमा, कक्षा-कोठामा, अनि सम्मेलन कक्ष टेबलमा नेतृत्व जति तात्त्विक हुन्छ, तपाईंको जीवनका क्षेत्रहरुमा पनि नेतृत्व त्यतिकै तात्त्विक हुन्छ । त्यसैले नेतृत्वको महत्त्व अझै पनि त्यतिकै छ । तपाईंले कसलाई वा केलाई अङ्गाल्नुहुन्छ भन्ने यथार्थले नै तपाईंको जीवनको सार्थकता निर्धारण गर्नेछ । तर मैले हाकिम, शिक्षक वा अभिभावकलाई पछ्याउनु कुरा गरेको होइन । एउटा ठूलो सङ्कल्पको विषयमा कुरा गरिरहेको छु । यो अठोटचाहिँ परमेश्‍वरलाई पछ्याउने र तपाईंको जीवनमा उहाँको योजनाअनुसार चल्ने रोजाइसित सम्बन्धित सङ्कल्प हो ।

खासमा, तपाईंको योजना नराम्रो हो भन्न खोजिएको होइन, बरु परमेश्‍वरको योजनाचाहिँ असीम रुपमा उत्तम हुन्छ भन्न मात्रै खोजिएको हो ।

यदि तपाईं आफ्नै एजेण्डा बोकेर जीवन जिउँदै हुनुहुन्छ अर्थात आफ्नै तरिकाले हरेक कुराको समाधान खोज्ने प्रयास गर्दै, आफ्नै योजनाअनुसार चल्ने कोसिस गर्दै जीवन जिइरहनुभएको छ भने तपाईं दयनीय र दुःखी बन्ने प्रबल संभावनाहरु छन् ।

खासमा, तपाईंको योजना नराम्रो हो भन्न खोजिएको होइन बरु परमेश्वरको योजनाचाहिँ असीम रुपमा उत्तम हुन्छ भन्न मात्रै खोजिएको हो ।

परमेश्वरको योजनामा समर्पित हुन सहमत हुनुको साटो जुन बेला तपाईं आफ्नो योजनाअनुसार चल्नुहुन्छ, त्यस बेला तपाईं मध्यम खालको कुरामा सहमत भइरहनुको भएको हुन्छ । साथै, तपाईंले आफ्नो योजनालाई जबरजस्ती कार्यान्वयन गर्न कोसिस गर्दाखेरि पनि अत्यधिक तनाव उत्पन्न हुँदछ ।

तपाईं समस्यामा फँस्नु बित्तिकै विद्यालयले तपाईंको निवेदन अस्वीकार गर्दछ, व्यापारिक परिश्रम चौपट हुँदछ, तपाईंले विवाह गर्न आशा गरेको व्यक्तिले तपाईंलाई इन्कार गर्दछ । घर बिक्रि हुँदैन । तपाईंको आफ्नै बल-बुत्तामा समस्या समाधान गर्नुपर्ने भएकोले तनाव उत्पन हुँदछ । यदि तपाईं अगुवा हुनुहुन्छ भने तपाईंले सजिलै आशा गुनगुनाउनु हुनेछ, किनकि तपाईं आफ्ना कमि-कमजोरीहरु, असफलताहरु, र सीमाहरु बारेमा पूर्ण सजग हुनुहुन्छ ।

तर यदि तपाईं आशाले भरपूर जीवन जिउन चाहनुहुन्छ भने, नेतृत्वदायी भूमिका परमेश्वरमा सुम्पनु होस् । यो नै तपाईंले गर्न सक्नुहुने सबैभन्दा उत्तम उपाय हो । उहाँलाई अगुवा बन्न दिनुहोस्, अनि सारा हृदयले उहाँलाई पछ्याउने निर्णय गर्नुहोस् । परमेश्वरको महान् योजना छ अनि त्यो योजनालाई पूर्णता दिन परमेश्वर क्रियाशील हुनुहुन्छ भनी उहाँमा भरोसा गर्नुहोस् । एकछिन पढ्न छोडिदिनुहोस् अनि मनमनै सोध्नुहोस् : *के म परमेश्वरलाई दृढतापूर्वक पछ्याइरहेको छु, कि मलाई पछ्याउन परमेश्वरलाई भन्दैछु ?* परमेश्वरमा तपाईंले सिद्ध गतिमा हिँड्ने, परिस्थितिहरुलाई रोचक तुल्याउने अगुवा भेट्नुहुनेछ । र, तपाईं जान नचाहनुभएका केही ठाउँहरुमा उहाँले तपाईंलाई लैजानु होला तथापि तपाईं त अचम्म तरिकाले ठीक समयमा ठीक ठाउँमा पो पुग्नुभएको हुन्छ । परमेश्वरको बाटो हेर्नुको अर्थ बसेकै-बसेको गर्नु र केही पनि नगर्नु भनेको होइन । वास्तवमा, कुरो त उल्टो पो हो । तपाईंले भविष्यको योजना त

बनाइरहनु नै पर्दछ र तपाईंको सामुन्नेका कार्यहरुमा सफलता हासिल गर्न तपाईंले लगनशील भएर लागिरहनु नै पर्दछ तर तपाईंले ती कार्यहरु परमेश्वरसित समय बिताएपछि उहाँको मार्गदर्शन तथा निर्देशन माग्दै गर्नुपर्दछ । र, जब तपाईं योजनाहरु बनाउनुहुन्छ, ती योजनाहरुमा त्यति धेरै लागी नराख्नुहोस् । बरु *'प्रभु, मेरो जीवनको निम्ति तपाईंसित योजना भन्ने कुरामा म विश्वास गर्दछु । तपाईंले मलाई जतातिर डोऱ्याउन चाहनुभएको हो, त्यतैतिर मलाई डोऱ्याउनुहोस् । तपाईंको योजना अन्तर्गत नपर्ने कुनै पनि ढोकाहरु छन् भने तिनलाई बन्द गरिदिनुहोस् । बरु तपाईंले मलाई प्रवेश गराउन चाहनुभएको अवसरको एक-एक ढोका खोलिदिनुहोस् । मलाई आज अनि हर दिन अगुवाइ साथै मार्गनिर्देशन गर्नुहोस्'* भनेर पुकार्ने भावना लिएर दिनदिनै जिउनुहोस् ।

स्थितिहरु प्रतिकूल बन्न पुग्छन् र परिस्थितिहरु चर्को हुन थाल्दछन् तापनि परमेश्वरको अगुवाइअनुसार चलिरहेका व्यक्तिहरु त्रसित हुँदैनन्, हतासिँदैनन् । बरु उनीहरु विश्वास गर्दछन् –परमेश्वरले चाहे असल वा खराब जस्तोसुकै परिस्थितिहरु भए पनि तिनलाई आफ्ना योजना तथा अभिप्राय प्रकट गर्न प्रयोग गर्नुहुनेछ । हामी सबै जना भूल गर्दछौं र ती भूलबाट धेरै पाठ सिक्दछौं । तर यदि हामी आशाले भरपूर भएर बसेका छौं भने, यो यात्राबाट भरपूर आनन्द लिन सक्दछौं । हामीले जान नचाहिरहेका घुम्तीहरुबाट हामी जानुपर्ने हुन्छ होला तर जति कठिन भए पनि अन्ततः परमेश्वरका अभिप्रायहरु सफल भएरै छाड्छन् ।

आफैमा होइन, परमेश्वरमा भरोसा गर्नु

तपाईंले परमेश्वरलाई अगुवा बनाउनुभएको छ र आफ्नो जीवनको खातिर परमेश्वरसित महान् योजना छ भनी विश्वास गर्नुभएको छ भने तपाईंको आफ्नो आत्मिक वृद्धि, आफ्नो वैवाहिक जीवन, आफ्नो स्वास्थ्य, आफ्ना छोराछोरी, आफ्ना सम्बन्धहरु, आफ्नो जागिर र आफ्ना आर्थिक अवस्थाहरु सम्बन्धी उच्च अपेक्षा राख्नु स्वाभाविक हुन्छ, झनै सजिलो हुँदछ । मेरो जीवनमा परमेश्वरको उद्देश्य छ भनी विश्वास गर्नु र त्यो उद्देश्य पूरा भएको देख्नको निम्ति उहाँको मार्गनिर्देशनअनुसार चल्नु भनेको भरोसाको विराट अभ्यास हो ।

यो त 'ट्रस्ट फल' (Trust Fall) सँग धेरै हदमा मेल खाँदछ । सायद, तपाईंले मानिसहरुले कुनै न कुनै समयमा ट्रस्ट फल प्रदर्शन गरेको देख्नुभएकै होला । यस खेलमा एक जना व्यक्तिले आफूलाई अड्याउने जाली र खस्दाखेरि आफूलाई धान्ने गद्दा नभए पनि उसले आफूलाई पछाडितिर हुत्याउन तयार पार्दछ । त्यस बेला अर्को व्यक्तिले चाहिँ तिमी भुइँमा खस्नुअघि म तिमीलाई समात्नेछु भनेर प्रतिज्ञा गरी पछाडिपट्टि उभिएको हुन्छ ।

परमेश्वरले तपाईंलाई समात्नु मात्रै हुँदैन, तर तपाईंको निम्ति उहाँले अझ धेरै कार्य गर्नुहुन्छ; परमेश्वरले तपाईंलाई समात्नुहुन्छ अनि तपाईं पहिला जहाँ हुनुहुन्थ्यो त्यो भन्दा पनि अझै माथि लैजानुहुनेछ ।

जब तपाईं "प्रभु, म तपाईंको मार्गनिर्देशन पछ्याउन चाहन्छु । म विश्वास गर्दछु– तपाईंको योजना मेरो योजनाभन्दा पनि असीमित रुपमा उत्तम छ" भनेर घोषणा गर्नुहुन्छ भने यो कुरा पनि तपाईंलाई पछारिनदेखि जोगाउने व्यक्तिमाथि भरोसा गर्नुजस्तै हो ।

तर परमेश्वरमा भरोसा गर्नुचाहिँ एकदमै फरक कुरा हो : परमेश्वरले तपाईंलाई समात्नु मात्रै हुँदैन, तर तपाईंको निम्ति उहाँले अझ धेरै कार्य गर्नुहुन्छ; परमेश्वरले तपाईंलाई समात्नुहुन्छ तपाईं पहिला जहाँ हुनुहुन्थ्यो त्यो भन्दा पनि अझै माथि लैजानुहुनेछ ।

परमेश्वरमा भरोसा गर्न सिक्नु भनेको समयको क्रममा मैले सिक्न पर्ने साथसाथै दिनदिनै सिक्दै जानुपर्ने थोकजस्तै हो ।

मेरो आफूमा मात्रै भरोसा गर्ने बानी विकास भएको थियो । मानिसहरुमाथि भरोसा गर्ने कोसिस गरेर निराश र दुःखित भइसकेपछि वर्षौंपछि यस्तो बानी मभित्र विकसित भएको थियो । त्यसपछि मैले कहिल्यै कसैलाई विश्वास नगर्ने सङ्कल्प गरें । यी पीडादायी अनुभवहरुद्वारा यस्ता कुरामा विश्वास गर्न विवश बनाइएँ : *यदि तपाईंले कुनै कार्य फत्ते भएको चाहनुहुन्छ भने सो तपाईं आफैले गर्नुपर्दछ । यदि तपाईंले कोहीसित केही गरिदिन सहयोग माग्नु भएन भने वा उनीहरुप्रति आफ्नो हृदय खोल्नु*

भएन भने मानिसहरुले तपाईंलाई केही चोट पुऱ्याउन सक्दैनन् । तर यस्तो मनस्थिति त अस्वस्थ हुनेरहेछ । यस्तो विचारले मलाई मानिसहरुमाथि भरोसा गर्नदेखि मात्रै होइन तर परमेश्वरमाथि भरोसा गर्नदेखि पनि बञ्चित गऱ्यो । यो नराम्रो आदत थियो । त्यसकारण, यसलाई तोड्नको निम्ति मलाई प्रभुको सहायता चाहिएको थियो ।

हामीले आफूमाथि होइन तर परमेश्वरमाथि भरोसा गर्नुपर्दछ भनेर परमेश्वरको वचनमा छर्लङ्ग रुपमा बताएको छ । हितोपदेश ३:५-६ ले भन्दछ :

आफ्नो सारा हृदयले परमेश्वरमा भरोसा राख् र तेरो आफ्नै समझ शक्तिमा भर नपर्, आफ्ना सारा मार्गमा उहाँलाई सम्झी, र उहाँले तेरा मार्गहरु सोझा तुल्याइदिनुहुनेछ ।

परमेश्वरले उहाँलाई हाम्रो जीवनमा प्रथम स्थानमा राखेको चाहनुहुन्छ । हामीले हर समय हरेक कुरामा उहाँमै हाम्रो दृढता र भरोसा राखेको परमेश्वर चाहनुहुन्छ ।

परमेश्वरमा "भरोसा गर्नु" भनेको परमेश्वरले मलाई प्रेम गर्नुहुन्छ, उहाँ भलो हुनुहुनुहुन्छ, उहाँसित मलाई सहायता गर्ने शक्ति छ, उहाँ मलाई सहायता गर्न चाहनुहुन्छ, अनि उहाँले मलाई सहायता *गर्नुहुनेछ* भनी सिर्फ विश्वास गर्नु हो । कैयन् पटक परमेश्वरलाई *बाहेक* सबैलाई भरोसा गरिरहेका हुन्छौं । वा, परमेश्वरमाथि भरोसा गर्नु *अघि* हामी मानिसमाथि भरोसा गरिरहेका हुन्छौं । परमेश्वर र उहाँको वचनमाथि भरोसा गर्नुभन्दा पनि हामी आफ्ना इष्टमित्रहरु, बैंक, स्टोक मार्केट, सरकार, वा हाम्रा खुबी तथा क्षमतामाथि भरोसा गरिरहेका हुन्छौं । के तपाईंले कहिल्यै कुनै व्यक्तिले यस्तो भनेको सुन्नुभएको छ,"मैले जानेसम्म सबै थोक गरे, तर कुनै पनि कामलाग्दो भएन ; मलाई लाग्छ, प्रार्थना गर्नु सिवाय अब मैले गर्न सक्ने थोक केही पनि छैन " ? हामी सबैले त्यसो भनेका छौं । यो भनाइ त प्रतिनिधि भनाइ मात्रै हो । यसलाई अर्को तरिकाले भन्नुपर्दा, "आफैले सक्दो प्रयास गरें तर असफल भएँ, मैले अरु

मानिसहरुसित पनि सहायता मागें तर उनीहरु पनि असफल भए । अब मैले गर्नु पर्ने बाँकी केही पनि रहेन । त्यसकारण, मलाई लाग्दछ– परमेश्वरमा भरोसा गर्नु बाहेक अन्य मेरो विकल्प केही छैन ! ”

हरेक सङ्घर्षमा प्रार्थना हाम्रो पहिलो सुरक्षा रेखा बन्नुपर्दछ । तर सबै कुरा असफल भएपछि मात्रै प्रार्थनालाई अन्तिम अस्त्रको रुपमा कहिल्यै प्रयोग गरिनु हुँदैन । परमेश्वरले उहाँलाई हाम्रो जीवनमा प्रथम स्थानमा राखेको चाहनुहुन्छ । हामीले हर समय हरेक कुरामा उहाँमै हाम्रो आस्था तथा भरोसा राखेको परमेश्वर चाहनुहुन्छ ।

परमेश्वरले हामीले उहाँमा आशा राखेको, उहाँमा विश्वास गरेको चाहनुहुन्छ, किनकि जब हामी त्यसो गर्दछौं, हामी निराश, फलरहित जिउनेछैनौं । येशूले हामीलाई जुन विजयी, प्रशस्त र आनन्दले पूर्ण जीवन दिन मर्नुभयो, परमेश्वरले हामीलाई तिनै कुरामा डोऱ्याउनुहुनेछ । “येशू ख्रीष्ट, मेरो धार्मिकतामा बाहेक मेरो आशा अन्य कुनै थोकमा स्थापित छैन” बोलको सुन्दर गीत सम्झनुहोस् । सम्पूर्ण आशा परमेश्वरमा राख्नुहोस् अनि तपाईंले परिकल्पना गर्न सक्ने अति रोमाञ्चक यात्राको निम्ति तयार हुनुहोस् ।

परमेश्वरको अगुवाइ पछ्याउने तरिका

यदि तपाईंले अगुवा (येशू) लाई पछ्याउने निर्णय गर्नुभएको छ भने, विश्वासी भएको हैंसियतमा हामी “पाप-स्वभावअनुसार होइन तर पवित्र आत्माअनुसार चल्न” सक्दछौं भनेर रोमी ८:४ मा उल्लेख गरिएको छ । तपाईंभित्र बेचैन अनुभूति हुनुको साथै मनभित्र द्वन्द्व मच्चिरहेको अनुभव भइरहन्छ भने तपाईंले आफू आत्मा (परमेश्वरको योजना) अनुसार नभएर आफ्नै स्वभाव (आफ्नो योजना) अनुसार चल्दै रहेछु भनेर किटान गर्न सक्नुहुने एउटा तरिका हो। यदि तपाईंले कुनै कार्य गर्ने सोच बनाइरहनुभएको छ तर मनमा भने अशान्ति भइरहेको छ भने त्यो कार्य गर्दै नगर्नुहोस् ।

उदाहरणार्थ, तपाईं जागिर खोजिरहनुभएको थियो रे, तर तपाईंलाई आफ्नो दक्षताअनुसार देशबाहिर जागिर खाने अवसर मिल्यो । तर तपाईंले

त्यस बारेमा प्रार्थना गर्नुभएको छैन भने तपाईंले परमेश्वरसित परामर्श नलिइकनै स्व-निर्णय गर्दै हुनुहुन्छ, र तपाईंले देश बाहिर जागिर खाने निधो पनि आफै गरिरहनुभएको हुन्छ किनकि यो मात्रै तपाईंको निम्ति जागिरको अवसर हुन सक्दछ। सायद, तपाईं वर्षौंको कष्टपछि स्थापित हुन गइरहनुभएको होला। यदि तपाईंको सपरिवार त्यहाँ जान चाहिरहेका छैनन् र त्यहाँ जाने तपाईंको इच्छाले समस्या र झगडा उत्पन्न गरिरहेको छ भने अझ स्पष्ट मार्गनिर्देशन पाउन सकूँ भनेर तपाईंले परमेश्वरको इच्छा पर्खनु र खोज्नु पर्दछ।

याद गर्नुपर्ने कुरो : यदि तपाईंको मन बिथोलिएझैं भइरहेको छ र मनमा शान्ति छैन अनि तपाईंको निर्णयले समस्या उत्पन्न गरिरहेको छ भने त्यो निर्णय छोडिहाल्नुहोस्! जुन विषयमा हामीलाई पटक्कै शान्ति नै हुँदैन, प्रायः गरी त्यही कुरामा हामी मरिहत्ते गर्दछौं। वास्तवमा यो नै समस्यालाई खुला निमन्त्रणा हो। उपर्युक्त उदाहरणमा, तर्क यसरी गर्न सकिएला : “हजुर, मलाई त साँच्चिकै जाने इच्छा छैन, र मेरो परिवार मेरो निर्णयको पक्षमा छैनन्। जागिर मैले खोजे जस्तो पाइनँ तर पनि त्यतिको जागितर त ठीकै हुन्थ्यो। यो जागिर त मैले कहिल्यै नपाएको साह्रै राम्रो जागिर हो। जागिर कुर्दाकुर्दा म त दिक्कै भइसकेको छु।” यस्तो किसिमको तर्कदेखि होशियार हुनुहोस्। तपाईंलाई जतिसुकै हतार लागे पनि, यदि तपाईंसित त्यस विषयमा शान्ति अनुभूति हुँदैन भने परमेश्वरले तपाईंको मार्गमा उत्तम अवसर नल्याउनुभएसम्म तपाईंले पर्खनु नै वेश हुनेछ।

यदि तपाईंले आफू र आफ्नो परिवारलाई आर्थिक रुपमा टेवा पुऱ्याउनु पर्दछ भन्ने लागेमा बरु तपाईंले देशबाहिर गएर जागिर खाने कुरामा शान्ति नहुनुभन्दा त अझै असल जागिरको पर्खाइमा स्थानीय तहमा पाइने जागिरमा संलग्न हुनु नै उत्तम हुन्छ। तपाईंको मनमा उठ्ने हरेक प्रश्नलाई ठोस निष्कर्ष दिने गरी शान्तिलाई तपाईंको जीवनमा शान्तिलाई निर्णायक बन्न दिनुहोस् (कलस्सी ३:१५)।

परिस्थिति जस्तोसुकै होस्, तर उही सिद्धान्त सदैव लागू हुँदछ। चाहे श्रीमान वा श्रीमती पाउने कुरा होस्, वा मण्डली छान्ने कुरा होस्, वा खरिद

गर्न निर्णय गर्दा होस्, सम्बन्धहरुमा स्वस्थ सीमाहरु स्थापित गर्दा होस्,आदि सबैमा एउटै सिद्धान्त लागू हुँदछ । जहिले पनि परमेश्वरबाट प्राप्त ज्ञान-बुद्धि र शान्तिअनुसार चल्न त्यस सिद्धान्तलाई आफ्नो लक्ष्य बनाउनुहोस् ।

जब तपाईं के गर्ने होला भनेर दोधार पर्नुहुन्छ, वा तपाईं आफ्नै इच्छाअनुसार वा परमेश्वरको निर्देशनअनुसार चल्दैछु भनेर यकिन हुन असमर्थ भइरहनु भएको छ भने निर्णायकतिर नजर लाउनुहोस् ।

शान्तिलाई राज गर्न दिनुहोस् ! जब तपाईंले आफ्नो जीवनमा परमेश्वरको अगुवाइअनुसार चल्ने निर्णय गर्नुभएको हुन्छ, तपाईंले भूल गर्न सक्ने समयहरु आउनेछन् । त्यस्तो परिस्थिति आइपरेमा हतोत्साहित नहुनुहोस् ; यी सबै सिकाइका पाटा हुन् ! येशूलाई पछ्याउँदाखेरि चेलाहरुले पनि भूल गरेका थिए । तपाईंले जुन कुरा यो त परमेश्वरबाटको हो भनेर सोच्नुभएको थियो तर वास्तवमा त्यो उहाँबाटको होइन रहेछ भनेर महसुस गरेपछि तपाईं त्यसदेखि पछि हट्नुपर्दा कहिल्यै पनि लज्जा बोध नगर्नुहोस् ।

जब तपाईं के गर्ने होला भनेर दोधार पर्नुहुन्छ, वा तपाईं आफ्नै इच्छाअनुसार वा परमेश्वरको निर्देशनअनुसार चल्दैछु भनेर यकिन हुन असमर्थ भइरहनु भएको छ भने निर्णायकतिर नजर लाउनुहोस् । शान्तिलाई राज गर्न दिनुहोस् ।

तपाईंले यति मात्रै भने पुग्छ, " मैले गल्ती गरें । " अनि त्यसपछि अघि बढ्नुहोस् । मैले धेरै पटक परमेश्वरको सिद्ध योजना गुमाएको छु र तपाईंले पनि गुमाउनुभएकै होला । वास्तवमा, यो त परमेश्वरको आवाज ठीकसित सुन्न सिक्ने एउटा तरिका हो । तपाईंले कहिलेकाहीं विश्वासको कदमसहित बाहिर निस्केर यो कुरा परमेश्वरबाटको साँच्चै हो कि होइन भनेर बुझ्न कोसिस पनि गर्नुपर्ने हुन्छ । यदि तपाईंले आफ्नो परिस्थितिमा परमेश्वरको इच्छा पत्ता लगाउन सक्दो प्रयास गर्नुभएको छ र अझै पनि स्पष्ट निर्देशन प्राप्त गर्नुभएन भने तपाईंको हृदयमा जे कुरो छ त्यसैअनुसार अगाडि बढ्नुहोस् र परमेश्वरले मलाई अगुवाइ गर्नुहुनेछ भनी उहाँमा नै भरोसा राख्नुहोस् । प्रायः गरेर

म भन्ने गर्दछु–कसैले पनि पार्कमा थन्क्याएको कार हाँक्न सक्दैन । र, परमेश्वरले पनि हाँक्नु सक्नुहुन्न । यदि हामीले आफ्नो जीवनलाई पार्कमा थन्क्याएको कारझैं बनाएका छौं भने हामीले जीवनलाई गुडाउने अवस्थामा ल्याउनुपर्दछ र केही हदसम्म भए पनि अगाडि लैजानु पर्दछ । हामी बाहिर निस्कन्छौं भने मात्रै प्रायः गरी परमेश्वरको इच्छा थाहा पाउन सकिन्छ !

परमेश्वर तपाईंसित हुनुहुन्छ र उहाँले तपाईंलाई हरेक पाइलामा अगुवाइ गरिरहनुभएको हुन्छ ।

विश्वासीको भएको हैंसियतमा हामी कहिल्यै पनि एक्लो हुँदैनौं भन्ने कुरा थाहा पाउनु अति असल कुरा हो । यस कुरालाई अझै व्यक्तिगत बनाऔं : *तपाईं* कहिल्यै एक्लो हुनुहुन्न । परमेश्वरले तपाईंलाई सुदूरमा बसेर अगुवाइ गर्नु हुन्न; उहाँ तपाईंको हृदयमा बास गरिरहनुभएको हुन्छ अनि तपाईंको हर परिस्थितिमा उहाँ तपाईंसितै पाइला-पाइलामा हिँड्नुहुन्छ । तपाईंले आफ्नो साथमा कोही खडा भइरहेको नदेख्नु होला, तपाईं जटिल परिस्थितिद्वारा गुज्रिरहनुभएको बेला एक्लो महसुस गर्नुहुन्छ होला, तथापि त्यस्ता क्षणहरुमा परमेश्वरमा पूर्ण भरोसा राख्नुहोस् किनकि उहाँले तपाईंसित हुनेछु र मार्गनिर्देशन गर्नेछु भनेर प्रतिज्ञा गर्नुभएको छ ।

जब हामी जीवनमा कठिनाइहरुसित जुधिरहेका हुन्छौं, हामी सबै कुनै न कुनै समयमा कठिनाइसित जुध्न पुग्दछौं, त्यस बेला शैतानले हामीलाई आशावादी होइन तर निराशावादी बनेको चाहन्छ । शैतानले येशू ख्रीष्ट र उहाँका प्रतिज्ञाहरुदेखि तपाईंको ध्यान मोडेर तपाईंका समस्याहरुतिर मात्रै केन्द्रित गराउने कोसिस गर्दछ । जब यहोशूले उजाड स्थान हुँदै आफ्नो यात्रा तय गरिरहेका थिए, उनले आफ्नो सारा मार्गमा सफलता प्राप्त गर्न सकून् भनेर प्रतिज्ञाहरुमा आफ्ना दृष्टि लगाइराख्न र ती प्रतिज्ञाहरुदेखि दायाँ-बायाँ नलाग्न परमेश्वरले उनलाई आज्ञा दिनुभयो (यहोशू १:४-७ हेर्नुहोस्) । जब दुःख-कष्ट आउँदछ, यस संसारका चिन्ता तथा फिक्रीहरुलाई तपाईंलाई आशारहित तुल्याउने अवसर नदिनुहोस् । तपाईं आशाको कैदी बन्नुहोस् अनि परमेश्वरदेखि दोब्बर इनाम पाउनुहोस् ।

हे आशावादी कैदी हो, आफ्नो किल्लामा पर्केर आओ । तिमीहरुलाई दोब्बर दिनेछु भनी अब म तिमीहरुलाई घोषणा गर्दैछु ।

जकरिया ९:१२

मैले हालसालै हवाइ जहाज सिक्दै गरेको एक जना व्यक्तिको बारेमा पढेको थिएँ । एउटा विशेष सिकाइमा गुरुले उनलाई जहाजलाई सिधै हुइँकाऊ भनेर निर्देशन दिए । उनले गुरुले भनेअनुसार नै जहाज उडाए तर अर्को चरणको निम्ति उनी तयार थिएनन् । उनले डाइभ गर्न के शुरु मात्रै गरेका थिए, इन्जिनले अकस्मात काम गर्न छोडेकोले जहाज नियन्त्रण बाहिर जान थाल्यो । प्रशिक्षार्थीले आफ्नो प्रशिक्षकतिर त्रासले भरिएका आँखाले सहायताको निम्ति हेरे तर प्रशिक्षक केही पनि बोलेनन् । प्रशिक्षार्थीले आफूलाई तत्कालै शान्त बनाए, आफ्नो आत्म-संयम गुम्न दिएनन्, अनि आफ्नो पूर्व प्रशिक्षणअनुसार परिस्थिति सम्हाले । त्यो प्रशिक्षण पहिलो पटक परीक्षणको रुपमा गरिइएको थियो ।

जहाज ठीक अवस्थामा आइसकेपछि उनीहरुले फेरि सुरक्षित रुपमा जहाज उडाउन थाले । प्रशिक्षार्थी आफ्नो प्रशिक्षकतिर फर्केर आफ्ना डर तथा निराशाहरु व्यक्त गर्न थाले । प्रशिक्षार्थी मरिमेटेर खटिरहेको समयमा प्रशिक्षकचाहिँ बेपत्ता भएझैं देखिएकाले विद्यार्थी खुशी थिएनन् । आफ्नो विद्यार्थीको आक्रोश सुनिसकेपछि उडान प्रशिक्षकले शान्त हुँदै जबाफ दिए, “मैले तिमीलाई सम्हाल्न नसक्ने अवस्थासम्म तिमीले यस जहाजलाई पुऱ्याउन सक्छौं भन्ने अवस्था हुँदैन । यदि तिमीले जहाज उडाउन सिक्न चाहन्छौं भने, जहाज माथि लैजाऊ अनि तल झार फेरि माथि लैजाऊ ।”

प्रशिक्षार्थी खरो परीक्षादेखि गुज्रनु पऱ्यो, अझै भन्नुपर्दा, उनले कतिपय डरलाग्दा क्षणहरुमा एक्लो अनुभव गर्नु पऱ्यो तापनि उनको प्रशिक्षक सदैव तिनीसँग नै थिए । आफ्नो प्रशिक्षार्थीलाई जेसुकै होस् भन्ने प्रशिक्षक चाहँदैन थिए । उनले वास्तवमा आफ्नो प्रशिक्षार्थीलाई भविष्यमा आवश्यक पर्ने दक्षताहरु सिकाउने र सुसज्जित पार्ने उद्देश्यले विषम परिस्थिति उत्पन्न गरेका थिए ।

तपाईंलाई यो कथा बताउनुको कारण हो : तपाईंले जटिल परि

स्थितिद्वारा गुज्रिरहेको छु भन्ने अनुभूत गर्ने क्षणहरु तपाईंका जीवनमा आउन सक्छन्, वा तपाईंले आफ्नो इन्जिन बिग्रेको र आफूले नियन्त्रण गुमाइरहेको झैं लाग्ने समयहरु आउलान् । वैवाहिक जीवन भत्किन्छ, सपना निमोठिन्छ, रोग निदान हुन्छ, छोराछोरी बिग्रन्छन्, भरोसा छताछुल्ल हुन्छ, जागिर खुस्किन्छ । यस्ता खालका विषम परिस्थितिहरुमा मनलाई एकतमासको डरले गाँज्नु र म त नितान्त एक्लो रहेछु भनेर तिनछक पर्नु कुनै अनौठो कुरो भएन । तपाईंले क्षणिक रुपमा एक्लो, भयभीत र परित्यक्त अनुभूत गर्नुभएको हुन सक्नुहुन्छ तर त्यसको अर्थ तपाईं त्यस्तै नै हो भन्ने चाहिँ होइन । परमेश्वर तपाईंसित हुनुहन्छ; उहाँले तपाईंको साथ छोड्नुभएको छैन ।

व्यवस्था ३१:८ ले भन्दछ, परमेश्वरले “तिमीलाई कहिले छोड्नुहुने छैन, तिमीलाई कहिले त्याग्नु हुनेछैन ।” मत्ती २:२० मा येशूले प्रतिज्ञा गर्नुभएको छ,“म तिमीसित सधैं छु ।” यी दुई ओटा प्रतिज्ञाहरु त परमेश्वरको वचनमा धेरै पटक उल्लेख गरिएका प्रतिज्ञाहरु मध्येका हुन् । तपाईं जटिल परिस्थितिहरुमा एक्लै गुज्रनु पर्दा म तिमीलाई कहिले छोड्ने छैनँ भनी परमेश्वरले वचनमा ढाडस दिनुभएको छ । तपाईंका दुर्दिनहरुमा हुन् वा तपाईंका कष्टपूर्ण परिस्थितिहरुमा हुन्, तपाईंले म एक्लो छैनँ भन्ने कुरा बुझ्नु पर्दछ ।

आफ्ना आशाहरु उच्च पार्नुहोस् !

तपाईं के कुराप्रति एकदमै चासोरत हुनुहुन्छ ? तपाईंलाई के कुराले सोच्दाखेरि मात्रै पनि रोमाञ्चित तुल्याउँदछ ? मूनाफारहित संस्था शुरु गर्नु ? आफ्नो समुदायमा स्वयम्सेवकको रुमपा सहभागी हुनु ? कम्पनी स्थापना गर्नु ? परिवार निर्माण गर्नु ? डिग्री प्राप्त गर्नु ? तपाईंका हृदयमा इच्छाहरु राख्ने व्यक्ति परमेश्वर नै हुनुभएकोले धेरै पटक तपाईंका हृदयका इच्छाहरु अत्यन्तै प्रबल भइदिन्छन् ।

तपाईंले जे आशा राख्नु भए तापनि त्यस आशालाई परमेश्वरमा सुम्पनुहोस्, उहाँको मार्गनिर्देशनको निम्ति प्रार्थना गर्नुहोस्, र यदि तपाईंलाई त्यस बारे शान्ति अनुभूति हुन्छ भने त्यसलाई फत्ते गर्न पाइला चाल्नुहोस् ।

परमेश्वरलाई पछ्याउनु भनेको हात बाँधेर बसिररहनु र प्रतिफल कुरिरहनु भनेको होइन– बरु सहासिलो बनेर त्यसको निम्ति अग्रसर हुनु हो । अगाडि बढ्नुहोस् अनि आफ्ना आशाहरु उच्च पार्नुहोस् ... परमेश्वरले तपाईंलाई तपाईंले कल्पना गर्न सक्नुहुने भन्दा पनि अझै सुन्दर र अझै उत्तम कुरातिर डोऱ्याइरहनुभएको हुन्छ ।

परमेश्वरलाई पछ्याउनु भनेको हात बाँधेर बसिरहनु र प्रतिफल कुरिरहनु भनेको होइन–बरु सहासिलो बनेर त्यसको निम्ति अग्रसर हुनु हो ।

अध्याय ३

हरेक 'सक्दिनँ' पहिचान गर्नु र तिनलाई हटाउनु

परमेश्वर र हाम्रा प्रभु येशू ख्रीष्टका पिता धन्यका हुनुहुन्छ ! उहाँको महान् कृपालले मृतकबाट येशू ख्रीष्टको पुनरुत्थानद्वारा एउटा जीवित आशाको निम्ति हामी नयाँ गरी जन्मेका हुन्छौं ।

१ पत्रुस १:३

"एक चिम्टी लगनशीलता, एक चिम्टी प्रयासले आशारहित प्रतीत असफलता गौरवमय सफलतामा परिवर्तन हद्रनेछ ।"

–एल्बर्ट हब्बर्ड

सन १९८१ म युजिन लाङ् नाम गरेका स्वनिर्मित करोडपति आफू ५० वर्षअघि अध्ययन गरेको मध्य-नगर प्राथमिक विद्यालयमा गए । उनी त्यहाँ कक्षा ६ उत्तीर्ण विद्यार्थीहरु बीच वक्तव्य दिन गएका थिए तर त्यस विद्यालयको प्राचार्यले लाङ बोल्नुअघि केही कुरा भनेका थिए, त्यसले लाङलाई खिन्न तुल्यायो । प्राचार्यले भने,"तथ्याङ्कअनुसार विद्यालय उमेरका तीन चौथाइ सफल उद्यमीहरुले विद्यालय छोडेका थिए, उनीहरुले विद्यालय तह पूरा गर्नु निकै पहिला पढ्न छाडेका थिए ।" लाङले विद्यार्थीहरुलाई कडा परिश्रमको महत्त्व र त्यसले कसरी सफलतातिर डोऱ्याउँदछ भन्ने विषयमा बोल्ने योजना बनाएका थिए तर जब प्राचार्यले उनलाई छक्कपर्दो आङ्कडा बारेमा बताए, उनले तुरुन्तै वक्तव्यको विषय-वस्तु परिवर्तन गरिहाले । युजेन लाङले बडो महत्त्वपूर्ण विषय प्रस्तुत गर्ने निर्णय गरे ।

जब उनी हारलेम प्राथमिक विद्यालयमा कक्षा ६ का विद्यार्थीहरुका सामुन्ने उभिए, लाङले सन १९६३ मार्चमा डा.मार्टिन लुथर किङ जुनियरले "मेरो एउटा सपना छ" भनी गरेका सुप्रसिद्ध भाषणको बारेमा बताए । उनले हरेक विद्यार्थीलाई सपना देख्न हौसला दिए । त्यसपछि, उनले विद्यार्थीहरुलाई

तिमीहरुका सपनाहरुले मूर्त रुप लिऊन् भन्ने उद्देश्यले तिमीहरुलाई सहायता गर्न चाहन्छु भनेर बोले । त्यही दिन लाङले ती कलिला विद्यार्थीहरुलाई विद्यालय तह पूरा गर्नेहरुका निम्ति कलेज शुल्क तिरिदिने प्रतिज्ञा गरे ।

ती कलिला नानीहरुका जीवन त्यही दिन परिवर्तन हुन पुग्यो । विद्यार्थीहरुले आशा प्राप्त गरे–अधिकांशका निम्ति त त्यो आशा एकदमै पहिलो पटक थियो । जब उनीहरुलाई पछि सोधियो, एक जना विद्यार्थीले जबाफ दिए, “मैले भविष्यतिर नजर उठाउने केही आधार भेट्टाएँ, केही कुराले मलाई प्रतीक्षा गरेको पाएँ । यो मेरो निम्ति सुनौलो अनुभूति थियो ।” युजेन लाङको प्रतिज्ञा विद्यालयको एउटा कार्यक्रममा परिणत भयो । अनि, उनको त्यो कार्यक्रम राष्ट्रिय अभियानमा रुपान्तरण हुन पुग्यो । *न्यूयोर्क टाइम्स* पत्रिकाको अग्र पङ्क्तिमा त्यो कहानी छापिएको थियो । *६०–मिनेट* कार्यक्रमले मध्य–नगरका बालबालिकाको समूहमा आशा ल्याउने करोडपतिको बारेमा लेखिएको खण्ड प्रसारण गरेको थियो । हजारौं फोन सम्पर्क र पत्रहरु ओइरिन थाले । सन १९८६ मा लाङले देशभरिका विद्यालयहरुमा “मेरो एउटा सपना छ” नामक कार्यक्रमहरु स्थापना गर्न *न्याश्नल आई ह्याभ अ ड्रिम फाउण्डेशन* (National I Have A Dream Foundation) शुरुआत गरे । त्यस समयदेखि २०० भन्दा बढी कार्यक्रमहरु २९ राज्यहरुमा संचालन भइसकेका छन् र १५,००० विद्यार्थीहरु (जसलाई “सपना देख्नेहरु” भनिन्छ) लाई सहायता पुऱ्याइसकिएको छ ।

६१ जना कक्षा ६ का विद्यार्थीहरु अर्थात मौलिक सपना देख्नेहरु बीचमा लाङले सन १९८१ मा गृष्म ऋतुको शुरुआततिर हतारमा भाषण दिएका थिए, होइन र ? ९० प्रतिशतभन्दा बढी विद्यार्थीहरुले आफ्नो हाइस्कुल डिप्लोमा सिध्याउन सके भने अधिकांश विद्यार्थीहरुले आफ्नो उच्च शिक्षा पनि हासिल गरे । यो त केवल बालबालिकाका सानो झुण्डलाई माथि बढ्दै जान सहायता गर्न चाहने एक जना व्यापारीको उदारताको कारणले संभव भएको थियो ।

आशा भनेको शक्तिशाली चीज रहेछ, तर यो त *'सक्तिनँ'* भन्ने वातावरणमा फस्टाउन सक्तैन । लाङले यस विषयमा गरीबीको मारमा परेका मध्ये-नगरका बालबालिकाहरुलाई प्रतिज्ञा गर्नुअघि अधिकांश बालबालिकाहरु *'सक्तिनँ'* को बादलले घेरिएर जिइरहेका थिए । उनीहरु सोच्दथे,*'हामी अध्ययन शुल्क तिर्न नसक्ने भएकाले हामी कलेज जान सक्तैनौं* ।

आशा भनेको शक्तिशाली चीज रहेछ, तर यो त 'सक्तिनँ' भन्ने वातावरणमा फस्टाउन सक्तैन ।

यदि कलेजै पढ्न पाइन्न भने किन हाइस्कुल सकिराख्नु पर्‍यो र ?' युजेन लाङले *'सक्तिनँ'* भन्ने सोचलाई हटाउने कार्य गरेका थिए । उनी विद्यार्थीहरुलाई कक्षा लिन गएनन्, उनीहरुको गृहकार्य पनि हेरेनन्, उनले विद्यार्थीहरुको प्रजेक्ट पनि गरिदिएनन् । उनले जाँच पनि लिएनन् । विद्यार्थीहरुले नै आफ्नो सबै कार्य गर्नुपर्दथ्यो । तर लाङले ती विद्यार्थीहरुले जे भोगिरहेका थिए, त्यस ठूलो बाधक *'सक्तिनँ'* लाई पहिचान गरेर हटाउने कार्य गरे । हो, त्यहाँदेखि नै आशा उच्च हुँदै गयो ।

तपाईंले 'सक्तिनँ' भनी सोच्नु हुँदा परमेश्वरले दिनुहुने जवाफ

जब तपाईंले यो पुस्तक पढ्न शुरु गर्नुभयो, मैले पहिलो खण्डलाई ' माथि बढ्दै जाने आशा' भनेर शीर्षक राखेको सायद तपाईंले याद गर्नुभयो होला । किनकि परमेश्वरले तपाईंको जीवनमा महान् कार्य गर्न र तपाईंलाई माथि पुऱ्याउन चाहनुहुन्छ भन्ने कुरामा विश्वस्त भएकी हुँदा मैले त्यस्तो शीर्षक राखेकी हुँ । परमेश्वरले तपाईंलाई आनन्दको उच्च तह, शान्तिको शीखर, सन्तुष्टिको चुचुरो, आशाको उच्च बिन्दु अनुभूत गरेको चाहनुहुन्छ । यस्ता फेहरिस्त त कति छन् कति ! कलस्सी ३:१-२ ले भन्दछ :

यदि तिमीहरु ख्रीष्टसँग जिइउठाइएका छौ भने माथिका कुराहरुको खोजी गर, जहाँ ख्रीष्ट हुनुहुनुन्छ, र परमेश्वरको दाहिने बाहुलीपट्टि बस्नुभएको छ । माथिका कुरामा मन लगाओ । पृथ्वीमा भएका कुरामा होइन । किनभने तिमीहरु मरेका छौ, र तिमीहरुको जीवन परमेश्वरमा खीष्टसँग लुकाइएको छ ।

परमेश्वरमा कुनै पनि परिस्थिति खराब भएर जाँदैन बरु सबै कुरा असल, झन असल हुँदै जान्छन् । तपाईं तल-तल होइन तर झन माथि-माथि जानुहुनेछ । यही कारण हितोपदेश ४:१८ ले भन्दछ,'धर्मीको चाल प्रभातको प्रथम चमकजस्तै हो, त्यो मध्यदिन नहोउन्जेल झन्-झन् चहकिलो हुँदैजान्छ' र यशैया ४०:३१ ले पनि भन्दछ,'परमप्रभुको आशा गर्नेहरु गरुडजस्तै माथि-माथि उड्नेछन् ...।'

परमेश्वरमा कुनै पनि परिस्थिति खराब भएर जाँदैन बरु सबै कुरा असल, झन असल हुँदै जान्छन् । तपाईं तल-तल होइन तर झन माथि-माथि जानुहुनेछ ।

खीष्टमा तपाईंको जीवन त्यस्तो जीवन बन्न सक्छ, जुनचाहिँ हरेक दिन चम्किलो,झन चम्किलो बन्दै जान्छ, अनि त्यहाँदेखि तपाईंले कहिल्यै अनुभूति नगर्नुभएको उचाइमा माथि पुग्नुहुनेछ ।

तर तपाईंलाई परमेश्वरले जुन जीवन अनुभूति गरेको चाहनुहुन्छ, त्यस जीवन अनुभूतिदेखि तपाईंलाई बञ्चित गर्ने सबैभन्दा भयङ्कर एउटा अवरोध *सक्तिनँ* भन्ने मनस्थिति हो । *सक्तिनँ* मनस्थितिचाहिँ तपाईंलाई आफ्नो पूर्ण क्षमता प्रस्फुटन गर्नदेखि बञ्चित गराउने एउटा क्षमारहित पिंजडा हो । प्वाँख झरेको एउटा शानदार चिलको कल्पना गर्नुहोस् । यो पंक्षी हावामा कावा खान बनिएको हो । मानिलिनुहोस्– यो चिल कच्याक-कुचुक परेको गुँडमा बसेर अरु पंक्षीहरु माथि हावामा कावा खाँदै गरेको हेरिरहेको छ । जब तपाईं पनि *सक्तिनँ* भन्ने मनस्थितिमा जिउनु हुन्छ, तपाईंको जीवन पनि त्यस्तै बन्न पुग्दछ । बरु तपाईं जुन जीवन जिउन बनिनु भएको हो, त्यस्तो जीवन नजिएर तपाईं बन्धन र सीमा-रेखाका घेराहरुभित्र जेलिएर जिउनुभएको हुन्छ । अनि भन्न थाल्नुहुन्छ, *'म मेरो आवेश थाम्नै सक्तिनँ । मैले जागिर पाउन सक्तिनँ । म अगाढि बढ्न सक्तिनँ । म मेरो पति वा पत्नीसित सँगै रहन सक्तिनँ । आफूलाई यसरी घरिघरि अचानो बनाइरहन सक्तिनँ । म त यो जति गरेपनि बुझ्नै सक्तिनँ । म एक्लैले यी नानीहरु हुर्काउन सक्तिनँ । यो हुन सक्ला भनेर म विश्वासै गर्न सक्तिनँ । म...सक्तिनँ, म...सक्तिनँ, म...सक्तिनँ ।'* यस्तै-यस्तै थुप्रै हुन

सक्छन् । मानिसहरुले म त 'सकिनँ' भनेर सोच्ने गरेका कुराहरुको कुनै सीमा नै देखिँदैन ।

उपयुक्त विचारहरुको सूचीमा तपाईंले महत्त्वपूर्ण कुरा थाहा पाउनुभयो त ? म सक्तिनँ... म सक्तिनँ... म सक्तिनँ... म...म....म... । *सक्तिनँ* एउटा यस्तो मनस्थिति हो, जो आफूमा मात्रै केन्द्रित हुन्छ । यस सोचले अरुबाट सहायता लिने विचार गर्दैन, र साँच्चै भन्नुपर्दा, यसले परमेश्वरबाट पनि सहायता लिन चाहँदैन । *सक्तिनँ* सोचले हाम्रा दुर्बल पक्षहरुलाई मात्रै ध्यान दिँदछ र अन्ततः *म सक्तिनँ* भन्ने आशारहित निष्कर्षमा पुग्दछ ।

यो कुनै नौलो विषय होइन । बाइबलका पुरुष तथा स्त्री सबैले यस्तै सोचसित जुध्नु परेको थियो । साराले विचार गरेकी थिइन्, '*म नानी पाउन सक्तिनँ । म धेरै बुढी भइसकेकी छु*' (उत्पति १८:१०-१२ हेर्नुहोस्), मोशाले सोचेका थिए,'*म फारोको सामुन्ने खडा हुन सक्तिनँ । म राम्ररी बोल्न सक्तिनँ*' (प्रस्थान ६:३० हेर्नुहोस् ।) गिदोनले सोचेका थिए,'*म इस्रायललाई नेतृत्व गर्न सक्तिनँ । म त परिवारकै सबैभन्दा सानो व्यक्ति हुँ*' (न्यायकर्ता ६:१५)। एस्तरले सोचिन्,'*म मेरा मानिसहरुलाई बचाउन सक्तिनँ । मैले कहिल्यै पनि राजासित भेट पाउँदिन होला*' (एस्तर ४:११ हेर्नुहोस्) । यशैयाले सोचेका थिए,'*म अगमवाणी गर्न सक्तिनँ । म त अशुद्ध ओंठ भएको मानिस हुँ*' (यशैया ६:५-७ हेर्नुहोस्), चेलाहरुले सोचे,'*हामी यस भीडलाई खुवाउन सक्तैनौं । हामीसित जम्मा पाँच रोटी र दुई माछा मात्रै छन्*' (मत्ती १४:१५-१८ हेर्नुहोस् ।) यी सबै परिस्थितिहरुमा *सक्तिनँ* सोचचाहिँ उपर्युक्त उल्लेखित व्यक्तिहरुलाई उनीहरुका जीवनमा परमेश्वरको योजना पूरा हुनदेखि बञ्चित गराउन खोज्ने स्वनिर्मित पिंजडाको रुपमा खडा भएको पाइन्छ ।

परमेश्वरले कहिले पनि सारा, मोशा, गिदोन, एस्तर, यशैया वा चेलाहरुले जुनै पनि कार्य आफ्नै सामर्थ्यमा, उनीहरुकै क्षमताअनुसार गरुन् भन्ने चाहनुभएन । उनीहरुले त्यसो गर्न सक्तैनन् भन्ने कुरा परमेश्वर जान्नुहुन्थ्यो... तर त्यसको उहाँलाई कुनै प्रवाह थिएन किनकि परमेश्वरचाहिँ जुनै पनि कार्य आफ्नै सामर्थ्यमा गर्न सक्नुहुन्थ्यो । हामीले गर्नपर्ने जुनै पनि कार्य खीष्टद्वारा हामी गर्न सक्छौं !

जसले मलाई शक्ति दिनुहुन्छ, उहाँमा नै म सबै कुरा गर्न सक्छु (मलाई भित्री रुपमा शक्ति भर्नुहुनेद्वारा म जुनै पनि कुराको निम्ति तयार र त्यो बराबर छु ; म ख्रीष्टको प्रयाप्ततामा स्व-प्रयाप्त छु ।)

फिलिप्पी ४:१३

सारा धेरै बुढी भइकेकी थिइन; मोशाले आफ्नै सामर्थ्यमा फारोलाई मनाउन सक्तैनथिए ; गिदोन सेनालाई नेतृत्व गर्न योग्यका थिएनन् ; एस्तरलाई राजाद्वारा आह्वान गरिएको थिएन ; यशैया अशुद्ध ओंठ भएका व्यक्ति थिए ; चेलाहरुसित भीडलाई खुवाउन प्रयाप्त खाना थिएन, यी सबै कुरा सही थिए । तर परमेश्वर आफ्नो योजना तथा उद्देश्य पूरा गर्ने हेतुले हरेक *'सक्तिनँ'* माथि विजय दिन चाहनुहुन्थ्यो । ती सबै पुरुष तथा स्त्रीहरुले गर्न पर्ने कुराचाहिँ आफूसित भएका *'म सक्तिनँ'* सोचलाई पहिचान गर्नुपर्दथ्यो अनि त्यस्तो सोचलाई हटाउनुपर्दथ्यो । उनीहरुले आफूसित भएका कमिकमजोरीहरुमा ध्यान दिनुभन्दा पनि परमेश्वरको सामर्थ्यमा ध्यान दिन रोजे । त्यसैले त्यसका नतिजाहरु आश्चर्यपूर्ण भए । परमेश्वरले उनीहरुका जीवनमा र उनीहरुका विश्वास तथा आज्ञापालनद्वारा उदेकका कार्यहरु गर्नुभयो ।

आज पनि यो कुरा तपाईंका निम्ति त्यतिकै सत्य छन् । आज तपाईंले भोगिरहनुभएका कुराहरु महसुस गर्दछु । सायद, तपाईंलाई यस्तो अनुभूति भइरहेको होला : *यो गर्न म सक्तै-सक्तिनँ । म यो परिस्थितिसँग कति पनि जुध्न सक्तिनँ । म अर्को दिनसम्म पर्खन असमर्थ छु । जबाफ कुरिरहन सक्तिनँ । क्षमा दिने उपाय भेट्न सक्तिनँ । यदि मेरो अवस्था तपाईंले बुझेको भए, तपाईंले महसुस गर्नुहुन्थ्यो होला । यो गर्न म सक्तै-सक्तिनँ ।* तर म तपाईंलाई बताउन चाहन्छु, 'तपाईं सक्नुहुन्न भन्ने कुरा परमेश्वर जान्नुहुन्छ ...तर उहाँलाई यसको प्रवाह छैन किनकि उहाँले चाहिँ सबै कुरा गर्न सक्नुहुन्छ ।'

येशूले तिनीहरुलाई हेरेर भन्नुभयो,"मानिसहरुका निम्ति त यो असंभव छ, तर परमेश्वरको लागि छैन किनकि परमेश्वरको निम्ति सबै कुरा संभव हुन्छ ।"

मर्कूस १०:२७

"गर्न सक्छु" सोच राख्नुहोस्

सायद, तपाईं '*म सक्तिनँ*' सोचबाट जीवनभरि गुज्रनुभएको होला । कारण, अरुहरुले तपाईंलाई त्यस्तै कुरा भन्दै आएका हुन्छन् । सायद, तपाईंले '*तिमी सक्तैनौ*' भनेर धेरै पटक सुन्नुभएकोले तपाईंले त्यस कुरालाई आन्तरिकीकरण गरेर त्यसलाई आफ्नै सिद्धान्तझैं बनाउन थाल्नुभयो । अनि, '*तिमी सक्तैनौ*' शब्दावलीचाहिँ कहींकतै '*म सक्तिनँ*' मा रुपान्तरण हुनपुग्यो । सोच्दाखेरि पनि दुःख लाग्ने कुरा, अरुहरुलाई म त यसोउसो गर्न पनि सक्तिनँ भन्न रुचाउने मानिसहरु धेरै पाइन्छन् । कुनै बखतमा त त्यस्तो कुरा भन्ने तपाईंकै घनिष्ठ मानिसहरु हुन सक्छन् । सायद, ती व्यक्तिहरु तपाईंका शिक्षक, दाजुभाइ वा दिदीबहिनी, अभिभावक, मित्र, तपाईंले अति आदर गरेको व्यक्ति पनि हुन सक्छन् । उनीहरुले तपाईंभित्रको उर्जालाई नजरअन्दाज गर्दाखेरि निराश अनुभूत हुन सक्छ । यदि हामीले यस्ता कुरा आउन दियौं भने यसले हामीलाई निराश र शिथिल पार्न सक्छ । तर हामीले अर्कै मार्ग पनि अप्नाउन सक्नुपर्दछ । तिमी सक्छौ भन्नुहुने परमेश्वरलाई विश्वास गर्न रोज्न सक्छौं !

यदि कसैले तपाईंलाई पहिला यस्ता कुरा भनेका छैनन् भने अहिले परमेश्वरले "तिमी सक्छौ" भनिरहनुभएको कुरा सुन्नुहोस ! यी शब्दहरु तपाईंले सुनेर विश्वास गर्नैपर्ने बेजोड शक्तिशाली शब्द हुन् । कारण, "आश्चर्यकर्मचाहिँ 'सक्छु' मा मात्रै संभव हुँदछ ।" तपाईंले विजय पाउन *सक्नुहुनेछ* । तपाईंले पार लाउन *सक्नुहुनेछ* । तपाईंले क्षमा दिन *सक्नुहुनेछ* । तपाईंले परमेश्वरको भययुक्त छोराछोरी खडा गर्न *सक्नुहुनेछ* । तपाईंको सुखी वैवाहिक जीवन हुन *सक्नुहुनेछ* । तपाईंले आनन्द अनुभूति गर्न *सक्नुहुनेछ* । तपाईंले आफ्नो लक्ष्य पूरा गर्न *सक्नुहुनेछ* । तपाईं अनुशासित बन्न *सक्नुहुनेछ* । तपाईं अगाडि बढ्न *सक्नुहुनेछ* । तपाईं... *सक्नुहुनेछ* । तपाईं ... *सक्नुहुनेछ* । तपाईं .... *सक्नुहुनेछ* ।

जस्तोसुकै चुनौती सामना गर्नुपरे पनि, चाहे त्यो जतिसुकै भयङ्कर किन नदेखिओस्, परमेश्वरले नै तपाईंलाई आवश्यक परेको सारा सामर्थ्य दिनुहुनेछ ।

जस्तोसुकै चुनौती सामना गर्नुपरे पनि, चाहे त्यो जतिसुकै भयङकर किन नदेखिओस्, परमेश्वरले नै तपाईंलाई आवश्यक परेको सारा सामर्थ्य दिनुहुनेछ । परमेश्वरको सामर्थ्यद्वारा सुसज्जित भइकन तपाईंले आफ्नो जीवनमा मौजुद हरेक '*सक्तिनँ*' लाई पहिचान गर्न र त्यसलाई हटाउन सक्नुहुनेछ । अनि, त्यसपछि '*सक्तिनँ*' लाई 'सक्छु' ले प्रतिस्थापित गर्न सक्नुहुनेछ । "'गर्न सक्छु' चाहिँ 'गरिसकिएको छ' को मूली वा अभिभावक हो ।"–इस्रायलमोर आयिभोर (Israelmore Ayivor)

'दि अनाटोमी अफ एन इलनेस : अ्याज पर्सिभ्ड बाइ दि पेशन्ट' (The Anatomy of an Illness: As Perceived by the Patient) नामक पुस्तकमा नोर्मन कजन्स (Norman Cousins) ले दुर्लभ र शिथिल तुल्याउने रोगले च्यापेर अस्पतालमा भर्ना भएको कहानी बताएका छन् । डाक्टरले उनलाई भनेका थिए, "यो निको नहुने रोग हो, तपाईं जीवनभरि बिरामी भइरहनुहुन्छ अनि पीडा पनि खपिरहनुपर्दछ ।" नोर्मन कजन्सले अस्पताल छोडे अनि असाधारण कार्यतिर लागे ।

नकारात्मक विचार तथा भावनाहरुले शरीरमा विनाशकारी प्रभाव पार्ने कुरा थाहा पाएर कजन्सले नकारात्मक सोचलाई हटाउने अनि आफ्नो त्यस्तो परिस्थितिमा सकारात्मक सोचलाई बढावा दिने सङ्कल्प गरे । उनले आफूलाई भारी मात्रामा आशा, प्रेम, आनन्द र हाँसो आवश्यक परेको ठहर गरे । कजन्सले दिनदिनै पुरानो मार्क्स ब्रदर्स (Marx Brothers) फिल्म हेरेर समय बिताउन थाले । यो कुरा सुन्दा त सामान्य लाग्दछ, तर कजन्सले आफ्नो अवस्थाको पीडामा रुनुभन्दा पनि हाँस्ने दृढ सङ्कल्प गरे । उनले १० मिनेटको हाँसोले दुई घण्टाको पीडारहित निद्रा दिने रहेछ भन्ने कुरा पत्ता लगाए । अचम्मलाग्दो, समय बित्दै जाँदा त उनको रोग नै हरायो । उनको स्वास्थ्य पुनर्लाभको खबर न्यू इङ्ल्याण्ड जोर्नल अफ मेडिसिन नामक पत्रिकामा छापियो । हजारौं डाक्टरहरुले कजन्सलाई आफ्नो अनुभव बाँडिदिएकोमा धन्यवाद दिँदै पत्रहरु लेखे । र, हलिवुड (Hollywood) नामक चलचित्र उद्यागले समेत यस यस विषयमा फिल्म बनाइदियो ।

आज हामीले पाएका डाक्टरहरु र औषधि विज्ञान प्रविधिका विकासहरुका निम्ति परमेश्वरलाई म धन्यवाद चढाउँदछु । डाक्टरकहाँ जानदेखि हतोत्साहित पार्न म तपाईंलाई नोर्मन कजन्सका कहानी बताउन चाहन्नँ । तपाईंलाई माथि उठ्न नदिन प्रयासरत नकारात्मक सोच तथा मनोवृतिहरुलाई हटाउनुभएमा त्यसले कति धेरै सकारात्मक प्रभाव पार्दो रहेछ भनेर मात्रै एउटा व्यावहारिक उदाहरण पस्कन चाहेकी हुँ । नोर्मन कजन्सका हकमा त सकारात्मक सोचले उनको शारीरिक स्वास्थ्यलाई पनि प्रभावित तुल्याएको थियो ।

तपाईंले '*म सक्तिनँ*' नकारात्मक विचारलाई छाड्नु भइकन *'म सक्छु'* आशा अङ्गाल्नु भएमा तपाईंको जीवन कसरी परिवर्तन हुन सक्छ होला सिर्फ विचार गर्नुहोस् । तपाईंले आफ्नै सामर्थ्यमा गर्न नसक्ने कुरामाथि केन्द्रित हुनुको साटो ख्रीष्टमा गर्न सक्ने कुरामाथि केन्द्रित हुन रोज्नुहुन्छ भने, यसले तपाईंका विचार, बोलचाली, तपाईंका दृष्टिकोण साथै तपाईंका सोचसमेत परिवर्तन हुनेछन् ।

तपाईंले 'म सक्तिनँ' नकारात्मक विचारलाई छाड्नु भइकन 'म सक्छु' आशा अङ्गाल्नु भएमा तपाईंको जीवन कसरी परिवर्तन हुन सक्छ होला सिर्फ विचार गर्नुहोस् ।

अन्ततः जीवन नै परिवर्तन हुनेछ । परमेश्वरमा आशा राख्नेहरु कहिल्यै पनि निराश हुनुपर्ने छैन वा कहिल्यै पनि लज्जित हुनुपर्ने छैन (रोमी ४:४-५ हेर्नुहोस्) ।

असंभव कार्य गर्नु

यदि हामी कोसिस गर्न डराएनौं भने असंभव देखिएका कुरा परमेश्वरको सहायताद्वारा फत्ते गर्न सक्छौं ।

संसारका केही सुप्रसिद्ध मानिसहरुमा 'सक्छौं' सोच भएको हुनाले उनीहरुले अद्भूत कार्य गरिछाडे । उनीहरुमध्ये केही व्यक्तिका भनाइहरु यहाँ उल्लेख गरिएका छन् :

असंभव कार्य गर्नु भनेको त एक किसिमको रमाइलो हो ।

–वाल्ट डिस्ने

कोसिस गर्ने मानिसको निम्ति असंभव कार्य छँदैछैन ।

–अलेक्ज्याण्डर दि ग्रेट

हरेक उच्चकोटिको कार्य शुरुमा असंभवै हुन्छ ।

–थोमस कार्लाइल

तपाईंको सपना असंभव बन्ने एक मात्रै थलो तपाईंको आफ्नै सोचाइमा मौजुद हुन्छ ।

–रोबर्ट एच. स्कुलर

यदि हामीले कुनै पनि कुरालाई असंभव नसोचेको भए धेरैभन्दा धेरै कुरा हासिल गर्नेथ्यौं ।

–भिन्स लोम्बार्डी

असंभव शब्द त मेरो शब्दकोशमा छँदैछैन ।

–नेपोलियन बोनापार्ट

नगरेसम्म हरेक कुरा सधैं असंभव लाग्दछ ।

–नेल्सन मण्डेला

तपाईंले जीवनमा हासिल गर्न सक्ने कुराका निम्ति आफ्नो सोचलाई बाधक बन्न नदिनुहोस् । परमेश्वरले झैं ठूलो कुरा सोच्नुहोस् ! तपाईं केही न केही त सोचिरहनुभएकै हुन्छ । त्यसो हो भने किन सानो सोच राख्नु त ? मलाई विश्वास छ–धेरै व्यक्तिहरु ठूलो कुरा सोच्न डराउँदछन् किनकि उनीहरु निराश बनिन चाहदैनन् । बरु मचाहिँ केही कोसिस नगरिकन निराश भएर जिउनुभन्दा त बेलाबेलामा निराश बन्ने अवसर पो रोज्थें ।

कहिल्यै नगरिएको जुनै पनि कुरा कसैले हात नहालेसम्म असंभव लाग्छ । त्यसो हो ? त्यो व्यक्ति तपाईं नै किन बन्न सक्नुहुन्न त ?

हामीले सफलतापूर्वक कारागार सेवकाइ गरिरहेका छौं । विगत १६ वर्षदेखि कारागारहरुमा अवलोकन गर्न जाने हाम्रो टोली ३,२०० भन्दा बढी कारागारहरुमा पुगिसकेको छ । अनि, सरसफाइ उपहार झोलाहरुका साथमा २७ लाखभन्दा बढी मेरा पुस्तकहरु पनि वितरण भइसकेका छन् । हामी अमेरिकाको हरेक प्रान्तको कारागारमा पुगिसकेका छौं । तर शुरुमा

हरेक प्रान्तको कारागारमा पुग्ने प्रयास गर्दा यो असंभव छ भनेर हामीलाई भनिएको थियो । हरेक प्रान्तको कारागारमा जानलाई अनुमतिको निम्ति हामीले सम्पर्क गरेको पहिलो प्रान्तीय कारागार बोर्डले भन्यो,"यो कुरा असंभव छ । यस्तो कार्य अहिलेसम्म कसैले पनि गरेको छैन !"

सपना देख्ने आँट र तपाईंका सपनाहरु चाँडै साकार हुन सक्छन् ! तपाईंले यो पुस्तक पढ्न सक्नुहुन्छ अनि *"यो पुस्तक त राम्रो रहेछ । म त अझै पो आशावादी भइरहेको छु"* भन्ने सोचले आशावादी बनेर पढी सिध्याउनुहोस् । तर म तपाईंलाई अनुरोध गर्न चाहन्छु– जीवन जस्तो जिइरहनुभएको छ त्यस्तै नजिउनुहोस् । यस पुस्तकमा भएका शब्दहरु तपाईंको जीवनमा महान् कार्य गराउने उत्प्रेरक (Catalyst) बनून् । ठूला-ठूला आशा गर्नुहोस्, ठूलो सपना देख्नुहोस् अनि ठूलो सोच्नुहोस् । यो कुरा कसैले गर्नेछ । त्यो व्यक्ति तपाईं पनि हुन सक्नुहुन्छ !

आफ्ना आशाहरु उच्च पार्नुहोस् !

म विश्वास गर्दछु –परमेश्वरले तपाईंलाई 'सक्तिन' को पिंजडादेखि फुत्कन सहायता गर्न चाहनुहुन्छ । तपाईंले आजै आशा प्राप्त गर्न सक्नुहुन्छ । सायद यो कुरा पहिलो पटक हुन सक्छ । तपाईंको सामुन्ने जस्तोसुकै चुनौती वा अवसर खडा होस्, तपाईं सफल बन्न सक्नुहुन्छ किनकि परमेश्वर तपाईंसित हुनुहुन्छ । र, उहाँले तपाईंलाई चाहिएको सबै सामर्थ्य प्रदान गर्नुहुनेछ । अरु मानिसहरुबाटका नकारात्मक बोलीहरु परमेश्वरका प्रतिज्ञाहरु साथै तपाईंको जीवनमा उहाँको उपस्थिति समान हुँदैनन् । जब परमेश्वर तपाईंको पक्षमा हुनुहुन्छ, तपाईंको विरुद्धमा को छ वा के छ भन्ने कुराले केही पनि महत्त्व राख्दैन (रोमी ८:३१ हेर्नुहोस्) ।

अघि बढ्नुहोस् अनि आफ्ना आशाहरुलाई उच्च पार्नुहोस् । सायद तपाईं विगतमा असफल हुनुभएको होला, तर आज तपाईंले विजय प्राप्त गर्न सक्नुहुन्छ । तपाईंले विगतमा भूलहरु गर्नुभयो होला, तर तपाईंले आज बुद्धिमानपूर्ण निर्णय गर्न सक्नुहुन्छ । तपाईंले विगतमा हार खानुभयो होला, तर तपाईं आज धैर्यशील बन्न सक्नुहुन्छ । तपाईं विगतमा हिच्किचाउने व्यक्ति हुनुहुन्थ्यो होला, तर तपाईं आज साहसी बन्न सक्नुहुन्छ । मानिसहरुले

तपाईंलाई विगतमा *'तिमी सक्तैनौ'* भने होलान्, तर तपाईं आज सक्नुहुन्छ। परमेश्वरले तपाईंको जीवनमा राखिदिनुभएको उत्तम कुरा उपभोग गर्नदेखि तपाईंलाई बञ्चित गर्ने पिंजडा तोडेर बाहिर निस्कनुहोस् । परमेश्वरले तपाईंको जीवनमा निर्दिष्ट गरिदिनुभएका योजना तथा उद्देश्यहरुमा माथि-माथि उड्दै जानुहोस् । र, यदि कुनै पनि कुरा जटिल बन्न पुगेमा, चिन्ता नगर्नुहोस्, नडराउनुहोस् । तपाईंले विजय पाउन **सक्नुहुन्छ** !

अध्याय ४

आशाको तागत

हाम्रा परमेश्‍वर पिताको सामुन्ने हाम्रा प्रभु येशू ख्रीष्टमा तिमीहरुका विश्‍वासको काम, प्रेमको परिश्रम र आशाको धैर्य निरन्तर सम्झन्छौं ।

१ थेसलोनिकी १:३

"आशा सद्रन्दर-मन र सुन्दर नजरको हुन्छ । यसले तस्बिर कोर्दछ; यसले कल्पनाहरु बुन्दछ; अनि सुखानुभूतिले भविष्यलाई भरिभराउ बनाउँदछ ।"

–हेनरी वार्ड बिचर

जब म मानिसहरुसित आशाको बारेमा चर्चा गर्दछु, अधिकांश व्यक्तिहरुमा आशाचाहिँ वास्तवमा यही हो भन्ने विषयमा गलत बुझाइ रहेको पाएकी छु । अनि, यदि तपाईंले यो के हो वा यो कसरी हुन्छ भन्ने कुरा बुझ्नुहुन्न, परिस्थिति चाँडै बिग्रेर जान सक्छ ।

यस कुराले आफ्नो चार वर्षे छोरोको फुटबल टोलीलाई सिकाउँदाखेरिका चुनौतीहरु बारेमा एक जना व्यक्तिले मलाई बताएको रमाइलो कहानी याद दिलाउँछ । ती व्यक्तिले आफू अलिक हडबडाएर फुटबल मैदानमा पहिलो अभ्यासको निम्ति गएको कुरा सुनाएका थिए । उनले कहिल्यै पहिले फुटबल सिकाएका रहेनछन् अनि त्यहाँ भएका नानीहरु पनि पहिला कहिल्यै फुटबल खेलेका रहेनछन् । त्यसैले उनलाई आफ्नो जिम्मेवारीको निम्ति केही न केही खुबी प्रदर्शन गर्नुपर्ने कुरा बोध भयो । सबै नानीहरु आ-आफ्ना नयाँ जर्सी लाएर चिल्लो चमकदार बहुरङ्गी फुटबललाई खुट्टाले गुडाउँदै खेल मैदानमा समयमै आइपुगे । सबै जना खुब उत्साहित देखिन्थे ।

यी सिकारु फुटबल प्रशिक्षकले चार वर्षे नानीहरुको टोलीलाई एउटा समूहमा भेला पारे । त्यस बेला खेलाडी नानीहरुका गर्वित तथा

स्नेही आमाबाबुले आ-आफ्ना मोबाइलले खुब तस्बिरहरु खिचे । र, लगत्तै उनीहरुले त्यस अभ्यासलाई 'वर्षकै पहिलो अभ्यास !' नामकरण गरी सबैले देख्ने गरी सामाजिक सञ्जालमा तस्बिरहरु हालिदिए ।

फुटबल प्रशिक्षकले खेलाडी नानीहरुलाई हामी "सुन्दर क्षण" प्राप्त गर्न गइरहेका छौं, र हरेक अभ्यासको क्षणमा हामीलाई एकापसमा सहायता पुग्ने फुटलब खेलका सीपहरु सिक्नको लागि "मनोरञ्जपूर्ण खेल" को रुपमा खेल्नेछौं भनेर बताए । खेलको बारेमा बताउँदैमा नानीहरु खुशीले चिच्याए । त्यसपछि प्रशिक्षकले उनीहरुलाई एकापसमा बल पास गराउने अभ्यास गराउन शुरु गर्ने निर्णय गरे । उनले भने," ठीक छ, बाबुहरु हो, आज हामी बल पास गर्ने खेल खेल्नेछौं !" बालकहरुले एउटै स्वरमा "हुर्रे !" भनेर चर्को स्वर निकाले । पूर्वप्राथमिक तहका बालकहरुका उत्साहपूर्ण प्रत्युत्तरले आत्म-बल प्राप्त भएको अनुभूति गर्दै प्रशिक्षकले खेलाडी नानीहरुलाई दुई पङ्क्तिमा उभ्याए अनि उनीहरुलाई बललाई खुट्टाले गुडाउँदै-गुडाउँदै शङ्कु (Cone)सम्म पुऱ्याउने अनि फेरि गुडाउँदै-गुडाउँदै फर्काउने भनेर निर्देशन दिए । उनले भने, "यो त केवल रिले दौडजस्तै हो । फरक यति हो–यसमा तपाईंले खुट्टाले बल हिर्काउनुहुन्छ ।" फेरि खेलाडी बालकहरु रमाहटले खुशीले बेजोड चिच्याए । "ल, आ-आफ्नो ठाउँमा तयार हुने अनि अघि बढ्ने !"

जब प्रशिक्षकले जोडले भने,"जाओ !" हल्लाखल्ला मच्चियो । शङ्कु तिर दगुर्न पङ्क्तिमा उभिएका नानीहरुमध्ये सबैभन्दा अगाडिको सहभागी दौडनु पर्ने र बाँकीहरुले चाहिँ आ-आफ्नो पालोअनुसार (सामान्यतः रिले दौडको व्यवहारअनुसार) कुद्नुको साटो सबै जना बालकहरु एकै पटक चारैतिर हुरुरु दौडिए । उनीहरुले "जाओ !" भन्ने आवाज सुन्नेबित्तिकै कुदिहाले । त्यहाँ नियम थिएन, संरचना पनि थिएन–केवल भद्रगोल अवस्था थियो ! चकित तर हँसिला केही अभिभावकहरुका सहायताद्वारा फुटबल प्रशिक्षकलाई गोल पोष्टनेर पुगेका केहीलाई वरतिर ल्याउन, अरुलाई कन्सेसन स्ट्याण्ड (Concession stand) बाट फर्काएर ल्याउन र प्रतिद्वन्द्वी टोलीसित सहभागी हुन खोजिरहेका विपरित मैदानमा अलमल परेका नानीहरुलाई खोजेर एक ठाउँमा जम्मा गर्न एकदमै १० मिनेट समय लाग्यो ।

जिन्दगीमा कहिल्यै त्यस्तो थकित नभएका फुटबल प्रशिक्षक हैरानी अनुभूत गर्दै फुटबल अभ्यास सकेर त्यस रात घर गए अनि आफ्नी श्रीमती (पूर्वप्राथमिक विद्यालयकी शिक्षिका) लाई असफलता बारे नालीबेली लाए । “मैले नानीहरुलाई पङ्क्तिवद्ध बनाएर उभ्याएँ । मैले उनीहरुलाई हामी रिले दौड गर्न गइरहेका छौं भनेर पनि बताएँ । मैले सबैलाई चर्को गरी भनें, ‘ल, आ-आफ्नो ठाउँमा तयार हुने अनि अघि बढ्ने !’ त्यसमा केचाहिँ समस्या भएछ त ?” उनले भने । उनकी श्रीमती पनि मनमनै हाँसिन् अनि अलमल परेका आफ्नो श्रीमानलाई तपाईंको टोलीमा भएका नानीहरु त चार वर्षका मात्रै हुन्; उनीहरु त पूर्वप्राथमिक विद्यालय पनि गएका छैनन् भनेर बताइदिइन् । ती नानीहरुलाई संभवतः रिले दौडका नियमहरु पनि सिकाइएन होला किनकि उनीहरु टोली प्रतिस्पर्धासहित समूहको ढाँचामा थिएनन् । पूर्वप्राथमिक तहका नानीहरुले “दौड” अनि “जाओ” भन्ने मात्रै आवाज सुने । उनीहरुले त आफूले जे सुने त्यसैअनुसार गरे । उनीहरुले दौडलाई अर्कै पाराले बुझे । अनि, त्यसको परिणामचाहिँ नैराश्य र भद्रगोल अवस्था मात्र हात लाग्यो ।

जब म यो कहानी विचार गर्दछु, ती नानीहरुले दौडलाई अर्कै पाराले बुझेझैं धेरै मानिसहरुले पनि आशा बारे गलत बुझेका हुने रहेछन् भन्ने कुरा महसुस गरेकी छु । त्यही गलत बुझाइले परिणामचाहिँ नैराश्य र गोलमोल अवस्था आउनेरहेछ। आशा त केवल निस्क्रिय शब्द वा अल्छीपूर्ण भावना हो भनेर सोच्ने मानिसहरु धेरै पाइन्छन् । यस्ता मानिसहरुले यदि हामी चुपचाप बस्छौं र परिस्थितिहरु ठीक हुँदै जालान् भनेर अपेक्षा राख्दछौं भने ती त आफैं ठीक भइहाल्छन् भनेर भ्रमात्मक रुपमा सोचिरहेका हुन्छन् । तर आशा भनेको चुपचाप बसाइ र निस्क्रिय भवना होइन । आशा त दिवास्वप्ना र अभिलाषापूर्ण सोचभन्दा फरक कुरा हो। यदि आशा सम्बन्धी तपाईंको बुझाइ यस्तै गलत हो भने आफूले चाहेको कुरा सम्बन्धी तपाईं अनिश्चित बन्नुहुनेछ । र, संभवतः तपाईंले त्यो कुरा पाउनु पनि हुनेछैन ।

आशाले हामीलाई तागत दिन्छ अनि कार्यमा उत्रन अभिप्रेरणा दिँदछ । मैले पहिला उल्लेख गरेझैं आशा भनेको असल कुरा सम्बन्धीको सुखद तथा निर्धक्क अपेक्षा हो अनि असल कुराप्रतिको सुखद तथा निर्धक्क अपेक्षाले

तपाईंलाई विश्वासमा कदम चाल्ने र परमेश्वरको वचनअनुसार कार्यमा उत्रने तुल्याउँदछ । आशा निस्क्रिय नरहने रोमाञ्चकपूर्ण कुरा हो । आशाले साहसपूर्वक विश्वास गर्दछ, हिम्मतसाथ निर्णय गर्दछ, दृढपूर्वक बोल्दछ अनि लगनशील भएर लागिपर्दछ ।

आशा निस्क्रिय नरहने रोमाञ्चकपूर्ण कुरा हो ।

परमेश्वरमा कदापि निस्क्रियताको स्थान हुँदैन । त्यसकारण आशामा पनि निस्क्रियताको स्थान रहँदैन । परमेश्वर सदैव तपाईंको जीवनमा चलायमान र क्रियाशील हुनुहुन्छ। र, उहाँले तपाईंलाई उहाँका आज्ञाबमोजिम चलेको चाहनुहुन्छ । अल्छी, ढीलासुस्ती, निस्क्रिय व्यक्ति कहिल्यै सुखी व्यक्ति हुँदैन । जब तपाईंले आशाको सामर्थ्य बुझ्नुहुन्छ, तपाईं विश्वासमा चल्न र उपयुक्त समयमा जे गर्न आवश्यक पर्दछ सोअनुसार कार्य गर्न तयार र उत्साहित व्यक्ति बन्नुहुन्छ ।

कुनै बखतमा हामी परमेश्वरको बाटो कुरिरहेका हौंला तर साँचो पर्खाइचाहिँ निस्क्रिय हुँदैन । बरु यो पर्खाइचाहिँ आत्मिक जगतमा बडो क्रियाशील हुन्छ । परमेश्वरले महान् कार्य गर्नुहुनेछ भनेर हामी उहाँमा *अपेक्षा गरिरहेका* हुन्छौं । परमेश्वरको बाटो कुर्ने विषयमा लेखिएका अनगिन्ती पदहरु धर्मशास्त्रमा पाइन्छन् । अ्याम्लिफाइड बाइबल संस्करण (Amplified Bible Version) मा चाहिँ "पर्ख र परमप्रभुको बाटो हेर" भनेर विभिन्न ठाउँमा लेखिएको पाइन्छ । मलाई सो बाइबलमा लेखिएको पद मन पर्दछ किनकि यी पदहरुमा हाम्रा जीवनमा परमेश्वरले कार्य गर्नुहुन्छ भनी हामीले जागरुकतापूर्वक उहाँको प्रतीक्षा गर्नु आवश्यक छ भन्ने कुरा स्पष्ट पारिएको छ। परमेश्वरको आवाज थाहा पाउनु बित्तिकै अगाडि बढ्न हामी तयार हुनुपर्दछ । र, जब हामी परमेश्वरको बाटो कुरिरहेका हुन्छौं, परमेश्वरसित हाम्रो निम्ति ठूलो र सुन्दर योजना छ भनेर हामी आशापूर्ण आत्म-बलले भरिएका हुन्छौं । तपाईंहरु सबैले नानी जन्माउन गइरहेकी एक जना गर्भवती स्त्रीको परिकल्पना गर्नुहोस् ! उनले जन्मनेवाला नानीको निम्ति योजना बनाइरहेकी हुन्छिन्, सपना देखिरहेकी हुन्छिन्, चाँजोपाँजो

मिलाइरहेकी हुन्छिन्, चर्चा गरिरहेकी हुन्छिन्, अनि हमेसा नानीकै विषयमा सोचिरहेकी हुन्छिन् ।

युद्ध मैदानतिर दौडनु होस्, तर त्यहाँदेखि सुइँकुच्चा नठोक्नुहोस् !

जब तपाईं भजनसङ्ग्रह पढ्नुहुन्छ, तपाईंले दाउद आशा तथा अपेक्षाले भरिएका मानिस थिए भन्ने एउटा महत्त्वपूर्ण कुरा थाहा पाउनुहुन्छ । यो कुरा उनले लेखेका भजनसङ्ग्रहका हरफहरुमा सुन्न सक्नुहुन्छ । केही उदाहरणहरु यहाँ प्रस्तुत गरिएका छन् :

*हे परमप्रभुमा **पर्खने,** आशा राख्ने तथा **अपेक्षा** गर्ने सबै जना हो,*
शक्तिशाली होओ अनि ढाडस गर ।

भजनसङ्ग्रह ३१:२४ **(महत्त्व दिन खोजिएको कुरा थपिएको छ)**

तपाईंलाई आशासहित पर्खने र तपाईंको खोजी गर्ने *कोही पनि कहिल्यै शर्माउनेछैन, तर तिनीहरु शर्ममा पारिनेछन्, जो क्षमा दिन नसकिने विश्वासघातीहरु हुन् ।*

भजनसङ्ग्रह २५:३ **(महत्त्व दिन खोजिएको कुरा थपिएको छ)**

अब हे परमप्रभु, म केको निम्ति प्रतीक्षा गर्दछु ? ***मेरो आशा तथा अपेक्षा त तपाईंमा नै छ ।***

भजनसङ्ग्रह ३९:७ **(महत्त्व दिन खोजिएको कुरा थपिएको छ)**

दाउदले खेतबारीमा भेडा चराइरहेका बखतमा होस् वा विद्रोही सेनाहरुका जत्थालाई नेतृत्व गरिरहेका बेला होस्, वा इस्रायलमा राजाको रुपमा शासन गरिरहेका बेला होस्, उनी सदैव जीवनमा परमेश्वरले सुन्दर कार्य गर्नुहुन्छ भन्ने आशाले भरिएका व्यक्ति थिए । तर दाउदलाई उनको आशा तथा अपेक्षाले चुपचाप तथा निस्क्रिय बन्न दिएन । बरु कुरो उल्टो सावित भयो । दाउदलाई आफूभित्र मौजुद आशाले कार्यमा उत्रन हुटहुटी लगायो । उनले परमेश्वरले आश्चर्यपूर्ण कार्य गर्न गइरहनुभएको छ भनेर पूर्ण विश्वास गरे । तर उनले आफूलाई परमेश्वरसित साझेदार भएको र

त्यसका निम्ति आज्ञापालक बनेर सक्रिय रहन जरुर छ भन्ने कुरा बुझेका थिए । त्यसैले, दाउदले परमेश्वरसित मार्गनिर्देशनको निम्ति प्रार्थना गरेका र विश्वासका कदमहरु साहसपूर्वक चालेका हामी देख्दछौं (१ इतिहास १४:१०, १४:१४, १ शमूएल २३:२, २ शमूएल २:१ हेर्नुहोस् ।)

गोलियतलाई सामना गर्ने क्रममा यदि दाउद निस्क्रिय भएदिएका भए, जोश-जाँगर हराएको भए र अनुशासनहीन भएका भए के हुन्थ्यो होला कल्पना गर्नुहोस् । कल्पना गर्नुहोस्– दाउदले मनमनै यसो भन्दैछन् रे, *"अँ, म दृढ रुपमा आशा गर्दछद्र–परमेश्वरले केही न केही त गर्नुनै हुनेछ । मचाहिँ गएर सुरुङभित्र बाँकी सेनाहरुसित लुकेर बस्नेछु । आशा गरौं–परमेश्वरले नै यो अजङको मानिसलाई चट्याङले हिर्काएर मार्नुहुन्छ ।"* यदि दाउदको सोच ठ्याक्कै त्यस्तै भइदिएको भए गोलियतलाई पराजीत गर्न परमेश्वरले अरु कुनै व्यक्तिलाई नै प्रयोग गर्नुहुने थियो । परमेश्वरले आफ्नो तर्फबाट आफ्नो भूमिका निर्वाह गर्ने व्यक्ति अर्थात ऊभित्र मौजुद आशाले उसलाई कार्यमा उत्रन जाग्रत पार्ने व्यक्ति खोज्दै हुनुहुन्थ्यो । त्यो व्यक्ति चाहिँ दाउद नै थिए ।

जब दाउद आफ्ना दाजुहरुका निम्ति रसदपानी पुऱ्याउन अग्र पङ्क्तिमा देखा परे, र दैंत्यजस्तो पलिश्तीले इस्रायलका सेनाहरुलाई सरापेको र गिज्याएको सुने, उनले आफ्ना आशाहरु एकै निमेषमा उच्च बनाइहाले । उनले आफ्नो वरिपरि उभिएका मानिसहरुलाई सोधे,"यस पलिश्तीलाई मार्ने र इस्रायलको अपमान हटाउने मानिसलाई के गरिदिने त ?" (१ शमूएल १७:२६) । उनले पराजय सोचिरहेका थिएनन्; उनले असफलता पनि सोचिरहेका थिएनन्; उनले आफू विरुद्ध चुनौतीको रुपमा खडा व्यवधान पनि सोचिरहेका थिएनन् । उनी त सफल हुन सक्छु र लडाइँ जित्न सकिनेछ भन्ने आशाले ओतप्रोत थिए ।

हो, त्यही आशाले दाउदलाई कार्यान्मुख बनायो । उनले शुरुमा अनुभूत गरेका आशाको क्षण र वास्तवमै हासिल गरिएको विजयको क्षण बीच उनले चालेका कदमहरु नियाल्नुहोस् ! दाउदले आफूलाई खिसीटिउरी गर्न र हतोत्साही तुल्याउन कोसिस गर्ने दाजुको आलोचनाको प्रतिवाद गरे

(पदहरु २८-३०) । उनले राजा शावललाई लडाइँ लड्न दिनुहोस् भनेर मनाए (पदहरु ३२-३७) । उनले शावलका कवचहरु लाउने कोसिस गरे तापनि तिनलाई प्रयोग नगर्ने निधो गरे (पदहरु ३८-३९) । उनले आफ्नो घुयेत्रोको निम्ति हतियारको रुपमा पाँच ओटा ढुङ्गाहरु छाने (पद ४०) । उनले विजयको शंखनाद गर्दै गोलियतलाई खुलेआम चुनौती दिए ((पदहरु ४५-४७) अनि त्यसपछि लडाइँ मैदानमा दगुरेर गए (पद ४८) । दाउदमा '*अँ, मलाई पक्का आशा छ, समस्या समाधान हुनेछ । केवल पर्खौं र हेरौं*' भन्ने सोच थिएन । उनमा त '*मेरो आशा परमप्रभुमा छ । ल, जाउँ र यो लडाइँ जितौं !*' भन्ने सोच थियो । दाउद रणभूमिबाट भागेनन् न त उनी सेनाहरुझैं लुके । उनी त परमेश्वरद्वारा दैंत्यजस्तो गोलियतलाई पराजीत गर्न सक्छु भन्ने अटल आशा र विश्वासले रणभूमितिर दौडिए । दाउदले विजय प्राप्त हुनेछ भन्ने सकारात्मक अपेक्षा राखेका थिए !

आशाको अवसर

तपाईंले पनि दाउदले जस्तै सोच राख्न सक्नुहुन्छ । परमेश्वरको मार्गनिर्देशन खोज्न, विश्वासमा कदम चाल्न, र परमेश्वरले जे गर्न तपाईंको हृदयलाई अह्राउनुभएको छ सो हिम्मतका साथ गर्नका निम्ति तपाईं आफूलाई उत्प्रेरित गर्न पुस्तक पढ्दै गर्दाखेरि तपाईंको आफ्नो हृदयमा स्थापित आशालाई प्रयोग गर्न सक्नुहुन्छ । परमेश्वरले तपाईंको जीवनमा उदेकका कुराहरु गर्न चाहनुहुन्छ तर यदि तपाईं नकारात्मक र आशारहित हुनुहुन्छ भने उहाँले त्यस्ता कार्यहरु गर्नुहुनेछैन ।

परमेश्वरले तपाईंलाई उर्जावान र सकारात्मक अपेक्षाले भरपूर भइकन आश्चर्यकर्ममा साझेदार बनेको चाहनुहुन्छ । तपाईंलाई लाग्न सक्ला–*म आशावादी हुन सकूँ भनी इच्छा गर्छु नि, जोयस ! तर म आशावादी हुनै सक्तिनँ ।* आशाचाहिँ अनुभूति गर्नको पर्खिन पर्ने कुरो होइन । तर यो त हामीमा हुनुपर्दछ भनेर हामीले नै निर्णय गर्ने कुरो हो ।

आशाचाहिँ अनुभूति गर्नको पर्खिन पर्ने कुरो होइन । तर यो त हामीमा हुनुपर्दछ भनेर हामीले नै निर्णय गर्ने कुरो हो ।

उद्देश्यमूलक ढङ्गले आशावादी बन्नुहोस् ! आशाचाहिँ तपाईंले गुमाउन नचाहने एउटा शक्तिशाली, अनि अलौकिक अवसर हो ! हाम्रो अधिकांश उर्जा हाम्रा सोचाइसित जोडिएको हुन्छ । त्यसकारण, यदि हामीले आशावादी सोचहरु राख्यौं भने हाम्रो उर्जा बढ्नेछ । अनि, यदि हामीले आशाविहीन कुरा सोच्यौं भने त्यो उर्जामा ह्रास आउँदछ ।

कतिपय मानिसहरुले परमेश्वरले नै हाम्रा अवस्थामा परिवर्तन ल्याउने कार्य गर्नुहुनेछ भनेर आशा राख्दछन् । यद्यपि, उनीहरु कहिल्यै अग्रगामी कदम चाल्दैनन् । उदाहरणार्थ, यदि जागिरै खोज्न नगए मानिसहरुले कसरी जागिर पाउलान् त ? कदम चाल्ने मानिसहरु पनि छन् तर उनीहरुचाहिँ निराशावादी र भावी प्रतिफल सम्बन्धी नकारात्मक सोच राख्दछन् । यी दुवै थरिका मानिसहरुले आफूले चाहेका कुरा प्राप्त गर्न सक्तैनन् । तर त्यस्ता अपूर्व स्वभावका व्यक्तिहरु पनि छन्, जोहरुसित परमेश्वरद्वारा अभिप्रेरित सपना हुन्छ ; उनीहरु प्रार्थना गर्दछन् अनि परमेश्वरको निर्देशनअनुसार कदम बढाउँदछन् । उनीहरुका सपनाहरु पूरा हुन जतिसुकै लामो समय लागे पनि उनीहरु आशावादी भइरहन्छन् ।

परमेश्वरका जनहरुले अलौकिक अवसरहरु समातेका र आश्चयकर्ममा सहभागी भएका घटनाहरु हामी बाइबलभरि देख्दछौं । जब परमेश्वरले यरीहोको पर्खाल ढल्नेछ भनेर प्रतिज्ञा गर्नुभयो, इस्रायलीहरुले चाहिँ शहर वरिपरि परिक्रमा गरे, विजयको शङ्खघोष गरे, युद्ध लडे...यसरी कदमहरु चाले ! येशूले ५,००० मानिसहरुलाई खुवाउने तयारी गर्नुहुँदाखेरि चेलाहरुले भीडलाई व्यवस्थित गरे, अनि खाना सबैलाई खुवाए ... यसरी कदमहरु चाले ! येशूले रगत बग्ने रोगले थलिएकी स्त्रीलाई निको पार्नुअघि ती स्त्री भीडलाई ठेल्दै भित्र पसिन् अनि येशूको वस्त्रको किनार छोइन् । यसरी कदम चालिन् ! पेन्तिकोसको दिनमा पवित्र आत्मा आउनुहुँदा पत्रुस मानिसहरुका सामु खडा भए अनि सुसमाचार प्रचार गरे ...यसरी कदमहरु चाले ! यदि बाइबलका पुरुष तथा स्त्रीहरुले आफूले पाएका अवसरहरु लिन्छन् र निर्णायक कदमहरु चाल्दछन् भने तपाईं र पनि त त्यसो गर्न सक्छौं नि, होइन र ?

सायद तपाईंले यसरी कदम चाल्न सक्नु हुन्छ होला...

यदि तपाईं रमाइलो अनुभूत हुने क्षेत्रमा काम गर्नलाई नयाँ जागिरको निम्ति, वा नयाँ चुनौतीको निम्ति आशावादी हुनुहुन्छ भने त्यो आशाले तपाईंलाई कार्यमा उत्रन जागृत गरोस् । सायद, तपाईंले आफूलाई नयाँ पेशा वा जागिरमा फाइदा पुऱ्याउन सक्ने गरी आफ्नो ज्ञान-क्षितिजलाई फराकिलो पार्न तालिम लिनुहुन्छ होला । सायद, त्यस पेशागत क्षेत्रमा आवद्ध मानिसहरुसित कुराकानी गर्नुहुन्छ होला । अनि, त्यस नयाँ क्षेत्रको निम्ति तयार हुन मैले के गर्नं पर्ला भनेर उनीहरुलाई सोध्नुहुन्छ होला । र, आफूलाई राम्ररी तयार बनाइसकेपछि तपाईं खुब उत्साहित भएर जागिर खोज्नुहुन्छ होला । जागिर पाइसकेपछि हृदयमा आशा र मुखबाट निस्कने सकारात्मक शब्दहरुसहित तपाईं काम गर्नुहुन्छ होला । यदि तपाईंमा शक्तिको कमि भइरहेको छ र तपाईं प्रायः बिरामी भइरहनुहुन्छ भने तपाईं सुधारोन्मुख स्वास्थ्यप्रति आशावादी हुनुहुन्छ होला । त्यस आशाले तपाईंलाई कार्यमा उत्रन उत्साह दिओस् । सायद, तपाईं नजीकै भएको जिममा भर्ना भएर नयाँ अभ्यास दैनिकी शुरु गर्नुहुन्छ होला । सायद, तपाईंको सामर्थ्य स्तर अभिवृद्धि गर्नका निम्ति तपाईंका आहार-विहार तथा सुताइ आनीबानीमा परिवर्तन ल्याउनुहुन्छ होला । सायद, यो कुरा तपाईंले आफ्नो चिया-कफीलाई कमि गरेजतिकै सजिलो हुन सक्छ । चुपचाप बस्नु र परमेश्वरले नै केही कार्य गर्नुभएको होस् भनेर पर्खनु सजिलो कुरो हो तर परमेश्वरले तपाईंले कुनै कदम चालेको चाहनुहुन्छ कि भनेर थाहा पाउनलाई प्रार्थना गर्नचाहिँ नचुक्नुहोस् ।

यदि तपाईंले तनावपूर्ण सम्बन्धमा सुधार हुनेछ भनेर आशा गरिरहनुभएको छ, त्यो आशाले तपाईंलाई कार्यमा उत्रन अभिप्रेरित गरोस् । अर्को व्यक्तिले कदम चाल्ला कि भनेर कुरेर बस्नुभन्दा तपाईं आफैले कदम चाल्नुहोस् । हुनसक्छ, तपाईंले त्यस व्यक्तिलाई मननयोग्य पत्र वा उत्साहबर्धक इमेल लेख्न सक्नुहुन्छ । हुनसक्छ, तपाईंले उसलाई कफी खान कतै लगेर संभवतः आफ्नो तर्फबाट हुन पुगेका गल्ती-भूलका लागि ऊसित माफ माग्न सक्नुहुन्छ ।

यदि तपाईं मेरो आर्थिक अवस्थामा सुधार हुन्छ भनेर आशावादी हुनुहुन्छ, यदि तपाईं चेक भुक्तान गर्न जीविकामुखी तलबभन्दा बढी पाउनेछु भनेर आशावादी हुनुहुन्छ भने त्यो आशाले तपाईंलाई कार्यमा उत्रन अभिप्रेरित गरोस्। हुनसक्छ, तपाईंले बजेट बनाउन सक्नुहुन्छ वा आफूले आर्जन गरेको पैसा कसरी खर्च भइरहेको छ भनेर थाहा पाउन आफ्नो वर्तमान बजेटको पुनर्मूल्याङ्कन गर्न सक्नुहुन्छ। संभवतः तपाईंले आफ्नो हाकिमलाई भेटेर कम्पनीलाई फाइदा पुऱ्याउनुको साथसाथै तपाईंको तलब बृद्धिमा पनि टेवा पुग्ने क्षेत्रमा नयाँ अवसरहरुका निम्ति अनुरोध गर्न सक्नुहुन्छ।

प्रथमतः तपाईं के कुरा चाहनुहुन्छ वा तपाईंलाई के खाँचो छ सो विषयमा स्पष्ट हुनुहोस्। अनि, त्यस विषयमा विश्वाससहित प्रार्थना गर्नुहोस्। र, परमेश्वरबाट त्यसको जबाफ पर्खने क्रममा आशावादी भइरहनुहोस्। पवित्र आत्माले तपाईंलाई जुन मार्गनिर्देशन देखाउनुभए पनि त्यसअनुसार अविलम्ब आज्ञा पालन गर्न पक्का हुनुहोस्। कतिपय मानिसहरु प्रार्थना त गर्छन् तर प्रार्थनाको जबाफ आउला भनेर विश्वास गर्दैनन्। त्यस्ता प्रार्थनाहरुको सुनुवाइ हुँदैन परमेश्वरले "प्रार्थन गर तर शंका नगर" भनेर भन्नुभएको छ (याकूब १:६ हेर्नुहोस्।) आशा तथा सकारात्मक विश्वासले भरपूर भएर जिइरहनु नै तपाईंको हृदय र मनमा शंकालाई पस्नदेखि बञ्चित गराउने उपाय हो। आशा एक-पटक गरिने कुरा होइन न त यो "यहाँ र त्यहाँ" भन्ने कुरा हो। आशा त हाम्रा जीवनमा अविच्छिन्न अर्थात लगातार भइरहनु पर्ने कुरा हो!

तपाईंका सपनाहरु पूरा भएको हेर्नका निम्ति परमेश्वरले तपाईंलाई कस्ता किसिमका कदमहरु चालेको चाहँदैहुनुहुन्छ प्रार्थनासहित विचार गर्नुहोस्। यदि कुनै कुरा परमेश्वरबाट प्रकट भइरहेको छ भने उहाँले तपाईंलाई मार्गनिर्दशन गर्नुहुनेछ अनि तपाईंको मेहनतमा आशिष दिनुहुनेछ। परमेश्वरले मेरो हृदयमा उहाँका वचन सिकाउने र अरु मानिसहरुलाई सहायतता पुऱ्याउने दर्शन हालिदिनुभयो। इमान्दार रुपमा भन्नुपर्दा, त्यस बेलादेखि निस्क्रिय रहेकी छैनँ। मेरा निराशाका दिनहरु र कठिनाइका समयहरु धेरै छन् तर ती समयहरुमा मैले आशाले भरपूर भएर जिउन सिकेकी छु। यस कुराले मेरो जीवनलाई हमेसा उत्तम बनाएको छ भने

मलाई पनि त्यतिकै परिष्कृत व्यक्ति बनाएको छ । तपाईंका आफ्ना सपना तथा लक्ष्यहरु परा गर्नका निम्ति कदमहरु चाल्नुहुँदाखेरि मोशाले झैं प्रार्थना गर्न सक्नुहुन्छः *हाम्रा परमप्रभु परमेश्वरको निगाह हामीमाथि रहोस्, र हाम्रा हातका कामहरु हाम्रा निम्ति दृढ पारिऊन् । हो, हाम्रा हातका कामहरु सुदृढ पारिदिनुहोस्* (भजनसङ्ग्रह ९०:१७) । मोशाले परमेश्वरसित आफ्नो अकर्मण्य निस्क्रियताको निम्ति आशिष मागेनन् । बरु, उनले काममा आशिष दिनुहोस् भनेर परमेश्वरसित बिन्ती गरे ।

परमेश्वरले फुटेको भाँडोलाई प्रयोग गर्नुहुन्छ

सायद, तपाईं यो अध्याय पढ्दै हुनुहुन्छ होला र विगतमा कदम चाल्दाखेरि तपाईं अस्तव्यस्त बन्नुभएका क्षणहरु पीडापूर्वक मानसपटलमा आइरहेका होलान् । हुनसक्छ, तपाईंले ठूला उद्देश्यसहित कदम चाल्ने अवसरहरु थिए होलान् । तपाईं साहसिक कदम चाल्न र त्यसलाई फत्ते गर्न उत्साहित हुनुहुन्थ्यो होला, तर ती सोचेजस्तो भएनन् होला । यदि तपाईंमा त्यस्ता किसिमका अनुभूतिहरु छन् भने तपाईंले भन्न खोज्नुभएका कुराहरु म निःसन्देह बुझ्न सक्छु । मैले आफ्नै बलबुताले भ्याएसम्म प्रयास गरेका दिनहरु मसित धेरै छन् तर परिस्थितिलाई सपार्नुभन्दा पनि मलाई त झनै पो परिस्थिति साँच्चि नै बिगारिहेको अनुभूति भयो । मलाई लाग्छ–हामी सबैसित यस्तो अनुभूति सङ्गालेका दिनहरु पक्कै छन् । तर विगतमा हामीले भोगेका असफलताहरुलाई भविष्यमा गरिने अर्को यत्न-प्रयत्नदेखि हामीलाई बञ्चित गराउन दिइनु हुँदैन ।

> *विगतमा हामीले भोगेका असफलताहरुलाई भविष्यमा गरिने अर्को यत्न-प्रयत्नदेखि हामीलाई बञ्चित गराउन दिइनु हुँदैन ।*

हाम्रा सीमित अवस्थाहरु र कमिकम्जोरीहरु परमेश्वर जान्नुहुन्छ । हाम्रा असफलताले उहाँलाई चकित पार्दैनन् । साथै, यी कुराले उहाँलाई हाम्रा जीवनमा कार्य गर्नदेखि पनि रोक्दैनन् । वास्तवमा, परमेश्वरले प्रायः गरी आफ्नो शक्ति प्रर्दशन गर्नका निम्ति नै हाम्रा दुर्बलताहरु प्रयोग गर्नुहुनेछ । मैले भन्न चाहेको कुरालाई अझै स्पष्ट पार्ने एउटा कहानी सुनेकी थिएँ :

भारतवर्षमा पानी बोक्ने एक जना मानिसले बाटाका दुई ओटा छेउहरुमा पानीका ठूला-ठूला गाग्राहरु झुण्ड्याएर काँधमा पानी बोक्ने गर्दथे रे । एउटा गाग्रो सद्धे खालको रहेछ । खोलादेखि मालिकको घरसम्म निकै लामो बाटो हिँडेर जाँदा पनि त्यो गाग्रोमा पानी भरिनै पुग्थ्यो रे । अर्को गाग्रोचाहिँ अलिकति चर्केको रहेछ । खोलादेखि घर पुग्ने बेलासम्म आधी गाग्रो मात्रै पानी पुग्थ्यो रे । त्यो पानी बोक्नेले दुई वर्षसम्म प्रत्येक दिन मालिकको घरमा पूरा एक गाग्रो र अर्को आधा गाग्रो पानी पुऱ्याउँदथ्यो । खासमा, सद्धे खालको गाग्रोचाहिँ टन्नटन्न पानी पुऱ्याउन सफल भएकोमा खुब गर्वित भए छ । अर्को चर्केको गाग्रोचाहिँ आफ्ना दुर्बलतादेखि लज्जित भएछ । र, जति पानी पुऱ्याउन पर्ने त्यति पुऱ्याउन नसकेर आधी गाग्रो मात्रै पुऱ्याउन सकेकोमा चर्केको गाग्रो दुःखित भएछ । दुई वर्षपछि चर्केको गाग्रोले आफूलाई पूर्ण निकम्मा ठानेर पानी बोक्नेलाई भनेछ, “म आफ्नै कारणले लज्जित छु । त्यसैले, म तपाईंसित क्षमा माग्दछु ।” पानी बोक्ने व्यक्तिले भनेछ,“किन र ? के कुराको निम्ति तिमी लज्जित हुनु पऱ्यो त नि ?”

चर्केको गाग्रोले जबाफ दिएछ, “हजुर, गत दुई वर्षसम्म मैले प्रत्येक दिन आधी मात्रै पानी पुऱ्याउन सक्षम भएको छु । मेरो यो छेउको धाँजाले मलाई बाटोदेखि मालिकको घरसम्म पानी चुहाउने बनायो । मेरा यी कमजोरीहरुले गर्दा तपाईंले आफ्नो मेहनतको पूर्ण मूल्यविना सारा काम गर्नु परेको छ ।”

पानी बोक्ने मानिसचाहिँ त्यो पुरानो चर्केको गाग्रोको कुरा सुनेर दुःखित भयो, अनि टिठ्याउँदै भन्यो,“मालिकको घरतिर फर्कने क्रममा म तिमीलाई बाटोभरि फुलेका सुन्दर फूलहरु देखाउन चाहन्छु ।” वास्तवमा, जब उनीहरु उकालो लाग्दैथिए, चर्केको गाग्रोले बाटोभरि फुलेका सुन्दर जङ्गली फूलहरु देख्यो । तर गोरेटो सिधिएपछि ऊ फेरि दुःखित भयो किनकि फेरि पनि चुहाउँदै-चुहाउँदै उसले आधी मात्रै पानी पुऱ्याएको थियो ।

त्यसपछि पानी बोक्ने मानिसले गाग्रोलाई भनेछ,“के तिमीले अर्को गाग्रोपट्टिको बाटोमा नभएर तिमीतर्फको बाटोमा मात्रै फूलहरु देखेनौ ?

मलाई तिम्रा कमजोरी थाहा थियो । यद्यपि, तिमीपट्टि पर्ने बाटोको किनारमा मैले फूलका बीउहरु रोपेर तिम्रो दुर्बलतालाई सदुपयोग गरें । जब हामी पँधेराबाट पानी भरेर हरेक दिन फर्कन्थ्यौं, तिमीले फूलका बीउहरुलाई भिजाउँदथ्यौ । अनि, मैले आफ्नो मालिकको टेबल सजाउन दुई वर्षदेखि ती सुन्दर फूलहरु टिपेको छु । यदि तिमीमा यस्तो धाँजा नभइदिएको भए, मेरो मालिकले आफ्नो घरलाई सिंगार्ने यो सौन्दर्य प्राप्त गर्ने थिएनन् ।"

त्यही चर्केको गाग्रोले झैं तपाईंले पनि सुन्दर-सुन्दर कुराहरु हासिल गर्न सक्नुहुन्छ । तपाईंसित जस्तोसुकै दुर्बलता र सीमितपना होस्, त्यसको कुनै मतलब हुँदैन । तपाईंले जे कुरालाई कमजोरी ठान्नुभएको छ त्यसले तपाईंलाई आशाद्वारा उत्प्रेरित साहसिक कदम चाल्नदेखि बञ्चित नगरोस् । २ कोरिन्थी १२:१० ले भन्दछ,"...जब म दुर्बल (मानवीय सामर्थ्यमा) छु, तब म (साँच्चिकै) शक्तिशाली (ईश्वरीय सामर्थ्यमा सक्षम र सामर्थ्यवान) छु ।" के यो कुरा थाहा पाउनु उत्साहबर्धक छैन त ? तपाईं कमजोर भए पनि तपाईं त अझै बलियै हुनुहुन्छ किनकि परमेश्वर तपाईंसित हुनुहुन्छ । परमेश्वरले तपाईंको जीवनको हरेक पक्ष प्रयोग गरिरहनुभएको हुन्छ । यहाँसम्म कि सुन्दर थोक सिर्जना गर्ने उद्देश्यले तपाईंका धाँजालाई पनि परमेश्वरले प्रयोग गर्नुहुन्छ ।

आफ्ना आशाहरु उच्च पार्नुहोस् !

आशा रोमाञ्चकपूर्ण हुन्छ किनभने यसमा तपाईंले खेल्नुपर्ने भूमिका हुन्छ । तपाईंले जबाफ आकाशबाट पाइला कि भनेर कुर्नलाई चुपचाप बस्नु पर्दैन । तपाईंले आफ्ना आशा परमेश्वरकहाँ पुऱ्याउन र उहाँबाट ज्ञान-बुद्धि, पथप्रदर्शन, निर्देशन मिलोस् भनेर प्रार्थना गर्न सक्नुहुन्छ । अनि, त्यसपछि आफ्नो लक्ष्यअनुसार वास्तविक तथा व्यावहारिक कदमहरु चाल्न सक्नुहुन्छ । तपाईंले गर्न पर्ने कार्य जतिसुकै कठिन देखिओस् वा तपाईंको विरुद्धमा जतिसुकै विषम परिस्थिति रहोस्, त्यसमा केही छैन । आशाले तपाईंलाई हरेक दिन कार्यमा उत्रन उत्प्रेरणा देनेछ । परमेश्वरले तपाईंलाई जे गर्न अगुवाइ गरिरहनुभएको अनुभूति हुन्छ, त्यसअनुसार आज्ञाकारी बनेर चल्नुकासाथै तपाईंको जीवनमा परमेश्वरले गर्नुभएको कार्यको निम्ति

जोडदार रुपमा धन्यवाद दिन सक्नुहुन्छ। तपाईंले जहिले पनि सकारात्मक सोचलाई निरन्तरता दिन सक्नुहुन्छ र जहिले पनि सकारात्मक शब्दहरु बोल्न सक्नुहुन्छ। तपाईंले विगतमा प्राप्त गर्नुभएका विजयहरु स्मृतिपटलमा झस्काउन र ती विजयबाट उत्साहित पनि बन्न सक्नुहुन्छ । विजयको निम्ति दृढ सङ्कल्प र अनुशासनको आवश्यकता पर्दछ तर प्रतिफलचाहिँ गतिशील हुनेछ । त्यसकारण, अगाडि बढ्नुहोस् र आफ्ना आशाहरु उच्च बनाउनुहोस् । परमेश्वरले दाउदलाई दैंत्यसमान गोलियतलाई पराजित गर्न सहायता गर्नुभयो । उहाँले तपाईंको निम्ति पनि यस्तै कार्य गर्न सक्नुहुन्छ।

अध्याय ५

नयाँ तरिकाले आफैलाई'लाई चिन्न थाल्नु

हामी सबै घुम्टो हटाइएको मुहारले प्रभुको महिमा प्रतिविम्बित गर्दछौं अनि एउटा महिमादेखि अर्को महिमातिर उक्लँदै उहाँको रुपमा बद्लिँदैजान्छौं । परमप्रभुबाट यो आउँछ, जो आत्मा हुनुहुन्छ ।

२ कोरिन्थी ३:१८

"अत्यन्तै कडा थोकहरु तीन ओटा छन् : इस्पात, हीरा र आफूलाई चिन्नु ।"

–बेन्जामिन फ्र्याङ्कलिन

परिवर्तन सहज हुन्न । असल परिवर्तनको निम्ति पनि अभ्यस्त हुन समय लाग्दछ । जब परमेश्वरले हामीलाई बदल्नुहुन्छ, हामी साँच्चिकै बद्लिएका रहेछौं भनेर निर्धक्क बन्न पनि समय लाग्दछ । प्रेरित पावलले यो कुरा साँच्चै बुझेका थिए ।

जब हामी पावललाई संझदछौं, उनी नयाँ नियमका अधिकांश पुस्तक लेखक अनि असाधारण आत्मिक व्यक्तित्वको रुपमा सोचिहाल्दछौं । जब कुनै व्यक्ति मण्डलीमा उभिन्छ अनि "पावलले रोमीमा भनेको कुरा पढौं," वा "पावलले गलातीको पुस्तकमा भनेझैं..." भन्दछ, त्यस विषयमा कसैले पनि प्रश्न गर्दैन । तर यस्तो समय पनि थियो, जुन बेला हरेक व्यक्तिले प्रश्न गर्ने व्यक्ति थिए –पावल । उनी ठूलो प्रेरित थिएनन् । उनी त केवल नयाँ नाम पाएका र डरलाग्दो छवि बोकेका मानिस थिए : *फरिसीहरुका फरिसी, पहिलो शताब्दीको मण्डलीलाई सताउने व्यक्ति अनि भरोसा गर्न नसकिने मानिस* । त्यसैले त्यो समयचाहिँ समायोजनको अवधि पो थियो कि भन्ने मलाई लाग्दछ–जुन समयमा पावलले आफूलाई पावल अनुभूत गर्नुभन्दा

बढी शावल नै अनुभूत गरेका होलान् । मलाई लाग्दछ, पावललाई आफ्नो पुरानो शावलदेखि छुटकारा पाउन पनि समय लाग्यो होला । उनले कसैसित हात मिलाएर "हजुर, म त शावल हुँ... अँ...मेरो अर्थ, म पावल हुँ, पावल" भनेर कहिल्यै भने होलान् त !

विवाहिता अधिकांश महिलाहरुले थर परिवर्तनको निम्ति अभ्यस्त हुन समय लाग्ने रहेछ भन्ने कुरा बोध गरेका हुन्छन् । विवाहपूर्व तपाईंको नाम रति गुरुङ थियो तर विवाहपछि तपाईं रति चामलिङ हुनुभएको छ । तपाईं पहिला शान्ति शर्माको रुपमा परिचित हुनुहुन्थ्यो तर विवाहपछि तपाईं शान्ति श्रेष्ठ हुनुभएको छ । नयाँ नाम वा थरसित सहज अनुभूति गर्न समय लाग्दछ । याद गर्नुहोस्–पावलले त नयाँ नामभन्दा पनि अन्यै कुरासित बढी सामना परिरहेको थियो । ती थिए–उनले अङ्गिकार गरिरहेका हृदय र स्वभाव परिवर्तन । उनले यसो भन्दै थिए होला भनी कल्पना गर्नुहोस्,"*हजुर, मेरो नाम पावल हो । अहिले म येशूको अनुयायी हुँ । म तपाईंलाई उहाँको बारेमा बताउन चाहनुहुन्छ ।*" मानिसहरुले इसाईहरुलाई सताउने–फरिसीबाट प्रचारक बनेका त्यस मानिसलाई निश्चय पनि एकोहोरो भएर हेर्‍याहेर्‍यै गरेको हुनुपर्दछ अनि उनीहरुले यस्तो पनि विचार गरेको हुनुपर्दछ–*लाखे है, यो त शावल नाम गरेको मानिस हो । मैले यस मानिसको बारेमा सुनेको हुँ । यस व्यक्तिले त इसाईहरुलाई सताउने र गिरफ्तार गर्ने कार्य गर्दछ ...मलाई यस मानिसको कुरा पत्यार लागेन । यो मानिस साँच्चिकै परिवर्तन भयो भन्ने कुरा पत्याउन मलाई गाह्रो भइरहेको छ !*

सडकका कति मानिसहरुले पावलको नयाँ पहिचानप्रति प्रतिक्रिया जनाए होलान् भन्ने कुरा हामी परिकल्पना मात्रै गर्न सक्दछौं । बाइबलले चाहिँ चेलाहरुले जनाएका प्रतिक्रिया बारेमा हुबहु बताउँदछ । उनीहरुले पावललाई पत्याएनन् । पावल नयाँ व्यक्ति बनेका छन् भनेर उनीहरुलाई पत्यार लागेन । प्रेरित ९:२६ ले भन्दछ,"तिनी यरुशलेममा आएपछि तिनले चेलाहरुसँग मिल्ने प्रयत्न गरे । तर तिनीहरुलाई उनी हुन् भन्ने पत्यार नहुँदा सबै तिनीसँग डराए ।" वर्णवास चेलाहरुको सामुन्ने खडा भएर पावलको चरित्रको विषयमा पक्का गरेका कारणले मात्र चेलाहरुले उनलाई स्वीकार गर्न पनि विचार गरेका थिए । वास्तवमा, चेलाहरुले स्वीकार

गरेको कुरा हामी जान्दछौं । बाँकी कहानीचाहिँ बाइबलीय इतिहास हो । तर तपाईंको ध्यान खिचौं भन्ने उद्देश्यले अघिल्लो पदमा उल्लेखित एउटा वाक्यांश उल्लेख गर्न चाहन्छु, "उनी साँच्चिकै चेला हुन् कि होइनन् भन्ने कुरा उनीहरुले पत्यारै गरेनन् ।" यहाँ उल्लेखित वाक्यांशलाई अझै डरमर्दो बनाउने एक मात्रै कुरा त्यही हुन्थ्यो, यदि पावलले आफू साँच्चिकै चेला होइन भनेर विश्वास गरेनन् भनेको भए ।

हेर्नुहोस् त, चेलाहरुले जे सोच्दथिए, सो कुरा पावलले रोक्न सक्दैनथिए । वर्णवासले चेलाहरुसित कुराकानी गर्नुपऱ्यो अनि परमेश्वरले पनि चेलाहरुका हृदयलाई बदल्नु पऱ्यो । यो त पावलको सामर्थ्य बाहिरको कुरा थियो । पावलले त आफ्नो सोचलाई मात्रै नियन्त्रण गर्न सक्दथे । सत्य कुरा भनिनु पर्दथ्यो । सबैले विश्वास गरुन् वा नगरुन् सायद त्यसको केही प्रवाह थिएन । मुख्य कुराचाहिँ यथार्थमा त्यही थियो, जे पावलले विश्वास गरेका थिए । यदि उनले ख्रीष्टमा नयाँ व्यक्तित्व कहिल्यै नअङ्गालेका भए, उनले कहिल्यै पनि ईश्वरीय प्रबन्धअनुसार जीवन जिउने थिएनन् । पावलले निम्न कुरा सोच्दै-सोच्दै हिँडिरहेका थिए होलान् भनेर तपाईं कल्पना गर्न सक्नुहुन्छ : *यात्रा गर्दै परमेश्वरको वचन गर्न पाए हुन्थ्यो । त्यसो गर्न पाए हुन्थ्यो भन्ने हुटहुटी मेरो हृदयमा छ । तर मण्डलीलाई खेदो गर्ने मानिस थिएँ । म सदैव शावलकै रुपमा रहन्छु होला ।* वा उनले यस्तो सोच्दथे कि : *मैले नयाँ जीवन ढीलो पाएँ । मैले परमेश्वरको निम्ति गर्न चाहेको सबै थोक म गर्न सक्तिनँ होला । म त धेरै वर्षसम्म शावल भएर जिएको व्यक्ति हुँ ।* यदि उनमा त्यस्तो किसिमको सोच भइदिएको भए, पावल दुःखी भएर जिउँथे होलान् अनि परमेश्वरले उनलाई खटाउनुभएको सम्पूर्ण कार्य गर्न उनी असमर्थ बन्थे होलान् ।

तर परमेश्वरले उनको जीवनमा काम गर्न थाल्नुभएपछि पावलले अब म कदापि शावल होइन भन्ने कुरा बुझे । त्यसकारण, उनले शावलरुपि पुरानो जीवन चटक्कै त्यागिदिए । त्यसपछि उनले कदापि फरिसीजस्तो सोचेनन्, फरिसीझैं कुरा गरेनन्, र फरिसीझैं हावभाव पनि देखाएनन् । उनी पूर्णतः परिवर्तन भए । उनले नवीन आशा प्राप्त गरे । अनि, उनले नवीन आशाअनुसार जिउने मार्ग रोजे ।

पवित्र आत्माको प्रेरणामा पावलले यस्तो लेखे : *यसकारण कोही ख्रीष्ट (मसिह) (जोडिएको) मा छ भने त्यो नयाँ सृष्टि (नयाँ प्राणी) हो । पुरानो (अघिल्लो नैतिक तथा आत्मिक अवस्था) बितिगएको छ ,* **हेर, ताजा र नयाा आएको छ ।**

२ कोरिन्थी ५:१७ (जोड दिइएको)

नता खतनाको (अहिले) केही महत्त्व छ, न बेखतनाको, **तर (मात्रै) नयाँ सृष्टि (ख्रीष्ट येशू मसिहमा नयाँ जन्म र नयाँ स्वभाव) नै सबै थोक हो ।**

गलाती ६:१५ (जोड दिइएको)

पावल आशाले भरिएका व्यक्ति थिए । उनी आफ्नो जीवन बारे रोमाञ्चित थिए । कारण, उनको जीवनमा "ताजा र नयाँ" कुरा आएको थियो । साथै, उनले "ख्रीष्ट येशू मसिहमा नयाँ स्वभाव" पाएका थिए । त्यसपछि पावलल सोच्दै, बर्बराउँदै, चिन्ता गर्दै, काम गर्दै अनि शावलजस्तै हावभाव गर्दै कदापि हिँडेनन् । उनी परिवर्तन भए । पावलले परमेश्वरद्वारा उनका जीवनमा गरिएका नयाँ कुरा, उनका सामुन्ने राखिएका नवीन अवसरहरु अनि परमेश्वरले उनलाई बनाउन चाहनुभएको नयाँ मानिस अङ्गाले ।

पुरानो 'तपाईं' लाई छाडिदिनुहोस्

पावलको जीवनमा जे कुरा सत्य थियो, तपाईंको जीवनमा पनि त्यो कुरा त्यतिकै सत्य हुन्छ । तपाईं पनि त 'नयाँ सृष्टि' (ख्रीष्ट येशू मसिहमा नयाँ स्वभाव) हुनुहुन्छ । र, तपाईंले पनि 'हुनआएका ताजा र नयाँ' कुरा अनुभव गर्न सक्नुहुन्छ । तपाईं जे हुनुहुन्थ्यो अब तपाईं त्यस्तो हुनुहुन्न । परमेश्वरले तपाईंको जीवनमा धेरै कुरा गरिसक्नुभएको छ–उहाँले तपाईंलाई परिवर्तन गर्नुभएको छ । मलाई पक्का छ–तपाईं पनि मजस्तै पूर्ण हुने कुरादेखि धेरै पर हुनुहुन्छ तर यो पनि मलाई पक्का छ कि तपाईंले धेरै

यदि तपाईंले टक्क रोकिएर आफूलाई म कस्तो व्यक्ति थिएँ भनेर सोच्न परेमा वा तपाईंले भोग्नु परेका सङ्घर्षका कुराहरु विचार गर्न परेमा, परमेश्वरले तपाईंलाई सकारात्मक मार्गतिर यति धेरै हिँडाइसक्नुभएकोमा तपाईं निक्कै उत्साहित बन्नुहुन्थ्यो ।

फड्को मारिसक्नुभएको छ र सकारात्मक परिवर्तनको मार्गतिर धेरै नै हिँडिसक्नुभएको छ । यदि तपाईंले टक्क रोकिएर आफूलाई म कस्तो व्यक्ति थिएँ भनेर सोच्न परेमा वा तपाईंले भोग्नु परेका सङ्घर्षका कुराहरु विचार गर्न परेमा, परमेश्वरले तपाईंलाई सकारात्मक मार्गतिर यति धेरै हिँडाइसक्नुभएकोमा तपाईं निक्कै उत्साहित बन्नुहुन्थ्यो ।

मेरो श्रीमान डेभले आफूसित गल्फ खेल्ने व्यक्तिको विषयमा आज बिहान चर्चा गर्दै हुनुहुन्थ्यो । त्यो साथीले मेरो श्रीमानलाई बताएछन्,"मेरी श्रीमती इसाई नै भए पनि उनले बाल्यकालमा भोग्नु परेको दुर्व्ययहारलाई जित्न सकेकी छैनन् । यी समयहरुमा उनलाई मानसिक र भावनात्मक समस्याहरु देखा परेका छन् । र, अहिले आन्तरिक तनावमा जिइरहेको कारण उनलाई धेरै किसिमका शारीरिक गडबडीहरु भइरहेका छन् ।" मेरो श्रीमान र म यस्तै विषयमा कुराकानी गर्दैथियौं ।

कुराकानीको क्रममा यस्तै समस्या भएका कतिपय मानिसहरु पूर्ण रुपमा निको हुन्छन् र कतिपयचाहिँ किन निको नभएका होलान् भनेर पनि छलफल गर्‍यौं । हामी दुवै जनाको निष्कर्ष एउटै रह्यो । विगतका पीडादेखि मुक्त हुनलाई ख्रीष्टमा नयाँ सृष्टि भइसकेका छौं भनेर हामीले साँचो रुपमा विश्वास गर्नुपर्दछ । हाम्रो पुरानो मनुष्यत्वलाई पूर्ण रुपमा त्यागिदिनुपर्दछ अनि येशूले दिनुभएको पुनरुत्थान जीवन जिउन सिक्नुपर्दछ । पापमय, घायल वा दुर्व्यवहारयुक्त पुरानो मानिससित सम्मिलित हुन छोड्नुपर्दछ । अनि, त्यसपछि परमेश्वरले ख्रीष्टमा बनाउनुभएको नयाँ मानिससित सम्मिलित हुन थाल्नुपर्दछ ।

विश्वासीको जीवनमा परमेश्वरले नै परिस्थितिहरु परिवर्तन गर्नुहुन्छ भन्ने बुझाइमा आशा अन्तर्निहित हुन्छ । परिवर्तन, नयाँ जन्म र रुपान्तरणचाहिँ सुसमाचारभित्रको शुभखबर हो । तपाईंको कुरा गर्नुपर्दा, तपाईं त परमेश्वरदेखि हराएको, विच्छेद भएको र उहाँदेखि टाढा अनि आशाविहीन हुनुहुन्थ्यो । तर परमेश्वरको महान् प्रेमले गर्दा उहाँले तपाईं भेटिन, निको पारिन, उहाँसित मिलापमा ल्याइन अनि तपाईंको आशा पुनर्स्थापित गराइन भनेर येशू ख्रीष्टलाई पठाउनुभयो । मुक्ति परिवर्तनसँग

सम्बन्धित छ–तपाईं र मप्रति परमेश्वरको प्रेम रहेकोले परिवर्तन संभव भएको छ।

मुक्ति परिवर्तनसँग मात्रै सम्बन्धित छैन, यो त परमेश्वरसितको दिनदिनको हिँडाइ पनि हो। जब जो–जो व्यक्तिहरुको परमेश्वरसित जम्काभेट भएको थियो, त्यस बखत उनीहरुमा परिवर्तन आएको कुरा धर्मशास्त्रभरि देख्न पाइन्छ। अब्राम अब्राहाम बनिए (उत्पति १७:५ हेर्नुहोस्)। साराइ सारा बनिन् (उत्पति १७:१५ हेर्नुहोस्)। याकूब इस्रायल भए (उत्पति ३२:२८ हेर्नुहोस्)। सिमोन पत्रुस बनिए (यूहन्ना १:४२ हेर्नुहोस्)। शावल पावल भए (प्रेरित १३:९ हेर्नुहोस्)। यो नाम मात्रै परिवर्तन थिएन, यो त उनीहरुको जीवनको दिशा परिवर्तन थियो। भेडा गोठालो राजा भए। भगौडा राष्ट्रको अगुवा बनिए। माझीहरु चेला बनिए। फरिसी प्रेरित बनिए।

तर परमेश्वरले पावल लगायत जो-जो पुरुष र स्त्रीहरुको जीवनमा परिवर्तन ल्याउनुभयो, उनीहरुले परमेश्वरले बनाउन चाहनुभएको नयाँ मानिस अङ्गिकार गरेको कुरा हेर्नु महत्त्वपूर्ण हुन्छ। दाउद गोठाले ठिटोको मानसिकता बोकेर हिँडेनन्। उनले राजाको रुपमा आफ्नो भूमिका ग्रहण गरे। मोशा कदापि फारोदेखि लुकेनन्; उनले हिम्मतपूर्वक घोषणा गरे,“मेरा मानिसहरुलाई जान दिनुहोस्।” पत्रुस कदापि डराएनन्; उनले पेन्तिकोसको दिनमा हजारौं मानिसहरुको सामुन्ने खडा भएर प्रचार गरे। यी सबैले उनीहरुका जीवनमा परमेश्वरले गर्नुभएका कार्यलाई अङ्गिकार गरे। त्यसो हो भने तपाईं पनि यो कुरा अङ्गिकार गर्न सक्नुहुन्छ। यदि तपाईंले परमेश्वरले गर्नुभएका कार्यलाई अङ्गिकार गर्नुहुन्न भने तपाईंले साँच्चिकै सधैं जीवनमा सङ्घर्ष गर्नुपर्ने हुन्छ अनि तपाईंले येशूमा प्राप्त गर्नुहुने रोमाञ्चक, सामर्थ्यपूर्ण जीवनदेखि अलग निराश जीवन जिइरहनुपर्ने हुन्छ।

म तपाईंलाई प्रश्न गरुँ : के तपाईं परमेश्वरले निशर्त प्रेम गर्नुहुन्छ भनी विश्वास गर्नुहुन्छ ? के तपाईंका **सम्पूर्ण** पापहरु क्षमा हुन्छन् भनी विश्वास गर्नुहुन्छ ? के तपाईं आफूलाई नयाँ हृदय र आत्मा पाएको नयाँ सृष्टि हुँ भनेर विश्वास गर्नुहुन्छ ? के तपाईंले आफैलाई स्वीकार गर्नुभएको छ ? के तपाईं आफूलाई मन पराउनुहुन्छ ? के तपाईंका निम्ति भविष्यमा रोमाञ्चक कुरा छन् भनी विश्वास गर्नुहुन्छ ?

यदि तपाईंमा यी कुराहरुप्रति विश्वास छ भने, मलाई तपाईंलाई बधाइ दिन अवसर दिनुहोस् । कारण, तपाईं अद्‌भूत रुपमा सुन्दर थोकहरु प्राप्त गर्ने मार्गमा एकदमै हुनुहुन्छ । यदि यी कुराहरुप्रति तपाईंलाई विश्वास छैन भने, यो समयचाहिँ तपाईंले आफूलाई विश्वास नहुञ्जेल परमेश्वरको वचन अध्ययन गर्नुपर्ने समय हो । तपाईंलाई जस्तोसुकै लागोस् तापनि परमेश्वरकै वचनमा नै बढी विश्वास गर्नुहोस् । तपाईंले विजय नपाउञ्जेलसम्म कदापि हार नखानुहोस् । आफ्नो मनलाई नयाँ सृष्टिका वास्तविकताहरुले नवीकरण गर्नुहोस् । तपाईं ख्रीष्टमा परमेश्वरको धार्मिकता हुनुहुन्छ !

तपाईं येशू ख्रीष्टको रगतद्वारा धर्मी ठहराइनुभएको साथै पवित्र तुल्याइएनुभएको छ ! तपाईंमा परमेश्वरले दिनुभएका प्रतिभा र खुबीहरु छन् ! परमेश्वर तपाईंभित्र वास गर्नुहुन्छ । उहाँले तपाईंलाई कहिल्यै पनि छोड्नुहुनेछैन, न त्यागनु नै हुनेछ ! जब तपाईंले आफूलाई नयाँ व्यक्ति हुँ भनेर आत्मानुभूति गर्नुहुन्छ, तपाईंले नयाँ आशा प्राप्त गर्नुहुन्छ ।

जब तपाईंले आफूलाई नयाँ व्यक्ति हुँ भनेर आत्मानुभूति गर्नुहुन्छ, तपाईंले नयाँ आशा प्राप्त गर्नुहुन्छ ।

तपाईं विगतमा जे जस्तो व्यक्ति हुन भए पनि, तपाईंले जेजस्ता भूलहरु गर्नुभए तापनि, तपाईंको जीवनमा जेजस्ता अन्यायपूर्ण परिस्थितिहरु आइपरेका भए पनि, तपाईंले जस्तोसुकै सङ्घर्षमा गुज्रनु परे पनि, ती कुनै पनि कुराले तपाईंलाई कदापि छेक्नुहुँदैन । आफैलाई *मेरो त रिसाउने समस्या छ । म त रिस थाम्नै सक्तिनँ है* भन्दै यताउता नभौतारिनुहोस् । त्यो त पुरानो 'तपाईं' हो । परमेश्वरले त तपाईंलाई भित्रैदेखि परिवर्तन गरिसक्नुभएको छ । तपाईं त तपाईंभित्र वास गर्नुहुने उहाँको आत्माद्वारा रुपान्तरित हुँदै गइरहनुभएको छ । अब तपाईं प्रभुको शान्ति र आनन्दले भरिएको व्यक्ति बन्नुभएको छ । त्यही व्यक्तित्वलाई अङ्गिकार गर्नुहोस् । हामी नयाँ व्यक्तित्व ग्रहण गर्ने कुरा सुसमाचारको शुभखबरमा विश्वास गरेर थालनी गर्दछौं अनि परमेश्वरको वचन अध्ययन गरेर आफ्नो मनलाई नवीकरण गर्दछौं । र, त्यसपछि हामीले ख्रीष्टमा प्राप्त नयाँ व्यक्तित्वको वास्तविकतामा जिउन शुरु गर्दछौं ।

घायल मनस्थिति बोकेर जीवन जिउनुको साटो मनमनै यसो भन्नुहोस्, *'अँ, म कसैलाई भरोसा गर्न सक्तिनँ । मेरो विगतको दुस्कर्मको कारण मसित कहिल्यै पनि स्वस्थ सम्बन्ध हुन सक्तैन । वा म असल छैनँ ।'* अनि, आफ्नो जीवनमा परमेश्वरको चङ्गाइ पार्ने शक्ति ग्रहण गर्नुहोस् । तपाईं नयाँ व्यक्ति बन्नुभएको छ । तपाईंको हरेक चोट उहाँले निको पारिरहनुभएको हुन्छ अनि तपाईंबाट गुमेको कुरा पुनर्स्थापित गरिरहनुभएको हुन्छ । वास्तवमा, तपाईंबाट जे कुरा खोसिएका थिए, उहाँले त्यसका निम्ति तपाईंलाई दोब्बर आशिष दिन लाग्दैहुनुहुन्छ (यशैया ६:१७) । यदि तपाईं विगतमा दुःखी हुनुहुन्थ्यो भने त्यसले तपाईंलाई जीवनभरि दुःखी तुल्याइरहनु हुँदैन । तपाईंले ती पीडामाथि विजय पाउनुको साथै विजयपूर्ण जीवन जिउन सक्नुहुन्छ ।

तपाईं नयाँ सामर्थ्य र नयाँ आशाले भरपूर ख्रीष्टमा नयाँ सृष्टि हुनुभएको छ। याद गर्नुहोस्, अब तपाईंको विगत तपाईंको नियति बन्दैन ! परमेश्वरले तपाईं.को जीवनमा हरेक दिन महान् कार्य गरिरहनुभएको कारणले तपाईंले आफूलाई पहिलेभन्दा सामर्थ्यवान भएको छु भन्ने कुरा जानेर हरेक दिन निर्धक्कसाथ जीवन जिउन सक्नुहुन्छ ।

परमेश्वरले तपाईं.को जीवनमा हरेक दिन महान् कार्य गरिरहनुभएको कारणले तपाईंले आफूलाई पहिलेभन्दा सामर्थ्यवान भएको छु भन्ने कुरा जानेर हरेक दिन निर्धक्कसाथ जीवन जिउन सक्नुहुन्छ ।

यसको अर्थ तपाईंले प्राप्त गर्न चाहनुभएको सबै थोक तपाईंले पाइसक्नुभएको छ भन्न खोजिएको होइन । यसको अर्थ तपाईंले अहिले नै सबै थोक ठीकसित गर्नुहुन्छ भन्न खोजिएको पनि होइन । तर यसको अर्थ तपाईंले नयाँ आशा प्राप्त गर्न सक्नुहुन्छ भन्न खोजिएको हो । पावलले "मैले यी सबै अघिबाटै प्राप्त गरिसकेको छु, अथवा म अघिबाटै सिद्ध भइसकेको छु भनेर त होइन, तर ती कुराहरुलाई पक्रनको निम्ति म अघि बढिरहेको छु जुन कुराको निम्ति ख्रीष्टले मलाई पक्रनुभयो" (फिलिप्पी ३:१२) भनेझैं तपाईंलाई पनि त्यसै भन्ने प्रेरणा दिने आशा मिल्नेछ ।

"म त यो गर्न सक्तिनँ," "खै, म त बुझ्दिनँ ", वा "म त त्यति राम्रो मानिस पनि होइन" जस्ता कुरा भन्दै अर्को दिन नबिताउनुहोस् । यी त बेकामे शब्दहरु हुन् । सायद, यी शब्दहरुले त पुरानो "तपाईं" को चित्रण गरेका होलान् तर अब यी शब्दहरुले ख्रीष्टमा नयाँ "तपाईं" को किमार्थ चित्रण गर्दैनन् । तपाईं परमेश्वरको सन्तान भइसक्नुभएको छ । तपाईं विजेताभन्दा माथि हुनुभएको छ । तपाईं शिर हुनुभएको तर पुछार होइन । तपाईं ख्रीष्टमा परमेश्वरको धार्मिकता हुनुभएको छ । तपाईंभित्र हुनुहुने संसारमा हुनेभन्दा महान् हुनुहुन्छ ।

नयाँ "तपाईं"ले उत्तराधिकार प्राप्त गर्नुभएको छ

जब तपाईं विश्वासी बन्नुभयो, तपाईं नयाँ परिवारमा अर्थात परमेश्वरको परिवारमा प्रवेश गर्नुभयो । अब तपाईंले भोगिरहनुभएका कुरा बुझ्ने र जीवनका मार्गमा तपाईंलाई हौसला दिन सक्ने ख्रीष्टमा दाजुभाइ तथा दिदीबाहिनीहरु तपाईंका साथमा हुन्छन् । साथै, तपाईंलाई कहिल्यै पनि नछोड्ने स्वर्गीय पिता तपाईंको साथमा हुनुहुन्छ । तपाईंले आफ्नो स्वर्गीय पिताबाट प्राप्त गर्नुहुने आशिषहरुमध्ये एउटा आशिषचाहिँ उत्तराधिकार हो । एफिसी १:१८ ले भन्दछ :

म यो प्रार्थना गर्दछु, कि तिमीहरुको हृदयको आँखा उज्यालो होस्, र कुन आशाको निम्ति उहाँले तिमीहरुलाई बोलाउनुभएको छ, र सन्तहरुमा **उहाँको महिमित उत्तराधिकारको सम्पति** *के हो, सो तिमीहरुले जान्न सक ।*

येशू ख्रीष्टद्वारा हामी प्रत्येकलाई उत्तराधिकार प्रदान गरिएको छ । यसको अर्थ हामी परमेश्वरबाट कुनै थोक आर्जन गर्न तोकिएका ज्यालादारी दासहरु होइनौं । तर हामी त परमेश्वरका सन्तान र उहाँका उत्तराधिकारीहरु हौं । हामी ख्रीष्टमा साझे हकवाला भएकाले येशूले हाम्रो निम्ति जे कमाइदिनुभएको छ र जे बलिदान गरिदिनुभएको छ सो प्राप्त गर्दछौं । बाइबलले भन्दछ, जे कुरा उहाँका हुन्, ती अहिले

> *हामी ख्रीष्टमा साझे हकवाला भएकाले येशूले हाम्रो निम्ति जे कमाइदिनुभएको छ र जे बलिदान गरिदिनुभएको छ सो प्राप्त गर्दछौं ।*

हाम्रा भएका छन् (यूहन्ना १६:१५ हेर्नुहोस्) ।

अनि, जब तपाईंले परमेश्वरबाट उत्तराधिकार पाएको छु भनेर महसुस गर्नुहुन्छ, यसले तपाईंका दृष्टिकोणहरु बदल्छ । तपाईंका समस्याहरु ठूला लाग्दैनन्, तपाईंका नैराश्य गंभीर अनुभूत हुँदैनन्, भविष्य कहालीलाग्दो महसुस हुँदैन । तपाईंलाई आवश्यक पर्ने सबै थोक परमेश्वरले प्रबन्ध गरिसक्नुभएकोले तपाईं आनन्दित र आशाले भरपूर बन्न सक्नुहुन्छ !

हामी असल परमेश्वरको सेवा गर्दछौं । उहाँले तपाईंको जीवनमा असल थोकको बाढी ल्याइदिन चाहनुहुन्छ । यदि तपाईं कसरी खर्च तिरोभरो गर्ने होला भनेर हरेक दिन चिन्ता गर्दै जिउनुहुन्छ भने, जागिरमा मेरो पदोन्नति हुन्न होला भनेर डराइरहनुभएको छ भने, तपाईंको अनुपस्थितिमा तपाईंको कुरा काट्ने व्यक्तिप्रति वैरभाव उत्पन्न भइरहेको छ भने, उत्तराधिकार पाएको छु भनेर चाल पाउने परमेश्वरको सन्तानझैं जिइरहनुभएको छैन भने, तपाईंको जीवनमा उत्पन्न चिन्ता, डर अनि तीक्तता सबै पुरानो ' तपाईं' का गुण विशेषताहरु हुन् । नयाँ 'तपाईं' ले भरोसा गर्न सक्नुहुन्छ, निर्धक्क बन्न सक्नुहुन्छ अनि क्षमा दिन सक्नुहुन्छ । कारण, तपाईंले आफ्नो जीवनमा आइपर्ने सबै कुरा परमेश्वरले नै लिनुहुन्छ र मेरा जीवनमा जे जे आइपरे पनि ती सबै मेरै भलाइको खातिर हुनेछन् भनी विश्वास गर्नुहुन्छ । उहाँले तपाईंको निम्ति असल थोक साँचेर राखिदिनुभएको छ । यदि अरु कसैको पदोन्नति हुँदछ भने तपाईंको लागि त झन परमेश्वरसँग झनै उत्तम योजना हुन्छ । चिन्ता नलिनुहोस् । निरुत्साहित नहुनुहोस् । नयाँ 'तपाईं' लाई अङ्गिकार गर्नँहोस्–परमेश्वरमा महान् उत्तराधिकार प्राप्त गरेको छु भन्ने कुरा स्वीकार्नुहोस् । परमेश्वरले यस परिस्थितिमा मलाई केही कुरा सिकाउन लाग्दैहुनुहुन्छ साथै उहाँले मेरो निम्नि यस परिस्थितिद्वारा केही कुरा दिँदैहुनुहुन्छ भनी आफ्ना आशाहरु उच्च पार्नुहोस् । यदि कसैले तपाईंको विषयमा नकारात्मक कुरा भनेछ भने पनि तीक्तता पाल्नुभन्दा त्यस परिस्थितिलाई सम्हाल्न सकूँ भनेर परमेश्वरलाई प्रार्थना गर्नुहोस् । विगतका दिनहरुमा तपाईंको धैर्यको बाँध टुट्यो होला अनि त्यस व्यक्तिलाई रिसले थर्काउनुभयो होला । तर त्यो त पुरानो 'तपाईं' थियो । त्यस बेलादेखि परमेश्वरले तपाईंलाई धेरै टाढा ल्याइसक्नुभएको छ । तपाईंले उहाँमा

उत्तराधिकार प्राप्त गर्नुभएको छ । र, परमेश्वरले तपाईंको त्यो अप्रिय परिस्थितिलाई असल कुरामा परिवर्तन गर्न सक्नुहुन्छ ।

नवीनतम र झनै उच्च अपेक्षाहरु

अपेक्षाहरुका बारेमा चर्चा गर्दै हामीले यो पुस्तकको थालनी गरेका थियौं । र, यो अध्याय साथै यो खण्ड इतिश्री गर्ने क्रममा ती अपेक्षाहरुलाई साँच्चिकै उच्च पार्न शुरु गर्नुहोस् भनी म तपाईंलाई हौसला दिँदछु । माथि-माथि जाने आशा साँच्नुहोस् !

तपाईंले जति धेरै आशा साँच्नुहुन्छ, विश्वासमा हिँड्नु त्यतिकै सजिलो हुनेछ । मेरो विनय छ–परमेश्वरले प्रथम पाँच ओटा अध्यायहरुबाट तपाईंको विश्वासलाई दह्रिलो पारिरहनुभएको छ । त्यसकारण, यो समयचाहिँ परमेश्वरबाट अझ धेरै कुरा अपेक्षा गर्ने समय हो भन्ने मलाई लाग्दछ । परमेश्वरले तपाईंलाई असाध्यै प्रेम गर्नुहुन्छ र असीमित नापमा आशिष दिन चाहनुहन्छ (एफिसी ३:२० हेर्नुहोस्) ।

गर्भवती महिलालाई 'पाउनेवाला' भनिन्छ । यही भएर उनले योजना बनाउन थाल्दछिन् । उनी आफ्नो अपेक्षाअनुसार नानीका कपडा तथा बोतल किन्छिन्, कोक्रो तयार पार्छिन र स्याहारसुसारको निम्ति तयारी हुन्छिन् । आमा बन्नेवाला आमाले झैं हामी पनि कार्यमा उत्रन पर्दछ ।

परमेश्वरलाई महान् कार्य गर्न दिनका निम्ति योजनाहरु बनाई हामी बिहान उठेको हुनुपर्दछ । परमेश्वरको सहायताले हामी सोच्न सक्दछौं–*आज आशिषको दिन हुन सक्छ । परमेश्वरले बनाउनुभएको दिन हो –यो । मेरो जीवनमा आज ठूलो कुरा हुनेवाला छ ।* तपाईंले मागेजस्तै परमेश्वरले ठ्याक्कै नगर्नु भए पनि आफ्नो दृष्टिलाई फराकिलो पार्ने प्रयास गर्नुहोस् । सायद, तपाईंले केही कुरा माग्दै हुनुहुन्छ होला तर परमेश्वरको मनमा तपाईंका निम्ति अझै उत्तम योजना हुन सक्छ । राम्रो थोकको निम्ति मात्रै अनुनय नगर्नुहोस् । बरु महान् कार्यको निम्ति विश्वास र आशा राख्नुहोस् ।

'आजको दिन सुन्दर कुरा प्राप्त हुनेवाला छ भन्ने मसित सुखद र सकारात्मक अपेक्षा छ' भनी हरेक दिन बिउँझनुहोस् । 'मेरो पति वा

पत्नीले मलाई धन्यको भन्नेछन् । मेरा नानीहरुले मलाई राम्रो व्यवहार गर्नेछन् । मैले आफ्नो काममा सुन्दर खबर पाउनेछु । परमेश्वरले मलाई अरु कसैलाई आशिष दिने मौका दिनुहुनेछ। पत्रद्वारा आशिष आउनेछ। आज मैले जगबको कुरा अनुभव गर्नेछु ।' तपाईं बिउँझेको क्षणदेखियता दिभभरि भरोसा गर्न, विश्वास गर्न साथै आशिषका कुरा बोल्न नडराउनुहोस् । मैले यस पुस्तकलाई "खुशीको पुस्तक" नामाकरण गर्ने निर्णय गरेकी छु। मलाई विश्वास छ–यदि कसैले यो पुस्तक पढेमा ऊ पहिला कहिल्यै नबनेको खुशी बन्नेछ । आशा भनेको आनन्दित र निर्धक्क अपेक्षा हो, त्यसभित्र असल कुरा प्राप्त हुनेवाला छ भन्ने अपेक्षा रहन्छ ! आशाले हाम्रा अपेक्षाहरुका सीमाहरु तोड्दछ । के तपाईं परमेश्वरबाट अलिकति मात्रै कि धेरै अपेक्षा गर्दैहुनुहुन्छ ? सायद, परमेश्वरले केही न केही त गर्नुहुनेछ भनेर तपाईं अर्ध आशामा हुनुहुन्छ होला । तपाईंले असल कुरा आउनेवाला छ भनेर अर्ध विश्वास गरिरहनुभएको होला । तर म तपाईंलाई पहिलाभन्दा पनि अझै ठूला-ठूला कुराहरुका निम्ति पूर्ण रुपमा सारा हृदयले विश्वास गर्न चुनौती दिन चाहन्छु। परमेश्वरले मलाई भयङ्कर रुपमा चलाउनहुनेछ भनी विश्वास गर्नुहोस् भनेर म तपाईंलाई चुनौती दिन चाहन्छु। यदि तपाईं गीतहरु लेख्नु गर्नुहुन्छ भने परमेश्वरले तपाईंलाई पहिला कहिल्यै नलेखिएको अत्यन्तै सुन्दर गीत किन दिन सक्नुहुन्न र ? यदि तपाईं परमेश्वरको वचन प्रचार गर्नुहुन्छ भने परमेश्वरले तपाईंलाई सदैव प्रचार गरेको भन्दा पनि अत्यन्तै शक्तिशाली, अत्यन्तै ओजनदार, बन्दीहरुलाई स्वतन्त्र पार्ने सन्देश किन दिन सक्नुहुन्न र ? यदि नानीहरु हुर्काउँदै हुनुहुन्छ भने तपाईंका नानीहरु विश्व-परिवर्तकको रुपमा किन हुर्कन सक्तैनन् र ? तपाईंको जागिरमा किन पदोन्नति हुन सक्तैन र ? तपाईंले जीवनसाथी पाएर सुन्दर जीवन किन बिताउन सक्नुहुन्न र ? तपाईंले दुःखहरुलाई किन पराजीत गर्न सक्नुहुन्न र ? तपाईंको वरिपरिका व्यक्तिहरुका जीवनमा किन परिवर्तन ल्याउन सक्नुहुन्न र ?

> *यदि अरुको जीवनमा असल कुरा आउन सक्छ भने तपाईंको जीवनमा पनि असल कुरा आउन सक्छ, विश्वास गर्नुहोस् !*

यो समय त आशावादी तथा सकारात्मक अपेक्षाको नयाँ तहमा जीवन जिउन प्रारम्भ

गर्ने समय हो । यदि अरुको जीवनमा असल कुरा आउन सक्छ भने तपाईंको जीवनमा पनि असल कुरा आउन सक्छ, विश्वास गर्नुहोस् !

आफ्ना आशाहरु उच्च पार्नुहोस् !

आज तपाईंले आफ्नो मुहार ऐनामा हेर्नुभयो भने, म आशा गर्दछु– परमेश्वरले तपाईंलाई जुन रुपले हेर्नुहुन्छ तपाईंले पनि आफूलाई त्यही रुपमा देख्नुहुनेछ । तपाईं भौतारिएको, बेकामे, हरुवा, सहाराविहीन व्यक्ति हुनुहुन्न । तपाईं आफ्ना संवेग वा भावनाहरु थाम्नै नसक्ने व्यक्ति हुनुहुन्न । अनि, तपाईं आफ्नो विगतदेखि उठ्न नसक्ने व्यक्ति पनि हुनुहुन्न । तपाईं त यी कुराहरुभन्दा पनि धेरै माथि हुनुहुन्छ ! तपाईं विजेताको पनि विजेता हुनुहुन्छ (रोमी ८:३७ हेर्नुहोस्) । तपाईं ख्रीष्टमा नयाँ सृष्टि हुनुहुन्छ, र परमेश्वर तपाईंको जीवनमा क्रियाशील हुनुहुन्छ । अलिअलि गर्दै, दिनदिनै परमेश्वरले तपाईंलाई बद्लिरहनुभएको हुन्छ। तपाईं जिताह भइसक्नुभएकोले विगतभन्दा भिन्नै जीवन जिउन सक्नुहुन्छ । यी सत्यताहरु आत्मसात गर्नुहोस् । अगाढि बढ्नुहोस् र आफ्ना आशाहरु उच्च पार्नुहोस् !

खण्ड २

पीडा भोगाइमा पनि आशा गर्नु

हाम्रा आत्माको निम्ति दृढ र सुरक्षित लङ्गरको रुपमा यो आशा हामीसित छ....।

हिब्रू ६:१९

हामी सबैलाई आशा सधैंभरि चाहिन्छ तर विशेषगरी जब हामी दुःख अनुभूति गरहेका हुन्छौं। हामी दुःखका बादलभित्र भएको बेलामा वा जुनसुकै खालको व्यक्तिगत पीडाको बखतमा आशा एकदमै भ्रान्तिजनक लाग्दछ । यद्यपि, हतोत्साही, निराश, र आशाहीन बन्ने बहानाको रुपमा "म एकदमै कठिन क्षणमा गुज्रिरहेको छु" भन्ने भनाइ प्रयोग नगर्नु नै अति उत्तम हुन्छ।

जतिसुकै गाह्रो स्थिति होस्, तर सङ्घर्षका क्षणहरुमा आशावादी बन्नुचाहिँ पहिलाभन्दा पनि झनै महत्त्वपूर्ण हुन्छ। परमेश्वरले हामीलाई कष्टभित्र फँसिरहेको हेर्नलाई होइन तर कष्टको मार्गद्वारा डोऱ्याउन चाहनुहुन्छ।

जब क्षति भोग्नुपर्ने हुन्छ, हामी क्षतिसित जुधौं तर यससित जुध्ने क्रममा आफैलाई चाहिँ नहराऔं। जब दुःखद घटना आइपर्दछ, ठीकसित वेदना प्रकट गरौं तर हाम्रो आफ्नै सिङ्गो जीवनलाई दुःखद घटनातिर लैजाने वेदनाको आत्मामा आफूलाई नसुम्पौं। जब हामी निराश बन्दछौं, फेरि उत्साही बनिहालौं। जब हामी दुःखित हुन्छौं, माथितिर नजर उठाऔं। कारण, हामीले शिर माथितिर ठाडो पाऱ्यौं भने हामीलाई निकै राहत महसुस हुनेछ ! येशू सम्बन्धी सबै थोक माथिकै हुन् ! उहाँ स्वर्गबाट आउनुभयो, अनि आफ्नो कार्य समापन गरेर उहाँफेरि स्वर्गैतिर फर्कनुभयो। र, उहाँले बादलमा फेरि आउनेछु र त्यस बेला सबैले मलाई देख्नेछन् भनेर हामीलाई प्रतिज्ञा गर्नुभएको छ। उहाँले हाम्रा शिरहरु, हाम्रा हृदयहरु र हाम्रा जीवनहरु

उच्च पार्नुहुन्छ। अर्कोतिर, हामीसित लुसिफर नाम गरेको शैतान, महाठग, वा दुष्ट शत्रु छ । त्यसले दिने कुनै पनि थोक माथिका होइनन् । त्यसैले शैतानले नैराश्य, हतोत्साह, खिन्नता, रोग, हतास, आशाविहीनता, सम्बन्ध विच्छेद, मृत्यु, आदि-इत्यादि मात्रै दिँदछ । म आशााविहीनता विरुद्ध युद्ध घोषणा गर्दैछु। अनि, तपाईंलाई यस विरुद्धमा लड्न मसित सहभागी हुनुहोस् भनेर आह्वान पनि गरिरहेकी छु । हामी जहाँ-जहाँ गए तापनि आशा फैलाउन प्रतिवद्धता जनाउने हामी एक-एक व्यक्ति विश्वलाई चाहिएको समाधानको अभिन्न अङ्ग बन्नेछौं ।

अध्याय ६

माथितिर हेर्नु

पर्वतहरुतिर म आफ्ना आँखा उचाल्छु । मेरो गुहार कहाँबाट आउँछ ?
स्वर्ग र पृथ्वी सृजना गर्नुहुने परमप्रभुबाट मेरो गोहार आउँछ ।

भजनसङ्ग्रह १२१:१–२

पँखेटा भएको चीज हो –आशा
जो वस्दछ आत्मामा
अनि गुनगुनाउँछ शब्दविना मधुर धुनमा
र प्रवाह भइरहन्छ हमेसा ।

–एमिली डिकिन्सन

विश्रामको समयमा मलाई गर्न मन पर्ने थोकमध्ये एउटा थोकचाहिँ मुभी हेर्नु हो । म र मेरो श्रीमान यात्रामा धेरै समय बिताउने भएको हुनाले घर पुगेपछि काखमा कुकुर राखेर अडेसामा ढल्केर बस्ने अनि मनोरञ्जनपूर्ण मुभीको सामुने एकदुई घण्टाजति मनोरञ्जन लिने सोच राखेको हुन्छु । तपाईं पनि साँच्चिकै राम्रो मुभी हेर्दा मनोरञ्जन होस् भन्ने चाहनुहुन्छ होला ।

तपाईंले जस्तोसुकै मुण्भी हेर्न मन पराउनुभए पनि हामी सबैले उही दृश्य देखेका हुन्छौं । हलिवुडदेखि द्वन्द्व मुभी,रोमाञ्चपूर्ण मुभी, जासुस मुभी, युद्ध मुभी, मनोरञ्जपूर्ण प्रहसन पर्दछन् । मैले यहाँ “उचाइको डर” दृश्यको बारेमा चर्चा गर्दैछु । तपाईंले हेर्नुभएको होला, हैन त ? दृश्यहरु फरक छन् तर अन्यौल उही हो–उचाइ ! मुख्य पात्र अग्लो पहाडको साँघुरो भिरालो टाँडमाथि खुट्टाको बुढी औंलाले उभिरहेको हुन्छ वा लिठिक-लिठिक हल्लने पुल डराउँदै-डराउँदै तरेको वा शहरको धरहरा डरसरि चढ्दै गरेको हुन्छ ।

अनिस्ट अवश्यम्भावी देखिन्छ । यी सबै दृश्यहरुमा हाम्रो नायक

मूर्खतापूर्वक उत्साहित भइरहेको हुन्छ , हावा चलिरहेको हुन्छ, उसको खुट्टा एकदुई पटक झण्डै चिप्लन्छ, बाजा घन्किन्दै जान्छ...र मलाई त साह्रै डर लाग्ने भएकोले त्यो मुभी विरलै हेर्न सक्छु !

यदि तपाईंले पनि मैलेजस्तै त्यो दृश्य साँच्चि नै हो जस्तो गरी हेर्नुभएको छ भने त्यस परिस्थितिमा कसैले हमेसा केही कुरा भनिरहेको देखिन्छ । पात्र वा पात्रहरु चट्टानी तख्ताको साँघुरो छिँडीबाट हिँडिरहेका, वा बेस्सरी हुइँ-हुइँ हल्लने पुल पार गर्दै गरेका वा पहाडको कहालीलाग्दो मोहोडामा चढ्दै गरेका हुन्छन्, त्यस बेला कसैले यसो भनिरहेको हुन्छ :"जेसुकै भए पनि तलतिर चाहिँ नहेर, है !" असल सल्लाह हो नि, होइन त ? सिर्फ एकोहोरो ध्यानकेन्द्रित गर्नुहोस्, आफू गइरहेको दिशातिर मात्रै हेर्नुहोस् । अगाडि लम्कन नछाड्नुहोस् र *तलतिर नहेर्नुहोस्* । तर कुनै कारणले गर्दा होला, हाम्रा मन परेका पात्रहरुले यी कुरा विरलै सुन्लान् । उनीहरुले यी सल्लाह त्यति सुन्लान् झैं लाग्दैन भनेर मनग्गे अनुमान लाउन सकिन्छ । पहिलो कुरा त उनीहरुले तलतिर हेर्नेछन् अनि त्यसको प्रतिफलचाहिँ हमेसा उही हुनेछ : त्यो हो—**त्रास ।**

सायद, तपाईंले आज यस्तै अनुभूति बाँड्न सक्नुहुन्छ । यथार्थमै त तपाईं अहिले जमिनदेखि हजारौं फिटमाथि हुनुहुन्न होला (आशा छ, त्यसो नहोला) तर तपाईं आर्थिक कठिनाइको अग्लो चट्टानी साँघुरो फल्याकमाथि हुनुहुन्छ होला र तपाईंलाई लड्न-लड्न आँटेझैं भइरहेको होला । सायद तपाईंको सम्बन्ध बेस्सरी हल्लने पुलजस्तो अस्थिर र कमजोर भएकोले त्यो सम्बन्ध कुनै पनि क्षणमा टुट्लाजस्तो तपाईंलाई लाग्दैहोला । सायद, तपाईं अन्योलग्रस्त र भयभीत तुल्याउने भीमकाय पहाडरुपि समस्यामाथि चढ्न खुब कोसिस गर्दैहुनुहुन्छ होला । यदि अवस्था त्यस्तै हो, वा तपाईंलाई पीडा भइरहेको छ भने म तपाईंलाई परिचित केही सुझाउ दिन चाहन्छु: जेसुकै भए पनि तलतिर चाहिँ नहेर, है !

> *जेसुकै भए पनि तलतिर चाहिँ नहेर, है !*

धेरैजसो मानिसहरुले आफू गाह्रो अवस्थाहरुमा पुग्दाखेरि गलत थोकमा नजर लाउन पुग्दछन् । त्यसकारण, मैले "तलतिर चाहिँ नहेर, ह" भन्ने गरेको

छु । उनीहरु आफ्नो ध्यान समस्याको आकारमा, भोग्नु परेका जोखिमहरुमा, अरुले भनेका नकारात्मक थोकमा, विगतका चोटहरुमा, आफ्ना अस्वस्थ अनुभूति तथा भावनामा, असफलताको त्रासमा केन्द्रित गर्दछन् । तर यी कुनै पनि कुरामा आशा फेला पार्न सकिन्न । यी सबै त "ओरालो" लैजाने कुरा मात्रै हुन् । यस्ता कुरातिर लगाइएको दृष्टिले तपाईंलाई उकालो लाग्न मद्दत पुऱ्याउनेछैन ।

जब हामी सहायताको अभावमा हुन्छौं, त्यसका निम्ति बाइबलले हामीलाई उत्तम विकल्प प्रदान गर्दछ । हामीलाई सहायता पुऱ्याउन नसक्ने कुरामा उँधो नजर लाउनुको साटो परमेश्वरको वचनले हामीलाई माथितिर नजर लाउन वा हामीलाई हमेसा सहायता गर्नुहुनेतिर दृष्टि लाउन सिकाउँदछ। हिब्रू १२:२ ले भन्दछ : "हाम्रा विश्वास शुरु गर्नुहुने र पूरा गर्नुहुने येशूलाई हेरौं, जसले उहाँको सामुन्ने राखिदिएका आनन्दको निम्ति अपमानलाई केहीजस्तो नठानी क्रूसको कष्ट भोग्नुभयो र परमेश्वरको सिंहासनको दाहिनेपट्टि विराजमान हुनुहुन्छ" र यशैया ४५:२२ ले भन्दछ,"मतिर फर्क, र उद्धार पाओ, हे पृथ्वीका सबै पल्लो छेउका हो, किनकि म परमेश्वर हुँ र अरु कोही छैन !" जब दाउद सङ्कष्टमा हुन्थे, उनी स्वर्गतिर लाउँदथे । कारण, उनी गुहार माथिबाट आउँदछ भन्ने कुरा जान्दथे (भजनसङग्रह १२१:१-२) । म तपाईंलाई त्यसै गर्नुहोस् भनेर उत्साह दिन चाहन्छु । जब तपाईं कुनै परिस्थितिद्वारा गुज्रिरहनुभएको हुन्छ अनि के गर्ने, कहाँ जाने, कतातिर हेर्ने भनेर तपाईं रणभूल्ल पर्नुहुन्छ, त्यस बेला माथितिर नजर उठाउनुहोस् । तपाईंलाई सहायता गर्न सक्ने उहाँनै हुनुहुन्छ । तपाईंलाई उद्धार गर्नुहुने उहाँनै हुनुहुन्छ । तपाईंलाई लड्न नदिने पनि उहाँनै हुनुहुन्छ । येशूले भन्नुभयो,"माथितिर हेर किनकि मुक्तिको दिन नजीकै आएको छ ।" (लूका २१:२८ हेर्नुहोस्) । हाम्रो मुक्ति तलतिर हेर्नुमा छैन । परमेश्वरले हामीलाई मुक्ति दिनुहुनेछ भन्ने आशामा हामीले उहाँतिर नजर उठाउनुपर्दछ ।

> *जब तपाईं कुनै परिस्थितिद्वारा गुज्रिरहनुभएको हुन्छ अनि के गर्ने, कहाँ जाने, कतातिर हेर्ने भनेर तपाईं रणभूल्ल पर्नुहुन्छ, त्यस बेला माथितिर नजर उठाउनुहोस् ।*

"माथितिर हेर्नु" वाक्यांशको अर्थ आकाशतिर एक टकले हेर्नु भन्ने होइन । यसको अर्थ आशावादी सोच, सकारात्मक दृष्टिकोण र शुभ-मङ्गलको अपेक्षा राख्नु भन्ने हुन्छ। परमेश्वर असल हुनुहुन्छ र उहाँले हाम्रो निम्ति सदैव असल योजना राख्नुभएको हुन्छ ।

कुनै पनि थोकले परमेश्वरको स्थान ओगट्न सक्तैन

अनिर्णयको बन्दी भइरहेको बेला प्रायः गरी हामी मानिस वा वस्तुतिर नजर लगाउँदछौं। यो कुरा राम्रै हो तर खासमाचाहिँ त्यति प्रभावकारी हुँदैन। हामीले परमेश्वरमा भरोसा राख्नुपर्दछ भनेर हामीलाई चेतना भए पनि, उहाँले हामीलाई प्रेम गर्नुहुन्छ र हाम्रो जीवनको निम्ति उहाँसित योजना छ भनी विश्वास भए पनि दृश्यमान थोकतिर वा हाम्रा भौतिक आँखाले देख्ने कुरातिर हाम्रो मन स्वाभाविक रुपमा गइहाल्छ। हामी परमेश्वरलाई देख्न सक्छौं । तर हामीले उहाँलाई विश्वासको आँखाले हेर्नुपर्दछ। हामी हृदयले परमेश्वरलाई देख्दछौं। र, हामीले सदैव उहाँमाथि नै आशा राख्नुपर्दछ।

मानिसहरु बीच सेवकाइ गर्ने, उनीहरुसित प्रार्थना गर्ने र उनीहरुका सङ्घर्षहरुमा टेवा पुऱ्याउने हेतुले देश-विदेशतिर यात्रा गर्दाखेरि मानिसहरुले आफूलाई दुःख परेको बखतमा परमेश्वरतिर नजर उठाउनुभन्दा पहिला नजर गइहाल्ने अन्य धेरै कुरा हुँदारहेछन् भनेर मैले पत्ता लगाएकी छु। केही साझा उदाहरणहरु यहाँ प्रस्तुत गर्न चाहन्छु :

साथीतिर नजर उठाउनु

आफूलाई समस्या पर्दाखेरि तपाईंले आफ्ना दुःखसुख बताउन र भरोसा गर्न सक्ने साथीहरु तपाईंसित भए उत्तम कुरा हो । तपाईंको निम्ति प्रार्थना गरिदिने र उत्साह दिने विश्वासी साथीहरु भए त झनै उत्तम हुन्छ । यद्यपि, तपाईंका साथीहरुसित पनि पूर्ण समाधानचाहिँ हुँदैन । उनीहरु तपाईंका शुभचिन्तक त होलान्, तापनि उनीहरुले दिने सुझाउ-सल्लाह परमेश्वरको वचनसित मेल खाने छैन भने त्यसले तपाईंलाई झनगलत पथतिर लैजान सक्छ । हाम्रा साथीहरु हाम्रो अवस्था देखेर दुःखी त बन्लान् तर हामीले सुन्नै पर्ने कुरा हामीलाई भनिदिनको निम्ति इमान्दार हुन उनीहरु त्यति

इच्छुक नहुन सक्छन् । मेरो श्रीमानले मलाई विरक्त हुन छाड्नु जरुर छ भन्नुभएको कुरा मलाई याद आउँछ । मलाई उहाँको कुरा मन परेन । म उहाँसित रिसाएँ । तर उहाँले भन्नुभएको कुरा सत्य थियो । त्यसैले मैले त्यो कुरा जरुर थियो । मेरो श्रीमानचाहिँ मलाई इच्छा लागेको कुराभन्दा पनि मलाई जरुर भएको कुरा दिन चाहनुहुन्थ्यो । मैले यस्ता परिस्थितिहरु देखेकी छु, जसमा साथीहरुले सम्बन्धित व्यक्तिलाई अमिल्दो परिस्थितिमै त्यतिकै छाडिएका हुन्छन् । साथीहरुले उसलाई वास्तवमा जे सुन्नु जरुरी हुन्छ सो नबताएर केवल घचेटिरहेका हुन्छन् ।

अप्ठ्यारा परिस्थितिहरुमा साथीहरुमा भर पर्नु गलत कुरा होइन तर तपाईंको जीवनमा साथीहरुलाई परमेश्वरको स्थान लिन मौका नदिनुहोस् । तपाईंलाई दुःख परेको बेला सबैभन्दा पहिला परमेश्वरको चरणमा जानुहोस् अनि त्यो परिस्थितिमा उहाँकै निर्देशन खोज्नुहोस् । तपाईंले परमेश्वरको वचनमा समय बिताउनुको साथै प्रार्थनामा परमेश्वरको अगुवाइ खोजेपछि तपाईं साथीहरुकहाँ जान सक्नुहुन्छ अनि परमेश्वरले तपाईंलाई जे भनिरहनुभएको आभास हुन्छ, सो बताउन सक्नुहुन्छ । स्मरण रहोस्–तपाईंका साथीहरु पनि तपाईंजस्तै मानिस हुन् । तपाईंलाई सहायता गर्ने उनीहरुको सामर्थ्य सीमित हुन्छ । यदि तपाईं पूर्णतः उनीहरुमा भर पर्नुभयो भने तपाईं त निराश मात्रै बन्नुहुनेछ ।

पति वा पत्नीतिर नजर उठाउनु

म आफ्नो खुशीको श्रोतको रुपमा श्रीमानमाथि भर पर्नु हुँदैन, किनकि योचाहिँ परमेश्वरको स्थान हो भनेर वैवाहिक जीवनको शुरुआतमा मैले सिकेको कुरा हो । हाम्रो आनन्दको श्रोत परमेश्वर हुनुहुन्छ (भजनसङ्ग्रह ४३:४) तर हाम्रो पति वा पत्नी कदापि होइनन् । मेरो श्रीमान बिहान मसित समय बिताउनुभन्दा पनि गल्फ खेल्न वा भकुण्डो खेल हेर्न जाने गर्नुहुन्थ्यो, जसले गर्दा उहाँसित निराश भएर बसेका क्षणहरु म संझन्छु । यसको अर्थ मेरो श्रीमानले मलाई उपेक्षा गर्नुभएको होइन । उहाँअसल पति हुनुहुन्छ, उहाँमसित समय बिताउन मन पराउनुहुन्छ तर मलाईचाहिँ उहाँ मेरै सामुन्ने वरिपरि भइदिए हुन्थ्यो भन्ने लाग्दथ्यो । मैले उहाँलाई मेरो

खुशी र सन्तुष्टिको श्रोतको रुपमा हेरेको कारणले म खिन्न भएकी थिएँ । उहाँले मलाई सुरक्षित र ढुक्क अनुभूत गराइदिएको म चाहन्थें । तर उहाँले मात्र गर्न सक्नुहुने कार्यको लागि जुनै पनि बेला हामीले व्यक्ति (यहाँसम्म कि आफ्नै पति वा पत्नी) तिर मात्रै नजर लाउँदछौं भने हामी जीवनमा निराश बन्नेछौं भन्ने कुरा परमेश्वरले मलाई देखाइदिनुभयो । परमेश्वरले मलाई जुन कुरा दिन सक्नुहुन्थ्यो, सो कुरा दिन मैले आफ्नो श्रीमानलाई कर गर्न छाडेको बखतदेखि मेरो जीवनमा साथै मेरो वैवाहिक जीवनमा तत्कालै नवीन शान्ति र आनन्द स्थापित भयो । यदि म कुनै कुरादेखि खिन्न भएँ वा यदि कुराकानी गर्न आवश्यक परेमा, मलाई ढाडस दिन साथै सहयोग गर्न मेरो श्रीमान सधैं मसितै हुनुहुन्छ । तर सबै परिस्थितिमा चाहिने सबै थोक दिन सक्ने त परमेश्वर मात्रै हुनुहुन्छ भन्ने कुरा उहाँ र म दुवैलाई थाहा छ ।

आफौतिर नजर पठाउनु

जब जीवनमा परिस्थितिहरु जटिल बन्न पुग्दछन्, हामी सबैमा “म यसलाई आफै सम्हाली हाल्छु नि” भन्ने प्रवृति विद्यमान हुन्छ । कुनै समयमा तपाईं कलिलो हुँदाखेरि तपाईंलाई सहायता गर्ने व्यक्ति वरिपरि नभएको हुनाले तपाईं सधैं आत्मनिर्भर हुन थाल्नुभयो होला । कुनै समयमा तपाईं बलिष्ठ जवान हुनुभएकोले, सायद निकै प्रतिभाशाली हुनुभएकोले र अप्ठ्यारो परिस्थितिबाट फुत्काउन आफूसित भएका क्षमतामा भर पर्न सजिलो भएकाले तपाईं आत्मनिर्भर हुनुभएको हुनसक्छ ।

तर एक्लैले जीवन-सङ्घर्ष गर्नको निम्ति तपाईं बनिनुभएको होइन । तपाईंका आफ्ना शक्ति-सामर्थ्यले धान्न नसक्ने क्षणहरु पनि जीवनमा आउँदछन् । तपाईंले यस्ता पनि परिस्थितिहरु सामाना गर्नुपर्ने हुन्छ, जहाँ तपाईंलाई सम्हाल्न परमेश्वर मात्रै प्रयाप्त हुनुहुन्छ । म तपाईंलाई परमेश्वरतिर नजर उठाउन अहिलेदेखि नै अभ्यस्त हुनुहोस् भनेर सुझाव दिन चाहन्छु । भयङ्कर चिन्ताले गाँजिएर तपाईंलाई परमेश्वरतिर दौडनु बाध्य

तपाईंले यस्ता पनि परिस्थितिहरु सामाना गर्नुपर्ने हुन्छ, जहाँ तपाईंलाई सम्हाल्न परमेश्वर मात्रै प्रयाप्त हुनुहुन्छ ।

तुल्याउने भारी समस्या वा अगाध पीडा नकुर्नुहोस् । हरेक दिन बिउँझदाखेरि यसो भन्ने बानी बसाल्नुहोस्, "प्रभु, म तपाईंलाई हरेक दिन भरोसा गर्दछु । मलाई तपाईंले दिनुभएका वरदानहरु साथै क्षमताहरुका निम्ति धन्यवाद दिन चाहन्छु तर म आफ्नै ज्ञानमा भरोसा राख्दिनँ । मलाई विजयूर्ण जीवन जिउन आज चाहिने ज्ञान-बुद्धि, मार्गनिर्देशन र अनुग्रह दिनुहोस् ।"

साथीहरु हुनु त्यतिकै महत्त्वपूर्ण हुन सक्छन्, श्रीमान वा श्रीमती ईश्वरभक्त हुनु त्यतिकै सुन्दर कुरा हुन सक्छ, परमेश्वरले तपाईंलाई दिनुभएका वरदान तथा प्रतिभाहरु चिन्नु पनि त्यतिकै उल्लेखनीय हुन सक्छन्, तर यी कुनै पनि थोकले तपाईंको जीवनमा परमेश्वरको स्थान लिन सक्तैनन् । भजनसङ्ग्रह ३७:३९ ले भन्दछ,"धर्मी जनहरु (एकनासले) को उद्धार परमप्रभुको तर्फबाट हुन्छ, दु:खको समयमा उहाँनै तिमीहरुको शरणस्थान हुनुहुन्छ ।" परमेश्वर नै हाम्रा शरणस्थान र किल्ला हुनुहुन्छ, तर अरु कोही होइन । त्यसकारण, आशाले भरिएर दु:खका क्षणमा मानिसतर्फ नभएर परमेश्वरतर्फ हामी हेर्दछौं ।

के तपाईंलाई कसैले खिन्न तुल्याएको छ वा निराश बनाएको छ ? के त्यस कुराले तपाईंलाई रिस उठायो वा रुष्ट बनायो ? के तपाईंले आफ्ना आवश्यकताहरु पूरा गर्नका निम्ति परमेश्वरतिर नजर नलाएर मानिसतिर पो हेरेर गल्ती गरेछु भनी कहिल्यै विचार गर्नुभएको छ ? यसको अर्थ म कठोर बन्न चाहेकी होइन वा तपाईंको पीडा नबुझ्ने पनि होइन तर हामीले सुन्नै पर्ने सत्य कुराचाहिँ कहिलेकाहीँ शुरुमा निकै पीडादायी हुनेरहेछ । यदि हाम्रो आशा तथा दृढ भरोसा परमेश्वरमा भन्दा मानिसमा बढी केन्द्रित छ भने उहाँले मानिसहरुका कमिकम्जोरीहरु प्रकट गरिदिनुहुनेछ अनि हामीलाई उनीहरुद्वारा निराश तुल्याउन लाउनुहुन्छ जसले गर्दा अन्तत: हामी परमेश्वरतर्फ फकर्नेछौं । अहिले यो कुरा नमीठो त लाग्ला, तर सत्यले हामीलाई स्वतन्त्रचाहिँ तुल्याउनेछ !

आँधीतिर ध्यान नदिनु-येशूतिर ध्यान केन्द्रित गर्नु

मत्ती १४:२४-३३ मा अति सुन्दर तस्बिर प्रस्तुत गरिएको छ। चेलाहरु रातको समयमा डुङ्गा खियाउँदै गालीलको नदी पार गर्न कोसिस गरिरहेका बेला डरलाग्दो आँधी चल्दछ। त्यहाँ भएका कुनै पनि चेलाले आँधी चलेको बेला डुङ्गा सम्हाल्न सक्नेथिए भने–ती पत्रुस र चेलाहरु नै थिए। जे होस्, उनीहरु अनुभवी माझी थिए। यो उनीहरुका निम्ति पहिलो आँधी थिएन। तर यस आँधीको सामर्थ्यचाहिँ उनीहरुका अनुभवभन्दा पनि बढी जब्बर भयो।

के तपाईंले कहिले आफूलाई यस्तै परिस्थितिमा पाउनुभएको छ ? के तपाईंले यो आँधी त अरु आँधीभन्दा फरक छ भन्ने ठानेर आफ्नै सामर्थ्यमा सम्हाल्न सकिहाल्छु नि भनेर सोच्नुभएको छ ? हो, चेलाहरुलाई पनि यस्तै भएको थियो। यो आँधीचाहिँ चेलाहरुले आफैलाई उद्धार गर्न नसक्ने आँधी थियो। चेलाहरुलाई सहायताको जरुरी देखेर, येशू प्रभु "समुद्रमा हिँड्दै-हिँड्दै उनीहरुकहाँ आउनुभयो" (२५ पद)। बाइबलमा त्यस घटनालाई शालिन रुपमा अभिलेख गरिएको कुरा मलाई मन पर्दछ। त्यहाँ कुनै शब्द वा वाक्यलाई जोड दिइएको छैन। यहाँसम्म कि विस्मयाधीबोधक चिन्ह पनि प्रयोग भएको छैन। येशू पानीमा हिँड्दै-हिँड्दै आउनुहुन्छ। हामीले यसमा आश्चर्य मान्नु पर्ने कुरा छैन। हामीलाई दुःखले गाँजेको समयमा परमेश्वर हामीकहाँ आउन सक्नुहुन्छ र उहाँले हाम्रो निम्ति जेपनि गरिदिनुहुन्छ भन्ने कुरा परमेश्वरले हामीलाई यस घटनाद्वारा बताइरहनुभएझैं लाग्दछ। परमेश्वरले तपाईंलाई उद्धारै गर्न नसक्ने ठूलो आँधी हुँदैन।

परमेश्वरले तपाईंलाई उद्धारै गर्न नसक्ने ठूलो आँधी हुँदैन।

जब येशू ख्रीष्ट डुङ्गानेर आइपुग्नुभयो, चेलाहरु डराए। उनीहरुले येशूलाई भूत भन्ठाने। तर पत्रुसले भने,"हे प्रभु, तपाईं नै हुनुहुन्छ भने, मलाई तपाईंकहाँ पानीमाथि आउने आज्ञा दिनुहोस्" (२८ पद)। येशूले "आऊ" भन्नुबित्तिकै पत्रस पानीमाथि हिँड्न थालिहाले। पत्रुसले यो कार्य आफ्नै समामर्थ्यमा गरेका होइनन् (साँच्चिकै पनि उनीसित पानीमाथि हिँड्ने सामर्थ्य थिएन), र उनले अरु चेलाहरुका सहायताले पनि त्यसो

गरेका होइनन् (अन्य चेलाहरुले उनलाई पानीको छालमाथि-माथि हिँड्न आवश्यक सल्लाह पनि दिएका होइनन्) । यो कार्य त परमेश्वरले मात्रै गर्न सक्नुहुन्थ्यो । येशू नै पत्रुसका एकमात्र आशा हुनुहुन्थ्यो ।

जब पत्रुस हिँड्दै-हिँड्दै येशूतिर जाँदैथिए, उनले पनि तपाईं र मैले बेलाबखत जे गर्दछौं त्यसै गरे अर्थात उनले आफ्नो नजर प्रभु येशूदेखि हठात् हटाए तलतिर दृष्टि लगाउन पुगे । उनले उर्लंदा छालहरुतिर हेरे अनि बेजोड चलिरहेको आँधीतिर ध्यान दिन थाले । उनले म येशूसित सँगसँगै हिँड्दैछु ! साह्रै अद्भूत अनुभूति भइरहेछ ! परमेश्वरले मेरो जीवनमा गर्न सक्नुहुने कुराको सीमै छैन ! भनी सोच्नुको बद्ला उनले म डुबें भने के होला ? के यो संभवै हुने कुरा हो र ? के येशूले मलाई साँच्चिकै बचाउन सक्नुहोला त ? भनी सोच्न थाले । हो, तपाईंले परमेश्वरका प्रतिज्ञाहरुतिर ध्यान नदिएर आफ्ना समस्याहरुतिर ध्यान दिनुभएमा यस्तै हुन्छ । अनि, विस्मयाधिबोधक चिन्हहरुचाहिँ प्रश्नवाचक चिन्हहरुमा बद्लिन्छन् । विश्वास डरमा परिवर्तन हुन्छ । अनि, तपाईं चुर्लुम्म डुब्न थाल्नुहुन्छ । धन्न, हाम्रो विश्वास फितलो हुँदाखेरि पनि हामीलाई सहायता गर्नहुने मुक्तिदाता हामीसित हुनुहुन्छ । येशूले पत्रुसतिर आफ्नो हात पसार्नु भइकन उनलाई उद्धार गर्नुभयो । पत्रुलाई उद्धार गर्ने व्यक्ति चेलाहरु होइनन्, उनलाई उद्धार गर्ने त येशू हुनुहुन्थ्यो ।

यस घटनाले हाम्रा जीवनका आँधीहरुमा यस्तै अवस्था आउँदछ भन्ने कुरा ठ्याक्कसित चित्रण गरेको छ । आँधी जतिसुकै ठूलो होस्, परमेश्वरको निम्ति त्यो केही पनि होइन । उहाँले तपाईं कहाँ हुनुहुन्छ भन्ने कुरा ठ्याक्कै देख्नुहुन्छ । त्यसैले उहाँ तपाईंलाई उद्धार गर्न आइरहनुभएको हुन्छ । यदि आज तपाईंले सङ्घर्ष अनुभव गरिरहनुभएको छ भने परमेश्वरतिर दृष्टि लाउन शुरु गरिहाल्नुहोस् । येशू देखापर्नु हुँदा छक्क पर्ने चेलाहरुजस्तै नहुनुहोस् । बरु, उहाँ ढीलो नगरी प्रकट हुनुहुनेछ र आँधीलाई शान्त पार्नुहुनेछ भन्ने सुखद आशा राख्नुहोस् ।

आँधी जतिसुकै ठूलो होस्, परमेश्वरको निम्ति त्यो केही पनि होइन । उहाँले तपाईं कहाँ हुनुहुन्छ भन्ने कुरा ट्याक्कै देख्नुहुन्छ । त्यसैले उहाँ

तपाईंलाई उद्धार गर्न आइरहनुभएको हुन्छ । यदि आज तपाईंले सङ्घर्ष अनुभव गरिरहनुभएको छ भने परमेश्वरतिर दृष्टि लाउन शुरु गरिहाल्नुहोस् । येशू देखापर्नु हुँदा छक्क पर्ने चेलाहरुजस्तै नहुनुहोस् । बरु, उहाँ ढीलो नगरी प्रकट हुनुहुनेछ र आँधीलाई शान्त पार्नुहुनेछ भन्ने सुखद आशा राख्नुहोस् । तपाईंले उहाँतिर नजर लाइरहेसम्म तपाईंको जीवनलाई ध्वस्त पार्न सक्ने कुरामाथि विजयी भई हिँड्न सक्नुहुनेछ । तपाईंको ध्यान येशूमा केन्द्रित भएको कारण तपाईं शान्ति, आनन्द, सन्तुष्टि र खुशीसित जिउन सक्नुहुन्छ ।

तर तपाईंले छालहरुमाथि नजर पुऱ्याउनु बित्तिकै नकारात्मक सन्देशहरु, त्रासपूर्ण विचारहरु, अरुले के भन्लान् भन्ने कुराहरु, शैतानका झूटहरु – यी सबैचाहिँ तपाईंलाई हर क्षण चुर्लुम्म डुबाउने कुरा हुन् । अस्तव्यस्त आँधीहुरीको बीचमा जब तपाईंको जीवनमा हरेक कुरा ढलपल भइरहेको आभास हुन्छ, त्यस बेला परमेश्वरतिरै दृष्टि लाउनुहोस् । ढलपल हुन नसक्ने थोक त परमेश्वर मात्रै हुनुहुन्छ ।

येशू देखापर्नु हुँदा छक्क पर्ने चेलाहरुजस्तै नहुनुहोस् । बरु, उहाँ ढीलो नगरी प्रकट हुनुहुनेछ र आँधीलाई शान्त पार्नुहुनेछ भन्ने सुखद आशा राख्नुहोस् ।

तपाईं सदैव भर पर्न सक्नुहुने एउटा थोक

परमेश्वरले तपाईं हतोत्साह, निराशा, खिन्नताले भरिएको होइन तर आशाले भरपूर भएको चाहनुहुन्छ । परमेश्वरमा आशा राख्नेहरु कहिल्यै पनि निराश हुनेछैनन् र उनीहरु कहिल्यै पनि शर्ममा पर्नेछैनन् भनेर बाइबलमा रोमी ५:५ मा लेखिएको छ । आहा ! यो प्रतिज्ञा विचार गर्नुहोस् त !

तपाईंले आफ्ना आशाहरु साथीहरुमा राख्ता तपाईं निराश बन्न सक्नुहुन्छ । तपाईंले आफ्नो आशा आफ्नो बैंक खातामा राख्ता तपाईं खिन्न हुन सक्नुहुन्छ । तपाईंले आफ्नो आशा राजनीतिज्ञमा राख्ता तपाईं निराश बन्न सक्नुहुन्छ । तपाईं आफ्नो आशा जागिरमा राख्ता तपाईं निराश बन्न सक्नुहुन्छ । कहिलेकाहीँ तपाईं अन्योलग्रस्त परिस्थितिहरुबाट गुज्रनु परे पनि परमेश्वरले तिनलाई आखिर तपाईंकै भलाइको निम्ति हमेसा प्रयोग गर्नुहुनेछ । तपाईंसित आशा मौजुद भएसम्म परमेश्वरबाहेक सबै थोक तपाईंका निम्ति परिवर्तन हुन्छन् । तपाईंले नराम्रो खबर सुन्नुपर्ला, तर

सर्वप्रथम तपाईंले यो एकनासले रहनेछैन छ भन्ने सोच्नु पर्दछ। तपाईंको आर्थिक पक्ष परिवर्तन हुन्छन्, तपाईंका छोराछोरी परिवर्तन हुन्छन्, तपाईंको हाकिम बद्लिन्छन्, तपाईंका परिस्थितिहरु बद्लिन्छन्, तर परमेश्वर कहिले बद्लिनुहुन्न। परमेश्वर चट्टान हुनुहुन्छ–उहाँ एकसमान हुनुहुन्छ। मलाकी ३:६ ले भन्दछ,"किनकि म परमप्रभु हुँ, म बद्लिन्नँ।" मानिसहरु बद्लिन सक्छन्, मौसमहरु परिवर्तन हुन्छन्, परिस्थितिहरु बद्लिन्छन्, विचारहरु फेरिन्छन्, मनका लहडहरु बद्लिन्छन्, वाचाहरु फेरिन्छन्, जागिर परिवर्तन हुन्छन्, विद्यालय फेरिन्छन्। सायद, हामीले बुझिराख्नु पर्ने कुरा यिनै होलान्। हामीले यस संसारमा बुझ्नुपर्ने एकमात्र कुरा हो– सबै थोक परिवर्तनशील छन्।

त्यसैले त तपाईंले परमप्रभुमा आफ्नो आशा राख्नु र चट्टानमाथि आफ्नो जीवन निर्माण गर्नु महत्त्वपूर्ण छ। तपाईंले कहिले नबद्लिनेचाहिँ परमेश्वर मात्रै हुनुहुन्छ भनी जानेर उहाँलाई आफ्नो हर खाँचोको मूल श्रोत बनाउनुभएमा तपाईंले परिवर्तन हुने सबै थोक सम्हाल्न सक्नुहुन्छ। कारण, परमेश्वर तपाईंको जीवनको जग हुनुहुन्छ।

यदि हामीले परमेश्वरमा आशा राख्यौं र परमेश्वरले मात्रै गर्न सक्नुहुने कुरा गरिदिन कसैप्रति अपेक्षा गर्न छाड्यौं भने हामीले वास्तवमा भोग्नै नपर्ने कुरा भावनात्मक रुपमा धेरै भोग्नुपर्ने हुन्छ।

आफ्ना आशाहरु उच्च पार्नुहोस्!

हरेक दिन सोचेजस्तै दिन हुँदैन। र, हरेक आँधीलाई पूर्वानुमान गर्न सकिन्न। हामीलाई शिर-दर्द हुनसक्छ वा मुटु-दुखाइ हुनसक्छ। यस्ता पीडा एक दिनसम्म रहला वा अलिक दिन पनि लम्बिन सक्छ। तर तपाईंले जस्तोसुकै सङ्घर्ष गरिरहनु परे पनि म तपाईंलाई माथितिर दृष्टि लाउन उत्साह दिन चाहन्छु! नकारात्मक परिस्थितिहरु, तपाईंका सामुन्ने खडा भएका विषम अवस्थाहरु, तरङ्गित भइहरने भयग्रस्त सोचहरुतिर ध्यान नलाउनुहोस्।

जब हामी माथितिर दृष्टि लगाउँदछौं, त्यहाँ आशाको नयाँ जन्म हुन्छ। आँधी जतिसुकै भयङर हुन सक्ला तर त्यो परमेश्वरभन्दा बढी ठूलो हुन सक्तैन। तपाईंले उहाँतिर दृष्टि लगाउनै पर्दछ र उहाँ पानीमाथि हिँड्दै तपाईंकहाँ आउनु भए पनि वा जेसुकै गर्नुभए पनि तपाईंले उहाँलाई भरोसा गर्नैपर्दछ। त्यसैले अघि बढ्नुहोस् अनि आफ्ना आशाहरु उच्च पार्नुहोस्। तपाईं पहिलाभन्दा पनि झनै बलियो हुनुहुनेछ। केवल येशूतिर दृष्टि लगाउनुहोस्, सकारात्मक सोच राख्नुहोस्, अघि बढिरहनुहोस्, र जेसुकै गर्नुहोस् तर तलतिर दृष्टि नलगाउनुहोस्।

अध्याय ७

समस्याहरुभन्दा पनि आफ्ना आशिषहरु गन्नु

हे मेरो प्राण, परमप्रभुको प्रशंसा गर्, र उहाँका सबै उपकारहरु नबिर्सी ...

भजनसङ्ग्रह १०३ः२

"तपाईंले अँध्यारोमा मात्रै ताराहरु देख्न सक्नहुन्छ ।"

–मार्टिन लुथर किङ जुनियर

मैले एक जना व्यक्तिको कहानी सुनेकी थिएँ, जसको एक साँझ चाबी हराएछ । चाबी भेट्ने धुनमा सडक बत्तीको प्रकाशमा सडकको छेउकुना सबैतिर बेस्सरी चाबी खोजेछन् । एक जना बटुवाले उनले हस्याङ्-फस्याङ् गर्दै केही कुरा खोजेको चाल पाएछ अनि हराइरहेको चाबी खोज्न सहायता गर्न भनी रोकिएछ । भरमग्दुर खोजाइको केही क्षणपछि सहयोगी बटुवाले सोधेछन्,"ल भन्नुहोस् त, तपाईंले आफ्नो चाबी ठ्याक्कै कहाँनेर खसाउनुभयो त ? यदि हामीलाई ठाउँ ठ्याक्कै थाहा भएमा सायद हामी फेला पार्न सक्छौं ।" चाबीवालाले तुरुन्तै जबाफ दिएछ, "घरमा छँदाखेरि चाबी हराएको हो ।" उसको जबाफ सुनेर तीनछक्क पर्दै सहयोगी बटुवाले आश्चर्य प्रकट गरेछ,"यदि तपाईंले घरमै चाबी हराएको हो भने किन त सडक बत्तीमा धुइँधुइँती खोजिरहेको त नि ?" चाबीवालाले जबाफ दिएछ,"घरको भन्दा सडक बत्ती तेजिलो भएर नि !"

तपाईंलाइ शुरुमा लाग्ला–यो साह्रै हाँसउठ्दो कुरा हो । सबै थाहा छ नि त्यो त ! घरमा चाबी हराएर सडक बत्तीमा चाबी खोज्नु त हाँसउठ्दो देखिएला तर एउटा उद्देश्यको निम्ति यो कथा तपाईंलाई बताउँदछु । हामी पनि धेरै पटक आफूलाई चाहिएको कुरा जीवनमा यसरी नै खोजिरहेका थियौं तर गलत ठाउँमा । "गलत ठाउँहरु हुँदो प्रेम खोजिरहेका छौं" बोलको

एउटा पुरानो गीत छ । मलाई लाग्दछ–यो कुरा सत्य हो । तर मलाई यो पनि लागिरहेको छ–हामी प्रायः गरी गलत ठाउँहरु हुँदो आशा खोज्ने गर्दछौं ।

यदि हामी साँच्चिकै जीवनलाई आनन्दित तुल्याउन चाहन्छौं भने आशाको निम्ति हामीले जहाँ दृष्टि लाउने गरेका छौं, त्यहाँ आधारभूत परिवर्तन ल्याउनुपर्ने हुन्छ । हर समय येशू नै हाम्रा आशाको श्रोत बन्नुपर्दछ । हाम्रा वरिपरि जस्तासुकै परिस्थितिहरु विद्यमान हुन्, त्यसले केही फरक पार्नुहुँदैन । हाम्रा परिस्थितिहरु हाम्रो आनन्दको तह निर्धारण गर्ने थोक बन्नुहुँदैन । हामीले दुर्दिन नै बिताइरहका भए पनि नपाएको थोकमा होइन तर आफूसित बाँकी रहेका थोकतर्फ दृष्टि लाउन सिक्यौं भने हामीमा ढुक्क, आनन्दपूर्ण र आशावादी सोच हुन सक्तछ । परमेश्वरले के गरिरहनुभएको छैनमा होइन तर उहाँले तपाईंको के गर्दैहुनुहुन्छ भन्ने कुरातर्फ हमेसा दृष्टि लगाउनुहोस् ।

हामीले नपाएको थोकमा होइन तर आफूसित बाँकी रहेका थोकतर्फ दृष्टि लगाऔं ।

जीवनको शुरुआततिर कसैले मलाई यो सत्य बताइदिएको भए हुन्थ्यो भन्ने मलाई लाग्दछ । म त धेरै वर्षम्म दुःखित, निराश क्रिस्चियन जीवन बाँचे । प्रमुख कारण थियो– म हमेसा आफूसित नभएको कुरा मात्रै सोच्दथे । र, म आफूसित जे छैन, त्यस बारेमा मात्रै सोच्ने होइन, तर गनगन पनि गरिरहन्थें । म प्रभुसित मसित-यो-छैन-त्यो-छैन भनेर गनगन गर्दै प्रार्थनामा समय बिताउँदथे । मेरो प्रार्थना यस्तो हुन्थ्यो : परमेश्वर मसित पुग्दो पैसा छैन । अरुसित जस्तै मसित खुबी छैन । मेरो बाल्यकाल राम्रो थिएन ।

यस्तै गनगनको सूची त कति लामो हुन्थ्यो, हुन्थ्यो ! म आफैलाई नियाल्दथें अनि आफूसित नभएको हरेक चीजको दैनिक सूची बनाउँदथें ।

तर परमेश्वरले तिमीसित धेरै थोक छन् भनेर मलाई देखाउन थाल्नुभयो । मैले गलत ठाउँमा पो नजर लाइरहेकी रहेछु । तपाईंले जे गुमाउनुभएको छ वा तपाईंसित जे छैन त्यसमा दृष्टि लाएर तपाईंले विजय पाउनुहुन्न । मैले जे गुमाएकी थिएँ त्यतातिर शक्ति खर्च गर्नु र त्यस

सम्बन्धी गुनासो गर्नुको साटो परमेश्वरले मलाई मसित जे थिए, त्यसतर्फ दृष्टि लगाउन सिकाउन थाल्नुभयो । सोचेजस्तो छुट्टी मनाउने पैसा मसित थिएन होला, तर कमसेकम मसित त्यो महिनाको खर्च टार्ने पैसा थियो नि ! अरु व्यक्तिसित झैं मसित खुबी थिएन होला, तर म असल सञ्चारकर्ता त थिएँ नि ! अन्तमा, परमेश्वरले मानिसहरुलाई सहयोग गर्नका निम्ति त्यही मेरो खुबी चलाउन थाल्नुभयो । म सानो छँदा दुर्व्यवहारको शिकार भएँ होला, तर परमेश्वरले मलाई निको त पारिरहनुभएको थियो नि ! मेरो श्रीमान र नानीहरु पूर्ण त थिएनन् तर म घरजमले आशिषित थिएँ नि त ! मेरा आमा र बाबुले मलाई त्याग्नुभएको थियो, तर परमप्रभुले त मलाई छोरीको रुपमा स्वीकार गर्नुभएको थियो नि त (भजनसङ्ग्रह २७:१० हेर्नुहोस्) !

मैले आफूसित नभएका थोकतिर भन्दा आफूसित भएका थोकतिर जतिजिति दृष्टि लगाउन थालें, त्यति नै बढी मेरो सोचाइ परिवर्तन हुन थाल्यो । मैले त्यति नै बढी मेरा जीवनमा परमेश्वरका आशिषहरु र उहाँका कृपा देख्न थालें । अनि, मेरो आशा पनि चीलझैं माथि-माथि जान थाल्यो । तपाईंका निम्ति पनि यही कुरा यथार्थ हुन सक्छ । तपाईं आज जस्तोसुकै परिस्थितिबाट गुज्रिरहनुभए पनि केही छैन, तपाईंले जीवनमा नयाँ आनन्द प्राप्त गर्न सक्नुहुनेछ । तपाईंले केही कुरा गुमाउनुभयो होला । तपाईं कतिपय सुविधाहरुबाट बञ्चित हुनुभयो होला । तर आफूले नपाएका कुरातिर दृष्टि लाउनुको साटो आफूसित भएका कुराचाहिँ किन हेर्नु हुन्न त नि? तपाईंले मसित यी कुरा पो रहेछन् भनेर चाल पाउनुभएपछि तपाईं त छक्क पर्न सक्नुहुन्छ ।

तीन सिक्का र परमेश्वर

मैले एक पटक सुनेकी थिएँ–मदर टेरेसाले भारतमा मिशन शुरु गर्नुहुँदा उहाँसित पैसा थिएन रे । एउटा अनाथालय बनाउने र कलकत्ताका मानिसहरुलाई सहायता पुऱ्याउने उहाँको सपना थिएछ । तर त्यसका निम्ति उहाँसित पैसा थिएन छ । उहाँलाई तपाईंसित वास्तवमा कति पैसा थियो भनेर सोध्दाखेरि उहाँले भन्नुभयो रे "तीन सिक्का" । मानिसहरुले उहाँको

मिशनप्रति पत्यार नलागेर "त्यति पैसाले तपाईं के गर्न सक्नुहुन्छ" भनी प्रश्न गरे । तर मदर टेरेसाले जबाफ दिनुभएछ,"मसित तीन सिक्का र परमेश्वर त हुनुहुन्छ नि, अरु मलाई बढी के चाहियो र ?"

मलाई त्यो सोच मन पर्दछ । मदर टेरेसा आफूसित पैसा नभए पनि परमेश्वर हुनुभएकोमा चिन्तित हुनुभएन ! परमेश्वरले हामीलाई दिनुभएका कुरा विश्वासयोग्य भई गन्न थाल्यौं भने हाम्रा जीवनमा कस्तो परिवर्तन आउँथ्यो होला भनी म कल्पना गर्दछु ।

परमेश्वरको बाहुलीमा तीन सिक्का पनि चाहिनेभन्दा बढी हुन्छ ।

अरुहरुसित भएका कुरासित हामीले तुलना गर्‍यौं भने त्यति परिवर्तन नदेखिएला, र हामीले जेका निम्ति प्रार्थना गरिरहेका हुन्छौं त्यसका तुलनामा पनि त्यति धेरै परिवर्तन नदेखिएला तर हामीसित जति थोरै भए पनि ती सबै परमेश्वरलाई आवश्यक छ । परमेश्वरको बाहुलीमा तीन सिक्का पनि चाहिनेभन्दा बढी हुन्छ ।

यदि परमेश्वरले ५,००० जना लोग्ने मानिस (लगायत स्त्री र बालबालिका) लाई केही रोटी र दुई ओटा माछाले खुवाउन सक्नुहुन्छ भने, एक क्षण सोच्नुहोस्–तपाईंसित जति थोरै भए पनि उहाँले त्यसलाई कसरी प्रयोग गर्न सक्नुहुन्छ होला ! तपाईंले सोच्नुहुन्छ होला–तर मसँग त त्यति सुका पनि छैन । तर तपाईं झनै उत्साहित बन्न सक्नुहुन्छ किनकि परमेश्वरले शून्यबाट सम्पूर्ण विश्व सृष्टि गर्नुभयो । परमेश्वरले खाली शून्यमाथि विश्वासका वचनहरु घोषणा गर्दै सृष्टि गर्न थाल्नुभयो । हामीसित जतिसुकै थोरै भए पनि हामी पनि विश्वासका वचनहरु घोषणा गर्न सक्छौं ।

के तपाईं कहिल्यै किराना पसलमा पसलेहरुले सामानहरुको सूची बनाउँदै गरेको समयमा पुग्नुभएको छ ? स्टकमा सूची बनाउने कर्मचारीहरु आएर स्टोरमा भएका सामानहरु गन्न थालेको हेर्नु रमाइलो लाग्दछ । उनीहरुले हाते मेशिन लिएर हरेक सामानमा लेबल लगाउँदछन् । त्यसपछि, उनीहरुले एकएक गरी गन्छन् अनि हरेक सामानमा ठीकसित नम्बर राखियो कि राखिएन भनेर निश्चित गर्न फेरि सामान गन्छन् । केही पनि बाँकी

नराखी काम गरेको दृश्य अचम्मलाग्दो देखिन्छ । किराना पसलमा भएका एकएक गमको पोका, कुचिएको एकएक टिनको बट्टा, बिग्रेका केरा सबै गनिन्छ । र, यसरी एउटा सिङ्गो सूची तयारी हुँदछ ।

मलाई लाग्दछ–यदि हामीले पनि हाम्रा जीवनमा भएका कुराको सूची बनाएमा र परमेश्वरले हामीलाई दिनुभएको एकएक आशिष गनेमा धेरै राम्रो हुने थियो । यसो गऱ्यौं भने हाम्रो आशा बढ्नुका साथै हाम्रो विश्वास बलियो हुनेछ । हामीसित जे छैन, त्यस विषयमा यसोउसो भन्दै निराश हुनुभन्दा परमेश्वरले हामीलाई दिनुभएको एकएक थोकको निम्ति उहाँलाई धन्यवाद दिँदै भरोसापूर्वक हिँड्न सक्छौं । हामीले एकएक थोक गन्नुपर्दछ । कुनै कुरा मसिना देखिएलान् तर पनि तिनलाई गन्नुहोस र परमेश्वरलाई धन्यवाद भन्नुहोस् । परमेश्वरले तपाईंका निम्ति गर्नुभएका हरेक कुरा विचार गर्ने बानी बसाल्नुहोस् । तपाईं जति-जति उहाँका आशिषहरुमा ध्यान दिनुहुन्छ, तपाईंका आशाहरु त्यति-त्यति मौलाउँदै जान्छ । परमेश्वरले हाम्रो निम्ति येशू दिनुभएको छ । र, यदि उहाँले यसो गर्नुभएको छ भने के उहाँले अन्य थोकहरु पनि दिनुहुन्न ?

मलाई लाग्दछ–यदि हामीले पनि हाम्रा जीवनमा भएका कुराको सूची बनाएमा र परमेश्वरले हामीलाई दिनुभएको एकएक आशिष गनेमा धेरै राम्रो हुने थियो ।

सूची तयारी समय

हरेक व्यक्तिको फेहरिस्त सूची भिन्नाभिन्नै देखिने छ । हामी सबैका वरदानहरु, कलाहरु, सामर्थ्यहरु वा श्रोतसाधनहरु एकै किसिमका हुँदैनन् । र, यो पनि निश्चय हो कि हामी कसैले पनि यी सबै थोक एकैसाथ पाउँदैनौं । परमेश्वरले पनि अरुसित भएको कुरा तिमीले पाउनेछौ वा तिमीले पाएको कुरा अरुले पाउनेछन् भनेर कहिल्यै प्रतिज्ञा गर्नुभएन । भारत यात्रा गर्ने क्रममा कुष्ठ रोगी कोलोनीमा पुगेको संझन्छु । एक जना कुष्ठ रोगीले तपाईं मेरो घर हेर्न चाहनुहुन्छ कि भनेर मलाई सोधे । उनी निकै उत्साहित देखिन्थे । त्यसैले म पनि सहर्ष उनीसितै उनको घर हेर्न गएँ । उनले घर

भन्ने गरेको ठाउँ त फोहोर थुपारिएको ढिस्काको छेउमा १० फिट लामो र ६ फिट गहिरो खनेको सुरुङ पो रहेछ । त्यो सुरुङभित्र डोरीको झोलुङे ओछ्यान, एक थान थोत्रा भाँडा, र केही थाल-बटुकाहरु राखिएका रहेछन् । ती व्यक्ति आफूसित केही नहुँदा त्यति खुशी र मचाहिँ आफूति यति धेरै हुँदा पनि प्रायः बेखुशी भएको कुरा जब महसुस भयो, मलाई भित्रैदेखि दोषानुबोध भयो ।

यही कुरालाई मनमा गुन्दै परमेश्वरलाई जे जे थोकका निम्ति धन्यवाद दिइनुपर्ने हो, तिनका प्रस्तावित सूची यहाँ प्रस्तुत गरेकी छु । अहिले नै त यस सूचीमा उल्लेखित सबै थोक तपाईंसित नहोला, तर यहाँ उल्लेखित कुरामध्ये धेरै थोक त तपाईंको हृदयमा पक्कै गुन्जेलान् । मैले भेटेको कुष्ठरोगीले यहाँ उल्लेखित चीज पाएको भए उनी हर्षविभोर हुन्थे होलान् ।

- शिर ओत्ने छाानो
- वास्ता गर्ने मित्र
- माया गर्ने परिवार जन
- राम्रो कार
- टन्न पेट
- नुहाउने तातो-चिसो पानी
- हाँसी-खुशी
- हप्तैपिच्छेको चेक
- आरामदायी ओछ्यान
- मीठो कल्पना
- बालबालिकाका निम्ति शैक्षिक अवसर
- उत्साह दिइरहने स्थानीय मण्डली
- निरोगी शरीर
- लुगाफाटाले टन्न भएको दराज
- अध्ययन गर्नका लागि बाइबल
- सुन्दर भविष्यको आशा

यी त मेरा मनमा आएका केही कुराहरु मात्रै हुन् । म तपाईंलाई चुनौती दिन्छु–यदि तपाईंले समय निकालेर यस्ता विषयमा प्रार्थना गर्नुभयो

भने तपाईंको सूची मैले प्रस्तुत गरेकी सूचीभन्दा १० गुणा लामो हुन सक्ला। मैले उल्लेख गरेकी केही कुराहरु त आधारभूत मात्रै हुन्। तर यदि तपाईंले आधारभूत कुरा बारे मात्रै सोच्नुभयो पनि अति आधारभूत कुरादेखि पनि बञ्चित मानिसहरु संसारमा धेरै छन् । पानी, गाँस, वास जस्ता कुराहरुलाई त्यतिकै हलुका लिनु हुन्न । यी सबै आधारभूत आवश्यकताका निम्ति परमेश्वरलाई धन्यवाद दिनुपर्दछ र तिनलाई कहिल्यै कुनै मिनेट पनि हलुका रुपमा लिनु हुँदैन ।

जहिले पनि आशा रहन्छ

परमेश्वरको भलाइको फेहरिस्त महत्त्वपूर्ण हुन्छ । कारण, इमान्दार रुपमा भन्नुपर्दा, जीवनका सङ्घर्षहरुतर्फ हामी सजिलै दृष्टि लाउन पुग्दछौं र सजिलै हतोत्साहित बनिदिन्छौं ।यदि हामीले सिर्फ बाधा-अवरोधहरुतिर मात्रै नजर लायौं भने सजिलै आशा गुमाउँदछौं । तपाईं आफ्नो बैंक खातातिर दृष्टि लाएर हरेस खानुहुन्छ होला । कहिलेकाहीँ आफ्ना छोराछोरीहरुलाई हेरेर आकाशतिर हात फैलाएर "लौ आशै हरायो" भन्नुहुन्छ होला। आफैलाई हेरेर आफूलाई पनि त्यस्तै भन्नुहुन्छ होला ! सायद आशै हरायो भन्ने सोच बोकेर कामतिर लाग्नुहुन्छ होला । हो, शैतानले तपाईंलाई यस्तै-यस्तै सोचाउन चाहन्छ। यदि उसले हामीलाई आशारहित तुल्याइरहन सक्यो भने हामी दह्रिलो विश्वासमा बढ्न सक्तैनौं अनि त्यसपछि हामी परमेश्वरको योजनादेखि बञ्चित हुनेछौं भन्ने कुरा शैतानलाई थाहा छ ।

आफूले गुमाएका वा आफूसित नभएका थोकतिर दृष्टि लगाउँ-लगाउँ लाग्ने परीक्षालाई इन्कार गर्नुहोस् अनि परमेश्वरले तपाईंको जीवनमा गर्नुभएका, गरिरहनुभएका र गर्नुहुने कुरातिर दृष्टि लगाउने विकल्प रोज्नुहोस् । जब तपाईंले यसो गर्नुहुनेछ, आशा जीवन्त बन्नेछ, आनन्द बढ्नेछ, विश्वास बृद्धि हुनेछ, र क्रियाकलाप विस्तार हुनेछ।

स्मरण रहोस्, जब तपाईं आशाको बगैँचामा बस्नुहुन्छ, त्यहाँ केही न केही हमेसा फक्रिरहेको वा फुलिरहेको हुनेछ । "आशा छैन" भन्नुको साटो "आशा जहिले पनि रहन्छ" किन नभनौं र ! परमेश्वरले तपाईंलाई दिनुभएका थोकहरुको सूची बनाउने अठोट गर्नुहोस् र अझ धेरै पाउने

अभिलाषा राख्नुहोस् । परमेश्वरले तपाईंलाई दिनुभएका आशिषहरुको सूची बनाउनुहोस् । अनि, संभवतः हरेक दिन ती आशिषहरु जोडले पढ्ने गर्नुहोस् । तपाईंले आफूसित भएका थोकमा जति धेरै चासो दिनुहुन्छ, तपाईं त्यति नै बढी आफ्नो जीवनमा परमेश्वरको कृपा रहेकोमा अचम्मित हुनुहुनेछ ।

"आशा छैन" भन्नुको साटो "आशा जहिले पनि रहन्छ" किन नभनौं र !

एफिसी १:३ ले भन्दछ :

हाम्रा प्रभु येशू ख्रीष्टका परमेश्वर र पिताको प्रशंसा होस्, जसले हामीलाई स्वर्गीय स्थानहरुमा हरेक आत्मिक आशिषले ख्रीष्टमा आशिर्वाद दिनुभएको छ । यसले तपाईंलाई आशा दिएको हुनुपर्दछ । तपाईंले आज जे-जे भोगिरहनुभएको भए पनि तपाईंलाई चाहिने सबै थोकद्वारा तपाईं आशिषित बन्न गइरहनुभएको छ। यदि तपाईंलाई सामर्थ्यको खाँचो छ, यदि तपाईंलाई मित्रको आवश्यक छ, यदि तपाईंलाई शान्ति, वा आनन्द वा धार्मिकता वा पैसा वा स्वास्थ्य वा आरोग्यता वा विजय जे-जे खाँचो भए पनि परमेश्वरले तपाईंको निम्ति त्यो कुरा उपलब्ध गर्न गइरहनुभएको छ। फिलिप्पी ४:१९ ले भन्दछ,"मेरा परमेश्वरले आफ्नो महिमामा उहाँको सम्पतिअनुसार तिमीहरुको हरेक खाँचो ख्रीष्ट येशूमा पूरा गरिदिनुहुनेछ।"

परमेश्वरले वर्तमानमा वा भविष्यमा यी कुराहरु साँच्चिकै प्रबन्ध गर्न गइहरनुभएको छ त भन्ने तपाईंमा आशङ्का आउन सक्छ । त्यस बेला परमेश्वरले प्रबन्ध गरिसक्नुभएको कुरातिर तुरुन्तै दृष्टि लाइहाल्नुहोस् । तपाईंले पाउनुभएका आशिषको सूचीतिर नजर लाउनुहोस् अनि भविष्यको निम्ति विश्वासलाई बलियो बनाउनुहोस् । दाउदले पनि यस्तै गरेका थिए ।

परमेश्वरले केही गर्न चाहनुहुन्छ भन्ने कुरा नै तपाईंलाई आशिषित तुल्याउनु हो

जब तपाईंको जीवनमा परमेश्वरले गर्नुभएको भलाइको सूची बनाउन थाल्नुहुन्छ –जब तपाईं आफ्ना आशिषहरु गन्न थाल्नुहुन्छ, तपाईंको हृदयले भरिन्छ । मैले अनुभव गरेकी छु–एकै पटकमा धन्यवादी बन्न र निराश

हुन असंभव हुनेरहेछ । त्यसको औचित्य हुँदैन । यदि तपाईंले हर दिन परमेश्वरले दिनुभएका आशिषहरु र उहाँको कृपामा ध्यान दिन केही क्षण समय छुट्याउनुहुन्छ भने तपाईं चुप लागेर बस्न सक्नुहुन्न...तपाईं त परमेश्वरको आनन्दले भरिएर छछल्किनुहुनेछ ।

मैले अनुभव गरेकी छु–एकै पटकमा धन्यवादी बन्न र निराश हुन असंभव हुनेरहेछ ।

परमेश्वरको वचनले भन्दछ– प्रभुको आनन्द नै हाम्रो बल हो (नहेम्याह ८:१० हेर्नुहोस्) । धेरैजसो मानिसहरु थकान महसुस गर्ने र आनन्दरहित सोच भएकाले कार्यालयको कुर्सीदेखि घरको सोफासम्म मुस्किलले हलचल गर्ने आलस्यपूर्ण खालका हुन्छन् । कतिपय मानिसहरुचाहिँ कामदेखि घरमा आउँदा पूरै लखतरान हुन्छन् । यस्ता मानिसहरु कामले गर्दा लखतरान भएका होइनन् तर आफूले काम गर्ने ठाउँ र त्यहाँका मानिसहरुप्रति नकारात्मक सोच भएकाले गर्दा उनीहरु त्यसो भएका हुन् । नकारात्मक सोचले जीवनको हरेक पाटोलाई असर गर्दछ –स्वास्थ्यलाई समेत असर पार्दछ । यदि हामीले परमेश्वरले हामीलाई दिनुभएको कुरासित खुशी बन्ने र हाम्रो जीवनमा उहाँले गर्नुभएको भलाइमाथि केन्द्रित हुने निर्णय गर्दछौं भने हामी खुशी मात्रै होइन अझै स्वस्थ पनि हुनेछौं ।

परमेश्वरसित समय बिताउँदाखेरि हरेक दिन साथमै डायरी राख्ने गर्दछु । डायरीमा मलाई हौसला तथा ढाडस दिने बाइबलका पदहरु, मैले त्यो दिन प्रार्थना गरेका विषयहरु, परमेश्वरले मेरो हृदयमा झक्झक्याई रहनुभएका थोकहरु, र परमेश्वरले मेरो निम्ति गर्नुहुने विशेष कुराहरु लेख्दछु । मैले वर्षौंसम्म काम लाग्ने यस्ता डायरीहरु सङ्गालेर राखेकी छु । र, बेलाबखत डायरी पल्टाएर पढ्ने गरेकी छु । जब म विगतका डायरीहरु सरसर्ती पल्टाउँदछु, रमाइलो कुरा–परमेश्वरले मलाई वर्षमा धेरै पटक उत्तम कुरा बेहद रुपमा अपेक्षा गर्न स्मरण गराउनुहुँदछ । यो कुरा साँच्चिकै महत्त्वपूर्ण बन्नुपर्दछ । जब म आशाले भरिएकी हुन्छु–जब म परमेश्वरले मेरो जीवनमा ठूला कार्य गर्नुहुनेछ भन्ने अपेक्षा गरिरहेकी हुन्छु, त्यसले मेरो आत्मालाई सुदृढ तुल्याउँदछ अनि आनन्दले भर्दछ । म नियमित रुपमा भिटामिन लिने गर्दछु । र, मलाई लाग्दछ–आशा नै "खुशी भिटामिन" हो ।

हामीले दैनिक रुपमा आशा नामक औषधि बेस्सरी सेवन गर्नुपर्दछ ! सायद, त्यसैले होला, मलाई एकदमै मनपर्ने पद यहाँ उल्लेख गर्न चाहन्छु :

तापनि तिमीहरुमाथि अनुग्रह गर्न परमप्रभु (उत्कट रुपमा) इच्छा (अपेक्षा गर्नुहुन्छ, बाटो कुर्नुहुन्छ, चाहना राख्नुहुन्छ) गर्नुहुन्छ । तिमीहरुमाथि दया देखाउन उहाँ उठ्नुहुन्छ, किनकि परमप्रभु न्याय गर्नुहुने परमेश्वर हुनुहुन्छ । उहाँको (उहाँबाटको विजय, उहाँको कृपा, उहाँको प्रेम, उहाँको शान्ति, उहाँको आनन्द, र उहाँको अनुपम, अविरल साथ) (उत्कट रुपमा) प्रतीक्षा गर्ने धन्यका (खुसी, सौभाग्यशाली, लोभलाग्दा) हुन् ।

यशैया ३०:१८

तपाईंप्रति आफ्नो भलाइ प्रकट गर्नका निम्ति परमेश्वरले साँच्चिकै "अपेक्षा गर्नुहुन्छ, बाटो कुर्नुहुन्छ साथै चाहना राख्नुहुन्छ ।" हो, यसैले तपाईंले आफ्नो जीवनमा उत्तम कुराको सुखद अपेक्षा राख्न सक्नुहुन्छ । उत्तम चीजको सुखद अपेक्षा राख्नुको आशय परमेश्वरले तपाईंलाई इच्छा लागी-नलागी केही दिन मञ्जुर गर्नपर्ने कुरो होइन । यो त उहाँले तपाईंका निम्ति गर्न चाहनुभएकै कुरा हो । तपाईंले "जीवन पाऊन् र यो प्रशस्त मात्रामा पाऊन्" (यूहन्ना १०:१०) भन्ने हेतुले येशू तपाईंका खातिर मर्नुभयो । त्यसकारण, नकारात्मक सोच पालेर नजिउनुहोस् । परमेश्वरद्वारा असल थोक आउनेछन् भन्ने अपेक्षासाथ सकारात्मक सोच राख्ने अठोट गर्नुहोस् । हामी असल थोक पाउन योग्य भएकाले हामी तिनका अपेक्षा गर्दैनौं तर परमेश्वर असल हुनुभएकोले हामी असल थोक अपेक्षा राख्दछौं ! परमेश्वरले तपाईंलाई दिनुभएका सबै थोकका निम्ति धन्यावादी हृदयले उहाँको प्रशंसा गर्न रोज्नुहोस् ।

तपाईंप्रति आफ्नो भलाइ प्रकट गर्नका निम्ति परमेश्वरले साँच्चिकै "अपेक्षा गर्नुहुन्छ, बाटो कुर्नुहुन्छ साथै चाहना राख्नुहुन्छ ।"

आफ्ना आशाहरु उच्च पार्नुहोस् !

तपाईंले यो अध्याय सिध्याउँदै गर्दा आफूलाई के म आशावादी व्यक्ति

हुँ त भनेर सोध्नुहोस् । के तपाईं हरेक दिन मेरो जीवनमा परमेश्वरले मेरो प्रार्थना सुन्नुहुन्छ, सपना पूरा गरिदिनुहुनेछ, आवश्यकता पूर्ति गर्नुहुनेछ, र अद्‌भूत कार्य गर्नुहुनेछ भन्ने अपेक्षाले उत्साहित हुनुहुन्छ ? यदि तपाईं जस्तो आशावादी हुनुपर्ने हो, त्यस्तो आशावादी हुनुहुन्न भने तपाईंले दृष्टिकोण बदल्न सक्नुहुन्छ । यो जटिल प्रक्रिया होइन–यस्तो कार्य त आफूले गुमाएका कुरातिर नभएर आफूसित भएका कुरातिर दृष्टि लाएर शुरु गर्न सकिन्छ ।

तपाईंको जीवनका आशिषहरुको फेहरिस्त केलाउनुहोस् । अधिकांश आशिषहरु स्पष्टै रुपमा देखिने खालका ठूला-ठूला आशिषहरु होलान् तर कतिपय आशिषहरुचाहिँ स-साना किसिमा हुन सक्छन् । तपाईंले जीवनको हरेक छेउकुना नियाल्नुहोस् अनि परमेश्वरले दिइरहनुभएका स-साना, वास्तै नगरिएका आशिषहरु हेर्नुहोस् । जब तपाईं त्यसो गर्नुहुन्छ, तपाईंले जीवनलाई हेर्ने दृष्टिकोणमा पूर्ण बदलाउ महसुस गर्नुहुनेछ । जब तपाईंसित कृतज्ञ हृदय हुन्छ, तपाईंको वैवाहिक जीवन, तपाईंको परिवार, तपाईंको पेशागत जीवन, तपाईंका आकांक्षाहरु सबैप्रति हेर्ने तपाईंको दृष्टिकोण बद्‌लाउ हुन्छ ।

त्यसकारण अघि बढ्नुहोस् र आफ्ना आशाहरु उच्च पार्नुहोस् । परमेश्वरले तपाईंलाई आशिष दिनुभएको छ । यसलाई पुष्टि गर्न तपाईंसित एउटा सिङ्गो फेहरिस्त छ । यो त शुरुआत मात्रै हो । तपाईंका निम्ति परमेश्वरले धेरै आशिष साँचेर राख्नुभएको छ । केवल तपाईंले ती आशिषहरु सही ठाउँहरुमा खोजी गर्नुपर्दछ ।

अध्याय ८

आशाका वचनहरु

हे मेरो प्राण, तँ किन उदास हुन्छस् ? र मेरो अन्तस्करणमा तँ किन यति व्याकुल हुन्छस् ? तेरो आशा परमेश्वरमा राख् , किनकि म अझै पनि उहाँको प्रशंसा गर्नेछु । उहाँमेरो उद्धारक र मेरा परमेश्वर हुनुहुन्छ ।

भजनसङ्ग्रह ४३:५

"आशाले 'यो साल त सुखद हुनेछ...' भन्ने कानेखुसी गर्दै आउने सालको सङ्घारबाट मुस्कान छर्छ ।"

–अल्फ्रेड, लोर्ड टेनिसन

हामीले खाएको खानाले हाम्रो शरीरमा असर पारेजस्तै हामीले बोलेका शब्दहरुले हामीलाई आत्मिक रुपमा, मानसिक रुपमा साथै भावनात्मक रुपमा पनि त्यसरी नै असर पार्दछन् । मलाई विश्वास छ –हाम्रा शब्दहरुले शारीरिक रुपमा पनि त्यतिकै असर पार्दछन्, किनकि हाम्रा कुराकानी जति आशा र खुशीले भरिएका हुन्छन्, हामी आफूलाई त्यतिकै उर्जावान अनुभूति गर्दछौं । सकारात्मक, आशावादी सोचले हामीलाई तनावदेखि छुटकारा दिँदछ । तनावचाहिँ धेरै थरिका रोग र बिमारको मूल जड हो ।

निकै वर्ष पहिले म आफ्नो स्वास्थ्य सम्बन्धी गंभीर बन्ने सोच बनाएँ । मेरो तागत खस्किरहेको थियो, म सजिलै बिरामी हुन्थें, अनि झ्याङ्-झ्याङे स्वास्थ्य समस्यासित जुधिरहेकी थिएँ । विगतमा मैले विभिन्न किसिमका आहार-विहार शैली र योजनाहरु अप्नाउने प्रयास गरेकी थिएँ तर कामले गर्दा मलाई फुर्सदै भएन, सबै थोक आफैं गर्न पर्दथ्यो । मेरो हितमा छैन भन्ने थाहा पाए पनि म उही व्यस्त दैनिकीमा होमिन पुगें । अन्तमा, लु अति नै भयो भन्ने सोचें । थकानदेखि म थकित हुँदा तपाईं के भन्नुहन्थ्यो होला सो म अन्दाज गर्दछु ।

मैले उपयुक्त आहार-विहार र अभ्यास दैनिकीको बारेमा अध्ययन गर्ने क्रममा हामीले खाने हरेक कुराले हाम्रो शरीरको कार्यसम्पादनमा प्रभाव पार्दोरहेछ भन्ने पहिलो कुरो बुझ्न पाएँ । स्वस्थ भोजन अति महत्त्वपूर्ण हुन्छ भन्ने कुरा हामी सबैले बुझ्केकै विषय हो तर म यो सोच्दिनँ कि हामीले हाम्रा पौष्टिक खानपान रोजाइले हाम्रा शरीरलाई साँच्चि नै असर पार्दछ भनेर हामीले हमेसा विचार गरिरहेका हुन्छौं । तपाईंले जुन दिन जे खानुहुन्छ, त्यसले तपाईंको मनलाई असर पार्दछ । तपाईंले खानुभएको खानाले तपाईंको कार्यसम्पादन साथै तपाईंको सोचलाई पनि निर्धारण गर्दछ । मीठो वा नमीठो—सलाद वा डोनट जेसुकै तपाईंको मुखमा छिरोस्, त्यसले तपाईंको शरीरलाई प्रभाव पार्छ । खानाले तपाईंका संवेगहरु र तपाईंका सोचाइ प्रक्रियालाई पनि असर पार्न सक्तछ ।

खाने कुराले झैं आशावादी घोषणाहरु वा नकारात्मक कुराकानी जे हुन्, तपाईंले बोलेका शब्दहरुले तपाईंको जीवनमा धेरै प्रकारले प्रभाव पार्नेछन् । बोलीमा शक्ति हुन्छ । तपाईंले बोल्ने कुराले तरङ ल्याउँदछ । तपाईंले केही कुरा बोल्नुबित्तिकै ती शब्दहरु तपाईंका कानमा प्रवेश गरेर सिधै हृदयमा पुग्दछन् । यदि तपाईंका बोलीहरु जीवनले भरिएका छन् भने तपाईंले खुशी र स्फूर्ति अनुभव गर्नुहुनेछ । यद्यपि, जीवनका नकारात्मक कुरा गर्ने र परिस्थिति बारे गुनासो गर्ने प्रवृति तपाईंमा छ भने तपाईंले बोलेका शब्दहरुले नकारात्मक तरङ बोकेका हुन्छन् । त्यसैले ती शब्दहरुले तपाईंको उर्जा स्वात्तै रित्याइदिन्छन् र तपाईंलाई हतोत्साहित मात्रै होइन घोर निराशै बनाइदिन्छन् । "विलम्ब आशाले मनलाई बिरामी तुल्याउने" हुनाले (हितोपदेश १३:१२ हेर्नुहोस्) अर्को समय नआएसम्म भनेर आशा स्थगित नगर्नुहोस् ।

तपाईंले अप्ठ्यारा परिस्थितिहरु भोगिरहेको बेला आशाले भरिएका बोलीहरु महत्त्वपूर्ण हुन्छन् । सकारात्मक, विश्वासले भरिएका शब्दहरु बोल्नु नै तपाईंले दुःख तथा कष्ट भोगिरहेको बेला तपाईंले गर्न सक्नुहुने एउटा अति महत्त्वपूर्ण कुरा हो ।

तपाईंले अप्ठ्यारा परिस्थितिहरु भोगिरहेको बेला आशाले भरिएका बोलीहरु महत्त्वपूर्ण हुन्छन् ।

मैले यो भनिरहेकी छैनँ कि तपाईंका शब्दहरुमा मात्रै परिवर्तन गर्ने तागत छ–परमेश्वरमा मात्रै परिवर्तन गर्ने सामर्थ्य अन्तर्निहित हुन्छ । तर तपाईंका शब्दहरुले आत्मिक क्षेत्रमा सामर्थ्य राख्न सक्छन् । र, जब तपाईं परमेश्वरसित सहमत हुनुहुन्छ, उहाँको योजना तपाईंको जीवनमा द्रूत गतिमा पूरा हुन आउनेछ । तपाईंका शब्दहरुले नकारात्मक परिस्थितिप्रतिको तपाईंको सोचलाई परिवर्तन गर्न र त्यस परिस्थितिमाथि विजय हुने तपाईंको गति निर्धारण गर्न सहयाता पुऱ्याउन सक्छन् ।

इस्रायलीहरु उजाड भूमिमा हुँदाखेरि उनीहरुले गनगन गरे र उनीहरु त्यही मरुभूमिा अल्झिरहे । ११ दिनमा पुग्ने गन्तव्य ४० वर्ष लाग्यो । उनीहरुमध्ये कोही पनि इच्छाएको गन्तव्यमा पुगेनन् ।

जिन्दगीमा यी कुराचाहिँ ठीक छैनन् भनी गनगन गर्ने तर त्यसमा लुटुपुटु भइरहने समस्याचाहिँ अधिकांश मानिसहरुले सोचेभन्दा पनि झनै विकराल समस्या हो । यी कुरा परमेश्वरका कानमा अप्रिय लाग्दछन् ! गनगन गर्दै जिन्दगी जिउने र त्यही कुरा दोहोऱ्याई रहेर सोचेझैं कहिल्यै जिन्दगी नजिउने मानिसहरु कति धेरै होलान् भनी म कल्पना गर्दछु । हेर्नुहोस् त, असल कुरा प्राप्त गर्न इच्छा गरेर मात्रै नपुग्दो रहेछ । हामीसित परमेश्वरमा जीवित आशा र बलियो विश्वास हुनुपर्दोरहेछ । हामीलाई पनि आशाको शक्तिले भरिएका विचारहरु र शब्दहरु चाहिने रहेछ । आवश्यक भएमा हामीले कदम चाल्नुपर्दछ र प्रतीक्षा गरिरहँदा हामीमा धन्यवादी हृदय हुनुपर्दछ ।

मैले बोलेका शब्दहरुमा शक्ति हुन्छ भन्ने अज्ञानताद्वारा मैले जीवनका दिनहरु अर्थहीन बनाएर, आफ्नै भविष्यमाथि तगारो तेर्साएर जीवनका ४५औं वर्ष बिताएँ । धेरै ओटा क्षेत्रहरुमा म अनभिज्ञ थिएँ तर यो अज्ञानताचाहिँ मेरो निम्ति निकै ठूलो थियो । यदि तपाईंलाई शब्द–शक्ति बारे सिकाइएको छ भने यो अध्यायले तपाईंलाई सही दिशामा हिँडाइरहने पुनर्ताजगी कोर्सको काम मात्रै गर्नेछ तर यदि यो विषय तपाईंको निम्ति पूर्ण रुपमा नयाँ हो भने तपाईंको निम्ति एकदमै जीवन–परिवर्तनमुखी बन्न सक्छ ।

सायद तपाईंलाई मेरो बोलीको अधिकारी मैं हु भन्ने महसुस नहुन

सक्छ । तपाईंले आफूले बोल्ने शब्दहरु चयन गर्न सक्नुहुन्छ । र, मैले भनेको विश्वास गर्नुहोस्–तपाईंले जे बोल्नु हुँदछ, त्यसले ठूलो महत्त्व राख्दछ । बोलीको असल भण्डारे हुनुहोस् ! शब्दहरुलाई बुद्धिमतापूर्वक चयन गर्नुहोस् अनि बोलीमा जीवन वा मृत्युको शक्ति हुन्छ भनेर परमेश्वरको वचनमा लेखिएको कुरा विश्वास गर्नुहोस् ।

जीवन र मृत्युको शक्ति जिब्रोमा हुन्छ, त्यसलाई प्रेम गर्नेहरु (लुटपुटिनेहरु) ले त्यस (जीवन वा मृत्यु) का फल खानुपर्दछ ।

हितोपदेश १८:२१

आफ्ना समस्याहरुको गन्थन गर्न छोडिदिनुहोस्

येशूले कहिल्यै आफ्ना समस्याहरु बारे गन्थन नगर्नुभएको के तपाईंले चाल पाउनु भएन र ? उहाँले त्यसो गर्न सक्नुहुन्थ्यो; तपाईं र मजस्तै उहाँले पनि धेरै कुरा मिलाउनुपर्दथ्यो । येशू अति व्यस्त हुनुहुन्थ्यो । येशूको अति रुखा र अति घृणित मानिसहरुसित जम्काभेट हुन्थ्यो । येशूले बडो अप्ठ्यारा परिस्थितिहरु सामना गर्नुभयो । उहाँलाई यस संसारको निम्ति डरलाग्दो रुपमा दु:ख भोग्न र क्रूसमा मर्नपर्छ भन्ने कुरा पनि थाहा थियो ।

तर जब तपाईं सुसमाचारका पुस्तकहरु पढ्नुहुन्छ, येशूले आलोचनात्मक कुरा बोल्नुभएको तपाईंले कहिल्यै सुन्न पाउनु हुँदैन वा गुनासो वा गनगन भन्न मिल्ने शब्दहरु उहाँले उच्चारण गर्नुभएको कहिल्यै थाहा पाउनुहुन्न ।

उहाँलाई बोलीमा शक्ति हुन्छ भन्ने कुरा छर्लङ्ग थाहा थियो । जब उहाँका कष्ट भोगाइ र मृत्युको समय नजिकिँदै थियो, उहाँले आफ्ना चेलाहरुलाई अबदेखिउसो तिमीहरुसित म धेरै बोल्नेछैनँ भन्नुभयो (यूहन्ना १४:३० हेर्नुहोस्) । उहाँले त्यसो किन भन्नुभएको होला ? बोलीमा शक्ति हुन्छ भन्ने कुरा उहाँले जान्नुभएकाले त्यसो भन्नुभएको हो । र, हामी अप्ठ्यारा वा पीडादायी समयहरुमा गुज्रिरहेका बेला भ्रमात्मक (गलत) शब्दहरु मुखबाट फुत्त निस्कने प्रबल संभावना हुन्छ भन्ने कुरा पनि उहाँ जान्नुहुन्थ्यो । उहाँले मानिसको मुक्तिको निम्ति आफ्नो पितासित योजना छ र त्यो योजनाचाहिँ ममै निहित छ भन्ने कुरा बुझ्नुभएको थियो । त्यसैले

परमेश्वरले मात्रै प्रयोग गर्न सक्नुहुने तर दुष्टले प्रयोग गर्न नसक्ने शब्दहरु बोल्दै पितासित एकाकार भएर रहन आवश्यक पर्ने सबै थोक गर्न उहाँ दृढसङ्कल्पी हुनुभयो ।

म तिमीहरुसित अब धेरै बोल्नेछैनँ, किनभने संसारको शासक (दुष्ट,धूर्त शासक) आइरहेछ । त्यसको ममाथि केही शक्ति छैन (मसित त्यसका केही पनि कुरा मिल्दैन, त्यसमा भएका कुनै पनि कुरा मसित छैन) ।

तर म पितालाई प्रेम गर्दछु, र जस्तो पिताले मलाई आज्ञा गर्नुभएको छ सोहीबमोजिम (पिताका आज्ञाबमोजिम पूर्ण सहमतिमा) गर्दछु भने संसारले जानोस् (विश्वस गरोस्) । उठ, हामी यहाँबाट जाऔं (उठौं, र यहाँबाट गइहालौं)

यूहन्ना १४:३०–३१

वास्तवमा, येशूले पापलगायत धेरै विषयहरुमा चर्चा गर्नुभयो । यस्ता समय थिए, जुन बेला येशूले फरिसीहरुलाई हप्काउनुभयो र आफ्ना चेलाहरुलाई चेताउनी दिनुभयो । तपाईंले सुसमाचारका पुस्तकहरु पढ्नु भएमा येशूले धेरै थोकका विषयमा चर्चा गर्नुभएको तपाईंले थाहा पाउनुहुन्छ तर त्यहाँभित्र उहाँका समस्याहरु परेका छैनन् । लूका ४:२२ मा मानिसहरु “उहाँका मुखबाट निस्केका कृपापूर्ण वचनमा छक्क परे” भनेर लेखिएको छ । येशू मिशन–केन्द्रित हुनुहुन्थ्यो । त्यसैले, उहाँ जीवनका दैनिक आल्तुफाल्तु समस्याहरुतिर मोडिएर मिशनदेखि दायाँ–बायाँ हुनेवाला हुनुहुन्थेन । उहाँले भन्नुभयो, “मेरा वचनहरु आत्मा र जीवन हुन्” (यूहन्ना ६:३३ हेर्नुहोस्) ।

के तपाईंका वचनहरुमा आत्मा र जीवन छन् वा शारीरिकता (Carnality) वा मृत्यु तरङ्गित छन् ? शुभ खबरचाहिँ यो छ कि परिवर्तन हुन जरुरी भएमा तपाईंले अहिले नै परिवर्तन गर्न सक्नुहुन्छ । म साँच्चिकै हृदयबाट भन्दछु–परमेश्वरबाट धेरै सहायताविना मुखलाई नियन्त्रण गर्न असंभव हुन्छ । यद्यपि, यदि हामीले सही निर्णय गर्दछौं र यस क्षेत्रमा परमेश्वरको इच्छामा सहमति जनाउँदछौं भने, उहाँले नै हामीलाई सकारात्मक परिवर्तनका निम्ति साँच्चिकै सहायता गर्नुहुनेछ ।

साँघुरो मार्ग रोज्नुहोस्

येशूले हामीलाई जीवनतिर डोऱ्याउने साँघुरो मार्ग रोज्न र विनाशमा पुऱ्याउने फराकिलो मार्गदेखि अलग हुन शिक्षा दिनुभएको छ । (मत्ती ७:१३–१४) । निश्चित रुपमा, साँघुरो मार्गमा हिँड्न धेरै गाह्रो हुन्छ । मैले सधैं भन्ने गर्दछु, साँघुरो मार्गमा हाम्रा शारीरिक मार्गहरुका निम्ति ठाउँ रहँदैनन् । हामीलाई मनमा जे–जे आउँछ त्यही बोल्ने तर बोलिएका शब्दहरुमा शक्ति हुन्छ भनेर मतलब नगरेर पनि हामी जीवन जिउन सक्छौं तर येशूले भन्नुभएझैं त्यसले हामीलाई विनाशमा लैजाने फराकिलो बाटोतिर पुऱ्याउँदछ । के हामी हामी विनाशको मार्ग चाहन्छौं त, मलाई त विश्वास लाग्दैन ?

अनिष्ट देखिने कुरातिर मोडिन सजिलो हुन्छ । यस्तो लाग्दछ कि हाम्रा अत्यधिक कुराकानीहरु हुनेवाला असल कुरामाभन्दा पनि भावी अनिष्टतिर बढी केन्द्रित भइरहेका हुन्छन् । हाम्रा कुराकानीहरु आशावादी हुँदैनन्, केवल आशारहित हुन्छन ! जस्तैं : *नानीहरु बिरामी छन् । सवारी चाप बढी छ । मेरो पैताला दुखिरहेको छ । अर्थतन्त्र ओरालो लागेको छ । उनले मेरो विषयमा भनेको कुरा के तपाईं विश्वास गर्न सक्नुहुन्छ ? म त्यो खर्चले धान्न सक्तिनँ ।* तर हामी जति–जति नकारात्मक थोकका विषयमा कुराकानी गर्दछौं, हामीले त्यसलाई हाम्रो जीवनमा त्यति–त्यति नै बढी पक्षपोषण गरिरहेका हुन्छौं ।

जब हामी कठिन परिस्थितिबाट गुज्रिरहेका हुन्छौं, तपाईंको समस्या जतिसुकै ठूलो भए पनि त्यसको विषयमा गन्थन गर्न छाड्नुहोस्, बरु परमेश्वर महान् हुनुहुन्छ भनी कुरा गर्नतिर लाग्नुहोस्–यो नै तपाईंको निम्ति सबैभन्दा उत्तम उपाय हो ।

के तपाईंले कहिल्यै आफ्ना समस्याहरुका बारेमा अनावश्यक रुपमा बढी चर्चा गरेर झन पो समस्यालाई चर्काउँदैछु कि भनी विचार गर्नुभएको छ ? के तपाईंले कहिल्यै गनगनै–गनगनले गर्दा जीवनमा अधोगति पो निम्त्याउँदै कि भनी सोच्नुभएको छ । पवित्र आत्माले मलाई

त्यस्ता विषयमा सामना नगर्नु भएसम्म मैले त्यस्ता विषयमा साँच्चि नै ख्यालै गरेकी थिइनँ ।

पवित्र आत्माले मलाई त्यसो गर्नुभएकोमा म अत्यन्तै खुशी छु किनकि हामीलाई थाहा नभएका जीवनका क्षेत्रहरुमा बद्लाउ ल्याउन हामी असमर्थ हुन्छौं । जब हामी कठिन परिस्थितिबाट गुज्रिरहेका हुन्छौं, तपाईंको समस्या जतिसुकै ठूलो भए पनि त्यसको विषयमा गन्थन गर्न छाड्नुहोस्, बरु परमेश्वर महान् हुनुहुन्छ भनी कुरा गर्नतिर लाग्नुहोस्—यो नै तपाईंको निम्ति सबैभन्दा उत्तम उपाय हो ।

परमेश्वरको वचनमा मनन गर्न हरेक दिन केही समय छुट्याउनुहोस् अनि तपाईंका परिस्थितिहरुमाथि उहाँका प्रतिज्ञाहरु दावी गर्नुहोस् । तपाईंको जीवनमा अहिले जे भइरहेको छ त्यसको साटोमा परमेश्वरद्वारा तपाईंको पक्षमा हुनसक्ने कुरातिर ध्यान दिनुभएमा शक्ति ओइरहन्छ ।

जे उचित छ उद्देश्यमूलक भएर गर्नुहोस्

तपाईंले हमेसा सकारात्मक अनुभव गर्न नसक्नुहोला, र तपाईंलाई हमेसा सकारात्मक शब्दहरु बोल्न मन नलाग्ला । एकदमै कहालीलाग्दो अनुभूति गर्दै तपाईं बिउँभनु पर्ने दिनहरु आउन सक्छन् । ती दिनहरु वास्तवमै सहजै नरमाइलो लाग्ने, गनगन गर्ने, जीवनप्रति नैराश्यपूर्ण दृष्टिकोण हुने समय हुनसक्लान् । तर तपाईं भावनाका दासदासी बनेर जिउनु हुँदैन । भावना त बादलजस्तै हुन्, पानीका फोकाजस्तै हुन् — भावनाहरु विविध कारणहरुले छिटोछिटो परिवर्तन भइरहन्छन् ।

हामीले उद्देश्यमूलक ढङ्गले आशा राख्नुपर्दछ—मैले यस पुस्तकमा उठान गर्न चाहेकी धेरै बुँदाहरुमध्ये यो पनि एउटा विषय हो । हामी चुपचाप बसेर यस्तो भइदिए हुन्थ्यो भनेर कामना गर्न—प्रार्थना गरेर मात्रै रहन सक्तैनौं । हरेक दिन “आशाले पूर्ण” बन्ने कुरा हामीले रोज्नुपर्दछ । हामीले हाम्रा सोचहरु, विचारहरु, शब्दहरु र कार्यकलापहरु चयन गर्न सक्छौं—यो नै हामीसित स्वतन्त्र इच्छा छ भन्ने एउटा असाध्यै अद्भूत विषय हो । म निश्चित छु, यदि तपाईं मजस्तै हुनुहुन्छ भने तपाईंले कथम्कदाचित गल्ती

गर्नुभएमा पहिलो कुरा यस्तो सोच्नुहुँदो हो : *म त त्यसो गर्नै सक्तिनँ*। र, त्यसपछि आफूले सही किसिमले काम गर्न नसक्नुका कुनै न किसिमका किसिमका वहानाहरु आउँछन् ।

यसलाई संवादको रुपमा यसो भन्न सकिँदो हो : *म आशावादी हुन पाए हुन्थ्यो, तर मेरो जीवनमा कुनै पनि कुरा त्यति सुखद देखिंदैनन् । जतैतिर हेरेपनि समस्यै–समस्या मात्रै देख्दछु । त्यसैले ममा सकारात्मक दृष्टिकोण हुन सक्लाजस्तो लाग्दैन । यदि मसित पनि धेरै जना मानिसहरुसित भएझैं राम्रा–राम्रा कुरा भइदिएका भए, मेरो सोच पनि सकारात्मक हुन्थ्यो होला । तर यसो पनि भन्न सकिन्थ्यो होला : अहिले नै त मेरा परिस्थितिहरु त्यति राम्रा छन्, तर मचाहिँ आशाले भरपूर व्यक्ति बन्न चाहन्छु । आज मेरो जीवनमा कुनै न कुनै असल कुरा हुनेछ भन्ने अपेक्षा गरिरहेको छु ! हजुर, जीवनमा ममा वा मद्वारा असल कुरा हुनेवाला छ !*

तपाईंलाई सकारात्मक सोचूँजस्तो नलाग्दा पनि तपाईंले मेरो जीवनमा असल कुरा आउनेवाला छ भनेर उद्देश्यमूलक ढङ्गले दैनिक रुपमा सोच्नुभएमा आखिर तपाईंले सोचेजस्तै भएरै छाड्नेछ । तपाईंका भावनाहरु ठीक समयमा तपाईंका निर्णयसामु झुकेर छाड्नेछन् । परिस्थितिहरु जस्तासुकै देखिऊन्, येशूविनाको दिनभन्दा येशूसितको जुनै पनि दिन सुन्दर, उत्तम हुनेछ । परमेश्वरले हामीलाई प्रेम गर्नुहुन्छ, उहाँहाम्रो पक्षमा हुनुहुन्छ, र उहाँले जुनै पनि कुरालाई परिवर्तन गर्न सक्नुहुन्छ । त्यसकारण, हामी सदैव आशावादी बन्न सक्छौं । उहाँ न्यायको परमेश्वर हुनुहुन्छ, र उहाँले नराम्रा कुरालाई पनि ठीक तुल्याउनुहुन्छ !

निराश अनुभूत गर्नुभएका दिनहरुमा निराशाका भावनाहरुले मेरो जीवनलाई नियन्त्रण गर्न दिनेछैनँ भनेर सङ्कल्प गर्नुहोस् । नकारात्मक दृष्टिकोण राख्नु र अपशकून शब्दहरु बोल्नुको साटो परमेश्वरको वचनअनुरुपका शब्दहरु घोषणा गर्नुहोस् !

- म जान्दछु-परमेश्वरले मलाई प्रेम गर्नुहुन्छ (एफिसी ३:१९ हेर्नुहोस्)
- म विश्वास गर्दछु-मेरो जीवनमा परमेश्वरको भलाइ र कृपा देख्नेछु (भजनसङ्ग्रह २७:१३ हेर्नुहोस्) ।

- मलाई प्रेम गर्नुहुने खीष्टद्वारा म विजेताको विजेता हुँ (रोमी ८:३७ हेर्नुहोस्)

मैले प्रचार गरिरहेको लगभग ४० वर्षभन्दा बढी भइसकेको छ । र, पनि अझै परमेश्वरको वचनमा चिन्तन–मनन गर्नुका साथै लगभग मेरो जीवनको सबै क्षेत्रमा वचनको घोषणा गर्ने गरेकीछु । मलाई जस्तोसुकै अनुभूति भए पनि खीष्टमा मेरो हैंसियत आफैलाई स्मरण गराउँदछु । र, तपाईंले पनि यस्तै गर्न सक्नुहुन्छ ।

कसैले मलाई हौसला दिओस् भनेर कुरेर नबस्नुहोस्; प्रभु येशूमा स्वफूर्त रुपमा जोशिलो बन्नुहोस् ।

कसैले मलाई हौसला दिओस् भनेर कुरेर नबस्नुहोस्; प्रभु येशूमा स्वफूर्त रुपमा जोशिलो बन्नुहोस् ।

म सानो व्यक्तिगत जोश सामर्थ्यको रुपमा सोच्न मन पराउँदछु । यदि तपाईं कुनै बखत स्कुल, माध्यमिक स्कुल समयमा जोश सामर्थ्यमा सहभागी हुनुभएको भए मैले भन्न खोजेको कुरा तपाईंले बुझ्नुहुनेछ । जोश सामर्थ्य भनेको त्यो हो, जसमा जोश बढाउने अगुवाले वाह–वाह भन्दै हौसला दिँदछ, बाजा बज्छ, अनि विद्यार्थीको समूह भव्य खेलको निम्ति तयारी हुँदछ । जोश सामर्थ्य भनेको अपेक्षित विजय आधारित एउटा उत्सव हो । टोलीले विजय प्राप्त नगरिसकेको भए पनि वाह–वाह भन्दै हौसला दिने कार्यचाहिँ अघिदेखि नै शुरु भइसकेको हुन्छ ।

निश्चित रुपमा तपाईंको जीवनमा खुशी मनाउनुपर्ने कुरा छन् । तपाईंले जस्तोसुकै विरोध सामना गरिरहनुभए पनि परमेश्वर तपाईंको पक्षमा हुनुहुन्छ । परमेश्वर अजय हुनुहुन्छ । त्यसकारण अघि बढ्नुहोस् अनि जोश सामर्थ्य प्राप्त गर्नुहोस् । परमेश्वरले तपाईंको जीवनमा दिन गइरहनुभएको विजय बारे उत्साहित हुनुहोस् ।

प्रशंसामा प्राप्त आशा

२ इतिहास २० अध्यायमा राजा यहोशापात र यहूदाको सेनाविरुद्धमा सेनाको विशाल जत्था आएको कथा वर्णन गरिएको छ । विरोधी सेनाहरुभन्दा

इस्रायली सेना थोरै भएकाले इस्रायलीहरु डरले पानी भएका थिए (२ कोरिन्थी २०:१५ हेर्नुहोस्) । के तपाईंले कहिल्यै त्यस्तै डर महसुस गर्नुभएको छ ? सायद अहिलेचाहिँ त्यस्तो अनुभव गर्दै हुनुहुन्छ कि ? के तपाईंले कहिल्यै म विजेता हुन सक्तिनँ भनी आफ्ना समस्याहरुलाई ठूलो बनाइरहनुभएको छ कि ?

यो युद्ध मेरो होइन तर परमेश्वरको हो भन्ने कुरा यहोशापातलाई थाहा थियो । परमेश्वरको वचनले सुसज्जित भई यहोशापातले आफ्ना फौजलाई युद्धको निम्ति तयार गरे । तर उनले त्यस युद्धको निम्ति एकदमै पृथक कुरा गरे । सबै मानिसले अपेक्षा गरेजस्तै युद्धका पङ्क्तिहरुमा सबैभन्दा अग्रस्थानमा बलिया आक्रमक लडाकुहरुलाई पङ्क्तिवद्ध गराउनुको साटो यहोशापातले आराधकहरुलाई अग्रस्थानमा राखे । २ इतिहास २०:२१ ले भन्दछ :

मानिसहरुसित सल्लाह गरेपछि तिनले कति जनालाई परमप्रभुको स्तुतिगान र उहाँका पवित्रताको प्रतापको प्रशंसा गर्न सेनाको अगिअगि गएर गाउनलाई नियुक्त गरे । अनि उनीहरुले यसो भनेर गाए,"परमप्रभुलाई धन्यवाद देओ, किनभने उहाँको प्रेम अनन्तकालसम्म रहिरहन्छ ।"

यहोशापातले स्तुति–प्रशंसाद्वारा युद्ध शुरु गरे । युद्धरत सेनाहरु स्तुति–प्रशंसाको झण्डामुनि युद्धको निम्ति अगाडि बढेको दृश्य कस्तो देखिएको हुँदो होला । बाइबलले २२ पदमा भन्दछ, जब "उनीहरुले गीत गाउँदै स्तुति–प्रशंसा गर्न थाले", परमेश्वरले विरोधी सेनाहरुलाई रणभूल्ल पारिदिनुभयो । यहूदाविरुद्ध लड्नुको साटो विरोधी सेनाहरु रणभूल्ल परेर एकापसमा जाइलागे । यहोशापात र उनका सेनाहरु युद्ध स्थलमा आइपुग्दाखेरि शत्रुहरु स्वाह भइसकेका थिए । परमेश्वरले प्रतिज्ञा गर्नुभएझैं युद्ध जित्नुभयो ।

जब हामी भयभीत भएर गनगन गर्नुपर्ने अवस्थामा पुग्दछौं, त्यस बेला परमेश्वरको स्तुति–प्रशंसा गर्दा शैतान रणभूल्ल हुन्छ भन्ने कुरा म विश्वास गर्दछु । स्तुति–प्रशंसा र धन्यवादले साँच्चिकै शैतानलाई पराजय गर्नेछ ।

स्तुति–प्रशंसा शक्तिशाली हतियार हो । स्तुति–प्रशंसाले तपाईं परमेश्वरमाथि भरोसा गर्नुहुन्छ र उहाँमा पूर्ण रुपले भरोसा गरिरहनुभएको छ भन्ने कुरा घोषणा गर्दछ । तपाईंका आफ्ना परिस्थितिहरु तपाईंले आशाका शब्दहरु बोल्नुअघि परिवर्तन होऊन् भनेर पर्खेर नबस्नुहोस् । अझै म यसरी सरल रुपमा भनौं : वर्तमान अवस्थामा तपाईंको जीवनमा चाहे बिमार होस् वा समस्या, वा खति वा भावी समस्याको डर जेसुकै होस्, त्यसले तपाईंलाई परमेश्वरको प्रशंसा गर्नदेखि बञ्चित नगरोस् ।

आफ्ना शब्दहरु होसियारीपूर्वक चयन गर्नुहोस्, मुख खोल्नुहोस् अनि परमेश्वर विश्वासयोग्य हुनुहुन्छ र मेरो जीवनमा असल कुरा हुनेवाला छ भनेर म अपेक्षा गरिरहेको छु भनी साहसपूर्वक घोषणा गर्नुहोस् ।

रोमी ४:२० मा लेखिएको छ– अब्राहाम “परमेश्वरको प्रतिज्ञा बारे कुनै शङ्काले डगमगाएनन् तर विश्वासमा दह्रिलो भएर उनले परमेश्वरलाई महिमा दिए” । तपाईंले स्तुतिगानका शब्दहरु बोल्नुहुन्छ भने तपाईंको जीवनमा पनि यस्तै कुरा हुनेछ । तपाईं दह्रिलो बन्नुहुनेछ अनि तपाईंले भोग्दै गर्नुभएका हर किसिमका बाधा–व्यवधानमाथि विजय हुन विश्वासमा शक्तिशाली हुनुहुनेछ । तपाईंको जीवनका अग्र–पङ्क्तिहरुमा स्तुतिगानलाई स्थान दिनुहोस् !

‘यस’ लाई हुन्छ भन्नुहोस्, ‘त्यस’ लाई हुन्न भन्नुहोस्

जब मानिसहरु आशाले भरपूर भएका हुन्छन्, उनीहरुले जीवनमा असल कुरा हुनआउनेछ भनी अपेक्षा गरिरहेका हुन्छन् । र, उनीहरुले भनेका कुराअनुसार तपाईंले भन्न सक्नुहुन्छ । उनीहरु आफ्ना जस्तासुकै परिस्थितिहरुमा पनि असल कुरा हुनआउनेछ भनेर सकारात्मक हुन्छन् । उनीहरु परिवर्तन आउनेछ भनेर उत्साहित बन्दछन्, उनीहरु उलटपुलट हुनेछ भनेर अपेक्षा राख्दछन् । त्यसैले उनीहरु आफ्ना अपेक्षाअनुसारकै कुराकानी गर्न रुचाउँदछन् । आशा भएका मानिसहरु आशावादी र जोशिला हुन्छन् । उनीहरुका छेउछाउमा हुन रमाइलो हुन्छ । आशा सरुवा रोगझैं छेउछाउका मानिसहरुमा सर्दछ ! हामीले कुनै पनि व्यक्तिलाई दिने सक्ने एउटा सर्वोत्तम उपाहार हो –आशा । त्यसो हो भने, तपाईंले आफूलाई

आशा–वितरकको रुपमा किन नसोच्ने त ? आशा त्यस्तो एउटा चीज हो, जसको आज हाम्रो समाजलाई अत्यन्तै खाँचो छ । यी दिनहरुमा विशेषगरी किशोर–किशोरीहरु तथा तन्नेरी पुस्तारुप्रति मभित्र दया जाग्दछ । उनीहरुले सकेसम्म हरदम हौसला पाइरहनुपर्दछ !

संसार, हाम्रा स्कुलहरु, र हाम्रा विश्वविद्यालयहरुले प्रायःगरी परमेश्वर भनेको त एउटा मिथक हो, वा परमेश्वरको बारेमा विचारविमर्श वा छलफल गरिरहन नपर्ने कुनै अमूर्त व्यक्तिको रुपमा सन्देश सम्प्रेषण गरिरहेका हुन्छन् । संसारले परमेश्वरलाई कुनै एउटा कुनामा थन्क्याउन कोसिस गरिहेको देखिन्छ, लगभग मानौं उहाँचाहिँ बाधा हुनुहुन्छ । मलाई संझना छ–म किशोरी हुँदाखेरि परमेश्वरको विषयमा समाजका सबै क्षेत्रहरु (Sectors) मा खुला रुपमा चर्चा गरिन्थ्यो । उहाँ दैनिक चर्चाको विषय बन्नुहुन्थ्यो । विद्यालयका पर्खालहरुमा दश आज्ञा देख्दथ्यौं र सार्वजनिक प्रार्थनाचाहिँ सार्वजनिक रुपमा बारम्बार भईरहने रहन्थ्यो । मेरा बुबाआमा ईश्वरभक्त व्यक्ति हुनुहुन्नथ्यो । तापनि, मैले परमेश्वरको विषयमा विद्यालयमा र छिमेकीहरुबाट सुन्ने मौका पाइरहन्थे । आजका हाम्रा युवा पुस्ताले त्यस्तो अवसर पाइरहेका छैनन् । त्यसैले त उनीहरु सजिलै निराशावादी बन्न सक्छन् ।

धेरैजसो बाबुआमाहरु बिहान–बेलुका हातमुख जोड्नुपर्ने बाध्यताले व्यस्त हुन्छन्, उनीहरुसित आफ्ना नानीहरुसँग बिताउने समय लगभग शून्य हुन्छ वा हुँदैहुँदैन । पारिवारिक तनावले बाबुआमालाई आफ्ना किशोर–किशोरीहरुले लगाउने लुगा, उनीहरुले कपाल पालेको वा नपालेको तरिका, उनीहरुले छानेका साथीहरु, विद्यालयमा प्राप्त गरेका अङ्कहरु, घरको काम लथालिङ छाडेका अवस्था, यस्तै–यस्तै थुप्रै थोकहरु सम्बन्धी प्रायःश कचकचे बनाउँदछ । मेरो दृढ मान्यता छ–अभिभावकहरुले आफ्ना छोराछोरीका भूलगल्ती सुधार्नु आवश्यक हुन्छ तर यदि बालबालिकामा आशा उच्च छ भने सायद उनीहरुलाई त्यति साह्रो सच्याइरहनु जरुरी हुँदैन ! यदि बालबालिकाले आशा प्राप्त गर्दैनन् भने हरेक दिन निराश बोध गर्दै

घरबाहिर संसारमा पाइला टेक्न पुग्छन् । अन्ततः, त्यस संसारले उनीहरुका नैराश्यपूर्ण अवस्थामा झनै निराशाको बोझ मात्रै बोकाइदिनेछ । हरेक व्यक्तिसित, विशेषगरी आजका तन्नेरी पुस्तासित प्रेरक, हौसलापूर्ण, र आशाले भरिएका शब्दहरु बोल्नुहोस् ।

आशाका कुराहरु बोलिरहने व्यक्ति बन्नेछु भनेर मनस्थिति तयार पार्नुहोस् ।

आशाका कुराहरु बोलिरहने व्यक्ति बन्नेछु भनेर मनस्थिति तयार पार्नुहोस् । म संसारमा सकारात्मक प्रभाव बन्नेछु भनेर दृढ सङ्कल्प गर्नुहोस् । तपाईंका वरिपरि मानिसहरु झुम्मिने व्यक्ति बन्नुहोस् । आजको दिन शुभ, असल कुरा हुनेछ भन्ने विश्वास र आशासहित जीवन जिउनुहोस् ।

आफ्ना आशाहरु उच्च पार्नुहोस् !

आज तपाईंले जे कुरा बोल्नुहुन्छ, त्यसले नै भोलिका दिनहरुमा तपाईंले जिउने जीवन निर्धारण गर्नमा दूरगामी प्रभाव पार्दछ । संसारका चापहरु र शत्रुका झूटहरुले तपाईंलाई जीवनमा नकारात्मक कुरा मात्रै देख्ने बनाएर हतोत्साहित नबनाऊन् । परमेश्वरको वचनतिर ध्यान केन्द्रित गर्नुहोस्, उहाँका प्रतिज्ञाहरुमा खडा हुनुहोस् र तपाईंका परिस्थितिहरुमा जीवनका वचनहरु घोषणा गर्नुहोस् ।

तपाईंले बोल्ने हरेक शब्दले तपाईंलाई असर पार्दछ, त्यसकारण बोल्नलाई स्वस्थ, जीवन–प्रदायक शब्दहरु चयन गर्नुहोस् । हरेक जटिल मोडबाट गुज्रने क्रममा सकारात्मक शब्दहरुले तपाईंका मार्ग तय गरुन् । आफ्ना समस्यारुका बारेमा चर्चा गर्नुभन्दा पनि परमेश्वरका प्रतिज्ञाका विषयमा चर्चा गर्न शुरु गर्नुहोस् र आशाका घोषणाले तपाईंको विश्वासलाई उत्तेजित तुल्याऊन् ।

अघि बढ्नुहोस् र आफ्ना आशाहरु आजै उच्च पार्नुहोस् । आफूलाइ दुर्बल महसुस भए पनि, असंभव लागे पनि, लडाइँले तपाईंलाई अनिश्चित र भयभीत महसुस गराए पनि, अग्रपङ्क्तिमा स्तुतिगानलाई स्थान दिनुहोस् । जब तपाईं त्यसो गर्नुहुन्छ, तपाईंले परमेश्वर पक्ष लडिरहनुभएको छ भन्ने कुरा महसुस गर्नुहुन्छ । त्यसो भएपछि त तपाईंले हार्ने कुरै रहेन ।

अध्याय ९

अघि बढिरहनु

यति मात्रै होइन, तर हामी आफ्नो सङ्कष्टमा रमाउँछौं, यो जानेर कि सङ्कष्टले सहनशीलता उत्पन्न गराउँदछ, सहनशीलताले चरित्र, चरित्रले आशा उत्पन्न गराउँदछ, ।

रोमी ५:३–४

"जिन्दगी जिउनद्रको महान् गौरव कहिल्यै नलड्नुमा होइन तर जति पटक लड्दछौं त्यति पटक उठ्नुमा हुन्छ ।"

–नेल्सन मण्डेला

जनावरहरुमा समस्या आइपर्दा वा डर उत्पन्न हुँदा उनीहरुले आ–आफ्नै किसिमका प्राकृतिक स्वभावहरु (Instincts) प्रकट गर्दछन् । भालुले आक्रमण गर्दछ, लोखर्के रुख चढ्छ, मृग भाग्छ, मुसा दुलोभित्र छिर्छ । उनीहरुमा अन्तरनिहित प्रकृतिजन्य प्रतिक्रियाहरु सक्रिय भइदिन्छन् । तर यस्तो पनि प्राणी छ, जसको प्रतिक्रियाचाहिँ अरुभन्दा भिन्न छ : त्यो हो— अचेत वा निदाएको स्वाङ पार्ने रुख कङ्गारु (Possum) । त्यो यस्तो स्वाङ् पार्ने प्राणी हो, जो नता आक्रमण गर्दछ, न रुख चढ्छ न भाग्छ, न दुलोभित्र नै छिर्दछ । त्यो रुख कङ्गारु गतिहीन भइदिन्छ । यस्तो प्रकृति त सक्रिय हुनुको साटो झनै निस्क्रिय पो बनिदिन्छ । यो मरुतुल्य बन्छ । "स्वाङ पार्ने" शब्दावली त्यही जनावरको प्रकृतिबाट सापट लिएका हौं । यस्तो प्रकृतिले चुपचाप केही नगरी बसेमा केही न केही हासिल हुनेछ भन्ने आशा राख्दछ ।

धेरैपल्ट मैले ठम्याएकी छु कि जब मानिसहरुलाई चोट लाग्छ, वा भयभीत हुन्छन्, उनीहरु आत्मिक स्वाङ (Spiritual possum) बन्न पुग्दछन् । सक्रिय हुनुको साटो उनीहरु निस्क्रिय भइदिन्छन् । जब परि

स्थितिहरु चर्किंदैजान्छन्, जब उनीहरु पीडा वा निराशा झेलिरहेका हुन्छन्, उनीहरु बरफझैं गतिहीन बन्छन् । उनीहरु हलचल गर्नै छाडिदिन्छन् । के यो थाहा पाइराखेकै कुराजस्तो लागेन र ? तपाईंले अनपेक्षित समस्या वा घोर निराशाको कारण आफैलाई एक किसिमको घेराभित्र जेलिएको महसुस गर्नुभएको छैन र ? के तपाईं कहिल्यै पनि म के गरुँ, वा कहाँ जाउँ भन्ने परिस्थितिमा परेर केही नगरी बस्नुभएको क्षण छैन र ?

तपाईंको आफ्नो मार्गमा तपाईंलाई गतिहीन तुल्याउने चोट वा पीडा तपाईंले झेल्नुभएको छ भने मैले तपाईंको पीडालाई हल्काफुल्का रुपमा लिइरहेकी छैनँ । मलाई विश्वास गर्नुहोस्, मैले पनि अब त म केही पनि गर्न सक्तिनँ भन्ने अनुभूति गराउने अति पीडादायी धेरै वटा क्षणहरु भोगेकी छु । तपाईंको भोगाइ पनि म बुझ्दछु किनकि मलाई पनि सङ्कष्टले कुँजो पारिदिएको महसुस गरेकी छु । तर पीडाको बीचमा पनि अगाढि बढिरहनुहोस् भनेर तपाईंलाई हौसला दिन चाहन्छु । कहिलेकाहीँ यो नै तपाईंले गर्न सक्नुहुने उत्तम कुरा हो ।

कहिलेकाहीँ यो नै तपाईंले गर्न सक्नुहुने उत्तम कुरा हो ।

यद्यपि तपाईंले सबै थोकको जबाफ त पाउनु हुन्न होला । तपाईं अझै पनि परिस्थितिका चपेटाहरुमा पर्नुहुन्छ होला । यतिसम्म कि संसार नै आफैति खसिरहेझैं लाग्न सक्तछ । तर त्यस्ता जटिल समस्याहरुका बीचमा पनि यदि तपाईं अगाडि बढिरहनुहुन्छ भने त्यसले तपाईंलाई निराशावादी बन्नदेखि जोगाउनेछ । अहिले नै तपाईंले सुरुङको पल्लो छेउमा उज्यालो देख्न सक्नुहुन्न होला, तर यदि तपाईंले आफ्ना चिन्ताफिक्रीहरु परमप्रभुमा राखेर यस कठिनाइको घडीमा परमेश्वर मसित हुनुहुन्छ भनी विश्वास गर्नुभएमा तपाईंले चङ्गाइ अनुभूति गर्नुहुनेछ । अन्ततः तपाईंले सुरुङको पल्लो छेउमा उज्यालो देख्ने मात्रै होइन, तर त्यही उज्यालोले तपाईंको जीवनको सबै अन्धकारलाई नै धपाइदिनेछ ।

मलाई बुझ्दछु- तपाईंले भोग्न पर्ने परिस्थितिको कठोर प्रहारको कारणले तपाईंले केही पनि नगरी बसूँझैं लाग्ने कुनै दिनहरु आउनेछन् ।

चर्को क्षतिसितै विविध चरणहरु समावेश भएको स्वाभाविक पीडादायी प्रक्रिया आउँदछ । तर जब तपाईं चङ्गाइ प्रक्रिया भएर जानुहुन्छ, अन्तिम उत्तरले तपाईंलाई विच्छेद पार्नुहुँदैन र पीडाद्वारा तपाईंको जीवन कुँजो बनेर बित्नु हुँदैन भन्ने कुरा बुझ्नुहोस् । परमेश्वरले तपाईंलाई विश्वासका कदमहरु चालिरहेको र उत्तम उद्देश्यको निम्ति उहाँले मलाई सङ्कष्टद्वारा डोऱ्याउँदै हुनुहुन्छ भनी भरोसा गरेको चाहनुहुन्छ ।

यदि परमप्रभुलाई मानिसका मार्ग मन पऱ्यो भने उहाँले त्यसका पाइला दह्रिला पार्नुहुन्छ । त्यसलाई ठेस लाग्यो भने पनि त्यो लोट्दैन, किनकि परमप्रभुले आफ्नो हातले समातेर त्यसलाई थाम्नुहुनेछ ।

भजनसङ्ग्रह ३७:२३–२४

परमेश्वरलाई भरोसा गर्न पाउने सौभाग्य अत्यन्तै सुन्दर कुरा हो । यसले हामीलाई आशा गर्नपर्ने कुनै कारण वा उद्देश्य नै नदेखिएको घडीमा पनि आशा साँच्न अवसर दिँदछ । जब सबै थोक गुमेझैं लाग्दछ, त्यस बेला आफ्ना मार्गहरु निर्देशित गरिदिनका निम्ति परमेश्वरमै भरोसा राख्नुहोस् ।

क्यान्सर रोगको अग्नि–परीक्षादेखि गुज्रेका एक जना साथीको मुखबाट मैले सुनेकी छु । उनी अहिले उपचारको अन्तिम क्रममा छिन् । र, अब उनी जीवनमा पुन:प्रवेश गर्न तयार भइरहेकी छिन् । उनले भनिन्, “मेरो जीवन पहिलाजस्तो सद्धै हुनेछैन भन्ने थाहा भएकोले अब कसरी अगाडि बढ्ने होला भनेर कठिनाइ भइरहेको छ ।” तपाईंले यो कुरा आफ्ना विषयसित राम्ररी जोड्न सक्नुहुन्छ होला । सायद, तपाईंको प्रिय जन बितेको होला, ऊबिना तपाईं आफ्नो जीवन कल्पना पनि गर्न सक्नुहुन्न होला । तपाईंले धेरै वर्षसम्म काम गरेको अनि त्यसैबाट निवृति लिन खोज्नुभएको जागिर गुमेको होला । अब उसो के त ? तपाईं अन्यौल नै भए पनि परमेश्वरचाहिँ अन्यौल हुनुहुन्न । परमेश्वरले तपाईंको हरेक पाइलालाई डोऱ्याउनुहुनेछ ।

अगाडि बढिरहनुको शक्ति

तीन दिने सम्मेलन शुरु गर्नुअघि मलाई प्राप्त हुन आएका अति निराशजनक खबरहरु अझै संझन्छु । अगाडि बढ्नु निकै कठिन थियो, तर

जसरी पनि अगाडि बढ्नै पर्छ भन्ने मैले बुझ्केकी थिएँ । पवित्र आत्माले मलाई "एउटा पाइलाको अगाडि अर्को पाइला सार । अनि अघि बढ्दै जाऊ !" भनिरहनुभएको मैले आभास पाएँ ।

निरन्तर अघि बढिरहनुले मैले महसुस गरेकी सम्पूर्ण कष्ट र निराशा त हटाएन तर त्यसले मलाई नैराश्यको खाडलमा चुर्लुम्म डुब्नदेखि जोगायो । र, केही हप्ताभित्रमै परिस्थिति साम्य हुन पुग्यो । जतिसुकै कठिन परिस्थितिबाट गुज्रनु परे पनि आफ्ना प्रतिवद्धता वा समर्पणमा लागिरहने अनुशासन हुनु नै आत्मिक परिपक्वताको एउटा लक्षण हो । मलाई वास्तवमा दुःख त महसुस भइरहेकै थियो, तर मैले त दुःख पाइरहेका मानिसहरुको निरन्तर सेवा गर्नु जरुरी थियो । जब मैले त्यसो गरें, परमेश्वरले मलाई निको पार्नुभयो र मेरो समस्या पनि समाधान गरिदिनुभयो ।

दुःख परेको बेला परिस्थितिहरु आउँछन् अनि जान्छन् भनेर संझनु त गाह्रो कुरा हो । तर कठ्याङ्ग्रिने हिँउदपछि सधैं नै वसन्त आउँछ । चर्को हुरीपछि घाम छ्याङ्ग लाग्छ । हिजो धुम्म परेको दिन थियो होला, अनि गड्याङ्गुडुङ् मेघ–गर्जनपछि भीषण झरी पर्‍यो होला तर आज आज आकाश नीलो देखिएको हुन्छ अनि घाम छ्याङ्ग लागिरहेको हुन सक्छ । मलाई लाग्दछ–यस्ता कुरा प्राकृतिक मौसम संरचना र ऋतु परिवर्तनहरुमा देख्न सक्छौ । खराब मौसमपछि सधैं असल मौसम आउँदछ। तपाईंको जीवनमा आज बादल लागेको होला, आधीँहुरी चलेको होला, तर भोलि वा पर्सि वा कुनै दिनमा छ्याङ्ग लाग्ने घामको प्रतीक्षा गर्नुहोस् । सधैँभरि आँधीहुरी आइरहन्न !

सधैँभरि आँधीहुरी आइरहन्न !

बाइबलले हामीलाई येशूकहाँ पुग्न भीडलाई ठेल्दै जाने एक जना रोगी स्त्री (रगत बग्ने बेथा भएकी स्त्री) को उदारहण दिँदछ -मर्कूस ५:२४–३४, लूका ८:४३–४८ हेर्नुहोस्) । ती स्त्री १२ वर्षदेखि रोगले च्यापिएकी थिइन्, उनले बीसको उन्नाईस पार्न नसक्ने चिकित्सकहरुमै आफूसित भएका सबै झिटीझ्यामटा सिध्याएकी थिइन् । आफै रोग हटेर जाला नि भनेर उनी

निस्क्रिय बस्न चाहिनन् । उनले हर किसिमका विषम परिस्थितिमा पनि जुध्न उत्प्रेरित गराउने आशालाई विकल्पको रुपमा रोजिन् । उनलाई कुनै थोकले येशूकहाँ पुग्नदेखि छेक्नेवाला थिएन । उनलाई नता भीडले छेक्यो, न रोगले, न उनले पर्खनु पर्ने समयावधिले, न उनका आशङ्काले, न उनका पीडाले नै छेक्यो । उनले त मनमनै यसो भनिन् होला, "*यदि मैले त येशुको लुगाको छेउमात्रै छुन सकें भने, मलाई विश्वास छ- सञ्चो हुनेछु*" (मत्ती ९:२१ हेर्नुहोस्) । उनको हृदयमा आशा र विश्वास भएकाले उनी अगाडि बढिरहिन् बढिरहिन् ।

आज तपाईंले ठेल्दै जानुपर्ने तपाईंको आफ्नै भीड हुन सक्तछ । सायद, त्यो भीड तपाईंका नकारात्मक सोचहरु हुन सक्छन् । सादय, त्यो भीड तपाईंका विगतका पीडा र कष्टहरु हुन सक्छ । सायद, त्यो भीड तपाईंलाई छेकबार लगाउन खोज्ने आफ्नै वरिपरिका जमात हुन सक्छन् । सायद, त्यो भीड आर्थिक चाप हुन सक्छ । सायद, त्यो भीड तपाईंको आफ्नै शरीरको पीडा हुन सक्छ । तर यदि तपाईं ती सबै थोकहरुको बाबजुद पनि अगाडि बढिरहनुहुन्छ र तपाईंले जीवनका निराशाहरुलाई तपाईंलाई हतोत्साह र दर्दमै अड्काइ रहन मौका दिन इन्कार गर्नुहुन्छ भने तपाईंको जीवनमा अकल्पनीय परिवर्तन आउनेछ ।

फिलिप्पी ३:१३–१४ ले भन्दछ : *भाइ हो, मैले यी सब पक्रिसकेको छु भनी म ठान्दिनँ, तर म एउटा काम गर्दछु, कि पछाडिका कुराहरुतिर बिर्सेर र अगाडिका कुराहरुतिर लम्कँदै ख्रीष्ट येशूमा परमेश्वरको स्वर्गीय बोलाहटमा पाइने पुरस्कारको निम्ति म निशानातिर म जोडसँग **बढ्दछु ।***

मलाई धर्मशास्त्रको यो खण्ड खुब मनपर्दछ । पावलले पछाडिका कुराहरु बिर्सेर अर्थात आफ्ना विगतका गल्तीहरु तथा पीडाहरु भुलेर र अगाडिका कुराहरुतिर लम्कँदै छु भनेका छन् । तपाईंले पनि यस्तै गर्न सक्नुहुन्छ । तपाईंलाई पछाडितिर धकेल्न खोज्ने सारा उल्झनहरु पन्छाएर तपाईं अगाडि बढ्न सक्नुहुन्छ । आजै तपाईंले पराजीत मानसिकता इन्कार गर्न सक्नुहुन्छ । आजै तपाईंले स्वाङ पार्ने बानी अस्वीकार गर्न

सक्नुहुन्छ । तपाईं निरन्त बढिरहन सक्नुहुन्छ–अगाडि बढिरहने विकल्पमा लाग्न सक्नुहुन्छ ।

परमेश्वर गतिशील हुनुहुन्छ

सायद तपाईंले यो पढ्दै गर्दा यसो सोच्दै हुनुहुन्छ होला–*जोयस, म अगाडि बढिरहन सक्छु कि सक्तिनँ मलाई थाहा छैन । म त साँच्चिकै गाह्रो परिस्थितिबाट गुज्रिरहेको छु । म अर्को पाइला चाल्न सक्छु जस्तो मलाई लाग्दैन ।* यदि आज तपाईं यस्तै सोचिरहनुभएको छ भने म तपाईंलाई हार्दिक अनुरोध गर्दछु–त्यस्ता भावनाहरुको शिकार नबन्नुहोस् । यदि हामी परमेश्वरलाई पछ्याउने व्यक्तिहरु हौं भने हामी विश्वासमा अघि बढिरहन आवश्यक हुन्छ । परमेश्वरको वचन अध्ययन गर्दाखेरि हमेसा परमेश्वर क्रियाशील भइरहनुभएको मात्रै देख्दछु । त्यति मात्रै होइन, परि स्थिति जतिसुकै विषम भए पनि उहाँले सधैँ आफ्ना मानिसहरुलाई अगाडि बढिरहन आह्वान गरिरहनुभएको हुन्छ ।

जब इस्रायलीहरुले मिश्र छोडे अनि मिश्री सेनाहरुले उनीहरुलाई लाल समुद्रसम्म लखेट्दै आए परमेश्वरले उनीहरुलाई तिमीहरु अघि बढ्दैजाओ भन्नुभयो । मरुभूमिमा चालीस वर्ष बिताइसकेपछि जब इस्रायल सन्ततिहरु कनानमा प्रवेश गर्न यर्दन नदी तर्ने कि नतर्ने भन्ने दोसाँधमा यर्दन नदीमा आइपुगे, परमेश्वरले उनीहरुलाई तिमीहरु अघि बढ्दैजाओ भन्नुभयो । जब इस्रायली सेनाहरु किल्लाले घेरिएको यरीहोमा आइपुगे अनि युद्ध जितिएला कि नजितिएला भनेर अन्योल भइरहेका थिए, परमेश्वरले उनीहरुलाई शहरवरिपरि परिक्रमा गर भनेर अह्राउनुभयो । अर्को शब्दमा, *परमेश्वरले उनीहरुलाई तिमीहरु अघि बढ्दैजाओ भन्नुभयो ।*

जब परमेश्वरका जनहरु दैंत्यजस्ता अजङ्गका मानिसहरु बसोबास गरेको ठाउँ भेट्न कनानभित्र प्रवेश गरे, परमेश्वरले उनीहरुलाई त्यो भूमि कब्जा गर्न हुकुम गर्नुभयो । *परमेश्वरले उनीहरुलाई तिमीहरु अघि बढ्दैजाओ भन्नुभयो* ।

ती सबै परिस्थितिहरुमा मानिसहरु आत्मिक मरुतुल्य स्वाङ्भित्र

अलमलिने अवस्थामा थिए । उनीहरुले भोगिरहेका कठिनाइले जुरुक्क उठेर अगाडि बढ्दैजान भन्दा पनि उनीहरुलाई लुक्ने र कुर्ने बनायो । तर हरेक उदाहरणमा, परमेश्वरले उनीहरुलाई अगाडि बढ्दै जान र समस्यादेखि विजयतिर उहाँले नै डोऱ्याउनुहुनेछ भनी उहाँमै भरोसा गर्न निर्देशन दिनुभयो । उनीहरु डर र अन्योलले खुम्चिएर गतिहीन भइदिएका भए, उनीहरुले कहिल्यै पनि परमेश्वरले उनीहरुका निम्ति राखिदिनुभएको प्रचुरता अनुभव गर्न पाउने थिएनन् । त्यो परिस्थिति कठिन त छँदैथियो, तापनि उनीहरुले जुरुक्क उठ्ने र अघि लम्कने विकल्प रोजे । अन्तमा, त्यसको परिणाम अतुलनीय सावित भयो ।

यस्ता बाइबलीय उदाहरणहरु पुरानो नियममा मात्रै छैनन् । तपाईंले येशूको जीवनका घटनाहरु सुसमाचारीय पुस्तकहरुमा पढ्नुभयो भने येशू सधैं क्रियाशील रहनुभएको कुरा देख्नुहुन्छ । उहाँ अलिकति पनि गतिहीन हुनुभएन, हर विषम परिस्थिति सामना गर्नु परे पनि उहाँले कहिल्यै आत्मिक स्वाङ् रच्नुभएन ।

उहाँएक शहरदेखि अर्को शहर, एक व्यक्तिदेखि अर्को व्यक्ति गर्दै हिँडिरहनुभयो, अनि यस पृथ्वीमा जे गर्न पर्दथ्यो, त्यसप्रति उहाँ प्रतिवद्ध हुनुहुन्थ्यो । मानिसहरुले उहाँलाई स्वीकार नगरे पनि, फरिसीहरुले उहाँलाई परिवन्दमा पार्न कोसिस गरे पनि, उहाँका विरुद्धमा भीडहरु खनिए पनि, उहाँ अगाडि बढिरहनुभयो ।

गतिशीलतामा आशा जीवन्त हुन्छ । त्यसकारण, परमेश्वरले आफ्ना छोराछोरीलाई चाहे विपक्षी दलका सेनाहरु विरुद्ध लड्न होस्, वा समुद्रहरु तर्न होस्, वा प्रतिज्ञाको भूमिमा प्रवेश गर्न होस्, हरेक अवस्थामा क्रियाशील बनाइनु रहनुभयो । यदि तपाईं हिँडिरहनुभएको छैन भने तपाईंमा कुनै नौलो ठाउँमा पुग्ने आशै हुँदैन ।

अग्र–गमनविना परिवर्तनको आशा कल्पनाबाहिर हुन्छ !

आज्ञाकारिताको पाइला चाल्नु

तपाईं परमेश्वरको आज्ञापालक भएर जिउनु नै तपाईं अगाडि बढिरहन सक्ने एउटा तरिका हो । परमेश्वरले तपाईंलाई जतातिर अगुवाइ गर्नुहुन्छ, त्यही अनुसार चलेर तपाईंले उहाँको आज्ञापालन गर्न सक्नुहुन्छ । उहाँले तपाईंलाई चाल्न लगाउनुभएका कदमहरु साना वा ठूला जुनै किसिमका पनि हुन सक्छन्, ती कदमहरु अनपेक्षित पनि हुन सक्छन्, तर परमेश्वरको आज्ञाअनुसार चल्नाले मात्रै हामीलाई अन्ततोगत्वा सही दिशामा पुऱ्याउनेछ।

म इस्रायलीहरुका बारेमा विचार गर्दछु, साथै उनीहरुलाई परमेश्वरको उपस्थितिको बादलले उजाड स्थानमा डोऱ्याएको कुरा पनि सोच्दछु । बादलले पवित्र वासस्थान ढाक्दथ्यो। बाइबलले भन्दछ–जब बादल त्यहाँदेखि हट्दथ्यो, इस्रायलीहरु अगाडि बढ्दथे, अनि जब बादल टक्क अडिन्थ्यो, इस्रायलीहरु पनि अडिन्थे । तर इस्रायलीहरुले बादल कहिले सर्छ भन्ने कुरा कहिल्यै चाल पाएनन् तर परमेश्वर अगाडि बढ्नुबित्तिकै उनीहरु पनि त्यहाँदेखि अगाडि बढ्न तयार हुनुपर्दथ्यो (गन्ती ९:१६–२३) । के तपाईं पनि त्यसो गर्न तयार हुनुहुन्छ त ? म निश्चित छु–परमेश्वरले इस्रायलीहरुलाई अगाडि बढ्न प्रेरित गर्नुभएको बेला कहिलेकाहीँ उनीहरुलाई अगाडि बढ्ने मन हुँदैनथियो, तर यदि उनीहरु उजाड स्थान भएर हिँड्न चाहन्थे भने उनीहरुले परमेश्वरको मार्गनिर्देशनमा भरोसा राख्नै पर्दथ्यो ।

हामी पनि तैनाथ सेनाझैं तयारीको अवस्थामा बस्नु आवश्यक हुन्छ । सेनाहरुले आफू कुनै पनि बेला सक्रिय सेवामा हाजिर हुनु पर्ने हुनसक्छ भन्ने कुरा बुझेका हुन्छन् । जब डाक्टरहरुलाई आह्वान गरिन्छ, जुनै पनि बेला गएर बिरामीलाई हेरचाह गर्न उनीहरु तम्तयार हुनुपर्दछ । उनीहरुका योजना जेसुकै हून् वा उनीहरु जेसुकै गरिरहेका हुन्, त्यसको केही मतलब हुँदैन । जब खबर आउँछ, उनीहरु हिँडिहाल्नुपर्दछ ।

मेरो एउटा सम्मेलनमा आराधनाको निम्ति बाइबल सरर पल्टाइरहेको थिएँ । अकास्मात, अघि भर्खरै आफ्नो गवाही बाँड्ने एक जना बहिनीलाई तिम्रो बाइबल देऊ भन्ने आवाज मेरो मनमा आयो । प्रचार गर्दैगर्दाखेरि त्यो बाइबल मैले दिनैपर्छ भन्ने मनभित्र खुब हलचल मच्चिरह्यो । अब,

तपाईंलाई मैले भन्नुपर्छ : थाहा छ तपाईंलाई–मैले बाइबल दिनुपर्छ भन्ने कल्पनासमेत गरेकी थिइनँ । त्यो बाइबल मलाई असाध्यै मन परेको बाइबल थियो । त्यसमा मैले नोटका रुपमा धेरै चिन्हहरु लगाइसकेकी थिएँ ।

वास्तवमा, त्यस बाइबलमा मैले जीवनमा सिकेका सात ओटा अति महत्त्वपूर्ण पाठहरुका नोटहरु लेखिएका थिए । तर परमेश्वरले त्यो बाइबल त्यो बहिनीलाई दिइहाल भनिरहनुभएको तडकारो महसुस गरिरहेकी थिएँ । परमेश्वरले मलाई त्यो बेला त्यस दिशातिर बढ्न भनिरहनुभएको कारण मैले बुझिनँ । हुनसक्छ, त्यो बहिनीलाई उत्साह दिनलाई हो कि ! वा परमेश्वरले म आज्ञापालक हुन्छु कि हुँदिनँ भनी सिर्फ जाँच्नलाई हो कि ! तर कारण जेसुकै होस्, मैले एउटा विकल्प त रोज्नैपर्दथ्यो : कि म आज्ञापालन गरेर अघि बढ्नुपर्दथ्यो कि चाहिँ अनाज्ञाकारी भएर बस्नुपर्दथ्यो । मैले त्यो बेला सही निर्णय गरें, तर मैले सही निर्णय नगरेका अन्य समयहरु पनि छन् । सही निर्णय नगरेकी हुँदा मैले सधैं नै पछुतो मात्रै बेहोरेकी छु ।

यतिखेरै सही काम वा सही निर्णय गर्नु नै हामी पछुतोविना जिउन सक्ने एउटै तरिका हो ! परमेश्वरले तपाईंको हृदयमा राखिदिनुभएको बोझ के हो ? के परमेश्वरले तपाईंलाई पीडा दिने व्यक्तिलाई क्षमा दिन भन्नुभएको छ ? दुःख पाइरहेको कुनै मानिसलाई आशिष दिन ? ध्वंसात्मक बानी छोड्न ? अप्राकृतिक सम्बन्धदेखि मुक्त हुन ? मित्रलाई उत्साह दिन ? झमेला सामना गर्न ? परमेश्वरले तपाईंलाई जे जे गर्न भनिरहनुभएको भए पनि अर्को पालि भनेर आलटाल नगर्नुहोस् । आज्ञा शिरोपर गरी अघि बढ्नुहोस् । अनि, तपाईंले चालेको हरेक कदममा परमेश्वरले कसरी आशिष दिनुहुँदोरहेछ जाँच्नुहोस् । मलाई पक्का विश्वास छ–अकर्मन्यताले आशाविहीनता उत्पन्न गराउँदछ, तर हामी परमेश्वरको कदममा हिँड्छौं भने हाम्रो विश्वास फल्दोफुल्दो हुन्छ ।

मैले हालसालै सुनेकी छु, यदि तपाईं शारीरिक रुपमा जति धेरै हिँड्नुहुन्छ, तपाईं त्यति नै बढी हिँड्न सक्षमा हुनुहुन्छ, र तपाईं जति थोरै हिँड्नुहुन्छ, तपाईं त्यति नै थोरै हिँड्न सक्नुहुन्छ । यदि मानिसहरु अवकाश लिन्छन्, केही नगरी बस्छन् भने प्रायः उनीहरुको स्वास्थ्य क्रमशः

कमजोर हुन थाल्दछ, अनि त्यसपछि बिस्तारै उनीहरु झनझन कमजोर हुँदैजान्छन् । यद्यपि, सक्रिय रहने र जीवनमा हार खान नचाहने व्यक्तिहरुको सन्दर्भमा उमेरले खासै असर पारेको देखिदैन । त्यसरी नै, जति हामी परमेश्वरसित तदारुखतापूर्वक हिँड्दछौं, त्यति नै सजिलो हामी अगाढि बढ्न सक्छौं भन्ने मेरो विश्वास हो । यदि तपाईं निकै लामो समयदेखि डरले गतिहीन वा निस्क्रिय भएर बस्नुभएको छ भने, पुनः अगाडि बढ्न तपाईंको निम्ति अतिरिक्त मेहनत जरुरी हुनसक्छ, तर त्यसो गर्नु असलै हुनेछ । यदि तपाईंलाई म कुनै दिशातिर बढ्न वा जान आवश्यक छ भन्ने लागिरहेको छ तर परमेश्वरले मलाई के गर्न भनिरहनुभएको छ भन्ने बोध भएका कुरा मलाई थाहा छैन र आफूलाई त्यतिकै अल्झिरहेको आभास भइरहेको छ भने तपाईंलाई दुई ओटा प्रश्नहरु सोध्न चाहन्छु : (१) परमेश्वरले तपाईंलाई अन्तिम के कुरा गर्न भनिरहनुभएको आभास गर्नुभयो ? (२) के त्यो तपाईंले गर्नुभयो त ?

परमेश्वरले हामीलाई नयाँ मार्गनिर्देशन दिनुअघि हामीले उहाँको अन्तिम निर्देशन पालन गरोस् भनी उहाँले हामीलाई कहिलेकाहीँ कुरिरहनुभएको हुन्छ ।

परमेश्वरले हामीलाई नयाँ मार्गनिर्देशन दिनुअघि हामीले उहाँको अन्तिम निर्देशन पालन गरोस् भनी उहाँले हामीलाई कहिलेकाहीँ कुरिरहनुभएको हुन्छ। परमेश्वरभन्दा अघि तपाईं पाइला बढाउन सक्नुहुन्न। जहिले पनि एक पटकमा एक पाइलामात्रै बढाउनुपर्दछ।

सायद, परमेश्वरले तपाईंको हृदयमा निम्न कार्य गर्न निर्देशन दिइरहनुभएको हुन सक्छ :

- फेरि स्कुल वा कलेज भर्ना हुन
- तपाईंले आफ्नो पति वा पत्नीसित बोल्ने तरिका परिवर्तन गर्न
- आनन्दपूर्ण प्रवृति पाल्न
- आफ्नो हेरचाह अझै राम्ररी गर्न
- बाइबल अध्ययन शुरु गर्न
- खाँचोमा परेकालाई सहायता गर्न
- आफ्ना नानीहरुलाई झन बढी हौसला दिन

- आफ्नो समुदायमा स्वयम्सेवा गर्न
- आफ्नो मण्डलीमा सेवा गर्न
- साथीलाई आफ्नो साक्षी बताउन

परमेश्वरले हामीलाई अहिले जुन पाइला चाल्न लाउनुभएको छ सो मन नपरेर बुरुक्क उफ्रेर अगाडि जान सक्तैनौं । यदि हामीले दुधबाहेक सबै तत्त्वहरु केकमा राख्यौं भने त्यो केक कस्तो हुन्छ होला ? हामीले सिर्फ एउटा कदम त छाडेका हुन्छौ, तर त्यही एउटा कदम नै सम्पूर्ण केक बिगार्न काफी हुन्छ । हामीले केक बनाउने चरणमा केवल एउटा कदम छाड्ने निर्णय गरेको हुनाले केकमा प्रयोग गरिएका सारा मसलाहरु र मेहनतहरु त्यतिकै खेर गएका हुन्छन् ।

परमेश्वरले मलाई धेरै वर्षसम्म मेरो श्रीमानतर्फ अझै बढी अधीनस्थ सोच राख्न निर्देशन दिइरहनुभयो तर मचाहिँ त्यो कदम उठाउन तयार भइनँ । म मनमनै भन्ने गर्दथें कि मलाई अधीनस्थ तुल्याउन खोज्ने पुरुषहरुले मलाई विगतमा कुव्यवहार गरेका हुनाले म अधीनस्थ हुन सक्तिनँ । तर साँचै भन्नुपर्दा, त्यो त अनाज्ञाकारिताको एउटा बहाना मात्रै थियो । म त अल्झिएकी थिएँ, मेरो जीवन वा सेवकाइमा केही पनि माखो मरिरहेको थिएन, किनकि मैले त्यो पाइला टेकेकी थिइनँ । अन्तमा, जब मैले त्यही पाइला टेकें अनि परमेश्वरको उपस्थितिको बादल पछ्याएँ, र त्यसपछिचाहिँ असल कुरा ओइरिहन थाले ।

दायाँ मोड, बायाँ मोड

सन १९८७ मा *दि लस एन्जेलस टाइम्स* (The Los Angeles Times) नामक पत्रिकाले एड केनन (Ed Kenan) नाम गरेका हिउँमा सुलुलु सुल्कने (Snow-skier) एक जना ५३ वर्षीय खेलाडीको कहानी छापेको थियो । केनन हिउँमा सुल्कन मन पराउने व्यापारी थिए । उनले आगामी हिउँदे ओलम्पिक अवधिमा विशाल हिउँ–दौड (Giant slalom) कार्यक्रममा प्रतिस्पर्धा गर्न प्रशिक्षण लिइरहेका थिए । तर एड केनन असामान्य व्यक्ति थिए : उनी दृष्टिविहिन थिए । उनले सात वर्षअघि दृष्टि गुमाएका थिए, उनले एकपछि अर्को गर्दै दुवै दृष्टि गुमाए । दुई ओटा शल्यक्रिया गरिए पनि मधुमेहको

समस्याले गर्दा उनका आँखाका रेटिनाहरु फाट्न रोकिएनन् । अव्यक्त पीडासित जुध्दै केनले एउटा निर्णय गर्नै पर्दथ्यो : कि उनी दुःखी बनेर, नियतिले नमीठो ठग्यो भन्दै पागलसरि अँध्यारो कोठामा बस्नुपर्दथ्यो, कि चाहिँ उनी जसरी पनि अघि बढिरहनु पर्दथ्यो । उनले म क्लोराडो अवस्थित भेल (Vail) को भिरालो पाखामा हिउँ खेल्छु भनेर दृष्टि गुमाएको छ महिनामा अठोट लिए । उनले भने,"मैले पुनः सामर्थ्य प्राप्त गर्न स्वप्रयास गरें । यदि मैले पहाडको भिरालो ठाउँमा हिउँमाथि खेल्न सकें भने मैले जुन कुरामा ध्यान दिएर गर्छु, त्यसमा म सफल हुनेछु भन्ने मेरो ठम्याइ रह्यो ।"

सन १९८३ मा केननले आल्टा (Alta), उटाह (Utah) मा आयोजित *यु.एस. असोसिएशन अफ ब्लाइण्ड एथलेट्स अल्पाइन कम्पिटिशन* (The U.S. Association of Blind Athletes Alpine Competition) को विशाला हिँउ-दौडमा स्वर्ण पदक जिते । पछिल्ला केही वर्षहरुमै उनले विभिन्न प्रतिस्र्धामा उत्रेर निकै स्वर्ण तथा कास्य पदहरु जितेर पदक सङ्ख्या बढाए । दृष्टिविहिनाताले पनि उनलाई मजाले जीवन जिउनदेखि बञ्चित गर्न सकेन ।

उनलाई पहाडका ओराला पाखाहरुमा हिउँ–दौडमा दौड्न विशाल हिउँ-दौडमा राखिएका अनेकन गेटहरु छल्न कसरी संभव भयो त नि भनेर प्रश्न गर्दाखेरि एडले भने,"मभन्दा अघिअघि पहाडका आरोला भिरहरुमा हिउँ-दौडमा सुल्कने दृष्टिवाला पथप्रदर्शक हुनुहुन्थ्यो । अझै वेग चाहिएमा उहाँले प्रतिध्वनित आवाजमा "अगाडि बढ, अगाडि बढ, अगाडि बढ" भनेर जोडले कराउनुहुन्थ्यो । र, गेटहरु आइपुग्ने बेलामा "दायाँ मोड" र "बायाँ मोड" भनेर चर्को आवाजले कराउनुहुन्थ्यो ।" केनले एउटै कुरा गर्नपर्दथ्यो– त्यो थियो, अगाढि बढिरहनु र आफ्नो प्रशिक्षकले भनेको निर्देशनमा भरोसा गरिरहनु । यदि उनले त्यसो गरेमा, उनले कुनै गल्तीविना हिउँ-दौडको मार्गमा कुदिरहन र सुरक्षित रुपमा समाप्ति रेखा (Finish Line) छिचोल्न सक्थे ।

तपाईंले भोगिरहनुभएको चुनौती एड केनले भोगेका भन्दा फरक हुनसक्ला । तथापि, तपाईंले उनको सङ्घर्षलाई कुनै न कुनै तरिकाले अलिकति भए पनि जोड्न सक्नुहुन्छ । हुनसक्छ, अकल्पनीय क्षति भोग्नु परेमा कस्तो हुन्छ भन्ने कुरा तपाईंलाई थाहा हुन सक्छ । सायद, घोर

निराशासित जुध्नु कति गाह्रो हुँदोरहेछ भन्ने कुरा तपाईंले बुझ्नुहुन्छ होला । सायद, कहालीलाग्दो रोगसित तपाईं जुध्दैहुनुहुन्छ होला । तपाईंले हमेसा यो व्यक्ति वा चीज मसितै हुनेछ भन्ने सोच्नुभएको थियो होला, तर तिनै कुरा अचानक तपाईंदेखि हराइरहेको हुँदो हो । सायद तपाईंले *के म आशा मारुँ वा अगाडि बढ्ने कुनै उपाय भेट्छु होला कि* जस्ता प्रश्नहरुले पिरोलिरहनुभएको हुँदो हो ।

तपाईंले जस्तोसुकै अन्धकार झेलिरहनुभएको भए पनि तपाईं एक्लै हुनुहुन्न भन्ने कुरा म तपाईंलाई स्मरण गराउन चाहन्छु । परमेश्वरले तपाईं कस्तो अवस्थादेखि गुज्रिरहनुभएको छ भन्ने कुरा देख्नुहुन्छ । परमेश्वर ठीक त्यहाँ तपाईंसित हुनुहुन्छ । यशैया ३०:२१ ले भन्दछ," तिमीहरु दाहिने अथवा देब्रे लाग्दा तिमीहरुका कानले तिमीहरुका पछिल्तिर यसो भन्ने आवाज सुन्नेछौ, 'बाटो यही हो, यसैमा हिँड ।'" यसको अर्थ हो–परमेश्वरले तपाईंको पथप्रर्दशक बन्ने प्रतिज्ञा गर्नुभएको छ । जब तपाईंले कहाँ जाने भनेर बाटो देख्नुहुन्न, हतास नहुनुहोस् । मरुतुल्य नबन्नुहोस् !

कहिलेकाहीँ हिँड्नु वा चल्नु भन्नाले ओछ्यानबाट जुरुक्क उठ्ने र घर सफा गर्ने वा काममा जाने भन्ने बुझिएला । तर अन्य समयमाचाहिँ हिँड्नु वा चल्नु भनेको परमेश्वरबाट प्राप्त विशेष निर्देशन पालन गर्नुभन्ने हुन्छ । चाहे सामान्य वा चुनौतीपूर्ण जे होस्, परमेश्वरले हामी सक्रिय भएको चाहनुहून्छ ताकि आत्मिक रुपमा हामी शिथिल नहोऊँ ! परमेश्वरले तपाईंलाई निर्देशन गर्नुहुनेछ र उहाँले "दायाँ मोड" "बायाँ मोड" भनेको सुन्नुहुनेछ । तपाईंले जति धेरै आफ्नो विश्वास प्रयोगमा ल्याउनुहुन्छ, तपाईंसि त्यति नै धेरै विश्वास हुनेछ ! येशूले भन्नुभयो,"किनभने जससँग छ, त्यसलाई अरु दिइनेछ, र त्यससित प्रशस्त हुनेछ । तर जससँग छैन, त्यससँग भएको पनि त्यसबाट खोसिनेछ" (मत्ती २५:२९)। उहाँले डरले लुकेर बस्नुको साटो पाइला चाल्नु पर्ने विश्वासको बारेमा भन्दैहुनुहुन्थ्यो । अगाडि बढ्दै जानुहोस्–यो नै तपाईंले गर्न सक्नुहुने एउटा अति शक्तिशाली कुरा हो !

आफ्ना आशाहरु उच्च पार्नुहोस् !

यदि तपाईं पीडा, अनिश्चय, वा निराशाको कारण खुम्चिएर बस्नुभएको छ, म तपाईंलाई उठेर अगाडि लम्कन उत्साह दिन चाहन्छु । उठेर अगाडि बढ्न सजिलो नहोला, तर तपाईं उठेर अगाडि बढ्न सक्नुहुन्छ । तपाईंलाई अल्झाउने कुरा पन्छाउँदै अगाडि बढ्नुहोस् । केही नगरी बस्नुभन्दा केही न केही गर्ने निर्णय गर्नुहोस् । परमेश्वरले तपाईंलाई जे गर्न भनिरहनुभएको छ, त्यसप्रति आज्ञापालक बन्नुहोस् ।

परमेश्वरले तपाईंलाई निराशा र आशाहिनताको भासदेखि निकाल्न चाहन्छु ! त्यसैले अगाडि बढ्नुहोस् र आफ्ना आशाहरु उच्च पार्नुहोस् । यदि तपाईंले अहिले नै यो कुरा बुझ्न नसक्नुभए पनि तपाईंको जीवनमा परमेश्वरको सुन्दर योजना हुन्छ । तपाईं सधैंभरिलाई दुःखित भइरहनु पर्नेछैन । तपाईंको साम् चम्किलो भविष्य छ । फेरि अर्को पटक मरुतुल्य नबन्नुहोस् ।

यसैले यसो भनिएको छ : ए निद्रामा परेकाहरु, जाग र मरेकाबाट उठ, र ख्रीष्टले तिमीहरुलाई प्रकाश दिनुहुनेछ ।

एफिसी ५:१४

खण्ड ३

आशा र खुशी

त्यो मानिस धन्य (आशिषित, सौभाग्यशाली, लोभलाग्दो) को हो, जसको सहायता याकूब का परमेश्वरमा छ, जसको आशा परमप्रभु त्यसका परमेश्वरमा हुन्छ ।

भजनसङ्ग्रह १४६:५

तपाईंले आशाको शक्ति देख्न थाल्नुभएको होस् साथै तपाईंले तपाईंका आशा र खुशी अन्योन्याश्रित छन् भने कुरा बुझ्नुभएको होस् भनी म प्रार्थना गर्दछु । तपाईंले आशाविना विश्वास प्राप्त गर्न सक्नुहुन्न किनकि आशाचाहिँ असल थोक हुनआउनेछ भन्ने सकारात्मक अपेक्षा हो । मैले जुन चीजलाई विश्वास सोचेर धेरै वर्षसम्म अभ्यास गरिरहने प्रयास गरें तर मेरो जीवनप्रति सकारात्मक सोच थिएन । र, त्यो वास्तवमा आशा होइन ।

म इसाई नै थिएँ, मेरो सुन्दर परिवार थियो, र म पूर्णकालीन सेवकाइमा नै थिएँ तापनि अधिकांश समय म दुःखी भइरहन्थें । समस्या के थियो मैले बुझिनँ । मैले पनि अधिकांश मानिसहरुले गर्ने भूल गरेकी हुँदो हो । यदि "*परिस्थिति*" परिवर्तन भइदिए हामी खुशी हुन सक्छौं । मैले परमेश्वरलाई परिस्थिति परिवर्तन गर्न लाउनलाई विश्वास प्रयोग गरिरहेकी थिएँ तर उहाँले मेरा परिस्थितिहरु बद्लिनुभन्दा पनि मलाई नै परिवर्तन गर्न चाहनुभएको रहेछ भन्ने कुरा बोध गर्न चुकेकी थिएँ ।

उहाँले मलाई जुनै पनि परिस्थितिमा खुशी रहन सिकाउन चाहनुहुन्थ्यो । र, खुशी रहने कुरा त हामीले आशावादी हुने सङ्कल्प गर्दछौं भने वा हामीमा, हामीद्वारा वा हाम्रा वरिपरि असल कुरा हुनेवाला छ भन्ने सुखद अपेक्षामा जिउन निर्णय गर्दछौं भने मात्र जुनै पनि परिस्थितिमा खुशी बन्न संभव हुन्छ । मैले उल्लेख गरेझैं यस पुस्तकलाई मैले "खुशीको पुस्तक"को

रुपमा इंगित गर्दैछु ! *मलाई* साँच्चै विश्वास छ–यी पृष्ठहरुमा उल्लेखित सिद्धान्तहरु तपाईंको जीवनमा लागू गर्नुभयो भने तपाईंले अहिलेसम्म बिर्को खोल्न नसक्नुभएका उकुसमुकुस भई थुनिएका आनन्दलाई यी सिद्धान्तहरुले खोलिदिनेछन् । यसो भनिरहनुहोस्–"आज मेरो जीवनमा केही न केही शुभ कुरा हुनेवाला छ " र "आज मेरो जीवनद्वारा केही न केही शुभ कुरा हुनेवाला छ ।"

अध्याय १०

हरेक थोकमा असल कुरा खोज्नु

"किनभने जुन योजनाहरु तिमीहरुका निम्ति बनाएको छु, ती म जान्दछु," परमप्रभु भन्नहुन्छ । "ती तिमीहरुको उन्नतिको निम्ति हुन्, नोक्सानीको निम्ति होइनन्, तिमीहरुलाई आशा र भविष्य दिनलाई ।"

यर्मिया २९:११

"म त हरेक निराशा बारेमा होइन तर रहिरहने सौन्दर्य बारेमा घोत्लिन्छु ।"

—**एनी फ्र्याङ्क**

अलिक असाधारण खालको कार्यस्थलमा काम गरिरहेका तीन जना मजदुरहरुको एउटा कथा यस्तो छ । ती मजदुरहरु साधारण मानिस थिए । उनीहरुलाई लण्डनमा निर्माणाधिन विशाल गिर्जाघरको निर्माण कार्यमा सहायता पुऱ्याउन ज्यालादारीको रुपमा काम लाइएको थियो । त्यो गिर्जाघरको डिजाइनचाहिँ प्रख्यात आर्किटेक्ट सर क्रिस्टोफर रेन (Sir Christopher Wren) ले गरेका थिए । र, त्यो गिर्जाघर मानवनिर्मित उत्कृष्ट नमूना बन्नेछ भन्ने अपेक्षा गरिएको थियो । त्यस गिर्जाघरको विषयमा लेख्दै पत्रकारले तीन जना मजदुरहरुलाई यस्तो साधारण प्रश्न गरे,"तपाईं यहाँ के गर्दैहुनुहुन्छ ?" पहिलो मजदुरले भन्यो, "दिनको दश शिलिङमा ढुङ्गा कप्ने काम गर्दैछु ।" दोस्रोले भन्यो,"मैले यस काममा दिनको १० घण्टा समय दिइरहेको छु" । तर तेस्रो मजदुरले चाहिँ समग्रमै फरक जबाफ दियो : "मैले त लण्डनकै एकदमै विशाल गिर्जाघर निर्माणमा सर क्रिस्टोफर रेनलाई सघाउँदैछु ।"

तपाईंको सोचले जीवनप्रतिको दृष्टिकोणमा कस्तो प्रभाव पार्दोरहेछ भन्ने कुरा गजब छैन त ? तपाईं कस्तो किसिमको विश्वास रोज्नुहुन्छ, त्यसले

अर्थ राख्दछ । पहिलो मजदुरले पैसालाई प्राथमिक कुराको रुपमा विश्वास गऱ्यो । प्रथम मजदुरलाई सोध्दाखेरि पैसा यति कमाउँछु भनेर उसले पैसाका मात्रा उल्लेख गऱ्यो । दोस्रो मजदुरलाई सोध्दाखेरि उसले आफ्नो समय अति महत्त्वपूर्ण भएको कुरा जनायो । उसले आफूले गिर्जाघर निर्माणमा धेरै समय बिताएको नालीबेली सुनाएको थियो । तर तेस्रो मजदुरले चाहिँ पैसा कमाइ र समय लगानीभन्दा पनि अझै परतिर दृष्टि लगाएको थियो । उसले त्यस परियोजनालाई केवल अर्को कामको रुपमा सोचेन । उसले त त्यसलाई एउटा अत्यन्तै सुन्दर अवसरको रुपमा अर्थात विशाल गिर्जाघर निर्माण गर्ने मौकाको रुपमा लिएको थियो । उसले आफ्नो तात्कालीन परिवेशमा सौभाग्यपूर्ण कार्यको रुपमा सोचेको थियो । त्यही सोचले भवननिर्माणमा संलग्न हुनु पाउँदा ऊ रोमाञ्चित र आनन्दित हुनपुग्यो । मलाई लाग्दछ– हरेक परिस्थितिलाई उत्तम अवसरको रुपमा लिनु नै आशावादी, आनन्दित र विजयपूर्ण जीवन जिउने अति महत्त्वपूर्ण तरिका हो । यसो गर्नु हमेसा सजिलो हुँदैन । दोष कोट्याउनु र दोष थोपर्नु प्राकृतिक स्वभाव हो, हाम्रो इन्द्रियले यस्तो कार्य स्वाभाविक रुपमा गर्दछ ।

असल थोक देख्ने र विश्वास गर्ने दृष्टिकोणचाहिँ रोजाइको विषय हो । यो त तपाईंले आफ्नो जीवनमा पूर्ववत् अवस्था (Default Setting) लाई नकारात्मकदेखि सकारात्मक अवस्थामा रुपान्तरित गर्ने एउटा निर्णय हो ।

अनिष्ट कुरा मनमा खेलाउनुको साटो असल कुरा हुनआउनेछ भनेर विश्वास गर्नुहोस् ।

अनिष्ट कुरा मनमा खेलाउनुको साटो असल कुरा हुनआउनेछ भनेर विश्वास गर्नुहोस् । आफ्नो सहकर्मी बारेमा सकारात्मक विश्वास गर्नुहोस् । आफ्नो मण्डली बारेमा असल विश्वास गर्नुहोस् । आफ्नो पति वा पत्नी बारे सकारात्मक विश्वास गर्नुहोस् । आफ्नो स्वास्थ्य, आफ्ना छोराछोरी, आफ्नो भविष्य बारेमा सकारात्मक आशा राख्नुहोस् । तपाईंले मानिसहरु र आफ्नो जीवनका परिस्थितिहरुप्रति सकारात्मक तथा असल विश्वास राख्नुभएकै कारणले जीवनप्रति तपाईंको समग्र दृष्टिकोण नै परिवर्तन भएको देख्दा तपाईं आफैं छक्क पर्न सक्नुहुन्छ ।

येशूले हामीलाई नयाँ आज्ञा दिनुभयो । त्यो आज्ञाचाहिँ उहाँले जसरी हामीलाई प्रेम गर्नुभयो त्यसरी नै हामीले पनि एकअर्कालाई प्रेम गर्नु पर्दछ । परमेश्वरको वचनले हामीलाई सिकाउँदछ– प्रेमले सदैव असल कुरामा मात्रै विश्वास राख्दछ कोरिन्थी १३:७) । धर्मशास्त्रले भन्दछ कि प्रेमचाहिँ वास्तवमा "हरेक व्यक्तिको असल कुरामाथि विश्वास गर्न सदैव तम्तयार हुँदछ" । दिनभरि असल कुरा मात्रै हुनेछ भनी विश्वास गर्न एकाबिहानै आफ्नो मनलाई तयार पार्नुहोस् । मलाई लाग्दछ– यो कार्य हामीले उद्देश्यमूलक भएर गर्नैपर्ने कुरा हो !

तपाईं पनि थोरै पैसा पाउने र दिनभरि काम गर्नेको व्यक्तिको रुपमा ठानेर हरेक बिहान काम गर्न निस्कने दुई जना मजदुरहरु जस्तो हुन बन्न सक्नुहुन्छ । उनीहरुमा उत्प्रेरणाहीन सोच र जीवनप्रति उत्साविहिन दृष्टिकोण रहेको पाइन्छ । वा, तपाईं वाध्यता नभएर अवसर ठान्ने तेस्रो मजदुरजस्तो बन्न सक्नुहुन्छ । तेस्रो मजदुरमा आफूले गरिरहेको कार्य महत्त्वपूर्ण छ भन्ने विश्वास भएकोले ऊ आफ्नो काम बारे हरेक दिन उत्साहित हुन्थ्यो । यो त फगत दृष्टिकाणकै कुरा त हो नि ! तीन जनाको काम एउटै थियो तर एक जना मजदुर मात्रै काममा साँच्चिकै रमाएको थियो ।

कुनै बखतमा मैले जे गरिरहेको हुन्छु त्यस विषयमा सकारात्मक भएर जिउन गाह्रो अनुभूति हुन थाल्दछ, त्यस बेलामा तेस्रो मजदुरको सोचले मैले त खीष्टको पो सेवा गर्दैछु भन्ने स्मरण गर्न औधी सहायता पुऱ्याएको छ ।

तिमीहरु जे गर्दछौ दिलोज्यानले गर्ने गर, मानिसको होइन, तर प्रभुको सेवा गरेजस्तै यो जानेर कि तिमीहरु आफ्ना उत्तराधिकार इनामको रुपमा पाउनेछौ । तिमीहरु प्रभु खीष्टको सेवा गरिरहेका छौ । किनकि आफूले गरेका ककुर्मको फल कुकर्मीले पाउनेछ र त्यसमा पक्षपात हुनेछैन ।

कलस्सी ३:२३–२४

आशाको प्रवृति

आशा र निराशा (Cynicism) समानान्तर सहअस्तित्वमा रहन सक्तैन । त्यसकारण, मानिसहरु बारेमा सकारात्मक कुरा सोच्नु तपाईंको जीवनको

निम्ति महत्त्वपूर्ण हुन्छ । त्यसरी नै तपाईंले दिनदिनै गर्नपर्ने कार्यहरुको सन्दर्भमा पनि त्यस्तै सकारात्मक विश्वास राख्नुहुन्छ भने आशा मौलाउँदै जान्छ अनि निराशाचाहिँ मरेर जान्छ। यदि तपाईंले आलोचनात्मक आत्मा र गनगने प्रवृतिलाई बिदाइ गर्नुहुन्छ भने तपाईंले आनन्दको उत्साहबर्धक नयाँ तह भेटनुहुनेछ। कुनै बेलामा तपाईंलाई केहीजस्तो नलागेका मानिसहरुलाई वाह-वाह भन्न थाल्नुहुनेछ, अनि तपाईंका दैनिक कार्यहरुलाई वाध्यताको रुपमा भन्दा अवसरका रुपमा देख्न थाल्नुहुनेछ । दृष्टिकोणप्रतिको सामान्य समायोजन कति गजब छ ! ईश्वरीय दृष्टिकोणको रोजाइले तपाईंको जीवन परिवर्तन गर्न सक्तछ ।

आशाले सकारात्मक कुरा मात्रै देख्दछ ।

अधिकांश बेखुशी मानिसहरु जीवनभरि बेखुशी नै रहन्छन् किनकि उनीहरु जहिले पनि निराशाजक परिस्थितिहरुतिर मात्रै नजर लाउँदछन् । यस्ता व्यक्तिहरुले अरुहरुमा नकारात्मक थोक मात्रै देख्छन्, जीवनमा भएका नराम्रा पाटाहरुको विषयमा चर्चा गर्दछन्, र प्रायःगरी उनीहरुको मिजास पनि नकारात्मकै हुन्छ ।

तर आशाचाहिँ विपरीत हुन्छ । आशाले सकारात्मक कुरा मात्रै देख्दछ । त्यसैले आशाले खुशी ल्याउँदछ । जब तपाईंले परमेश्वरले असल कार्य गर्नुहुनेछ भनेर अपेक्षा राखिरहनुभएको हुन्छ तपाईं खुशी नभई रहन सक्नुहुन्न । जीवनमा निराश तथा हतोत्साहित हुने धेरैजसो व्यक्तिहरु त्यतिकै निराश भइरहन्छन् किनकि असल कुरा हुन आउनेछ भनेर उनीहरुमा केही पनि अपेक्षा हुँदैन ।

मेरो जीवनका प्रारम्भिक दिनहरुमा दुःखलाग्दो पीडाजनक तथा दूर्व्यवहारयुक्त धेरै घटनाहरु भए । ती कारणले गर्दा खुशी हुनु भनेको मलाई साँच्चिकै थाहा थिएन । २३ वर्षको उमेरमा डेभसित मेरो विवाह भयो । विवाह गरेको केही हप्तापछि मलाई उहाँले यसो भनेको अझै झल्को आउँछ,"तिमीमा के समस्या छ ? तिमी हरेक विषयमा किन यति धेरै नकारात्मक छ्यौ ?" मैले भनें,"हजुर, यदि तपाईंले असल कुरा हुन आउनेछ भनेर अपेक्षा गर्नु भएन भने, तपाईंले अपेक्षा गरेजस्तो नहुँदा पनि

तपाईं खिन्न बन्नु पर्नेछैन ।" के तपाईं कसैले यसो भन्दै गरेको कल्पना गर्न सक्नुहुन्छ ? हो, मैले यस्तै भनें, मैले त्यस बेला जीवनमा यस्तै बुझेकी थिएँ ।

ती शब्दहरु जीवनका दर्शन बन्न पुगेका थिए । मैले आफूलाई दुःखी नपार्न र बेकारमा असल कुरा अपेक्षा गरेर निराश नबन्नदेखि आफूलाई जोगाइरहेकी छु भन्ने मलाई लाग्दथ्यो । नकारात्मक कुरामा मात्रै अभ्यस्त भइरहेकी हुनाले लगभग सबै थोकमा नकारात्मक कुरा मात्रै देख्थें । धन्य होस्, समय बित्ने क्रममा परमेश्वरले मलाई आशा बारेमा धेरै कुरा सिकाउनुभयो । उहाँले मेरो मनोवृति परिवर्तन गरिदिनुभएको छ । उहाँले मेरो मनलाई उहाँमा र उहाँका वचनमा केन्द्रित गर्न र गरिरहनुको औचित्य पनि देखाउनुभएको छ। अब म अनिष्ट हुनेवाला छ भनेर अपेक्षा नगर्ने व्यक्ति भएकी छु । मैले तपाईंलाई जे गर्न अनुरोध गरिरहेकी छु म त्यही गर्दछु । म उद्देश्यपूर्वक असल थोकको खोजी गर्दछु, अपेक्षा राख्तछु । परमेश्वरले मेरो निम्ति वा मद्वारा यस्तो कार्य गर्नुभएको रहेछ भनी नियाल्नको निम्ति नियमित रुपमा समय बिताउने पनि गरेकी छु । परमेश्वरले गर्नुभएको भलाइको बारेमा तपाईं जति धेरै सचेत बन्नुहुन्छ, तपाईं हर दिन त्यति नै बढी हर्षोल्लास र अपेक्षाले भरिएर जिउनुहुनेछ ।

आशा प्रत्यक्ष रुपमा प्रवृतिसित जोडिएको हुन्छ । मलाई लाग्दछ, परमेश्वरको सहायताद्वारा जीवनमा घट्ने हरेक कुराप्रति तपाईं र मैले सकारात्मक आशा राख्न सक्छौं ... परिस्थिति जस्तोसुकै किन नहोस् ! यदि तपाईं आशा र खुशीले भरपूर व्यक्ति बन्न चाहनुहुन्छ भने तपाईंको दैनिक जीवनमा जस्तोसुकै अवस्था आइपरे पनि परमेश्वरमै भरोसा गर्ने र हरेक परिस्थितिमा असलै कुरा हुनेछ भन्ने विश्वस गरेर सकारात्मक दृष्टिकोण राख्ने विकल्प रोज्नुहोस् ।

- यदि तपाईंको नानी बिउँझदा उसलाई रुघा लागेको रहेछ र ऊ स्कुल जान असमर्थ छ भने सकारात्मक दृष्टिकोण राख्नुहोस् । उसलाई रुघाबाहेक अन्य नराम्रो केही नभएकोले परमेश्वरलाई धन्यवाद दिनुहोस् ।
- यदि जुठेल्नो चुहुने भएर भाँडाकुँडा धोएको पानी भान्सा कोठाभरि बगे पनि परमेश्वरलाई धन्यवाद दिनुहोस् किनभने तपाईंले घरमै हुँदा जुठेल्नो

बिग्रेको थाहा पाउनु भयो नत्रभने अझै बढी फोहोर पानी बगेर भद्रगोल हुन्थ्यो ।

- यदि तपाईंको ड्राइ क्लिनिर बिग्रको छ भने सकारात्मक सोच राख्नुहोस् । कमसेकम तपाईंले बजार जाने बहाना त पाउनुभयो नि, होइन त ?
- यदि तपाईंले आफ्नो जागिर गुमाउनु पर्‍यो भने सकारात्मक बन्नुहोस् । अब, तपाईंले अझै असल जागिर पाउने अवसर पाउनुभएको छ ।

तपाईंले जस्तोसुकै अप्रत्याशित चुनौती वा नैराश्य व्यहोर्नु परे पनि त्यसलाई मेरो आनन्द लुट्नु दिनेछैनँ भनेर पूर्व निर्णय गर्नुहोस् । बेखुशी बन्नुले तपाईंलाई दयनीय बनाउनुसिवाय अरु केही गर्दैन, त्यसैले बेखुशी बनेर बेकारमा समय नगुजार्नुहोस् । तपाईंले जिउन गइरहनुभएको जीवनलाई जीवनका दैनिक घटनाहरुले निर्देशित नगरुन् । दिक्कलाग्दो परिवेशमा पनि मुसुक्क मुस्कान छर्न सिक्नुहोस् र तपाईंको जीवनलाई सुखमय तुल्याउनदेखि बञ्चित गराउने बेकारका कुरा वा दिनभरि साइतै बिग्रियो भन्नेजस्ता कुरालाई इन्कार गर्नुहोस् ।

तपाईंले जस्तोसुकै अप्रत्याशित चुनौती वा नैराश्य व्यहोर्नु परे पनि त्यसलाई मेरो आनन्द लुट्नु दिनेछैनँ भनेर पूर्व निर्णय गर्नुहोस् ।

खरानीको सट्टा सौन्दर्य

परमेश्वरको वचनमा पाइने प्रतिज्ञाहरुको कारणले मात्रै हर परिस्थितिमा असल कुरा देख्नु र सकारात्मक दृष्टिकोण राख्नु संभव हुँदछ । रोमी ८:२८ मा पावल प्रेरितले भन्दछन्, "हामी जान्दछौं, उहाँलाई प्रेम गर्नेहरु र उहाँका अभिप्रायअनुसार बोलाइएकाहरुका निम्ति हरेक कुरामा परमेश्वरले भलाइ नै गर्नुहुन्छ ।" यस पदमा परमेश्वरले तपाईंको भलाइको खातिर *केही* गर्नुहुन्छ भनेर लेखिएको देख्नुहुन्न । यस पदमा सबै थोक भन्ने शब्द लेखिएको छ । हर परिस्थिति, हर चुनौती, हर कष्ट, हर निराशा यी *सबैमा* परमेश्वरले तपाईंको भलाइकै खातिर कार्य गर्नुहुनेछ ।

परमेश्वरले तपाईं गुज्रनु भएका अझै जटिल परिस्थितिलाई सम्हाल्न सक्नुहुन्छ र तिनलाई तपाईंको भलाइकै खातिर प्रयोग गर्नुहुनेछ । यशैया ६:३

ले भन्दछ,उहाँले तपाईंलाई "खरानीको सट्टा सौन्दर्य" दिनुहुनेछ र "शोकको सट्टा आनन्दको तेल" लगाइदिनुहुनेछ । तपाईंले भोग्नुभएका पीडा तथा अप्ठ्यारो परिस्थिति परमेश्वरले गराउनुभएको होइन बरु उहाँले तपाईंका चोटहरु निको पार्न र तपाईंको जीवन साथै अरु व्यक्तिहरुको जीवनमा सुन्दर कुरा ल्याउन तिनलाई प्रयोग गर्न सक्नुहुन्छ। मैले भोगिरहेको तत्काल अन्यौलबाट परमेश्वरले भलाइ कार्य गर्नुहुनेछ भनेर विश्वास गरेको आशावादी सोचले मलाई त्यस जटिल समस्यादेखि पार हुन साँच्चिकै सहायता गरेको मैले व्यक्तिगत रुपमा महसुस गरेकी छु । यो बडो सुन्दर प्रतिज्ञा रहेछ, परमेश्वरले प्रतिज्ञा गर्नुभए बमोजिम यो प्रतिज्ञा बारम्बार प्रमाणित भएको देखेकी छु। मलाई स्तन क्यान्सर भएको बेलामा, बाल्यकालमा भएको यौन दूर्व्यहारमाथि विजय हुनुपर्दा, भरोसा गरिएका साथीहरुले पिठ फर्काउँदा, र यस्तै–यस्तै बेहिसाब परिस्थितिहरु झेल्नुपर्दा मेरो निम्ति यो प्रतिज्ञा बडो उपयोगी सावित भएको छ । तपाईं अहिले जस्तोसुकै अवस्थादेखि गुज्रिरहनुभए पनि विश्वाससाथ भन्नुहोस्,"परमेश्वरले मेरो भलाइको खातिर यो गर्नुहुनेछ ।" त्यसपछि तपाईंले आफूभित्र शक्ति सञ्चार भएको अनुभूति गर्नुहुनेछ ।

प्रतीक्षामा रमाउनुहोस्

यदि तपाईंलाई "खुशी र आशावादी बन्न अति नै गाह्रो हुने एउटा क्षण के हो ?" भनेर सोधिएमा तपाईंले पक्कै यस्तो जबाफ दिनुहुन्छ होला : परमेश्वरले कहिले जबाफ दिनुहोला वा उहाँले कहिले खाँचो पूरा गर्नुहोला भनेर उहाँको बाटो कुरिरहनु । ट्राफिक जाममा कुर्नुपर्दा, वा कतै जान परेको बेला पति वा पत्नीलाई पर्खेर तपाईंलाई ढिलो हुँदा यस्तै गाह्रो गाह्रो अनुभव हुँदो हो । किराना पसलमा लाइनमा पर्खेर बस्नु परेको र हिसाब गर्ने व्यक्ति नयाँ भएकोले तपाईंले लिनुभएका सामानहरु गन्न धेरै समय लगाउँदा पनि दिक्क लाग्छ । तपाईंले प्रार्थना गर्नुभएका व्यक्तिरुमा परिवर्तन आउला कि भनेर पर्खेर बस्नु परेको समय, वा तपाईंले छोड्न चाहेका आदतहरुमा विराट परिवर्तन आओस् भनेर पर्खिरहेको समय पनि दिक्कलाग्दो हुन सक्छ। पर्खनु कहिल्यै पनि सजिलो हुँदैन तर हामी सबैले जीवनमा कुनै न कुनै

समयमा यस्तो अनुभव त सङ्गाल्नै पर्नेहुन्छ। प्रतीक्षा गरेर बस्ने क्रममा पूरै शान्ति र आनन्द गुमाएर बसेका धेरैलाई मैले चिनेकी छु। कुरेर बस्नुपर्दा पूरै शान्ति र आनन्द हराउने एक जना व्यक्तिलाई म एकदमै राम्ररी चिन्दछु। त्यो व्यक्ति मै हुँ ! धन्यवाद होस्, समय बित्दो क्रममा मैले निकै छलाङ मारेछु तर अझै पनि "ढुक्कको पर्खाइ" तिर बढ्ने क्रमचाहिँ जारी नै छ। मलाई विश्वास छ–पर्खिरहँदाका क्षणहरुमा पनि हामी परमप्रभु परमेश्वरको आनन्द अनुभव गर्न सक्छौं। यी सबै कुरा हामीले कस्तो पर्खाइ रोजेका छौं भन्ने कुरामा निर्भर रहन्छ।

पर्खिरहँदाका क्षणहरुमा पनि हामी परमप्रभु परमेश्वरको आनन्द अनुभव गर्न सक्छौं।

यशैया ४०:३१ ले भन्दछ : "परमप्रभुको आशा गर्नेहरु परिवर्तन हुनेछन् र उनीहरुले नवीन सामर्थ्य प्राप्त गर्नेछन् ..." यदि तपाईंले आशा राखेर पर्खनु भएमा अर्थात परमेश्वरमा अपेक्षा राख्नुभएमा, उहाँतिर नजर लाउनुभएमा र उहाँमा आशा गर्नुभएमा मात्रै तपाईंले पर्खाइ प्रक्रियामा शक्ति प्राप्त गर्न सक्नुहुनेछ। परमेश्वरको बाटो कुर्ने क्रममा निराश, अधैर्य, र दुःखित हुनुमा केही लाभ हुँदैन। तर यदि तपाईंका आशा तथा भरोसाको मन छ भने पर्खाइको ऋतु तपाईंको जीवनको निम्ति यथार्थमा नै एकदमै सुन्दर याम बन्न सक्छ। किराना पसलमा कुर्नुपर्दाको बखतमा पनि धर्मशास्त्रमा परमेश्वर बोल्नुभएझैं हाम्रो समय परमेश्वकै बाहुलीमा नै निर्भर छ भनी विश्वास गरी उत्तम कुरामा विश्वास गर्न सक्छौं। हुनसक्छ, परमेश्वरले हाम्रो प्रस्थानलाई विलम्ब गरेर हामीलाई कतिपय दुर्घटनाहरुबाट बचाइरहनुभएको हुन्छ वा हामीलाई आत्मिक रुपमा अझै परिपक्व पार्ने हेतुले उहाँले "ईश्वरीय विलम्ब" (Divine delay) को अनुशासन चलाइ रहनुभएको हुनसक्छ।

सायद तपाईंले आर्थिक चाँजोपाँजो मिलोस्, भौतिक वा भावनात्मक चङ्गाइ होस् वा पति वा पत्नी प्राप्त होस्, पेशागत अवसर मिलोस्, छोरा वा छोरी घर पर्केर आओस् भनेर प्रार्थनासहित कुरिरहनुभएको हुनसक्छ। विषय जेसुकै भए पनि इच्छाएको विषय प्राप्त हुनुअघि जे हुन्छ असलै हुनेछ भनेर विश्वास गर्नुहुन्छ भने तपाईंले पर्खाइमा आनन्द पाउन सक्नुहुन्छ।

एउटा ठिटोको कथा यस्तो छ : एक जना मानिस एक दिउँसो स्मल लिग बेसबल खेलमा पुग्यो । उसले सानो ठिटोलाई स्कोर कति भयो भनेर सोध्यो । सानो ठिटोले भन्यो, "१८ देखि शून्य–पछाडि ।" दर्शकले भन्यो "हेर केटो,तिमी त हतोत्साहित हुन्छौं ." उसले प्रतिप्रश्न गऱ्यो,"म हतोत्साहित किन हुनु र ? अझै हामी ब्याटससम्म त पुगेका छैनौं !"

मलाई यस सानो ठिटोको आशाले भरिएको यो साधारण कथा मन पर्छ। यो सानो खेलाडी खिन्न हुनेछ, निराश हुनेछ भन्ने अनुमान लगाइएको हुन्छ । उसको टोलीले उत्कृष्ट खेल प्रदर्शन र पहिलो इनिङ (Inning) गर्न बाँकी नै हुन्छ । त्यस ठिटो र उसका साथीहरुले ब्याट गर्ने मौका नपाञ्जेलसम्म परिस्थितिहरु उनीहरुका पक्षमा भएको त्यति देखिंदैन ।

प्रतीक्षा क्रममा परिस्थितिहरु जतिसुकै देखिए पनि ती सम्बन्धमा नकारात्मक र निराश हुनुभन्दा बरु त्यो सानो खेलाडी ठिटाले फरक सोच अप्नायो । उसले आफ्नो प्रतीक्षा अवधि सकिंदाखेरि मेरो टोलीले १८ रनभन्दा बढी स्कोर गर्नेछ भन्ने अनुमान लगाउँदै उसले सकारात्मक कुरामा विश्वास गऱ्यो । परिणाम कुर्ने क्रममा निराश हुनुको साटो ऊ झनै उत्साहित भयो ।

हतोत्साहित बन्नुको साटो उत्साहित बनेर परिणाम कुर्नुहोस् ।

यदि आज तपाईंले कुनै परिणाम कुरिरहनुभएको छ भने तपाईंका आफ्ना आशाहरुलाई बाह्य छाँटकाँटहरुले हरण गरेर नलैजाउन र तिनलाई तपाईंको आनन्दलाई धुलोपिठो पार्न नदिनुहोस् । सम्बन्ध पुनर्स्थापना होलाजस्तो नदेखिएला, अर्थोपार्जन हुने ढाँचाकाँचा नदेखिएला, परिस्थिति ज्यूँकोत्यूँ रहने अवस्था देखिएला, परिस्थितिहरु आफ्नो पक्षमा नदेखिएलान् तापनि *हतोत्साहित बन्नुको साटो उत्साहित बनेर परिणाम कुर्नुहोस् ।*

तपाईंले अझै आफ्नो ब्याट गर्ने पालो नपाउनु भए पनि सकारात्मक विश्वास गर्नुहोस् । मलाई जुन कुरा जुन बेला ठ्याक्क खाँचो पर्दछ त्यही बेला परमेश्वरले मेरा खाँचाहरु पूरा गर्नुहुनेछ भनेर विश्वास राख्नुहोस् । यदि तपाईंले सकारात्मक तथा असल कुरामा विश्वास गर्ने निधो गर्नुहुन्छ भने परिणामहरु देख्नु अगावै पनि प्रतीक्षाका पलहरु आशापूर्ण अपेक्षाका

रोमाञ्चपूर्ण याम बन्न सक्छन् ।

सकारात्मक विश्वास गर्ने "तरिका"

१ कोरिन्थी १३:७ ले भन्दछ कि "प्रेमले सबै कुरा सहन्छ, सबै कुराको पत्यार गर्दछ, सबै कुरामा आशा राख्तछ, सबै कुरामा स्थिर रहन्छ ।" कति सुन्दर धर्मशास्त्रको खण्ड– "प्रेमले मानिसप्रति सदैव असल भाव राख्दछ अनि कहिल्यै आशा मार्दैन !" *हर समय हरेक व्यक्तिप्रति सकारात्मक विश्वास राख्न तयार हुनु र हर परिस्थितिहरुमा ओइलिएर नजाने* आशा राख्नु के उत्तम जीवन जिउने तरिका होइन र ? हो, परमेश्वरले तपाईंले त्यही किसिमको आनन्दले भरिएको, आशावादी जीवन जिएको चाहनुहुन्छ ।

> *तपाईंले नकारात्मक सोचलाई बिदाइ गर्ने र आशालाई स्वागत गर्ने दिन आजै हुनसक्छ ।*

यदि तपाईंले जीवनमा एक वा दुईभन्दा मानिसहरुप्रति सकारात्मक विश्वास गर्न चुक्नुभएमा, त्यस कुराले अरुलाईभन्दा बढी तपाईंलाई बढी दुःखी तुल्याउँदछ । तपाईंले नकारात्मक सोचलाई बिदाइ गर्ने र आशालाई स्वागत गर्ने दिन आजै हुनसक्छ । त्यसो गर्नुका निम्ति केही व्यावहारिक सुझावहरु प्रस्तुत गरेकी छु ।

अझै नियालेर हेर्नुहोस्

- परमेश्वरसित फलाना व्यक्तिको बारेमा मलाई असल कुरा देखाइदिनुहोस् भनी प्रार्थना गर्नुहोस् र त्यसपछि पहिलाभन्दा अझै नियालेर हेर्नुहोस् । तपाईं आफूलाई मन नपर्ने कुरा त थाहा छँदैछ । त्यसकारण तपाईंलाई मनपर्ने कुराचाहिँ खोज्नुहोस् ।
- "दोष कोट्याउनु" भन्दा "राम्रा कुरा खोतल्न" प्रयास गर्नुहोस् । त्यस व्यक्तिमा निहित असल गुण खोज्नुहोस्,–सायद तपाईंले विगतमा त्यति चासो नपुऱ्याउनुभएको हुनसक्छ । समस्याहरु झ्वास्स देख्नुभन्दा पनि मानिसभित्रको अन्तर्निहित गुण पत्ता लगाउनुहोस् ।

असल कुरा सोच्नुहोस्

- हामीले धेरै पटक कुनै व्यक्तिको बारेमा नराम्रो–नराम्रो मात्रै कल्पना गर्दछौं,जस्तै : *यस व्यक्तिले मलाई निराश पार्ला, मलाई जानीजानी दुःख देला, पक्का पनि यिनीहरुले मलाई अन्तमा छोडेर जानेछन् ।* तर आशाले चाहिँ नकारात्मक कुरा कल्पना गर्नुको साटो सदैव सकारात्मक कुरा मात्रै कल्पना गर्दछ । सायद, त्यो व्यक्ति विगतमा अस्तव्यस्त भयो होला तर आफ्नो भूलबाट पाठ पनि सिकेको हुँदो हो । ठान्नुहोस्–यो व्यक्ति मेरो निम्ति आशिष बन्ने छ । त्यसकारण, त्यस व्यक्तिलाई तपाईंको आशिष बन्ने अवसर किन नदिने त ?

मानिसलाई परमेश्वरले जुन दृष्टिले हेर्नुहुन्छ,तपाईंले पनि त्यही दृष्टिले हेर्नुहोस्

- परमेश्वरले मानिसलाई हेर्नुहुने दृष्टिकोण र हामीले मानिसलाई हेर्ने दृष्टिकोण बीच विशाल अन्तर छ । उदाहरणार्थ, जब येशूकहाँ भीडहरु आए, चेलाहरुले उनीहरुलाई दिक्कलाग्दो दृष्टिले हेरे, तर येशूले उनीहरुलाई करुणाको दृष्टिले हेर्नुभयो । परमेश्वरले आफ्ना जनहरुलाई जसरी प्रेम, समझदारी र करुणाको दृष्टिले हेर्नुहुन्छ, तपाईंले पनि उहाँका जनहरुलाई त्यसरी नै हेर्न सकौं भनी प्रार्थना गर्नुहोस् ।

"म घृणा गर्दछु" मानसिकताको साटो "म आशा गर्दछु" मानसिकता राख्नुहोस्

- यसका निम्ति केही अभ्यास चाहिन्छ तर यो रमाइलो अभ्यास पनि हो । कुनै व्यक्तिका दिक्कलाग्दा कुरालाई घृणा गर्नुको साटो उसमा असल कुरा हुनेछन् भनी आशा गर्न शुरु गर्नुहोस् । आशाको भाषा बोल्नुहोस् । "नयाँ साथीहरु बनाउनु मलाई मन पर्दैन", त्यो व्यक्तिसित व्यवहार गर्न मलाई मन पर्दैन" वा "उनीहरुले बोलेको कुरा मलाई मन पर्दैन" जस्ता वाक्यहरु बोल्नुको साटो "मलाई आशा छ–यो राम्रो कुरा हो", "मलाई आशा छ–तिमी ठीक हुनेछौ" वा "मलाई आशा छ–तिम्रो सम्बन्ध असल हुनेछ " जस्ता वाक्यहरु बोल्न थाल्नुहोस् ।

यी त सकारात्मक शुरुआतका केही राम्रा कदमहरु हुन् तर यो पूर्ण समावेशी सूची भने होइन । यदि तपाईं अरु मानिसहरु लगायत आफ्नो

जीवनका परिस्थितिहरुभित्र असल कुरा लुकेको हुन्छ भनी सकारात्मक विश्वास सङ्गाल्ने आशावादी व्यक्ति कसरी बन्ने होला भनेर जान्न चाहनुहुन्छ भने येशूको उदाहरण अध्ययन गर्नुहोस् ।

येशू ख्रीष्ट मानिसहरुका निम्ति असल थोक मात्रै चाहनुहुन्नथ्यो । उहाँले त उनीहरुभित्र असल थोक पनि देख्नुहुन्थ्यो ।

सुसमाचारका पुस्तकहरु अध्ययन गर्नुहोस् र येशूले गर्नुभएको सेवा गर्नुभएको, गर्नुभएको चङ्गाइ, दिनुभएको उत्साह, सिकाउनुभएको शिक्षा साथै देखाउनुभएको प्रेम हेर्नुहोस् । येशू ख्रीष्ट मानिसहरुका निम्ति असल थोक मात्रै चाहनुहुन्नथ्यो । उहाँले त उनीहरुभित्र असल थोक पनि देख्नुहुन्थ्यो । अनुशरण गर्न लायकको कति महान् उदाहरण ! येशूले तपाईंमा असल कुरा देख्नुभएकोमा के तपाईं हर्षित हुनुहुन्न र ?

उहाँले हामीलाई बचाउनुको महत्त्व देख्नुभयो ! तपाईं र मैले पनि अरु मानिसहरुका खातिर यस्तै गर्ने अठोट गर्नुपर्दछ । ल, आजैदेखि शुरु गरौं !

आफ्ना आशाहरु उच्च पार्नुहोस् !

असल कुराको खोजी गर्दा र त्यसमा सकारात्मक विश्वास राख्दा आनन्द प्राप्त हुँदछ । असल कुरा खोज्ने र विश्वास गर्ने कुराचाहिँ चाँडै धनाढ्य बन्नेछु भनी विश्वास गर्ने सुन भेट्ने मानिसजस्तै हो । जब तपाईं आशावादी (सकारात्मक) सोच बोकेर मानिसहरु तथा जीवनका परिस्थितिहरुमा पुग्नुहुन्छ, तपाईं असल कुरा फेला पार्ने मार्गमा हुनुहुन्छ ।

त्यस दिनको निराशाले तपाईंको आनन्द हरेर नलैजाओस् । हरेक दिनका अप्ठ्याराहरु माझ मुस्कान छर्न सक्दो सकारात्मक हुनुहोस् । यदि तपाईंले अप्ठ्यारोभन्दा पनि अझै जटिल परिस्थिति भोग्दैहुनुहुन्छ भने परमेश्वरले सबै थोकलाई भलाइमा नै परिणत गर्नुहुनेछ भन्ने उहाँको प्रतिज्ञा स्मरण गर्नुहोस् । त्यसैले अघि बढ्नुहोस् अनि आफ्ना आशाहरु उच्च पार्नुहोस् । आज...भोलि...अनि हरेक दिन... असल कुराहरु आउनेवाला छन् भनी विश्वास राख्नुहोस् । तपाईंको कर्तव्यचाहिँ असल कुराको प्रतीक्षा गर्नु हो ।

अध्याय ११

आशाका कैदीहरु

हे आशावादी कैदी हो, आफ्नो किल्ला (सुरक्षा र संमृद्धि) मा फर्केर जाओ । तिमीहरुलाई दोबर दिनेछु भनी अब म तिमीहरुलाई घोषणा गर्दैछु ।

जकरिया ९:१२

"आशा बिउँझेको व्यक्तिको सपना हो ।"

-एरिस्टोटल

विद्यार्थीहरुले ठूलो शहरका अस्पतालहरुमा लामो समय बिताउनुपर्दा उनीहरुलाई गृहकार्यको निम्ति सक्षम तुल्याउन सहायता पुऱ्याउने उद्देश्यले तयार पारिएको विशेष कार्यक्रम समेटिएको बिद्यालय प्रणालीको बारेमा एउटा कहानी प्रस्तुत गर्न चाहन्छु । एक दिन उक्त कार्यक्रममा खटिएका एक जना शिक्षकलाई फलानो नाम गरेको बालकलाई गृहकार्य दिनु पऱ्यो भनेर अभिभावकबाट फोन आएछ । नानीको अभिभावकले सम्बन्धित शिक्षकसित धेरै समय कुराकानी गरेनछ । उसले नानीको नाम र कोठा नम्बर टिपाइदिएछ । शिक्षकले भनेछ, "अहिले हामी संज्ञा र क्रिया विशेषण बारेमा कक्षामा अध्ययन गरिरहेका छौं । "यदि तपाईंले यी अवधारणाहरु बुझ्न सहायता पुऱ्याइदिनुभएमा म आभारी हुन्थे । यसो गरिदिनुएमा ऊ पछाडि पर्दैनथ्यो" भनेर शिक्षकले थपेछन् ।

अस्पताल कार्यक्रम जिम्मेवारीमा खटिएको शिक्षक साँझतिर अलिक ढिलो बालकलाई भेट्न गएछन् । यद्यपि, गृहकार्य दिने क्रममा कसैले पनि शिक्षकलाई त्यो नानी बेस्सरी जलेको छ वा उसको विकराल अवस्था छ भनेर बताउने सोच कसैमा आएनछ । पीडामा छट्पटिरहेको विद्यार्थीको दृश्यले दुःखी भएर शिक्षकले यसरी बकबक गरेछ,"तिमीलाई संज्ञा र क्रिया

विशेषण सिकाउन सहायता गर्नु भनेर मलाई तिम्रो बिद्यालयले खटाइएको हो ।" जब त्यो रात शिक्षक अस्पतालबाट निस्केछ, उसलाई खासै केही उपलब्धि हासिल गर्न नसकेको महसुस भएछ । तर अर्को दिन, जब शिक्षक अस्पताल पुगेछ, नर्स दौडेर उनीकहाँ आइपुगेछ अनि सोधेछ,"तपाईंले त्यो बालकलाई के गर्नुभयो ?" शिक्षकले केही गल्ती पो गरेछु कि भन्ने भानले यसो भन्दै क्षमा माग्न थालेछ । उत्साहित नर्सले भनेछ, "होइन, होइन, मैले भन्न खोजेकै कुरा बुझ्नुभएन । हामीलाई त्यो सानो बालकको चिन्ता थियो । तर हिजोदेखि उसको पूरै सोच परिवर्तन भएको छ । ऊ सङ्घर्ष गरिरहेको छ, उपाचारलाई चासो गरिरहेको छ । लाग्छ, उसले बाँच्ने सङ्कल्प गरेको छ ।"

दुई हप्तापछि त्यो बालकले आफूलाई भएको कुरा नालीबेली सुनाएछ । अस्पतालमा खटाइएको शिक्षक आउनुअघि उसले पूर्ण रुपमा आशा मारेको रहेछ । तर जब शिक्षक आफ्नो अस्पताल कक्षमा टुप्लुक्क देखा परे, बालकको सोचै परिवर्तन भएछ । उसले सामान्य तरिकाले यस्तो बोध गरेछ, "बिद्यालयले मृत्युसित लडाइँ गरिरहेको बालककहाँ संज्ञा र क्रिया विशेषण सिकाउन पक्कै शिक्षक पठाउँदैन थियो, पठाउँथ्यो होला र ? "

आशाको तागत कति अचम्मको हुनेरहेछ । अस्पताल शैयामा लडेर बसेको, रोग, निराशा र अशुभ खबरले जेलिएको बालकले आशा हराइसकेको थियो । तर सहयोगी आचरण र गृहकार्यमा सहायता पुऱ्याउने एक जना शिक्षकले जीवनप्रतिको बालकको दृष्टिकोणमा आशा ल्याइदियो र अगाडि बढ्ने उद्देश्य भेटाइदियो । यदि एउटा व्यक्तिले त्यति धेरै आशा ल्याइदिन सक्छ भने त्यस्तै खालका व्यक्तिहरु तपाईंको वरिपरि नियमित रुपमा भइदिए कस्तो हुन्थ्यो होला–कल्पना गर्नुहोस् । यदि पाँच जनाले वा १० जनाले वा २० जनाले त्यस्तै कार्य गरेमा के हुन्थ्यो होला ?

तपाईंको जीवन कस्तो देखिन्थ्यो होला विचार गर्नुहोस् ! सत्य कुराचाहिँ यो हो : तपाईं आफ्नो वरिपरिको परिवेशद्वारा प्रभावित हुनुहुन्थ्यो र तिनको तपाईंमा प्रगाढ प्रभाव पर्दथ्यो । यदि तपाईंले आफ्नो जीवनलाई आशालाई बढावा दिने मानिसहरु, कार्यक्रमहरु वा गतिविधिहरुले समृद्ध पार्नुहुन्छ भने

तपाईं निश्चित रुपमा आशा तथा आशावादिताले भरिन गइरहनुभएको हुन्छ। तर यदि तपाईंले आफ्नो जीवनलाई निराशापूर्ण मानिसहरुद्वारा घेरिनु दिनुभएको छ र निराशाजनक तथा नकारात्मक गतिविधिहरुमा सहभागी हुन चाहनुहुन्छ भने तपाईं हमेसा निराश र दयनीय बन्न गइरहनुभएको हुन्छ। यी सब कुरा त तपाईं आफूलाई प्रत्येक दिन के कुराले घेरिन दिनुहुन्छ त्यसमा भर पर्ने कुरा हुन्।

यसको अर्थ होइन कि हामी जीवनका सबै नकारात्मक थोकदेखि अलग रहन सक्छौं। हामीले आफूलाई जे कुराले घेरिरहेको पाउँदछौं, तीमध्ये कतिपय कुराचाहिँ हाम्रो आफ्नै इच्छा वा रोजाइले होइनन्। तर हामीले सकेसम्म असल कुरा छान्ने कोसिसचाहिँ गर्न सक्छौं।

तपाईंलाई घेर्ने आशा

जकरिया ९:१२ मा निकै रोचक वाक्यांश प्रयोग गरिएको पाइन्छ। यस वाक्यांशले आशासितको हाम्रो सम्बन्धलाई इंगित गरेको छ। यस पदमा परमेश्वरले आफ्ना जनहरुलाई "आशाको कैदी"को रुपमा इंगित गर्नुभएको छ। उहाँले भन्नुहुन्छ, *आशाको कैदी हो,* आफ्नो किल्ला (*सुरक्षा र संमृद्धि*) मा फर्केर जाओ। तिमीहरुलाई दोबर दिनेछु भनी अब म तिमीहरुलाई घोषणा गर्दैछु।

मलाई "आशाको कैदी" भनेर उल्लेख गरेको वाक्यांश मन पर्दछ। यसबारे सोच्नुहोस्। यदि तपाईं आशाको कैदी हुनुहुन्छ भने तपाईंमा यस विषयमा अर्को रोजाइ रहँदैन : तपाईं नकारात्मक हुन सक्नुहुन्न, तपाईं चिन्ताको पोको बन्न सक्नुहुन्न, तपाईं आशाहीन हुन सक्नुहुन्न। जब परिस्थितिहरु जटिल हुन पुग्छन्, र जब तपाईं निराशासित जुधिरहनुभएको हुन्छ, तपाईंलाई घेरिरहेको आशाले तपाईंलाई विश्वासमा अझै माथि खडा हुने तुल्याउँदछ। तपाईंको वरिपरिको हरेक कुराले परमेश्वरले नै बाटो खोलिदिनुहुनेछ भनेर तपाईंलाई भनिरहेको हुन्छ। जब त्यस्तो आभास पाउनुहुन्छ, त्यसले तपाईंको आत्मालाई अझै उत्तेजित तुल्याउँदछ। त्यसपछि तपाईं "मेरो जीवनमा तथा मेरो जीवनद्वारा असल कुरा हुन गइरहेको छ" भनी विश्वास गर्न तथा घोषणा गर्न झन साहसिलो बन्नुहुन्छ।

यस पुस्तकको निम्ति मैले छानेको पहिलो शीर्षकचाहिँ “आशाको कैदी” थियो, तर यसको विषयमा व्याख्या नगरी मानिसहरुले बुझ्न सक्तैनन् कि भन्ने चासो रहेकोले *आफ्ना आशाहरु उच्च पार्नुहोस्* शीर्षक राख्ने निधो गऱ्यौं । मलाई अति आशावादी बन्ने विचार मन पर्दछ किनकि यो विचारचाहिँ कैदी हुनुजस्तै हो । के तपाईं आशाको कैदमा बन्दी बनेर आफ्नो जीवन जिउन तयार हुनुहुन्छ ?

परमेश्वरले हामी आशाभित्र थुनिएर बसकेको चाहनुहुन्छ र जे परिवर्तन हुन आवश्यक छ सो परमेश्वरले मात्रै परिवर्तन गर्न सक्नुहुन्छ भनी भरोसा गरेको पनि चाहनुहुन्छ । हाम्रो आशा परमेश्वरमा छ ! उहाँले सबै थोक गर्न सक्नुहुन्छ ! हामीलाई कस्तो अनुभूति भइरहेको छ वा परिस्थिति कस्तो देखिन्छ भन्ने कुरासित हाम्रो सरोकार हुनुहुँदैन । परमेश्वरले आफ्नो काम गरिरहनुभएको छ र बडो ठीक समयमा सकारात्मक परिवर्तन देख्न पाउनेछौं भनी हामीले विश्वास गर्नुपर्दछ । त्यसकारण आशाचाहिँ दृढसङ्कल्पी हुन्छ । र, यसले कहिले हार खाँदैन । जब तपाईं डोरीको अन्तिम सुर्केनीमा आइपुग्नुहुन्छ—जब तपाईंको सामर्थ्य कमजोर हुन्छ र लड्नुहुन्छ तपानि कहानी त्यहीँ नै समाप्त हुँदैन । परमेश्वरको सामर्थ्यको सीमा हुँदैन । उहाँको शक्ति अक्षय हुन्छ । तपाईं आफ्नो आशामा दृढ बनिरहन सक्नुहुन्छ, तपाईंको हार हुनेछैन किनकि परमेश्वर पराजित हुन सक्नुहुन्न । परमेश्वर तपाईंसित हुनुभएको हुनाले तपाईंको विजय सुनिश्चित छ ।

परमेश्वरले मलाई धेरै वर्ष पहिले सेवकाइमा बोलाहट दिनुभयो तर मैले तपाईंलाई इमान्दार रुपमा भन्नैपर्दछ– सफलता रातारात प्राप्त भएन । सफलताको निम्ति धेरै परिश्रम गर्नुपऱ्यो, अनि के साँच्चिकै मैले परमेश्वरको आवाज ठीकसित सुने त भनेर मनमनै गुन्दै बस्नु परेका धेरै रातहरु छन् । मानिसहरु सदैव मप्रति सकारात्मक भएनन् । धेरै यस्ता खालका सभाहरु भए, जहाँ मानिसहरु आएनन् । आज विश्वभरिमा जुन यो सेवकाइ स्थापित भएको छ, यसको निम्ति मेरो श्रीमान र मैले तयारीका वर्षौंवर्षहरु गुजाऱ्यौं र परमेश्वरमा भरोसा गऱ्यौं । सङ्घर्षका ती समयहरुमा सेवकाइबाट हात धोइदिऊँजस्तो नलागेको पनि होइन । तर मेरो साक्षी यस्तो छ : अझै पनि म यही सेवकाइमा छु ! यद्यपि, मसित प्रश्नहरु तथा शङ्काहरु थिए, मसित

अगाडि बढ्ने सामर्थ्य छ भनेर सोच्न म असमर्थ भएँ तापनि पूरै उपाय बन्दझैं लाग्दाखेरि परमेश्वरले नै उपाय निकाल्न सक्नुहुन्छ भन्ने मलाई बोध थियो । मेरो श्रीमान र मैले परमेश्वरमा नै आशा राख्यौं । र, उहाँले नै हाम्रा अपेक्षाभन्दा ठूला–ठूला कार्य गर्नुभयो ।

यदि तपाईंले आशाको कैदी बन्ने वा परमेश्वरले असल कार्य गर्नुहुनेछ भन्ने सुखद अपेक्षाले घेरिएर जिउने निर्णय गर्नुहुन्छ भने तपाईंको जीवनमा त्यही कुरा संभव बन्न सक्छ । परमेश्वरले तपाईंको हृदयमा जुनसुकै किसिमको लक्ष्य वा सपना राखिदिनुभएको होस्, तपाईंले त्यो कुरा पूरा हुन गइरहेको देख्नुहुनेछ । तपाईंले जुन बेला यो कुरा पूरा होला भनेर सोच्नु भएको हुन्छ त्यस बेला पूरा नहोला र तपाईंले यो कुरा यसरी हुनुपर्ने हो भनेर सोचेजस्तो नहोला तर परमेश्वरले तपाईंको कल्पनाभन्दा पनि अझै बाहिर हुने किसिमले काम गर्न गइरहनुभएको हुन्छ ।

तपाईंले आफ्नै सामर्थ्यले यो कुरा पूरा गर्नुपर्ने छैन । तपाईंले त निरन्तर लागिरहनु मात्रै पर्दछ–केवल आशा सांचिरहनुहोस् । आशाले घेरिएर बस्नुहोस् अनि तपाईंले यी कुरा पनि हुन सक्लान् र ? भनेर कहिल्यै नसाचेको तरिकाले परमेश्वरले आशिष दिनुभएको कुरा नियाल्नुहोस् ।

आशाले घेरिएर बस्नुहोस् अनि तपाईंले यी कुरा पनि हुन सक्लान् र ? भनेर कहिल्यै नसाचेको तरिकाले परमेश्वरले आशिष दिनुभएको कुरा नियाल्नुहोस् ।

...तर आँखाले नदेखेका र कानले नसुनेका र मानिसले मनमा नसोचेका यी नै सबै कुरा परमेश्वरले उहाँलाई प्रेम गर्नेहरु (उहाँलाई आत्मियतापूर्वक सम्मान गर्ने, उहाँको झट्टै आज्ञा पाल गर्ने र उहाँले दिनुभएका आशिषहरुलाई कृतज्ञापूर्वक ग्रहण गर्नेहरु) का निम्ति तयार (तयार पारेर राख्नुभएको) पार्नुभएको छ ।

१ कोरिन्थी २:९

मलाई विश्वास छ–परमेश्वरले तपाईंको निम्ति धेरै ओटा मनोहर किसिमका उदेकका कुराहरु राखिदिनुभएको छ । परमेश्वरद्वारा तपाईंका निम्ति तयार पारिदिनुभएका ती उदेकका थोकले तपाईंलाई प्रतीक्षा गरिरहेका

छन् । आफ्ना आशाहरु उच्च पार्नुहोस् !

तपाईंले आफूसित लैजान नपाउने थोकहरु

जब कुनै पनि कैदी जेलखोरभित्र छिर्दछ, उसले आफूसित अवैध सामानहरु लैजान सक्तैन । ऊ रहने परिवेशमा कुनै पनि बाह्य वा अस्वीकृत थोकहरु लैजान पाइन्न । त्यस्ता थोकहरुलाई खतरापूर्ण मानिने भएकाले भित्र लैजान मनाही गरिएको हुन्छ ।

अँ, तपाईं पनि त अर्कै किसिमको कैदी हुनुहुन्छ । तपाईंचाहिँ आशाको कैदी हुनुहुन्छ । तपाईं इंटा तथा फलामले घेरिएको कैदी हुनुहुन्न । परमेश्वरले तपाईंलाई उहाँको भलाइ, उहाँको अनुग्रह, उहाँको आशाले घेर्न चाहनुहुन्छ । तपाईं जतातिर फर्के पनि, तपाईंले जतातिर नजर लाए पनि तपाईंले शान्ति,आनन्द,ढुक्कपन र परमेश्वरका आशिषहरु अनुभव गर्न सक्नुहुन्छ । हो, यही जीवन दिन येशू तपाईंको निम्ति मर्नुभयो । तर तपाईं आशाको परिवेशभित्र प्रवेश गर्दाखेरि तपाईंले आफूसित लैजान नपाउने थोकको विषयमा थाहा पाउनुचाहिँ महत्त्वपूर्ण हुन्छ किनकि ती चीजहरु खतरापूर्ण हुन्छन् । यदि तपाईं आशाभित्र घेरिइन गइरहनुभएको छ भने तपाईंले पछाडितिरै मिल्काएर जानुपर्ने अवैध थोकहरु निम्न छन् :

- नकारात्मक शब्दहरु
- विचारा मानसिकता
- अरुसित आफूलाई तुलना गर्ने आदत
- जीवनप्रति नकारात्मक दृष्टिकोण
- ङ्याङ्–ङ्याङे बानी तथा गनगने स्वभाव
- आत्म–दया सोच
- हतोत्साह तथा नैराश्य

विश्वासीको जीवनचाहिँ शत्रुले उत्पन्न गर्ने त्यस्ता बोझहरुद्वारा थिचिनु–किचिनुको निम्ति होइन । तपाईं निराश भएर आशाविहीन बाँच्नु जरुरी छैन । परमेश्वरको सहायताले तपाईं शैतानद्वाराको हतोत्साहपूर्ण, आत्म–केन्द्रित नकारात्मक झूटदेखि छुटकारा प्राप्त गरेर आशाको वातावरणमा मजाले जिउन सक्नुहुन्छ ।

तपाईंले आफ्नो जीवन शैतानका झूटहरुमा होइन तर परमेश्वरको वचनको सत्यतामा स्थापित गर्न सक्नुहुन्छ । मैले प्रायः गरी उद्धृत गर्ने गरेकी धर्मशास्त्रको खण्ड १ पत्रुस ७ ले यसो भन्दछ :

तपाईंले आफ्नो जीवन शैतानका झूटहरुमा होइन तर परमेश्वरको वचनको सत्यतामा स्थापित गर्न सक्नुहुन्छ ।

तिमीहरुका सारा फिक्री (तमीहरुका सारा चिन्ताहरु, तिमीहरुका सारा पीरहरु, तिमीहरुका सारा सरोकारहरु, अहिलेदेखि सर्वदालाई) उहाँलाई सुम्पिदेओ किनकि उहाँले तिमीहरुको (आत्मियतापूर्वक र चौकस भएर) वास्ता गर्नुहुन्छ ।

हामीले हाम्रा फिक्रीहरु "पन्छाउनु" पर्दछ । यसको अर्थ हुऱ्याउनु वा फाल्नु भन्ने हुन्छ ! के यो गजबको चित्रण होइन त ? हामीले आफ्ना फिक्रीहरुलाई केवल पन्छाउने र कुर्सीमा थपक्क राख्ने अनि पछि फेरि थपक्क टिप्ने गर्दैनौं । हामी त त्यसलाई पूर्ण रुपले परतिरै मिल्काई दिन्छौं । सकेसम्म हामी त्यसलाई टाढा फाल्दछौं ताकि फेरि त्यसलाई नटिपिओस् । ती फिक्रीहरुलाई हामी परमेश्वरमा राखिदिन्छौ र उहाँले हाम्रो वास्ता गर्नुहुन्छ !

मलाई कसैले पनि मन पराउँदैन । मसित कोही पनि खान खान चाहन्न । म कहिल्यै पनि यो रोगदेखि निको हुन्न । मेरो जागिरमा पदोन्नति हुनेछैन । सायद मेरो जीवनमा कहिल्यै हुन्न होला जस्ता कानेखुशी गर्ने झूटहरुलाई ठाडै इन्कार गर्नुहोस् । कहिल्यै पनि आफूलाई त्यस्ता निराशावादी विचार हरुले घेरिन नदिनुहोस् । तपाईंले त्यस्तो विचार आएको छनक पाउनुबित्तिकै त्यसलाई परमेश्वरमा सुम्पी दिइहाल्नुहोस् । र, त्यसपछि तपाईंका जीवनका परिस्थितिहरुमा सुधार आउन थाल्नेछ । तपाईंलाई बोझिलो रुपमा थिचेर राख्ने चिन्ता तथा फिक्रीको तपाईंमाथिको आधिपत्य अचानक रुपमा सदाको निम्ति हराएर जानेछ । अनि,येशूले बोल्नुभएका "म विनम्र र कोमल हृदयको छु, अनि तिमीहरुले विश्राम पाउनेछौ" भन्ने शब्दहरु तपाईंले अनुभव गर्न सक्नुहुनेछ (मत्ती ११:२९ हेर्नुहोस्) ।

आशाको बगैंचा

यदि हामी आशाको बगैंचामा बस्ने हो भने त्यहाँ केही न केही त फुलिरहेकै हुन्छ भनेर मैले भनिसकेकी छु । प्राय:गरी बगैंचामा धेरै थरिका फूलहरु रोपिएका हुन्छन् । बगैंचा सदैव नयाँ जीवनले हराभरा भइरहेको हुन्छ । एक थरिको फूल फुलिसकेर नओइलाउँदै अर्को थरिको फूल फुल्न थालिहाल्दछ । बगैंचाको माली जीवनमा कहिल्यै पनि फूलरहित हुनुपर्दैन । हाम्रो घरमा विभिन्न थरिका फूल फुल्ने तीन किसिमका फूलका बोटहरु छन् । एक थरिको फूल वसन्त नलाग्दै फुल्न थाल्दछ, अर्को थरिको फूलचाहिँ वसन्त ऋतु सकिने बेलातिर फुल्दछ र अर्को थरिको फूलचाहिँ गृष्म ऋतुको शुरुआततिर फुल्न थाल्दछ । हामीसित हरमौसमका फूलहरु हुन्छन् !

मैले महसुस गरेकी छु –यदि फूलहरुलाई नियालेर हेर्ने फुर्सद निकालिनँ भने बगैंचामा जति नै थरिका फूलहरु फुलेका भए पनि म फूलहरुमा नरम्ने रहेछु । त्यसरी नै हाम्रा वरिपरि नियमित रुपमा घटिरहेका असल घटनाहरुलाई नियाल्न हामीले फुर्सद निकाल्नुपर्दो रहेछ । सञ्चार माध्यमले संसारमा नराम्रा घटनाहरु घटिरहेको समाचार बताउँदछ तर यदि हामीले उद्देश्यमूलक भएर हाम्रा वरिपरिकै कुरालाई नियाल्यौं भने हाम्रा वरिपरि असल कुराहरु देखिनेछन्, भेटिनेछन् ।

कहिलेकाहीँ हामी आफ्नै समस्यासित जुध्दाजुध्दै यति व्यस्त भइदिन्छौं कि जीवनमा असल कुरा नियाल्ने हामीसित फुर्सदै हुँदैन । मलाई लाग्दछ, विषम परिस्थितिका क्षणहरुमा हरेक सङ्कष्टसित जुध्नु र जीवनमा असल कुरा नियाल्न फुर्सद निकाल्नु हाम्रो निम्ति महत्त्वपूर्ण हुन्छ । हामी भन्न सक्छौं–असल कुराचाहिँ व्यवधानको प्रतिसंतुलन (Counterbalance) हो । सङ्घर्ष भनेकै स्वादरहित खानामा नून वा मसला थपेजस्तो हो । जब हामी आशाको बगैंचामा हरेक दिन के के फुलिरहेका रहेछन् भनेर नियाल्न फुर्सद निकाल्दछौं, हामीले आफ्ना चुनौतीहरुसित लड्न जीवनमा कुनै न कुनै तरिकाले गजबको तागत प्राप्त गर्नेछौं ।

मैले लेख्ने कार्यलाई केही क्षण थाति राख्ने र मेरो बगैंचामा आज के के फुलेका रहेछन् भनेर नियाल्ने निर्णय गरें । मलाई त साँच्चिकै गजब

अनुभूति भयो, म संझन्छु–त्यो रात म मस्तसित निदाएँ । घाम झलमल लागिरहेको हुन्छ, मैले चार जनामध्ये तीन जना छोराछोरीसत गफगाफ गरिसकेकी हुन्छु । समय रातको १:३० मात्रै भएको हुन्छ । मेरो श्रीमानले मलाई त्यस बिहान गम्ल्याङ अँगालो मार्नुहुन्छ । यद्यपि, मेरो एक जना नाति कठिन समयमा गुज्रिरहेको हुन्छ, असल मित्रलाई क्यान्सर लागेको छ । मैले यस हप्ता धेरै काम गर्नु परेको हुन्छ । मेरो फोन पनि बिग्रेको हुन्छ । यदि हामीले आशाको बगैंचामा के के फुलिरहेका रहेछन् भनेर नियाल्न हमेसा समय निकाल्यौं भने कुनै पनि कुरा "समस्या" को श्रेणीमा पर्न आउँदैन ।

सायद, तपाईंले यो कुरा चाल पाउनुभएको छैन होला तर मलाई पक्का विश्वास छ – तपाईंको जीवनमा केही न केही कुरा सुन्दर फूलझैं फुलिरहेकै हुन्छ । म तपाईंलाई सुन्दर फूलझैं फुलिरहेका असल कुरालाई नियाल्न हौसला दिन चाहन्छु ।

आफ्नो वातावरण सुधार्नुहोस्

कहिलेकाहीँ हामीले आशाको निम्ति सङ्घर्ष गर्नुपर्ने हुन्छ । हामीलाई दलदलभित्र चुर्लुम्म डुबाउन खोज्ने संसारका आवाजहरुलाई हामीले ध्यान दिनुहुँदैन । नकारात्मक र उदासी नभएका मानिसहरुले घेरिएर रहनु हाम्रो निम्ति महत्त्वपूर्ण हुन्छ । हाम्रो जीवनमा कमसेकम आशावादी र आशा छर्ने कोही न कोही व्यक्तिहरु हुनुपर्दछ । जब हामीलाई दुःख परेको हुन्छ वा हामी पीडादायी समस्यासित जुधिरहेका हुन्छौं, त्यस बेला आफ्ना समस्याहरु बताउन सकौं भनेर मानिसहरुतिर आकृष्ट हुन सजिलो हुन्छ होला । आफ्ना मित्रहरुलाई आफ्नो दुःख–पीडा बाँड्नु वा प्रार्थनाको अनुरोध गर्नु गलत कुरा होइन तर जोहरु आफै निराश छन्, त्यस्ता व्यक्तिहरुलाई हामीले भरोसाको मित्रको रुपमा लिनुहुँदैन । तपाईंले कुनै नकारात्मक मित्रलाई म यस्तो समस्याको खाल्डोमा छु भनेर बताउनु होला तर उसले तपाईंलाई उल्टै भन्ला,"तिमीले

> *नकारात्मक आवाजहरुलाई बन्द गरिदिनुहोस् अनि आफूलाई आशाले गुट्मुट्याएर राख्नुहोस् ।*

मेरो समस्याको खाडललाई नदेखेसम्म तिमीले त साँच्चिकै समस्या त देखेकै हुँदैनौं ।" मैले कस्तो व्यक्तिको बारेमा भन्दैछु तपाईंले बुझ्नुभयो होला ।

म तपाईंलाई आफ्ना वरपरका परिवेशहरु सुधार गर्नुहोस् भनेर आज उत्साह दिन चाहन्छु । नकारात्मक आवाजहरुलाई बन्द गरिदिनुहोस् अनि आफूलाई आशाले गुट्मुट्याएर राख्नुहोस् । मेरो जीवनमा मलाई दैनिक रुपमा हौसला भरिदिने व्यक्तिहरु ल्याइदिनुहोस् भनेर परमेश्वरसित बिन्ती गर्नुहोस् । तपाईंका समस्याहरु मात्रै बल्झाइदिने व्यक्तिहरुसित सङ्गत गर्नुको साटो तिमीले विजय पाउन सक्छौं र तिम्रो साथमा परमेश्वर हुनुहुन्छ भनी तपाईंलाई हौस्याउने कुनै व्यक्ति खोज्नुहोस् ।

तपाईंले "मलाई अघि बढ्न नदिने नकारात्मक मानिसहरु मेरो वरिपरि धेरै छन् । मेरो काम नै दिक्कलाग्दो छ, सबैले दिनभरि गनगन मात्रै गर्दछ" जस्ता वाक्यहरु ओकल्दै आशाविहिनताको बहाना बनाउनु सजिलो हुन्छ । हो, यही बेला तपाईंले आशाको निम्ति सङ्घर्ष गर्नुपर्दछ ।

नकारात्मक विचार नभएका केही मानिसहरु पत्ता लगाउने जिम्मेवारी लिनुहोस् । र, बकमफुसे गफहरु नसुन्नुहोस् । गुनासो गर्नेहरुसित एउटै मेसमा खाना खानुको साटो फुत्त निस्केर डुल्न जानुहोस् । यदि तपाईंको घरमा नकारात्मक प्रभाव छ र तपाईं त्यहाँदेखि उम्कन सक्नुहुन्न भने तपाईंलाई आशाविहीन मानिसहरुदेखि बेलाबखत मध्यान्तर (Break) प्रदान गर्ने अन्य सकारात्मक सम्बन्धहरुले नकारात्मक प्रभावलाई प्रतिसन्तुलन गर्नुहोस् ।

आफ्नो जीवनमा परमेश्वरको वचन अध्ययनलाई प्राथमिकता तुल्याउनुहोस् । परमेश्वरको वचनमा हाम्रा शिरहरुलाई उच्च पार्ने र जुनै पनि परिस्थितिमा आशा दिलाउने सामार्थ्य हुन्छ ।

आराधनाका भजनहरु र असल बाइबल शिक्षा सुन्ने बानी विकास गर्नु पनि तपाईंले आफूलाई आशाले घेरेर राख्ने अर्को तरिका हो । आज प्रविधिहरु विकास भएका हुनाले पहिलेभन्दा अहिले जीवन–प्रदायक सन्देशहरु र प्रेरणादायी गीतहरु हेर्ने र सुन्ने अवसरहरु धेरै छन् । चाहे सि.डी. होस्, वा पोडकाष्ट (Podcast) होस् वा तपाईंको मोबाइलमा राखिने एप्स (Apps)

होस् वा भिडियो जे-जे भए पनि तपाईं र तपाईंको समयतालिकाको निम्ति सुविधाजनक भइदिएको छ। दैनिक रुपमा परमेश्वरको वचनले घेरिएर बस्न समय छुट्याउनुहोस् ।

सायद, शत्रुले हामीलाई दुष्टता रच्ने मानिसहरु र पीडादायी परिस्थितिहरुले घेरेर राख्छ होला तर परमेश्वरको वचनले भन्दछ–उहाँले हामीलाई आफ्नो उपस्थिति र असलै–असल थोकले घेरेर राख्नुहुन्छ ।

तपाईं मेरो आश्रय हुनुहुन्छ, तपाईंले मलाई दुःखबाट रक्षा गर्नुहुन्छ । तपाईंले मलाई उद्धारका गीतले घेर्नुहुन्छ ।

—**भजनसङ्ग्रह** ३२:७

पहाडहरुले यरुशलेमलाई घेरेझैं परमप्रभुले आफ्नो जनहरुलाई आज अनि सदासर्वदा घेरिराख्नुहुन्छ ।

—**भजनसङ्ग्रह** १२५:२

आफ्ना आशाहरु उच्च पार्नुहोस् !

यदि तपाईं आफ्नो जीवनमा नकारात्मकता, शंका, अनिश्चय, चिन्ता, नैराश्यले भेरिएर बस्नुभएको छ भने तपाईंको निम्ति परिवर्तन हुनुपर्ने समयचाहिँ यही हो । अबदेखि तपाईंले यी कुनै पनि थोकलाई आफ्नो जीवनको शासक बन्न दिनुहुँदैन । तपाईंले आफ्नो वातावरणलाई बदल्न सक्नुहुन्छ। तपाईं आशामा जिउन सक्नुहुन्छ। तपाईंको परिस्थितिमा परिवर्तन आउनुअघि नै तपाईंले आफ्नो मनमा परिवर्तन ल्याउन सक्नुहुन्छ। तपाईंले आफूलाई आशाको कैदी बनाउन र तपाईंले जीवनमा जे गुमाउनुभएको छ त्यसको दोब्बर हिस्सा परमेश्वरले नै फिर्ता गरिदिनुहुनेछ भनी उहाँको आशामा जिउने व्यक्ति बन्न सक्नुहुन्छ ।

अध्याय १२

कसैको प्रार्थनाको जबाफ बनिदिनु

तिमीहरु हरेकले आफ्नै हित मात्रै नखोज, तर अरुका हितलाई पनि हेर ।

फिलिप्पी २:४

"आशाविहिन परिस्थितिहरु कहीँ हुँदैनन्; आशाविहिन त मानिसहरु मात्रै हुन्, जोहरु परिस्थितिहरु बारे आशाविहिन भई हुर्केका हुन्छन् ।"

–क्लेयर बुथल्युस

यदि तपाईंले आफ्नो जीवनमा आशा र खुशी साँचो रुपमा अनुभव गर्न चाहनुहुन्छ भने अरु कसैलाई सहायता गर्नुहोस् । मलाई थाहा छ-यो कुरा सुन्दाखेरि अलिक निबुर्द्धिजस्तो लाग्दछ तर यो कामयापी हुन्छ । आत्म–केन्द्रित स्वार्थ हटाउनु र अरुहरुलाई आशिष दिन उपायहरु खोज्नुले तपाईंको मनलाई समस्याहरुदेखि पर लैजान्छ । र, तपाईंले शब्दहरु तथा सेवा–कार्यहरुद्वारा आशा र हौसला दिइरहनुहुन्छ भने तपाईंले जे–जे दिनुहुन्छ त्यसको कैयन् गुणा बढी फल प्राप्त गर्नुहुन्छ ।

किसानले करेसा बारीमा सागसब्जी लाउँदछ, उसले जमीनमा मसिना बीऊहरु छर्दछ । केही समयपछि किसानले करेसा बारीभरि आफू र आफ्नो परिवारलाई खाना उपलब्ध गर्ने सागसब्जीहरु प्राप्त गर्दछ । हामीले जे कुरा रोप्दछौं हामीले त्यही कुरा कटनी गर्नेछौं भनी परमेश्वरको वचनले मलाई अचम्मित तुल्याउँदछ । यदि हामी केही कुरा चाहन्छौं भने हामी सबैले केही न केही छर्न शुरु गरिहाल्नुपर्दछ !

कन्सास शहरमा अवस्थित *हार्ट टु हार्ट इन्टरनेश्नल* (Heart to Heart International) का संस्थापक गेरी मोर्श (Gary Morsch) फिजिसियन चिकित्सक हुन् । उनले विश्वका गरीब मुलुकहरुमा चिकित्सकीय उपकण र सामानहरु बाँड्ने कार्य धेरै गरेका छन् ।

अरुको सेवा गर्नुको शक्ति (The Power of Serving Others) नामक आफ्नो पुस्तकमा उनले भारतको, कलकत्तामा अवस्थित *मदर टेरेसा होम फोर दि डाइङ डेस्टिच्युट्* (अर्थात मृत्योन्मुख गरीबहरुका मदर टेरसा आश्रम) मा गरेको स्वयम्सेवाको कथा लेखेका छन् । मृत्योन्मुख गरीबहरुका आश्रम एउटा सेवकाइ केन्द्र हो, जहाँ मृत्युको मुखमा परिसकेका रोगीहरुलाई ल्याइन्थ्यो । उनीहरु हेरचाह गर्ने कोही नभएका र उपचारको निम्ति एकसुका पनि पैसा नभएका गरीब हुन्थे । उनीहरुलाई त्यस आश्रममा ल्याइन्थ्यो । त्यहाँ मदर टेरेसा र उनका स्वयम्सेवकहरुले ती रोगीहरुलाई सहायता पुऱ्याउँदथे । आश्रममा एकदमै डरलाग्दा रोगीहरु पनि देखिन्थे । गरीबहरुमध्यकै गरीबलाई दैनिक रुपमा त्यहाँ सेवासुषुश्रा गरिन्थ्यो ।

तड्कारो आवश्यकता देखेर आत्मबल साथै चिकित्सकीय दक्षताले पूर्ण मोर्श त्यहाँ आउँदा एकदमै उत्साहित भएका थिए । आशावादी भइकन उनले सोचे, 'यस ठाउँलाई म सेवा थलो बनाउनेछु । मेरो सहायताले गर्दा यिनीहरुले नाम परिवर्तन गर्न पर्ने हुन्छ ।' उनको हृदय ठीक ठाउँमा थियो, र उनका मनसायहरु असल थिए तर पछि आइपर्ने विषयमा भने उनी तयार भएका थिएनन् ।

जब उनी ९० जना स्वयम्सेवकहरु सहितको टोली लिएर सेवा गर्न आइपुगे, मधुर ब्रिटिश लवज बोल्ने मृदुभाषी सिष्टर प्रिस्किलाले जिम्मेवारीहरु बाँडफाँड गर्न थालिन् । मोर्शले सिस्टर प्रिस्किलालाई आफू डाक्टर भएको पहिचान दिन आफ्नो घाँटीमा होसियारपूर्वक स्टेथेस्कोप (Stethoscope) भिरे । सिस्टर प्रिस्किलाले पक्कै पनि डा.मोर्शलाई उनका व्यावसायिक क्षमता र प्रमाणपत्रहरुअनुसारकै महत्त्वपूर्ण जिम्मेवारी दिइन् होला कि ?

सबैलाई भिन्नाभिन्नै काममा खटाइसकेपछि सिस्टर प्रिस्किलाले आफ्नो सामु ठिङ्ग उभिरहेका अन्तिम स्वयम्सेवक गेरी मोर्शतिर हेरिन् । "मेरो पछि आउनुहोस्" सिस्टरले इशारा गरिन् । उनीहरु बिरामी तथा मृत्यु पर्खिरहेका मानिसहरुले भरिएको पुरुष वार्डमा प्रवेश गरे । डाक्टर मोर्शले मनमनै सोचे,"*पक्कै पनि मेरो जिम्मेवारी यही होला ।*" तर सिष्टर प्रिस्किला पुरुष वार्डदेखि फटाफट हिँड्दै अर्को वार्डमा पुगिन् । जीवनका

अन्तिम क्षणहरु गुजारिरहेका शक्तिहीन महिलाहरुले खचाम्खच महिला वार्डमा प्रवेश गर्दैगर्दा डा.मोर्शले अनुमान लगाए *"यहाँको समस्या पो झन बिकराल रहेछ । मलाई यहीँ नै खटाइन्छ होला"* तर सिस्टर प्रिस्किला अगाडि बढ्दै गइन् । जब उनीहरु खुला ठाउँमा भात पकाइरहेको ठाउँमा आइपुगे, डाक्टरलाई चिन्ता लाग्न थालेछ । उनलाई लागेछ,*"डाक्टरलाई चाहिँ भान्सा घरमा किन खटाउन खोजेका होलान् ?"* तर सिस्टर प्रिस्किला त किचेनदेखि पनि अझै उत्तै पो फटाटफट बढिन् ।

भान्सा घरदेखि बाहिरिँदै सिस्टर प्रिस्किलाले मोर्शलाई बाहिरपट्टिको साँघुरो गल्लीतिर लगिन् र डुङडुङ गनाइरहेको फोहोरको असाध्यै ठूलो रासतिर औंल्याइन् । दुर्गन्धले मोर्शलाई सासै रोक्लाजस्तो तुल्याइरहेको थियो । सिस्टर प्रिस्किलाले बेलिबिस्तार लगाइन्,"तपाईंले यो फोहोरको थुप्रोलाई ओसारेर तल खाल्डामा पुऱ्याउने काम गर्नुहोस् । तल दाहिनेपट्टि फोहोरको रास खातैखातै भइसकेको छ । तपाईंले यसलाई छोड्न सक्नुहुन्न ।" त्यसो भनिसकेपछि उनले डाक्टरलाई दुई ओटा बकेटहरु (Buckets) र एउटा साबेल (अर्थात अङ्ग्रेजीमा *शोभल* भनिन्छ) अनि बिदाइको मुस्कान दिइन् र त्यसपछि डाक्टरलाई काममा छोडेर हिँडिन् ।

डाक्टर मोर्श त्यहाँ रणभूल्ल अनि अलिकति अपमानित महसुस भई उभिए । उनी के गर्ने होला भनेर छक्क परे । के उनले जिम्मेवारी इन्कार गर्नुपर्दथ्यो ? के उनले नयाँ जिम्मेवारीको निम्ति अरु कसैसित कुराकानी गर्नुपर्दथ्यो कि ? केही मिनेटको विचार–विमर्श पश्चात उनले जे गर्नुपर्दथ्यो त्यही गरे । एउटा सम्मानित डाक्टरले सडेगलेका फोहोरहरु बकेटमा दिनभरि ओसारेर सिटी डम्पमा पुऱ्याए । त्यस दिनको अन्तमा, उनी पसिनाले लछ्रेप्रै भिजेका, ठुस-ठुस गनाएका थिए तर उनले वाकवाक लाग्ने फोहोरको पूरै रास हटाएका थिए ।

त्यस दिनका घटनाहरुले खिन्न र रीसले चुर हुँदै मोर्श भान्सा घर, महिला वार्ड, अनि पुरुष वार्ड हुँदै आफ्ना स्वयम्सेवकहरु भेला गर्न र आफूहरु बस्ने ठाउँतिर जानलाई फर्के । उनी ती विभिन्न वार्डहरु हुँदै फर्कने क्रममा उनले आफ्ना सेवाहरुलाई उत्तम प्रयोजनको निम्ति चलाइएको भए

हुनेथियो भन्ने अनुभूति नगरी रहन सकेनन् । भान्सामै सहयोग गर्न पाएको भए पनि त फोहोर फाल्नुभन्दा त उत्तम हुनेथियो । उनले सेवालाई त्यसरी बुझे । सिस्टर प्रिस्किलालाई अर्धमनले बिदाइ भन्न पर्खिरहेका बेला मोर्शले मदर टेरेसाका आफ्नै शब्दहरुमा लेखिएका एउटा सानो, हस्तलिखित सूचना देखे, जसमा "हामी महान् कार्यहरु गर्न नसकौंला तर महान् प्रेमले मात्रै सा-साना कार्यहरु गर्न सक्छौं" भनी लेखिएको थियो ।

त्यो पल नै गेरी मोर्शको परिवर्तनको मोड थियो । उनले भनेका छन्,"मेरो हृदय पग्लियो । मैले त मूल कुरा पो गुमाएको रहेछु । मैले त्यो पाठ सिक्नु अनिवार्य थियो । अरुहरुको सेवा गर्नु भनेको मैले कति जानेको छु भन्ने कुरा होइन रहेछ, वा कति धेरै डिग्री प्राप्त गरेछु भन्ने पनि होइन रहेछ वा मसित कुन ओहोदाका प्रमाण पत्रहरु छन् भन्ने पनि होइन रहेछ । यो त प्रेममा जे-जे सेवा गर्न सकिन्छ, त्योसित गाँसिएको सोच र उपलब्धता पो रहेछ ।"

गेरी मोर्श मदर टेरेसाको प्रिय मित्र बन्न पुगे, उनले अरुको सेवा गर्नुमा विशेष उद्देश्य भेटे । उनले भारतका गरीबहरुका गरीब बीचमा सेवा पुऱ्याउने उद्देश्यले धेरै समूहहरुलाई कलकत्तामा बारम्बार ल्याइरहे । उनका स्वयम्सेवक टोलीहरुमा त्यहाँको अनुभवले प्रभाव पारेको देख्दा उनी हर समय बहुत सन्तुष्टि प्राप्त गर्दथे । उनले उल्लेख गरेका छन्,"प्रायगरी स्वयम्सेवकहरु मजस्तै सोच बोकेर आउने गर्दछन् । तर अरुहरुको सेवामा संलग्न हुँने क्रममा स्वयम्सेवकहरु एक-एक गरी रुपान्तरित हुन पुग्दछन् ।"

आशा पाउन आशै बाँड्नुहोस्

प्रेरित २०:३५ ले भन्दछ :

...तपाईंहरुले पनि यसरी कडा परिश्रम गरेर निर्धाहरुलाइ मद्दत गर्नुपर्दछ। प्रभु येशूको वचन याद राख्नुहोस्, कसरी उहाँआफैले भन्नुभन्नुभएको छ कि लिनुभन्दा दिनु असल हो ।

येशूले भन्नुभएको छ– जब हामी अरुहरुलाई सहायता गर्दछौं तब खुशी प्राप्त हुँदछ । हामीचाहिँ त्यसको ठीक विपरीत कुरा सोच्दछौं । हामी

सोच्दछौं –यदि हामी आफैलाई मात्रै चासो दिन्छौं र खुशी पाउन साधना गर्दछौं भने हामीले खुशी प्राप्त गर्नेछौं । यदि हामीले धेरै पैसा कमायौं, प्रयाप्त सम्पति जोड्यौं भने, प्रशस्त लक्ष्यहरु हासिल गर्‍यौं भने, थोरै मात्रै गुमाउन पुग्यौं भने, बेस्सरी मान-प्रतिष्ठा प्राप्त गर्‍यौं भने मात्रै हामी खुशी हुनेछौं भन्ने धारणा हामीले पालेका हुन्छौं । यस्तो सोचले एक दिन हामीले खुशी प्राप्त गर्न सकूँ भन्ने हेतुले हामीलाई कडाभन्दा कडा परिश्रम गर्न बाध्य तुल्याउँदछ ।

म तपाईंलाई भन्न सक्छु, परिश्रम गरेर थकित भएका मानिसहरु यहाँ धेरै छन् । खुशी प्राप्त गर्ने परिश्रम त एकदमै थकानपूर्ण कदम हो । यो कुरा मलाई थाहा छ किनकि म पनि धेरै समयसम्म यसरी नै जिएकी थिएँ । मेरो जीवनका धेरै वर्षहरुसम्म म त एकदमै दुःखी इसाई थिएँ । म परमेश्वरलाई प्रेम गर्दथें तर म बडो मुस्किलले खुशी थिएँ । मलाई उदास बनाउन र मेरो दिन अँध्यारो तुल्याउन खास केही पनि निहुँ चाहिन्नथ्यो । यदि कारले ढ्यार्–ढ्यार् आवाज निकालेमा, मेरो श्रीमान मसित शनिबार बिहान समय नबिताएर गल्फ खेल्न जानुभएमा, मेरो कुनै नानीले मसित मुख फर्काएमा, मैले गर्नुपर्ने सबै काम गर्न नपाएमा, यदि केही भइहालेमा आजकोदिन राम्रो होला भन्ने सारा आशा नै गुमाउँदथें । अनि, खुशी पाउने प्रयासमा म जतिजति धेरै परिश्रम गर्दथें, त्यति नै बढी खुशी मदेखि भागेको आभास हुन्थ्यो ।

तर परमेश्वरले मलाई ती दिनहरुमा जीवनलाई मनोहर बनाउने धेरै तरिकाहरु देखाइदिनुभयो । मैले जतिजति परमेश्वरको वचन अध्ययन गर्दथें, मैले त्यति नै बढी मैले सोचिरहेका विचारहरु, मैले बोलिरहेका शब्दहरु, मैले जिइरहेको जीवनमा खुब प्रभाव पारिरहेका मेरा प्रवृतिहरु देख्दथें । मैले म आफ्ना भावनाहरु र मनोवेगद्वारा नियन्त्रित हुनुहुँदोरहेनछ भन्ने कुरा सिकें । परमेश्वरको सहायताले मैले भावना तथा मनोवेगभन्दा बाहिरको जीवन जिउन सकें । अनि, ख्रीष्टले मलाई जुन जीवन दिनको निम्ति मर्नुभयो सो जीवन उपभोग गर्न सक्षम भएँ ।

मैले यी एकएक विषयमा परमेश्वरको वचनका सिद्धान्तहरु लेख्ने र

सिकाउने कार्यमा धेरै वर्ष बिताएकी छु तर परमेश्वरले मलाई देखाउनुभएको सबैभन्दा सरल र अति शक्तिशाली एउटा कुराचाहिँ यो हो : यदि हामीले आशा र खुशी प्राप्त गर्न चाहन्छौं भने हामीले आशा र खुशी *बाँड्नु (दिनु)* पर्दोरहेछ । जब तपाईंले आफ्ना समस्याहरुदेखि नजर हटाएर अरुहरुका समस्यामा सहायता गर्न दृष्टि लगाउनुहुन्छ भने परमेश्वरले अति अचम्मको कार्य गर्नुहुनेछ ।

जब म आफ्ना खिन्नता र खाँचाहरु एकातिर पन्छाउँछु अनि मेरा वरिपरिका कुनै व्यक्तिलाई सहायता गर्नतिर केन्द्रित हुन्छु, मेरो पूरै मनोवृति परिवर्तन हुन पुग्दछ । "परमेश्वर, मलाई यो खाँचो छ" वा "प्रभु, मसित त्यो किन नभएको ?" भन्दै प्रार्थना गर्नुको साटो मैले "परमेश्वर, म आज अरु कसैलाई कसरी सहायता गरुँ ?" वा "प्रभु, अरु कसैको खाँचो पूरा गरिदिने मलाई अवसर दिनुहोस्" भन्दै प्रार्थना गर्न शुरु गरें । अरु कसैको प्रार्थनाको जबाफ बन्नलाई परमेश्वरले चलाउनु हुँदाखेरि अपार आनन्द हुनेरहेछ ।

सायद तपाईंले पनि जीवनमा यही कुरा महसुस गर्नुभएको होला । साँच्चिकै, लिनुभन्दा त दिनु झनै आशिषित कुरा रहेछ । तपाईंले कहिल्यै पनि खुशीको खाडल भर्न पुग्दो कमाउनु हुनेछैन, प्रयाप्त जोड्नु हुनेछैन, वा प्रयाप्त प्राप्त गर्नु हुनेछैन । रिक्तता कहिल्यै पनि तृप्त हुँदैन । तर आफूतिर दृष्टि लगाउन छोडेर बाहिरतिर नजर उठाउनुबित्तिकै तपाईंले यस्तो पनि हुन्छ र ? भनी कहिल्यै कल्पना नगरेको आशा र खुशी प्राप्त गर्नुहुनेछ ।

आफूतिर दृष्टि लगाउन छोडेर बाहिरतिर नजर उठाउनुबित्तिकै तपाईंले यस्तो पनि हुन्छ र ? भनी कहिल्यै कल्पना नगरेको आशा र खुशी प्राप्त गर्नुहुनेछ ।

गेरी मोर्श र उनका स्वयम्सेवक टोलीहरुझैं तपाईं पनि "अरुहरुको सेवामा संलग्न हुने कार्यमा रुपान्तरित" हुनुहुनेछ ।

मैले सहायता पुऱ्याउन सक्ने व्यक्ति देखाइदिनुहोस् भनेर म परमेश्वर सित दिनदिनै प्रार्थना गर्दछु । कुनै बखतमा परमेश्वरले मलाई निकै ठूलो कार्य गर्न निर्देशन दिनुहुन्छ, तर धेरैजसो समयचाहिँ उहाँले मलाई सा-साना कार्यहरु नै गर्न लगाउनुहुन्छ ।

कति पटक त सहयोग पुऱ्याउनु पर्ने कुरा लगभग थाहै पाइँदैन । आज मेरो घरमा एक जना मानिस ट्वाइलेट मर्मत गर्न आएको थियो । काम सिध्याइसकेपछि उसले तपाईंसित केही क्षण कुराकानी गर्न सक्छु कि भनेर अनुरोध गऱ्यो । मैले तुरुन्तै हुन्छ भनें । उसको श्रीमती र पाँच जना नानीहरु रहेछन् । आमा दिवसमा मेरी श्रीमतीलाई तपाईंको कुनचाहिँ पुस्तक दिँदा उपयुक्त होला भनी उसले मलाई सोध्यो । केही क्षण मैले उसको परिवार बारेमा कुराकानी गरें अनि त्यसपछि मैले उसलाई पुस्तक–दराजतिर लगें र तपाईंको श्रीमतीलाई उपहार स्वरुप कुनै दुई ओटा पुस्तकहरु छान्नुहोस् भनी अनुरोध गरें ।

यस सेवाको निम्ति केही मिनेट मात्रै लाग्यो र धेरै मूल्य पनि चुक्ता गर्नु परेन । तर उसको निम्ति भने यस सेवाले ठूलो महत्त्व राख्यो । जे होस्, दयाको त्यति सानो सानो कार्य गर्नु पाउँदा पनि आज म झनै खुशी हुन्छु भन्ने म विश्वास गर्दछु । मलाई पछुतो छ–यस्तो सुन्दर सिद्धान्त सिक्न मलाई धरै समय लाग्यो तर अहिले यो सिद्धान्त जान्न पाएकोमा म कृतज्ञ छु । हामीले जिन्दगीका हर दिनमा दयाका अनियोजित कार्यहरु (Random Acts) द्वारा आशाविहिनता विरुद्ध लड्न सक्छौं !

ठूलाले पनि सेवा गर्नुपर्दछ

अमेरिकन क्रान्तिको समयमा सानो सुरक्षा बार (Small defensive barrier) मर्मत गरिरहेका सेनाको एक हुलको नजीक भएर सादा पोशाकमा एक जना व्यक्ति घोडामा गइरहेका थिए । सेनाहरुका अगुवालेचाहिँ यसो-गर-उसो-गर भनेर निर्देशनमात्रै दिइरहेका थिए तर सहायता गर्न भने केही प्रयास पनि गरिरहेका थिएनन् । घोडामा आएका व्यक्तिले “तपाईंले किन काम नगर्नु भएको नि ?” भनेर सोध्दाखेरि सेनाको अगुवाले बडो सानपूर्वक जबाफ दिए, “महाशय, म त कर्पोरल हुँ नि !”

ती अपरिचित व्यक्तिले क्षमा मागे, घोडाबाट ओर्लिए अनि अति थकित सेनाहरुलाई सघाउन अघि बढे । काम फत्ते भयो, उनी कर्पोरल (Corporal) कहाँ फर्केर आए, अनि भने,“कर्पोरल महाशय, अर्को पालि तपाईंले यस्तै काम गर्नु पर्यो र त्यसका निम्ति तपाईंसित प्रयाप्त मानिसहरु भएनन् भने

तपाईं आफ्नो प्रधान सेनापति (Commander-in-chief) कहाँ जानुहोस्, अनि म आएर तपाईंलाई फेरि सघाउनेछु !" ती व्यक्ति अरु कोही नभएर अमेरिकाका राष्ट्रपति जर्ज वाशिङ्टन थिए ।

तपाईं जति ठूलो ओहोदाको व्यक्ति भए पनि अरु कसैलाई सहायता गर्न नमिल्ने म अति विशिष्ट व्यक्ति हुँ भन्ने भ्रमात्मक विश्वास कहिल्यै नपाल्नुहोस् । तपाईंले धेरै समयसम्म काम गर्नुभयो होला, तपाईंले आफ्नो व्यक्तिगत तथा व्यावसायिक जीवनमा धेरै कुरा हासिल गर्नुभयो होला, अनि तपाईंको नाममा आदरणीय उपाधिहरु वा सानदार उपाधिहरु जोडिएका होलान् तापनि आफूलाई विनित तुल्याउन र अरुहरुलाई सहायता पुऱ्याउन तपाईं कहिल्यै पनि अचाक्ली महत्त्वपूर्ण हुनुहुन्न । येशू उच्च अनि गौरवमय स्थानबाट आउनुभयो र तलभन्दा तल आफूलाई होच्याउनुभयो (फिलिप्पी २:७) । येशूलाई नम्रताको उदाहरणको रुपमा पछ्याउन धर्मशास्त्रले हामीलाई सिकाएको छ (फिलिप्पी २:५)

तपाईं जति ठूलो ओहोदाको व्यक्ति भए पनि अरु कसैलाई सहायता गर्न नमिल्ने म अति विशिष्ट व्यक्ति हुँ भन्ने भ्रमात्मक विश्वास कहिल्यै नपाल्नुहोस् ।

मैले विश्वव्यापी सेवकाइको प्रमुख (अध्यक्ष) बन्ने सौभाग्य प्राप्त गरेकी छु । कतिपय दिनहरुमा मैले धेरै ओटा निर्णयहरु गर्नुपर्दछ र धेरै ठाउँहरुमा जानुपर्दछ । परमेश्वरले मलाई दिनुभएका अवसरहरुको निम्ति म धन्यवादी छु तर मेरा जीवनका अति आनन्दमय पलहरु ओछ्यानमा बसेर भेटघाटमा बिताएका क्षणहरु वा स्टेजमा उभिएर प्रचार गर्न बिताएका समयहरुभित्र पर्दैनन् । मलाई यस्ता थोकहरु मन पर्दछ, जब म ***ह्याण्ड अफ होप*** (Hand of Hope) सेवकाइमार्फत मानिसहरुको सेवा गर्न पाउँदछु, त्यस्ता क्षणहरुचाहिँ मेरो जीवनको अति नै आनन्दमय र सन्तुष्टिपूर्ण पल बन्न पुग्छन् । जब-जब म आफ्ना स्वयम्सेवकहरुसित खडा हुन्छु र भोकालाई खाना बाँड्ने, तिर्खाएकाहरुलाई सफा इनार व्यवस्था गरिदिने, गरीबहरुलाई स्कुलका सामाग्रीहरु बाँडिदिनेजस्ता अरुहरुलाई आशिष दिने कार्यमा अलिकति समय बिताउँदछु, त्यस बेला हामीले जे गरिरहेका हुन्छौं त्यो गर्नुको औचित्य स्मरण हुन्छ । आशाको हातद्वारा अरु मानिसहरुमा सेवा

पुऱ्याउँदा म आफैले पनि नवीन तथा ताजा आशा र खुशी प्राप्त गरेकी हुन्छु। धेरै पटक मैले तेस्रो मुलुकमा थकित भएर मिशन फिल्ड छोडेकी छु तर मैले सेवा गर्न पाउने अवसरको यात्रादेखि भने कहिल्यै पछाडि हटेकी छैनँ।

लगभग २० वर्षअघि मैले हाम्रो सेवकाइको मिशन विभाग शुरु गरेकी हुँ। र, मलाई लाग्यो-यस विभागलाई आशाको हात भनेर नामाकरण गर्नुपर्दछ किनकि आशाविहिन मानिसहरुकहाँ आशा लिएर पुग्नुचाहिँ हाम्रो उद्देश्य थियो। मलाई लाग्दछ–यदि कुनै पनि व्यक्तिले अरुहरुसित नियमित रुपमा आशा बाँड्दछ भने उसका निम्ति आशाविहिन अनुभूति गर्नु असंभव हुँदो हो भन्नुचाहिँ उचित हुनसक्ला !

येशू ख्रीष्ट संसारको पाप उठाइ लैजान आउनु भएका परमेश्वरको पुत्र हुनुहुन्छ, तर उहाँ सेवा गर्न पनि पछि हट्नुभएन। मर्कूस १०:४५ मा येशूले म "सेवा लिनलाई होइन, सेवा दिनलाई र धेरैको प्राणको मोल तिर्न आएँ" भनेर उल्लेख गर्नुभयो। सुसमाचारका पुस्तकहरुमा येशूले अरुहरुलाई सहायता गर्नुभएको घटनाहरु देख्दछौं, जस्तै–भीडलाई खुवाउनुभएको, रोगी-बिरामीलाई निको पार्नुभएको, बालबालिकासित समय बिताउनुभएको, साथै चेलाहरु समेतका खुट्टा धुनुभएका घटनाहरु बारम्बार देख्दछौं।

येशूले हमेसा मानव–सेवा गरिरहनुभएको हुनाले उहाँले अरुहरुको सेवा गर्दा अनुपम आनन्द प्राप्त गर्नुभएको हुनुपर्दछ।

येशूले हमेसा मानव–सेवा गरिरहनुभएको हुनाले उहाँले अरुहरुको सेवा गर्दा अनुपम आनन्द प्राप्त गर्नुभएको हुनुपर्दछ। हामी उहाँका पाइलाहरुमा हिँड्न सकूँ भनेर उहाँले हाम्रो निम्ति यो उदाहरण छोड्नुभएको छ।

अनुकरणयोग्य कति महान् उदाहरण ! आवश्यकतामा परेका व्यक्तिहरुलाई आशा दिन साह्रै ठूलो नबन्नुहोस् नता धेरै व्यस्त नै हुनुहोस्। कुनै न कुनै व्यक्तिलाई आशिष दिन सकौं भनेर हरेक दिन त्यस्तो व्यक्तिको खोजी गर्न समय छुट्याउनुहोस्। सायद, तपाईंले दयाको सामान्य हाउभाव देखाउन सक्नुहुन्छ, वा उदारताको सागर्भित कार्य गर्न सक्नुहुन्छ, जे जे

भए पनि म तपाईंलाई आवश्यकतामा परेकोलाई सहयोग गर्न उत्साह दिन चाहन्छु । तपाईंले सेवा गर्नुभएको कारणले त्यो व्यक्ति मात्रै आशिषित हुनेछैन, तपाईं पनि त्यतिकै आशिषित हुनुहुनेछ ।

मानिसहरुलाई येशू प्रकट गरिदिनु नै उहाँको बारेमा बताउने सर्वोत्तम तरिका हो

परमेश्वरको भलाइले मानिसहरुलाई पश्चातापतिर डोऱ्याउँदछ भनेर भनी रोमी २:४ मा लेखिएको छ । यदि तपाईं आफ्ना मित्रहरु, छिमेकीहरु, सहकर्मीहरुप्रति असल भइदिनुभएमा उनीहरुमध्ये अधिकांश व्यक्तिहरु येशूलाई ग्रहण लालायित हुनेछन् भन्ने कुरा सुन्दा तपाईंलाई छक्क लाग्न सक्छ । कहिलेकाहीँ हरेक व्यक्तिलाई प्रचार गर्न छोडेर बरु हाम्रा वरिपरिका मानिसहरुप्रति दयालु बन्न पो थाल्नुपर्दछ । मानिसहरुप्रति साँचो अभिरुचि देखाएर, उनीहरुलाई आशिष दिएर, प्रार्थना गरिदिएर सहायता गर्न सक्छौं । साथै, हामीले उनीहरुलाई कसरी सेवा गर्न सक्छौं होला भनेर परमेश्वरसित अगुवाइ माग्न सक्छौं । अर्को शब्दमा भन्नुपर्दा, हामीले मानिसहरुलाई येशूको प्रेम "देखाउनु" पर्दछ !

याकूब २:१५–१६ ले भन्दछ :

यदि कोही भाइ वा बहिनी झुत्रे-झाम्रे छ, र त्यसलाई दिनहुँको भोजन अपुग छ, र तिमीहरुमध्ये कसैले त्यसलाई, "शान्तिसँग जाऊ, र न्यानो गरी बस, पेटभरि खाऊ" मात्रै भन्छ, तर त्यसको शरीरलाई चाहिने कुराचाहिँ दिँदैन भने, त्यसबाट के लाभ हुन्छ र ?

हामी "लौ, बिदाइ छ है, तिम्रोमा गरम लुगाहरु र प्रशस्त भोजन होस्" भन्ने व्यक्ति नबनौं । यदि कसैलाई केही कुराको खाँचो छ र तपाईंले उसको खाँचो पूरा गर्न सक्नुहुन्छ भने सहायता गर्नुहोस् । हामी अक्सर गरेर "म तपाईंको निम्ति म प्रार्थना गरिदिनेछु" व्यक्तिको खाँचोलाई बेवास्ता गर्दछौं । तर, हामीले के सहायता गर्ने होला भनेर परमेश्वरसित अगुवाइ पनि माग्दैनौं ।

मेरो बुझाइमा म स्वयम्ले सजिलै पूरा गरिदिन सक्ने खाँचोको निम्ति प्रार्थना गर्न र परमेश्वरलाई सो खाँचो पूरा गरिदिनु भनेर बिन्ती गर्नुपर्दैन तर सायद मैले त्यस्तो सहायता गर्न चाहेकी पनि हुन्न । यदि तपाईंले कसैलाई सहायता गरिदिनुहोस् भनेर परमेश्वरसित प्रार्थना गर्दैहुनुहुन्छ भने त्यो खाँचोको निम्ति आफूलाई पठाइदिन उहाँको निम्ति तयार हुनुहोस् ।

यदि तपाईंले कसैलाई सहायता गरिदिनुहोस् भनेर परमेश्वरसित प्रार्थना गर्दैहुनुहुन्छ भने त्यो खाँचोको निम्ति आफूलाई पठाइदिन उहाँको निम्ति तयार हुनुहोस् ।

रसियामा धेरै मानिसहरु भोकमरीको चपेटामा गुज्रिरहेका समयमा आफू टोलीको अभिन्न अङ्गको रुपमा बाइबल बाँड्न गएको थिएँ भनेर एक जना मानिसले आफ्नो कहानी सुनाएका थिए । बाइबल वितरक टोलीले रोटीको सानो टुक्रा र एक कचौरा रस पाउन प्रतीक्षारत व्यक्तिरुको पङ्क्तिमा बाइबल लिएर गए । जब एक जना मानिसले कुनै एउटा महिलालाई बाइबल थमाउने प्रयास गरे, उनले रिसाउँदै भनिन्,"तिम्रो बाइबलले मेरो भोको पेट भर्न सक्तैन ।" यस्तो लाग्दथ्यो, इसाईहरुले असल परमेश्वरको बारेमा त बताउँछन् तर ठोस तथा व्यावहारिक सहयोग नगरेकोले उनी इसाईहरुदेखि नाराज थिइन् । बाइबल बाँड्ने ती इसाईहरुले त्यो घटना कहिले बिर्सेनन् । कतिपय मानिसहरु समस्याले एकदमै ग्रस्त हुन्छन् । मलाई लाग्दछ, यदि हामीले उनीहरुको दर्दमा सबैभन्दा पहिला मल्हम लाउने केही कार्य गरेनौं भने उनीहरु सुसमाचार सुन्नसमेत असमर्थ हुन्छन् ।

वास्तवमा, यतिखेर मैले बाइबल दिनुहुँदैन भन्न खोरिहेकी छैनँ, तर मैले यति मात्रै भन्न खोजेकी हुँ कि हामीले परमेश्वरको वचन बाँड्नुबाहेक हामीले मानिसहरुको खाँचाहरु पनि पूरा गर्नुपर्दछ । हो, येशूले त्यही कार्य गर्नुभयो । येशूले मानिसहरुलाई वचन दिनुभयो साथै उनीहरुका आवश्यकता पनि पूरा गर्नुभयो । येशूले मानिसहरुलाई खुवाउनुभयो; उनीहरुका कुरा सुन्नुभयो । येशूले पिताको भलाइको बारेमा चर्चा गर्नुबाहेक अझै बढी कार्य गर्नुभयो; उहाँले यथार्थ रुपमै परमेश्वरको भलाइ प्रदर्शन गर्नुभयो ।

यदि तपाईंको वरिपरि येशूलाई जान्नु आवश्यक व्यक्तिहरु छन् भने उनीहरुलाई नयाँ तरिकाले सुसमाचार सुनाउने कोसिस गर्नुहोस् भनी तपाईंलाई उत्साह दिन चाहन्छु। येशू ख्रीष्टमा आशा भेटिन्छ भनी बताउनुको साटो उनीहरुलाई त्यही आशा दिइहाल्नुहोस् । उनीहरुका आवश्यकता के के छन् पत्ता लगाउनुहोस् अनि ती आवश्यकताहरु पूरा गर्न मलाई सहायता गर्नुहोस् भनी परमेश्वरसित बिन्ती गर्नुहोस्। सायद, उनीहरुलाई सागसब्जी चाहिएको हुनसक्छ । सायद, कारको लागि पेट्रोल चाहिएको हुनसक्छ, वा डाक्टरकहाँ जान पैसा चाहिएको हुनसक्छ । सायद, उनीहरुलाई रातभरि आरामले सुत्नको निम्ति नानी हेर्ने व्यक्ति चाहिएको हुनसक्छ ।

सायद, उनीहरुका कुरा सुनिदिने कोही व्यक्तिको जरुरी परेको हुनसक्छ। मानिसहरुप्रति येशूको प्रेम प्रकट गर्न तपाईंले जे-जे गर्नु परे पनि गर्न नछाड्नुहोस् । जब तपाईंले मानिसहरुका भौतिक आवश्यकताहरु पूरा गर्न उनीहरुलाई सहायता गर्नुहुन्छ, उनीहरु आफ्नो आत्मिक आवश्यकता बारेमा यति छिटो खुला भएको देखेर तपाईं नै अचम्म पर्नुहुनेछ ।

जब तपाईंले मानिसहरुका भौतिक आवश्यकताहरु पूरा गर्न उनीहरुलाई सहायता गर्नुहुन्छ, उनीहरु आफ्नो आत्मिक आवश्यकता बारेमा यति छिटो खुला भएको देखेर तपाईं नै अचम्म पर्नुहुनेछ ।

आफ्ना आशाहरु उच्च पार्नुहोस् !

जीवन भनेको आफ्नै निम्ति मात्रै होइन भन्ने कुरा बुझ्नु महत्त्वपूर्ण हुन्छ। जिन्दगीमा व्यक्तिगत कठिनाइमा गुज्रनु पर्ने अवस्था आउन सक्छ। जब हामी त्यस्तो अवस्थामा आइपुग्छौं, त्यस बेला *हामीलाई* सहायता गर्न, *हाम्रा खाँचाहरु* पूरा गरिदिन, *हामीलाई* यी कुरा अभाव भइरहेछ भनी आफूलाई *अनुभूति* भइरहेको थोक प्रबन्ध गरिदिनका निम्ति परमेश्वरसित प्रार्थना गर्ने विषयमा एकोहोरो ध्यान दिन सजिलो हुन्छ। तर तपाईंलाई सिधै असर पार्ने विषयहरुसित जुध्नुपर्दाखेरि पनि आफ्ना वरिपरिका मानिसहरुका बारेमा नबिर्सनुहोस् । तपाईंले जतातिर हेरे पनि त्यहाँ खाँचामा परेका

मित्रहरु हुन्छन्, आफन्तहरु हुन्छन्, सहकर्मीहरु हुन्छन्, छिमेकीहरु हुन्छन्, साथै पराइहरु हुन्छन् । सायद, तपाईंले त्यो खाँचो पूरा गरिदिनुपर्ने हुनसक्छ

आशा प्राप्त गर्ने उत्तम माध्यम भनेको नै आशा बाँड्नु हो । परमेश्वरको अर्थतन्त्रमा, अन्तिमचाहिँ पहिलो हुन्छ (मत्ती २०:१६ हेर्नुहोस्), सानोचाहिँ ठूलो हुन्छ (लूका ९:४८ हेर्नुहोस्), दुर्बलचाहिँ बलियो हुन्छ (योएल ३:१० हेर्नुहोस्), र जब तपाईं दिनुहुन्छ, तब तपाईंले प्राप्त गर्नुहुनेछ (लूका ६:३८ हेर्नुहोस्) । त्यसैले अगाडि बढ्नुहोस् अनि आफ्ना आशाहरु उच्च पार्नुहोस् । तपाईंले अरुहरुलाई उनीहरुका जिन्दगी जिउन सहयोग गर्नुभएमा तपाईंले पनि आफ्नो जिन्दगी मजाले जिउने पूरै नयाँ तरिका पत्ता लाउन सक्नुहुन्छ । वरिपरि नजर दौडाउनुहोस् अनि कसलाई सहायता गर्न सक्छुकि भनी हेर्नुहोस् । म तपाईंलाई प्रतिज्ञा गर्दछु—सहयोग गर्न पर्ने व्यक्ति फेला पार्न तपाईंले त्यति धेरै खोज्नु पर्नेछैन । तपाईंले चिनेकै कोही व्यक्तिले प्रार्थना गरिरहेको होला, र उसले परमेश्वरसित सहायता पाउँ भनी अहिले नै पुकार गरिरहेको होला । हुनसक्छ, तपाईं त्यस प्रार्थनाको जबाफ बन्न सक्नुहुन्छ !

अध्याय १३

आशा हाम्रो सहारा हो

हाम्रा आत्माको निम्ति दृढ र सुरक्षित लङ्गरको रुपमा यो आशा हामीसित छ ...

हिब्रू ६:१९

"आशा नगर्नुचाहिँ मूर्ख कुरा हो ।"

–अर्नेष्ट हेमिङ्वे, दि ओल्ड एण्ड शि (The Old Man and the Sea)

परमेश्वरले हामीलाई हाम्रा परिस्थिति जेजस्तो भए पनि त्यस अवस्थामा स्थिर रहेको र जीवनलाई आनन्दित तुल्याएको चाहनुहुन्छ । उहाँले हामी उहाँमै भरोसा राखेको र हर परिस्थितिमा आशावादी बनेको चाहनुहुन्छ । मलाई लाग्दछ, विश्वासी भएको हैंसियतमा हाम्रो जीवनको सबैभन्दा उत्तम गवाही भनेकै हाम्रो आनन्द हो । हामीले खुशी मनाउनुपर्ने थोकहरु हामसित धेरै छन् ! हामीले क्षमा पाएका छौं, चङ्गाइ पाएका छौं, साथै निर्बन्ध भएका छौं । हामीले स्वर्गमा अनन्तता बिताउन पाएका हौं भनेर हाम्रा निम्ति मार्ग तयार पारिदिनको लागि मात्रै येशू मर्नुभएको होइन, तर उहाँले यही पृथ्वीमा पनि दैनिक जीवन आनन्दले भरपूर भई जिउन सक्नेछौ भनी प्रतिज्ञा गर्नुभएको छ । क्रिस्चियनहरु यस ग्रहकै सबैभन्दा बढी खुशी मानिसहरु बन्नुपर्दछ !

क्रिस्चियनहरु यस ग्रहकै सबैभन्दा बढी खुशी मानिसहरु बन्नुपर्दछ !

परमेश्वरका छोराछोरी भए पनि हामीले दुःखकष्ट र सतावटहरु भोग्नुपर्दछ । कहिलेकाहीँ त्यस्ता समस्याहरुलाई हाम्रा विचारहरु, भावनाहरु साथै मनोवृतिलाई निर्देशित गर्न दिँदछौं । हामी ती कुरालाई हाम्रा मुस्कान

खोस्न दिन्छौं र दुःखी बन्छौं । मलाई विश्वास छ– हाम्रा अनुहारमा झल्कने परमप्रभुको आनन्द नै ख्रीष्ट येशूको निम्ति महान् विज्ञापन हो ! परमेश्वरलाई प्रेम गर्ने र आफ्नो जीवनमा उहाँकै उद्देश्य खोजी गर्नेहरुको जीवनमा परमेश्वरले सबै कुरालाई भलाइमै परिवर्तन गर्नुहुन्छ भन्ने हामीसित प्रतिज्ञा हुँदाहुँदै जुनसुकै कठिनाइले हामीलाई कति बेरसम्म दुःखी तुल्याइरहन सक्छ र ?

आनन्द र खुशी विलासी थोक होइनन् वा केवल विकल्प होइनन् । यी त ख्रीष्टमा जीवन हुनेहरुका निम्ति अपरिहार्य तत्त्वहरु हुन् । नहेम्याह ८:१० ले भन्दछ, "...उदास नहो, किनकि परमप्रभुको आनन्द नै तिमीहरुको बल हो ।" र, रोमी १४:१७ ले पनि भन्दछ, "परमेश्वरको राज्य...पवित्र आत्मामा धार्मिकता, शान्ति र आनन्द हो ।" यदि तपाईंले विजयी, हाररहित जीवन जिउनु हो भने आनन्द अत्यन्तै महत्त्वपूर्ण हुन्छ ।

आशा : बेखुशीको प्राकृतिक उपचार

आनन्द र आशा साथसाथै जान्छन् । जब तपाईं परमेश्वरले मेरो जीवनमा उदेकका कार्यहरु गर्नुहुनेछ भन्ने विश्वास तथा भरोसासहित आशामा साँच्चिकै जिउन थाल्नुहुन्छ, आनन्दको ओइरो लाग्दछ ! तपाईंले चाहनु भए पनि तपाईं हतोत्साहित वा निराश बन्न सक्नुहुन्न । आशा बेखुशीको प्राकृतिक उपचार हो ।

आशा बेखुशीको प्राकृतिक उपचार हो ।

यस क्षेत्रमा मेरो विश्वास ठीक छ कि छैन र यसले तपाईंको निम्ति फाइदा गर्दछ कि गर्दैन भनेर थाहा पाउन किन परीक्षण नगर्ने त ? तपाईंले कुनै समयमा खिन्न, निराश अनुभव गर्नुभएमा *परमेश्वरले समस्याहरुलाई मेरै भलाइमा परिणत गर्दैहुनुहुन्छ । त्यसैले मेरो जीवनमा असल कुरा हुनेछ* भनेर अपेक्षा गर्दैछु भनी सोच्नतिर लाग्नुहोस् । अब यही कुरालाई चर्को आवाजमा भन्ने कोसिस गर्नुहोस् । साथै, दिनभरि यही प्रक्रिया दोहोर्‍याइरहनुहोस् । यस कुराले तपाईंले कस्तो अनुभूति गर्नुहुन्छ भन्ने विषयसित सरोकार नराख्ला तर यो कुराचाहिँ सत्य हो ! यदि हामीले

परमेश्वरको वचनलाई हाम्रा भावनाहरुलाई अधीन गर्ने अवसर दियौं भने परमेश्वरको सत्यतासित हाम्रा भावनाहरुमाथि अधीनस्थ गर्ने तागत हुन्छ ।

परमेश्वरको भलाइमा हाम्रो आशा केन्द्रित हुन्छ भने त्यस आशाले हाम्रा बहुलट्ठी विचार र भावनाहरुलाई स्थिर पार्दछ । आशाले हामीलाई चुप गराउँदछ अनि उच्च दिलाशा जगाउँदछ । हाम्रो आत्मा (मन, इच्छा, भावनाहरु) ले परमेश्वरको प्रतिज्ञामा शान्ति प्राप्त गर्दछ । यदि मानिसमा आशा छैन भने, उनीहरु जीवनका हुरीमा स्थिर भएर रहन असंभव हुन्छ । उनीहरुसित आफूलाई स्थिर तुल्याउनको निम्ति नहल्ने कुनै जग वा आधार हुँदैन । यदि हाम्रो आशा परमेश्वरमा छैन भने हामीले संसारको के कुरामा चाहिँ स्थायी सुरक्षाको रुपमा भरोसा गर्न सक्छौं र ? इमान्दार रुपमा भन्ने हो भने, “संसारमा भरोसा गर्न सकिने कुरा केही पनि छैन ।”

खुशी हुने “कोसिस गर्दैछु” वा मेरा परिस्थितिहरु राम्रो नहुन्जेल मलाई निको अनुभव हुन सक्तैन भनेर सोच्नुभन्दा तपाईंको जीवनमा परमेश्वरको वचनलाई काम गर्न दिनुहोस् ।

जीवन साह्रै रमाइलो बन्न सक्छ । मैले धेरै वर्षअघि म जीवनलाई रमाइलो पार्नेछु भनी निर्णय गरें किनकि मैले पहिला त्यस्तो कहिले गरेकी थिइनँ । सेवकाइमै हुँदा पनि म अधिकजसो काम गरेको–गरेकै हुन्थें, खुब परिश्रम गर्दथें, खुब खट्दथें । अधिकांश दिनहरुमा मलाई ग्लानी भइरहन्थ्यो किनभने म आफ्नै कमिकम्जोरीहरुमा घोत्लिरहन्थें । फलतः मेरो जीवन दयनीय भयो । अन्ततः मैले महसुस गरें, येशूले त मलाई साँच्चिकै आनन्द दिन र मेरो जीवनलाई भरपूर तुल्याउन चाहनुभएको रहेछ (यूहन्ना १० :१० हेर्नुहोस्) । परमेश्वरको राज्यमा अन्य कुरा उपलब्ध भएझैं आनन्द पनि उपलब्ध छ, तर आनन्दलाई समातिरहन दह्रो सङ्कल्प जरुरत पर्दछ । शत्रुले तपाईंलाई आफ्नो जीवन उपभोग गर्नदेखि बञ्चित गराउने हर प्रयास गर्नेछ । शत्रुले तपाईंलाई तिमीसित शान्ति छैन, तिमी दण्डाज्ञाको जुवामुनि जिइरहेका छौ, र परमेश्वरले प्रेम गर्नुहुन्छ भनी तिमीमा विश्वासै छैन जस्ता झूट र धोकाबाजीद्वारा तपाईंलाई पत्यार गराउन कोसिस गर्नेछ । तपाईंले जुन बेला आशाहिन वा आनन्दरहित अनुभव गर्नुहुन्छ, तपाईंको मनमा

त्यस्तो सोच ल्याउने कामचाहिँ शैतानका हो भन्ने कुरा झट्टै महसुस गरेर त्यसको प्रतिवाद गरिहाल्नुहोस् !

तपाईंले आफ्नो जीवनको एकएक पाटोको निर्णय गर्न सक्नुहुन्छ। विषम परिस्थितिहरु माझ भए पनि वा आफूले माया गर्ने व्यक्तिहरुबाट टीकाटिप्पणी सहनु परे पनि तपाईंले आफ्नो जीवनको निर्णय गर्न सक्नुहुन्छ। तपाईंको आशा र आनन्दचाहिँ संसारका परिस्थितिहरुमा नभएर तपाईंको जीवनमा परमेश्वरले गर्नुहुने भलाइमा आधारित हुनेभएको हुँदा तपाईं खुशी बन्न सक्नुहुन्छ । जब हामी असल दिन आउनेवाला छ भनेर आशा तथा अपेक्षामा जिउँदछौं, आनन्द हाम्रो सामान्य सोचशैली बन्न पुग्दछ ।

तपाईंको आशा र आनन्दचाहिँ संसारका परिस्थितिहरुमा नभएर तपाईंको जीवनमा परमेश्वरले गर्नुहुने भलाइमा आधारित हुनेभएको हुँदा तपाईं खुशी बन्न सक्नुहुन्छ ।

सत्य कुराचाहिँ यो हो–तपाईंको आनन्द बद्लिंदो परिस्थितिहरुमा आधारित भएसम्म तपाईंका परिस्थितिहरु संभवतः कहिल्यै परिवर्तन हुनेछैनन् । हामीलाई मन नपर्ने परिस्थितिहरु हामीसित भएकाले बेखुशी हुनुको साटो येशूमा हामीले आशा पाएका हुनाले खुशी बनौं ।

संसारका अवस्थाहरु सधैं परिवर्तन भइरहन्छन् । मानिसहरु किन यति धेरै अस्थिर छन् भन्ने कुरा सजिलै देख्न सकिन्छ किनकि उनीहरु वरिपरिको हरेक थोक अस्थिर छन्, परिवर्तनशील छन् । कुनै चीज एक दिनको राम्रो ठहरिएला तर भावी दिनहरुमा त्यो कुरा त्यति उपयुक्त नठहरिन सक्छ । मानिसहरुले तपाईंलाई कुनै दिन मन पराउलान् तर पछिल्ला दिनहरुमा मन नपराउन सक्छन् । तपाईंले एक दिन जागिर पाउनुभएको होला तर सायद अर्को दिन नपाउन सक्नुहुन्छ । एक दिन तपाईंसित प्रयाप्त पैसा होला तर कुनै समयमा तपाईं नसोचेको आर्थिक खाँचोमा पर्न सक्नुहुन्छ । तपाईंका नानीहरुले कुनै दिन राम्रो गर्लान् तर अरु दिन उनीहरुले तपाईंले सिकाउनुभएका सबै थोक बिर्सेका हुन्छन् । यदि हामी आफ्नो भावनाद्वारा

वा परिस्थितिद्वारा डोरिंदैछौं भने हामी भावुक र अस्थिर व्यक्ति बन्नेछौं । प्रेरित याकूबले भनेका छन्– हामी हावाले यता र उता हुर्‍याएको छालझैं हुनेछौं (याकूब १:६) । पावलले भनेका छन्–हामी परिवर्तनरुपि पानीको छालले हुर्‍याएका पानीजहाज झैं हुन्छौं (एफिसी ४:१४) । यदि हामीसित आत्माको लङ्गरको रुपमा आशा छ भने विषम परिस्थिति वा निराशा बीचमा पनि हामी स्थिर र अडिग भइरहन सक्छौं ।

आँधी आउँदाखेरि पानीजहाजले सबैभन्दा पहिले लङ्गर खसाउने काम गर्दछ । जहाजलाई नउखेलिने थोकमा बेस्सरी बाँधेर राखिन्छ । चालकहरुको वरिपरि हावाहुरी बेस्सरी चलिरहेको हुन्छ, हरेक थोक हल्लिरहेको हुन्छ तर उनीहरु भने अविचलित हुन्छन् । उनीहरु समुद्रको पिँधनेर बेस्सरी अडिएका हुन्छन् । परमेश्वरप्रतिको हाम्रो आशाले पनि हाम्रो जीवनमा त्यस्तै काम गर्न सक्छ । हाम्रा वरिपरिको हरेक थोक चलिरहेको हुन्छ तर हामी भने उहाँमा स्थिर,अविचलित रहन्छौं ।

आशालाई माथि-माथि उँड्न दिऔं

संसारका चिन्ता-फिक्रीलाई हामीलाई थिच्न दिनुको साटो परमेश्वरमा हाम्रो आशालाई आफ्नो आत्माको लङ्गर बन्न दिन चाहन्छौं । परमेश्वरमा राखिएको आशाचाहिँ अपार आनन्द हो ; यो आनन्द संसारका चिन्ता-फिक्री र बोझले हरेर नलैजाने आनन्द हो । तातो हावा भरेको एउटा बेलुनको कल्पना गर्नुहोस् । यदि त्यस बेलुनलाई तलतिर खिच्दै गइन्छ र माथि जाने त्यसको क्षमतालाई डोरीले सीमित गरिन्छ भने त्यो जति माथि जानुपर्ने हो त्यति माथि जान सक्तैन । तपाईंको जीवनमा पनि यही कुरा लागू हुन्छ । यदि तपाईंले आफूमाथि चिन्ताको बोझलाई थिच्न दिनुहुन्छ र फिक्रीको डोरीले आफूलाई कस्नुहुन्छ भने परमेश्वरले तपाईंको निम्ति इच्छा गर्नुभएको जीवन तपाईंले अनुभव गर्नुहुनेछैन । म तपाईंलाई हौसला दिन चाहन्छु–तपाईंलाई बोझिलो बनाइरहन खोज्ने बोझदेखि उन्मुक्त हुनुहोस् । आशालाई लङगर बनाउने कुराचाहिँ चिन्ता–फिक्रीको बोझले थिचिनुभन्दा आकाश–पाताल फरक हुन्छ ।

तपाईंको जिन्दगीलाई बोझिलो बनाइरहन खोज्ने केही कुराहरु निम्न छन् :

अरु मानिसहरुजस्तै बन्ने खाँचो

म त अरु मानिसहरुजस्तै बन्नु रहेनछ नि भन्ने कुरा जब सिकें, त्यो सिकाइ त मेरो निम्ति साँच्चिकै उन्मुक्तिको सिकाइ थियो । हामी जो होइन ऊ बन्ने कोसिसमा स्वीकारको आशा आधारित हुन सक्तैन । परमेश्वरले मलाई उनीहरुजस्तै बन्न सृष्टि गर्नुभएको पनि होइन ! परमेश्वरले म नै हुनको निम्ति मलाई सृष्टि गर्नुभएको रहेछ !

तर मैले यो कुरा महसुस गर्नुअघि अरुले चाहेकोजस्तो बन्ने कोसिसमा धेरै वर्षहरु बिताएँ । म मेरो श्रीमानजस्तै सहनशील व्यक्ति बन्ने कोसिस गरें तर यो कुरा धेरै समय टिकेन । मेरो मण्डलीमा हुनुभएका पाष्टरका पत्नीहरुझैं शान्त स्वभावको र मृदुभाषी बन्ने प्रयत्न गरें, त्यो त झन मेरो निम्ति समस्या पो हुनपुग्यो । अरु मानिसहरुजस्तो बन्ने कोसिस गर्दागर्दा म त झनै निराश बन्न पुगें । तर म कसैको पनि प्रतिलिपि बन्नु पर्ने होइन रहेनछ...नता तपाईं नै त्यसो बन्नुपर्ने रहेछ ।

परमेश्वरले तपाईंलाई तपाईं नै बन्न सृष्टि गर्नुभएको हो । यदि तपाईंले आफ्नो जीवनलाई आनन्दमय तुल्याउनु हो भने परमेश्वरले तपाईंलाई जो व्यक्ति बन्न सृष्टि गर्नुभयो, त्यही व्यक्तित्व नै महत्त्वपूर्ण छ भनी तपाईंले सन्तुष्ट र सहज अनुभूत गर्नुपर्दछ । छिमेकीजस्तो बन्ने, वा सहकर्मीझैं हुने, वा मण्डलीको स्टेजमा गाउने कुनै बहिनीझैं बन्ने, हलिवुड अभिनेताझैं बन्ने प्रयत्नले त तपाईंको आनन्दलाई मात्रै खोसेर लैजानेछ । आफूलाई अरु कोहीसित तुलना नगर्नुहोस् । परमेश्वरले तपाईंलाई जो व्यक्ति बनाउनुभएको छ, त्यसैसमा आनन्दित हुनुहोस् ।

> *संसारमा भएको कोही पनि व्यक्ति तपाईंजस्तै ठ्याक्कै छँदैछैन । तपाईं त परमेश्वरको एक किसिमकै अनुपम सृष्टि हुनुहन्छ ।*

तपाईंले महसुस गर्नुभए पनि नभए पनि, तपाईंसित अद्धितीय दान-वरदानहरु, खुबीहरु छन् । बाइबलले भन्दछ—तपाईं "भयानाक रीतिले र उदेक किसिमले" बनिनुभएको छ

(भजनसङ्ग्रह १३९:१४) । परमेश्वरले तपाईंलाई आफ्नो इच्छाअनुसारको व्यक्ति बनाउनुभएको छ । संसारमा भएको कोही पनि व्यक्ति तपाईंजस्तै ठ्याक्कै छँदैछैन । तपाईं त परमेश्वरको एक किसिमकै अनुपम सृष्टि हुनुहन्छ ।

जब तपाईंमा *म यो व्यक्तिजस्तै हुन पाएको भए हुन्थ्यो* वा *मसित त्यो व्यक्तिको जस्तै खुबी भइदिएको भए हुन्थ्यो* भन्ने सोच आउन खोज्दछ, उनीहरुले पनि तपाईंले सोचेजस्तै सोचिरहेका हुनसक्छन् । सायद, उनीहरुले तपाईंकै बारेमा पनि सोचेका हुनसक्छन् । हामी सबैले यस्तै अनुभूतिहरु भोगिरहेका हुन्छौं, तर ती अनुभूतिहरुलाई आफूलाई थिच्न मौका नदिनुहोस् । परमेश्वरले तपाईंले जस्तो व्यक्ति बनाउनुभएको छ त्यसैमा खुशी रहने व्यक्ति बन्नुहोस् । तपाईंको आत्माले चाहिँ आशामा लङ्गर बनाओस् अनि तपाईंको आनन्दचाहिँ माथि–माथि उड्दैजाओस् ।

क्षमाहीनता

तपाईंले आफूलाई मन दुखाउने वा रिस उठाउने व्यक्तिलाई क्षमा दिन चाहनुहुन्छ भने क्षमा दिनु भनेकोचाहिँ तपाईंलाई बेस्सरी कसिररहेको डोरीलाई च्वाट्ट काट्नुजस्तै हो । तपाईंले क्षमा दिने निर्णय गर्नुहुन्छ भने आनन्द पुनर्स्थापित हुँदछ । कसैले तपाईंलाई चोट पुर्‍याएको छ भने म तपाईंलाई दुई ओटा कार्य गर्न सुझाउ दिन चाहन्छु :

१. परमेश्वरको आज्ञाबमोजिम क्षमा दिने निर्णय गर्नुहोस् ।

२. आफ्नो जीवनमा परमेश्वरले उचित व्यवहार गर्नुहुनेछ भनी परमेश्वरमा आशा राख्नुहोस् । परमेश्वरले हाम्रा अघिल्ला दुःखको साटो दोब्बर इनाम दिने प्रतिज्ञा गर्नुभएको छ (यशैया ६१:७) । परमेश्वरको प्रतिज्ञामा आशा राखेर इनामको अपेक्षा राख्नुहोस् !

हामी तीक्तता वा क्षमाहिनता पालिरहनुहुन्छ भने हामीले आफूलाई चोट मात्रै पुर्‍याइरहेका हुन्छौं । हामीलाई चोट पुर्‍याउने व्यक्तिहरुचाहिँ के असर पर्‍यो होला भनेर एकरति पनि सोच्दै नसोचिकन आफ्नै किसिमले चलिरहेका हुन्छन्, तर हामीचाहिँ आफ्नो जीवनलाई बर्बाद पार्न तीक्तताको

विषयलाई पूरै समय मौका दिइरहेका हुन्छौं । विगतको चोटले तपाईंलाई अर्को पटक फेरि खुम्च्याओस् । तपाईंलाई चोट पुऱ्याउने व्यक्तिलाई क्षमा दिनुहोस् । र, छुटकारा पाउनै नसक्ने पीडादेखि माथि उठ्न मलाई सहायता गर्नुहोस् भनी परमेश्वरलाई बिन्ती गर्नुहोस् ।

अतिव्यस्त जीवन

यदि आशा तपाईंको आत्माको लङ्गर अनि आनन्दचाहिँ तपाईंको जीवनशैली बन्न गइरहेको छ भने तपाईंले आफूलाई अलिकित काँटछाँट गर्नुपर्ने हुन्छ । तपाईंले फलदायी नभइरहेका कुरालाई छाँटेर जीवनलाई सरल बनाउनु पर्ने हुन्छ । तपाईंले कतिपय कुरालाई "हुन्न" भन्न सिक्नुपर्ने हुन्छ, र त्यसपछि पछुतो भाव राख्नु हुँदैन । आनन्द माथि-माथि उड्न सक्ने गरी जिन्दगीलाई हलुका बनाउनुहोस् !

मैले यो कुरा अनुभवबाट भनिरहेकी छु । पहिला-पहिला, म "मान्छेले यस्तो अतिव्यस्त जिन्दगी कसरी अगाडि बढाइरहन सक्ला ? मलाई त छुट्टी चाहिन्छ । मैले कहिल्यै पनि फुर्सदै पाउँदिनँ !" भन्दै गनगन गरिरहन्थें । एक दिन, परमेश्वरले मलाई यसो भनिरहनुभएको भएको आभास पाएँ, "तिमीले जे गरिरहेका छौं ती सबै तिमी गर्न चाहन्नौ भने सिर्फ त्यसलाई हटाइदेऊ । समय-तालिका बनाउने व्यक्ति त तिमी नै हो !" त्यो क्षण साँच्चिकै उन्मुक्तिको समय थियो । मैले नै सबै थोक गरिरहनु पर्दैनथ्यो । त्यसको निम्ति पछुतो पनि गर्न पर्दैनथ्यो । एकफेर सोच्नुहोस् त, परमेश्वरले हामीलाई व्यस्त बनेको चाहनुहुन्छ कि आनन्द भएको चाहनुहुन्छ होला ? मलाई लाग्छ– यसको जबाफ हामीलाई थाहा छ । त्यसकारण हाम्रा गतिविधिहरु हामीलाई नै बोझ नबन्ने किसिमले जे गर्न सक्छौं त्यही मात्रै गर्ने गरौं ।

कामको चाप घटाउनुहोस् अनि जे कुरा साँच्चिकै महत्त्वपूर्ण छन् ती मात्रै गर्नुहोस् । आफ्ना परिवार र साथीभाइहरुसित समय बिताउनुहोस् । परमेश्वरसित आफ्नो सम्बन्ध समधुर पार्नुहोस् । फुर्सदको क्षण निकाल्नुहोस् अनि आफूलाइ मनपर्ने गतिविधिमा रमाउनुहोस् ।

जीवनको चापलाई कम गर्नु र जीवनलाई रमाइलो बनाउनु अति महत्त्वपूर्ण कुरा हुन् । यदि खुशी नै प्राप्त गर्ने नसक्ने गरी तपाईं व्यस्त हुनुहुन्छ र निराश हुने गरी तपाईं असाध्यै व्यस्त हुनुहुन्छ भने तपाईं परिवर्तन हुनुपर्ने समय आएको छ । आफ्नो समय-तालिकालाई सरल, हुलका बनाउनुहोस् अनि परमेश्वरले तपाईंलाई आशिषको रुपमा दिनुभएको जीवन मजाले रम्न थाल्नुहोस् ।

हाम्रा जिन्दगीलाई बोझिलो पार्न सक्ने अनगिन्ती थोकहरु हुन सक्छन् । मैले त तीन ओटा कुराको मात्रै चर्चा गरेकी छु, तर म तपाईंलाई आफ्नो परिस्थितिअनुसार अझै अन्य बुँदाहरु थप्नुहोस् भनी सुझाव दिन चाहन्छु । चाहे माथि उल्लेख गरिएका तीन ओटामध्ये कुनै एउटा थोक होस् वा अरु नै कुनै थोक होस्, कदापि पनि शत्रुका झूटहरुले ङ्याक्न नपाओस् भनेर त्यसलाई इन्कार गर्नुहोस् ।

तपाईंले सधैँभरिलाई प्राप्त गर्ने आनन्दको उत्तम श्रोत

के तपाईंले कहिल्यै यसरी प्रार्थना गरेर भन्नुभएको छ,"प्रभु, मसित के गडबडी छ, मलाई थाहा छैन । मैले त आनन्द गुमाएको छु । म अन्योल छु–समस्या के हो ?" के तपाईं कहिल्यै आजको दिन धर्मशास्त्र उल्लेखित दैनिक-ज्योतिमा के लेखिएको रहेछ भनेर सरर हेर्न, वा मलाई उत्साह दिने धर्मशास्त्रको खण्ड भेट्छु कि भनेर बाइबल पाँच चोटी पल्टाएर परमेश्वरबाट जबाफ पाउन असाध्यै व्यग्र बन्नुभएको छ ? वा, परमेश्वरबाट केही निर्देशन मिलिहाल्छ कि भनेर केही समय क्रिस्चियन टेलिभिजन हेर्नुहुन्छ कि ?

एक साँझ मभित्रको घोर निराशाभित्र मलाई डुब्नदेखि बचाउने केही कुरा पाइन्छ कि भन्ने व्यग्र खोजीमा थिएँ । मेरो भान्सा कोठामा राखिएका बाइबल धर्मशास्त्रका पदहरुको चाङ भएकोमा गएँ अनि एउटा पद तानें, जुनचाहिँ रोमी १५:१३ थियो :

आशाको परमेश्वरले तिमीहरुलाई विश्वासद्वारा सम्पूर्ण आनन्द र शान्तिले भरिपूर्ण गरिदिऊन्, यस हेतुले कि पवित्र आत्माको शक्तिले तिमीहरु आशामा प्रशस्त हुन सक ।

परमेश्वरले मलाई म नकारात्मक भएको र आशावादी हुन छोडेकोले मेरो आनन्द हराएको कुरा देखाउन यो पद देखाउँदै हुनुहुन्छ भन्ने कुरा मलाई तुरुन्तै महसुस भयो । जहिले पनि परमेश्वर र उहाँका प्रतिज्ञाहरुमा विश्वास गर्नुहोस् ! कस्तो घटना घटिरहेको छ, कति नमीठो चोट लागेको छ, वा त्यो चोट कतिसम्म रहन्छ भन्ने कुराको प्रवाह नगरी परमेश्वरमा हमेसा विश्वास गरिरहनुहोस् ! यदि तपाईंले त्यसरी विश्वास गरिरहनुहुन्छ भने तपाईंमा आशा छल्किनेछ ! त्यही आशा तपाईंको आत्माको निम्ति लङ्गर बन्नेछ । हरेक परिवर्तनले ओल्टाइपोल्टाइ पार्ने दुधेबालक क्रिस्चिन बन्नुको साटो तपाईं परिपक्व क्रिस्चियन बन्नुहुनेछ । यसो भएपछि परमेश्वर तपाईंलाई हर समय आफ्नो प्रतिनिधि बनाउन सक्नुहुन्छ ।

आफ्ना आशाहरुलाई उच्च पार्नुहोस् !

आशा र खुशी अरु व्यक्तिहरुका निम्ति मात्रै हुनुपर्छ भन्ने कुरा होइन; यी त तपाईंले आफ्नो जीवनमा पनि अनुभव गरेको परमेश्वर चाहनुहुन्छ । शत्रुलाई आफ्नो आनन्द चोरेर लैजान नदिनुहोस् । परमेश्वरको सन्तानको हैसियतमा, तपाईंलाई प्रचुर मात्रामा आशिष दिइएको छ । तपाईंले आफूलाई म कति आशिषित रहेछु भनेर बोध गर्न हरेक दिन समय छुट्याउनुहोस् र त्यसपछि त्यही अनुभूतिले तपाईंलाई आनन्द देओस् ।

परमेश्वरले तपाईंलाई दिन चाहनुभएको सबै थोक प्राप्त गर्नदेखि तपाईंलाई बञ्चित गरेर तपाईंको जिन्दगी बोझिलो बनाउन खोज्ने कुराहरु धेरै हुनेछन् । तर तपाईंले एक दिन पनि बढी ती भारहरु वा बोझहरुले थिचिएर बस्नु पर्दैन । तपाईंले हरेक चिन्ता परमप्रभुमा राख्न सक्नुहुन्छ र त्यसको बदलीमा तपाईंले आनन्द प्राप्त गर्न सक्नुहुनेछ । त्यसले अगाडि बढ्नुहोस् अनि आफ्ना आशाहरु उच्च पार्नुहोस् । आशा तपाईंको आत्माको लङगर बनोस् । हाम्रा आत्माको निम्ति दृढ र सुरक्षित लङगरको रुपमा यो आशा हामीसित छ । यसलाई जसले कुल्चे पनि यो तोडिन सक्तैन (हिब्रू ६:१९) । आहा ! कति गजबको प्रतिज्ञा !

खण्ड ४

यहाँ आशा छ

किनकि हे परमप्रभु परमेश्‍वर, तपाईं मेरो आशा हुनुभएको छ । मेरो युवाकालदेखि नै मेरो भरोसा ।

भजनसङ्ग्रह ७१:५

बाइबलमा अति महत्त्वपूर्ण शब्दहरुमध्ये "अहिले" पनि एउटा त्यतिकै महत्त्वपूर्ण शब्द हो । येशूले भन्नुभयो, "म हुँ" र उहाँले यसो भन्न खोज्नुभएको हो : म अहिले यहाँ छु । तिमीले कुनै अर्को समयमा मलाई खोज्नु पर्दैन ! म यही छु ! आशा यही छ !

संसारले जे कुरालाई आशा भनेर सम्बोधन गर्दछ, त्यो पटक्कै साँचो होइन । संसारले परिभाषा गरेको आशा दुर्बल र अस्पष्ट छ, र वास्तवमा त्यसमा शक्ति पनि हुँदैन । त्यस्तो आशाले भविष्यको कुनै बिन्दुमा संभावित रुपमा हुन आउने कुनै कुराको महत्त्वलाई सदैव घटाउने कार्य गर्दछ । केही पनि निश्‍चित हुन्न । केही पनि स्पष्ट हुन्न । अहिले शून्यबाहेक केही हुँदैन !

परमेश्‍वरको छोराछोरीको हैंसियतमा, हामीले परमेश्‍वरले अहिले नै काम गरिरहनुभएको छ, र आत्मिक जगतमा असल कुरा सम्पन्न भइरहेको छ र यो कुरा हामी चाँडै नै देख्न पाउनेछौं भनी विश्‍वास गर्ने सौभाग्य प्राप्त गरेका छौं । परमेश्‍वरको अर्थतन्त्रमा पहिला विश्‍वास गर्नुपर्दछ र त्यसपछि मात्रै हामीले प्रतिफल देख्नेछौं । संसारले गर्ने आशाले चाहिँ परि स्थिति राम्रो बनोस् भनेर जे भए पनि "कामना" गर्दछ तर आँखाले देखिने गरी प्रमाणित नभएसम्म त्यो कुरा हुन आउनेछ भनेर त्यसमा साँचो आशा, साँचो विश्‍वास उपस्थित हुँदैन ।

अब्राहामसित आशा गर्नुपर्ने स्पष्ट कारण थिएन भन्ने कुरा हामीले सम्झनु पर्दछ । तर पनि उनले परमेश्‍वरले प्रतिज्ञा गर्नुभए बमोजिम पुत्र

प्राप्त हुनेछ भनेर विश्वासमा आशा गरे । परमेश्वरले यो हुन आउनेछ भनी गर्नुभएको प्रतिज्ञामा उनले "अपेक्षा" गरिरहेका थिए । उनको अपेक्षा वास्तविक थियो, अनि त्यो आशा *वर्तमान* (Now) थियो ।

पुस्तकको यस खण्डमा म तपाईंलाई भूतकाल वा भविष्यत्कालमा होइन तर वर्तमान कालमै जिउन सहायता गर्न चाहन्छु । परमेश्वरले तपाईंभित्र र तपाईंको जीवनमा काम गरिरहनुभएको छ भनी म तपाईंले अहिले नै विश्वास गरेको चाहन्छु ।

अब विश्वासचाहिँ आशा राखिएका कुराको निश्चय (पक्कापन, आधिकारिकता) र नदेखिएका कुराको दृढ भरोसा इन्द्रिय -गोचर नभए पनि वस्तुगत तथ्यको रुपमा सोच्ने विश्वास) हो ।

हिब्रु ११:१

अध्याय १४

भोलि कुरेर नबस्नु

हेर, ग्रहणयोग्य समय अहिले हो । मुक्तिको दिन अहिले हो ।

२ कोरिन्थी ६:२

“हिजो कहानी हो, भोलि रहस्य हो, आजचाहिँ परमेश्वरको वरदान हो, त्यसैले यसलाई हामी उपाहार (Present) भन्दछौं ।”

–बिल केने

लेखक लियो बुसकाग्लिया (Leo Buscaglia) ले एक पल्ट आफ्नी आमाको बारेमा कहानी बताएको थिए । उनले त्यस कहानीलाई पारिवारिक “दु:खको रात्री भोज” नामाकरण गरे । व्यवसाय फर्मको कोष लिएर आफ्नो साझेदार भागेको हुनाले उनको बाबुले घरमा आएर आफू टाट पल्टन गइरहेको कुरा बताएका रात थिया-त्यो । बुसकाग्लियाका आमा फुत्त बाहिरतिर लागिन् अनि भव्य भोज लगाउनको निम्ति आफ्नो गहना बेचिन् । परिवारका अन्य सदस्यहरुले उनलाई गहना बेचेको र त्यति धेरै खर्च गरेकोमा गाली गरे । तर उनले जबाफ दिइन्,“आनन्दको समय अहिले हो, हामीलाई आनन्द आगामी हप्तालाई चाहिएको होइन, अहिले नै चाहिएको हो ।”

> *कहिल्यै पनि स्थगित गर्न (भोलि सार्न) नहुने दुई कुरा हुन् – आशा र आनन्द ।*

म ती आमाको साहसिक कदम र बुद्धिमताको तारिफ गर्दछु। कहिल्यै पनि स्थगित गर्न (भोलि सार्न) नहुने दुई कुरा हुन् –आशा र आनन्द । अधिकांश मानिसहरु “भोलि” कुरेर बस्दछन्। उनीहरु भन्ने गर्छन्,“सायद, भोलितिर

परिस्थिति राम्रो बन्ला नि” वा “मलाई लाग्छ, सधैँ भोलि हुन्छ ” वा “यदि आजको दिन कटाउन सकें भने भोलि त पार लाइहाल्छु नि !”

यदि कसैले आशालाई भोलिसम्म स्थगित गर्दछ भने उसले आजको आनन्द अपेक्षा गरिरहेको हुँदैन । हामीलाई त्यस्तो किसिमको जीवन दिनको निम्ति येशू मर्नुभएको होइन । येशूले त आजै अनि प्रत्येक दिन हामीले हाम्रा जीवनलाई भरपूर आनन्दित तुल्याएको चाहनुहुन्छ ।

परमेश्वरले तपाईंलाई शान्ति, आनन्द, खुशी, आत्म–बल, साहस, स्वास्थ्य, स्वस्थ दिमाग, कृपा, आशिष, सबल वैवाहिक जीवनजस्ता यी सबै थोक आजै अनुभव गर्न थालेको चाहनुहुन्छ । तपाईंले प्रत्येक दिन सोच्नु हुँदो हो—आजको दिन त पूरै बेकारको दिन होलाजस्तो छ । सायद भोलिचाहिँ राम्रो होला कि । त्यसो हो भने परमेश्वरले तपाईंको जीवनको निम्ति राखिदिनुभएको आजको उत्तम थोक गुमाउँदै हुनुहुन्छ । यदि आज परमेश्वर तपाईंसित हुनुहुन्छ भने, उहाँ तपाईंसित हुनुहुन्छ । हो, सधैंभरि तपाईंसित हुनुहुन्छ । तपाईंले आनन्द मनाउन थाल्नको निम्ति भोलि-भोलि भनेर भविष्य कुरिरहनु पर्दैन । तपाईंले विजयी,प्रशस्त, आनन्दले भरपूर जीवन आजै अनुभव गर्न सक्नुहुन्छ । प्रेरित पावलले समयलाई आजै भनी सम्बोधन गरेका हुनाले हामीले परमेश्वरको आवाज सुन्नुपर्दछ र उहाँका प्रतिज्ञाहरु विरुद्धमा हाम्रा हृदयहरु कठोर पार्नुहुँदैन (हिब्रू ३:१५) । परमेश्वरले तपाईंको जीवनमा आज नै काम गर्नुहुन्छ, र उहाँले तपाईंले आजै विश्वास गरेको र आजैदेखि रमाएको चाहनुहुन्छ !

भजनसङ्ग्रह ११८:२४ ले भन्दछ, “आजको दिन परमप्रभुले बनाउनुभएको दिन हो, हामी रमाउँदै जाउँ र खुशी मनाउँ ।” परमेश्वरले उद्देश्यको खातिर आजको दिन बनाउनुभएको हो । उहाँले आजको दिन विशष कार्य गर्न चाहनुहुन्छ । के तपाईं त्यो विशेष कुरा प्राप्त गर्न तयार हुनुहुन्छ त ? आशावादी मानिसहरुले त यस पदले भनेअनुसारै ठ्याक्कै गर्दछन् : उनीहरु रमाउँछन्, खुशी हुन्छन् । बाहिर कस्तो किसिमको मौसम छ, उनीहरुलाई कस्तो मनमा लागिरहेको छ, अरुले जेसुकै भनून्, उनीहरुका सामु जतिसुकै विषम परिस्थितिहरु चाङ लागोस् संसारले जस्तोसुकै नराम्रो

खबर सम्प्रेषण गरोस् तिनको कुनै प्रवाह नगरी आशा उच्च भएका मानिसहरु भन्दछन्,"परमेश्वरले उद्देश्यसहित आजको दिन बनाउनुभएको छ । म त रमाउन र खुशी हुन गइरहेको छु । परमेश्वरले आज मेरो जीवनमा विशेष काम गर्नुहुनेछ भनेर मभित्र सुखद आशा जागिरहेको छ !"

म तपाईंलाई आफ्नै कहानी बताउन चाहन्छु । सन १९७६ तिर म आफ्नो जीवनको अवस्थाले गर्दा घोर निराशमा डुब्न पुगें । मैले सोचें–मैले जीवनमा अब कहिल्यै असल करा देख्दिनँ होला । म क्रिस्चियन नै भए पनि मैले जीवनमा हारैहार मात्रै अनुभव गरिरहेकी थिएँ । त्यही वर्षको फेब्रुअरी महिनाको एक बिहान गाडी चलाएर काममा गइरहेकी थिएँ, घोर निराश भएर परमेश्वरलाई बेस्सरी पुकारें । मलाई लाग्दछ–मेरो इसाई विश्वासमा मैले पहिलो पल्ट अनुभव गरेको त्यो नै साँचो विश्वास हो । त्यसपछि परमेश्वरले मेरो हृदयमा मैले तिम्रो अवस्थाको ख्याल गरिरहेको छु भन्ने निश्चयता मेरो हृदयमा राखिदिनुभयो ।

मेरा परिस्थितिहरुमा तत्कालै पनि परिवर्तन आएन तर ममा पूर्ण शान्ति छायो । मेरो जीवनमा आज असल थोक हुनेवाला छ भन्ने सुखद अपेक्षाले म भरिन थालें । मभित्र साँचो आशा जागृत भयो ! परमेश्वरले मेरो जीवनमा के गर्नुहुन्छ होला वा कहिल्यै गर्नुहुन्छ होला भन्दा पनि मेरो हृदयमा सो कुरा भइसकेको छ भन्ने मलाई थाहा हुन्थ्यो । त्यस क्षणदेखि म इमान्दार रुपमा भन्न सक्छु–मेरा प्रभावहरु परिवर्तन हुन शुरु गरे । ती परिस्थितिहरु कुनै पनि हदमा एकै चोटि त राम्रा भएनन् तर अलिअलि गर्दै दिनदिनै असल कुराहरु आउँदै गए ।

म बुझ्दछु – यो प्रश्न तपाईंको मनमा हुन सक्छ : "जोयस, यदि मैले आज मेरो जीवनमा असल कुरा हुनेछ भनेर विश्वास गरौंला तर भएन भने नि ?" सर्वप्रथम, म तपाईंलाई भनूँ–म दृढतापूर्वक विश्वास गर्दछु कि हरेक दिन असल कुरा आउँदैन । यद्यपि, हामीले असल कुरा प्रत्यक्ष नदेखौंला । दोस्रो, हामीले आशा गरेझैं ठ्याक्क असल कुरा प्राप्त नहोला । तर हामीले कुनै दिन असल थोक प्राप्त नगरे पनि असल कुरा प्राप्त गर्नेछौं भनेर आशाले हामीलाई अझै सुन्दर दिन पर्खाउँछ । अन्तमा, म तपाईंलाई भन्न चाहान्छु–मेरो जीवनमा फलाना दिन असल कुरा हुनेछ भन्ने विश्वास

गर्दै आशासहित भोलिपल्ट बिहानै फेरि उठ्नुहोस् । तपाईंले यस्तो जतिसुकै दिन गर्नु परे पनि यसो गर्न नछोड्नुहोस् । अनि, त्यसपछि तपाईंले परमेश्वर विश्वासयोग्य हुनुहुँदोरहेछ भनी चाल पाउनुहुनेछ !

निरन्तरता महत्त्वपूर्ण हुन्छ

निरन्तरताको अभाव हाम्रो एउटा ठूलो असफलता हो । अधिकांश मानिसहरुले कतिपय दिनहरुमा विजयी अनुभव गर्दछन् भने अन्य दिनहरुमा चाहिँ नमीठो पराजय अनुभूति गर्न पुग्दछन् । त्यसो हुनुको एउटा कारण भनेकै उनीहरुमा दैनिक निरन्तरताको अभाव हुनु हो । यदि तपाईंले हरेक दिन एकनास भइरहने वा निरन्तर लागिरहने अठोट गर्नुभएमा तपाईंको जीवनमा त्यसले ल्याउने विराट परिवर्तन देखेर तपाईं चकित बन्नुहुनेछ । हाम्रो जीवनमा यस्ता परिवर्तनहरु हामीले एक पल्ट गरेको सही कार्यले हुँदैनन् तर हामीले निरन्तर रुपमा गरिरहेको सही कार्यले मात्रै यस्ता परिवर्तनहरु आउँदछन् ! यदि तपाईं एक दिनमात्रै आशावादी बन्नुहुन्छ तर अर्को दिनचाहिँ बन्नुहुन्न भने यसको अर्थ हो–तपाईंले फल प्राप्ति रुचाउनुभएको छैन । यदि मैले तपाईंलाई आशाको विषयमा जे सिकाइरहेको छु सो सत्य हो भनेर विश्वास गर्नुहुन्छ र त्यसैअनुसार जिउने प्रण गर्नुहुन्छ भने आशाले निरन्तर भरपूर भई जिउने अठोट गर्नुहोस् । हामी जे सही छ त्यही गर्दछौं किनकि त्यो सही कुरा हो ! सही कार्य गर्न हामी प्रतिवद्ध छौं !

बेलुनलाई उड्न दिनुहोस्

चर्च अडोटोरियममा सम्पन्न एउटा सम्मेलनको बारेमा एक पल्ट सुनेकी थिएँ । सहभागीहरुलाई हिलियमले भरिएका बेलुनहरु दिइयो अरे । अनि, उनीहरुलाई हृदयको आनन्द व्यक्त गरिरहेका छौं भन्ने अनुभूति गर्दै ती बेलुनहरुलाई सेवा अवधिमा निश्चित बिन्दुसम्म उडाउन अनुरोध गरिएछ । सेवा अवधिभरि बेलुनहरु माथि–माथि उडिरहे, अनेकन पटक छत कटाइरहनु पऱ्यो, तर जब सङ्गति समापन भयो, तेस्रो बेलुनचाहिँ उडाउन बाँकी नै थियो रे ।

कुरा घतलाग्दो छैन त ? भीडमा भएका तेस्रो समूहका मानिसहरुले धेरै बेरसम्म पर्खिबसेर उत्सवमा सहभागी हुने र बेलुन उडाउने मौका नै गुमाएछन् । आशा र आनन्दले भरपूर भई जिउने अवसर पाएका परमेश्वरका छोराछोरीको हैंसियतमा परमेश्वरले हामीलाई दिनुभएको जीवन मजाले रम्न हामीले कुनै दिन भनेर भविष्य कुर्नु पर्दैन । हामीले त अहिले नै जीवनलाई आनन्दमय बनाउन सक्छौं ।

हामी "त्यो बेला" साँच्चिकै खुशी हुनेछौं र जीवनलाई मजाले रमाइलो पार्नेछौं भन्ने सोच भएका अधिकांश मानिसहरुले "त्यो बेला" लाई कुरिरहेका हुन्छन् । उनीहरु बिदाको "त्यो बेला", विवाहको "त्यो बेला", काममा सफलताको सिँढी चढेको "त्यो बेला", सन्तान जन्मेको "त्यो बेला", छोरोछोरीहरु हुर्केको "त्यो बेला", पति वा पत्नीले मीठो व्यवहार गरेको "त्यो बेला" कुर्दछन् । कुरो त छर्लङ्ग भयो होला नि !

म यस स्थितिलाई मेरो अनुभवसित जोड्न सक्छु । सेवकाइमा हुन मलाई साँच्चिकै आनन्द लागेको भए पनि म आफूले निर्वाह गर्नुपर्ने दैनिक जिम्मेवारीहरु तथा कार्यहरुमा सधैँ रमाइरहेको हुन्थिनँ । मैले त्यस क्षणमा जिउन सिक्नु परेको थियो । साथै, परमेश्वरले मभित्र र मद्वारा त्यस बेला जे गरिरहनुभएको थियो त्यसैमा रमाउन सिक्नु परेको थियो । मैले खुशी हुन सम्मेलन सकिएको "त्यो बेला", वा परियोजना पूरा भएको "त्यो बेला", वा विदामा बस्नु पाएको "त्यो बेला" कुर्नु पर्दैनथ्यो । परमेश्वरले मेरो जीवनमा त्यो बेला जे गरिरहनुभएको थियो त्यसलाई नै अङ्गिकार गर्न र त्यसैमा खुशी हुनुको महत्त्व देखाइदिनुभयो ।

तपाईंको निम्ति पनि यही कुरा सत्य हो । तपाईंको जीवनमा पनि हमेसा "त्यो बेला" आउनेछ । तपाईंका नानीहरुले तपाईंलाई आज खुब दिमाख तताइरहेका हुन सक्छन्, तपाईंको हाकिम आज रिसाएर बसेको हुन सक्छ, तपाईंको ज्यान आज दुख्न सक्छ, तपाईंको मन आज उदास भएको हुन सक्छ, तर ती कुनै पनि कुराले परमेश्वर तपाईंसित हुनुहुन्छ र तपाईंको निम्ति सुन्दर योजना छ भन्ने यथार्थलाई बदल्न सक्तैन । "आज" नै परमेश्वरको योजनाको महत्त्वपूर्ण हिस्सा हो ।

"आज" लाई भरपूर सदुपयोग गरौं

> *कुनै पनि आशावादी व्यक्ति निरन्तर रुपमा आशावादी भइरहन्छ, हरेक दिन आशा राखिराख्छ, अनि पूरै दिन अविरल आशा गरिरहन्छ ।*

भजनसङ्ग्रह ७१:१४ ले भन्दछ, "तर मचाहिँ निरन्तर आशा गरिरहनेछु, अझ धेरै तपाईंको प्रशंसा गर्नेछु ।" यस पदमा उल्लेखित मुख्य शब्दचाहिँ "निरन्तर" रहने आशा हो । कुनै पनि आशावादी मानिसले *कहिलेकाहीँ* वा *बेला-बेलामा* आशा राख्दैन । अनि, आशावादी मानिसले साँच्चिकै पनि परमेश्वरबाट असल कुरा प्राप्त गर्न भोलि कुर्दैन । कुनै पनि आशावादी व्यक्ति *निरन्तर रुपमा* आशावादी भइरहन्छ, हरेक दिन आशा राखिराख्छ, अनि पूरै दिन अविरल आशा गरिरहन्छ । म तपाईंलाई हरेक दिन असल कुराको सुखद अपेक्षा गर्दै निरन्तर आशामा जिउन सक्ने केही तरिकाहरु सुझाउन चाहन्छु ।

हरेक दिन एउटा साहसिक प्रार्थना गर्नुहोस्

यदि तपाईंसित आशा छ भने ठूलो कुराको निम्ति विश्वास गर्न तपाईं कहिल्यै डराउनु हुनेछैन । यथार्थमा, म त आशालाई विश्वास उभिने एउटा मञ्च हो भन्न रुचाउँछु । त्यसैले साहसिक प्रार्थनाको विषय लिएर परमेश्वरकहाँ आजै जानुचाहिँ एउटा गजबको तरिका हो । यदि तपाईंसित अझै पनि परमेश्वरसित बिन्ती बिसाउने मजबुत किसिमको आँट छैन भने तपाईंले आजै अपेक्षापूर्ण जीवन जिउनु सक्नुहुन्न ।

तपाईंको हृदयमा जे-जे भए पनि, यदि त्यो कुरा परमेश्वरको वचनसित मेल खाँदछ भने परमेश्वरसित निर्धक्कपूर्वक माग्ने आँट गर्नुहोस् अनि अपेक्षासहित प्रतिफल कुर्नुहोस् । परमेश्वरले हिम्मतवाला प्रार्थना मन पराउनुहुन्छ । परमेश्वरले त्यस्तो किसिमको प्रार्थना सुन्नुभएका घटनाहरु बारम्बार देख्न पाइन्छ ।र, अहिले पनि त्यस्तो प्रार्थना सुन्नुहुन्छ । आशालाई अभ्यासमा ल्याउनुहोस्, विश्वासमा खडा हुनुहोस्, अनि उहाँसित हिम्मतिलो कुरा माग्नुहोस् , त्यसलाई "अहिले नै" कार्यान्वयनमा ल्याइहाल्नुहोस् !

हरेक दिन केही न केही मनोरञ्जन कार्य गर्नुहोस्

कुनै बखतमा हामीले आफ्नो आनन्द गुमाउने भएको हुँदा आशा पनि गुमाउन पुग्दछौं । हरेक दिन जीवन खुशीमा जिउनुको साटो ऋणको बोझले हैरान बन्न पुग्छौं, अन्योलले हतोत्साहित हुँदछौं । त्यसो हो भने हरेक दिन केही न केही मनोरञ्जन किन नगर्ने त ? यसको अर्थ तपाईं सधैँ रमाइलो स्थलतिर घुम्नु पर्छ भन्ने होइन । तपाईंले साथीभाइसित कफि पिउन गएर, परिवारसित सँगसँगै कमेडी फिल्म हेरेर, वा पार्कतिर यसो टहल्न गएर वा तपाईंको मुहारमा जे-जे कुराले मुस्कान ल्याउँछ त्यही गरेर मनोरञ्जन गर्न सक्नुहुन्छ ।

यदि तपाईं निरन्त रुपमा आशाले भरपूर भइरहन चाहनुहुन्छ भने अपेक्षा अनुभूति जगाउने किसिमका रमाइला कार्यहरु गर्ने योजना बनाउनुहोस् । आशा र आनन्द सँगसँगै जान्छन् । त्यसकारण, मनोरञ्जनात्मक योजना बनाउनुहोस् अनि परमेश्वरको उपस्थिति र उहाँले तपाईंको जीवनमा दिनुहुने हरेक आशिषमा रमाउँदै दिन बिताउनुहोस् ।

हामी सबैलाई भविष्यमुखी मनोरञ्जनपूर्ण र आनन्दमय कुरा चाहिन्छ । आज मैले निकै घण्टादेखि लेखन कार्य गरिरहेकी छु । आजै केही बेरपछि केही साथीहरुसित कफि पिउने योजनामा छु, त्यसपछि सानोतिनो किनमेल गर्नेछु, अनि रात्री खानाको निम्ति बाहिर जानेछु । जब म दिनको योजना बनाउँछु, त्यसमा भविष्यमुखी गतिविधिहरु समेट्ने गर्दछु । जिन्दगी पछि रमाइलो पारुँला भनेर कुरेर नबस्नुहोस् । जिन्दगीलाई अहिले नै रमाइलो बनाउनुहोस् !

हरेक दिन कम्सेकम एक जनालाई आशिष दिनुहोस्

म कसैलाई आशिषित तुल्याउन सकूँ भनेर वरिपरि नजर लाउँछु, खोज्छु । अरुहरुलाई आशिषित तुल्याउनु साँच्चिकै गजब आशिष हुँदोरहेछ ! यदि तपाईं आफ्नो दिनलाई साँच्चिकै मनोहर बनाउनु चाहन्छु भने, अरु कसैको दिनलाई पनि त्यस्तै मनोहर तुल्याउन सहायता गर्नुहोस् । हुनसक्छ, तपाईंले कुनै व्यक्तिको निम्ति दिवा खानाको पैसा तिरिदिन सक्नुहुन्छ,

उत्साहका शब्दहरु बोलिदिन सक्नुहुन्छ वा कसैलाई तपाईं मेरो निम्ति महत्त्वपूर्ण हुनुहुन्छ, त्यसैले म तपाईंप्रति आभारी छु भन्न सक्नुहुन्छ ।

परमेश्वरसित म कसरी आशिषको पात्र बन्न र तपाईंको मार्ग अनुशरण गर्न सक्छु भनी बिन्ती गर्नुहोस् । जब तपाईं अरुहरुका आवश्यकताहरु पूरा गरिदिन खोज्नुहुन्छ, परमेश्वरले आफ्नो पनि आवश्यकताहरु पूरा गर्नुहुन्छ भनी आशा तथा विश्वास गर्न साह्रै सजिलो हुने रहेछ भनी अचम्मित हुनुहुनेछ । आशिषको पात्र बन्न बाँकी नराख्नुहोस् । आजै आशिषको पात्र बन्ने कार्य गर्नुहोस् ! अहिले नै आशिषको पात्र बन्नुहोस् !

हरेक दिन परमेश्वरले तपाईंलाई दिनुभएको आशिषको कम्सेकम एउटा तरिका लेख्नुहोस्

आशाचाहिँ धन्यवादिताको वातावरणमा मौलाउँदछ । यदि तपाईं निरन्तर रुपमा आशामा जिउन चाहनुहुन्छ भने परमेश्वरले तपाईंलाई आशिष दिनुभएका तरिकाहरु नियाल्दै हरेक दिन बिताउनुहोस् । परमेश्वरले तपाईंको जीवनमा दिनुभएका थुप्रै आशिषहरु देखेर तपाईं अचम्मित हुनुहुनेछ । परमेश्वरले मलाई यति धेरै आशिष दिनुभएको रहेछ भनेर अहिले तपाईंले जति धेरै महसुस गर्नुहुन्छ, म तीभन्दा पनि अझै ठूला आशिषहरु देख्नेछु भनी तपाईं त्यतिकै बढी आशावादी बन्नुहुनेछ ।

हरेक दिनको अन्तमा, आफूले पाएका आशिषहरु लेख्न एक क्षण समय निकाल्नुहोस् । “आशाको गवाही” दैनिकी बनाउन थाल्नुहोस् । कुनै दिनमा तपाईंसित लेख्न पर्ने एउटा वा दुई ओटा मात्रै आशिषहरु हुन सक्लान् तर अन्य दिनहरुमा चाहिँ एउटा सिङ्गै पाना भर्ने १० वा २० ओटा पनि आशिषहरु हुन सक्छन् । परमेश्वरले तपाईंको जीवनमा गर्नुभएका भलाइको विवरण राख्नुहोस् । अनि, जीवन्त आशाविना एक दिन जिउनु पनि कति गाह्रो हुँदोरहेछ विचार गर्नुहोस् ।

आफ्ना आशाहरु उच्च पार्नुहोस् !

अहिले नै आशालाई खडा हुन दिनुहोस् । परमेश्वरले गर्नुहुने कार्य पर्खनको निम्ति तपाईंले दिनहरु, हप्ताहरु, महिनाहरु, वा वर्षहरु बिताउनु

पर्दैन । उहाँ तपाईंसित हुनुहुन्छ, उहाँपहिलेदेखि नै तपाईंको जीवनमा क्रियाशील हुनुहुन्छ । परमेश्वरले जीवनमा गर्नुहुने महान् कार्य देख्न नचूकौं भनेर महान् जागरणको निम्ति प्रार्थना गर्नुहोस् ।

हाम्रो जीवनमा "अहिले" को शक्तिमा जिउनुको साटो "कुनै दिन" को आलटाल वा बहानामा जिउने परीक्षा हमेसा आइरहनेछ ।

हाम्रो जीवनमा "अहिले" को शक्तिमा जिउनुको साटो "कुनै दिन" को आलटाल वा बहानामा जिउने परीक्षा हमेसा आइरहनेछ । दिनका कठिनाइलाई तपाईंलाई परमेश्वरको भलाइप्रतिको अपेक्षा स्थगित राख्न खुशामदी गर्न नदिनुहोस् । अघि बढ्नुहोस् र आफ्ना आशाहरु उच्च पार्नुहोस् । आजै ठूलो कुरा प्राप्त हुनसक्छ । आजै अचम्मको कुरा हुनसक्छ । परमेश्वरले गर्नुहुने कुरामा विश्वास गर्न भोलि नकुर्नुहोस् । आजै विश्वास गर्नुहोस् ।

अध्याय १५

परमेश्वरको दृष्टिकोण अङ्गाल्नु

तर त्यो मानिस धन्यको हो, जसले परमप्रभुमा भरोसा राख्तछ, जसको आशा परमप्रभु हुनुहुन्छ ।

यर्मिया १७:७

"कष्टको उपत्यकालाई आशाको ढोका तुल्याउन सक्ने एक मात्रै व्यक्ति परमेश्वर हुनुहुन्छ ।"

-क्याथरिन मार्शल

तपाईंले कतिपय अवस्थामा परिस्थितिहरु कसरी भलाइमा परिणत हुन सक्दारहेछन् भनेर बुझ्नुहुन्न । के तपाईंले पहिला यस्तै अनुभव गर्नुभएको छ ? तपाईंले हरेक दिन आफ्नो बाइबल पढिरहनुभएको होला, सकारात्मक सोच कायम राख्ने हरप्रयास गरिरहनुभएकै होला, तपाईंलाई उत्साह दिने असल साथीहरु वरिपरि नै होलान्, तर जति कोसिस गरे पनि तपाईं निराशै भइरहनुभएको हुँदो हो । यदि यसो हो भने, हामीले यस पुस्तकमा अहिलेसम्म चर्चा गरिरहेको आशा तपाईंले अनुभव गरिरहनुभएको छैन । निश्चित रुपमा, तपाईंसित यो दिनभन्दा त्यो दिन अझै आशापूर्ण लागेका दिनहरु होलान्, तर तपाईंले आफूलाई कहिल्यै आशावादी व्यक्तिको रुपमा नठान्नुभएको हुनसक्छ ।

त्यस्तो अनुभव गर्ने व्यक्ति तपाईं मात्रै होइन । धेरै मानिसहरुले आशा प्राप्तिको निम्ति सङ्घर्ष गरिरहेका हुन्छन् । अझै धेरै व्यक्तिहरुलाई आशामा निरन्तर जिइरहनु झनै गाह्रो भइरहेको हुन्छ । आशाचाहिँ तपाईंका परिस्थितिहरुमा आधारित हुँदैन । आशा त ख्रीष्ट येशूमा मात्रै स्थापित हुनुपर्दछ । आशा तपाईंले इच्छा गरेकोले ठ्याक्कै प्रकट भइहाल्ने थोक

होइन । आशा त तपाईंले निरन्तर रुपमा बढाइरहनुपर्ने तथा हुर्काइरहनुपर्ने थोक हो । परमेश्वरको वचनको नियमित अध्ययन नै आशाको खुराकको आवश्क इन्धन हो । तपाईंले पर्खिरहनु पर्दैन–आशा यही छ । तपाईंले आजै आशा प्राप्तिको शुरुआत गर्न सक्नुहुन्छ ।

तपाईंले आशा अनुभूत गर्न पर्खन पर्दैन तर तपाईंले जीवनचाहिँ आशाविना दयनीय हुन्छ भन्ने कुरा आजै ठहर गर्न सक्नुहुन्छ । त्यसकारण किन त अहिले नै आशावादी शुरुआत नगर्ने त ! आजै उदेकको कुरा हुनेछ भनेर आशा अपेक्षा राख्नुहोस् !

परमेश्वरको दृष्टिकोण बुझ्नु वा अङ्गिकार गर्नु नै आशाको जीवन अर्थात असल कुरा हुनआउनेछ भनी सुखद अपेक्षाले भरपूर जीवन जिउनको निम्ति तपाईंले गर्नुपर्ने एउटा अति महत्त्वपूर्ण थोक हो । तपाईंले जीवनका परिस्थितिहरुलाई प्राकृतिक, शारीरिक नजरले हेरिरहेसम्म तपाईं सहाराहीन र पराजीत अनुभूति गराउने समस्यामा फँस्न लागिरहनुभएको हुन्छ । तर जब तपाईंले परमेश्वरको नजरद्वारा आफ्नो जीवनलाई हेर्न थाल्नुहुन्छ, आशा प्रबल भइहाल्छ ।

अब्राहामको परिवेशमा पनि यस्तै भएको थियो । उत्पति १५ अध्यायमा अब्राहामले निकै आशा गुमाएका थिए । परमेश्वरले अब्राहामलाई तँ धेरैको पिता बन्नेछस् भनी प्रतिज्ञा गर्नुभएको थियो (उत्पति १२:२ हेर्नुहोस्) । परमेश्वरले उनलाई तेरो सन्तानको हातमा कनानको भूमि पर्ने छ भनेर पनि प्रतिज्ञा गर्नुभएको थियो (उत्पति १२:५–७) तर अब्राहामले ती प्रतिज्ञा कसरी पूरा होलान् भनेर ठम्याउन सकेनन् । उनी परमेश्वरलाई प्रेम गर्ने मानिस थिए, उनी आशा कायम राख्न चाहन्थे, तर उनी सन्तानहीन थिए । अब्राहामको कुनै उत्तराधिकारी नै नभए पनि परमेश्वरले उनीबाट महान् जाति कसरी निर्माण गर्न गइरहनुभएको थियो त ?

उत्पति १५:२–३ मा हेर्‍यौं भने अब्राहामले यस्तो एउटा इमान्दार प्रार्थना गरेका थिए, जुन प्रार्थना हामी पनि सबै जना बेलाबेला गर्ने गर्दछौं । उनले प्रार्थना गरे,“परमप्रभु परमेश्वर, म त (सांसारिक रुपमा) सन्तानहीन भइरहेको व्यक्तिलाई तपाईं के दिन सक्नुहुन्छ ? ...” अनि त्यसपछि

अब्राहामले भन्दैगए, “हेर्नुहोस्, तपाईंले मलाई एउटै सन्तान दिनुभएको छैन ...” अब्राहाम साह्रै निराश भएका थिए । उनले आफ्नै मानवीय दृष्टिकोणले परिस्थितिहरु नियालिरहेका थिए, उनका दृष्टिकोणले उनलाई त्यति धेरै आशा जगाइरहेको थिएन ।

अब्राहामले त्यति ठूलो तस्बिर (दर्शन) नदेखेको चाल पाएर परमेश्वरले उनको जीवनमा उदेकको काम गर्नुभयो । उत्पति १५:५ ले भन्दछ :

अनि उहाँले तिनलाई बाहिर लगे भन्नुभयो, “आकाशतिर हेरेर तारा गन्न सक्छस् कि सक्दैनस्, गनिहेर ।” उहाँले तिनलाई भन्नुभयो, “तेरा सन्तानहरु पनि त्यस्तै हुनेछन् ।”

अब्राहामको दैनिक अवस्थामा, परमेश्वरले अब्राहामको आवश्यकता जान्नुहुन्थ्यो। अब्राहामको दृष्टिकोण परिवर्तन हुनु आवश्यक थियो। अब्राहामले एउटा सानो तस्बिर अर्थात एउटा सन्तानको निम्ति मात्रै आशाविहीन भएर प्रार्थना गरेको देख्दछौं । तर परमेश्वरले चाहिँ अब्राहामलाई असङ्ख्य सन्तानले आशिषित तुल्याउने योजना बनाउनुभएको थियो ।

त्यसैले परमेश्वरले अब्राहामलाई लगेर जानुभयो र अब्राहामलाई नयाँ दृष्टिकोण प्रदान गर्नुभयो : तारैताराले भरिएको आकाश । अब्राहामले परमेश्वरको दृष्टिकोण पाउनुबित्तिक्कै उनको आशा जीवन्त बन्नपुग्यो । रोमी ४:१८ ले भन्दछ,“‘तेरा सन्तान पनि यस्तै असङ्ख्य हुनेछन्’” भनेर परमेश्वरले भन्नुभएअनुसार, आशा पटक्कै नहुँदा पनि अब्राहामले आशा राखी विश्वास गरे, र यसरी उनी धेरैको पिता बने ।”

सानो तस्बिरमा नजर लाउनुभन्दा परमेश्वरले हामीलाई ठूलो तस्बिर देखाउन चाहनुहुन्छ–अर्थातको उहाँको तस्बिर देखाउन चाहनुहुन्छ किनकि उहाँको दृष्टिकोणले सबै थोक बदल्दछ ।

अब्राहामको कहानी एकदमै उत्साहपूर्ण छ । हामीलाई असल कुराले पनि बेलाबेलामा निराश तुल्याउन सक्दछ भन्ने कुरा यस कहानीमा देख्न सकिन्छ । प्रतिज्ञा पूरा हुने केही पनि छाँटकाँट देख्न नसकिंदा परमेश्वरलाई प्रश्न सोध्नु स्वाभाविकै हो ।

तर हामी शङ्का र हतोत्साहका यस्ता भावनाहरुमा फँसेर बस्नु हुँदैन । परमेश्वरले हामीलाई आशा र विश्वासले भरिए जिउनको निम्ति आफ्नो दृष्टिकोण प्रदान गर्न चाहनुहुन्छ। सानो तस्बिरमा नजर लाउनुभन्दा परमेश्वरले हामीलाई ठूलो तस्बिर देखाउन चाहनुहुन्छ–अर्थातको उहाँको तस्बिर देखाउन चाहनुहुन्छ किनकि उहाँको दृष्टिकोणले सबै थोक बदल्दछ।

परमेश्वरको चश्मा लाउनुहोस्

"परमेश्वरको चश्मा" भनेर मैले नामाकरण गरेका दृष्टिकोण अप्नाउऔं र कतिपय परिस्थितिलाई परमेश्वरकै नजरद्वारा हेरौं। उहाँले कुनै पनि परिस्थितिलाई हामीलेभन्दा फरक किसिमले हेर्नुहुन्छ । उहाँले हरेक थोकलाई शुरुदेखि अन्तैसम्म देख्नुहुन्छ ।

उहाँले तपाईंलाई कसरी हेर्नुहुन्छ ? उहाँले तपाईंलाई तपाईंले बुझ्नेभन्दा पनि बढी प्रेम गर्नुहुन्छ, त्यसैले तपाईंको जीवनको निम्ति उहाँको सुन्दर योजना छ । तपाईं कहिल्यै पनि एक्लो हुनुहुन्न किनकि परमेश्वर तपाईंकै साथमा हुनुहुन्छ । उहाँको क्षमादान तपाईंले गर्नुभएको कुनै पनि पापभन्दा ज्यादै प्रचुर छ । उहाँको कृपा हरेक दिन नयाँ हुन्छ । परमेश्वरले तपाईंलाई विश्वासी भएको हैंसियतमा शक्ति दिनुभएको छ । त्यसकारण अब तपाईंले हारपूर्ण जीवन जिउनु पर्दैन । तपाईं ख्रीष्टमा पूर्ण रुपले नयाँ तुल्याइनुभएको छ, तपाईंले नयाँ जीवन पाउनुभएको छ । सबै पुराना थोकलाई पछाडि थन्क्याएर अगाडिका थोकतिर नजर लाउनुहोस् । जब तपाईंले म ख्रीष्टमा छु र परमेश्वरले मलाई उहाँको पुत्रको बलिदानले यसरी हेर्नु हुँदोरहेछ भनेर चाल पाउनुहुन्छ, यसले तपाईंको जीवनशैली नै परिवर्तन गरिदनेछ ।

परमेश्वरले सृष्टिलाई हेर्नुभयो र भन्नुभयो–असल छ (उत्पति १:३१) । तपाईं पनि सृष्टिकै अङ्ग हुनुहुन्छट । तसर्थ, तपाईं असल हुनुहुन्छ । तर यो कुरा विश्वास गर्न तपाईंलाई गाह्रो पर्न सक्छ। मैले तपाईंको भौतिक शरीरको विषयमा इंगित गर्न खोजेकी होइन । प्रेरित पावलले भनेका छन्,"मभित्र कुनै असल कुरो बास गर्दैन । त्यो त मेरो देह रहेछ " (रोमी ७:१८) । हाम्रो दैहिक जीवन खोटपूर्ण भएको छ। त्यसकारण हामी सबैले भूल गर्दछौं । जब

परमेश्वरले “तिमी असल छौं भन्नुहुन्छ”,उहाँले नयाँ गरी पुनःसृष्टि गरिएको आत्मिक ‘तपाईं’लाई बारेमा इंगित गर्नुभएको हुन्छ !

किनकि हामी असल कामहरुका निम्ति ख्रीष्ट येशूमा सृजना गरिएका उहाँका हातका सीप हौं । हामी तीबमोजिम हिँडौं भन्ने हेतुले परमेश्वरले पहिलेबाटै यी तयार गर्नुभएको थियो ।

एफिसी २:१०

हामीले नयाँ सृष्टिका वास्तविकताहरु बुझ्नु र आफूलाई त्यहीअनुसार पहिचान गराउन थाल्नु अति महत्त्वपूर्ण हुन्छ । धेरै मानिसहरुले असल व्यवहार गर्दैनन किनकि उनीहरुले आफूलाई नराम्रो व्यक्ति ठान्छन्– उनीहरुले आफूलाई नराम्रो व्यक्तिका रुपमा विश्वास गर्दछन् । मानिसहरु प्रायःजसो पापमय जीवनशैलीमा फँसेर बसिरहेका हुन्छन् किनकि उनीहरुले आफू ख्रीष्टद्वारा छुटकारा पाइसकेको छु भनी विश्वास गरेका हुँदैनन् । उनीहरुले आफूलाई पहिलाजस्तै ठान्छन् । उनीहरुले नयाँ जन्मको वास्तविक शक्ति अर्थात कोही ख्रीष्टमा छ भने ऊ नयाँ सृष्टि भएको हुन्छ, पुरानो कुरा बितिसकेको छ, र सबै कुरा नयाँ भइसकेको छ भनेर बुझेका हुँदैनन् (२ कोरिन्थी ५:१७ हेर्नुहोस्) ।

बुझ्नु वा साँचो रुपमा विश्वास गर्न जतिकै गाह्रो भए पनि परमेश्वरले हामीलाई अहिले हामीलाई ख्रीष्ट येशूद्वारा धार्मिक व्यक्तिको रुपमा देख्नुहुन्छ।

किनकि हामी उहाँमा परमेश्वरको धार्मिकता बन्न सकौं भनेर पाप नचिन्नुहुनेलाई परमेश्वरले हाम्रा खातिर पाप बनाउनुभयो ।

२ कोरिन्थी ५:२१

लगभग जीवनभरि आफूलाई “बेठीक” अनुभूति गर्ने मजस्तो व्यक्तिले ख्रीष्टद्वारा धार्मिकताको सिद्धान्तको बारेमा थाहा पाएँ । यो ज्ञान मेरो निम्ति अचम्म किसिमको छुटकारात्मक र उदेक छ । म यो सिद्धान्त मानिसहरुलाई बुझाउन चाहन्छु ताकि उनीहरुले दिनप्रतिदिन आफूलाई सिद्ध देख्न नसकेकाले आफैलाई नै इन्कार गर्न नगरुन् । परमेश्वरसितको हाम्रो ठीक उभ्याइ (Right Standing) चाहिँ हामीले के गर्दछौं भन्ने कुरामा

आधारित हुँदैन तर ख्रीष्टले हाम्रो निम्ति के गरिदिनुभयो भन्ने कुरामा आधारित हुन्छ ।

हामीले परमेश्वरको प्रेम, स्वीकार, अनुग्रहको विषयमा जति-जति बुझ्दै जान्छौं, आशा हाम्रो निरन्तर सहयात्री बनेको हामी चाल पाउँदछौं । गत समय मैले कहिले आशाविहीन अनुभूति गरें इमान्दारपूर्वक संझन सक्तिनँ ! परमेश्वरमा बढ्दै र परिवर्तन हुँदै जाने क्रममा हामीले परमेश्वरमा भरोसा गर्न र सदैव दृढ आत्म-बल प्राप्त गर्न सिक्नुपर्दछ । परमेश्वरले उहाँप्रतिको हाम्रो प्रेम र प्रतिवद्धता देख्नुहुन्छ र उहाँसित हामीलाई ठीक सम्बन्धमा जिइरहेको व्यक्तिको रुपमा देख्नुहुन्छ ।

तपाईं को हुनुहुन्छ र तपाईंले के गर्नुहुन्छ भन्ने विषय बीच ठूलो अन्तर छ । त्यसकारण म मानिसहरुलाई उनीहरुले गर्ने “कार्य” देखि उनीहरुको “व्यक्ति” लाई अलग्याउन हौसला दिने गर्दछु । तपाईं परमेश्वरको सन्तान हुनुहुन्छ । तपाईंले नयाँ जन्म पाउनुभएको छ । तपाईं पवित्र आत्माले भरिनुभएको छ। आफ्नो भौतिक देहलाई हेर्नुको साटो परमेश्वरको दृष्टिकोण प्राप्त गरेर आफ्नो आत्मिक जीवनलाई नियाल्नुहोस् । परमेश्वरको वचनको ऐनामा आफैलाई नियाल्नुहोस् अनि ख्रीष्टमा आफ्नो पहिचान थाहा पाएर उत्साहित हुनुहोस् ।

म तपाईंलाई सङकष्टहरुमा पनि परमेश्वरको दृष्टिकोण अङ्गाल्नुहोस् भनेर अनुरोध गर्दछु । परमेश्वरको नजरद्वारा समस्याहरुलाई नियाल्नुहोस् । परमेश्वरले ती समस्याहरुलाई अस्थायी रुपमा देख्नुहुन्छ । कुनै पनि कष्ट सधैंभरि रहिरहँदैन । त्यसकारण, आफ्ना आशाहरु उच्च पार्नुहोस् । कारण, महत्त्वपूर्ण कुरा तपाईंले सोचेभन्दा पनि अझै वरतिरै हुन्छ । जब तपाईंले ईश्वरीय चश्माद्वारा नियाल्नुहुन्छ, तपाईं यसो भन्न बाध्य हुनुहुनेछ, “यो समस्या सधैंभरि रहनेछैन । म यसमाथि विजय भएर छाड्नेछु !”

“जब तपाईं साँघुरो ठाउँमा फँस्नुहुन्छ, र सबै कुरा तपाईंकै विरुद्धमा खनिएझैं लाग्छ, तपाईंलाई म एक मिनेट पनि टिक्न सक्तिनँ भन्ने लाग्छ तापनि हार नमान्नुहोस् किनकि त्यही ठाउँ र समयदेखि छाल तर्केर जानेछ !”

– ह्यारिएट बिचर स्टोवे

परमेश्वरले तपाईं उहाँसित भएर जिएको इच्छा गर्नुहुन्छ । निरन्तर अघि बढिरहने वा हरेस खाएर चुपचाप बस्ने तपाईंकै रोजाइ हो । परमेश्वरले हामीलाई आफ्नो प्रतिज्ञा दिनुभएको छ, तर स्थिर भएर बस्ने कि नबस्ने अनि जीवनको हरेक आँधीमा उहाँको बाटो कुर्ने कि नकुर्ने भन्ने कुराचाहिँ हामीमै निर्भर हुन्छ ।

वास्तवमा भन्नुपर्दा, परमेश्वरले हामीलाई सहायता गर्नुहुन्छ । उहाँले हामीलाई आफ्नो अनुग्रह, आफ्नो सामर्थ्य, र आफ्नो हौसला प्रदान गर्नुहुन्छ तर अन्तमा हामी अगाडि बढिरहने हो कि निच मारेर त्यतिकै बस्ने हो हामीले नै निर्णय गर्नुपर्दछ । परमेश्वरले हामीलाई दुःखमा अझै दह्रो बन्न सङकष्टलाई प्रयोग गर्नुहुन्छ, यो नै सङकष्टको एउटा फाइदा हो ।

यसैले नडरा किनकि म तँसित छु । निरुत्साहित नहो, किनकि म तेरा परमेश्वर हुँ । म तँलाई बलियो पार्नेछु ...

यशैया ४१:१० क

हामी कठिन अवस्थाबाट गुज्रनु परे पनि परमेश्वरले हाम्रो निम्ति त्यस कठिनाइलाई भलाइमै परिणत गर्नुहुन्छ भनी यस सुन्दर धर्मशास्त्रले बताउँदछ । उहाँले धेरै थोक गर्नुहुन्छ तर तीमध्येमा एउटा कामचाहिँ हामीलाई अझै बलियो पार्ने काम गर्नुहुन्छ । हामी दुःखमा अझै बलियो हुन्छौं । अर्को शब्दमा, हामीलाई जुन कुराले निराश तुल्याउँदथ्यो, हामीलाई भयभीत पार्दथ्यो, वा चिन्ति तुल्याउँदथ्यो, अब ती कुराले हामीलाई कति पनि चिन्तित तुल्याउँदैनन् ।

जिम खानामा तौल उचाल्ने व्यक्तिको मासपेशी बढ्नेछ, तर निश्चित बिन्दुमा आइपुगेपछि उसले आफ्नो मासपेशीलाई अझै दह्रिलो पारिराख्ने एक मात्रै उपाय भनेकै गह्रुङ-गह्रुङ भारहरु उचाल्ने कार्य गरिरहनु हो । जब हामी परमेश्रसित जीवनको कुनै क्षेत्रमा पदोन्नति वा प्रगतिको निम्ति बिन्ती गर्दछौं, परमेश्वरले हाम्रो निम्ति केही गरिदन अपेक्षा गर्नुअघि उहाँले हामीमा नै केही गरिदिनुभएको होस् भन्ने हामी अपेक्षा राख्न सक्तछौं ।

यसो भन्नुपर्ला, हामी पनि आत्मामा गह्ढङ-गह्ढङ भारहरु उठाउने अभ्यस्त बन्नुपर्दछ ।

उदाहरणार्थ, हाम्रो प्रेम प्रशस्त बढ्दै जाओस् भनेर प्रार्थना गर्न सक्छौं होला, तर त्यसको अर्थ यसो पनि हुन सक्तछ कि प्रेम गर्न कठिन मानिसहरुका छेउछाउ हामी पुग्छौं होला । एक पल्ट मैले प्रेम गर्न कठिन व्यक्तिलाई प्रेम गर्ने शक्ति पाऊँ भनेर एक पल्ट प्रार्थना गरिरहेको मलाई संझना आउँदछ ! दुई हप्तापछि म परमेश्वरसित मेरो जीवनमा अप्ठ्यारा खालका व्यक्तिहरु आएका हुनाले प्रार्थनामा गनगन गरिरहेकी थिएँ । उहाँले तिमी आफूलाई कहिल्यै झर्को नलगाउने प्रेमिलो व्यक्तिको वरिपरि मात्रै रह्यौ भने तिमीले कहिल्यै पनि अप्रिय व्यक्तिलाई प्रेम गर्न सिक्न सक्तेनौं भनी मलाई स्मरण गराउनुभयो ।

जब हामी परमेश्वरसित हामीलाई बृहत रुपमा चलाउनुहोस् भनी प्रार्थना गर्दछौं, आफ्नो निम्ति अवसरको प्रशस्त ढोका खुलेको र ती अवसरसँगसँगै विषम परिस्थितिहरु पनि आएका थिए भनी पावलले उल्लेख गरेका कुरा हामीले हेक्का राख्नुपर्दछ (१ कोरिन्थी १६:९) । शैतानले जुनै पनि असल कार्यको विरोध गर्दछ । उसलाई कुनै पनि बृद्धि तथा प्रगति मन पर्दैन तर यदि हामी स्थिर भइरहन्छौं भने परमेश्वरले हामीलाई छुटकारा दिनुहुनेछ साथै त्यही कष्टबाट हामीलाई आत्मिक रुपमा बढ्न तथा दह्रो हुन सहायता गर्नुहुनेछ ।

यसको अर्थ यो होइन कि हाम्रा समस्याहरुका कारक व्यक्तिचाहिँ परमेश्वर नै हुनुहुन्छ तर उहाँले ती समस्याहरुलाई हामीलाई धेरै किसिमले सहायता पुर्‍याउने हेतुले निश्चित रुपमा प्रयोग गर्नुहुन्छ । जब तपाईं चुनौतीपूर्ण वा पीडादायी परिस्थितिमा हुनुहुन्छ, त्यस परिस्थितिलाई साह्रै गाह्रो मात्रै नठान्नुहोस् बरु त्यसबाट असल कुरा आउन सक्छ भनी सोच्ने कोसिस गर्नुहोस् । जब आशाका सम्पूर्ण कारण हराउँछ, अब्राहामले झैं विश्वासद्वारा आशा राख्नुहोस् ।

तपाईंले महत्त्वपूर्ण घटना वा छुटकाराको प्रतीक्षा गरिरहनु हुँदा पनि परमेश्वरको दृष्टिकोणबाट नियाल्नुभयो भने असलै कुरा हुन गइरहेका

हुन्छन् । तपाईं आत्मिक रुपमा बढिरहनुभएको हुन्छ, तपाईंमा धैर्य विकास भइरहेको हुन्छ, तपाईंले परीक्षा सहन गरिरहनुभएको हुन्छ, अनि जब तपाईं यस्ता कुरा पार गरेर जानुहुन्छ, तपाईंले आफ्नो पदोन्नति भएको अनुभव गर्नुहुनेछ । अनि, तपाईंले आफ्ना परिस्थितिहरु परिवतन हुँदा पनि एक समानले परमेश्वरलाई प्रेम गरेर उहाँको महिमा गरिरहनुभएको हुन्छ ।

सङ्कष्ट, क्लेश तथा परीक्षा (Trials) अति महत्त्वपूर्ण हुन्छन् । परीक्षाले तपाईंलाई बिझ्झाउँछ, तर पनि ती महत्त्वपूर्ण हुन्छन् ! हामी सबै जना परीक्षाबाट गुज्रनु पर्दछ । तर सबै नै परीक्षामा सफलतापूर्वक पार हुँदैनन् । मैले प्रायः भन्ने गरेकी छु–कतिपय मानिससित परीक्षा गवाही (Testimony) बन्दछ तर अन्यको निम्ति चाहिँ परीक्षा विलाप (Moanies) बन्दछ ।

आशालाई आदत बनाऔं

तपाईंले आशालाई आदतको रुपमा विकास गर्न सक्नुहुन्छ ।

परमेश्वर दृष्टिकोण प्राप्त गर्नका निम्ति तपाईंले आफ्नो दैनिक जीवनमा केही नयाँ दैनिकी अर्थात केही नयाँ बानीहरु विकास गर्नुपर्ने हुनसक्छ । "आदत" भन्ने शब्द सुन्दाखेरि यसले तपाईंलाई खराब आदतहरु (किनकि यी दिनहरुमा खराब बानीहरुलाई बढी चासो दिइने प्रचलन छ) बारेमा सोच्ने बनाउन सक्छ तर तपाईंले असल आदत पनि त विकास गर्न सक्नुहुन्छ । विशेषतः तपाईंले आशालाई आदतको रुपमा विकास गर्न सक्नुहुन्छ । आशा तपाईंको आफ्नो प्राकृतिक चरित्र नबनुन्जेल तपाईंले आशालाई आदतको रुपमा विकास गर्दै लैजानुपर्दछ ।

अपेक्षाको मनोवृति अर्थात परमेश्वरले महान् कार्य गर्न गइरहनुभएको छ भनेर खोजिने, चाहना गरिने वा अपेक्षा गरिने कुरा तपाईंको जीवनमा सधैं सहज रुपमा आउने कुरा होइनन् । यो त आशाको मनोवृति हो, जसलाई तपाईंले दोस्रो स्वभाव वा आदत नबनुञ्जेल उद्देश्यसहित विकास गर्नुपर्ने हुन्छ । आफूलाई जहिले पनि असल कुराप्रति आशावादी बन्नु स्मरण गराइरहनुचाहिँ आशालाई आदतको रुपमा विकास गर्ने एउटा तरिका हो । हुनसक्छ, तपाईंले आशावादी हृदय बनाइराख्नको निम्ति आफ्नो घरभरि

आशा जगाउने खालका सूचनामूलक लेख (Signs) राख्न सक्नुहुन्छ ।

मैले नयाँ आदत विकास गर्न लाग्दाखेरि आवश्यक सबै खालका तौरतरिकाहरु अप्नाउँदा राम्रो हुन्छ भन्ने मलाई लाग्दछ। असल बानीहरुभित्र खराब बानीको निम्ति ठाउँ रहँदैन। त्यसकारण यदि हामीमा आशाको आदत छ भने हाम्रो मष्तिस्क र हृदयमा आशाविहीनता, हतोत्साह र नैराश्यको ठाउँ रहनेछैन।

हबकूक २:२ले भन्दछ :

तब परमप्रभुले मलाई जबाफमा भन्नुभयो, "तैंले यो प्रकाश-पाटीमा प्रस्ट गरी लेख् र समाचारवाहक त्यससित दौड्न सकोस्।

आफ्नो दर्शन लेख्नुहोस्। दर्शन लामो वा विस्तृत हुनुपर्छ भन्ने छैन। तपाईं आफैं र तपाईंका परिवार यताउता फर्कदाखेरि "सजिलै र झट्टै" सकिने खालका सा-साना सङ्केतहरु बनाउनुहोस्। निम्न कुरा देख्नुभएमा तपाईं कति आशावादी बन्नुहुथ्यो होला विचार गर्नुहोस् त !

- तपाईं बिहान दाँत माझ्न उठ्दाखेरि बाथ रुमको ऐनामा "आशा महत्त्वपूर्ण हुन्छ। परमेश्वरले तपाईंको जीवनमा आजै महत्त्वपूर्ण कार्य गर्नुहुनेछ भन्ने कुरा नभुल्नुहोस्" भन्ने लेखिएको देख्नुहुन्छ।
- तलतिर झर्दै गर्दा "आशा असल कुराको सुखद अपेक्षा हो। खुशी बन्नुहोस्। परमेश्वरले भविष्यमा असल कुरा दिन गइरहनुभएको छ" भन्ने लेखिएको देख्नुहुन्छ।
- खाजा बनाउन भान्सामा छिर्नु हुँदाखेरि, चुलादेखि माथिपट्टि "उत्साहित हुनुहोस्। परमेश्वरले आज अचम्मको थोक पकाउन दिनुहुनेछ" देख्नुहुन्छ।
- तपाईं काममा जानलाई कारभित्र छिर्नु हुँदाखेरि, नानीहरुलाई लिन विद्यालय जाँदाखेरि वा साथीलाई कफि खान भेट्दाखेरि "आफ्ना आशाहरु उच्च पार्नुहोस्। परमेश्वर आज तपाईंसित हुनुहुन्छ। र,उहाँ तपाईंलाई भलाइ गर्न पाउँदा खुब रमाउनुहुन्छ" लेखिएको देख्नुहुन्छ।

मलाई तपाईंको बारेमा थाहा छैन तर म त पहिले नै आशावादी भइसकेकी हुन्छु ! यदि तपाईं आशाको जीवन जिउन चाहनुहुन्छ भने जे-जे आइपरे पनि आशाको जीवन जिउनुहोस्। तपाईंको आशा खोसेर लैजान

खोज्ने दिनमा धेरै थोकहरु आउँछन् । आशाको सहायताले "आशा चोरहरु" लाई पछार्नेछु भनी निर्णय गर्नुहोस् । आशा प्रवर्द्धन गर्ने कुरालाई सबैतिर टाँस्नुहोस् ! यदि तपाईंमा नकारात्मक भावना आउने वा निराश हुने प्रवृति छ भने वा तपाईं त्यस्तै किसिमको जटिल परिस्थितिबाट गुज्रिरहनुभएको छ भने आशा जगाउने थोकलाई सबैतिर टाँस्नु औचित्यपूर्ण हुन्छ ।

तपाईं जति-जति माथि जानुहुन्छ, त्यति-त्यति छर्लङ्ग देख्नुहुन्छ

मैले सत्य बोल्नै पर्छ, म त्यति राम्रो पैदल-यात्री होइन । तपाईं राम्रो पैदल-यात्री हुनुहुन्छ होला तर मेरो निम्ति भने पदैल-यात्रा खासै रुचिभित्र पर्दैन । बिदाको समयमा मलाई जङ्गल-जङ्गल चहार्दै हिँड्नु वा पहाडतिर घुम्न जानुभन्दा आफ्नै नानीहरुसित समय बिताउन औंधि मन पर्दछ । मलाई यस्तो सुनाइएको थियो–जब पैदल-यात्रीहरु फर्कन्छन् र हामी कहाँ आइपुगेछौं भनेर अड्कल काट्ने प्रयास गरिरहेका हुन्छन्, ठाउँ पत्ता लगाउन उनीहरु अझै माथि जानुपर्छ रे । उच्च दृश्य-बिन्दुले पैदल-यात्रुहरुलाई अझै राम्रो दृश्य प्रदान गर्दछ । पैदल-यात्रीहरुले रुख चढ्न परोस् वा खुत्रुक-खुत्रक उकालो लाग्न परोस्, वा ठूलो ढिस्कामाथि चढ्न परोस्, उनीहरु माथि-माथि जानैपर्दछ । उनीहरुले हामी जति-जति माथि जान्छौं, त्यति पर-परको दृश्य देख्न सक्छौं भन्ने कुरा बुझेका हुन्छन् ।

मेरो विचारमा तपाईं र मेरो जीवनमा पनि यही कुरा आज लागू हुन्छ । हाम्रो दृष्टि सीमित भैदिनाले कतिपय अवस्थाहरुमा हामी कतातिर गइरहेका छौं भनी ठम्याउन हम्मे पर्दछ । हाम्रो दृष्टि सही नभएकोले हामी आफ्ना वरिपरिका परिवेशहरुमा रणभुल्ल बन्न सक्छौं र अब कतातिर जाने होला भनी अन्योलग्रस्त हुनसक्छौं । हाम्रा आशा र दिशाबोधलाई विगतका असफलताका पर्दाहरु, दुर्बल अपेक्षाको हुस्सु, नैराश्यको गल्छीले धुमिल बनाइदिएका हुन्छन् ।

परमेश्वरको दृष्टि प्राप्त गर्नको निम्ति तपाईं माथि-माथि जानैपर्दछ । तपाईं विगतको अकृतज्ञातादेखि टाढा जानैपर्दछ । तपाईं

आशङ्का र नैराश्यभन्दा माथि उक्लनै पर्दछ । यदि तपाईं उच्च अपेक्षा र उच्च आशाहरु रोज्नुहुन्छ भने मलाई पक्का विश्वास छ – तपाईंले नयाँ दृष्टि अर्थात ईश्वरीय दृष्टि चाँडै प्राप्त गर्नुहुनेछ । र, जब तपाईंले ईश्वरीय दृष्टि पाउनुहुनेछ, तपाईंले पहिला कहिल्यै देख्न नसक्नुभएको अझै टाढा-टाढा दृश्य देख्नुहुनेछ ।

आफ्ना आशाहरु उच्च पार्नुहोस् !

तपाईंले आफैलाई र आफ्नो जीवनमा आएका परिस्थितिहरुलाई नियाल्न तपाईंले रोज्नुभएको कोणमा आधारित भएर तपाईंले जिउन लाग्नु भएको जीवन निर्धारण गर्न सक्नुहुन्छ । यदि तपाईंले आफ्ना कमजोरीहरु र असफतलाहरुलाई नियालेर म त यस्तो पो व्यक्ति हुँ भन्नुहुन्छ भने, परमेश्वरले मेरो जीवनमा धेरै काम गर्नुहुन्छ भनेर तपाईंले आशा गर्नुहुनेछैन । र, यदि तपाईंले हरदम आफ्ना समस्याहरुतिर हेर्नुहुन्छ र तिनकै चर्चा गरिरहनुहुन्छ भने ती समस्याहरु पार लगाउन नसकिने समस्याको रुपमा देखिनेछ । त्यसपछि, आशामा टिकिरिहन तपाईंले धेरै सकस अनुभूति गर्नुहुनेछ ।

तर धन्यवाद होस्, अर्को पृथक दृष्टिकोण पनि उपलब्ध छ । तपाईं र तपाईंको जीवनप्रतिको परमेश्वरको दृष्टिकोण उत्तम दृष्टिकोण हो ...र, वास्तवमा त्यो दृष्टिकोणको मात्रै औचित्य रहन्छ । जब परमेश्वरले तपाईंलाई नियाल्नुहुन्छ, उहाँ प्रेमले भरिनुहुन्छ अनि तपाईंको जीवनको निम्ति उहाँले महान् सुन्दर योजना बनाइसक्नुभएको हुन्छ । यर्मिया २९:११ ले भन्दछ, “किनभने जुन योजनाहरु मैले तिमीहरुका निम्ति बनाएको छु, ती म जान्दछु,” परमप्रभु भन्नुहुन्छ । “ती तिमीहरुका उन्नतिका निम्ति हुन्,नोक्सानीको निम्ति होइनन्, तिमीहरुलाई आशा र भविष्य दिनलाई ।” त्यसैले अगाडि बढ्नुहोस् अनि आफ्ना आशाहरु उच्च पार्नुहोस् । परमेश्वरले विगतमा तपाईंलाई आशिष दिनुभएको छ, र उहाँले भविष्यमा पनि आशिष दिनेछु भनी प्रतिज्ञा गर्नुभएको छ । कुनै बेलामा यो कुरा कसरी होला त भनेर तपाईं निश्चित हुनु भएन भने राति बाहिर निस्केर आकाशका ताराहरु हेर्नुहोस् । परमेश्वरले अब्राहासित बाँध्नुभएको प्रतिज्ञा पूरा गर्नुभयो । र, उहाँले तपाईंसित गर्नुभएका प्रतिज्ञाहरु पनि त्यसरी नै पूरा गर्नुहुनेछ ।

अध्याय १६

रोजाइ तपाईंकै हो

कुनै कुरामा चिन्तित नहो, तर हरेक कुरामा प्रार्थना र निवेदनद्वारा धन्यवादसहित तिमीहरुको बिन्ती परमेश्वरमा जाहेर होऊन्, र समझले नै भ्याउन नसकिने परमेश्वरको शान्तिले तिमीहरुका हृदय र तिमीहरुका मनलाई येशूमा रक्षा गर्नेछन् ।

फिलिप्पी ४:६-७

"निराशापूर्ण परिस्थितिहरुमा आनन्दित हुने शक्ति नै आशा हो ।"

- जि.के. चेस्टर्टन

आशा यहीँ छ भनी थाहा पाउनु गजबको कुरा हो – आशाचाहिँ तपाईं र मेरो निम्ति यहीँ आजै उपलब्ध छ। तर त्यही सत्यताको यथार्थमा जिउनको निम्ति हामीले आशाको शत्रुलाई पराजित गर्नुपर्दछ–त्यो शत्रु चिन्ता हो ।

चिन्ता आशाको परम शत्रु हो । एकै समयमा आशा र चिन्ताले भरिनु असंभव हुन्छ। तपाईंले एउटालाई मात्रै रोज्नुपर्ने हुन्छ किनकि आशा र चिन्ता पूर्ण रुपमा अमिल्दा कुरा हुन् ।

एकै समयमा आशा र चिन्ताले भरिनु असंभव हुन्छ ।

आशाले जहिले पनि सम्पन्न हुन सक्ने असल थोक मात्रै देख्दछ ; चिन्ताले चाहिँ अमङ्गल कुरामात्रै प्रकट गर्दछ। चिन्ता अमङ्गल कुरासित जोडिएको हुन्छ । चिन्ता र डर बीच हातेमालो हुन्छ । अनि, हामीलाई आफ्नो यस्तो परिस्थितिमा के गर्ने होला भनेर सोच्ने बनाइदिन्छ । यदि यसो गर्न सक्छौं भन्ने अड्कल आएमा सायद हामीले अन्योललाई समाप्त गर्न सक्थ्यौं । अनि, बाइबलले हामीलाई बारम्बार चिन्ता बेकार हो, चिन्ता

गर्नुहुँदैन भने पनि हामीले सामना गर्न पुग्ने एउटा ठूलो समस्या भनेको चिन्ता नै हो । हाम्रा आफ्ना समस्याहरुलाई समाधान गर्न आफ्नै तागतमा भरोसा गर्ने प्रवृतिदेखि बद्लिएर परमेश्वरतिर पूर्ण रुपमा भरोसा गर्ने बन्नको निम्ति समय लाग्दछ ।चिन्तामाथि विजय हुने र आशाले भरिएर जिउने कुञ्जी प्रस्तुत गर्ने एउटा महत्त्वपूर्ण कथा सुनेकी थिएँ ।

एक जना पाष्टरले एक ठाउँदेखि अर्को ठाउँ गर्दै जहाजमा निकै लामो यात्रा गरेछन् । जहाजमा सूचना सञ्चार गर्दाखेरि सबैभन्दा पहिला "आफ्नो सिट बेल्ट कस्नुहोस्" भनी भावी समस्याहरु बारे प्रथम चेतावनी आयो । केही क्षणपछि शान्त आवाजमा भनिएछ,"अलि गडबडी होलाजस्तो देखिएकोले अहिले हामी पेय पदार्थहरु बाँड्नेछैनौं । कृपया, तपाईंको सिट बेल्टचाहिँ राम्ररी बाँधिएको होस् ।"

पाष्टरले जहाजको वरिपरि नजर दौडाउँदाखेरि अधिकांश यात्रुहरु विचलित भइरहेका देखेछन् । पछि, जहाज परिचारिकाले भनिछन्, "हामी असाध्यै क्षमाप्रार्थी छौं कि यस समयमा हामी खानाको सेवा दिन असमर्थ छौं । हाम्रो साम्‍ु अझै गडबडी छ ।" त्यसपछि बेस्सरी आँधी आयो । इन्जिनको चर्को ध्वनिमा पनि चट्याङको अनिष्टकर डरलाग्दो विस्फोटक आवाज सुनिन्थ्यो । बिजुली चम्कँदा अँध्यारो आकाश उज्यालो देखिन्थ्यो । एकै क्षणमा विशाल जहाज आकाशरुपि समुद्रमा ढलपल भयो । चर्को तुफानले गर्दा जहाज घरिघरि माथितिर हुतिन्थ्यो त घरिघरिचाहिँ जमीनमा धस्सिएलाझैं हुन्थ्यो ।

पाष्टरले आफ्नो वरिपरि भएका व्यक्तिहरुको चिन्ता र त्रासले आफूलाई पनि गाँजेको स्वीकारोक्ति जनाए । उनले भने,"जब मैले जहाजमा यताउता हेरें, प्रायः सबै यात्रुहरु चिन्तित र त्रसित भएको देखें । केही व्यक्तिहरु प्रार्थना गरिरहेका थिए । भविष्य अनिष्टकर देखिन्थ्यो । अधिकांश यात्रुहरुचाहिँ यस आँधीमा बाँचिएला नबाँचिएला भनेर अन्योलपूर्ण देखिन्थे । अचानक एउटा सानी ठिटीतिर मेरो पर्न गयो । यसो हेर्दा, उनलाई त्यो हुरीले केही पनि नभएको आभास हुन्थ्यो । उनी सिटमा खुट्टा दोबारेर टुक्रुक्क बसेको थिइन् । उनी एउटा पुस्तक पढिरहेकी थिइन्, उनको सानो संसारभित्र सबै थोक शान्त र अविचिलत देखिन्थे ।

उनी घरिघरि आँखा बन्द गर्दथिन्, अनि फेरि पढ्थिन् । अनि, त्यसपछि खुट्टा तिनिक्क तन्काउँथिन् तर उनको संसारमा चिन्ता र डर केही पनि थिएन । जब डरलाग्दो हुरीले जहाजलाई बेस्सरी हल्लाउँदथ्यो, अनि जहाज घरि यता र घरि उता गर्दै हुरिँन्थ्यो, जब जहाज डरलाग्दो गरी उचालिने र पछारिने हुन्थ्यो, जब वयस्क व्यक्तिहरु डरले अर्धमृत हुन्थे, तर ती अचम्मको ठिटी भने पूर्णरुपमा अविचलित र भयरहित थिइन् ।"

ती प्रभुका दासलाई आफ्नो आँखाले देखेको कुरा विश्वास गर्न कठिन भयो । जब जहाज आफ्नो गन्तव्य स्थलमा सकुशल अवतरण भयो, सबै जना यात्रुहरु हतारिँदै ओर्लनु कुनैआश्चर्यको कुरो भएन । हाम्रो पाष्टरचाहिँ निकै अघिदेखि आफूले नियालिरहेको सानी ठिटीसित कुरा गर्नलाई अलमली रहे । आँधी र जहाजको अवस्था बारेमा कुराकानी गरेपछि पाष्टरले ती सानी ठिटीलाई तिमी किन नडराएकी भनेर सोधे । बालिकाले भनिन्,"मेरो बाबाचाहिँ पाइलट हुनुहुन्छ, उहाँले मलाई घर लाँदैहुनुहुन्छ, त्यसैले म नडराएकी हुँ ।"

जिन्दगीको आँधीहुरी बीचमा पनि शान्ति अनुभूत गर्न सकिने यो कति सुन्दर दृष्टान्त ! त्यो सानी ठिटीलाई कति पनि डर लागेन वा उनी रतिभर पनि भयभीत भइनन् किनकि उनले आफ्नो बाबाले जे गरिरहनुभएको थियो त्यसमा भरोसा राखेकी थिइन् । सबै यात्रुहरुले मरिएला भनेर डर र चिन्ताले आँधीहुरीतिर मात्रै ध्यान दिए । तर त्यस्ता चिन्तित विचारहरु त्यस सानी ठिटीमा पटक्कै आएनन् । उनलाई लाग्यो– सबै थोक मेरै बाबुको नियन्त्रणमा छ । त्यसकारण, उनले त्यस विषयमा केही पनि चिन्ता लिनु परेन ।

यदि तपाईं आफ्नो जीवनमा चिन्तमाथि विजय हुन चाहनुहुन्छ भने, तपाईंले पनि त्यो सानो ठिटीको झैं सोच धारण गर्नुहोस् । जटिल परिस्थितिहरु आइपर्दा अनिष्टकर कुरा मात्रै मनमा खेलाउनुभन्दा चुपचाप बस्ने र विश्रान्ति अनुभूति गर्ने विश्वास धारण गर्नुहोस् ।

जटिल परिस्थितिहरु आइपर्दा अनिष्टकर कुरा मात्रै मन खेलाउनुभन्दा चुपचाप बस्ने र विश्रान्ति अनुभूति गर्ने विश्वास धारण गर्नुहोस् ।

उथलपुथल परिस्थितिहरु आउन सक्लान्, तपाईंका छेउका मानिसहरुले डरका सङ्केतहरु देखाउलान् तर तपाईंलाई मेरो स्वर्गीय पिता पाइलट हुनुहुन्छ भनेर थाहा नहोला तापनि तपाईंले यो कुरा जान्नुपर्दछ। तपाईंलाई उहाँले कुनै पनि हदमा हतास अवस्थामा छोड्नु हुनेछैन । उहाँ सदैव नियन्त्रणको परमेश्वर हुनुहुन्छ।

आँधीहुरीमा चुपचाप बस्नुहोस्

रोमी ८: २४–२५ ले आशाको बारेमा भन्दछ :

किनकि यही आशामा हामीले मुक्ति पाएका थियौं । अब देखिनेचाहिँ आशा त आशा नै होइन । किनकि देखेका कुराको आशा कसले गर्दछ र ? ***तर यदि हामी आफूले नदेखेका कुराको आशा गर्दछौं भने, धैर्यसाथ हामी त्यसको प्रतीक्षा गर्दछौं ।***

शान्तमुद्रा (Composure) भनेको के हो ? यसको अर्थ हुन्छ–हाम्रा भावनाहरु अर्थात संवेगहरु नियन्त्रणमा छन् । जब कुनै व्यक्ति भावनात्मक रुपमा व्याकुल हुन्छ, तपाईंले त्यस्ता व्यक्तिलाई भन्नुहुन्छ होला,“आफूलाई सम्हाल्नुहोस् ।” आशाले हामीलाई धैर्य र शान्तमुद्राको प्रवृतिमा परमेश्वरको प्रतीक्षा गर्न सघाउ पुऱ्याउनेछ भनी बाइबलले सिकाउँदछ । अर्को शब्दमा, हामीले परमेश्वरको प्रतीक्षा गरिरहने क्रममा हामी अविचलित रहन सक्छौं । हामी उद्विग्न र भयभीत्त हुनेछैनौं । हामीलाई त्यस्तै गराउने परिस्थिति आए पनि परमेश्वरले हामीलाई प्रेम गर्नुहुन्छ साथै उहाँले हामीलाई कहिल्यै त्याग्नुहुने छैन भन्ने यथार्थलाई संझेर त्यस्ता परिस्थितिमा विजयी हुन सक्छौं । निराश नबन्ने “कोसिस” मात्रै नगर्नुहोस् तर परमेश्वरले मलाई विगतमा यसरी छुटकारा दिनुभएको छ भन्ने कुराको स्मरण गर्दै चिन्ताग्रस्त सोचहरुसित जुध्नुहोस् र परमेश्वरले फेरि मलाई विजय दिनुहुनेछ भनी पक्का जान्नुहोस् । हामी पछारिन्छौं होला तर हामी कहिले पनि पराजीत हुनेछैनौं !

आशाले अविचलित निश्चलता र शान्तमुद्राको स्तर उकास्दछ। आशाले भन्दछ,“मेरा प्राकृतिक नजरले मेरो परिस्थितिको समाधान त देख्तिनँ तापनि

मेरो विश्वासले चाहिँ परमेश्वरले नै समाधान प्रदान गर्नुहुन्छ भनी म विश्वास गर्दछु ।" सधैँ याद गर्नुहोला–चिन्ताचाहिँ शक्तिको शतप्रतिशत वर्वादी हो । चिन्ताले हामीलाई मानसिक तथा भावनात्मक रुपमा गलाउँदछ । यसले पटक्कै केही पनि हित गर्दैन । चिन्ताले हामीबाहेक कुनै कुरालाई परिवर्तन गर्दैन ! यदि हामीले परमेश्वरले मात्रै हल गर्न सक्नुहुने उपाय नखोजेर आफ्नै सोचमा समस्याका समाधानहरु पागलझैं खोज्दछौ भने चिन्ताले हामीलाई भद्रगोल तुल्याउँदछ। परमेश्वर भद्रगोलको परमेश्वर हुनुहुन्न, उहाँ त शान्तिको राजकुमार हुनुहुन्छ । तपाईंको जीवनमा हरेक कुरा नियन्त्रण बाहिरझैं अनुभूत भएका दिनहरुमा पनि तपाईं आशामा जिएको परमेश्वर चाहनुहुन्छ। असल कुरा प्रकट हुनेवाला छ भन्ने विश्वासमा तपाईं स्थिर हुन सक्नुहुन्छ । असल कुरा प्रकट हुनेछ भनेर विश्वास गर्नुहोस्, चिन्तन–मनन गर्नुहोस्, घोषणा गर्नुहोस्, कष्ट भोगिरहेका अन्य व्यक्तिहरुलाई पनि उत्साह दिनुहोस् ।

फुटबल खेल भइरहेको ठाउँमा आ–आफ्ना छोराहरुको खेल हेर्न बसेका दुई जोडी आमाबाबुको कल्पना गर्नुहोस् । एक जोडी आमाबाबुचाहिँ जन्मैजात चिन्ताको पोको रहेछन् र अर्को आमाबाबुचाहिँ त्यस्ता रहेनछन् । चिन्ताको पोकोवाला आमाबाबुचाहिँ नराम्रा कुरामात्रै कल्पना गर्दारहेछन् । तर अर्को जोडी आमाबाबुचाहिँ शुभ कुरा मात्रै सोच्दारहेछन् । उनीहरुका कक्षा दुईमा अध्ययनरत छोरा चौरमा यताउता दौडन्छ, फुटबल खुट्टाले गुडाउँछ, अनि खुब रमाइलो गर्दछ। अचानक, ऊ फनक्क फर्कन्छ, प्रतिस्पर्धी खेलाडितिर दौडन्छ, पछारिन्छ, र घुँडा खुइल्याउँछ । वास्तवमा,अलिकति मात्रै चोट लागेकोले हल्काफुल्का आँशु झर्दछ, खुइलिएको घुँडाको औषधि गरुन्जेल अरु नानीहरु पर्खेर बस्छन् । दुवै थरिका अभिभावकहरुले छोरा खेल्न खेल मैदान ठीक छ कि छैन भनेर मैदानलाई राम्ररी हेर्दछन् तर उनीहरुको जीवनप्रतिको दृष्टिकोणले गर्दा ती अभिभावकहरु एकदमै फरक-फरक प्रतिक्रिया जनाउँदछन् ।

धैर्य र शान्तमुद्रामा बस्ने अभिभावकचाहिँ कोचले त्यस बालकलाई रेखदेख गर्न जाँदै गरेको ध्यान दिएर हेर्दछन्। यस अभिभावकमा अभिभावकको हैसियतमा वास्ताको भाव देखिन्छ तर त्यो बालकलाई सामान्य ब्याण्डेज

मात्रै आवश्यक देखिन्छ । यस अभिभावकले बालकलाई बाँकी खेलचाहिँ राम्रो खेल्नु भनेर हातका दुई ओटा बुढी औंला माथितिर देखाउँदै हौसला दिन्छन् । खेल्दाखेरि चोटपटक लाग्न सक्छ भन्ने बारेमा आशावादी अभिभावक सजग नभएका होइनन् तर उनीहरु त्यस विषयमा पिरोलिन र चिन्ता हुन चाहँदैनन् । उनीहरुमा अमङ्गल घटना घट्ला भनेर अस्वस्थ र दयनीय त्रासको साटो स्वस्थ र सुखद अपेक्षा मौजुद हुन्छ ।

चिन्ताग्रस्त अभिभावकले चाहिँ एकदमै फरक प्रतिक्रिया प्रस्तुत गर्दछन् । उनीहरुले खेल मैदानको नराम्ररी खोट देखाउँदछन् । कोच वा रेफ्रिले खेलाडी बालक ठीक छ कि छैन भनेर हेर्नुअघि चिन्ताग्रस्त अभिभावक बालककहाँ भएकोमा पुगिसकेका हुन्छन्, अनि व्यग्र हुँदै घुँडा नियाल्दछन्, अनि अस्पताल खर्च कति लाग्ने हो भनेर घोरिन थाल्दछन् । याद राख्नुहोस्– घुँडा मात्रै अलिकति दरफरिएको हो तर चिन्ता गर्ने व्यक्तिमा अलिकति पनि शान्ति–भाव देखिँदैन । यस अभिभावकले सानो समस्यालाई हाउगुजी बनाउँछन् । उनीहरु बालकलाई मैदानबाट बोकेर लगेको, कारमा दौडाएर हतार–हतार राखेको, घुँडामा काम्रो बाँधेको र बैसाकी टेकेको कल्पना गर्दछन् ।

हुनसक्छ, तपाईंले मानिसहरुका जीवनमा वा आफ्नै जीवनमा यस्तै खालको खेल दृश्य देख्नुभएको होला । समस्याको पहिलो सङ्केतमै लम्पसार पर्ने व्यक्तिले आफ्ना प्रतिक्रियाहरुलाई व्यक्तिविशेष चरित्रको रुपमा वहाना बनाउँदै प्रायः यसो भन्दछ, “हजुर, म त सिर्फ चिन्ता गर्ने व्यक्ति हुँ ।” तर चिन्ता त तपाईं र तपाईंका छेउछाउका सबै व्यक्तिहरुको आनन्द खोसेर लैजान प्रयोग गरिने शत्रुको हतियार हो । चिन्ता व्यक्तिविशेष आदत होइन, यो त डर र परमेश्वरमा भरोसा गर्न असफल हुनुमा आधारित हुन्छ ।

तपाईं अमङ्गल वा अनिष्टकर कुरादेखि डराएर जिउनु पर्दैन । घुँडा खुइलिंदैमा तपाईं व्यग्र हुनुपर्दैन नता आवेशमा आएर अनियन्त्रित नै हुनुपर्छ । सबै कुरा ठीक हुनेछन् भन्ने आशापूर्ण निश्चयतामा तपाईं जिउन सक्नुहुन्छ । वास्तवमा, तपाईंले भोगिरहेका वा तपाईं सामु आएका परिस्थितिहरु ठीक मात्रै होइन अझै उत्तम सावित हुनेछन्, बडो सुन्दर

ठहरिनेछन् ! परमेश्वर नियन्त्रणको परमेश्वर हुनुहुन्छ । त्यसैले जब तपाईं जीवनको निम्ति उहाँको योजनामा भरोसा राख्नुहुन्छ, तपाईंको जीवनमा आशा, शान्ति र शान्ति-भाव स्वाभाविक प्रतिफल बन्नेछन् । यसको अर्थ यो होइन कि हामीले अप्रिय परिस्थितिहरुसित कतिपनि जुध्नै पर्दैन वा सबै कुरा हामीले चाहेजस्तै हुनेछन् तर यसको आशय हो कि हामीले सुन्दर भविष्य हुनेछ भनेर विश्वास गर्दछौं कि आगामी दिन झन अनिष्टकर हुनेछ भनेर विश्वास गर्दछौं —यो हामीले छान्ने विषय हो । यो रोजाइ हामीमै निर्भर छ !

आशाको निश्चल प्रभाव

इसाईहरु लगायत सबै मानिसहरुमा स्थिरताको अभावले गर्दा ठूलो समस्या हुन सक्छ । अस्थिरताको समस्या चाहिँ चिन्ता र डरबाट उत्पन्न हुँदछ । चिन्ताले मानिसलाई भावनात्मक रुपमा तलमाथि पारिराख्दछ । मानिसहरुका मनमा सनकी विचारहरु अनियन्त्रित रुपमा दौडिरहेका हुन्छन् । चिन्ता-अभिमुखी हुने परिवार सदस्यहरु वा मित्रहरुसित के कुरा सामना गर्नुपर्छ भनेर तपाईंले कहिल्यै थाहा पाउनुहुन्न । त्यस्ता मानिसहरुका संवेग त्यो दिनका घटनाहरु आधारित हुन्छन् । त्यसकारण उनीहरु बादलझैं परिवर्तनशील र यथार्थहीन हुन्छन् । उनीहरु त्यस्तै हुनुपर्ने व्यक्ति होइनन्; तर चिन्ताले गर्दा उनीहरु त्यस्ता भएका हुन् । उनीहरु निश्चल, शान्त हुन चाहन्छन् तर उनीहरु सबै परिस्थितिहरु मनोहर भइदिएमा मात्रै शान्त हुन सक्छौं भन्ने गलत धारणा पाल्दछन् ।

मैले धेरै वर्षसम्म संवेगात्मक उकाली-ओरालीहरुमा समय बिताएँ । म शान्तिपूर्ण बन्न सकूँ भनेर परमेश्वरलाई मेरा समस्याहरु हल गरिदिन निरन्तर प्रार्थना गरिरहें । अहिले मलाई थाहा भयो—हामी त आँधी आउँदा पनि येशूजस्तै शान्तिपूर्ण भएर बसेको परमेश्वर चाहनुहुँदो रहेछ । किन त परमेश्वरले हाम्रा समस्याहरु नहाराउनुभएको होला त ? तर उहाँले चाहनुभएको भए समस्या हटाउन सक्नुहुन्थ्यो ! यसको जबाफ सरल छ—हामी संसारमा छौं, अनि संसारमा त सङ्कष्टहरु आइनै रहन्छन्, र भइनै रहन्छन् (यूहन्ना १६:३३) । समस्या कहिल्यै पनि नभोग्नको निम्ति त हामी संसारबाट नै पूरै बाहिरनु पर्ने हुन्छ । अहिले त हामी यही संसारमै छौं । यहाँ

रहनु सधैँ सजिलो कहाँ हुन्छ र ? तर हाम्रो जीवनमा जेजस्तो परिस्थिति आइपरे पनि अविचलित रहन र जिन्दगी रम्न आवश्यक पर्ने सबै थोकद्वारा परमेश्वरले हामीलाई सुसज्जित पार्नुभएको छ ।

यथार्थपरक बन्नुहोस्

मैले यस पुस्तकको प्रत्येक अध्यायमा असल कुराको अपेक्षा राख्नुहोस् भनी तपाईंलाई हौसला दिंदै आइरहेकी छु । तर यसको अर्थ हामीमा अयथार्थवादी अपेक्षा हुनुपर्छ भन्ने होइन । मानिसहरु एकदमै पूर्ण हुनेछन् र उनीहरुले मलाई कहिल्यै पनि चित्त दुखाउने छैनन् भन्ने अपेक्षाचाहिँ अयथार्थवादी कुरा हो । मेरो दैनिक जीवनमा सबै परिस्थितिहरु मैले सोचेजस्तै हुनेछन् भन्ने कुरा पनि यथार्थहीन कुरा हो । असल कुरा प्राप्त हुनेछ भनी विश्वास गर्नुले तपाईंलाई जीवनका आँधीहुरी छिचोलेर जान र आफ्नो गन्तव्यतिर अझै लम्किन सहायता गर्नेछ । हामी परिस्थिति भएर जाँदछौं । तर हामी *"पार हुने"* परिस्थितिका निम्ति परमेश्वरलाई धन्यवाद भन्दछौं । पार हुनु मनोहर नहनुसक्छ, तर एकै ठाउँमा अड्केर बस्नु र कतै पनि पाइला नसार्नुभन्दा त पार हुनु निश्चय नै उत्तम हुन्छ ।

म समस्याहरुको अपेक्षा गर्दै बिउँझिन्न तर समस्याहरु आउन सक्छन् भन्ने विषयमाचाहिँ म सजग छु । त्यसैले मैले आशाले भरपूर भएर रहने र जे हुन आए पनि भलाइमै परिणत हुनेछ भन्ने सकारात्मक अपेक्षा राख्ने मनस्थिति पहिलै तयार बनाइसकेकी हुन्छु ! हामी विजेताभन्दा महान् छौं । मेरो निम्ति यस भनाइको अर्थ हामीमा समस्या आउनुअघि नै हामीले विजय पाउन सक्छौं भन्ने विजयको निश्चयता हो । "विजयी" हाम्रो नयाँ पहिचान बन्दछ ! हामी हरुवा मानसिकता बोकेर जिउनु हुँदैन किनकि अन्तमा त सधैँ हाम्रै जीत हुनेछ ! सुनिश्चित गराइएको छ !

हाम्रै विजय हुनेछ भनी पूर्ण विश्वस्त हुनुले हामीलाई स्थिर र शान्त रहन सहायता गर्दछ । १ कोरिन्थी १५:५८ले भन्दछ,"यसकारण मेरो प्रिय भाइ हो, स्थिर र अटल रहो । प्रभुको काममा सधैँ बढ्दै जाओ । किनकि तिमीहरु जान्दछौ, कि प्रभुमा तिमीहरुको परिश्रम व्यर्थ हुँदैन ।" प्रेरित पावलले हामी "स्थिर र अटल रहन र प्रभुको काममा सधैँ बढ्दै जान"

सक्छौं भनी बताएका छन् । येशूलाई पछ्याउनुको अर्थ यस कुराले बडो छर्लङ रुपमा प्रष्टयाएको छ । परमेश्वरलाई आफ्नो जीवनको जग बनाएको मानिसले स्थिर र अटल जीवन जिउन सक्दछ । "स्थिर", "अटल" र "अपरिवर्त्य" विशेषताहरुचाहिँ चिन्तालाई पन्छाएर आशामा निरन्तर जिउने निर्णय गरेको प्रतिफल स्वरुप हामीमा विकसित हुने चरित्र हुन् ।

आशाले हाम्रो जीवनमा शक्ति र स्थिरता ल्याउँदछ । जब तपाईं परमेश्वर नियन्त्रणको परमेश्वर हुनुहुन्छ र उहाँले मेरो हर परिस्थितिमा केही न केही असल कार्य गर्नुहुनेछ भन्ने भनी दृढ भरोसा राख्नुहुन्छ, तपाईं जीवनका आँधीहरुले यताउता ओल्ट्याङ्-पल्ट्याङ् हुनुहुन्न । बरु तपाईंको आफ्नो आशा येशूमा भएकोले तपाईं येशूमा अडिनुको साथै सुरक्षित हुनुहुन्छ ।

तपाईं कुनचाहिँ हो त : गिद्ध कि हमिङबर्ड ?

रिडर्स डाइजेस्ट (Reader's Digest) पत्रिकामा लेखिएको एउटा लेखको सार यस्तो थियो :

हमिङबर्ड र गिद्ध दुवै पंक्षीहरु हाम्रो देशका मरुभूमिहरु हुँदो उडिहिँड्छन् । सबै गिद्धहरुले देख्नेचाहिँ सिनो हो किनकि उनीहरु त्यही कुरा खोजिरहेका हुन्छन् । उनीहरु त्यही खाएर जिउँदछन् । तर हमिङबर्डचाहिँ मरेका जनावरका दुर्गन्धित मासुदेखि परै बस्छन् । बरु हमिङबर्डहरुचाहिँ मरुभूमिका बोटविरुवामा फुलिरहेका रङ्गीन फूलहरु खोजी गर्दछन् । गिद्धहरु सडेगलेका बासी कुरा खाएर बाँच्छन्, विगतमा जिउँछन् । उनीहरु मरिसकेको तथा गइसकेको कुराले आफूलाई टन्न बनाउँछन् । तर हमिङबर्डचाहिँ ताजा कुरा खाएर बाँच्छन् । यी पंक्षीहरु आफूलाई ताजा र जीवनयुक्त चीजले टन्न बनाउँछन् । ती पंक्षीहरुले आ-आफ्नो खोजाइका कुरा भेट्छन् । हामीले पनि आ-आफ्नो खोजाइअनुसारको कुरा पाउँदछौं ।

> *गिद्ध र हमिङबर्ड बीचको अन्तरचाहिँ चिन्ता र आशा बीचको अन्तरजस्तै हो ।*

गिद्ध र हमिङबर्ड बीचको अन्तरचाहिँ धेरै चिन्ता र आशा बीचको अन्तर जतिकै हो । गिद्धलेझैं चिन्ताले नकारात्मकता, निराशावाद, डर, चिन्ताजस्ता जीवनहीन कुरालाई पृष्ठपोषण गर्दछ । मरेका र मर्न लागिरहेका कुरामा निर्भर भई अस्तित्व धानेर जिउनु भनेको ज्यादै कुरुप तरिका हो । तर आशाको प्रकृतिचाहिँ फरक हुन्छ । हमिङबर्डझैं आशा सुन्दर हुन्छ । आशाचाहिँ ताजा र नयाँ कुरालाई पृष्ठापोषण गर्ने नयाँ जीवन खोजी गर्दछ ।

परमेश्वरको सन्तानको रुपमा, जीवनलाई सुखी तुल्याउने अधिकार तपाईंको हो । तर सुखी जीवन जिउनको निम्ति तपाईंले ताजा र नयाँ खोजी गर्दै सकारात्मक कुरालाई रोज्नुपर्दछ । सकारात्मक हुनुको अर्थ तपाईंले सक्रिय ढङ्गले असल कुराको खोजी गर्दैहुनुहुन्छ भन्ने हुन्छ । यसको आसय हो—तपाईंले भावी दुर्घटना वा सङ्कटको अपेक्षा गर्नुभएको छैन तर तपाईंले परमेश्वरले तपाईंका निम्ति राखिदिनुभएका असल थोकहरु विश्वाससहित निरन्तर खोजिरहनु भएकोछ ।

नकारात्मक सोचदेखि छुटकारा पाउनु मात्रै प्रयाप्त हुँदैन । यो त शुरुआत मात्रै हो । तपाईंले नकारात्मक विचारदेखि उन्मुक्ति प्राप्त गर्ने अवसर पाउनुभएको छ । त्यसैले जीवन सम्बन्धी सकारात्मक दृष्टिकोण अङ्गाल्नुहोस् !

परमेश्वरले मसित नकारात्मक विचारका असरहरु बारे कडा रुपमा सामना गर्नुभयो अनि मलाई नकारात्मक कुरा सोच्न र नबोल्न चुनौती दिनुभएको घटना संझन्छु । केही महिनासम्म चल्दै गएँ अनि ममा साँच्चि नै परिवर्तन हुँदैछ कि भनेर विचार गरें तर मेरा परिस्थितिहरुमा मैले अझै केही पनि सकारात्मक परिवर्तनहरु देखिनँ । परिस्थिति केलाउँदै जाने क्रममा, मैले अत्यधिक नकारात्मक नबन्ने कुराप्रति ममा धेरै परिवर्तन आएको रहेछ तर पनि सकारात्मक बन्न शुरुआत गर्ने कुरामा चाहिँ म चुकेकी रहेछु भन्ने कुरा परमेश्वरले औंल्याइरहनुभएको आभास पाएँ । परमेश्वरले हामीलाई गलत थोक नगर्नदेखि मात्रै रोक्न चाहनुहुन्न तर उहाँले हामीलाई सही काम गर्न थालेको पनि चाहनुहुन्छ । चोरले फेरि नचोरोस् तर त्यसले काम गरोस् ताकि उसले खाँचामा परेकाहरुलाई सहायता गर्न सकोस् भनी प्रेरित

पावलले शिक्षा दिएका छन् । उनले हामीलाई रिस तथा तीक्तता त्यागेर हरेक व्यक्तिको भलाइको खातिर उनीहरुप्रति दयालु बन्न अर्ति दिएका छन् (एफिसी ४: २८, ३१–३२) ।

परमेश्वरले सांसारिक सिद्धान्तहरुलाई ईश्वरीय सिद्धान्तहरुद्वारा प्रतिस्थापित गराउन चाहनुहुन्छ । तपाईंले यो तथ्य बाइबलभरि देख्नुहुन्छ । उहाँले हाम्रा पापहरु हटाउनुहुन्छ अनि त्यसको साटोमा आफ्नो धार्मिकता दिनुहुन्छ । उहाँले हाम्रो कोलाहल लिनुहुन्छ अनि आफ्नो शान्ति हामीलाई दिनुहुन्छ । उहाँ हाम्रो निराशा लिनुहुन्छ अनि हामीलाई आफ्नो आनन्द दिनुहुन्छ । उहाँले नराम्रो थोक हटाएर हामीलाई असल थोक दिनुहुन्छ ।

सायद तपाईंको जीवन यस्तो हुँदो होला :

- सायद, तपाईं अरुलाई नराम्रो व्यवहार गर्न छोड्नुहुन्छ होला । त्यो नै एउटा असल खुड्किला हो । तर अझै अर्को फड्को मार्नुहोस् अनि भेटेसम्म सबैप्रति असल हुने र आशिष दिने व्यक्ति बन्न शुरुआत गर्नुहोस् ।
- सायद तपाईंले मानिसहरुका कुरा काट्न छोड्नुभयो होला, तर अब तपाईं उनीहरुका विषयमा असल कुरा बोल्ने उद्देश्यले राम्रा-राम्रा कुरा पत्ता लगाउन अग्रसर बन्नुपर्छ होला ।
- सायद तपाईंले आफ्नो जीवनमा आइपर्ने कठिनत्तम कुरा बारे हर समय गनगन गर्न छोड्नुभयो होला । त्यो उत्तम खुड्किला हो । तर अर्को फड्को मार्नुहोस् अनि तपाईंले हरेक दिन अनुभूत गर्नुहुने असल कुराको निम्ति धन्यवादी बन्न शुरुआत गर्नुहोस् ।
- सायद, तपाईंले बिहानै बिउझँदाखेरि अनिष्टकर दिन आउला भनेर कल्पना गर्न त छोड्नुभयो होला । यो राम्रो कुरा हो । तर अब फड्को मार्नुहोस् अनि परमेश्वरमा मेरो दिन आशिषित हुनेछ भनी सोच्न थाल्नुहोस् ।

मैले अघिल्लो अध्यायमा भनेझैं परमेश्वरले सृष्टिलाई हेर्नुभएपछि "त्यो साह्रै राम्रो थियो" भन्नुभयो भन्ने कुरा बाइबलमा उल्लेख गरिएको

छ (उत्पति १:३१) । परमेश्वरले असल कुरा ठम्याउन र त्यसको तारिफ गर्न समय लिनुभएको कुरा मलाई मन पर्छ । मेरो विचारमा, हामीले पनि त्यसै गर्दा असल हुन्छ । हामी गिद्धजस्तो नबनौं तर हमिङबर्डझैं बनौं । नकारात्मक थोकहरु पन्छाऔं अनि असल थोक खोज्नतिर लागौं । मलाई तपाईंको विषयमा थाहा छैन तर मचाहिँ गिद्धभन्दा पनि हमिङबर्ड हुँ ।

आफ्ना आशाहरु उच्च पार्नुहोस् !

यदि तपाईंले आफ्नो जीवनमा चिन्ता-फिक्रीसित जुध्नुभएको छ भने यो समयचाहिँ तपाईंको निम्ति छलाङ मार्ने क्षण बन्न सक्छ । तपाईंले परमेश्वरमा आशाले भरपूर भएर अनि तपाईंको जीवनप्रति परमेश्वरको योजना बारेमा उत्साहित र आशावादी बनेर जीवन जिउने निर्णय गर्न सक्नुहुन्छ । चिन्ता तपाईंको वंशानु–गुण (DNA) को हिस्सा होइन । चिन्ता त तपाईंको शत्रु हो । यसलाई तपाईंले परमेश्वरको सहायताले पराजीत गर्न सक्नुहुन्छ ।

जब-जब कठिन परिस्थितिहरु उत्पन्न हुन्छन्, तपाईं डरले लम्पसार पर्नु पर्दैन । तपाईं त शान्ति र शान्तमुद्राले भरपूर बन्न सक्नुहुन्छ । परमेश्वर तपाईंको चट्टान हुनुहुन्छ, उहाँ तपाईंको निम्ति लङ्गर बन्नुहुनेछ जसले गर्दा तपाईं जीवनका आँधी-तुफानद्वारा ओल्ट्याङ-पल्ट्याङ बन्नुहुनेछैन । त्यसैले अघि बढ्नुहोस् अनि आफ्ना आशाहरु उच्च पार्नुहोस् । तपाईं गिद्ध होइन तर हमिङबर्ड बन्न सक्नुहुन्छ । तपाईंले हरेक परिस्थितिमा खराबभन्दा असल कुरा देख्न सक्नुहुन्छ । अनि, यदि तपाईं आँधी-तुफान र तपाईंलाई त्रसित तुल्याउने उतारचढाउ तपाईंको सामुन्न खडा भए पनि चिन्ता नगर्नुहोस् ...तपाईंको स्वर्गीय पिता पाइलट हुनुहुन्छ !

अध्याय १७

आशालाई भरिपूर्ण हुन दिनु

आशाको परमेश्वरले तिमीहरुलाई विश्वासद्वारा सम्पूर्ण आनन्द र शान्तिले भरिपूर्ण गरिदिऊन्, यस हेतुले कि पवित्र आत्माको शक्तिले तिमीहरु आशामा प्रशस्त हुन सक ।

रोमी १५:१३

"आनन्दचाहिँ नैराश्यभन्दा झनै गहिरोगरि बग्दछ ।"

–कोरी टेन बुम

तपाईंले सबै थोक खान सक्नुहुन्छ !

यो पुस्तकको अन्तिम अध्यायलाई कसरी शुरुआत गर्ने भनी मैले होशियारसाथ विचार गरें, तर चारवटा शब्दहरुमा बारम्बार ठोक्किरहें : *तपाईंले सबै खाना सक्नुहुन्छ* ! । मैले १०० भन्दा बढी पुस्तकहरु लेखिसकेको छु, तर यस्तो पाराले मैले कहिल्यै पनि अध्याय शुरु गरेको थिइनँ ।

'तपाईंले सबै खान सक्नुहुन्छ' भन्ने कुराचाहिँ तपाईं त्यसमै लिप्त भइरहने कुरा होइन तर त्यसमै लिप्त हुनुभएमा सायद तपाईंले त्यसलाई अत्यधिक रुपमा उपयोग गर्नुहुन्छ होला । भरखरै मैले थाहा पाए अनुसार मेरो एकजना मित्रले उनको परिवारलाई 'तपाईंले सबै खान सक्नुहुन्छ' भन्ने भोजनालयमा हरेक धन्यवाद दिने अवसरमा लान्छन् । यो उनीहरुको पारिवारिक परम्परा हो । बिहानभरि खाना पकाउने र साँझभरि भाँडाकुँडा सरसफाइ गर्नुको साटो, उनीहरु धन्यवाद दिने विदामा त्यही भोजनालयमा जान्छन् र आफै पस्केर खाने काम गर्छन् । एकपछि अर्को पटक गर्दै टर्की, अनि आलु, हरियो सिमी,तरुल, र क्रेनबेरी सस लिन्छन् । अनि यो विशेष अवसरका लागि, उनी र उनको पत्नीले केटाकेटीहरुलाई चाहेसम्म डेसर्ट

बार (Dessert Bar) मा जान दिन्छन् । उनले भने, " जोयस, हामी त 'तपाईंले सबै खान सक्नुहुन्छ' भन्ने स्थानमा वर्षको एक पटक मात्र हामी जान्छौं, तर जब हामी जान्छौं, हामी पैसाको पूरा सदुपयोग गर्छौं ।"

हाम्रो अन्तिम अध्यायलाई टुङ्ग्याउने क्रममा मैले यो कुरा बताएँ किनकि आशा भनेको परमेश्वरको 'तपाईंले सबै थोक खान सक्नुहुन्छ' मेनुमा भएका थोकजस्तै हो । उहाँ खाना मात्र दिनुहुन्न, तर यो त अति विशिष्ट कुरा पनि हो । अनुग्रह, आशा, प्रेम, क्षमा, स्वीकृति, बल, सुरक्षा –यी कुराहरु परमेश्वरले असीमित रुपमा दिनुहुन्छ । तपाईं धेरै पटकसम्म अनुग्रहको लागि फर्केर जानु पर्दैन । पिताबाट आउने प्रेमको बारेमा तपाईंलाई कहिल्यै थकान हुनेछैन । अत्यधिक आशाको निम्ति माग गर्नुचाहिँ असम्भव छ ।

> *अत्यधिक आशाको निम्ति माग गर्नुचाहिँ असम्भव* छ ।

आज तपाईंले परमेश्वरलाई आफ्नो पारिवरिक जीवन, आफ्नो संवेगात्मक स्वास्थ्य, शारीरिक स्वास्थ्य, तपाईंका सम्बन्धहरु, तपाईंका भावी जीवन, तपाईंका आर्थिक पक्ष, तपाईंको भविष्य सम्बन्धी जे-जे विषयमा विश्वास गर्नुभए पनि सीमाहरु हटाउनुहोस् । त्यो भोजनालयमा जानुहोस् अनि जति पटक गए पनि आशाले भरपूर भएर आउनुहोस् । जब मानिसहरु तपाईंका बारेमा कुरा गर्छन्, उनीहरुले यसो भनून्, "यो मानिस त आशाले भरपूर छ । जस्तोसुकै परिस्थिति आए पनि, वरिपरि जेसुकै भए पनि कहिल्यै परमेश्वरमा भरोसा राख्न छाड्दैन ।"

तपाईंको प्राणलाई सिसाको ग्लासलाई झैं हेर्नुहोस् : यसलाई आशाले चौथाइ मात्र नभर्नुहोस् । आशाले आधा मात्रै भएर नजिउनुहोस् । तीन तिहाइ भरिएको आशा पनि प्रयाप्त होइन । आशाले भरपूर हुनुमात्रै होइन, तपाईंले अझै बढी कार्य गर्न सक्नुहुन्छ । आशा अझै बढी भएर पोखियोस्, जताततै छप्ल्याङ-छुप्लुङ होस्, अनि अरु मानिसहरुतिर पनि पूर्ण रुपमा बगेर जाओस । परमेश्वरमा आशाले अतिशय भरपूर हुने चाहना राख्नुहोस् ।

तपाईंले माग्ने वा सोच्नेभन्दा पनि अत्यन्तै बढी र अति प्रशस्त रुपमा परमेश्वरले काम गर्नुहुनेछ (एफिसी ३: २० हेर्नुहोस्) ।

प्रशस्तभन्दा प्रशस्तको परमेश्वर

येशूको बारेमा हामीलाई थाहा भएको एउटा कुराचाहिँ उहाँ अपेक्षा गरिएका कुराभन्दा बढी गरिदिन मन पराउनुहुन्छ । उहाँको शक्तिमा शंका छैन, किनकि हामीलाई चाहिएको कुरा दिनुभन्दा पनि अझैं बढी उहाँले गर्नुहुन्छ : हामीलाई चाहिएको उहाँ दिनुहुन्छ र अझै बढी पनि । यो सिद्धान्तलाई सकारात्मक रुपमा पुष्टि गर्न धर्मशास्त्रले यसो भन्दछ :

परमेश्वरले तिमीहरुलाई हरेक आशिष प्रशस्त मात्रामा दिन सक्नुहुन्छ, ताकि तिमीहरुसित सधैँ नै हरेक कुरा प्रशस्त होस्, र हरेक असल कामको निम्ति तिमीहरुले प्रशस्त मात्रामा दिन सक ।

२ कोरिन्थी ९:८

परमेश्वर तपाईंको लागि प्रयाप्त मात्रामा अनि अतिशय रुपमा प्रतिज्ञा गर्नुहुन्छ जसले गर्दा तपाईंले अरुलाई पनि सहायता गर्न सक्नुभएको होस् । यो त जिउनको निम्ति निकै उत्साहजनक तरिकाजस्तो लाग्दछ । म त यस्तो कुरा गुमाउन चाहन्नँ– अनि तपाईंचाहिँ नि ?

यूहन्ना ६ अध्यायमा, येशूले ५,००० को भीडलाई खुवाउनु भएको चिरपरिचित कथा पाउँदछौं (स्त्री र बालबालिका सहित) । भीड भोकले छटपटाइरहेको देखेर चेलाहरु छटपट भएका थिए, र यी सबै मानिसलाई खुवाउने उनीहरुसित खाना पनि थिएन । भोको भीड र असहाय चेलाहरुको दृश्य नरमाइलो देखिन्थ्यो ।

के यस्तो असहायपन तपाईं बोध गर्न सक्नुहुन्छ ? के तपाईं यस्तो स्थितिमा हुनु भएको छ, जहाँचाहिँ आफ्नै सामर्थ्यमा भयङकर ठूलो समस्या समाधान गर्ने कुनै उपाय पाउनुभएन ?

- तपाईंको वैवाहिक जीवन पिडादायी भइरहेको छ तर त्यसलाई समाधान गर्ने तपाईंसित उपाय छैन ।
- तपाईंले एक्लो र निराश महसुस गरिरहनुभएको होला, तर समाधानको

उपाय तपाईंसित छैन ।

- काममा सहयोग पाउनुभएको छैन होला, तर समाधानको उपाय तपाईंसित छैन ।
- तपाईंको बिल तिर्नलाई आम्दानी पर्याप्त छैन होला, तर समाधानको उपाय तपाईंसित छैन ।
- तपाईंका बालबच्चा विद्यालयमा सङ्घर्ष गर्दैछन् होला, तर समाधानको उपाय तपाईंसित छैन ।

सायद चेलाहरुले पनि यस्तै महसुस गरे होलान् । मानिसहरुले उनीहरुलाई हेर्दै थिए, तर उनीहरु असहाय देखिन्थे । उनीहरुको समस्या अति ठूलो थियो, र उनीहरुका धान्ने क्षमताचाहिँ अति साना थिए । यसैले उनीहरुले सक्ने काम मात्र गरे –उनीहरु येशूकहाँ गए । परमेश्वरको वचनले भन्दछ– येशूले तिनीहरुसित भएका थोरै कुरा (जौको पाच रोटी र दुई साना माछा) लिनुभयो र यसको लागि प्रार्थना गर्नुभयो, अनि त्यसपछि यसलाई दोब्बर, तेब्बर पार्दै असीमित गुणा बनाउन थाल्नुभयो ।

शुरुमा, चेलाहरुले दुईतीन जनालाई मात्र खुवाउन सकिएला भन्ने सोचे । तर मुक्तिदाताको बाहुलीबाट असीमित आपूर्ति भइरह्यो । दश जनालाई खुवाइयो, १०० जनालाई खुवाइयो, ५०० जनालाई खुवाइयो, १,००० जनालाई खुवाइएको थियो । उनीहरु छक्क पर्नेगरी आपूर्ति भइरह्यो । यो कथाको चाखलाग्दो कुरा भनेको सबैले खान पाए भन्ने होइन, उनीहरु सबैजना अघाउन्जेल र सन्तुष्ट भइन्जेल खान पाए ... र अझै पनि १२ डालो खाना उब्रियो । येशूले चाहिनेभन्दा बढी जुटाउनु भयो ।

यदि येशूले भोको भीडलाई सन्तुष्ट पार्न सक्नुहुन्छ भने, कल्पना गर्नुहोस्– तपाईंको भोको प्राणको लागि उहाँले केचाहिँ के गर्न सक्नुहुन्न होला त !

तपाईंले सबै थोक खान सक्नुहुन्छ !

यदि येशूले भोको भीडलाई सन्तुष्ट पार्न सक्नुहुन्छ भने, कल्पना गर्नुहोस्–तपाईंको भोको प्राणको लागि उहाँले केचाहिँ के गर्न सक्नुहुन्न होला त ! आज जे कुराबाट गुज्रनु भएको छ, परमेश्वरको शक्तिसित तपाईंको जीवनमा

आइपरेका समस्याहरुलाई दाँज्नु मिल्दैन । चिन्ता गर्न वा डराउन तपाईंको लागि कुनै कारण छैन, आशा छ । १२ डालो उब्रने गरी येशूले जुटाउन सक्नुहुन्छ भने, उहाँ तपाईंको लागि पनि जुटाउनुहुन्छ ।

तपाईंको जीवनमा असोचनीय र अकल्पनीय कुरा हुनसक्छ भन्ने कुराको लागि परमेश्वरमा विश्वास गर्न र उहाँलाई माग्न अप्ठ्यारो नमान्नुहोस् । असम्भव देखिने कुरालाई अचम्म किसिमले सम्भव कुरामा परिवर्तन गरिदिनु नै परमेश्वरको हकमा चाखलाग्दो विषय हो । उहाँका जनहरु भाग्दाखेरि उहाँले समुद्रलाई दुई भाग गराउनुहुन्छ । विजयको समयमा जब सूर्य अस्ताउन थाल्छ, उहाँले त्यसलाई स्थिर हुन लगाउनुहुन्छ । जब अधैर्य भीड भोकाउँदछ, उहाँ तिनीहरुलाई बाकसबाट खुवाउनुहुन्छ । हरेक पटक उहाँ चल्नुहुँदाखेरि विजय, चम्किलो उज्यालो अनि प्रशस्त भोजन हुन्छन् । यसैले परमेश्वरलाई सामान्य रुपमा चाहिने कुरा नमाग्नुहोस्, उहाँलाई धेरै नै माग्नुहोस् । स्वार्थी भावनाले केही नमाग्नुहोस् नत्रता केही पाउनुहुनेछैन, तर तपाईं चोट पाएका र दरिद्रहरुलाई आशिष दिन चाहनुहुन्छ भने, प्रशस्त गरी आशा गर्न सक्नुहुन्छ । तपाईंले आशा गरेको, मागेको वा सोचेकोभन्दा बढी आश गर्न सक्नुहुन्छ (एफिसी ३:२०) ।

लूका ५ अध्यायमा रातभरि जाल हानेर पनि केही माछा नसमातेपछि चेलाहरुकहाँ येशू आउनु भएको कुरा देख्न सकिन्छ । उहाँले तिनीहरुलाई गहिरो पानीमा जाने र उनीहरुका जाललाई अझै तल लान आज्ञा गर्नुभयो । येशूको आज्ञाबमोजिम जाल हानेपछि आश्चर्यकर्म भयो ।

अनि जब त्यसो गरे, तब तिनीहरुले एक थुप्रो माछा पक्रे, र तिनीहरुको जाल फाट्न लागे । तिनीहरुले अर्को डुङ्गामा भएका साझेदारहरुलाई आएर गुहार गर्ने इशारा गरे, र आएर तिनीहरुले दुवै डुङ्गा माछाले भरे, यहाँसम्म कि डुङ्गाहरु डुब्न लागे ।

लूका ५ :६–७

श्रोतलाई विचार गर्नुहोस्

परिस्थितिहरु बिग्रेको बेलामा प्रायःगरी हामीले अबाञ्छित सल्लाह पाउँदछौं, वा मित्रबाट निराश हुँदाखेरि कसैले हामीलाई भन्न सक्छ, “ल, श्रोतको बारेमा, तपाईंको आशा के थियो त ?” अर्को शब्दमा, हामीले जे कुरामा भरोसा राखेका हुन्छौं, त्यो कुरा अस्थिर र हामीले चोट खानुपर्ने खालको हुनसक्छ भन्ने आशय मानिसहरुले झल्काइरहेका हुन्छन् ।

अधिकांश मानिसहरुले आफ्नो गलत थोकमा आशा राख्ने हुनाले उनीहरु आशाले भरपूर हुन असमर्थ भइरहेका हुन्छन् । यस्ता मानिसहरुले आफ्ना चाहना पूरा गर्न परमेश्वरतिर नजर लाउनुभन्दा पनि नोकरी, सम्बन्ध, रुपैंयापैसा, राजनीतिक विचार, सपना, वा जोडीमा भरोसा राखेका हुन्छन् । झट्ट हेर्दा त यी कुराहरु गलत देखिदैनन्, तर यी कुराहरु तपाईंको भरोसाको श्रोत बन्नका निम्ति होइनन् । परमेश्वर मात्रै कहिल्यै नसुक्ने आशाको श्रोत हुनुहुन्छ । हामीले शुरुमै परमेश्वरलाई आशाको श्रोत बनाउनुको महत्त्व बारेमा चर्चा गरेका थियौं । हामी यस महत्त्वपूर्ण सत्यताबाट सजिलै बहकिने भएकाले फेरि पनि यस महत्त्वपूर्ण विषयलाई अन्तिम अध्यायमा समावेश गर्न चाहेकी हुँ ।

तर हाम्रा निम्ति त एउटै परमेश्वर पिता हुनुहुन्छ, जसबाट सबै थोक हुनआए, अनि जसकैनिम्ति, हामी जिउँदछौं–‘हाम्रा निम्ति एउटै प्रभु, येशू खीष्ट हुनुहुन्छ, जसद्वारा सबै कुरा हुनआए, र जसद्वारा हामी जिउँदछौं ।

१ कोरिन्थी ८ः६

परमेश्वर “सबै कुराको श्रोत” हुनुहुन्छ, र “उहाँमा मात्रै” हाम्रो जीवन छ । यदि तपाईंको आशा परमेश्वरभन्दा अरुमा छ भने, तपाईं निराश हुनुहुनेछ । धेरै विश्वासीहरु भावनात्मक तनावमा जिउनुको कारण उनीहरु गलत श्रोतमा पनि निर्भर भइरहेका हुन्छन् । तपाईंको आशा व्यक्तिमा, कार्यक्रममा, वा आफैमा केन्द्रित छ भने तपाईंले घरिघरि निराशा र हृदयघात सहनु पर्नेहुन्छ किनकि यी त सबै सीमित श्रोतहरु हुन् । अनि, तपाईंले यी सुख्खा इनारहरुबाट जतिजति लामो समयसम्म पानी तान्न कोसिस गर्नुहुन्छ, त्यति-त्यति गहिरो र निश्चित निराशा आउनेछ ।

भजनसंग्रह ४२: ११ भन्दछ, "हे मेरो प्राण, तँ किन उदास हुन्छस् ? र मेरो अन्तष्करणमा तँ किन यति व्याकुल हुन्छस् ? तेरो आशा परमेश्वरमा राख्, किनकि म अझै पनि उहाँको प्रशंसा गर्नेछु । उहाँ मेरा उद्धारक र मेरा परमेश्वर हुनुहुन्छ ।"

यस धर्मशास्त्रको खण्डमा दाउदले साँच्चिकै बुद्धिपूर्ण कार्य गरेको देखिन्छ । उनले निकै उदास थिए, उनी त्यति आशावादी हुन सकेका थिएनन्, तथापि उनले परमेश्वरमा आशा राख्ने बारेमा चर्चा गर्न थाले । उनले भनेका छन्,*"म परमप्रभुमा आशा राख्दछु, उहाँलाई प्रशंसा गर्नेछु । यो कुरा मलाई मनपर्ने वा मन नपर्ने जेसुकै हुन् । तर परमेश्वर नै मेरो श्रोत हुनुहुन्छ, र मेरो आशा उहाँमै राख्दछु ।"* उनले आफ्नो मनस्थितिलाई इन्कार गरेर आफूलाई सहायता गर्न सक्नुहुने परमप्रभुमा आशा राख्ने निर्णय गरे । दाउदले विगतमा छुटकाराको अनुभव गरेका थिए । त्यसलै उनले परमेश्वर विश्वासयोग्य हुनुहुन्छ भनी थाहा पाएका थिए ।

परमेश्वरले मेरो जीवनमा देखाउनुभएको विश्वसनीता समय कति हो म गन्न सक्दिनँ, र तपाईं पनि यसै भन्नुहुन्छ होला । अस्थिर कुरामा भर परेर हामीले किन समय खेर फाल्ने त ? हाम्रो आशालाई सही श्रोतमा अड्याऔं र अनेकन् निराशाबाट जोगिऔं ।

आशाको स्वरुप

नायगारा झरना भनेको उत्तर अमेरिकाको सबैभन्दा सुन्दर र अद्भूत रोक्न सुन्दर दृश्य हो । तपाईंले आफ्नै आँखाले प्रत्यक्ष नदेखेको भए तापनि तपाईंले यसको शानदार तस्बिर टेलिभिजनमा देख्नुभएको होला वा फोटोमा देखेको हुनुपर्दछ । नदीको द्रूत बहाव र झरनाको चर्को गुडुङ्डुङ् आवाज साँच्चै अनुपम छन् । परमेश्वरले बनाउनु भएको संसारको आश्चर्य र सुन्दरताले मलाई अचम्म पार्न छोड्दैन !

नायगारा झरनाको एउटा विशेषता भनेकै त्यो झरना कहिल्यै पनि सुख्खा हुँदैन । हरेक मिनेट ६० लाख क्युबिक फिट पानी झरिरहन्छ र यो कहिल्यै रोकिन्न । यो नायगारा नदी कहिल्यै सुक्दैन । नायगारामा फेरि पानी

जम्मा पार्नको निम्ति पार्क रेन्जरले कहिल्यै पनि दर्शकलाई घर पठाउनु पर्दैन । मिनेट-मिनेटमा, घण्टा-घण्टामा, दिनदिनै, पानी निरन्तर बगिरहन्छ ।

यदि तपाईं नायगारा झरना जानु भएको छ भने, तपाईं प्रभावित नभईकन त्यसको नजिक जान सक्नुहुन्न । पार्कतिर हिँडदाखेरि देख्नुभन्दा पहिला नै यसको आवाज सुन्न सक्नुहुन्छ । गुँडुल्किएर बगेको पानीको तल पत्थरमा ठोकिएको आवाज बडो भयानक लाग्दछ । नजिक जाँदाखेरि फुरफुर हुस्सु महसुस गर्न थाल्नुहुन्छ । हावामा पानीको थोपाहरु यत्रतत्र छरिन्छन् । अनि, त्यस प्राकृतिक सुन्दरताको छेउमा हुने जो कोहीलाई पनि यसले निथ्रुक्क भिजाउँदछ । यसको सम्पर्कमा आउने जोसुकैलाई पनि प्रभाव पार्ने नायगारा झरनाभित्र एउटा अविरल आश्चर्य छ ।

तपाईंको जीवनमा आशाले यस्तै गर्न सक्छ भन्ने नायगारा झरनाले महान् तस्बिर प्रस्तुत गरेको छ । । कहिल्यै नसुक्ने नदीजस्तै आशा निरन्तर बगिरहन्छ । समुद्ररुपि आशामा पौडन सक्नुहुन्छ, आशारुपि पानी पिउन सक्नुहुन्छ, अरुलाई बाँडन सक्नुहुन्छ । यसबाट जति पटक आशारुपि पानी खिचेपनि तपाईं थाक्नुहुनेछैन । हितोपदेश २३ः १८ ले प्रतिज्ञा गर्दछ, “निश्चय नै भविष्यमा तेरो निम्ति आशा छ, र तेरो आशा व्यर्थ जानेछैन ।” यसको अर्थ जब तपाईं आशाको नदीमा जानुहुन्छ, तब सुख्खा बालुवा मात्र कहिल्यै पाउनुहुन्न । किनकि परमेश्वर अनन्त हुनुहुन्छ, उहाँमा राखेको आशा सधैं रहन्छ । जीवनको हरेक दिन, उहाँकहाँ पूरा आशा र चाहनासाथ जान सक्नुहुन्छ । अनि तपाईंलाई खाँचो परेको कुरा उहाँले जुटाउनुहुनेछ भन्ने पूर्ण आशा गर्न सक्नुहुन्छ ।

तपाईंको आशा त सुख्खा नहुने नदीजस्तो मात्रै होइन, यो त पानीको झरनाजस्तै हो, जोहरु यस झरनाको नजिक जान्छन्, उनीहरु पनि प्रभावित नभई रहन सक्तैनन् । तपाईंले आफू वरपरको हावामा आशा सुन्न सक्नुहुन्छ, देख्न सक्नुहुन्छ र महसुस गर्न सक्छ । तपाईं आशाले भरपूर रहँदाखेरि तपाईंको जीवनलाई मात्र नभई, तपाईं वरपरका सबैलाई यसले प्रभाव पार्दछ । तपाईंका आशा उनीहरुसम्म पोखिन्छ । तपाईंसित जति जना सम्पर्कमा आउछन्, उतिनै झरनाको गुञ्जन सुन्छन् र हावामा शितलताको

महसुस गर्दछन् । उनीहरु यसो भन्न थालिहाल्छन्, "मलाई तपाईंसित हुन मन लाग्छ । तपाईं अरुभन्दा फरक हुनुहुन्छ । तपाईंसित कुरा गर्दा मलाई आशा जाग्छ ।"

हरेक विहान तपाईं व्युँझनु हुँदाखेरि परमेश्वरले तपाईंको जीवनमा केही न केही असल कार्य गर्ने आशा गर्नुहुन्छ । झरनाबारे सोच्नुहोस् । परमेश्वरले तपाईंको हृदयमा राख्नुभएको यो सपनालाई कुनै पनि बेला त्याग्ने परीक्षा आउन सक्छ, त्यस बेला यस झरनालाई सम्झनुहोस् । अनि वरपरका मानिसहरुलाई उत्साह चाहिएको छ भने, यही झरना सम्झनुहोस् । आशा भनेको तपतप झर्ने पानी होइन । आशा भनेको खोला होइन । आशा त हेर्न र अनुभव बटुल्नलाई मानिसहरु आउने महान्, तेज गतिमा बग्ने झरना हो ।

केमा विश्वास गर्न लाग्दैहुनुहुन्छ ?

आलोचनात्मक र नकारात्मक संसारले तपाईंलाई आफ्ना आशाहरु उच्च नपार्न निरन्तर चेतावनी दिँदछ । संसारले भन्दछ, "विगतमा यो कुरा काम लागेन, वा निराशा हुने काम फेरि नगर ।" तपाईंलाई "विवेकी" हुन र धेरै अपेक्षा नगर्न अनुरोध गरिन सक्छ । तर परमेश्वरले जायजभन्दा पनि अझै बढी नै *अझै बढी* अपेक्षा गरेको चाहनुहुन्छ । परमेश्वरले हामीलाई पुग्दोभन्दा पनि अझै बढी अपेक्षा गरेका चाहनुहुन्छ ।

म तपाईंले संसारले सोच्ने र गर्ने भन्दा फरक कार्य गरेको चाहन्छु । तपाईंको शारीरिक मनले जीवनलाई निर्देशन नगरेको होस् । परमेश्वरको वचनअनुसार आफ्नो मनलाई नवीकरण गर्नुहोस् र परमेश्वरले झैं सोच्न सिक्नुहोस् । तपाईंको जीवनमा परमेश्वरले असल कार्य गर्नुहुनेछ भनेर आशा जागृत गर्नका निम्ति यस पुस्तकको हरेक अध्यायमा धर्मशास्त्रका खण्डहरु तथा परमेश्वरका प्रतिज्ञाहरु धेरै प्रयोग गरिएका छन् । हामीले बाइबलीय उदाहरणहरु देखेका छौं । तपाईं र मजस्तै सामान्य मानिसहरुका बारेमा कथाहरु सुनेका छौं, उनीहरु परमेश्वरले आफ्ना प्रतिज्ञाहरु पूरा गर्नुहुन्छ भनी आशा गर्न साहस गर्ने स्त्री र पुरुष थिए । प्रश्न सोधिनुपर्छ, "तपाईं के छनोट गर्नुहुन्छ ? आशा कि निराशा छान्नुहुन्छ ? तपाईंमा आज केही

असल कुरा हुन गइरहेको छ भन्ने आशाले जिउन तयार हुनुहुन्छ ? तपाईं मार्फत, तपाईंको लागि, तपाईंको परिवारको लागि, तपाईंका बालबालिकामा, संसारमा, तपाईंका मित्रहरुलाई, तपाईंका परिस्थितिहरुमा, काम गर्ने स्थानमा, स्कुलमा, सरकारमा, आदि-आदिमा ?" एउटा कुरा निश्चित छ : निराशा र नकारात्मकताले केही कुरालाई सुधार गर्दैन । तर परमेश्वरमा गरिएको विश्वास र आशाले काम गर्दछ भने किन कोसिस नगर्नु त नि ?

शत्रुले तपाईंलाई आशाको निम्ति जिउन योग्य हुनुहुन्न भन्ने धारणा हालिदिन्छ। यो नै उसको दुस्साहस हो। अनि, उसले भन्न थाल्दछ : *योभन्दा बढी परमेश्वरसित माग्ने तपाईंलाई अधिकार छैन । तपाईंलाई आफ्नो भलो कुराको लागि माग्ने अधिकार छैन। जीवनलाई आनन्द गर्न पाउनुहुन्न किनकि तपाईंले धेरै गल्तीहरु गर्नु भएको छ ।* संसार, शरीर र दुष्टले तपाईंका असफलताहरु र पापहरु मात्रै सम्झाइदिन्छन् । र, दोषानुभूतिले तपाईंलाई परमेश्वरमा आशावादी हृदय जानदेखि कोसिस गर्दछ ।

सत्यचाहिँ यो हो : तपाईं आशाको योग्य हुनुहुन्न, नता म नै छु । हामीले धेरै पटक गल्ती गरेका छौं, यदि आशाचाहिँ हाम्रो धार्मिकतामा निर्भर रहन्थ्यो भने हामी आशा प्राप्तिदेखि चुकेका हुने थियौं । तर सुसमाचारको शक्ति यो छ कि जब परमेश्वर हामीलाई हेर्नुहुन्छ, हाम्रा अधार्मिकता र असफलताहरु हेर्नुहुन्न। उहाँले धार्मिकता प्रतिको हाम्रा असफल प्रयासहरु हेर्नुहुन्न । बरु, परमेश्वरले येशूको धार्मिकताको सिद्ध कार्य देख्नुहुन्छ । जुनबेला हामी पापमा थियौं, तोडिएका र परमेश्वरदेखि टाढा थियौं, येशू आउनु भएर हाम्रो पापको मोल तिर्नुभयो । उहाँको मृत्युद्वारा हरेक पाप, गल्ती, असफलताको मोल चुक्ता भएको छ । परमेश्वरले दिनु भएको कुनै कुरा कमाउन सक्ने हाम्रो कुनै उपाय नै थिएन, तर परमेश्वरलाई यो कुरा थाहा भएकोले हामीलाई मुक्ति आर्जन गर्न लगाउनु भएन । हामीले आशाको निम्ति मूल्य

हामीले आशाको निम्ति मूल्य चुकाएकोले आशा पाएका होइनौं तर हामीलाई दिइएको हो । तर येशूले नै हाम्रो निम्ति मूल्य तिरिदिनुभयो । उहाँले चुकाउनुभएको मूल्य हामीले सोचेभन्दा पनि बढी थियो ।

चुकाएकोले आशा पाएका होइनौं तर हामीलाई दिइएको हो । तर येशूले नै हाम्रो निम्ति मूल्य तिरिदिनुभयो । उहाँले चुकाउनुभएको मूल्य हामीले सोचेभन्दा पनि बढी थियो ।

आशाले ल्याउँदछ ...

- तनावदेखि छुटकारा
- तपाईंका मनस्थितिमा सकारात्मक परिवर्तन
- निराशादेखि मुक्ति
- फेरि सपना देख्ने आकांक्षा
- सुन्दर भावी दिनहरुको प्रतिज्ञा
- कठोरत्तम हृदयको परिवर्तन
- जागृत आत्मा
- लक्ष्यमा पुग्ने अभिप्रेरणा
- मनमा शक्ति
- तपाईंको मन र भावनामा स्थिरता
- चिन्ताबाट उन्मुक्ति
- डरदेखि छुटकारा
- जीवनमा रमाहट
- पर्खाइमा धैर्य
- हरेस खानदेखि तपाईंलाई जोगाउने आत्मबल
- जेसुकै वा जो कोही पनि परिवर्तन हुन सक्छ भन्ने विश्वास
- परमेश्वर नियन्त्रणको परमेश्वर हुनुहुन्छ भन्ने स्मरण
- अज्ञात कुरा बारेमा रोमाञ्च
- फेरि शुरुआतको निम्ति कहिल्यै पनि ढीला हुन्न भन्ने दृढ भरोसा
- तपाईं एक्लो हुनुहुन्न भन्ने बोध

यो त आशाले ल्याउने कुराको सानो झलक मात्र हो । तर इमान्दार रुपमा भन्नुपर्दा, तपाईं आशाले जिउँदा र आशाअनुसार कुनै कुरा पूरा नभए पनि आशा अझै पनि आशाकै योग्य भइरहन्छ कारण आशा गरिएका कुरा पूरा नभए पनि तपाईं आशामा नै खुशी भइ रहन सक्नुहुन्छ !

अघि बढ्नुहोस् र आफ्ना आशाहरु उच्च पार्नुहोस् !

आशाको कुनै सिमा वा छेकबार छैन । जति विश्वास गर्नुहुन्छ, परमेश्वर उति खुशी हुनुहुन्छ । तर यो सम्झनुहोस्–आशाचाहिँ आफ्नो श्रोत जति बलियो छ त्यति मात्रै बलियो हुन्छ । यदि तपाईंको आशा कुनै व्यक्तिमा छ भने, वा तपाईंकै शक्ति र क्षमतामा छ भने, आफैलाई बेखुशी र निराश पाउनुहुनेछ । यी सबैका सिमा हुन्छन्, तर परमेश्वरमा हुँदैन । उहाँलाई तपाईंको आशाको श्रोत बनाउनुहोस् । एडवार्ड मोटेद्वारा १८३४मा लिखित भजन पढ्नुहोस् ।

बाहेक येशू ख्रीष्ट, मेरो धार्मिकतामा
अन्य कुनै थोकमा स्थापित छैन मेरो आशा;
साहस गर्दिनँ भरोसा गर्न मीठो संरचनामा,
तर पूर्ण रुपमा अडेसा लाग्छु येशू नाममा ।
ठिङ्ग उभिन्छु ख्रीष्टमा, हुन् उनी;
धस्सिने बालुवा हुन् सब अन्य जमिन,
धस्सिने बालुवा हुन् अन्य सबै जमिन ।

छोपिन्छ सुन्दर मुहार उनको घोर अन्धकारमा,
गर्दछु विश्राम उनकै अपरिवर्तनशील अनुग्रहमा;
हर उच्च अनि चर्को तुफानमा,
मेरो लङ्गर अडिन्छ त्यही कवजभित्रमा ।
उनको प्रतिज्ञा, उनकै करार, उनकै रगतमा
मिल्दछ टेवा मलाई उर्लँदो भेलमा ;
खान्छ हार मेरो प्राण सर्वत्र जुन बेलामा
त्यसैले त मेरो उनी हुन् आशा र भरोसा ।

जब आउनेछन् उनी तुरही ध्वनिमा,
हो, त्यस बेला भेटिन सकूँ म उनमा;
केवल मेरो धार्मिकता, येशूया
सिंहासन सामु भई निर्दोष हुन सकौं खडा ।

अगाडि बढ्नुहोस् र आफ्ना आशाहरु उच्च पार्नुहोस् ! आशा उच्च पार्न नपर्ने केही पनि कारण छैन । आशामा कदम चालेका र आशा गरेर कहिल्यै पनि पछुताउन नपरेका शताब्दि-शताब्दिका लाखौं व्यक्तिहरुसित सहभागी बनौं !

उपसंहार

हामीले यस पुस्तकको पहिलो अध्याय नकारात्मक बेटीको प्रसङ्गबाट थालेका थियौं । बिचरा बेटी, खिचडी खालकी थिइन्, होइन त ? उनको परिवार असाध्यै सुन्दर थियो, उनी परमेश्वरलाई साँच्चिनै प्रेम गर्दथिन् तापनि उनी झिनो आशा पनि नभएकी व्यक्ति थिइन् । उनी जे-जे भए पनि भलाइमै परिणत हुनेछ भनी सुखद अपेक्षा नगर्ने व्यक्ति थिइन् । उनी अनिष्टकर घटना अवश्यम्भावी छ भनी कल्पना गर्ने हतोत्साहित अपेक्षा भएकी स्त्री थिइन् । शुभ कुरा सोच्नुभन्दा पनि उनी अशुभ कुरा मात्रै सोच्दथिन् । त्यही सोचले उनको जीवनलाई असर पारिरहेको थियो ।

सायद, निराश, चिन्तित, खिन्न वा हतोत्साहित हुँदाखेरि तपाईंले आफूलाई कुनै समयमा बेटीसित तुलना गर्न सक्नुहुन्छ । सायद, येशूले तपाईंलाई प्रशस्त, विजयी र आनन्दले भरपूर जीवन दिन मर्नुभएको तथ्य अनुभव गर्न तपाईंले कुनै बखत धेरै सङ्घर्ष गर्नुभएको होला । सायद तपाईंलाई पुस्तकको शीर्षक शुभ खबरझैं लागेर र तपाईंलाई शुभ खबरको असाध्यै आवश्यक भएकोले यो पुस्तक किन्नुभएको होला ।

हजुर, मैले यस पुस्तकको पाण्डुलिपि प्रकाशककहाँ पठाउनुअघि म तपाईंसित व्यक्तिगत तवरमा केही बेर बातचित गर्न चाहन्छु । तपाईंप्रति मेरो उच्च आशा छ । मलाई विश्वास छ–परमेश्वरले तपाईंलाई *"म सक्तिनँ"* र *"धेरै ढिला भइसक्यो"* को बलियो साङ्लादेखि छुटकारा दिन लागिरहनुभएको छ । त्यसैले तपाईं *"म सक्छु "* र *"यही नै उपयुक्त समय हो"* का पँखेटाले माथि-माथि उड्न सक्नुहुन्छ । विगतका हतोत्साह तथा नैराश्य छाडेर भविष्यको प्रतिज्ञातिर तपाईं दौड्नुहुनेछ भन्ने मैले ठूलो सुखद अपेक्षा राखेकी छु ।

तपाईंले यी शब्दहरु पढ्दाखेरि तपाईंको मनमा के अनुभूत भइरहेको छ म ठ्याक्कै त जान्दिनँ । सायद, परिस्थितिहरु अझै सुखद हुनेछन् भनेर तपाईं नयाँ कदम तथा अवसरको निम्ति उत्साहित हुनुहुन्छ होला कि ? वा तपाईं *"यतिको ठीकै छ नि"* मा चित्त बुझाउने र *"अझै खत्तमै त हुन्न होला नि"* भन्ने सोचमा हुनुहुन्छ कि ? वा पीडा सधैंलाई हट्ला त भनेर सोच्दै साह्रै दुःखित पो भइरहनुभएको छ कि ?

तपाईंले आज ठूलो वा सानो जस्तोसुकै चुनौती सामना गरिरहनु भए पनि यो समयचाहिँ फेरि जागृत हुने समय हो । यो समय कृपाको निम्ति आशा गर्ने समय हो । यो समय नयाँ कार्यको निम्ति आशा राख्ने समय हो । यो समय खुशीको निम्ति आशा राख्ने समय हो । तपाईंको सामुन्नेको बाधा-अड्चनचाहिँ तपाईंको जीवनमा सुन्दर कार्य गरिदिनलाई परमेश्वरको निम्ति एउटा अवसर हो । तपाईं पराजीत हुनुहुनेछैन–परमेश्वर तपाईंको पक्षमा हुनुहन्छ । परमेश्वर अजय हुनुहुन्छ । त्यसैले उठ्नुहोस् र अगाडि बढ्नुहोस् । आफ्नो अपेक्षा तह उच्च पार्नुहोस् । तपाईंलाई "उत्तम" थोकको प्रतिज्ञा गरिएको छ भने "ठीकठीकै" मा चित्त नबुझाउनुहोस् । आज तपाईंको जीवनको निम्ति नयाँ दिन हो । र, नयाँ दिनचाहिँ तपाईंका आशाहरु उच्च पार्ने ज्यादै उपयुक्त समय हो ।

टिप्पणीहरु

अध्याय १: आशाको तह उच्च पार्नु

1. Source unknown; "Where' s the Pony" http://storiesforpreaching.com/category/sermonillustrations/hope/.

अध्याय २: अगुवालाई पछ्याउनु

1. James Brown, Evangeline Baptist Church, Wildsville, LA, in *Discoveries*, Vol. 2, No. 4 (Fall 1991).

अध्याय ३: हरेक 'सक्दिनँ' पहिचान गर्नु र तिनलाई हटाउनु

1. "About us," "I Have a Dream Foundation," http://www.ihavead-ream foundation.org/html/history.htm; http://www.sermonillustrations.com/a-z/h/hope.htm.
2. *Today in the Word*, MBI, December 18, 1991.

अध्याय ४: आशाको तागत

1. Cited in Joyce Meyer, "Doing Your Best with What You Have," http://www.joycemeyer.org/articles/ea.aspx?article=doing_your_best_with_what_you_have.

अध्याय ९ : अघि बढिरहनु

1. Debra S. Larson, "Blind Skier Sets Goals on Disabled Olympics," February 5, 1987, http://articles.latimes.com/1987-02-05/news /vw-1122_1_water-skiing.

अध्याय १० : हरेक थोकमा असल कुरा खोज्नु

1. Source unknown, "Attitude," http://www.sermonillustrations.com/a-z/a/attitude.htm.
2. Source unknown, "Hope," http://www.sermonillustrations.com/a-z/h/hope.htm.

अध्याय ११ : आशाका बन्दीहरु

1. *Bits & Pieces*, July 1991.

अध्याय १२ : कसैको प्रार्थनाको जबाफ बनिदिनु

1. Gary Morsch and Dean Nelson, *The Power of Serving Others: You Can Start Where You Are* (San Francisco: Barrett-Koehler Publishers, Inc., 2006), 19 – 21.
2. Cited in *Today in the Word*, March 6, 1991.

अध्याय १४: भोलि कुरेर नबस्नु

1. "Misery Dinner," Christopher News Notes, August 1993, http://www.sermonsearch.com/sermon-illustrations/1185/misery-dinner/.

अध्याय १६: रोजाइ तपाईंकै हो

1. The Capuchin Franciscans "Fasten Your Seat Belts," http://www.beafriar.com/New%20Projects%202012/Our%20Father%20is%20the%20Pilot.pdf.
2. Steve Goodier, *Quote* magazine, in *Reader's Digest*, May 1990.

अध्याय १७: आशालाई भरिपूर्ण हुन दिनु

1. Niagara Parks, "Niagara Falls Geology Facts & Figures," http://www.niagaraparks.com/about-niagara-falls/geology-facts-figures.html.
2. "My Hope Is Built on Nothing Less," http://www.hymnal.net/en/hymn/h/298#ixzz31E5ASKsi.

आशासम्बन्धी अतिरिक्त बाइबलीय पदहरु

यस पुस्तकका पृष्ठहरु आशासम्बन्धीका बाइबलीय पदहरुले भरिएका छन्, तर थप हौसलाका निम्ति केही पदहरु तल टिपोट गरेकी छु ।

दैनिक जीवन जियाइको निम्ति आशा

मेरो प्राणले भन्छ,"परमप्रभु नै मेरो सर्वस्व हुनुहुन्छ,यसैकारण म धैर्यसाथ उहाँको प्रतीक्षा गरिरहन्छु ।"

विलाप ३:२४

आफ्नो आशामा आनन्द गर, सङ्कष्टमा धैर्य धारण गर, निरन्तर प्रार्थनामा निरन्तर लागिरहो ।

रोमी १२:१२

अब विश्वासचाहिँ आशा राखिएका कुराको निश्चय र नदेखिएका कुराको दृढ भरोसा हो ।

हिब्रु११:१

तर ख्रीष्टलाई प्रभु मानेर तिम्रो हृदयमा उहाँको श्रद्धा गर । तिमीहरुमा भएका आशाको विषय कसैले सोधपूछ गरे त्यसको जवाफ दिन सधै तत्पर बस,तर त्यो काम नम्रता र श्रद्धासाथ गर ।

१ पत्रुस ३: १५

किनकि परमेश्वरको निम्ति कुनै कुरा असंभव छैन ।

लूका १:३७

तर परमप्रभुको दृष्टि उहाँको भय मान्नेहरु माथि छ, तिनीहरुमाथि जसको आशा उहाँको अचूक कृपामाथि छ ।

भजनसङ्ग्रह ३३:१८

हे इस्रायल, परमप्रभुमा आफ्नो आशा राख किनभने परमप्रभुमा नै अचुक कृपा छ, अनि उहाँमा नै सम्पूर्ण उद्धार छ ।

भजनसङ्ग्रह १३०:७

अघिअघि लेखिएका कुराहरु हाम्रै शिक्षाको निम्ति लेखिएका थिए, यस

उद्देश्यले कि पवित्र शास्त्रबाट आउने स्थिरता र उत्साहद्वारा हामी आशा प्राप्त गर्न सकौं ।

रोमी १५:४

तपाईंको प्रतिज्ञाअनुसार मलाई थामी राख्नुहोस्, र म जीवित रहूँ, र मेरा आशाहरु चक्नाचुर हुन नदिनुहोस् ।

भजनसङ्ग्रह ११९:११६

हे परमप्रभु, हामीले तपाईंमा आशा राखेमुताबिक तपाईंको अचुक कृपा हामीमाथि रहोस् ।

भजनसङ्ग्रह ३३:२२

आफ्नो दासलाई दिनुभएको वचन सम्झना राख्नुहोस्, किनकि तपाईंले मलाई आशा प्रदान गर्नुभएको छ ।

भजनसङ्ग्रह ११९:१४९

म यो पनि प्रार्थना गर्दछु, कि तिमीहरुको हृदयको आँखा उज्यालो होस्, र कुन आशाको निम्ति उहाँले तिमीहरुलाई बोलाउनुभएको छ, र सन्तहरुमा उहाँको महिमित उत्तराधिकारको सम्पति के हो, सो तिमीहरुले जान्न सक ।

एफिसी १:१८

बद्लि हुन नसक्ने यी दुई कुराहरुमा परमेश्वर असत्य ठहरिन असंभव छ । यसैकारण हामी शरण लिनेहरुले हाम्रा सामु राखिदिएको आशा प्राप्त गर्ने ठूलो हौसला पाएका छौं ।

हिब्रू ६ :१८

यो पनि याद राख् कि बुद्धि तेरो प्राणको लागि गुलियो हुनेछ । यसलाई तैंले प्राप्त गरिस् भने, तेरो भविष्यको निम्ति आशा छ, र तेरो आशा व्यर्थै जानेछैन ।

हितोपदेश २४:१४

तर म स्मरण गर्दछु, यसैले मलाई आशा दिन्छ : परमप्रभुको महान् प्रेमले गर्दा हामी भष्म भएका छैनौं, उहाँको कृपाको अन्त कहिल्यै हुँदैन ।

विलाप ३:२१–२२

मेरो प्राण तपाईंको उद्धार प्राप्त गर्नलाई व्याकुल छ, तर मैले तपाईंको वचनमाथि आशा राखेको छु ।

भजनसङ्ग्रह ११९:८१

तपाईं मेरो शरणस्थान र ढाल हुनुहुन्छ, मैले तपाईंको वचनमा भरोसा राखेको छु ।

भजनसङ्ग्रह ११९:११४

तपाईंको भय मान्नेहरु मलाई देखेर खुशी होऊन्, किनभने म तपाईंको वचनमा भर पर्दछु ।

भजनसङ्ग्रह ११९:७४

उहाँद्वारा परमेश्वरमाथि तिमीहरुको भरोसा छ, जसले ख्रीष्टलाई मृतकबाट जीवित पारेर महिमा दिनुभयो, ताकि तिमीहरुको विश्वास र आशा परमेश्वरमा रहोस् ।

१ पत्रुस १:२१

हामी चाहन्छौं, कि तिमीहरु प्रत्येकले आफ्ना सम्पूर्ण आशा प्राप्त गर्नका निम्ति अन्त्यसम्मै त्यही तत्परता देखाउनेछौं ।

हिब्रू ६:११

अब हामीलाई प्रेम गर्नुहुने र अनुग्रहद्वारा अनन्तको सान्त्वना र उत्तम आशा दिनुहुने हाम्रा प्रभु येशू ख्रीष्ट आफैले तथा परमेश्वर हाम्रा पिताले तिमीहरुका हृदयलाई सान्त्वना दिऊन् र हरेक असल काम र वचनमा तिमीहरुलाई स्थिर गराऊन् ।

२ थेसलोनिकी २:१६–१७

आशाले हामीलाई निराशा गराउँदैन, किनकि हामीलाई दिइएका पवित्र आत्माद्वारा परमेश्वरको प्रेम हाम्रा हृदयमा खन्याइएको छ ।

रोमी ५:५

हे परमप्रभु, तपाईंका उद्धारको म प्रतीक्षा गर्दछु, र तपाईंका आज्ञाहरु पालन गर्दछु ।

भजनसङ्ग्रहह ११९:१६६

किनकि यस उद्देश्यले हामी परिश्रम र प्रयत्न गर्दछौं, किनकि हाम्रो आशा जीवित परमेश्वरमा राखिएको छ, जो सबै मानिसका, विशेषगरी उहाँमाथि विश्वास गर्नेहरुका मुक्तिदाता हुनुहुन्छ ।

१ तिमोथी ४:१०

मुक्तिको आशा

परमेश्वर र हाम्रा प्रभु येशू खीष्टका पिता धन्यका हुनुहुन्छ । उहाँको महान् कृपाले मृतकबाट येशू खीष्टको पुनरुत्थानद्वारा एउटा जीवित आशाको निम्ति हामी नयाँ गरी जन्मेका छौं ।

१ पत्रुस १:३

ताकि उहाँको अनुग्रहले धर्मी ठहरिएर हामी अनन्त जीवनको आशा राख्ने उत्तराधिकारी बन्न सकौं ।

तीतस ३:७

किनकि सबै मानिसहरुका मुक्तिको निम्ति परमेश्वरको अनुग्रह प्रकट भएको छ, जसले हामीलाई भक्तिहीनता र सांसारिक तृष्णाहरु त्याग्न र संसारमा संयमी, सोझै र भक्त भएर जीवन यापन गर्न तालिम दिन्छ । र हाम्रो धन्यको आशा-हाम्रा महान् परमेश्वर र मुक्तिदाता येशू खीष्टका महिमाको आगमनको हामी प्रतीक्षा गर्दछौं ।

तीतस २:११-१३

जुन विश्वास र ज्ञान अनन्त जीवनको आशामा स्थिर छन्, अनि कहिल्यै झूट नबोल्नुहुने परमेश्वरले अनन्त कालदेखि प्रतिज्ञा गर्नुभयो ।

तीतस १:२

तर हामीचाहिँ दिनका हुनाले हामी सचेत होऔं, र विश्वास र प्रेमका छातीको पाता र मुक्तिका आशाको टोप लगाऔं ।

१ थेसलोनिकी ५:८

जुनचाहिँ तिमीहरुका निम्ति स्वर्गमा राखिए (सुरक्षित गरिएका र प्रतीक्षा गरिएका) का आशाको कारणले नै हो । यस विषयमा तिमीहरुले अघि नै सत्यको वचन, अर्थात सुसमाचार सुनेका छौ ।

कलस्सी १:५

यदि यस जीवनको लागि मात्रै खीष्टमा हामीले आशा राखेका हौं

भने हामी सबै मानिसहरुभन्दा बढी दयनीय हुन्छौं । वास्तवमा ख्रीष्ट मृतकहरुबाट जीवित हुनुभएको छ । सुतिजानेहरुमध्येमा उहाँचाहिँ प्रथम फल हुनुहुन्छ ।

१ कोरिन्थी १५:१९–२०

मुक्तिको प्रार्थना

परमेश्वरले तपाईंलाई प्रेम गर्नुहुन्छ र तपाईंसित व्यक्तिगत सम्बन्ध स्थापना गर्न चाहनुहुन्छ। यदि तपाईंले येशू ख्रीष्टलाई प्रभु र मुक्तिदाताको रुपमा स्वीकार गर्नुभएको छैन भने अहिले नै उहाँलाई ग्रहण गर्न सक्नुहुन्छ। केवल उहाँप्रति आफ्नो हृदय खोल्नुहोस् अनि यसरी प्रार्थना गर्न सक्नुहुन्छ ...

"पिता, मलाई थाहा छ, मैले तपाईं विरुद्ध पाप गरेको छु। मलाई क्षमा गर्नुहोस् । मलाई धुनुहोस् । म तपाईंको पुत्र येशू ख्रीष्टमा विश्वास गर्न प्रतिज्ञा गर्दछु । म विश्वास गर्दछु–उहाँ मेरो निम्ति मर्नुभयो–उहाँ क्रूसमा मर्नुभइकन मेरा पापहरु आफैमा लिइदिनुभयो । म विश्वास गर्दछु–उहाँ मृतकदेखि बौरी उठ्नुभयो । येशू प्रभु, अहिले नै मेरो जीवन तपाईंलाई सुम्पन्छु ।

पिता, तपाईंलाई क्षमादान र अनन्त जीवनको उपहारको निम्ति धन्यवाद दिँदछु । तपाईंको खातिर जिउन मलाई सहायता गर्नुहोस् । येशू प्रभुको नाममा, आमेन ।"

तपाईंले हृदयदेखि प्रार्थना गर्नु भएपछि परमेश्वरले तपाईंलाई ग्रहण गर्नुभएको हुन्छ, धुनुभएको हुन्छ अनि तपाईंलाई आत्मिक मृत्युको बन्धनदेखि मुक्त गर्नुभएको हुन्छ। तल दिइएका धर्मशास्त्रका खण्डहरु पढ्न र तिनमा मनन गर्न केही समय बिताउनुहोस् । र, आफ्नो नयाँ जीवनको यात्रामा उहाँसँगै हिँड्ने क्रममा मसित बोल्नुहोस् भनी परमेश्वरसित प्रार्थना गर्नुहोस् ।

यूहन्ना ३:१६	१ कोरिन्थी १५:३-४ ३:१६
एफिसी १:४	एफिसी २:८-९
१ यूहन्ना १:९	१ यूहन्ना ४:१४-१५
१ यूहन्ना ५:१	१ यूहन्ना ५:१२-१३

प्रार्थना गर्नुहोस् र बाइबलअनुसार चल्ने असल मण्डली पाउन सहायता गर्नुहोस् भनी परमेश्वरसित बिन्ती गर्नुहोस् जसले गर्दा ख्रीष्ट येशूसितको सम्बन्धमा बढ्दै जान तपाईंलाई प्रोत्साहन मिलोस् । परमेश्वर सधैं तपाईंसित हुनुहुन्छ । उहाँले तपाईंलाई दिनदिनै क्रमिक रुपमा अगुवाइ गर्दै जानुहुनेछ र उहाँले चाहेअनुसारको प्रशस्तको जीवन जिउन तपाईंलाई मार्गनिर्देशन गर्नुहुनेछ ।

लेखिकाको विषयमा

जोयस मेयर विश्वकै अग्रणी व्यावहारिक बाइबल शिक्षकहरुमध्ये एक हुनुहुन्छ । उहाँको *दैनिक जीवनमा आनन्द मनाउनु* (Enjoying Everyday Life) नामक दैनिक प्रसारण विश्वभरि सयौं टेलिभिजन सञ्जालहरु र रेडियो स्टेशनभरि देख्न र सुन्न पाइन्छ ।

जोयस १०० भन्दा बढी प्रेरणादायी पुस्तकहरु लेख्नुभएको छ । उहाँका उत्कृष्ट पुस्तकहरुमध्येमा *पावर थट्स* (Power Thought)s, *दि कन्फिडेन्ट वुमन* (The Confident Woman), *लूक ग्रेट, फिल ग्रेट* (Look Great, Feel Great) , *स्टार्टिङ योर डेली डे राइट* (Starting Your Day Right), *एन्डिङ यो डे राइट* ९Ending Your Day Right), *दि एभ्रिडे लाइफ बाइबल* ९The Everyday Life Bible), *अप्रभुल अ्याडिक्सन* (Approval Addiction), *हाउ टु हियर फ्रम गड* (How to Hear from God), *ब्युटी फोर अ्याशेज* (Beauty for Ashes), *ब्याटलफिल्ड अफ दि माइण्ड* (Battlefield of the Mind) हुन् ।

जोयस वर्षैंभरि सम्मेलन सञ्चालन गर्न र विश्वका हजारौं मानिसहरु बीचमा बोल्नको निम्ति अत्यधिक रुपमा यात्रा गर्ने व्यक्ति हुनुहुन्छ ।

जोयस मेयर सेवकाइ यु.एस. र अन्य देशमा अवस्थित कार्यालयका ठेगानाहरु

Joyce Meyer Ministries

P.O. Box 655 Fenton, MO 63026 USA

(636) 349-0303

Joyce Meyer Ministries—Canada

P.O. Box 7700 Vancouver, BC V6B 4E2 Canada

(800) 868-1002

Joyce Meyer Ministries—Australia

Locked Bag 77
Mansfield Delivery Centre Queensland 4122 Australia

(07) 3349 1200

Joyce Meyer Ministries—England

P.O. Box 1549 Windsor SL4 1GT United Kingdom 01753 831102

Joyce Meyer Ministries—South Africa

P.O. Box 5
Cape Town 8000 South Africa (27) 21-701-1056

जोयस मेयरद्वारा लिखित अन्य पुस्तकहरु

★ *ट्वेन्टी वन वेइज टु फाइन्डिङ पिस एण्ड ह्यापिनेस (21 Ways to Finding Peace and Happiness)*
★ *हण्ड्रेड वेइज टद्र सिम्प्लीफाई योर लाईफ (100 Ways to Simplify your life)*
★ *एनी मिनट (Any Minute)*
★ *अप्रुभल एडिक्शन (Approval Addiction)*
★ *दि अप्रुभल फिक्स (Approval Fix)*
★ *ब्याटलफिल्ड अफ दि माइण्ड (Battlefield of the Mind) १३० लाखप्रति भन्दा बिक्री भइसकेको०*
★ *ब्यूटी फोर अ्याशेज (Beauty for Ashes)*
★ *चेन्ज योर वर्ड्स, चेन्ज योर लाइफ (Change Your Words, Change Your Life)*
★ *दि कन्फिडेण्ट मम (The Confident Mom)*
★ *दि कन्फिडेन्ट वुमन (The Confident Woman)*
★ *डु योरसेल्फ अ फेभर... फोरगिभ (Do Yourself a Favor...Forgive)*
★ *ईट दि कुकी...बाई दि शुज (Eat the Cookie...Buy the Shoes)*
★ *दि एभ्रिडे लाइफ बाइबल (The Everyday Life Bible)*
★ *गेट योर होप्स अप (Get Your Hopes Up!)*
★ *गुड हेल्थ, गुड लाइफ (Good Health, Good Life)*
★ *आई डेयर यु (I Dare You)*
★ *लिभिङ बियोण्ड योर फिलिङ्ज (Living Beyond Your Feelings)*
★ *लिभिङ करेजस्ली (Living Courageously)*
★ *लुक ग्रेट, फिल ग्रेट (Look Great, Feel Great)*
★ *दि लभ रिभोल्यूशन (The Love Revolution)*
★ *मेकिङ गद्रड ह्याबिट्स, ब्रेकिङ ब्याड ह्याबिट्स (Making Good Habits, Breaking Bad Habits)*
★ *नेभर गिभ अप (Never Give Up!)*
★ *दि पेनी (The Penny)*

- *परफेक्ट लभ (Perfect Love) (पहिला, यो पुस्तकलाई "गड इज नट् म्याड अ्याट यु" शीर्षकमा प्रकाशन गरिएको थियो)*
- *पावर थट्स (Power Thoughts)*
- *दि पावर अफ सिम्पल प्रेयर (The Power of Simple Prayer)*
- *स्टार्ट योर न्यू लाइफ टुडे (Start Your New Life Today)*
- *दि सिक्रेट पावर अफ स्पिकिङ गड्स वर्ड (The Secret Power of Speaking God's Word)*
- *दि सिक्रेट टु ट्रु ह्यापिनेस (The Secret to True Happiness)*
- *यु क्यान बिगिन अगेन (You Can Begin Again)*

उपासना पुस्तकहरु (Devotionals)

- *ब्याटलफिल्ड अफ दि माइण्ड डिभोशनल (Battlefield of the Mind Devotional)*
- *दि कन्फिडेन्ट वुमन डिभोशनल (The Confident Woman Devotional)*
- *एन्डिङ योर डे राइट (Ending Your Day Right)*
- *हिअरिङ फ्रम गड इच मोर्निङ (Hearing from God Each Morning)*
- *लभ आउट लाउड (Love Out Loud)*
- *न्यू डे, न्यू यु (New Day, New You)*
- *(The Power of Being Thankful)*
- *पावर थट्स डिभोशनल (Power Thoughts Devotional)*
- *स्टार्टिङ योर डे राइट (Starting Your Day Right)*
- *ट्रस्टिङ गड डे बाइ डे (Trusting God Day By Day)*

जोयस मेयर विश्वकै अग्रणी व्यावहारिक बाइबल शिक्षकहरुमध्ये एक हुनुहुन्छ। उहाँको *दैनिक जीवनमा आनन्द मनाउनु (Enjoying Everyday Life)* नामक दैनिक प्रसारण विश्वभरि सयौं टेलिभिजन सञ्जालहरु र रेडियो स्टेशनभरि देख्न र सुन्न पाइन्छ।

जोयस १०० भन्दा बढी प्रेरणादायी पुस्तकहरु लेख्नुभएको छ। उहाँका उत्कृष्ट पुस्तकहरुमध्येमा *पावर थट्स (Power Thought)s, दि कन्फिडेन्ट वुमन (The Confident Woman), लूक ग्रेट, फिल ग्रेट (Look Great, Feel Great) , स्टार्टिङ योर डेली डे राइट (Starting Your Day Right), एन्डिङ यो डे राइट (Ending Your Day Right), दि एभ्रिडे लाइफ बाइबल (The Every- day Life Bible), अप्रभुल अ्याडिक्सन (Approval Addiction), हाउ टु हियर फ्रम गड (How to Hear from God), ब्युटी फोर अ्याशेज (Beauty for Ashes), ब्याटलफिल्ड अफ दि माइण्ड (Battlefield of the Mind)* हुन्।

जोयस वर्षैभरि सम्मेलन सञ्चालन गर्न र विश्वका हजारौं मानिसहरु बीचमा बोल्नको निम्ति अत्यधिक रुपमा यात्रा गर्ने व्यक्ति हुनुहुन्छ।

“जब तपाईं यो पुस्तक पढ्नुहुन्छ, मलाई आशा छ–परमेश्वरले मलाई “जीवन पाएको र आनन्द मनाएको” (यूहन्ना १०:१०) चाहनुहुन्छ भन्ने कुरा तपाईंले बुझ्नुहुनेछ । परमेश्वरले तपाईंको निम्ति आत्मिक रुपमा, मानसिक रुपमा, सम्बधनात्मक रुपमा, शारीरिक रुपमा हरेक साल, हरेक दिन, हरेक क्षण, उत्तम कुरा दिन चाहनुहुन्छ । र, जब तपाईंले परमेश्वरले मलाई असल कुरा दिन चाहनु हुँदोरहेछ भनेर जान्नुहुनेछ, तपाईं आशाले नभरी रहनै सक्नुहुन्न । परमेश्वरले तपाईंका सबै आवश्यकताहरु पूरा गरिदिन र अन्य मानिसहरुलाई सहायता गर्न तपाईंलाई सक्षम पार्न चाहनुहुन्छ ।

यदि तपाईंलाई आज मन दुखिरहेको छ भने, परिस्थितिहरु सुध्रिएलान् त भन्ने शंका भइरहेको छ भने...**आफ्ना आशाहरु उच्च पार्नुहोस्** !

यदि तपाईं जीवनमा कठिनाइसित जुधिरहनुभएको छ, जीवनमा हलचल आइरहेको बेला अझै केही बाँकी छ त भन्ने प्रश्न उब्जिरहेको छ भने ...**आफ्ना आशाहरु उच्च पार्नुहोस्** !

यदि नानीहरु हुर्काइरहनुभएको छ, उनीहरुको भविष्य कस्तो होला भनेर घोत्लिरहनुभएको छ भने ...**आफ्ना आशाहरु उच्च पार्नुहोस्** !

यदि तपाईंले रोमाञ्चक नयाँ यात्रा शुरुआत गर्दैहुनुहुन्छ भने, पहिलाभन्दा अझै जोखिम उठाइरहनुभएको छ भने ...**आफ्ना आशाहरु उच्च पार्नुहोस्** !

“यदि तपाईंले आफ्ना आशाहरु उच्च पार्ने साहस गर्नुहुन्छ भने, तपाईंको जीवनमा परिस्थितिहरु परिवर्तन हुन थाल्नेछन् । विश्वास बढ्छ, आनन्द फर्किन्छ अनि शान्तिले राज्य गर्दछ ।”

—जोयस मेयर

JOYCE MEYER
MINISTRIES ®