

चिन्ताका बारेमा सीधा कुरा



प्रभुको वचनको शक्ति द्वारा भावनात्मक
लडाइँको विजय

जाँयस मेयर

Previously published as *Help Me — I'm Worried!*

चिन्ताका

बारेमा सीधा कुरा

चिन्ताका

बारेमा सीधा कुरा

परमेश्वरको वचनको शक्तिले
भावनात्मक युद्धहरुमाथि विजय



जाँयस
मेयर



JOYCE MEYER
MINISTRIES®

Plot No. 512/B, Road No. 30, Jubilee Hills, Hyderabad - 500 033

Unless otherwise indicated, all Scripture quotations are taken from *The Amplified Bible* (AMP). *The Amplified Bible, Old Testament*, copyright © 1965, 1987 by The Zondervan Corporation. *The Amplified Bible, New Testament*, copyright © 1954, 1958, 1987 by The Lockman Foundation. Used by permission.

Scripture quotations marked (NKJV) are taken from *The New King James Version*. Copyright © 1979, 1980, 1982, Thomas Nelson, Inc.

Scripture quotations marked KJV are taken from the *King James Version* of the Bible.

Originally published as *Help Me I'm Worried*.

Copyright © 2015 by Joyce Meyer Ministries - Asia

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

Joyce Meyer Ministries - Asia
Plot No. 512/B, Road No. 30,
Jubilee Hills, Hyderabad - 500 033

Phone: +91-40-2300 6777

Website: www.jmmindia.org

Straight Talk on WORRY - *Nepali* (R1 - 2015)
Overcoming Emotional Battles With the Power of God's Word!

विषय सूची



परिचय	vii
भाग एक गुप्त वा शरण स्थानमा बास गर्नु	
1. सुरक्षामा रहिरहनु	3
2. सुषुप्त निर्देशन पढ्नुहोस्: परमेश्वरमा भरोसा गर्न	9
3. हरेक कुराहरु ठीक हुन लागिहरहेको छ	25
4. हाम्रा विचारहरुभन्दा परमेश्वरका विचारहरु उच्च छन् निष्कर्ष	47 71
भाग दुई बाइबलका पदहरु	
चिन्तामाथि विजय हुन धर्मशास्त्रका पदहरु	87
चिन्तासँग युद्ध गर्ने प्रार्थना	91
परमप्रभुसँग व्यक्तिगत सम्बन्धका लागि प्रार्थना	93

परिचय



परमेश्वरले तपाईंसंग लेनदेन गर्न चाहनुहुन्छ। उहाँ तपाईंका सम्पूर्ण कुराहरुको हेरचाह गर्न चाहनुहुन्छ। उहाँ तपाईंका समस्याहरु, घटी-कमीहरु अर्थात् 'खरानी' सबै लिएर फेरि सुन्दर बनाउन चाहनुहुन्छ। आजसम्म तपाईंले वास्ता गर्दै आएका सबै थोकको उहाँ वास्ता गर्न चाहनुहुन्छ। यसको मतलब के हो भने अब तपाईंको हेरचाह गर्ने परमेश्वर हुनुहुन्छ।

यसकारण परमेश्वरको शक्तिशाली बाहुलीमुनि तिमीहरु आफैँलाई विनम्र तुल्याओ, र उहाँले उचित समयमा तिमीहरुलाई उच्च पार्नुहुन्छ। तिमीहरुका सारा फिक्री उहाँलाई सुम्पिदेओ, किनकी उहाँले तिमीहरुको वास्ता गर्नुहुन्छ।

१ पत्रुस ५:६,७

परमप्रभु परमेश्वरको आत्मा ममाथि छ, किनभने गरीबहरुलाई सुसमाचार सुनाउनका निम्ति परमप्रभुले मलाई अभिषेक गर्नुभएको छ... सियोनमा विलाप गर्नेहरुलाई खरानीको सट्टा सुन्दरताको मुकुट प्रदान गर्न...।

यशैया ६१:१,३

परमेश्वरले हाम्रो हेरचाह गर्न चाहनुहुन्छ; तर यसका निम्ति हामीले हाम्रो हेरचाह गर्न छाड्नुपर्छ। धेरै व्यक्तिहरूले पीर गर्दागर्दै, आफ्नो समस्याका उत्तरहरू आफै खोज्दाखोज्दै परमेश्वरको हेरचाह र वास्ता खोज्दछन् । यस्ता व्यक्तिहरूले परमेश्वरको दिशानिर्देशन पर्खनको साटो सबै आफै गर्न प्रयत्न गरिरहन्छन् । वास्तवमा यिनीहरू खरानीभित्री लडीबुडी खेलिराखेका हुन्छन् । यस्तो अवस्थामा पनि उनीहरू परमेश्वरले सुन्दरता दिनुहुन्छ कि भनेर पर्खिन्छन् । यदि परमेश्वरबाट हामी सुन्दरता पाउन चाहन्छौं भने हाम्रो 'खरानी' हामीले उहाँलाई दिनुपर्छ ।

जब हामीले हाम्रा सबै वास्ता र फित्रीहरू उहाँलाई दिन्छौं तब उहाँले हाम्रो पूर्ण हेरचाह गर्न सक्नुहुन्छ र गर्नु पनि हुन्छ भनेर हामी विश्वास गर्छौं। हिब्रु ४:३ मा यसरी लेखिएको छ - “किनकि हामी विश्वास गर्नेहरूचाहिँ त्यस विश्राममा प्रवेश गर्छौं...”।”

विश्वासद्वारा मात्र हामी परमेश्वरको विक्षाममा प्रवेश गर्न सक्छौं। विश्वासको विपरीत चाहिँ चिन्ता हो । चिन्ताले हामीमा भएको शान्ति लुट्छ, हाम्रो शरीर अशक्त बनाउँछ र बिरामी पनि बनाउँछ। हामीले चिन्ता लिनु भनेको हामीले परमेश्वरमा विश्वास नगर्नु हो । फलस्वरूप हामी परमेश्वरको विश्राममा पनि प्रवेश गर्न सक्दैनौं ।

कस्तो अनौठो लेनदेन। तपाईँ परमेश्वरलाई खरानी दिनुहुन्छ र साटोमा सुन्दरता पाउनुहुन्छ । तपाईँले आफ्नो चिन्ता, फित्री र वास्ता उहाँलाई दिनहुन्छ र उहाँले तपाईँलाई सुरक्षा, स्थिरता, राहत र आनन्दको परिपूर्णता दिनुहुन्छ । कस्तो अचम्म! यसको अर्थ तपाईँले उहाँको हेरचाह पाउनुहुन्छ- कस्तो सुअवसर ।

भाग एक
—❧—

गुप्त वा शरण स्थानमा बास गर्नु

1



सुरक्षामा रहिरहनु

“जो परमप्रधानको शरणमा बास गर्दछ, त्यो मानिस सर्वशक्तिमान्को छत्रछायाँमुनि स्थिर भएर र अडिग भएर रहन्छ (जसको शक्तिको सामु कुनै शत्रु खडा हुन सक्दैन)।”

भजनसङ्ग्रह ९१:१

परमेश्वरसँग गुप्त स्थान छ जहाँ हामी शान्ति र सुरक्षामा बास गर्न सक्छौं।

गुप्त स्थान परमेश्वरमा विश्राम गर्ने स्थान, शान्तिको स्थान र उहाँमा सान्त्वना पाउने स्थान हो। यो गुप्त स्थान “आत्मिक स्थान” हो, जहाँ चिन्ता हराउँछ र शान्तिले राज्य गर्दछ। यो परमेश्वरको उपस्थिति हुने स्थान हो। जब हामीले प्रार्थना गर्दौं र परमेश्वरलाई खोज्दै अनि उहाँको उपस्थितिमा वास गर्दौं समय बिताउँछौं, तब हामी गुप्त स्थानमा रहेका हुन्छौं।

‘बास गर्नु’ भन्ने शब्दको अर्थ, “घर बनाउनु, वासस्थान बनाउनु, त्यहीं रहिरहनु।” जब हामी त्यहाँ कुनै अवसर पारेर मात्र जाने गर्दौं, तर हामीले त्याहाँ हाम्रो स्थायी बसोबास गर्ने ठाउँ बनाएका हुन्छौं ।

नयाँ करारमा बास गर्नु भन्ने शब्द ग्रीक भाषाको शब्द नै युहन्ना १५:७ मा रहनुभन्ने शब्दलाई अनुवाद गरिएको छ जहाँ येशूले भन्नु भएको छ, “तिमीहरू ममा जियौ भने (ममा एक भएर बलियो तवरले रह्यौ भने) र मेरा वचनहरू तिमीहरूमा रहिरहे र ती तिमीहरूका हृदयमा निरन्तर रूपमा बसिरहे भने तिमीहरूलाई जे इच्छा लाग्छ, सो माग र त्यो तिमीहरूका निम्ति हुनेछ ।”

अर्को शब्दमा भन्ने हो भने हामी बलियो गरी परमेश्वरमा रोपिएको हुनुपर्दछ । हरेक परिस्थिति र हरेक अवस्थामा हामीले हाम्रो सहायताको स्रोतलाई जानेको हुनुपर्दछ । हामीले हाम्रो आफ्नै शान्ति र सुरक्षाको गुप्त स्थान कहाँ छ भनेर थाहा पाएको हुनु आवश्यक छ । सम्पूर्ण नवरले हामीले परमेश्वरमा भर पर्न र उहाँमै भरोसा गर्न आवश्यक छ ।

गुप्तस्थान (शरण स्थान) मा

“जो परमप्रदानको शरणमा बास गर्दछ, त्यो स्थिर भएर रहिरहन्छ ।”

भजनसङ्ग्रह ११:१

जो गुप्तस्थानमा बास गर्दछ त्यो स्थिर र सुरक्षित रहनेछ भनेर भजनसङ्ग्रहका लेखकले भन्दछन् ।

गुप्तस्थान भनेको लुक्ने ठाउँ, व्यक्तिगत ठाउँ वा शरणस्थान हो । यो ठाउँ हामीलाई हृदयमा चोट लागेको बेला, हामी भयभीत भएको बेला वा

अचेत महसुस भएको बेला कुदेर जाने स्थान हो । हामीलाई सतावट वा खेदो गरिएको बेला, हामीलाई ठूलो खाँचो परेको बेला वा हामीलाई थाम्नै नसक्ने गरी अप्ठ्यारो परेको बेला यो कुदेर जाने ठाउँ हो ।

मलाई सम्कुना छ जब म बालकै थिएँ, त्यो बेला हामी एउटा ठूलो र धेरै कोठाहरु भएको घरमा बस्थौँ । (मेरी आमाले त्यो घर सफा गर्नुहुन्थ्यो र त्यसैले गर्दा पनि हामीले भाडा पाउँथ्यौँ) । त्यो घर अति नै ठूलो थियो, काठले बारिएको थियो र त्यसमा केही गुप्त खालका कोठाहरु थिए । एकदिन मैले एउटा गुप्त स्थान भेटँ । त्यसमा सिसाको एउटा भ्यालजस्तो पनि बनाइएको थियो ।

अहिले पनि म त्यही बेन्चमुनि सोचेर बसिरहेको छु जस्तो लाग्छ । बाल्य अवस्थामा हुँदा मैले के सोचिरहेकी थिएँ त्यो त मलाई नै थाहा छैन तर मलाई के कुरो थाहा छ भने मलाई चोट पुगेको र केही समस्याहरु सृजना भएको चाहिँ पक्कै थियो ।

मेरो घरको जीवन आफ्नै घरेलु अवस्थाहरुले गर्दा दुखपूर्ण र धेरै प्रकारले मलाई व्याकुल पार्ने खालको थियो । अनि त्यो बन्चको वरिपरि बारिएको ठाउँ मेरा निम्ति लुक्ने गुप्त स्थान बन्यो । यो ठाउँ नै म डराएको बेला वा मलाई सान्त्वना चाहिएको बेला गएर लुक्ने ठाउँ भयो । परमेश्वर हाम्रो लुक्ने ठाउँ बन्न चाहनुहुन्छ भनेर यस पदले हामीलाई भन्दछ ।

संसारमा भएका कति मानिसहरुले आफ्नो हृदयको चोटलाई लुकाउने ठाउँ रक्सीलाई बनाउँछन् । कतिले लागू औषध र अरु कतिले चाहिँ टेलिभिजनलाई बनाउँछन् । कति चाहिँ निराश भएर आफ्नो टाउकामा भएको टोपी खोल्दछन् । धेरै मानिसहरुले धेरै प्रकारले आफ्ना गुप्तस्थानहरु (लुक्ने ठाउँहरु) बनाउँछन् ।

संसारले हामीलाई लुकाओस् भनेर बाटो हेर्नुको साटो, हामीले परमेश्वरलाई हाम्रो लुक्ने ठाउँ बनाएको उहाँले चाहनुहुन्छ । “परमप्रधानको गुप्तस्थान (शरणस्थान)” भन्नुको अर्थ त्यही नै हो । जब हाम्रा समस्याहरु, कष्टहरु हुन्, तब परमेश्वरले हामीलाई आफ्ना पखेटाको सुरक्षित छायामुनि शरण लिएको चाहनुहुन्छ ।

उहाँले हामीलाई उहाँकहाँ कुदेर गएको चाहनुहुन्छ!!

हामी सर्वशक्तिमान्को छत्रछायामुनि (जसको शक्तिका सामु शत्रु खडा हुन सक्दैन) ।

भजनसङ्ग्रह ९१:१

शरण (गुप्त स्थान) मा छौं भने हामी कहाँ भेटिनेछौं? भजनसङ्ग्रहका लेखकको भनाइअनुसार हामी “सर्वशक्तिमान्को छायामुनि” रहिरहेका हुनेछौं । परमेश्वरले आफ्ना जनहरुलाई त्यही रहेको चाहनुहुन्छ ।

हाम्रा स्वर्गीय पिताले हामीलाई केही समयका लागि एकपल्ट मात्रै उहाँसँग भेटेको चाहनुहुन्छ वा हामी भयभीत भएको बेला मात्रै उहाँकहाँ कुदेर गाएको उहाँ चाहनुहुन्छ । उहाँले त हामीलाई उहाँको पखेटाको छत्रछायामुनि, त्यहीं रहिरहन र त्यहीं बसेको, बास गरेको चाहनुहुन्छ । जब हामी त्यसो गछौं तब हामी स्थिर भयर त्यहीं रहिरहन्छौं किनभने सर्वशक्तिमान्को शक्तिका सामु कुनै शत्रु खडा हुन सक्दैन । हामी त्यही ठाउँमा रहिरह्यौं भने सैतानले हामीलाई कुनै खराबी गर्न सक्दैन ।

मेरो जीवनमा यस्तो समय थियो जब म गुप्त स्थानमा कुदेर जान्थें, म त्यहाँ पुगेपछि मलाई भयभीत पार्ने कुराको म महसुस गर्दिनथें ।

हामीलाई हरसमय प्रभुको आवश्यकता पर्दछ, कहिलेकाहीँ मात्र होइन। युहन्ना १५:५ मा येशू भन्नुहुन्छ, “...मदेखि बाहेक भएर (मसँगको एकतालाई टुटाएर) तिमीहरुले केही पनि गर्न सक्दैनौ।”

सर्वशक्तिमान्को छत्रछायामुनि रहनुको वास्तविक अर्थ चाहिँ के हो त? सर्वप्रथम छत्रछायाले “छाया” लाई बुझ्काउँछ र यो ठाउँ सूर्यको तापबाट वा संसारको गर्मी कुराहरुबाट सुरक्षा पाउने ठाउँ हो। हामीले बुझ्केको छायाको सधैं सीमा हुन्छ। हामी परमेश्वरको पखेटाको छत्रछायामुनि वास गर्ने मनसाय राख्छौं भने त्यहाँ पनि हामी रहने सीमा निश्चित रूपमा हुन्छ।

सीमाक्षेत्र तोकिएको क्षेत्र हो अर्थात् दुईवटा गुण वा सर्तहरु बीचको एउटा सिमाना हो। छत्रछायाको कुरा गर्दा, यो त्यो ठाउँ हो जहाँ छाया (शीतलता) सकिन्छ र घामको चमक सुरु हुन्छ।

मानिनिआँ, अहिले मध्यान्न भएको छ, प्रचण्ड घाम लागिरहेको छ र हामीले ठूलो रुख देख्यौं। हामी गएर त्यो रुखको छहारीमा खडा भयौं भने हामी त्यो रुखको छायामा घाममा निरन्तर खडा भएभन्दा अत्यधिक आनन्द लिन सक्छौं।

जब मानिसहरु घाममा घरबाहिर रहेर काम गर्दछन् र पसिना काड्छन्, तब तिनीहरु विश्रामको समयमा रुखको छाया खोज्न मन पराउँछन्। कति मानिसहरुले आफ्नो घरको वरिपरि रुखहरु रोप्दछन् किनभने त्यसले शीतल भइरहन्छ। त्यसैले छाया भनेको विशेष गरी गर्मी याममा गएर बस्न मन लाग्ने ठाउँ हो।

हामी परमेश्वरको पखेटाको छत्रछायामुनि रहने निर्णय गर्छौं भने जीवन अति नै आनन्ददायी बन्दछ। यो त्यति तातो खालको हुँदैन र हामीले “पसिना पनि खलखली निकालिरहनु” पर्नेछैन भन्नुपर्दछ। हामीले हाम्रो

चिन्ता-फिक्रीका बारेमा बोल्नुका साथै हामी परमेश्वरमा विश्राम गरिरहेका हुनेछौं।

यहि घाममै बसिरहने निर्णय गर्छौं भने हामी अआनन्ददायी, पसिनै पसिना भएका, दुःखी, प्यासी र सुक्खा बन्दछौं। हामीहरु कहाँ खडा हुने भन्ने कुराको निर्णय हामी प्रत्येकको अपनै जीवनमा भर पर्ने कुरा हो - छत्रछायामा (परमेश्वरमा भरोसा गर्दै) कि प्रचण्ड सूर्यको तापमा (खलखली पसिना काड्दै) - येशूमा कि संसार र यसमा भएका सम्पूर्ण समस्याहरुमा।

तपाईं कुन ठाउँमा खडा हुने निर्णय गर्नुहुन्छ? म चाहिँ छायामा रहन चाहन्छु। जब हामी समय - समयमा काम गर्दछौं, कहिलेकाहीँ मलाई छायामा मात्र रहिरहन मन लग्दैन र म फेरि तातो ठाउँमा आइपुगेकी हुन्छु जहाँ अवस्थाहरु त्यति राम्रा हुँदैनन्। अनि जब म मर्ने लाग्छु, तब म फेरि सुरक्षित हुन छायातिर कुदेर आइहाल्छु। त्यसपछि अन्त्यमाम फेरि सूर्यको प्रचण्ड गर्मीमा निस्किएर आइहाल्छु।

रोमी १:१७ ले भन्दछ हामी विश्वासद्वारा जिउँछौं। जे भए तापनि, कहिलेकाहीँ हामी विश्वासबाट अविश्वास गर्न शङ्कामा जिउँछौं र त्यसपछि फेरि विश्वासमा फर्कन्छौं।

हामी छत्रछायाको सुरक्षामुनि साँच्चै रहन चाहन्छौं तर कहिलेकाहीँ हामी यस कुराबाट आफैँलाई बाहिर भएको पाउँछौं भने के हुन्छ? हामी परमेश्वरको सुरक्षामुनि नरहेको कुरा हामीले कसरी जान्ने? परमप्रभुले हाम्रो बाटोमा राखिदिनुभएका सुस्पष्ट निर्देशनहरुद्वारा हामी त्यो कुरालाई जान्नेछौं।

2



सुरस्पष्ट निर्देशन पढनुहोस् : परमेश्वरमा भरोसा गर्न

कल्पना गर्नुहोस् तपाईं सडकमा गाडी कुदाइरहनुभएको छ । यो सडक जीवनको सडक हो। सडकका बीचमा लाइनहरु (धर्काहरु) छन्। कहिलेकाहीं त्यहाँ “तपाईंले यी लाइनहरु पार गर्नुहुन्छ भने तपाईं समस्यामा पर्नुहुन्छ; तपाईंले आफ्ना अगाडि आइपर्ने ठूलो खतराको सामना गर्नुपर्ने हुन्छ” भनी चेतावनी दिने दोहोरे खतराका लाइनहरु पनि हुन्छन्।

कहिलेकाहीं त्यहाँ छुट्टिएका सेता लाइनहरु पनि हुन्छन्। तिनीहरुको मतलब चाहिँ, “तपाईं अर्को बाटोतिर गएर तपाईंको कारलाई तपाईंले चाहेजस्तो गरेर अगाडि बढाउन सक्नुहुन्छ।” तपाईंले यी लाइनहरु पार गर्नुभयो भने तपाईं सम्भवतः ठीकै हुनुहोला, तर अगाडिको बाटोमा गाडी

आएको छ कि छैन भनेर स्पष्ट नभईकन तपाईं अगाडि बढ्नुभयो भने तपाईं समस्यामा पर्न सक्नुहुन्छ ।

सडकका छेउछाउतिर केही सु-स्पष्ट निर्देशन दिइएका साइनपोष्टहरू पनि राखिएका हुन्छन् जसले विशेष निर्देशन वा चेतावनी दिएका हुन्छन्। जस्तै: “हल्का सवारी मात्र,” “चट्टान खसिरहेको,” “जङ्गली जनावर,” “एकतर्फी बाटो,” “चक्कादार मार्ग,” “निर्माणकार्य भइरहेको छ,” “अगाडि मोड छ,” तपाईंले यी सु-स्पष्ट निर्देशनलाई पालन गर्नुभयो भने तिनीहरूले तपाईंको कारलाई सडकमा अगाडि बढ्नलाई मद्दत गर्नेछन्। बायाँपट्टि धेरै जानुभयो भने तपाईं ठक्कर खानुहुनेछ अथवा दायाँपट्टि बढी जाँदा तपाईं खाडलमा गएर जाकिनुहुनेछ ।

त्यस्तै प्रकारले जीवनमा पनि आत्मिकी सु-स्पष्ट निर्देशन भएका साइनबोर्डहरू छन्। परमेश्वरको सुरक्षा रहिरहन, हाम्रो आत्मिक यात्राको सडकमा यी सु-स्पष्ट निर्देशनहरूको पालना गर्नुपर्दछ जसले हामीलाई उहाँमा भरोसा गर्न चिन्ता-फिक्री नगर्न र डर वा चिन्ताग्रस्त नहुनू भन्दछन् अनि हाम्रा सारा चिन्ता-फिक्री उहाँमा राखिदिनुपर्छ भन्दछन्। समाधानका उपायहरू आफैं खोज्नुभन्दा हाम्रा विचारहरूलाई, जे कुरो ‘सत्य’ छ, जे कुरो ‘आदारणीय’ छ, जे कुरो ‘न्यायसङ्गत’ छ, जे कुरो ‘शुद्ध’ छ, जे कुरो ‘प्रेम-योग्य’ छ, जे कुरो ‘कृपामय’ छ वा केही ‘श्रेष्ठ’ प्रशंसाको योग्य’ केही छ भने यिनै कुराको विचार गर (फिलिप्पी ४:८) ।

हामीले यी साइनबोर्डहरूलाई पालन गर्नुभयो भने र सडकको सीमाभित्रै रह्यौं भनेदेखि हामी हाम्रो लक्ष्यमा रहिरहनेछौं। हामी सुरक्षित हुनेछौं र परमेश्वरका सबै अचम्म र अद्भुत प्रतिज्ञाहरूलाई पूरा गर्ने कामलाई हाम्रो जीवनभरि अनुभव गर्नेछौं।

साइनपोष्ट (मार्गदर्शन) लाई ध्यान दिऔं!

“तिमीहरु दाहिने अथवा देब्रे लाग्दा तिमीहरुका कानले तिमीहरुका पछिल्लिर यसो भन्ने आवाज सुन्नेछौ बाटो यही हो यसैमा हिँड।”

यसैया ३०:२१

मानिलिऔं, तपाईं जीवनको सडकमा गाडी दौडाइरहनुभएको छ र तपाईं सडकको दाहिनेतिर मोडिनुभयो। तपाईंले थाहा पाउनुभयो कि सडक पहिलेको भन्दा अलिक उबड-खाबड जस्तो देखिन्छ र तपाईंले गाडी चलाइरहँदा अम्क बढी ध्यान दिन थाल्नुभयो। अनि त्यसपछि तुरुन्तै तपाईंले अधि भरखरै पढ्नुभएको “परमेश्वरमा भरोसा गर र चिन्ता नगर” भनेर लेखिएको सु-स्पष्ट मार्गदर्शनलाई सम्भकनुभयो।

यति हुँदाहुँदै पनि तपाईंले निरन्तर रुपमा आफ्नो यात्रालाई कुनै वास्ता नगरीकनै अगाडि बढाउँदै जानुहुन्छ भने सडकको बीचमा भएको खाडलमा तपाईंको यात्राको अन्त्य हुनेछ। त्यसपछि गाडी निकाल्ने यन्त्र भएको ट्रक तपाईंलाई त्यस खाडलबाट भिक्न बोलाउनुहुनेछ।

परमेश्वरमा भरोसा राख्नुको साटो चिन्ता-फिक्री गर्नाले यस्तै हुन्छ। जति धेरै हामी परमेश्वरको सुरक्षाबाट आफूलाई बाहिर निकाल्छौं, त्यति नै धेरै हामीलाई सजिलैसँग हाम्रो शत्रुले समस्यामा पार्न सक्दछ। जब त्यसो हुन्छ, निश्चित रुपमा हामीले हाम्रो शान्ति गुमाउँछौं।

सोभका बाटाहरु

“तिमीहरु हिँड्ने बाटो बलियो र सोभको अनि समलत र नरम

बनाओ (हो, ती सुरक्षित बनाओ, ठीक र खुसीलाग्दा बाटाहरु बनाओ, जुन बाटो ठीक निर्देशनमा चल्दछ...।”

हिब्रू १२:१३

जब तपाईंले गलत निर्णय गर्नुहुन्छ, जब तपाईंले परमेश्वरलाई भरोसा गर्नुभन्दा चिन्ता-फिक्री गर्ने निर्णय गर्नुहुन्छ, तब तपाईंले आफूलाई असुविधामा भएको व्यक्ति बनाउन र शान्ति गुमाउन सुरु गर्नुहुन्छ। अनि तपाईंले कुनै पनि कुराले ठीकसँग काम गरिरहेको जस्तो पाउनुहुन्न र तपाईंलाई आफूले बाटो बिराएको जस्तो लाग्न थाल्नेछ।

जब तपाईंले आफ्नो शान्ति गुमाउनुहुन्छ, त्यसै बेलामा तपाईंले आफूलाई रोकेर भन्नुपर्छ, “एक छिन पर्खी, मैले के गल्ती गरिरहेको छु?”

म जीवनको सडकमा खस्कंदै गएको बेला म मेरो अन्तस्करणमा शान्ति गुमाएको महसुस गर्दछु। जब त्यसो हुन्छ, तब म रोकिएर भन्छु, “प्रभु, मैले कहाँ गल्ती गरें?” मलाई थाहा छ जब मैले शान्ति गुमाउँछु, तब त्यो नै मैले उहाँको पखेटाको छायामा भएको सुरक्षादेखि बाहिर गएको छु भन्ने कुराको सङ्केत हुन्छ।

प्रायः गरेर यस्तो हुनेछ किनभने मैले चिन्ता-फिक्री गर्न सुरु गरेकी हुन्छु। कहिलेकाँई यस्तो हुनेछ किनभने मैले कसैलाई गलत व्यवहार गरेकी हुन्छु र म मेरो गल्तीमा संवेदनशील भएकी हुन्छु।

त्यस्तो अवस्थामा मैले केवल यसरी सोध्ने गर्छु, “प्रभु, मैले किन मेरो शान्तिलाई गुमाएँ भन्ने कुरो मलाई देखाइदिनुस्।” एकपल्ट थाहा पाएपछि म त्यो अवस्थाबाट ठीक अवस्थामा फर्किएर आउन सक्दछु।

तपाईंलाई प्रभुले गर्न देखाउनुभएको कुरा गर्दागर्दै पनि आफुलाई चिन्ता-फिक्रीले आक्रमण गरेको पाउनुभयो भने म तपाईंलाई मत्ती ६:२५-३२ मा येशूले भन्नुभएका वचनहरूलाई कराएर पढ्ने सुम्काव दिन्छु।

चिन्ता गर्न छोड्नुहोस्

“यसैकारण म तिमीहरूलाई भन्दछु, के खाउँला, के पिउँला भनी आफ्नो प्राणका निम्ति र के लगाउँला भनी आफ्नो शरीरका निम्ति फिक्री नगर (चिन्ता र फिक्री नगर), के जीवन खाने कुराभन्दा र शरीरका लुगाफाटाभन्दा उत्तम (अभ्क बढी उत्तम) होइन?”

मत्ती ६:२५

तपाईं भोकै बस्नुहुन्छ भने सायद तपाईंले त्यो पदको पहिलो भागबाट पढ्न सुरु गर्नुपर्ला, चुन भाग खाने र पिउने कुरासँग सम्बन्धित छ! तपाईं मजस्तै हुनुहुन्छ भने तपाईंले डाइटिङ गरिरहनुभएको बेला तपाईंले खाने कुराकै बारेमा मात्रै सोचिरहनुभएको जस्तो लाग्छ।

म भोकै बस्ने गरेको बेलाको मलाई याद आउँछ। दिनभरि म कहिले र के खाने होला भनेर सचिरहेकी हुन्थेँ। मानसिक रूपमा मेरो खानामा कति क्यालोरी शक्ति होला भनेर तौलने र हिसाब गर्ने गर्दथेँ। प्रायः त्यस कुराले मलाई भ्कनै भोक जगाइदिने काम गर्दथ्यो किनभने मैले खानाका बारेमा मात्रै सोचिरहेकी हुन्थेँ!

वास्तवमा हामीले त्यस्तो अवस्थामा के गर्नु होला भनेर सोच्नुभन्दा बढी के खाऔंला र के पिऔंला भनेर सम्भवतः कम मात्रामा सोच्नुपर्दछ। यो भयो भने वा त्यो भयो भने के गर्ने होला? हामीहरूसँग प्रायः पर्याप्त मात्रामा

कपडाहरु हुन्छन्, यथेष्ट खाने कुराहरु हुन्छन्, आरामदायी घरहरु हुन्छन्, सेवामूलक कारहरु पनि हुन्छन्। तर जब वस्तुहरु उच्च श्रेणीका हुन्छन् र हामीले असम्भव देखिने अवस्थाहरुको सामना गर्नुपर्दछ, तब हाम्रो मनभित्र भएका आवाजहरु कराउन थाल्दछन्, “तिमी के गर्न गइरहेका छौ?” अनि हामीले चिन्ताफिक्री गर्न सुरु गर्न थाल्छौं।

चराचुरुङ्गीहरुलाई हेर!

“आकाशका चराचुरुङ्गीलाई हेर; तिनीहरुले नत बिउ छर्छन् न भकारीमा बटुल्छन्, तर तिनीहरुका स्वर्गका पिताले तिनीहरुलाई खुवाउनुहुन्छ। के तिमीहरु तिनीहरुभन्दा मूल्यवान् छैनौ र?”

मत्ती ६:२६

तपाईंले कहिल्यै चराहरुलाई चिन्ताले ग्रस्त भएर रुखमा बसिरहेको देख्नुभएको छ? तपाईंले कहिल्यै चरालाई नराम्रो मानेर आफैँलाई यसो भन्दै गरेको देख्नुभएको छ, “आहा! मेरो अर्को आहारा (कीरा) कहाँबाट आउला? मलाई कीरा चाहिन्छ! परमेश्वरले आज कीराहरु बनाउन छोड्नुभए के हुन्छ होला? मैले के गर्ने मलाई थाहा छैन। अब म मर्छु होला! परमेश्वरले कीराहरु नबनाइरहनुभए के हुने थियो? तर तिनीहरु यो वर्ष त्यति स्वादिला छैनन् वा उहाँले वर्षा नपटाउनुभए र जमिनबाट कीराहरु पैदा नभए के होला? मेरो गुँड बनाउन कुनै पराल वा छेस्को पाइएन भने के होला? के होला, के होला, के होला!”

येशूले भन्नुभयो, “चराचुरुङ्गीलाई हेर!” तिनीहरु चिन्तित हुँदैनन्। हरेक बिहान तिनीहरु बाहिरतिर गीत गाउँदै राम्रो समय व्यतीत गरेर उडिरहेका हुन्छन्।

हामीले एक घण्टाजति मात्रै आफ्नो समय निकालेर चराचुरुङ्गीहरूलाई हेर्न निस्क्यौं भने तपाईं र मैले कति शान्तिको आनन्द लिन सक्थ्यौं होला भनेर मलाई अचम्म लाग्छ!

चिन्ताले सबै कुरा पूरा गरिदिन्छ?

“तिमीहरूमध्ये कुनचाहिले फिक्री गरेर र चिन्ता गरेर आफ्नो आयुमा एक घडी थप्न वा आफ्नो कदमा एक इञ्च थप्न सक्छ?”

मत्ती ६:२७

वास्तवमा यसको उत्तर हुन्छ, कसैले पनि सक्दैन। तर हामीले चिन्ता-फिक्री गर्ने बानी बनायौं भने हामीले निश्चित रूपमा आफ्नो जीवनको आयु छोट्टयाउन सक्छौं!

चिन्ता - फिक्री गुर्नको साटो हामी आकाशका चराचुरुङ्गीहरूजस्तै हुनु आवश्यक छ, जसले तिनीहरूलाई खुवाउन सम्पूर्ण तवरले परमप्रभुमा भरोसा गरेका हुन्छन् र तिनीहरूले संसारको चिन्ता-फिक्रीको कुनै वास्ता नगरी दिनैभरि नै गाइरहेका हुन्छन्।

लिली फूलहरूलाई विचार गर

“लुगाफाटाका निम्ति तिमीहरू किन फिक्री गर्दछौ? मैदानका लिली फूलहरूलाई हेर, ती कसरी बढ्दछन्; तिनले न परिश्रम गर्दछन् न धागो काट्छन्।

तर म तिमीहरूलाई भन्दछु, सोलोमन राजा पनि आफ्नो वैभवमा (गौरवमा, हमानमा र अनुग्रहमा) तिनीहरूमथ्यो एउटाजति पनि आभूषित थिएनन्।

तर आज हुने र भोली अगेनोमा फालिने घाँसलाई परमेश्वरले यसरी पहिराउनुहुन्छ भने ए अल्पविश्वासी हो, के तिमीहरुलाई भकन् बढी उहाँले पहिराउनुहुनेछैन र?”

मत्ती ६:२८-३०

यहाँ येशूले भनिरहनुभएको छ, मैदानका फूलहरुले समेत यस सँसारका शारीरिक कार्यहरुमा आफैँलाई “अल्म्काइरहेका” छैनन्। लिलीहरु भएर पानि काम गरेका छैनन्; तिनीहरु जस्ता छन्, त्यस्तै रुपमा छन् अनि परमेश्वरले तिनीहरुलाई धेरै राम्रोसँग पहिराइदिनुहुन्छ।

हामीहरु आकाशका चराचुरुङ्गीहरु र ती फूलहरुभन्दा परमेश्वरका निम्ति कम महत्वपूर्ण छैनौं भनेर हामीले साँच्चै सोचेका छौं?

पिक्री नगर्नुहोस्

“यसकारण के खाउँला? के पिउँला? के पहिरौंला भनेर चिन्ता र पिक्री नगर।

किनभने अन्य मानिसहरु (मूर्तिपूजकहरु) ले यी सब थोक खोज्दछन् र चिन्तित हुन्छन् तर स्वर्गमा हुनुहुने तिमीहरुका पिताले तिमीहरुलाई यी सबैथोकको खाँचो छ भनी जान्नुहुन्छ।”

मत्ती ६:३१-३२

चिन्ताको समस्याचाहिँ हामीलाई त्यसले यसो भन्न लगाउँछ, “अब हामीले के खाने होला? के पिउने होला? के लगाउने होला?” अर्को शब्दमा भन्दा “परमेश्वरले हाम्रा लागि काम गर्नुभएन भने के गर्ने होला?”

हामी हाम्रा मुखबाट निस्कने शब्दहरूद्वारा क्षुब्ध हुन र अतालिन थाल्दछौं। हाम्रा डर र चिन्ताहरूलाई हटाउनुको साटो अभ्कै तिनीहरूलाई बढाउन पो थाल्दछौं।

यस्तो प्रकारको समस्या हुने र यस्तो प्रकारले कार्य गर्ने मानिसहरू तिनै हुन्, जसले तिनीहरूका स्वर्गीय पिता तिनीहरूसँग हुनुहुन्छ भनेर जानेका हुँदैनन्। तर तपाईं र मैले हाम्रा स्वर्गीय पिता हुनुहुन्छ भनी जानेका छौं। त्यसैले हामील त्यस्तै प्रकारले सोच्ने गर्नु आवश्यक छैन। अविश्वासीहरूले उहाँमा भरोसा गर्न नजानेका हुन सक्छन्, तर हामीले चाहिँ जानेकै हुनुपर्दछ।

हामीले हाम्रा स्वर्गीय पितासँग माग्नुभन्दा पनि पहिले उहाँलाई हामीलाई खाँचो भएका सबै थोकहरूका बारेमा थाहा छ भनी येशूले हामीलाई निश्चित गराउनुहुन्छ। त्यसो भए हामीले किन ती कुराहरूका बारेमा फिक्री गर्ने? बरु हामीले त ती कुराहरूभन्दा पनि बढी महत्वपूर्ण कुराहरूप्रति केन्द्रित हुनुपर्ने हो, परमेश्वरका कुराहरूप्रति।

पहिलो कुरालाई पहिले खोजौं!

“तर पहिले उहाँको राज्य र उहाँको धार्मिकताको (उहाँको काम गर्ने तरिका र ठीक हुने प्रयत्न) खोजी गर (लक्ष्य राख र परिश्रम गर) र थो सभै थोक तिमीहरूका निम्ति थपिनेछन्।”

मत्ती ६:३३

धेरै वर्षसम्म मैले सञ्चालन गरेको एउटा सभामा त्यहाँ जानुभन्दा अगाडि काम गरिरहेकाले गर्दा आफैँलाई साह्रै नराम्रो लाग्दथ्यो। मैले प्रार्थना गर्दै भन्थेँ, “हे परमेश्वर, मलाई सहायता गुर्नहोस्!” परमेश्वरको

सहायता का लागि प्रार्थना गर्नु गल्ती होइन, तर मैले विश्वासले भन्दा बढी चिन्ता-फिक्रीले प्रार्थना गरिरहेकी थिएँ।

सेवा गर्न तयारी हुँदै गर्दा मैले सकेजति अध्ययन गर्ने काम गरें अनि सभा सुरु हुनुअघि म शान्त मुद्रामा प्रार्थनामा समय बिताउँछु र प्रभुलाई आराधना गर्दै अनि उहाँसँग सङ्गति गर्दै समय बिताउँछु।

उहाँले कहिल्यै पनि मलाई ठूलो सभाको खोजी गर भन्नुभएन। उहाँले कहिल्यै पनि मलाई ठूलो भेटी उठाउने बारेमा भन्नुभएन। तर उहाँले मलाई मैले गर्नुपर्ने काम केवल यही भन्नुभयो कि, मैले पहिले उहाँको खोजी गर्नुपर्छ र उहाँले नै भीडको नाप, भेटीको रकम र हरेक कुरा तथ गरिदिनुहुनेछ।

हामीले धेरैजसो हाम्रा सारा समय हाम्रो समस्याको समाधानका लागि मात्रै परमेश्वरलाई खोजेर बिताउने गर्दछौँ, तर हामीले उहाँलाई खोज्नुपर्दछ र सबै समस्या समाधान हुनेछ।

हामी यदि धेरै परमेश्वरलाई खोजिरहेका हुन्छौँ त्यति हामी गुप्त स्थानमा बास गरिरहेका हुन्छौँ र उहाँको पखेटाको छायामुनि रहिरहेका हुन्छौँ “...उहाँको छत्रछायामा रहँदा तपाईंले उहाँलाई भरोसा गर्नुहुन्छ र शरण पाउनुहुन्छ...” भजनसङ्ग्रह ९१:४

तर जब हामीले परमेश्वरको इच्छा खोज्नुभन्दा बढी हामीलाई आक्रमण गर्ने सारा समस्या र अवस्थाहरुको समाधान मात्रै खोज्न थाल्दछौँ, तब हामी उहाँको पखेटाको छत्रछायाबाट बाहिर निस्कन थाल्दछौँ।

धेरै वर्षसम्म मैले मेरो सेवा कसरी वृद्धि हुन सक्ला भनेर परमेश्वरसँग भनिरहँ। तर मैले समस्या सधैं जस्ताको तस्तै नै रहिरहेको पाएँ। यो कहिल्यै वृद्धि भएन। कहिलेकाहीं यो भकन् पो घट्दै गयो। मैले महसुस नगररेको

कुरा के थियो भने मैले गर्नुपर्ने सबै कुरो परमेश्वरको राज्यको खोजी गर्न थियो र ती सबै कुराहरु अनि मात्रै थपिने थिए।

तपाईंको आफ्नै आत्मिक वृद्धिका बारेमा समेत तपाईंले चिन्ता गर्नुपर्दैन भनेर के तपाईंले महसुस गर्नुभएको छ? तपाईंले गर्नुपर्ने कुराचाहिँ परमेश्वरको राज्यको खोजी गर्नु हो र तबमात्र तपाईंको वृद्धि हुन सक्छ। परमेश्वरलाई खोज्नुहोस्, उहाँमा रहिरहनुहोस् र उहाँले नै वृद्धि गरिदिनुहुनेछ र बढाइदिनुहुनेछ।

एउटा बालकले दूध खाएर मात्र बढ्दछ। तपाईं र मैले पनि वचनको दूध पिउने इच्छा गर्नुपर्दछ र त्यसबाट हाम्रो वृद्धि हुनेछ। १ पत्रुस २:२

हाम्रो आफ्नै मानव प्रयासद्वारा सफलताको कुनै पनि साँचो नापमा बढेको अनुभव कहिल्यै गर्न सकेनौं। बरु हामीले परमेश्वरको राज्य र उहाँको धार्मिकताको खोजी गर्नुपर्दछ; त्यसपछि मात्रै हाम्रा आवश्यकतामा भएका सारा कुराहरु हाम्रा निम्ति थपिनेछन्। हामीले परमेश्वरका उपहारहरु होइन, बरु उहाँको उपस्थितिको खोजी गर्नुपर्दछ।

छत्रछायामा समय बिताउनुहोस्

“एउटै कुरामा म परमप्रभुसँग माग्दछु, मैले खोजेको के हो भने जीवनभरि म परमप्रभुको घरमा रहन पाऊँ (उहाँको उपस्थितिमा) र उहाँको सुन्दरतालाई हेरिरहन पाऊँ (उहाँको मीठो आकर्षण र अति सुन्दर दयालाई) र उहाँको मन्दिरमा उहाँलाई खोज्न सक्ूँ, उहाँको ध्यान गर्न सक्ूँ र उहाँको विचार गर्न सक्ूँ।

किनभने सङ्गतका दिनमा उहाँले मलाई उहाँको वासस्थानमा सुरक्षित राख्नुहुनेछ अनि चट्टानमाथि राखि उच्च पार्नुहुनेछ।

तब मेरा वरिपरिका शत्रुहरुमाथि मेरो शिर उच्च परिनेछ र उहाँको पवित्र वासस्थानमा हर्षले कराउँदै म बलिदान चढाउनेछु, मैले भनज गाउनेछु र परमप्रभुको प्रशंसा गर्नेछु।”

भजनसङ्ग्रह २७:४-६

कहिलेकाहीं हामी पछि परेर जिउने गर्दछौं। मैले पनि केही वर्षअगाडि त्यसै गरिरहेकी थिएँ। मैले ठूलो सेवा गर्न खोजिरहेकी थिएँ। मैले आफूमा सबै प्रकारका परिवर्तनहरु खोजिनरहेकी थिएँ किनभने मैले आपूलाई नै मन पराएकी थिइँनँ। मैले मेरी श्रीमान्को परिवर्तन खोजिरहेकी थिएँ। मैले मेरा छोरा-छोरीहरुको परिवर्तन खोजिरहेकी थिएँ। मैले चङ्गाइ र समृद्धि खोजिरहेकी थिएँ। सूर्यमुनि मैले हरेक कुरो खोजिनरहेकी थिएँ तर मैले कुनै समय पनि छत्रछायामा बिताइरहेकी थिइँनँ।

तब परमप्रभु मसँग बोल्नु भयो र मैले गरेका गल्तीलाई देखाइदिनुभयो। उहाँले मैले मेरो जीवनभरि नै उहाँ र उहाँको उपस्थितिको खोजी गर्नुपर्दछ भनी जोड दिँदै *भजनसङ्ग्रह २७:३-६* लाई प्रयोग गर्नुभयो।

त्यस समयमा मैले धेरै कुराहरु मागिरहेकी थिएँ, तीमध्ये कुनै पनि परमेश्वरको उपस्थितिमा जाने कुरा थिएनन्। तर जब मैले उहाँलाई खोजी गर्न थालें, मलाई थाहा भयो। मैले गर्नुपर्ने धेरै प्रमुख कुरा थियो। अनि जब सङ्कटहरु आए, तब उहाँले मलाई लुकाउनुभयो र उहाँको छत्रछायामुनि नै उहाँले मलाई लुकाउनुभयो। जब शत्रुहरु मलाई नाश पार्न मेरो विरुद्धमा आए, तब मैले आनन्दका स्वरहरु उचालेर परमप्रभुको प्रशंसा गरें।

सैतान मकहाँ आउनै सकेन किनभने मैले परमप्रधानको छत्रछायामुनि उहाँको गुप्त स्थानमा बास गरेकी थिएँ। म उसका लागि अगम्य थिएँ।

सैतानले मलाई चिन्ताले ग्रस्त बनाउन सकेन किनभने म छत्रछायामा थिएँ, जहाँ मैले कुनै कुराको चिन्ता गर्नुपर्ने थिएन।

कुनै कुराका लागि चिन्तित नहुनुहोस्

“कुनै कुरामा चिन्तित नहोओ, बरु हरेक कुरामा प्रार्थना र निवेदनद्वारा धन्यवादसहित तिमीहरुका बिन्ती परमेश्वरमा जाहेर होऊन् र समझले नै भ्याउन नसकिने परमेश्वरको शान्तिले तिमीहरुको हृदय र तिमीहरुको मनलाई खीष्ट येशूमा रक्षा गर्नेछ।”

फिलिप्पी ४:६,७

धरै समयअघि परमेश्वरले मलाई भन्नुभयो कि म उहाँकहाँ प्रार्थनामा आएको बेला सैतानले मलाई जे कुरो दिने कोसिस गरेको थियो त्यही कुरो मैले उहाँलाई दिनुपर्छ।

प्रार्थना भनेकै त्यही हो। सैतान हामीकहाँ आउँछ र हामीलाई समस्या दिने काम गर्छ। हामी भन्छौँ, “म यो थाम्न सकिदँ किनभने यो मेरा लागि एकदम भारी छ। हे परमेश्वर, यो त तपाईंलाई दिन्छु।”

फिलिप्पी ४:६,७ मा प्रेरित पावलले हामीलाई भन्दछन्, “प्रार्थना गर र चिन्तित नहोओ।” जब हामी प्रार्थना गरेर हाम्रा समस्याहरु परमेश्वरलाई दिन्छौँ त्यो नै प्रभुका निम्ति हामीले उहाँलाई गरेको भरोसाको एउटा चिन्ह हुन्छ। प्रार्थना भनेको त्यस्तै हुनुपर्दछ।

मेरो किशोरावस्थाको छोरो डेनी छ, अनि म र मेरो श्रीमान् सेवाको सिलसिलामा यात्रा गर्नुपर्ने भएकाले मेरो छोरा डेनीलाई घरमै छोडेर जानुपर्ने हुँदा मेरो हृदय व्याकुल बन्दछ। ऊ दीक्षान्तित हुनुभन्दा अगाडि

उसले मलाई एकपल्ट टेलिफोनमा भन्यो-उसले स्कुलमा केही सङ्घर्ष गर्नुपर्न्यो। उसले हामीलाई गुमाएको थियो, जब हामीले उसलाई छोडेर निस्किएमा उसलाई हुन्थ्यो। विशेष गरी बिहानीपख जब ऊ उठ्थ्यो र साँभकपख जब ऊ ओछ्यानमा सुत्न जान्थ्यो।

डेभ र मैले हाम्रो छोरासँग राम्रो सम्बन्धको विकास गरिसकेका थियौं। हामी उसलाई प्रेम गर्छौं र उसले पनि हामीलाई प्रेम गर्दछ। (परमेश्वरले हामीलाई डेनी पाउन दिनुभएको समयमा हाम्रो अर्को छोरा दश वर्षको भइसकेको थियो। त्यसैले ऊ हाम्रा लागि सानो बच्चा थियो!) उसले त्यहाँ विभिन्न प्रभावहरु र परिस्थितिहरुको सामना गर्नुपर्नेछ भन्ने हामीलाई थाहा थियो।

धेरै परिस्थितिहरुको सामना गर्नुपर्ने कुराहरुका निम्ति हामीले ती कुराहरु परिवर्तन हुन् भनेर सामना गरेका छौं। महसुस गराइको जालमा परेर हामीले आफूलाई दुःखित पाएका हुन्छौं र शिर भुकाएर हिँड्नुपर्ने बाध्यताहरु पनि हुन्छन् किनभने हाम्रो जीवनमा हरेक कुराले पूर्ण तवरले काम गरिरहेको हुँदैन र त्यस कुराले गर्दा हामीलाई कतै जानै दिँदैन। हामीले हाम्रो ध्यानलाई परिवर्तन गर्ने पर्दछ र बाइबलले हामीलाई जे गर्न भन्दछ, त्यही गर्ने पर्दछ “प्रार्थना गर!”

हामी सेवका सिलसिलामा जहाँ पुग्थ्यौं, मैले डेनीका बारेमा चिन्ता गर्न थालेको हरेक समयमा म यसरी प्रार्थना गर्दथेँ:

“पिता, तपाईंले डेनीका बारेमा वास्ता गर्नुभएकोमा त्यसका लागि म तपाईंलाई धन्यवाद दिन्छु। प्रभु, तपाईंले उसको जीवनका लागि असल योजना बनाउनुभएकोमा र तपाईंले उसको सुरक्षा गर्नुभएकोमा अनि तपाईंले उसका निम्ति हरेक कुरो असल गरिदिनुभएकोमा धन्यवाद छ।

तपाईंको पुत्र येशूको रगतद्वारा उसलाई ढाकिएको छ, त्यस कुराका लागि तपाईंलाई धन्यवाद।”

जब तपाईं र मैले त्यस प्रकारले प्रार्थना गर्न सुरु गर्दछौं तब सैतानले हामीलाई छोडेर जानेछ। हामी नहल्लिएको र परमेश्वरमा भरोसा गर्न हामीले सङ्कल्प गरेको त्यसले देख्नेछ।

सकारात्मक रहनुहोस्

“कति पनि शङ्का नगरी (नहिचिकिचाई, कुनै पनि सन्देह नगरी) विश्वाससाथ मागोस्। शङ्का गर्ने (हिचिककचाउने, सन्देह गर्ने) चाहिँ बतासले उचाल्दै-पछाडै गर्ने समुद्रका छालसमान हुनेछ किनकि साँच्चै त्यस्तो मानिसले यो नसम्कोस् कि उसले (मागेको कुरा) प्रभुबाट केही पाउनेछ।”

याकुब १:६,७

हामीले प्रार्थनासाथ हाम्रा फिक्रीहरु प्रभुमा लिएर जान्छौं र निरन्तर रूपमा चिन्ता-फिक्री गरिरहन्छौं भने हामीले सकारात्मक र नकारात्मक दुवै कुराहरुलाई मिसाइरहेका हुन्छौं। प्रार्थना सकारात्मक कुरा हो भने चिन्ता नकारात्मक कुरा हो। हामीले ती दुवै कुराहरुलाई सँगै जोड्यौं भने हामी शुन्यमा आइपुग्छौं।

तपाईंका बारेमा मलाई थाहा छैन, तर म शून्य शक्ति प्राप्त गर्न चाहन्छु। त्यसैले म प्रार्थना र चिन्तालाई सँगै मिसाउन चाहन्छु।

एक समय प्रभु मसँग बोल्नुभयो र मलाई उहाँले भन्नुभयो, “धेरै मानिसहरु शून्य शक्तिका साथ परिचालित हुन्छन् किनभने तिनीहरुले सधैं सकारात्मक

र नकारात्मक दुवै कुरालाई एकै ठाउँमा मिसाइरहेका हुन्छन्। तिनीहरुसँग केही समय मात्रै सकारात्मक स्वीकारहरु हुन्छन् र केही समयचाहिँ नकारात्मक स्वीकारहरु हुन्छन्। तिनीहरु केही समय प्रार्थना गर्दछन् अनि केही समय चिन्ता-फिक्री गर्दछन्। तिनीहरुले केही समय समय भरोसा गर्दछन् अनि केही समयचाहिँ चिन्ता-फिक्री गरिहाल्दछन्। परिणामस्वरूप तिनीहरु पछाडि पर्दछन् र कहिल्यै पनि तिनीहरुले साँचो प्रगति गर्न सक्दैनन्।”

चिन्ता-फिक्री गर्न छोडेर परमेश्वरमा भरोसा गरी सकारात्मक रूपमा रहन किन निर्णय नगर्ने?

3



हरेक कुराहरु ठीक हुन लागिरहेको छ

दोस्रो निर्देशनले चिन्ताग्रस्त हुने कुराका बारेमा बताउँछ। यसले भन्छ, “नडराउनुहोस् र चिन्तित नहुनुहोस्।” यस निर्देशनमा पहिलो निर्देशनले “परमेश्वरमा भरोसा राख्नुहोस् र चिन्ता नगर्नुहोस्” भने जस्तै प्रकारको चेतावनी छ, तर यसको पालना नगर्नाले त्यसका परिणामहरु अलिक बढी कठोर खालका हुन्छन्। खाडलमा जाकिनुको अलावा दिशा बदल्नाले वा त्यसलाई पालना गर्नाले गएर ठक्कर खानुको खतरा मोल्नुपर्ने हुँदैन। यो त घुम्तीमा मोडिँदा दोब्बर खतराको लहर पाप गर्नुजस्तै हो।

चिन्ताफिक्रीभकैँ चिन्ताग्रस्त हुनु एउटा असहज महसूस गराइ हो, जुन हामीले जे कुराको सामना गर्दै छौँ, त्यस कुराका बारेमा सोचिसकेपछि समेत आउने गर्दछ। यो चिन्ताको दोब्बर अंशजस्तै हो। यसमा हामी एकपटक गएपछि हामीले विश्वासमा कदम चाल्न छोडेर डरतिर आफ्नो कदम बढाउन थाल्छौँ, विशेष गरी हामी भोलिको निम्ति र नजानिएको

कुराको निम्ति डर मान्ने कुरातिर आफ्नो कदम बढाउन थाल्छौं। त्यसकै परिणाम चिन्ताग्रस्त हुनु हो।

चिन्ताग्रस्त हुनुका चिन्हहरू

“चिन्तित हृदयले मानिसलाई कमजोर तुल्याउँछ...।”

हितोपदेश १२:१५

चिन्ताले व्यक्तिको जीवनलाई भारी तुल्याइदिन्छ!

चिन्ताग्रस्त हुनु “असहज अवस्थाको हुनु, आशङ्कित हुनु वा चिन्तित हुनु।” कहिलेकाहीँ यो आसहजपना साँच्चै व्यर्थको हुन्छ र यो हामीले आफ्नो ख्यालमा पनि राख्न नसक्ने खालको हुन्छ। यो के हो भन्ने कुरासमेत हामीले जान्न सक्दैनौं। हामी असहज भएका हन्छौं र कहिलेकाहीँ अरु मानिसहरूका सामुमा समेत हामी असहज भएका छौं भन्ने कुरा हामीलाई थाहा हुन्छ।

आशाङ्कित हुनु “पूर्वबोधको एउटा चिन्ता महसुस, त्रास वा आशङ्का” हो। अर्को शब्दमा भन्ने हो भने आशङ्कित हुनु चिन्तित हुनुजस्तै खराब कुरा हो।

मेरो पनि एकपल्ट चिन्तित हुने खराब कुरा थियो भन्ने म सम्झन्छु। मैले मेरो जीवनमा अति नै धेरै खराब कुराहरूको अनुभव गरेकी छु, जसले गर्दा खराब कुराहरू हुन्छ, भनेर डर मानि मैले आशा गरेको कुरातिर म जान्छु। तर साँच्चै मलाई धर्मशास्त्रमा प्रभुले प्रकट गरिदिउन्जेलसम्म जुन कुराको अनुभव गरिरहेकी थिएँ, त्यसलाई मैले बुझ्न सकिरहेकी थिएँ।

खराब पूर्वबोधहरु

“थिचोमिचोमा परेकाहरुमा अवहेलित जीवन दिनहुँ दुःखको हुन्छ (चिन्तित सोचाइहरु र पूर्वबोधहरुद्वारा), तर आनन्दित हृदय सदैँ सुखी हुन्छ (परिस्थितिहरुको असावधानी)”

हितोपदेश १५:१५

धेरै वर्षअगाडि एक बिहान ऐनाको अगाडि उभिएर म मेरो कपाल कोदैं थिएँ। मैले व्यर्थको महसुस गरेको अनुभव गरें, जुन कुराले मलाई नराम्रो घटना घटनेछ भनी सूचित गर्दै थियो। त्यो बेला मैले त्यो कस्तो कुरा हो भनेर बुझ्न पनि सकिनँ किनभने म पवित्र आत्माद्वारा मात्रै भरिएको थिएँ र केही समयसम्म परमेश्वरको वचन अध्ययन गरिरहेकी थिएँ। मैले धम्की पाएको व्यर्थको महसुस मात्र गरेकी हुँ भन्ने कुराचाहिँ मलाई थाहा छ।

त्यसैले मैले प्रभुसँग मरो वरिपरि आउने यो कुरा के हो? यो मैले सम्भकन सक्ने जति अझै भइरहने गर्दछ भनेर सोध्ने निर्णय गरें। “यो खराब पूर्वबोध हो” भनेर प्रभुले मलाई भन्नुभयो।

त्यो शब्द कहिल्यै पनि नसुनेकाले गर्दा मैले विचार करें, “सँसारमा यो ‘पूर्वबोध’ के हो?” त्यसैले गर्दा मैले फर्किएर गई शब्दकोशमा हेरें। पूर्वबोध भनेको “अनर्थ वा खराब कुराको समुपस्थितिको बोध” हो भन्ने कुरा मैले पत्ता लगाएँ।

घटना घटेको समयमा पूर्वबोधले केही पनि गर्दैन; यो भविष्यमा घट्ने कुनै घटनाका बारेमा आएको नकारात्मक महसुस हो भन्ने कुरा मैले सिकें।

त्यस समयमा त्यो शब्द बाइबलमा छ कि छैन भनेर मलाई केही थाहा थिएन। जे भए पनि पछि म हितोपदेश १५:१५ मा आइपुगें, जसले “चिन्तित सोचाइहरु” र “खराब पूर्वबोध” का बारेमा भनेको रहेछ।

परमेश्वर खराब पूर्वबोधबाट हामी टाढा रहेको चाहनुहुन्छ, जसले गर्दा हामीले जीवनको आनन्द प्राप्त गर्न सकौं। तर गर्नुभन्दा भन्नु निकै सजिलो हुन्छ किनभने हाम्रो शत्रु सैतानले हामीलाई कुनै पानि कुरा हाम्रा लागि ठीक हुन गइरहेको छैन भनी विश्वास गरेको चाहन्छ। त्यसले हामीलाई सधैं नबुझेका र सराहना नगरिएका व्यक्ति हौं भनेर विश्वास गरेको चाहन्छ। त्यसले हामीलाई विगतका बारेमा हामी चूर्ण भएको, वर्तमान सहाराहीन भएको र भविष्यका बारेमा आशारहित भएको महसुस गर्न भएको चाहन्छ। त्यसले हामीलाई अति धेरै चिन्ता-फिक्री गरेको चाहन्छ र हामीमाथि चिन्ताग्रस्त कुराहरुलाई थोपरिदिन चाहन्छ, जसले गर्दा हामी परमेश्वरसँगको सम्बन्धबाट टाढा होऔं र उहाँले हाम्रा सामुमा राखिदिनुभएको कार्यलाई पूरा गर्नबाट वञ्चित हौं भन्ने सैतानले चाहन्छ।

चिन्तित भन्ने शब्दका अर्थहरु “चिन्ताफिक्री गरिएको र अनिश्चयका बारेमा भयभीत भएका” वा “यस्तासँग समावेश हुनु, प्रस्तुत हुनु वा चिन्ता-फिक्री उत्पादन गर्नु” भन्ने हुन्छ। यी कुराहरुले यो तथ्यलाई निश्चित गर्दछन्।

*तपाईंले छुटकारा पाउनुभएको
छ भने यसरीनै भन्नुहोस्*

“परमप्रभुले छुटकारा दिनुभएकाहरुले त्यसै भनून्, जसलाई उहाँले वैरीहरुका हातबाट मोल तिरेर छुटाउनुभयो।”

भजनसङ्ग्रह १०७:२

सैतानले तपाईंलाई बाधा ल्याउन कोसिस गरिरहेको छ भनेर तपाईंले एक पटक महसुस गरिसकेपछि तपाईं एक ठाउँमा बसेर चिन्ता-फिक्री र नकारात्मक विचारहरुद्वारा सैतानलाई स्थान वा अनुमति नदिनुहोस् । तपाईंको मुख खोलेर त्यसलाई सुन्न पटककै मन नलाग्ने कुराहरु भन्नुहोस् र त्यो तपाईंबाट हटेर जानेछ । अनि ख्रीष्टमा भएको तपाईंको अधिकारलाई स्वीकार गर्न सुरु गर्नुहोस् ।

कहिलेकाहीं मैले मण्डलीमा वा सेमिनारहरुमा बोल्न तयारी हुँदै गर्दा नकारात्मक सोचाइका बमवर्षहरु ममा आउन थल्दछन् ।

केही वर्ष अगाडि मैले सञ्चालन गरेको दिदी-बहिनी सम्मेलनको सभामा कति मानिसहरुले दर्ता गरे होलान् भनी पहिलेबाट जान्न प्रयत्न गर्दा म अति नै चिन्तित भएकी थिएँ । जब मैले मेरी सहायकलाई सोधेँ, तिनले मलाई जवाफ दिइन्, त्यति धेरैले दर्ता गरेका छैनन् । तर आयोजकहरुले भन्दछन् कि अघिल्लो वर्षभन्दा अहिले बढी मानिसहरुको उपस्थिति हुनेछ भन्ने विश्वास गरिएको छ ।

मेरा मनमा अचानक सबै खाले सोचाइ आए, “कोही पनि आएन भने के गर्ने? म र मेरो मसूह त्यति टाढाबाट आएर अलिकति मात्र मानिसहरु जम्मा भएको देखियो भने के गर्ने होला?” त्यसपछि मैले मेरो आफ्नै मुखले आफैँलाई उत्साह दिएर बेस्सरी भनेँ, “हरेक कुरा ठीक हुन गइरहेको छ, प्रभुले जे गर्नुहुन्छ सबै असलै गर्नुहुन्छ ।”

कहिलेकाहीं हामीले त्यसो गर्नुपर्छ किनभने हामील त्यसो गरेनाँ भने ती खराब पूर्वबोधहरुले हामीलाई निरन्तर चिन्ताग्रस्त हुने कुराहरु र चिन्ताफिक्रीहरुलाई ल्याइदिनेछन् । सैतानले हाम्रो मनमा चिन्ताग्रस्त हुने कुरा र चिन्ता-फिक्रीका सोचाइहरु ल्याएर राखिदिन्छ, कहिलेकाहीं त

त्यसले वास्तवमै ती कुराहरुले हाम्रो मनमा बमवर्षा नै चलाइदिन्छ। हामीले ती कुराहरु स्मरण गरेर हाम्रो मुखले भन्न सुरु गर्छौं भनेर त्यसले आशासमेत गर्दछ। हामीले त्यसो गर्नुभन्दा भनेर त्यसले भौतिकरूपमा चिन्ताफिक्री गर्ने विचारहरु ल्याउन वास्तविक परिस्थितिहरुको सिर्जना गरिदिन्छ।

आत्मिक क्षेत्रका वचनहरुमा सृजनात्मक शक्ति हुन्छ। उत्पत्ति १:३ ले भन्दछ, “परमेश्वरले यस्तो होस् भन्नुभयो... र त्यहाँ त्यस्तै भइहाल्यो...!”

येशूले भन्नुभयो, “त्यसकारण के खाउँला? के पिउँला? के पहिरौंला? भनेर फिक्री नगर।” मत्ती ६:३१

हामीले नकारात्मक विचार लिन्छौं र त्यही कुरा भन्दछौं भने हामी वास्तविक समस्याहरुबाट केही कदम मात्रै टाढा हुन्छौं। “त्यसकारण भोलिको निम्ति फिक्री नगर किनकि भोलिको दिन आफैँले त्यसका बारेमा सोच्नेछ...” मत्ती ६:३४

जीवनको आनन्द लिनुहोस्

“...भलो र शान्त आत्मा चिन्ता, फिक्री वा चिन्ताग्रस्त भएको होइन, बरु परमेश्वरको दृष्टिमा साह्रै मूल्यवान् छ।”

१ पत्रुस ३:४

चिन्ताग्रस्त हुनु भनेको बोभक, चिन्ता, बेचैनी, मनको कष्टप्रद अवस्था हो। पत्रुसले के भन्दछन् भने परमेश्वरले शान्त आत्मालाई मन पराउनुहुन्छ, तर चिन्ताग्रस्त र चिन्तित अवस्थाको आत्मालाई उहाँले मन पराउनुहुन्न।

जब हामी चिन्ताग्रस्त बन्धौं, हामीभित्र सबै प्रकारका तनावहरु हुन्छन् र हाम्रो पेटभित्र भल्टु कसिएको जस्तो हामीले महसुस गर्दछौं। हरेक कुरा

हाम्रा लागि भारी हुन्छ। एउटा ठूलो, प्रबल, ग्रस्तप्रद सामनाको महसुस हुन्छ, जसले गर्दा परमेश्वरले हामीलाई दिन चाहनुभएको जीवनको आनन्द र सुविधा पाउन हामी असक्षम बन्दछौं।

मेरो सम्बन्धमा कुरा गर्दा म सधैं तनाव र चिन्तामा हुने गर्थेँ किनभने मेरो बाल्यकाल दुव्यवहारद्वारा अरुलाई चोट पुगेको थियो (सानै उमेरमा मैले एक प्रौढावस्थकी जस्तै महसुस गरिरहेकी हुन्थेँ)।

किनभने मैले कहिल्यै आफूलाई बच्चेँ छु भनेर लिइँनँ, मैले बच्चाजस्तो कसरी हुने र कसरी त्यस प्रकारले जिउने भनेर जान्दिनथेँ। त्यसैले जब मैले विवाह गरें र मेरा आफ्नै सन्तान भए, त्यस बेलामा पनि मैले तिनीहरुलाई साँच्चैँ कसरी जीवनको आनन्द दिने भनेर जानेकी थिइँनँ।

वर्षौंसम्म म मेरा श्रीमान्सँग समेत आनन्दित भइँनँ किनभने मैले उहाँलाई परिवर्तन गराउन कोसिस गरिरहेकी हुन्थेँ। मैले उहाँलाई पूर्ण बनाउन निरन्तर कोसिस गरिरहेकी थिएँ अनि अरुहरुलाई पनि।

मेरा सन्तानहरु थिए, तर मैले तिनीहरुलाई आनन्द दिएकी थिइँनँ। हरेक दिन तिनीहरु स्कुल जानुभन्दा अगाडि तिनीहरुको कपाल ठीकसँग कोरिएको, तिनीहरुका कपडाहरु नखुम्छिएको, तिनीहरुको खाना ठीकसँग बढामा प्याक गरिएको छ कि छैन भनेर म निश्चित हुनुपर्दथ्यो। मैले मेरा छोरा-छोरीहरुलाई माया गर्थेँ, तर मैले तिनीहरुलाई आनन्दित तुल्याएकी थिइँनँ।

मेरो राम्रो घर थियो, मैले त्यसलाई एकदम सुन्दर र सफा रख्थेँ र हरेक कुरो सु-व्यवस्थित हुन्थ्यो, तर म त्यस घरमा आनन्दित थिइँनँ। अनि अरु कोही पनि त्यस घरमा आनन्दित थिएनन्। हामी त्यसमा बसिरहन सकेनौं। हामीले त्यसलाई केवल हेर्न मात्र सक्यौं।

मेरा नानीहरुका एकदम राम्रा खेलौनाहरु थिए, तर ती खेलौनाहरुमा तिनीहरु रमाउँदैनथे किनभने मैले तिनीहरुलाई त्यसो गर्न दिँदैनथौँ। तिनीहरुका खेलौनाहरु बहिर निकालेर तिनीहरुले खेलेको म चाहँदैनथेँ।

हाँसोटट्टा गर्नु भनेको के हो, मैले कहिल्यै जानिँनँ। जे भए पनि मेरो परिवारलाई यो गर्न अधिकार छ भनेर मैले सोचेकी थिइँनँ। “तिमीहरुले हाँसे-ठट्टा गर्नु आवश्यक छैन। तिमीहरुले दिनभरिको काम राम्रोसित गर्नुपर्छ” भनेर मैले भन्थेँ।

“यहाँबाट निस्किएर जाओ अनि खेल” भनेर मैले मेरा छोराछोरीहरुलाई भनिरहेको कुरा मलाई याद आउँछ। जब तिनीहरुले त्यसै गर्थे अनि म तिनीहरुको पछि-पछि गएर यसो भन्थेँ “त्यो फोहोर उठाउ! त्यो समानलाई तुरुन्तै सफा गर! तिमीहरुले त खाली फोहोर मात्र गर्दा रहेछौ।”

मेरो जीवनको त्यस अवस्थामा मैले महसुस गर्नु आवश्यक थियो कि मैले चाहेको जस्तै गरेर कुनै कुराहरु परिवर्तन नभएमा त्यो कुरा संसारको अन्त नै होइन। मैले आरामसाथ जीवनको आनन्द लिनु आवश्यक थियो।

भजनसङ्ग्रह ११८:२४ मा बाइबलले भन्दछ, “आजको दिन प्रभुले बनाउनुभएको हो; हामी यसमा खुसी मनाऔं र आनन्दित होऔं।”

युहन्ना १६:३३ मा येशूले भन्नुभयो, “मैले तिमीहरुलाई यी कुरा यस हेतुले भनेको छु कि ममा तिमीहरुलाई सङ्कट, परीक्षा, तनावहरु र निराशा हुनेछ; तर साहस गर (साहसी होओ; निर्धक्क होओ, निश्चित होओ, भयभीत नहोओ)! किनभने मैले संसारलाई जितेको छु...।”

फिलिप्पी ४:४ मा प्रेरित पावल भन्दछन्, “प्रभुमा सदैँ आनन्द गर (उहाँमा आफूलाई खुसी र प्रसन्न तुल्यओ); फेरि पनि म भन्दछु, आनन्द गर!”

त्यति सारो रुखो नहुनुहोस्, नम्र हुनुहोस् परमेश्वरलाई काम गर्ने मौका दिनुहोस्। जीवनको आनन्द लिने निर्णय गर्नुहोस्।

एउटा महिमादेखि अर्को महिमासम्म परिवर्तन भएको

“हामी सबै घुम्तो हटाइएको मुहारले निरन्तर रुपमा हेर्न (परमेश्वरको वचनमा) प्रभुको महिमा ऐनामा भैं प्रतिविम्बित गर्दछौं अनि एउटा महिमादेखि अर्को महिमातिर उल्कँदै उहाँको रुपमा बदलिँदै जान्छौं किनभने प्रभुबाट नै यो आउँछ, जो आत्मा हुनुहुन्छ।”

२ कोरिन्थी ३:१८

हरेक कुरो पूर्ण भएको बेलामा मात्र तपाईंले आनन्दित हुन निर्णय गर्नुहुन्छ अनि तपाईं त्यति धेरै हाँसोठट्टा गर्नुहुन्न भन्ने कुरो के तपाईंले महसुस गर्नुभएको छ?

तपाईं र तपाईंका वरिपरि भएका हरेक व्यक्तिहरु सबै पूर्ण भएर अन्तिम बिन्दुसम्म आइनपुन्जेलसम्म आफूलाई आनन्दित तुल्याउन पखिँरहने गल्ती नगर्नुहोस्।

बाइबलले के भन्दछ भने हामीहरु परमेश्वरको आफ्नै स्वरूपमा एउटा महिमादेखि अर्को महिमासम्म बदलिँदै गएका छौं। यसको अर्थ हामीले विभिन्न अवस्थाहरु पार गर्दै गइरहेका छौं। अर्को महिमाको अवस्थासम्म जाँदै गर्दा हामीले अहिले भएको महिमाको अवस्थामा आनन्दित हुन सिक्नुपर्छ। हामीले “म जहाँ हुनुपर्ने हो, त्यहाँ छैनँ। अहिले म कहीं कतै बीचमा छु अनि म हरेक अवस्था पार गर्दै आनन्दित हुन गइरहेको छु” भन्न सिक्नुपर्दछ।

जब हाम्रा नानीहरु साना बालकै थिए, तिनीहरु मुस्कुराउन र टुँटुँ गर्दै खेलन मन पराउँथे, तर तिनीहरुले यस्तो नरम्रो पनि गर्थे कि आधा रातमा रुने दाँत किट्ने तथा तिनीहरु आची पनि गर्दथे। हामीले आफैँलाई यसो भन्दै सम्हाल्यौं “यो अवस्था पार गरेर तिनीहरु जब जान्छन्, तब म खुसी हुनेछु अनि साँच्चै म तिनीहरुसँग आनन्दित हुनेछु।”

जै होस्, तिनीहरुले त्यो अवस्था पनि पार गरेर गए अनि तिनीहरु फेरि अर्को अवस्थामा आइपुगे। यस अवस्थामा तिनीहरुले राम्रा कुराहरु बोल्न र राम्रा कुराहरुको अभिव्यक्ति दिन थाले, तर तिनीहरु हिँड्न र तिनीहरुका हातमा भएका कुराहरु फ्याँक्ने जस्ता कामहरु पनि गर्न थाले। फेरि पनि हामीलाई तिनीहरु यो अवस्थाबाट पार भएर गइहाले राम्रो हुने थियो भन्ने लाग्न थालेको थियो।

चाँडे तिनीहरु बालकक्षामा जाने भए अनि हामीले यसो भन्दै गरेको आफूलाई पायौं, “तिनीहरु पहिलो कक्षामा पुगे पनि म खुसी हुनेछु अनि तिनीहरु दिनभरि नै स्कुल जानेछन्।” तर जतिसक्दो चाँडे तिनीहरु प्राथमिक विद्यालयमा हुन्छन्, तब फेरि पनि हामी यसो भन्न सुरु गछौं, “तिनीहरुले माध्यमिक विद्यालय जान थालेपछि म खुसी हुनेछु।” अनि जब तिनीहरुले माध्यमिक विद्यालयको पढाइ सिध्याउँछन्, तब हामी भन्छौं, “तिनीहरु बढेर ठूलो भई विवाहित भएपछि म खुसी हुनेछु।”

अनि एक दिन त्यो पनि हुन्छ र अचानक हामीले तिनीहरुको जीवनको कुनै अवस्थामा पनि आनन्द लिन सकेनौं भनेर महसुस गर्दछौं। तर हामी सधैंभरि खुसी हुन पखिरहेका थियौं।

त्यस्तै प्रकारले नै मैले सारा जीवन बिताउँथे। म सोच्दथे, “मेरो सेवामा एक सय जना मानिस अउन थाले भने म खुसी हुनेछु।” सत्य कुराचाहिँ

के हो भने जब अन्त्यमा त्यस्तै भयो, त्यस कुराले मलाई कति पनि खुसी बनाएन।

हामी हरेक अवस्थामा भएर जाँदा त्यस अवस्थाले कुनै निश्चित प्रकारको आनन्द लिएर आएको हुन्छ, तर त्यो आनन्दसँगै केही थोरै मात्रामा समस्याहरु पनि आएका हुन्छन्। जुनसुकै परिस्थिति आए पनि हामीले सिक्नुपर्ने कुराचाहिँ केवल खुसी र आनन्दित हुनु नै हो।

जुनसुकै अवस्थाहरुमा पनि खुसी हुनुहोस्

“किनकि हे परमप्रभु, तपाईंले आफ्ना कामद्वारा मलाई आनन्दित तुल्याउनुभएको छ; तपाईंका हताका कार्यहरु हरेर म हर्षले गाउँछु।”

भजनसङ्ग्रह ९२:४

अन्त्यमा केही वर्षअघि मैले खुसीको प्रवेशद्वार भेटें। यो परमेश्वरको उपस्थितिमा भेटिएको थियो।

परमेश्वरले मलाई खुसी हुने कुनै कुरा गरिदिइरहनुभएको छ भने म खुसी हुन्थें। तर उहाँका कारण कसरी खुसी हुने भनेर मलाई थाहा थिएन। उहाँको हात कसरी खोज्ने भनेर मलाई थाहा थियो तर साँच्चै उहाँको मुहार कसरी खोजी गर्ने भनी म जानिदैनथें।

तपाईंका लागि उहाँले अर्को केही कुरा गरिदिनुभएको होस् भनी तर्पाले चाहनुभएको कुरा परमेश्वरले जब गरिदिनुहुन्छ तब मात्र तपाईं खुसी हुने कुरा नसोच्नुहोस्। जतिसक्दो चाँडो उहाँले त्यसो गर्नहुन्छ तर तपाईंले त्यो नपाउन्जेल खुसी हुन सक्नुहुन्न त्यो कुरा गर्न तपाईंले चाहनुहुनेछ। अर्को

खुसी हुने समय आउला कि भनेर पर्खिदै तपाईंको सारा जीवन त्यत्तिकै खेर नफाल्नुहोस्।

मैले यो भेदन (Breakthrough) प्राप्त गरेको एक दिनपछि म एक सभामा गइरहेकी थिएँ र मैले एकपल्ट लोकप्रिय भएको गीत “खुसी पार्नुभो, खुसी पार्नुभो, खुसी छु उहाँले खुसी पार्नुभो” भन्ने आत्मिक भजन गाइरहेकी थिएँ। त्यसपछि पवित्र आत्माले मसँग यसो भनेर बोल्नुभयो “तिमीले त्यो गीत, पहिलोपल्ट गाएकी हो, हैन र?”

हाम्रा वचनहरुभन्दा बढी परमेश्वरले हाम्रो हृदयलाई सुन्नुहुने भएकाले त्यो गीत उहाँलाई भिन्नै लागेको थियो। त्योभन्दा अघि उहाँले यसो भन्ने सुन्नु भएको थियो, “तपाईंले मेरा लागि गर्नुभएका कुराहरुले मलाई खुसी पारेका छन्, तपाईंले मेरा लागि गर्नुभएका कुराहरुले मलाई खुसी पारेका छन्, तपाईंले मेरा लागि गर्नुभएका कुराहरुले मलाई खुसी पारेका छन्। म खुसी हुनेछु, तपाईंले मेरा लागि गर्नुभएका सबै कुराहरुले मलाई खुसी पारेका छन्।”

प्रभुले मेरा लागि गर्नुभएको होस् भनेर मैले चाहेको कुरा उहाँले गरिदिनुहाँदा म खुसी थिएँ, तर उहाँले मैले उहाँले गरिदिनुभएको होस् भनी चाहेको कुरा नगरिदिँदा म खुसी थिइनँ। त्यसैले मैले तल-माथिको जीवन जिइरहेकी थिएँ। यो कुरा रोटेपिड चलाए जस्तै हो। म हरसमय तल र माथि गरिराखेर चिन्तित भइरहेकी थिएँ। मेरा अवस्थाहरु मलाई सुहाउँदिलो हुँदा म माथि नै हुने थिएँ र सुहाउँदिलो नहुँदा तल हुने थिएँ।

यदि हामी आनन्द र पूर्णताको जीवन जिउने हो भने खुसी हुन हामीले हाम्रो अवस्था सुधार भएको पाउने छौं।

मानिसहरुमा भन्दा
प्रभुमा खुसी हुनुहोस्

“हे धर्मात्मा (सोभकाहरु र परमेश्वरका सामु ठीक ठहरिएकाहरु) हो परमप्रभुमा (सम्भकौतै नगरी) आनन्द र हर्ष मनाओ; सोभको मन भएका हो! तिमीहरु सबै आनन्दसाथ जयजयकार गर।”

भजनसङ्ग्रह ३२:११

हाम्रा हरक अवस्थाहरु हामीलाई सुहाउँदिलो भए तापनि अन्ततोगत्वा हामीले संसारमा हामीलाई नसुहाउने मानिसहरुले भरिएको पाउनेछौं। हामीलाई नसुहाउने वा हामीसँग नमिल्ने मानिसहरु हाम्रो बाटोमा आएकै हुन्छन्। यो क्रम चलन कहिल्यै टुङ्गिँदैन।

हाम्रो सेवामा धेरै सङ्ख्यामा कार्यकर्ताहरु छन्, तिनीहरुमध्ये कति जना त मैले जीवनमा पहिलोपटक भेटेका अति नै असल मानिसहरु छन्, त्यस्तो समय पनि आउँदो रहेछ, तिनीहरु सबैले मलाई खुसी पार्दैनन्।

ख्रीष्टियानहरुका वरिपरि रहँदासमेत तिनीहरुले हामीलाई हर समय खुसी पार्दैनन्। हामीलाई हर समय, खुसी पार्ने एक जना व्यक्ति मात्रै हुनुहुन्छ। उहाँको नाउँ येशू हो अनि हामीले उहाँलाई खुसी पार्न अनुमति नदिउन्जेल उहाँल पनि हामीलाई खुसी पार्नु हुन्न।

मार्थाक जस्तै लक्षण

“उहाँहरु जाँदै गर्नुहुँदा येशू कुनै एउटा गाउँमा पस्नुभयो र मार्था नाउँ भएकी एउटी स्त्रीले उहाँलाई आफ्नो घरमा स्वागत गरिन्।

मरियम नाउँ भएकी तिनकी एउटी बहिनी थिइन्, जो येशूका पाउनेर बसेर उहाँको शिक्षा सुन्दथिन् ।

तर मार्था सेवासत्कारका धेरै काममा अल्झेकी थिइन् (धेरै काममा व्यस्त र हैरान हुन्जेल काममा जोतिएकी) अनि तिनले उहाँकहाँ आएर भनिन्, “प्रभु, मेरी बहिनीले सेवा-सत्कारको काममा मलाई एकलै पारेकी छिन्, तपाईं वास्ता राख्नुहुन्न? त्यसलाई भनिदिनुहोस् र त्यसले मलाई सघाओस् (आफ्नो हात बढाएर मसँग उसले गर्नुपर्ने काम गरोस्) ।”

लुका १०:३८-४०

मार्थाकी बहिनी मरियमलाई भन्दा बढी अरु कसैलाई पनि खुसी, शान्ति र आनन्दको स्रोतका बारेमा थाहा थिएन । जब तिनीहरूका पाहुना येशू तिनीहरूको घरमा आइपुग्नुभयो, तब तिनले आफूलाई येशूको चरणमा राखिन्, जसले गर्दा तिनले उहाँले भन्नभएका वचनहरू कुनै पनि नछुटाईकन हरेक कुरो सुन्न सक्थिन् । उहाँ तिनीहरूको घरमा आउनुहुन्छ भनेको सुन्दा तिनी एकदमै उत्सुक भएकी थिइन् । त्यो दिन अनि उहाँसँग रहनुको आनन्दलाई तिनले साँच्चै चाहना गरेकी थिइन् । त्यसैले तिनले उहाँको छेउमा बसेर आफ्नो आँखा येशूतिर लगाइरहेकी थिइन् ।

अनि त्यहाँ तिनकी दिदी पानि थिइन् - प्रिय वृद्धा मार्था । तिनले यताउता गर्दै सरसफाइ र भाँडाकुँडा टल्काउने र पकाउने काम गर्दै येशूको आगमनको लागि हरेक कुरो तयारी गर्नलाई कोसिस गरेर दिनभरिको समय बिताइसकेकी थिइन् ।

(मार्थाको चित्रण गर्न मलाई सजिलो लागेको कारणचाहिँ त्यस्तै अवस्थामा मैले पनि आफूलाई तिनीले जस्तै गर्ने गर्दथँ ।)

मार्थाका पाहुना आइसक्द हरेक कुरो ठीकठाक भइसकेको थियो । एकपल्ट उहाँ आइपुगेपछि सबै खाना तयार गर्न र टेबलमा खानेकुरा लगेर राख्ने कुरामा अन्तिम काम सक्न तिनले आफूलाई व्यस्त बनाइरहेकी थिइन्। अन्तमा मार्था निराश भएर धेरै शब्दहरु लिएर येशूकहाँ आएर भन्न थालिन्, “प्रभु, मेरी बहिनीलाई मलाई यहाँ केही काम गर्न सघाउन तपाईं किन भन्नुहुन्न?” तिनले गरेका कामहरु थाहा पाएर येशूले तिनीमाथि केही दया गर्नुहुन्छ कि भनेर आशा गरिरहेका बेला उहाँले “मार्था, मार्था तिमी धेरै कुराका विषयमा चिन्ता-फिक्री गछ्यौं र व्याकुल हुन्छ्यौ; तर आवश्यकता एउटै कुराको छ । त्यही असल कुरा मरियमले छानेकी छे, जो उसबाट खोसिनेछैन ।” भन्नुहुँदा तिनी त उहाँसँग (येशूसँग) छक्क परिन् । (लुका १०:४१,४२)

त्यो कुरा भइसकेपछि त्यस घरको वरिपरि केही सन्नाटा छायो होला भन्ने मलाई लग्दछ । तर सत्य कुराचाहिँ मार्थाले यो कुरा सुन्नु आवश्यक नै थियो ।

परमेश्वरले मलाई पनि त्यस्तै खालको कुरा भन्नुभएको एउटा समयको याद आउँछ । उहाँले भन्नुभयो, “जोयस, तिमीले जीवनको आनन्द लिन सकिदैनौ किनभने तिमी एकदम अल्मिकने खालकी जटिल प्रकारको छ्यौ ।” अनि उहाँले ठीकै भन्नुभएको थियो! म सामान्य कुरामा पनि भुनभुनिने जटिल प्रकारकी थिएँ ।

मलाई एउटा समयको याद आउँछ जब मैले हाम्रा केही मित्रहरुलाई देखें र केही समयका लागि आउन निमन्त्रणा गरें । मैले यसो भनेको कुरा अहिले याद आउँछ, “सुन न, तिमीहरु आइतवार किन नआउने? म केही हट डग र पोटेटो (आलु) चिप्स अनि सुँगुरको मासु र बदामहरु तयार

गरुँला। म त्यो बेलामा चिया बनाउनेछ र हामी वरिपरि बसेर रमाइले गर्दै खाऔंला र मजा गरौंला अथवा हामीले त्यो बेला केही खेलहरू खेल्नौंला वा अरु कुनै कुराहरू गरौंला।”

मैले यसो भनिसकेपछि त्यो बेला हामीले कति रमाइलो गर्नेछौं भनेर असल प्रकारले सोचेको महसुस गरिरहेकी थिएँ। मैले आफ्नो कारमा छठेर घरतर्फ आउनलाई कार स्टार्ट गरें। म घरमा आइपुगेपछि त्यो हट डग त लौरोजस्तो पो भएको रहेछ र पोटेटो चिप्स त पोटेटो सलाद भइसकेका रहेछ! यो सबै भएपछि मैले मेरा साथीहरूलाई अब म हट डग मात्र खरिद गर्न सक्छु वा पोटेटो सलाद बनाउन मलाई आउँदैन भनेर भन्न म चाहँदिनँ। कारण यो कुरा नचाहेर पनि भएको छ।

मैले धेरै अगाडिदेखि फलामे ग्रीलमा हडरोगन गर्नुपर्ने र पुराना फर्निचरहरूलाई हटाउनु नै पर्ने थियो र घर एकदम राम्रोसित सफा गर्नुपर्ने थियो। यसका अतिरिक्त मैले मेरा पाहुनाहरूलाई राम्र प्रभाव पार्नुपर्ने थियो।

केही समयपछि मैले छ जना मानिसहरू त्यहाँ आउँछन् भनेर थाहा पाएका अरु चौध जनालाई पनि निमन्त्रण दिनुपर्ने थियो र मैले तिनीहरूलाई भनेकी पानि छैनँ भनेर सोच्न थालें। यसरी अहिले अचानक यो सानो भेटघाट दुःस्वप्न भएको थियो, मलाई डर लागिरहेको थियो।

अनि मारुथाको जस्तै लक्षणले अलि-अलि गरेर मलाई पनि डुबाउँदै थियो। म पागलभकैँ घर सफा गर्न थालें र भुइँ पुछ्न थालें। मैले हरेकलाई स्टोरमा यो लिएर आऊ, त्यो लिएर आऊ भन्दै पठाउँदै थिएँ। निरन्तर रूपमा म, डेभ र छोराछोरीहरूसँग पागलभकैँ यसो भन्न थालें, “मैले मात्रै यहाँ सबै काम गर्नुपर्ने, मैले केही बुझ्न सकिरहेकी छैनँ, तिमीहरू हरेकचाहिँ

रमाइ रहेका छौं!” त्यो समयसम्म, मेरो मुहारभरि “मार्था” लेखिएको थियो र मलाई थाहा थियो कि मरियमजस्तो मैले असल कुरा छानेकी थिइँनँ।

अहिले भन्ने कुरामा जिउनुहोस्

“प्रिय हो, अहिले (र त्यहाँ पनि) हामी परमेश्वरका सन्तान हौं र हामी के होऔंला (यसपछि), सो अहिलेसम्म प्रकट (स्पष्ट) भएको छैन, तर हामी यति जान्दछौं कि जब उहाँ आउनुहुन्छ र प्रकट हुनुहुन्छ, तब हामी उहाँजस्तै (परमेश्वरका सन्तानजस्तै) हुनेकछौं। उहाँ जस्तो हुनुहुन्छ, हामी उहाँलाई (साँच्चै) त्यस्तै देख्नेछौं।”

१ युहन्ना ३:२

वास्तविकतामा यो आजै हामीले गर्ने छनोट हो, हामीले यो बेला आनन्द लिने निर्णय गर्छौं कि चिन्ता-फिक्री गरेर त्यो आनन्दको समयलाई त्यत्तिकै खेर फाल्दछौं। कहिलेकाहीं हामीले आजको क्षणलाई गुमाएर अरुनै थोक गर्दछौं किनभने हामी भोलिको निम्ति धेरै फिक्री गर्दछौं।

“चिन्ताग्रस्त हुनु” भन्ने शब्दको अर्को परिभाषा “असहज परिस्थिति र भविष्यको अनिश्चितताका बारेमा तनाव” हो। परमेश्वरले मलाई दिनुभएको परिभाषाले त्यही हरफलाई पछ्याएको छ, “चिन्ताग्रस्त हुने भन्ने कुरा मानसिक वा भावनात्मक तवरले अहिले यहाँ नभएका कुराहरुमा (भविष्यका कुराहरुमा) वा पहिले नै भएका कुराहरुमा (विगतका कुराहरुमा) प्रवेश गर्न कोसिस गर्न हो।”

हामिले बुभ्न पर्ने अति आवश्यक कुराचाहिँ परमेश्वरले हामीलाई अहिले भनेर जिउने मानिसहरु भएको चाहनुहुन्छ। २ कोरिन्थी ६:२ ले भन्दछ, “...हेर, मुक्तिको दिन अहिले हो।” अनि हिब्रू ४:७ ले भन्छ, “...आज तिमीहरुले उहाँको आवाज सुन्यौ भने तब तिमीहरुको हृदय कठोर नपार।”

हामी अहिले भन्ने कुरामा जिउनुपर्दछ। धेरै समय हामीले विगत वा भविष्यका बारेमा सोचेर मानसिक दरिद्रतामा समय बिताएका हुन्छौं। यो तपाईंका लागि हास्यास्पद कुरा हुन सक्छ, तर मेरो जीवनमा पनि यस्ता धेरै समस्याप्रति भुक्काव थियो, जसलाई परमेश्वरले एकपल्ट ममा प्रकट गरिदिनुभयो, यतिसम्म कि मैले दाँत माभ्दा समेत पनि चिन्ताग्रस्त भएको कुरा उहाँले मलाई प्रकट गरिदिनुभयो!

जब म मेरो दाँत माभिकरहेकी हुन्थेँ, मैले अर्को कुरा के गर्ने भनी अगाडि नै सोच्न थालिसकेकी हुन्थेँ। म एकदम हतारमा हुन्थेँ र मेरो पेट पहिल्यैबाट कसिन थालेको हुन्थ्यो।

हामीले जे काम गरिरहेका हुन्छौं, त्यस काममा तपाईं र मैले आफूलाई साँच्चै समर्पण गरी दिएका हुदैनौं भने हामी चिन्तित हुन थाल्दछौं। दाँत माभ्दा त्यो एकदम सामान्य कुरा लाग्छ, तर त्यस समयम; धेरैजसो समस्याहरु सोच्ने प्रत्येक दिनको अवस्था गलत हो भन्ने मलाई लाग्छ।

म पहिलोपटक पवित्र आत्मामा बाप्तिस्मा भएको बेलाको याद आउँछ। मेरो मन यति साहो सङ्कटमा थियो कि मलाई जीवनका अति सामान्य कुराहरुको पनि समस्या थियो। म बिहानै उदछु, मेरा तीन जना छोरा-छोरीहरुलाई स्कुल जाने तयारी गरिदिन्छु र मेरा श्रीमान्को काममा जाने तयारी गरिदिन्छु अनि त्यसपछि मैले त्यस दिन गर्नपर्ने कामहरुको सुरुवात

गर्दछु। तर मैले मेरो मनलाई कुनै कुरामा पनि ठीकसँग लगाइरहन सकिदैनँ।

म सुत्ने कोठामा गएर ओछ्यान मिलाउन थाल्छु अनि त्यही बेला अचानक के कुरा महसुस गर्न पुग्छु भने मैले भाँडाहरु माभकेकी छैनँ। त्यसैले म भान्साकोठातिर लाग्छु र ओछ्यान मिलाउने काम आधा जति त्यत्तिकै छोडेर भाँडा सफा गर्नतिर लाग्छु।

जब म भाँडा माभिरहेकी हुन्छु, तब म सोच्न थाल्छु, “मैले त साँच्चै तल्लो तलामा गएर फ्रिजबाट मासु बाहिर निकालिराख्नुपर्ने, जसले गर्दा बेलकाको खाना तयार गर्न उपयुक्त हुने थियो।”

त्यसैले म तल्लो तलातिर फ्रिजबाट मासु बाहिर निकाल्न लाग्दछु। तब म त्यो काम गर्दछु, मैले फोहोर कपडाहरु नजिक देख्दछु र अरु सबै काम रोकेर लुगा छुने मेसिनतिर लाग्ने निर्णय गर्दछु।

अनि फेरि मैले फोन गर्नुपर्ने कुराका बारेमा सोच्दछु र माथिल्लो तलामा कुदेर जान्छु र त्यो काम गर्नतिर लाग्दछु। त्यसरी यता र उता गर्ने क्रममा बीचमै म हुलाक कार्यालयमा गएर केही टिकटहरु लिनुपर्छ र चिठीहरु पठाउनुपर्छ भनी अचानक सोच्न पुग्छु। यसरी म हरेक कुरा गर्नलाई हतारिएकी हुन्छु।

दिन बितिसकुन्जेलसम्म पनि मैले सुरु गरेको कामका लागि पुरा समय दिन सकिएको छैन र म सड्कटमा पर्दछु। अब हरेक कुरो आधा मात्र गरिएको हुन्छ अनि त्यसपछि म चिन्तित र हतोत्साहित हुन्छु। किन? किनभने सम्पूर्ण तवरले सामान्य रूपमा मैले कुनै पनि काम पुरा गरेकी हुन्नँ।

एक समयमा एउटा मात्रै काम गर्नु

“होसियारसाथ जाऊ (तिमी जे गर्दै छौ, त्यसमा आफ्नो मन देऊ)”

उपदेशक ५:१

तपाईंलाई थाहा छ, हामी किन एउटा कुराका लागि मात्र आफैँलाई दिइहाल्न सक्दैनौं? किनभने हामी अर्को कुरामा प्रवेश गरिहाल्न अति नै फिक्री गरिहान्दछौं। हामीलाई उपदेशकका लेखकले जे गर्नुपर्छ भनेका छन्, हामीले त्यही गर्नुपर्छ - एउटा समयमा हामी जे गरिरहेका छौं, त्यसैमा हामीले आफ्नो मन पूर्णरूपमा लगाउनुपर्छ। हामी त्यसो गर्दैनौं भने हामीले हाम्रा जीवनका खुट्टाहरु वा सन्तुलनलाई गुमाउनेछौं र कुनै कुराको पनि अर्थ लाग्ने छैन।

अहिले भन्ने कुरामा जिउन हामीले निर्णय गरेको हुनुपर्छ, विगत वा भविष्यको कुरामा जिउन होइन किनभने हिजो व भोलिका निम्ति प्रवेश गर्नाले आजका लागि जिउनुपर्ने कुरामा हाम्रो अभिषेक गुम्दछ। हामीले एक पटकमा एक दिनमात्र लिनुपर्छ किनभने हामी जहाँ जाँदै छौं, त्यो ठाउँमा पुग्ने त्यो मात्र एउटा तरिका हो।

हामी यस्तो तुरुन्तै काम गर्ने समाजमा जिएका छौं कि कसैले हाम्रा लागि तुरुन्तै हरेक कुरा सबै ठीकसँग गरिदेओस् भनी हामी चाहन्छौं। तर त्यस प्रकारले काम र कुराहरु हुँदैनन्। एकपल्टमा एक दिन मात्र परिवर्तन हुने कुरा आउँछ।

एकपल्टमा एक दिन

“भोलिको निम्ति चिन्ता वा फिक्री नगर किनभने भोलिको दिनले

आफ्नो चिन्ता र फिक्री आफैं गर्नेछ। आजको दुःख, अजका निम्ति पर्याप्त छ।”

मत्ती ६:३४

युहन्ना ८:५८ मा येशूले आफैलाई “म नै हुँ” भन्नुभएको छ। तपाईं र म उहाँका चेलाहरु भएर विगत वा भविष्यका लागि फिक्री गरेर जिउने कोसिस गर्दछौं भने हामीले आफ्नो जीवनलाई कठिन भएको पाउनेछौं किनभने येशू सधैं वर्तमानमा हुनुहुन्छ। त्यसैकारण उहाँले हामीलाई हिजोको निम्ति वा भोलिका लागि फिक्री नगरौं भन्ने चाहनुहुन्छ।

हामी भविष्य वा विगतका कुरामा फिक्री गरेर जिउने कोसिस गर्दछौं भने जीवन कठिन बन्दछ। तर हामी अहिले भन्ने कुरामा जिउँछौं भने हामीले प्रभुलाई त्याहँ हामीसँगै भएको पाउँनेछौं। जस्तोसुकै अवस्था किन नहोस्, उहाँले हाम्रो लागि राम्रो बाटो ल्याइदिन्छ, उहाँले हामीलाई कहिल्यै नछोड्ने वा कहिल्यै नत्याग्ने तर सधैं हामीसँग रहने र हामीलाई सहायता गरिरहने वाचा गर्नुभएको छ। हिब्रू १३:५; मत्ती २८:२०

अहिले भन्ने कुरामा एकपल्टमा एउटा कुराका लागि हामीले आफैलाई दिनु भन्ने कुरा शारीरिक मात्र होइन र मानसिक तता भावनात्मक कुरा पनि हो। जस्तै शारीरिक तवरले हामी एक ठाउँमा खडा भइरहन सक्छौं, तर कुनै ठाउँमा भएको कुनै व्यक्तिसँग कुराकानी वा बातचित पनि त्यही बेला गर्न सक्छौं।

जब हामी मानसिक रूपमा अर्को कुरातर्फ जान्छौं, तब त्यसले हामीमाथि अनावश्यक तनावहरुको सिर्जना गारिदिन्छ। जब हामी वर्तमानतिर फर्किएर आउँछौं, हामी मानसिक रूपमा अनुपस्थित भएको बेला जै भइरहेको थियो त्यस्तै नहुन सक्छौं।

त्यसैकारणले सैतानले हाम्रो मनलाई खोसेर लैजान र कतै लगेर छोडिदिने प्रयत्न गर्दछ। त्यसले हामीलाई अहिले भन्ने कुरामा जे भइरहेको छ, त्यसलाई गुमाएको चाहन्छ।

मेरा श्रीमान्‌ले केही कुरा गल्ती गरेकोमा म उहाँसंग रिसाएको बेलाको मलाई याद आउँछ। ती दिनहरूमा म पागलभकैं भएर दिनभरि बस्छु। अन्तमा डेभले मेरो ध्यान साँच्चै आकर्षित गर्ने तवरले कुनै कुरा भन्नुभयो: “आज राति नै येशू आउनुभयो भने के हाम्रो अवस्था दयनीय हुँदैन र निमीले यसरी पृथ्वीमा आफ्नो अन्तिम दिन बिताएकी?” त्यस कुराले मलाई केही कुरो सोच्न बाध्य तुल्याइदियो।

तपाईं र मैले आज नै सबै कुरा गर्न सक्दा-सकदै पनि भोलिका निम्ति फिक्री गर्न हामीलाई आवश्यक छैन। हामीले हाम्रा सारा समस्याहरू समाधान गर्न व्यवस्था गरे पनि भोली त्योभन्दा बढी समाधान गर्नुपर्ने समस्याहरू आउनेछन् र अर्को दिन त्यो भन्दा अझ बढी हुनेछन्।

कुनै कुरो समाधान हुँदैन भन्ने चिन्ता-फिक्री गरेर किन समय बर्बाद गर्ने? गइसकेको हिजोको दिनको लागि वा आउँदै नआएको भोलिको दिनको निम्ति किन चिन्ता-फिक्री गर्ने? अहिलेको निम्ति विश्वासमा जिउनुहोस्! नडराउनुहोस् र चिन्तित नहुनुहोस्।

4



हाम्रा विचारहरुभन्दा परमेश्वरका विचारहरु उच्च छन्

के तपाईंले हरेक कुरामा सधैं कुनै प्रकारको विचार ल्याउन कोसिस गरिरहनुभएको छ? हामीहरुमध्ये धेरैजसो त्यस खाडलमा फसिसकेका छौं। हाम्रा फिक्रीहरु प्रभुमाथि राक्नुका अलावा हामी ती हरेक कुराहरुलाई जीवनमा लिएर अगाडि बढिरहेका हुन्छौं।

जब हामी हरेक कुरामा विचार ल्याउने कोसिस गरिरहेका हुन्छौं, तब हामीले हाम्रो जीवनका लागि परमेश्वरले गर्नुभएका विचार र उहाँको योजनाभन्दा माथि हाम्रा विचारहरुलाई उचालिरहेका हुन्छौं। हामीले उहाँका तरिकाहरुभन्दा माथि हाम्रा तरिकाहरुलाई रख्दै गरेका हुन्छौं।

२ कोरिन्थी १०:५ मा यसरी लेखिएको छ हामीले “...हरेक विचार र उद्देश्यलाई ख्रीष्टको आज्ञापालन गर्न वशमा पार्नुपर्दछ।” तेस्रो स्पष्ट निर्देशनचाहिँ “तिमीहरुका सारा फिक्री उहाँमा रखिदेओ र आफ्ना विचारधारालाई छोडिदेओ” हो। जब हामी त्यसो गर्दछौं, हामीले हरेक

कुराका लागि आफ्नो विचार ल्याउन छोड्दछौं र हाम्रा फिक्रीहरु प्रभुमाथि रखिदिन र उहाँको विश्राममा प्रवेश गर्न सिक्न थाल्छौं ।

परमेश्वरको विश्राममा प्रवेश गर्नुहोस्

“किनभने हामी विश्वास गर्नेहरु (परमेश्वरमा लागिरहने, उहाँमा भरोसा गरिरहनेहरु र भर परिरहनेहरु) चाहिँ न त्यस विश्राममा प्रवेश गछौं...।”

हिब्रू ४:३

यस खण्डले इस्रायलका सन्तानहरुलाई मरुभूमिमा भौतारिनुभन्दा कनान देशमा प्रवेश गर्न भन्दछ। तर यो कुरा हामीले पनि हाम्रो जीवनमा लागू गर्न सक्छौं: हामीले साँचो रूपमा विश्वास गरिरहेका छैनौं र भरोसा गरिरहेका छैनौं भने विश्वास र भरोसाको फलचाहिँ विश्राम नै हो ।

कहिलेकाहीँ म के भइरहेको छ भन्ने हरेक कुरालाई अनुमान लगाउन वा भइरहेको कुराका बारेमा कारणहरु खोज्ने र विचार गर्ने कुराका लागि परीक्षित हुने गर्दछु। तर जब मैले त्यसो गर्दछु, मैले परमेश्वरलाई भरोसा गरिरहेकी हुँदिनँ भनेर पनि मलाई थाहा छ ।

हितोपदेश ३:५ मा हामीली भनिएको छ, “आफ्नो सारा हृदयले र मनले परमप्रभुमा भरोसा राख र तिम्रो आफ्नो समभक्तशक्तिमा भर नपर ।” अर्को शब्दमा हामीलाई भनिएको छ, “परमेश्वरमाथि भरोसा गर र तिमीले देखेका हरेक कुराको अनुमान लगाउने प्रयत्न नगर,” तर “तिमीले हरेक कुराको अनुमान लगाएको बेला परमेश्वरमा भरोसा गर” भनेको चाहिँ होइन।

मैले मेरो आफ्नै लागि मेरा मनमा हरेक कुराको अनुमान लगाएकै बेलामा मेरो मुखले चाहिँ मैले परमेश्वरमा भरोसा गरेकी छु भनेको कुरा महसुस गरेकी छ। हितोपदेश ३:५ ले भनेको कुराचाहिँ हामीले हाम्रो सारा हृदयले र हाम्रो सारा मनले परमप्रभुमा भरोसा गर्नु हो!

त्यसको अर्थ हामीले अत्यधिक विचार ल्याउने कारणलाई त्यागिदिनुपर्दछ।

सत्यताको विपरीत विचार

“तर वचन पालन गर्नेहरु होओ (सन्देशको पालना गर) र सुन्ने मात्र भएर आफैँलाई धोखा नदेओ (सत्यताको विपरीत विचार ल्याएर धोखा नदेओ।”

याकुब १:२२

जब परमेश्वरले मलाई मैले अत्यधिक विचार ल्याउने कारणलाई त्यागिदिनुपर्छ भन्ने देखाइदिनुभयो, तब यो कुरा मेरा लागि साँच्चै चुनौतीपूर्ण भयो किनभने म यस कुराप्रति चालू (लागु) भइसकेकी थिएँ। मैले कुनै कुराको अनुमान लगाउन पाइँनँ भने म खडा हुनसमेत सकिदिएँ।

उदाहरण, धेरै वर्षअगाडि परमेश्वरले हामीलाई हाम्रो सेवामा कुनै कुराहरु गर्न भन्नुभयो, तर मलाई त्यो काम कसरी गर्ने भन्ने बारेमा अलिकति पनि तरिका थाहा थिएन। ती कुराहरुमध्ये दैनिक रूपमा टेलिभिजनको कार्यक्रममा जानुपर्ने पनि थियो। वास्तवमा त्यस कुराले हाम्रो सेवाको काममा साथै आर्थिक जिम्मेवारीमा समेत पाँचैओटा कार्य भएकाले गर्दा भारी भइरहेको थियो। यस कुराले अरु धेरै ठाउँहरुका साथै कार्यकर्ताहरु पनि आवश्यक पर्थ्यो।

तर परमेश्वरले मलाई दिनुभएको कुरालाई कसरी पूरा गर्ने भनेर वास्तविक रूपमा अनुमान लगाउनुपर्छ भनेर मलाई उहाँले कहिल्यै पनि बोलाउनुभएको होइन र उहाँले मलाई जे भन्नुहुन्छ, त्यही गर्न बोलाउनुभएको हो।

परमेश्वरले हामीलाई जुन काम गर्न भन्नुभएको थियो, त्यो काम गर्न त्यो ठाउँ वा मानिसहरु कहाँबाट पैसा ल्याउने भनेर पनि मलाई थाहा थिएन। तर मलाई परमेश्वरको छत्र-छायामा, उहाँको पखेटाको छायामा, उहाँलाई स्तुति र आराधना गर्दै मेरा जिम्मेवारीका भागहरुलाई उहाँकहाँ ल्याएर सबै फिक्रीहरु उहाँसमक्ष पुऱ्याउँछु भने उहाँको इच्छा र योजनाअनुसार हरेक कुरो उहाँले नै पूरा गरिदिनुहुनेछ भन्ने मलाई थाहा थियो।

मेरो जिम्मेवारी तउहाँले मलाई जे गर्न देखाउनुहुन्छ, त्यही गर्नु हो। उहाँले मलाई यसो भनेको चाहनुहुन्छ, “प्रभु, मैले प्रक्रियालाई अगाडि बढाउन सुरु गरें र म विश्वास गर्छु कि तपाईंले मेरो आवश्यकता पूरा गरिदिनुहुनेछ।” तर म तपाईंलाई निश्चिन्त गर्न चाहन्छु कि परमेश्वरले मलाई चिन्ता-फिक्री गर्न कहिल्यै भन्नुभएको छैन वा उहाँले हरेक कुरो कसरी गर्न लागिरेहनुभएको छ र उहाँले कसरी मलाई अगुवाइ गर्न लागिरेहनुभएको छ भनी कहिल्यै पनि अनुमान गर्न भन्नुभएको छैन।

जब हामी चिन्ता गर्छौं तब हामीले हाम्रो शान्ति गुमाउँछौं र जब हामी हरेक कुराको अनुमान लगाउने कोसिस गर्छौं, तब हामी भ्रममा पर्न थाल्छौं। शान्तिमा रहिरहनु सर्वशक्तिमान्को छत्र-छायामुनि रहिरहनु हो।

एकपल्ट मैले परमप्रभुलाई सोधें, “हामीहरु किन यति धेरै भ्रममा परेका छौं?” तब उहाँले यसो भनेर जवाफ दिनभयो “तिमीहरुले कुराहरुको अनुमान लगाउने प्रयत्न गर्न छोड्यौं भने तिमीहरु भ्रममा पर्नेछैनौं।”

भ्रममा पर्ने कुराको सुरुवातचाहिँ हामी गलत बाटोमा जाँदै छौं र समस्यामा पर्नेवाला छौं भनेर दिइएको चेतावनीको स्पष्ट निर्देशन हो।

भ्रम हाम्रो आफ्नै समझमा भर परेर कारण खोज्ने कुराको परिणाम हो जब कि हामीले परमप्रभुमा हाम्रो सारा हृदयले उहाँको योजनाअनुसार बाटो तयार गरिदिन भरोसा गर्नुपर्ने थियो। जब हामीले उहाँका विचारहरु हाम्रा विचारहरुभन्दा उच्च छन् भनी भरोसा गर्दछौं, तब भ्रम सुरु हुनुभन्दा अघि नै हामी त्यसलाई रोक्न सक्छौं।

अन्त्यहीन कुराकानीहरु

“...तिमीहरुले कसरी र के जवाफ दिने अथवा के भन्नुपर्ने हो, सो (अगाडिबाट नै) फिक्री नगर किनभने त्यसैबेला तिमीहरुले के भन्नुपर्ने हो, पवित्र आत्माले तिमीहरुलाई सिकाउनुहुनेछ।”

लुका १२:११,१२

कहिलेकाहीं हामीले के गर्नपर्ने हो भनेर पहिले नै अनुमान गर्ने प्रयत्न मात्रै गर्दैनौं, बरु हामीले के भन्नुपर्ने हो भनेर पनि अनुमान गर्ने कोसिस गरेका हुन्छौं।

तपाईंको घरमा आफ्नो विवाहिता जोडीसँग तपाईंहरुको बीचमा भएको कुनै मुद्दाका बारेमा मेलमिलापको वातावरण सृजना गर्नुपर्ने आवश्यकता भइरहेको हुन सक्छ। तपाईंले जागिर खाने ठाउँमा तपाईंको हाकिमसँग उसको तपाईंप्रतिको रुखो व्यवहारप्रति मुकाबिला गर्नुपर्ने परिस्थितिमा तपाईं पूर्ण चिन्ताग्रस्त हुन सक्नुहुन्छ।

तपाईंको मनमा बारम्बार बातचित गरिरहन योजना बनाउन र के भन्नुपर्ने हो, त्यसका बारेमा म यसै भन्नेछु भनेर अभ्यास गर्नुको साटो किन

परमेश्वरमा भरोसा गर्ने निर्णय नगर्ने? तपाईंले के भन्नुपर्ने हो, त्यो भन्न अगाडिदेखि नै विचार नगरी तपाईंको सामुमा आएको कुराको सामना गर्न परमेश्वरले नै चाहनुहुन्छ भन्ने कुरामा किन परमेश्वरमा विश्वास नगर्ने? तपाईंले प्रस्तुत गर्न चाहने कुरा के हो, सो बारेमा सामान्य उपाय तपाईंलाई आवश्यक छ भनी तपाईंले चाहन सक्नु होला, तर व्यवस्थित गर्न सन्तुलन चाहिन्छ। तपाईं आक्रामक भएर तपाईंको मानमा भएको अवस्थातिर गरिहनुभयो भने तपाईं प्रभुको अभिषेकमाथि भर परिरहनुभएको छैन भनेर त्यसले देखाउँछ। तपाईंले आफैँमाथि मात्र भर परिरहनुभएको हुन्छ र तपाईं त्यस कुराले गर्दा असफल हुन लागिहनुभएको हुन्छ।

तपाईंलाई थाहा छ कि तपाईं र मैले परमेश्वरको अभिषेकमा भएर केही शब्दहरु बोल्न सक्छौं र शान्ति र एकतालाई ल्याउन सक्छौं अथवा दुई सयओटा शब्दहरु हामी आफ्नै शारीरिक तवरले बोलेर समस्याहरु र भ्रमहरु ल्याउन सक्छौं?

कहिलेकाहीं हामीले आफ्नो दिमागलाई चलाएर कठिन परिस्थितिलाई सामना गर्ने योजना बनाउने कोसिस गरिरहेका हुन्छौं। हामीले एकपटक सोचेर अन्तमा हामीले के गर्नुपर्ने हो, सो गर्नलाई हाम्रो मनलाई समस्यामा ल्याइदिँदै, “हुन्छ, तर यसो भयो भने के गर्ने?” भनेर निर्णय गरेका हुन्छौं र हामी सधैं भ्रममा परिरहेका हुन्छौं।

एक रात मलाई बेचैन बनाउने अवस्थासँग मानसिक रूपमा ओछ्यानमा पल्टिएर सामना गरिरहेको कुराको मलाई याद आउँछ। अन्ततोगत्वा, मैले आफैँलाई काल्पनिक रूपमा बातचित गरिरहेको अवस्थामा पाएँ: “मैले यो कुरो भनें भने तिनीहरुले त्या कुरो भन्नेछन्। त्यसो भयो भने म निराश हुनेछु! अनि त्यसपछि मैले के गर्ने?”

मलाई थाहा थियो, मैले आक्रमण गर्न नचाहेका मानिसहरूसँग मैले केही मन नपर्ने खालका कुराहरुका बारेमा छलफल गर्नुपर्ने थियो अनि यो पनि थाहा थियो कि यो कुरा त्यति सजिलो हुनेछैन। तिनीहरु मसित नरिसाऊन् भन्ने मैले चाहेकी भए पनि म “मानिसलाई खुसी पार्ने” भएर आफ्नो जिम्मेवारीबाट पन्छिन चाहन्नथैं (एफिसी ६:६; कलस्सी ३:२२)। त्यो कुरा सम्बन्धी शान्ति र आत्मविश्वासको विवेक मलाई चाहिएको थियो।

परमेश्वरको शान्ति सधैं पर्याप्त हुन्छ तर हामीले यसलाई छान्नेपर्ने हुन्छ वा हामीले चिन्ता-फिक्रीको तातो सूर्यमा खडा हुन छान्नुपर्ने हुन्छ - खलखली पसिना काड्नु, निराश हुनु, तिनखाएको हुनु र सुक्या हुनु अथावा शीतल, परमेश्वरको शान्तिको छत्रछायामा आराम गर्न छान्नुपर्ने हुन्छ।

हाम्रा लागि परमेश्वरका योजनाहरु असल छन्

“किनभने चुन योजनाहरु मैले तिनीहरुका निम्ति बनाएको छु, ती म जान्दछु, परमप्रभु भन्नुहुन्छ, ती तिमीहरुका उन्नतीका निम्ति हुन्, नोक्सानिका निम्ति होइनन्, तिमीहरुलाई आशा र भविष्य दिनलाई।”

यर्मिया २९:११

दुर्व्यवहारपूर्ण परिस्थिति भएको मेरो घरको वातावरणको कारण सानी बालिकाको अवरथामा मैले बोल्नु आफ्नो मुख खोल्नुभन्दा अगि नै हरेक कुराको निम्ति मैले निश्चित हुनुपर्छ भनेर जानिसकेकी थिएँ। गल्ती कुरा

बोलें भने मैले त्यो बोलेको कारण कष्ट भोग्नुपर्छ भन्ने मलाई डर लाग्थ्यो ।

मैले बातचीत गर्दा हरेक कुरा ठीक तरिकाले बोल्न सक्छु भनेर मेरो मनमा बातचित गर्ने रूपरेखाहरू तयार गगर्दै जीवनका धेरै वर्षसम्म बिताए। अन्ततोगत्वा वास्तवमा मेरो मनले नकारात्मक र आफूलाई बचाउने खालका सोचाइहरू सोच्ने बानीको विकास गरेको थियो ।

मेरो असुरक्षा हुन्छ र म इन्कार गरिन्छु कि भन्ने डरका कारण अर्थविहीन कुराहरू ल्याउने कुनै व्यक्तिले मेरा लागि ल्याईदिने विविध कुराहरूको अर्थलाई अनुमान लगाउने कोसिस गर्दै म दिनभरिको समय बिताउने गर्दथेँ ।

त्यसप्रकारले हामीले हाम्रो मनलाई प्रयोग गरेको परमेश्वर चाहनुहुन्न। यो व्यर्थको समयको बर्बादी मात्रै हो। हाम्रो जीवनका लागि हाम्रा स्वर्गीय पिताको योजना छ। उहाँका सोचाइहरू हाम्रा सोचाइभन्दा उच्च छन् र उहाँका तरिकाहरू हाम्रा तरिकाहरूभन्दा उच्च छन् (यशैया ५५:८,९)। तपाईं र मैले नै उहाँलाई अनुमान लगाउन सक्छौं। केही वर्ष सङ्घर्ष गरिसकेपछि अन्तमा मैले प्रभलाई भनँ, “मेरो के समस्या छ?” अनि प्रभुले मलाई केही कुरो भन्नुभयो, जसले गर्दा मेरो जीवन परिवर्तन भयो। उहाँले भन्नुभयो, “जोईस, जुन प्रकारले तिमी हुर्कियौ, त्यसैको कारण डरले तिम्रो सोचाइको प्रक्रियामा प्रभुत्व जमाएको छ ।”

वास्तवमा त्यस डरलाई मबाट उखेलेर फ्याँकिदिन पवित्र आत्मा ले मलाई भर्नुभएको समयदेखि नै प्रभुले मसँग काम गरिरहनुभएको थियो। लामो समयदेखि नै त्यस्तो हुँदै आएको भए पनि मैले अब्बै लामो यात्रा गर्नु पर्नेछ भन्ने महसुस गरें।

ती सबै कुरालाई छोडेर उहाँले मलाई भन्नुभयो, “जोईस, हरेक कुरो अब ठीक हुन गइरहेको छ!” जब उहाँले त्यसो भन्नुभयो यो त मेरा लागि आशिष्को कुरा भयो। यस कुराले मलाई, मेरा छोराछोरीहरुलाई तिनीहरु निराश भएर रुँदै आएको बेला ठीक छ। आमाले नै यो कुराको निर्णय गरिदिनुहुनेछ। हरेक कुरो सब ठीक हुनेछ भन्ने कुराको याद दिलाईदियो। सन्देश सामान्य थियो तापनि मैले धेरै अवसरहरुमा गरेका कुराको सम्झना गरें।

मैले विशेष गरी म र मेरो सेवाको समूह मिलेर एउटा सेमिनार गर्ने योजना बनाइरहेको समयको याद गरें। हामीले टेपलेवलहरुको पुनः अर्डर गर्नुँ, जो हाम्रो सेमिनारका लागि आवश्यक थियो। हामीले दिनभरि नै काम गरिरहेका थियौं। जब हामीले कम्पनीलाई डाक्नुँ, तब त्यो हामीले दिएको अर्डर त हरायो भनेर पो त्यो आयो। वास्तवमा हामीले धेरै पल्टसम्म पठाएका थियौं तापनि अब त समय पनि गइसकेको थियो र अब हामीले विशेष तुरुन्तै काम भइहाल्ने खालको अर्डर गर्नुपर्ने भएको थियो।

भोलिपल्ट पनि ती नयाँ अर्डर गरेका कुपन (लेवल) हरु आइपुगेन्! त्यो अवस्था मकहाँ आउन दिनुभन्दा पनि मैले केवल यसो भनँ “हरेक कुरो सब ठीक हुनेछ।” निश्चिन्त भएर म घर जाने समयसम्ममा कार्यालयका मानिसहरुले ती कुपनहरु मैले कार्यालय छोड्नेबित्तिकै आइपुगिहाले भनेर फोनमा जानकारी दिए।

भरोसाको विकास गर्नु

“सड्कटमा हामी रमाउँछौं, यो जानेर कि सड्कटले सहनशीलता

उत्पन्न गराउँछ अनि सहनशीलताले अनुभव र अनुभवले आशा
उत्पन्न गराउँछ।”

रोमी ५:३,४

यस्ता प्रकारका अवस्थाहरु आउँदा तपाईं कतिपटक हतोत्साहित र निराश हुनुभएको छ? तपाईंको जीवनको कति वर्ष यसो भनेर बिताउनुभएको छ, “ओहो, मैले परमेश्वरमा विश्वास गरिरहेको छु। मैले परमेश्वरलाई भरोसा गरिरहेको छु,” तर वास्तवमा तपाईंले चिन्ताफिक्री गर्दै, नकारात्मक कुराहरु भन्दै र आफ्नै तरिकाले हरेक कुराको अनुमान लगाउने कोसिस गरिरहनुभएको छ? तपाईंले परमेश्वरलाई भरोसा गरिरहनुभएको छ भनेर तपाईंले सोच्नुभएको होला किनभने तपाईंले यसो भनिरहनुभएको छ, “म परमेश्वरमा भरोसा गर्दछ” तर तपाईंको भित्र भने चिन्ता-फिक्री र हतोत्साहले तपाईं ग्रस्त हुनुहुन्छ। तपाईंले परमेश्वरलाई भरोसा गर्न सिक्ने कोसिस गरिरहनुभएको थियो, तर तपाईं त्यो काम गर्ने अवस्थामा हुनुहुन्थ्यो।

के भरोसा र आत्मविश्वासको विकास गर्नु भनेको केवल “चिन्ता नगर्नु, हरेक कुरो ठीक हुन्छ” भन्ने मेरो मतलब हो त? होइन। मेरो मतलब त्यसो होइन। भरोसा र आत्मविश्वास समयको एउटा अवधिमा निर्माण हुने कुराहरु हुन्। यसले प्रयः चिन्ता, फिक्री र डरको सङ्गठक बानीमाथि विजय गर्न केही समय लिन्छ।

त्यसैकारण परमेश्वरसँगै “रहिरहनु” एकदम महत्वपूर्ण हुन्छ। चुप लागेर नछोड्नुहोस् किनभने तपाईंले अनुभव र तपाईं जहाँ गए पनि आत्मिक बल प्राप्त गर्नुभएको छ। हरेक समय तपाईं पहिलेको भन्दा अभकै बलियो बन्दै जानुहुन्छ। चाँडै वा ढिलो भए पनि तपाईंले छोड्ने काम गर्नुहुन्न भने तपाईं सैतानभन्दा बढी विजयी हुन सक्नुहुनेछ।

परमेश्वरले मात्रै साँच्चै सहायता गर्न सक्नुहुन्छ

“...तपाईंले नै मलाई गर्भबाट निकाल्नुभयो; मेरी आमाको काखैबाट तपाईंले मलाई तपाईंमाथि भरोसा र आशा राख्ने बनाउनुभयो। मेरो जन्मैदेखि म तपाईंमा अर्पण गरिँएँ; मेरी आमाले मलाई जन्म दिएकै बेलादेखि तपाईं मेरा परमेश्वर हुनुभयो।

मबाट तपाईं टाढा नहुनुहोस् किनभने सङ्कट नजिकै छ र मलाई गुहार गर्ने कोही छैन।”

भजनसङ्ग्रह २२:९-११

धेरै समयदेखि म परमेश्वरसँग हिँडिरहेकी छु र मेरा पछाडि केही अनुभवहरु छन्। म केही कठिन समयद्वारा भएर पनि आएको हूँ। तर धेरै वर्षसम्म सैतानले मलाई नियन्त्रण गरेको र सञ्चालन गरेको कुरा म कहिल्यै पनि बिर्सिँनँ। म ती रातहरु सम्झिन्छु, जुन समयमा मैले भुइँमा हिँड्दै, रुँदै समय बिताएकी थिएँ।

म मेरा साथीहरूसँग तिनीहरुले मलाई केही सहायता गर्लान् कि भनी कुदेर गएको मलाई याद आउँछ। अन्तमा मैले मानिसहरुकहाँ कुदेर जाने काम गर्न छोडेँ-मैले तिनीहरुलाई मन नपराएको वा तिनीहरुलाई भरोसा नगरेको कारणले होइन, बरु तिनीहरुले मलाई साँच्चै सहायता गर्न सक्दैनन्, परमेश्वरले मात्र सक्नुहुन्छ भन्ने कारणले हो। एक जना वक्ताले यसो भनेको मैले सुनेकी छु, “मानिसहरुले तपाईंलाई सहायता गर्छन् भने तपाईंको साँच्चै समस्या छैन।”

म मेरो श्रीमानसँग अति नै गम्भीर हुने गर्थे किनभने जब उहाँका समस्याहरु हुन्थे वा उहाँ कठिन समयद्वारा भएर जानुहुन्थ्यो, उहाँले त्यस

बारेमा मलाई केही पनि भन्नुहुन्नथ्यो अनि दुई वा तीन हप्तापछि उहाँले भन्नुहुन्थ्यो, “म साँच्चै केही हप्ताअघि कठिन समयद्वारा भएर गएको थिएँ।”

उहाँले त्यो कुरा भनिसक्नुभन्दा अगाडि म उहाँलाई सोध्यें, “यो कुरा तपाईंले मलाई किन भन्नुभएन?”

तपाईंलाई थाहा छ, उहाँले के भन्नुहुन्थ्यो?

“तिमीले मलाई सहायता गर्न सकिदैनथ्यौ भन्ने कुरा मलाई थाहा थियो, त्यसैले मैले सोध्ने कामसमेत गरिँनँ!”

तपाईंको जीवनमा भइरहेको कुरा तपाईंले माया गरेको र भरोसा गरेको व्यक्तिसँग बाँड्नुहुँद गर्नु गलत हो भनेर मैले भनिरहेकी छैनँ, तर डेभले सत्य कुरालाई बुझ्नुभएको थियो, जुन कुरो मैले पनि मेरो आफ्नै जीवनमा अभ्यास गर्नु आवश्यक थियो। परमेश्वरले मात्र सहायता गर्न सक्ने समय छ। मैले मेरो श्रीमान्लाई सहायता गर्न सक्षम भएर चाहेको भए पनि मैले साँच्चै उहाँलाई सहायता गर्न सक्ने थिइँनँ। परमेश्वरले मात्रै उहाँलाई सहायता गर्न सक्नुहुन्थ्यो र उहाँकहाँ जान मेरा श्रीमान्लाई आवश्यक थियो।

प्रभुले मलाई एकपटक भन्नुभयो, व्यक्तिगत रूपमा कसरी कष्ट भोग्ने भनेर सिक्नु हामीलाई आवश्यक छ। यो कुरा उहाँले मलाई दिनुभएका पदहरूमध्ये एउटा पदचाहिँ यसैया ५३:७ थियो, “ऊ थिचोमिचोमा पन्यो र उसलाई कष्ट पन्यो तापनि उसले आफ्नो मुख खोलेन...।” एकचोटि तपाईं परमेश्वरसँग एउटा निश्चित अवस्थामा पुग्नुभएपछि यो नै तपाईंका निम्ति उहाँमा अभ्क धेरै सामर्थ्य प्राप्त गर्ने एउटा सुनौलो नियम भन्न सक्छ।

तपाईंका सारा फिक्री परमप्रभुलाई सुम्पिदिनुहोस्

“तिमीहरुका सारा फिक्री उहाँलाई सुम्पिदेओ किनभने उहाँले तिमीहरुको वास्ता गर्नुहुन्छ।”

१ पत्रुस ५:७

प्रभुसँगको मेरो हिँडाइम म स्थिर हुन सक्ने स्थानमा पुग्न चाहन्थेँ, चिन्ता गर्दिनथेँ, अनावश्यक तर्कका कुराहरु सोच्दिनथेँ र मेरा सारा फिक्रीहरु उहाँलाई सुम्पिदिन्नथेँ।

यस क्षेत्रमा मेरो श्रीमान्को विशेष वरदान छ। उहाँ परमेश्वरसँग यसरी धेरै हिँडनुभएको छ र धेरै वर्षपछि प्रभुले उहाँलाई साँचो शान्ति र सुरक्षाको प्रत्याभूति दिनुभयो। (यो असल कुरा हो किनभने हामी दुवै जना मजस्तै थियौँ भने म एकदम राम्रो योद्धा हुने थियाँ र हामीलाई कहिल्यै चिन्ता-फिक्री गर्नुपर्ने थिएन।

म घरको हिसाबकिताब राख्ने व्यक्ति थिएँ र तिरेका बिलहरु हिफाजत साथ राख्ने गर्थेँ। हरेक महिना मैले क्यालकुलेटर प्रयोग गरेर बिलमा भएका हिसाबहरु जोड्ने काम गर्नुपर्थ्यो। म कसरी ती सबै बिलहरु तिर्ने होला भनर व्यर्थका चिन्ता र फिक्री गर्दथेँ।

अर्कोतर्फ डेभचाहिँ केटाकेटीहरुसँग अर्को कोठामा खेलिरहेको हुनुहुन्थ्यो। तिनीहरुले उहाँको कपालमा रोलरहरु (कपाल कोर्दा प्रयोग गर्ने) रखिदिएका हुन्थे र तिनीहरुले टेलिभिजन हेर्दै गर्दा उहाँको पछाडिसम्मै घुमाएर लगिदिइरहेका हुन्थे। तिनीहरुले हाँसो ठट्टा र रामाईलो गरेर समय बिताइरहेको मैले सुन्दथेँ।

एकैछिनमा म डेभसँग रिसाएर पागलजरतै हुन्थे किनभने मैले अति कष्ट पाएको बेलामा उहाँचाहिँ जीवनको आनन्द लिइरहेको हुनुहुन्थ्यो ।

तर यस्तै भएर नै यो कुरा अगाडि बढ्दछ। जब हामी दुःख पाइरहेका हुन्छौं, तब हामी जोसुकैसँग रिसाउँछौं, जो हामीसँग दुःखभोगमा सहभागी हुँदैनन् ।

म भान्साकोठामा गएर हात जोडेर भनिरहेकी हुन्छ, “हे मेरा प्रिय परमेश्वर, म तपाईंलाई भरोसा गर्दछु। फेरि यो महिनामा पनि तपाईं हाम्रा लागि केही गर्न आउँदै हुनुहुन्छ भनी म तपाईंलाई विश्वास गर्दछु।” मैले ठीक शब्दहरु भनिरहेकी थिएँ, तर म चिन्तित र व्यग्र अथवा दुःखी भइरहेकी थिएँ।

महिनाको अन्तिम समय आउँछ र निश्चित रूपमा परमेश्वरले हाम्रो खर्चमा आश्चर्यकर्म गरिदिनुहुन्छ। अनि वास्तवमा म फेरि अर्को महिना पनि चिन्तित बनेकी हुन्छ। हामी परमेश्वरको इच्छाका बीच भागमा छौं भनेर मलाई थाहा भए पनि म अबकै पनि चिन्तित भइरहेकी हुन्छु।

परमेश्वरलाई भरोसा गर्ने एउटा त्यस्तो क्षेत्र हो जसमा हामीले आफ्ना लागि अनुभवहरु पाउँदछौं। यी प्रार्थनाका हरफहरुमा गएर वा हामीमाथि कसैले हात राखिदिएर आउने कुरा होइन, आनि यो हामीलाई कसैले दिएर हुने कुरा पनि होइन। हामीले यो त समयको अन्तरालसँगै लिने कुरा हो।

परमेश्वरमा पुकारा गर्नुहोस्

“हे परमप्रभु, ममाथि दया गर्नुहोस् किनकि म दिनभरि तपाईंको पुकार गरिरहन्छु।”

भजनसङ्ग्रह ५६:३

तर मैले परमेश्वरमा भरोसा गर्न सिक्नुपर्ने कुरा आर्थिक पक्षहरुमा मात्र थिएन। मेरो जीवनमा यस्ता समयहरु पनि आए, जब म अति चोटग्रस्त हुन्थेँ अनि मैले मेरो कार्यालयको भुइँमा पल्टिएर परमेश्वरबाट भाग्नबाट जोगिन फर्निचरमा खुट्टाहरु अड्याएर समेत बिताउँथेँ। मैले मेरो मुहार परमेश्वरतिर फर्काएर पुकारा गर्थेँ, “प्रभु, तपाईंले मलाई गोहार गर्नुहोस्। तपाईंले केही गर्नुभएन भने म यस कुरामा धेरै समयसम्म टिक्न सकिदैनँ।”

यो त भयो हतोत्साहित भएको समयमा गर्ने कुरा, त्यस्तै गरेर हामीले साँचो रूपमा परमेश्वरलाई चिन्नुपर्दछ। इमानदारीसँग भन्नुपर्दा, सानो बालकले भकैँ परमप्रभुतिर पुकारा गर्नु र सम्पूर्ण तवरले उहाँमा भर पर्नु भनेको स्वस्थ रहनु हो। जब हामी पुकारा गर्दछौँ, हामी कति राम्रो वा कति सुन्दर देखिन्छौँ भनी हामीले चिन्ता-फिक्री गर्नुहुँदैन।

मलाई निश्चित रूपमा थाहा छ कि त्यस्ता समयहरु पनि आए, जब मैले प्रभुतर्फ पुकारा गर्थेँ, तब म एक मुख्वाभकैँ देखिन्येँ, तर म जेसुकै भए पनि यो गर्दयेँ।

कुन दिशामा तपाईं प्रतिकूल हुनुहन्छ?

“जुनसुकै परिस्थितिमा भए पनि...मैले सन्तुष्ट रहन सिकिसकेको छु (त्यस अवस्थामा सन्तुष्ट रहन जहाँ म गडबड हुन्न वा बेचैन हुन्न)।”

फिलिप्पी ४:११

तपाईं जहाँ हुनुपर्ने हो, त्यहाँ हुन नपाउँदा तपाईंले आफैँलाई निराश नतुल्याउनुहोस्। तपाईंका सारा फिक्री परमप्रभुमा सुम्पिदिन र उहाँको गुप्तस्थानको छत्रछायामा रहन सिक्न समय लाग्दछ र अनुभव चाहिन्छ।

“तपाईं अहिले कहाँ हुनुहुन्छ?” भन्ने प्रश्न होइना। बरु प्रश्नचाहिँ यो हो, “कुन दिशामा तपाईं प्रतिकूल हुनुहुन्छ?”

के तपाईंले सिकिनुभएको छ? के तपाईं परिवर्तन हुन सिकिरहनुभएको छ? तपाईं वृद्धि हुन खुल्ला हुनुहुन्छ? एकदम वास्तविकतामा भन्नुपर्दा तपाईं यो पुस्तक अहिले पढिरहनुभएको छ यस कुराले के देख्नुहुन्छ भने तपाईं डर, चिन्ता-फिक्री तथा असुरक्षाका बारेमा गम्भीर हुनुहुन्छ। अब तपाईंले गर्नुपर्ने कुराचाहिँ तपाईंका सारा फिक्री प्रभुमा सुम्पिदिने कुरामा केही अनुभव तपाईंले गर्नुपर्दछ ताकि तपाईंले व्यर्थका विचारहरुलाई त्याग्न सक्नुभएको होस्।

तपाईंको जिम्मेवारीलाई पूरा गर्नुहोस् तर तपाईंको फिक्री सुम्पिदिनुहोस्

“तैँले गर्ने जुनसुकै कुरा परमप्रभुलाई सुम्पिदे (सुम्पिदे र ती कुराहरु उहाँमा भरोसा गर्; उहाँले आफ्नो इच्छाअनुसार तेरा मनोरथहरु पूर्ण गरिदिनुहुनेछ), तेरा योजनाहरु स्थापित र सफल हुनेछन्।”
हितोपदेश १६:३

मेरो विचारमा मेरो जीवनभरको असफल हुने डरका कारणले नै मैले हरेक कुराको अनुमान गर्ने प्रयत्न सधैं गरिरहेँ। म सधैं एक जिम्मेवार व्यक्ति भएर हरेक कुरो ठीकसित होस् भन्ने चाहन्थेँ। तर मैले लिएको जिम्मेवारीका अतिरिक्त मैले फिक्री पनि लिएकी थिएँ।

हामीले हाम्रा जिम्मेवारीहरुलाई पूरा गरौं भन्ने परमेश्वर चाहनुहुन्छ, तर त्यसका साथसाथै उहाँले हाम्रा फिक्रीहरु पनि उहाँमा राखिदिएको उहाँ किन चाहनुहुन्छ? किनभने उहाँले हाम्रो वास्ता गर्नुहुन्छ।

तपाईंका बारेमा मलाई थाहा छैन, तर मैले गर्न नसक्ने कुराहरु र जुन मैले गर्नेनपर्ने कुराहरु हुन्, ती कुराहरु गर्ने प्रयत्न गर्दै, चिन्ता र फिक्री गरेर आफैँलाई कष्टित बनाउँदै मैले मेरो जीवनका धेरै वर्षहरु बिताएकी छु। परिणामस्वरूप मेरो जीवनका धेरै वर्षहरु व्यर्थमा बिते।

तपाईं साँच्चै व्याकुल हुन अथवा हतोत्साहित हुन चाहनुहुन्छ भने तपाईंले गर्न नसक्ने कुराहरु गर्न प्रयत्न गर्दै हरसमय हिँड्नुहोस्। तपाईंले यसो गर्नुभयो भने तपाईं सहन सक्ने गरी व्याकुल वा हतोत्साहित बन्नुहुनेछ।

भो! ठीक छ

“रिसाउन छोड र क्रोधलाई त्याग; भर्कौ नमान। यसले खराबी गर्नतिर मात्र ढल्काउँछ”

भजनसङ्ग्रह ३७:५

मैले केही पनि गर्न नसक्ने अवस्थामा जब म आफैँलाई पाउँछु, तब मैले मेरा सारा फिक्रीहरु परमप्रभुलाई सुम्पिदिने असल तरिका “भो ठीक छ” भन्ने पाउँछु।

उदाहरण, डेभले सुन्तलाको जुस (रस) कारमा पोखेर मेरो स्वेटरमा पनि अलिकति परेको कुरालाई मानिलिनुहोस्। तुरुन्तै उहाँले भन्नुभयो, “सैतान, म प्रभावित भएको छैन।” अनि मैले भनें, “भो ठीक छ।” त्यसैले समस्याको समाधान भइहाल्यो र हामीले हाम्रो बाँकी दिन अगाडि बढायौं।

कुनै कुरामा निराश भएर केही फाइदा हुँदैन, तर पनि धेरै मानिसहरुले त्यसो गर्दछन्। दुर्भाग्यवश बहुसङ्ख्यक ख्रीष्टियानहरु निराश हुन्छन्, क्रोध

गर्दछन् र धेरैजसो समय चिन्ता र फिक्रीले पूर्ण बन्दछन्। यो तिनीहरुसम्म पुग्ने ठूलो कुरा होइन; यो त तिनीहरुको योजनामा नसुहाउने खालको सानो कुरा मात्रै हो। तिनीहरुका फिक्री परमप्रभुमा सुम्पिनुको साटो र “भो! ठी छ” भन्नुको साटो तिनीहरु आफूले गर्न नसक्ने कुराहरु गर्न सधैं प्रयत्न गरिरहन्छन्।

एइटाभन्दा धेरै अवस्थाहरुमा त्यो सामान्य वाक्य “ओहो! ठीक छ” ले त्यस्तो समस्याबाट भएर जान साँच्चै मलाई सहायता गरेको छ।

एकपल्ट हाम्रो छोरा डेनीले आफ्नो होमवर्क (गृहकार्य) को पेपरको अन्तमा गल्ती गरेछ। त्यसैले उसले आफ्नो पेपरलाई कच्याक-कुचुक पारेर फेरि अर्कै सुरु गर्न उन्मुख भएछ। अन्ततोगत्वा ऊ पागलभकैँ भएर निराश भयो अनि सबै त्यत्तिकै छोडिदिन चाह्यो।

त्यसैले मैले र उसका बुबाले मिलेर ऊँगै काम गर्न थाल्यौं र भन्यौं, “भो, ठीक छ” यस कुराले काम गन्यो। त्यसपछि जब उसले आफ्नो गृहकार्य गर्न छोड्ने परीक्षामा पन्यो, तब हामीले भन्यौं, “डेनी” अनिउसले भयो, “भो! ठीक छ।” अनि ऊ फर्किएर गर् आफ्नो काम गरिरहन्छ र त्यसलाई पूरा गरेरै छोड्दछ।

राम्ररी सन्तुलित हुनुहो (सचेत रहनुहोस्)

“सचेत रहो...।”

१ पत्रुस ५:८

कहिलेकाहीं हाम्रा अवस्थाहरुमा हुने चिन्ता-फिक्रीले हामीले गर्नुपर्ने हम्न गराइहरुमा आक्रमण गर्दछ। हामीले हाम्रो प्रयत्न केवल राम्रो गर्नुपर्दछ,

त्यसपछि आरामसाथ हामीले परमेश्वरमा भरोसा गर्नुपर्छ। हामी शान्त भएर रहँदा हामीले राम्रोसित प्रयत्न गरेका हुन्छौं र हामीले हाम्रो मनलाई राम्ररी सन्तुलित बनाउन सक्छौं। जब हाम्रो मन शान्त हुन्छ, तब यो डर, चिन्ता वा कष्टबिनाको हुन्छ। जब हाम्रो मन राम्ररी सन्तुलित हुन्छ, तब हामीले हाम्रो अवस्थाको अन्त्य भएको देख्छौं र त्यस बारेमा के गर्ने वा के नगर्ने भनी निर्णय गर्न सक्छौं।

हामीहरुमध्ये धेरैजसो जहाँ कष्टमा हुन्छौं, तब हामी सन्तुलनबाहिर भएका हुन्छौं। किन हामी केही गर्न नसक्ने निष्क्रिय अवस्थामा हुन्छौं र हाम्रा लागि परमेश्वरले नै हरेक कुरो गरिदिनुभएको होस् भनी आशा गर्दछौं? किनभने हामी सक्रिय भएर धेरैजसो समय शारीरिक तवरले परिचालित भइरहेका हुन्छौं। परमेश्वरले हामीलाई राम्ररी सन्तुलित भएको चाहनुहुन्छ, जसले गर्दा हामी जीवनको जुनसुकै अवस्थाको सामना गर्न र “ठीक छ, म यो अवस्थाका बारेमा निश्चित कुरो गर्न सक्छु, त्यहाँदेखि उता अरु म केही गर्न सकिदैन” भन्न सक्षम हुन्छौं।

आगमन कर भएको बेला यो कुरा प्रायःजसो हामीहरु हरेकलाई हुने गर्दछ। हामीले के सोच्छौं भने हामीले वर्षभरिको कर राम्ररी तिरिसकेका छौं अनि हामीले अझै पनि पैसा तिर्न बाँकी कुरा पाउँछौं। समय प्रयाःएकदम छोटो भइसकेको हुन्छ र सरकारले मागेजति पैसा कहाँबाट कसरी व्याउने भनेर हामीलाई थाहा हुँदैन।

हतोत्साहित हुनु, डर र चिन्ताफिक्रीले ग्रस्त हुनुको अलावा हामी परमेश्वरको सामुखा जानुपर्छ र भन्नुपर्छ, “ठीक छ, प्रभु मैले यस अवस्थामा तपाईंमा विश्वास गरिरहेको छु कि तपाईंले मलाई सहायता गर्नुहुन्छ, तर मैले के गरेको तपाईं चाहनुहुन्छ?”

हामीले कर तिर्न बाँगी भएको पैसा कमाउन परमेश्वरले हामीलाई पार्ट टाइस जागिर गर्ने कुरा देखाइदिन सक्नुहुन्छ। हामीले पैसा सापटी लिने उपाय उहाँले हामीलाई देखाइदिन सक्नुहुन्छ र हामीले त्यो पैसालाई चाँडै तिर्ने योजनाका साथ उहाँले त्यो देखाइदिन सक्नुहुन्छ। हाम्रो समस्याको समाधान परमेश्वरले जुन काम गर्न देखाइदिनुभए पनि हामीले त्यो काम इमानदार भएर गर्नुपर्दछ। त्यसपछि हाम्रो फाइदामा हामीले उहाँलाई नै भरोसा गर्नुपर्दछ।

कहिलेकाहीँ हामीले हाम्रा समस्याहरुको समाधान गर्नु वा हाम्रा खाँचोहरु पूरा गर्नुभन्दा बढी हामीले काम गरिरहेको हुनुपर्छ भनी विचार गर्दछौं। तर हामी परमेश्वरको अगुवाइबिना अगाडि भद्दछौं भने हामीले शारीरिक तवरले काम गरिरहेका हुन्छौं र हाम्रा सारा प्रयासहरु व्यर्थ हुन्छन्। कहिलेकाहीँ हाम्रो मनले “तँ के गर्दै छस्?” भनेर भन्दै गरेको भएक पनि विश्राम गर्न हामीले केवल सङ्कल्प गर्नुपर्दछ।

हामीले कसरी गर्ने भनेर जानेको भन्दा पनि बढी हामीले सेवा गरेको परमेश्वरमा भरोसा गर्नुपर्छ। हामीले गर्न जानेको जति हामीले एकपल्ट गरिसकेपछि हामीले आरामसाथ परमेश्वरमा भरोसा गर्न सक्छौं। त्यसै कुरालाई म विश्वास र सन्तुलन भन्छु।

विश्वास र सन्तुलनको मानिस

“विश्वासद्वारा अब्रहामले आज्ञापालन गरे र जा भनेको ठाउँतिर गए, जुन ठाउँ उत्तराधिकारको रूपमा उनले पछि पाउने थिए; यद्यपि उनी कतातिर गइरहोका थिए, त्यो उनलाई थाहा थिएन वा

उनी कतातिर जानुपर्ने हो भनेर सोच्दै उनले आफ्नो मनलाई कष्टमय बनाएनन्।”

हिब्रू ११:८

अब्राहाम विश्वास र सन्तुलनका मानिस थिए। उनको अवस्थाका बारेमा केही बेर सोच्नुहोस् त!

परमप्रभुमा आज्ञापालन गर्ने कुरामा अब्राहामले आफ्नो परिवार, आफ्ना इष्टमित्र र आफ्नो घर छोडेर आज्ञात स्थानपतर्फ आफ्नो यात्रा तय गरे।

म यो कुरामा निश्चित छु कि यात्रा गर्ने क्रममा उनका हरेक कदममा सैतानले आएर उनलाई “तँ मूर्ख होस्! तँ कता जाँदै छस् भन्ने कुराका बारेमा तँले के विचार गरेको छस्? जब रात पर्दछ, तँले के गर्लास्? तँ कहाँ सुत्छस्? तँले कहाँ खाना खाने होस्? आइज, अब्राहाम तँ यहाँ के गर्दै छस्? यो परमेश्वरको विचार हो भनेर तँले कसरी थाहा पाइस्? परमेश्वरले यसो गर्न कसैलाई भन्नुभएको कुरा अहिलेसम्म तँलाई थाहा छ? भन्दथ्यो।”

तपाईंको मनलाई विचलित नबनाउनुहोस्

“अनि उहाँले तिनीहरुलाई भन्नुभयो, तिमीहरु किन विचलित हुन्छौ र तिमीहरुका हृदयमा किन व्याकुल र दुखित हुन्छौ?”

लूका २४:३८

अब्राहामको कानमा सैतानले आएर जे भने पनि उनी आफ्नो यात्रामा आगाडि बढिरहे। बाइबलले भन्दछ कि उनी कतातिर गइरहेका छन् भनेर

उनलाई थाहा नभए पनि उनले त्यस बारेमा आफ्नो “मनलाई भने कष्ट” दिएनन्। (हिब्रू ११:८)

कहिलेकाहीं हामीले हाम्रो मनलाई कष्ट दिइरहेका हुन्छौं! हामीहरूले कहिले चिन्ता-फिक्रीलाई यति धेरै प्रेम गर्दछौं कि सैतानले हामीलाई चिन्ता-फिक्री गर्ने कुरा नल्याइदिए पनि हामी चिन्ता-फिक्री गर्ने बाटो खोतल्न सुरु गर्छौं!

अब हामी केही समयसम्म हाम्रो मनका बारेमा सोसौं। हाम्रो मन के कुराले भरिएको हुनुपर्छ? यो तर स्तुति, प्रशंसा, परमेश्वरको वचन उत्साह र निर्माण गर्ने कुराले, आशाले र विश्वासले भरिएको हुनुपर्दछ।

अब हामीले दिनभरि सोच्ने कुराको छटो सूची बनाऔं। यो भन्नु दुःखको कुरा हो, तर पनि हाम्रो मन चिन्ता-फिक्री युक्त र भय हुने, अनुमान लगाउने, योजनाहरू बनाउने, सिद्धान्त निकाल्ने, शङ्का गर्ने, चिन्तित हुने र व्यग्र बन्ने कुराले भरिएको हुन्छ।

परिणामस्वरूप हाम्रो मनमा भएका विश्वासका केही गियरहरू तिनीहरूमा नै गएर आश्रित (जाम) भएका हुन्छन्। हामीले ती जाम बनाउने अथवा ती विश्वासका गियरहरूलाई आश्रित गर्ने कुराहरूलाई पवित्र आत्माको तेलले खोल्नुपर्दछ, धेरै वर्षसम्म प्रयोग नगरिएका ती विश्वासका गियरहरूलाई फेरि गुडाउन सुरु गर्न कठिन भए पनि त्यसमा केही छैन।

अब्राहामले जस्तै हामी विश्वासमा अधि बढ्नुपर्छ र हामीले गर्न सकेजति हामीले गर्नुपर्दछ, त्यसपछि यस बारेमा हाम्रो मनलाई दुखित नबनाईकन आरामसाथ परमेश्वरमा भरोसा गर्नुपर्दछ। हामीले हाम्रो विश्वासलाई गियरमा राख्नुपर्छ। तर हो, हामीले हाम्रो मनलाई आराम दिलाउनुपर्दछ।

तपाईंको जीवन त्यत्तिकै व्यर्थ नफाल्नुहोस् । तपाईंको जिम्मेवारीको पहिचान गर्नुहोस् । तपाईंले गर्न सकेको जति गर्नुहोस्, उहाँले तपाईंबाट जे आशा गर्नुहुन्छ, त्यो गर्नुहोस्, त्यसपछि उहाँमा आराम गर्नुहोस् । तपाईंको जिम्मेवारीलाई पूरा गर्नुहोस्, तर तपाईंको फिक्री उहाँमा सुम्पिदिनुहोस् ।

निष्कर्ष



भजनसङ्ग्रह ९१ को २ पदले हामीले पहिले हेरेको पद १ को जस्तै सन्देश बोकेको छः

जो परमप्रधानको शरणमा बास गर्दछ, त्यो मानिस सर्वशक्तिमान्को छत्रछायामुनि स्थिर हुन्छ र रहन्छ (जसको शक्तिका अगाडि कुनै दुश्मन खडा हुन सक्दैन)।

परमप्रभुको बारेमा म भन्नेछु, उहाँ मेरो शरणस्थान र मेरो किल्ला हुनुहन्छ मेरा परमेश्वर जसमाथि म भरोसा र विश्वास (निश्चयका साथ) राख्दछु!

भजनसङ्ग्रह ९१:१, २

हाम्रो शरणस्थान र किल्ला

भजन सङ्ग्रह ९१: १ र २ दुवै पदहरूले हामीलाई देखाउँछन् कि हामीले चिन्ता, फिक्री गर्नु वा भयभीत हुनु आवश्यक छैन किनभने हामीले हाम्रो भरोसा परमेश्वरमा राख्न सक्छौं र हाम्रो सम्पूर्ण विश्वास उहाँमा राख्न सक्छौं।

तर २ पदले उहाँ हाम्रो शरणस्थान हुनुहुन्छ भनेर मात्र भन्दैन, यसले त परमेश्वर हाम्रो किल्ला पनि हुनुहुन्छ भन्दछ।

शरणस्थान किल्लाभन्दा फरक हो। शरणस्थान भनेको त्यस्तो ठाउँ हो, जहाँ हाम्रो दुश्मनले हामीलाई भेट्नै सक्दैन। हामी परमेश्वरमा लुकेर रहेका छौं भने सैतानले हामी कहाँ छौं भनी भेट्न सक्दैन। के भइरहेको छ भनी हामीले देख्न सक्छौं, तर सैतानले हामीलाई देख्न सक्दैन। हामी कहाँ छौं भनेर त्यसले थाहा पाउँदैन किनभने हामी त्यसको दृष्टिबाट सर्वशक्तिमान्को छत्रछायामुनि लुकेर रहेका हुन्छौं।

अर्कोतर्फ किल्लाचाहिँ आपूलाई जोगाउने देखिने खालको ठाउँ हो। दुश्मनलाई हामी कहाँ छौं भन्ने कुरा थाहा हुन्छ, तर त्यो हामीकहाँ आइपुग्न सक्दैन किनभने हामी उसका लागि अप्रवेश्य हुन्छौं - पुराना खाले पश्चिमी सिनेमाहरुजस्तै जसमा सेनाहरुले काठको बलियो किल्ला बनाउँछन्, जसले गर्दा तिनीहरुलाई तिनीहरुका कुनै पनि दुश्मनहरुले आक्रमण गर्न नसक्न्।

हामी किन हामीले दुश्मनलाई देख्न सक्ने ठाउँमा लुकेर रहेका हुन सक्छौं, तर त्यसले हामीलाई देख्दैन किनभने हामी देख्न सकिने किल्लामा रहेका हुन सक्छौं, जहाँ दुश्मनले हामीलाई स्पष्ट रूपमा देख्न सक्छ, तर त्यो हामीसम्म अइपुग्न सक्दैन किनभने हामी परमेश्वरको सुरक्षामुनि रहिरहेका हुन्छौं।

पद २ पनि १ पदजस्तै महत्त्वपूर्ण छ किनभने यो पूरै अध्यायका धनी प्रतिज्ञाहरु यी दुईओटा पदहरुमा भएका सर्तहरुमा भर पर्दछन् “...उहाँले आफ्ना स्वर्गदूतहरुलाई (विशेष) तिम्रा सबै मार्गमा रक्षा गर्न (आज्ञाकारिता

र सेवाका निम्ति) आज्ञा गुर्नहुनेछ” (पद ११) १२ २ मा भएका सर्तहरू पूरा गरिएको खण्डमा हामी तिनीहरूप्रति आज्ञाकारी भएमा ।

उहाँमा लुप्त भइरहनु

“किनकि खीष्ट यसूमा भएको तिमीहरूको विस्वासका बारेमा हामील सुनेका छौं (तिमीहरूको सम्पूर्ण मानव व्यक्तित्वले नै उहाँमा भएको शक्ति, बुद्धि र भलाइमा साँचो भरोसा र आत्मविश्वासमा लुप्त भइरहेको विषयमा हामीले सुनेका छौं)।”

कलस्सी १:५

भजनसँङ्ग्रह ९१ को २ पदमा भजनसङ्ग्रहका लेखकले भन्दछन् “परमप्रभुका बारेमा म भन्नेछु” उहाँलाई ओठेसेवाका निम्ति मात्र यो कुरा उनले भनेका छैनन्। “परमप्रभुका बारेमा भन्नु” को अर्थ केवल धर्मशास्त्रका पदहरू कण्ठ गर्नु र तिनीहरूलाई कराएर दोहो-याउँदै भन्नुमात्र होइन। परमप्रभुका बारेमा भन्नुले हामी उहाँमा साँच्चै भरोसा गर्दछौं, हामी उहाँ मा नै सम्पूर्ण तवरले विश्वास गर्दछौं र पूर्णरूपले उहाँमा नै लिप्त हुन्छौं भन्ने कुरालाई देखाउँछ ।

कलस्सी १:४ अनुसार तयोचाहिँ साँचो विश्वास हो - उहाँको शक्ति, बुद्धि र भलाइमा सम्पूर्ण मानव व्यक्तित्वले परमेश्वरमा सम्पूर्ण तबलरे भरोसा र विश्वासमा लिप्त हुनु हो ।

केही समयअघि हामी प्रायः कसरी उहाँ लिप्त हुन्छौं भनी प्रभुले मलाई देखाउनुभयो । हाम्रा डरहरूको कारण हामी उहाँमा कुनै न कुनै प्रकारले लिप्त हुन्छौं । तर हामी आफ्नै खुट्टामा खडा भइरहेका हुन्छौं, जसले गर्दा

परमेश्वरले छोडिदिनुभयो भने हामी आफैं खडा हुन सक्दैनौं। हामी भन्न सक्छौं, जब हामी साँच्चै परमेश्वरमा हाम्रा आफ्नै सोचाइहरुका कारण लिप्त हुदैनौं, तब यस्तो हुन्छ; “हो, प्रभु, म तपाईंलाई भरोसा गर्छु, तर कथमकदाचित् तपाईंले मलाई सहायता गर्नभएन भने वैकल्पिक उपाय त हुनुपन्यो नि!”

यस्तो कुरा त सम्पूर्ण र पूर्ण तवरले परमेश्वरमा भरोसा गरिरहेको भएन! कुनै पनि रिजर्भ नगरी, असफलताबिना योजनाहरुमा सफलता हासिल गर्न परमेश्वरमा भरोसा गरौं भन्ने उहाँ चाहनुहुन्छ।

के साँच्चै परमप्रभु तपाईंको शरणस्थान हुनुहुन्छ? के साँच्चै उहाँ तपाईंको किल्ला हुनुहुन्छ? के साँच्चै तपाईं उहाँमा भरोसा गर्नुहुन्छ, विश्वास गर्नुहुन्छ र लुप्त भइरहनुहुन्छ? कि तपाईंले केवल उहाँलाई ओठेसेवा दिइरहनुभएको छ?

तपाईंले आफ्ना लागि १ र २ पदलाई प्रमानित गर्नुभएको छ भने सम्पूर्ण भजनसङ्ग्रह ९१ नै तपाईंका लागि अद्भुत र अचम्मका प्रतिज्ञाहरुले भरिएको छ।

उहाँले तपाईंलाई छुटाउनुहुनेछ र ढाक्नुहुनेछ

“किनकि (त्यसपछि) उहाँले तिमीलाई सिकारीको पासोबाट र घातक रुढिबाट छुटाउनुहुनेछ। (अनि) उहाँले तिमीलाई आफ्ना प्वाँखहरुले ढाक्नुहुनेछ र उहाँका पखेटाहरुमुनि तिमीले भरोसा र शरण पाउनेछौं; उहाँको भरोसा र विश्वासनीयता तिम्रो ठूलो ढाल र सानो ढाल हुनेछ।”

भजनसङ्ग्रह ९१:३,४

अद्भुत र आश्चर्यजनक प्रतिज्ञाहरुका पहिला प्रतिज्ञाहरु ३ र ४ पदमा पाइन्छन्, जसले परमप्रभुको छुटकारा र सुरक्षाका बारेमा भनेका छन्।

ठूलो ढाल र सानो ढाल दुवै लडाइँका बेला प्रयोग गरिने सुरक्षा दिने कुराहरुका रूपहरु हुन्। धेरैजसो समय ढाल व्यक्तिको सम्पूर्ण शरीरलाई ढाक्न उपयुक्त हुन्छ र त्यसले शत्रुले हानेको बाणालाई रोकेर व्यक्तिको सुरक्षा गर्ने काम गर्दछ। केही ढालहरु व्यक्तिको वरिपरि घेरिने प्रकारका हुन्छन्, जसले गर्दा शत्रुले हानेका बाणहरु दायँ वा बायाँबाट चित्पिएर जान सक्छन् र व्यक्तिको सुरक्षा हुन्छ।

अर्कोतर्फ, सानो ढालचाहिँ सेनाले प्रयोग गर्ने ढाल हो वा यसलाई सेनाल आफ्नो हातले प्रयोग गर्दछ। योचाहिँ युद्धमा शत्रुसँग लडाइँ गर्दा एउटा हातदेखि अर्को हातमा धेरैजसो प्रयोग गरिन्थ्यो र त्यसले लडाकूको सुरक्षा गर्न मद्दत गर्दथ्यो। यो भजनसङ्ग्रह १२५:२ मा भएको जस्तै अलङ्कारिक कुरा हो, जसले भन्दछ, “पहाडहरुले यरुशलेमलाई धेरैभकै परमेश्वरले आफ्ना जनहरुलाई घेर्नुहुन्छ....।”

जस्तोसुकै अवस्था किन नहोस्, तपाईँ र मैले आफूलाई परमेश्वर हाम्रो पक्षमा हुनुभएको कुरा पाउँछौं। हुन सक्छ, हामी आशारहति देखिन्छौं होला! तर परमप्रभु नै हाम्रो पक्षमा हुनुहुन्छ भने हाम्रो विरुद्धमा को उठ्न सक्छ र! रोमी ८:३१

परमप्रभु हामीसँग हुनुहुन्छ किनभने उहाँले प्रतिज्ञा गर्नुभएको छ “...म तिमीहरुलाई कहिल्यै छोड्नेछैनँ न त कहिल्यै त्याग्नेछु” (हिब्रू १३:५)। उहाँ हामीदेखि तल हुनुहुन्छ किनभने बाइबलले भन्दछ कि उहाँले हामीलाई आफ्नो प्रतिज्ञाका साथ माथि उचाल्नुभएको छ (भजनसङ्ग्रह ११९:११६)।

उहाँ हामीमाथि हुनुहुन्छ किनभने भजनसङ्ग्रह ९१:४ मा हामीलाई भनिएको छ “...उहाँले तिमीहरूलाई आफ्ना प्याँखहरूले छोप्नुहुनेछ र उहाँका पखेटामुनि तिमीले भरोसा र शरण पाउनेछौं।”

अब यस चित्रलाई तपाईंले आफ्नो मनमा निर्धक्क भएर बलियो गरी राख्नुहोस्। परमेश्वर तपाईंको वरिपरि हुनुहुन्छ। उहाँ तपाईंको पक्षमा हुनुहुन्छ। उहाँ तपाईंसँग हुनुहुन्छ। सैतान तपाईंको विरुद्धमा साँच्चै छ अनि जति लामो समयसम्म तपाईं सर्वशक्तिमान्को छत्रछायामा बास गर्नुहुन्छ, स्थिर हुनुहुन्छ र सर्वशक्तिमान्के छायामा आपूलाई स्थायी रूपमा राखिरहनुहुन्छ, शत्रुले तपाईंलाई भेट्न सक्दैन वा त्यो तपाईंसम्म आइपुग्न सक्दैन!

यो सबै साँचो हो भने तपाईं किन डराउने?

तपाईं डराउनुपर्दैन

“तिमी रातको ठूलो त्रासदेखि र दिनमा उडेर आउने बाणदेखि डराउनेछैनौं (दुष्टका योजनाहरु र षड्यन्त्रबाट) नत अन्धकारमा पैलने रुढिदेखि, न मध्यदिनमा नाश गर्ने महामारीदेखि डराउनेछौं। एक हजार जना तिम्रो नजिक लोट्लान् र तिम्रो दाहिने हाततर्फ दश हजार जना, तर तिम्रो नजिक त्यो आउनेछैन। तिमीले आफ्ना आँखाले मात्र त्यो अवलोकन गर्नेछौं र दुष्टहरूको प्रतिफल देख्नेछौं (तिमी आफूचाहिँ सर्वशक्तिमान्को गुप्तस्थानमा कसैले आक्रमण गर्न नसक्ने गरी रहनेछौं) किनभने तिमीले सर्वोच्चका परमप्रभुलाई आफ्नो बासस्थान र शरणस्थान बनाएका छौं।”

भजनसङ्ग्रह ९१:५-९

तपाईं र मैले परमेश्वरमा आफूलाई कसरी लुकाउने भनी जानेको हुनुछौं। हामीले गुप्तस्थानमा कसरी रहने भनी सिक्थौं भने हामीले सैतानलाई निराश बनाएर जित्न सक्छौं। हामीचाहीं बसेर सैतान हामीकहाँ आउने प्रयत्न गरिरहेको तर हामीकहाँ आउन नसकेको कुरालाई हेरिरहन सक्षम हुन्छौं किनभने हामी त्यसले आक्रमण गर्न आउन नसक्ने ठाउँमा रहेका हुनेछौं।

केही वर्षअघि परमेश्वरले मेरो जीवनमा ठूलो जोर्नी बनाइदिनुभएको थियो। त्यो समयमा मैले पहिले नै उद्धार पाएर पवित्र आत्माको बप्तिस्मा पाइसकेकी थिएँ, तर पनि म अभकैसम्म सङ्घर्ष गरिरहेकी थिएँ र मेरो जीवनमा अरु धेरै समस्याहरु पनि थिए अनि परमप्रभुको उपस्थितिमा पूर्ण आनन्द छ र उहाँको उपस्थितिमा मात्र रहन मेरो जीवनमा म स्थिर हुनुपर्छ भनेर उहाँले मलाई सिकाउन सुरु गर्नुभयो।

मेरो जीवनको त्यो अवस्थामा मैले स्थिर रहन प्रयत्न गर्ने क्रममा धेरै उतारचढावहरु आएका थिए। म मेरा परिस्थितिहरुले मलाई नियन्त्रण गरेका भनेर चाहँदिनथें। म मेरा सारा दिन सैतानलाई गाली गर्दै बिताउन चाहन्थें। परमेश्वरको सन्तानको रूपमा बाइबलले भनेका सबै आशिषहरु मेरा हुन् भनेर ती प्राप्त गर्न र ती आशिषहरुमा आनन्दित हुन म मेरो जीवनमा चाहन्थें।

जब म त्यस कुरामा आइपुगें, प्रभुले मलाई उहाँको उपस्थितिमा रहने बारेमा सिकाउन थाल्नुभयो। वर्षौंसम्म मैले यस बारेमा अध्ययन गरें र मेरो जीवनमा जतिसक्दो धेरै यस कुरालाई लागू गर्न थालें।

अब वर्षौंपछि मेरो जीवनमा भएको त्यो जोर्नी के रहेछ भनी म तर्पालाई कठिनसाथ भन्न सक्छु। म एकदम खुसी र स्थिर भएँ। यसको मतलब के

होइन भने मैले अब कहिल्यै सङ्घर्ष गर्नुपर्दैन। तर यसको मतलब जीवनका समस्याहरु र सङ्घर्षहरुको बीचमा भएर पनि म उहाँको उपस्थितिमा रहन र स्थिर हुन सक्छु भन्ने हो।

भजनसङ्ग्रह ९१ केवल प्रेरणादायी साहित्यको एउटा टुक्रा मात्र होइन। यो सत्य छ र यो मेरो आफ्नै जीवन सत्य साबित भएको छ भनी म स्पष्ट भन्न सक्दमछु।

तपाईंले गुप्त स्थानमा बास गर्नमात्र सिक्नुभयो भने सैतानले तपाईंमाथि उसको हत बढाउन कहिल्यै पनि सक्दैन। त्यसले कहिल्यै पनि तपाईंलाई नियन्त्रण गर्न सक्दैन।

जब तपाईंले सर्वोच्चका परमप्रभुलाई तपाईंको शरणस्थान र वासस्थान बनाउनुहुन्छ, तब तपाईंले बसेर दुष्टको प्रतिफल देख्नुहुनेछ र तपाईंलाई कुनै अनिष्ट हुनेछैन।

तपाईंको कुनै अनिष्ट हुनेछैन

“तिम्रो कुनै अनिष्ट हुनेछैन, तिम्रो पालको छेउमा (घरको छेउमा) कुनै विपत्ति आउनेझैं किनभने उहाँले आफ्ना (विशेष) स्वर्गदूतहरुलाई तिम्रो सबै मार्गमा रक्षा गर्नलाई आज्ञा गर्नुहुनेछ (आज्ञापालन र सेवा)। तिनीहरुले तिमीलाई आफ्ना हातहातै थाम्नेछन् नत्र ता तिम्र खुट्टा ढुङ्गामा ठोकिनेछन्।”

भजनसङ्ग्रह ९१:१०-१२

हामी परमेश्वरको आज्ञाकारिता र उहाँको सेवा गर्ने काममा हिँडिरहेका छौं भने सुरक्षा गर्न खटिएका स्वर्गदूतहरुले हाम्रो रक्षा नर्गेछन् भनेर द एम्प्लिफाईड बाइबलको अनुवादले स्पष्ट रूपमा भनेको छ।

मेरो निम्ति काम गरिदिने एक जना स्त्री एकदिन डुङ्गामा बसिरहेकी थिइन्। तिनले पद १० लाई पढ्दै र तिनको पालको वरिपरि परमेश्वरका स्वर्गदूतहरु रक्षा नर्ग आउने भएकाले कुनै पनि विपत्ति तिनको नजिक आउन सक्दैन भनी स्वीकार गर्दै थिइन्। अचानक छालको नजिक डुङ्गा पुग्यो र तिनी हुत्तिएर लडिन् र तिनको टाउको डुङ्गाको एक छेउमा बजारियो।

त्यसपछि तिनी अचम्ममा परिन्। तिनले कसरी सुरक्षाको त्यो पद दाबी गर्दै स्वीकार गरिरहेकी थिइन् भनेर तिनले बुझ्न सकिरहेकी थिइन् अनि तिनी दुःखी भइन्। जब तिनले यस बारेमा प्रभुसँग सोधिन्। उहाँले तिनलाई भन्नुभयो “तिमी मर्न त मरिनौ नि, हैन त?” तिनले त्यस प्रकारले नसोचेकी भए पनि उहाँका स्वर्गदूतहरुले तिनको रक्षा गरेका थिए।

परमेश्वरका स्वर्गदूतहरुले तपाईंको रक्षा नगरेका भए तपाईंहरु मर्नुहुने थियो भनेर तपाईंहरुमध्ये कतिले कतिपल्ट सोच्नुभएको छ? सम्भवतः धेरै पटक तपाईंले यस्तो कुरा सोचेको पनि हुनुहुन्न होला!

परमेश्वरले गरिरहनुभएको कुरा हामीले देखेका छैनौं भनेर गनगन गर्नु हामीलाई आवश्यक छैन। हामीले त बरु उहाँले जे गरिरहनुभएको छ, त्यस कुरामा धन्यवाद पो दिनुपर्छ।

तपाईंले शत्रुलाई कुल्चनुहुनेछ

“तिमीले सिंह र गोमनलाई कुल्चनेछौ, जवान सिंह र सर्पलाई तिमीले पैतालामुनि लतार्नेछौ।”

भजनसङ्ग्रह ९१:१३

लुका १०:१९ पद सहायतावर्द्धक समर्थन गर्ने पद हो र यसले सिंह, गोमन, बिच्छी र सर्पले केको प्रतिनिधित्व गर्दछन् भन्ने कुराको वर्णन गर्दछ। “हेर मैले तिमीहरुलाई सर्पहरु र बिच्छीहरु कुल्चने र शत्रुको सारा शक्तिमाथि अधिकार दिएको छु र कुनै कुराले तिमीहरुलाई हानि गर्नेचैन।”

सिंह, गोमन, सर्प र बिच्छी यी सबैले शत्रुको प्रतिनिधित्व गर्दछन्। परमेश्वरले तिनीहरुमाथि कुल्चन वा खुट्टाले तिनीहरुलाई लतार्न हामीलाई अधिकार दिनुभएको छ। उहाँले हामीलाई दिनुभएको एक्सौसिआ ९ भयगकष्ब० अधिकार येशूले हामीलाई “काम गर्न दिनुभएको अधिकार” हो। हामीले यसलाई प्रयोग गर्न चुन्यौं भने हामीले शत्रुलाई कुल्चनेछौं। यदि हामी हाम्रो ठीक स्थानमा हुन्छौं भने यो हाम्रा लागि परमेश्वरमा भएको स्थान हो।

किनभने हामी उहाँलाई प्रेम गर्छौं

“त्यसले मलाई प्रेम गरेको हुनाले म त्यसलाई छुटाउनेछु: म त्यसलाई माथि उठाउनेछु किनभने त्यसले मेरो नाउँलाई जानेको छ र भुम्केको छ। त्यसकारण म त्यसको रक्षा गर्नेछु (त्यसले मेरो प्रेम, करुण र कृपालाई व्यक्तिगत रूपमा जानेको छ - त्यसले मलाई भरोसा गर्दछ र त्यसलाई मैले कहिल्यै पनि कुनै रीतिले छोड्नेछैनँ, त्याग्नेछैनँ भनी ममा विश्वास गरेको छ) त्यसले मेरो पुकारा गर्नेछ र म त्यसलाई उत्तर दिनेछु; त्यसको दुःखका घडीमा म त्यससँग हुनेछु, स त्यसलाई छुटकारा दिनेछु र त्यसलाई आदर गर्नेछु।”

परमेश्वरको सुरक्षा र उहाँको आशिष योग्य हुन उहाँको नाउँका बारेमा व्यक्तिगत तवरले हामीले जानेको हुनुपर्नेरहेछ भनी थाहा पाउनुहोस् । हामीले हाम्रा बुबा-आमा वा इष्टमित्रहरुद्वारा परमेश्वरसँग सम्बन्ध राख्न सक्छौं भनी भर पर्नुहुँदैन । हामी आफैँले प्रभुसँग व्यक्तिगत सम्बन्ध गाँसेको हुनुपर्छ । हामी उहाँको गुप्त स्तानमा र लुक्न सक्ने स्थानमा गएर त्यहाँ परमेश्वरसँग व्यक्तिगत समय बिताउनुपर्छ ।

धेरैपटक हामीले “मलाई छुटकारा दिनुहोस्” भन्ने बारेमा सोचेका हुन्छौं र यो खण्डको यसै भागलाई जोड दिएर हामी भन्ने गछौं, “मलाई छुटकारा दिनुहोस्, मलाई छुटकारा दिनुहोस्, मलाई छुटकारा दिनुहोस् ।” तर छुटकारा त एउटा प्रक्रिया पो हो त। जब हामीलाई समस्या हुन्छ, सर्वप्रथम त्यस दुःखको घडीमा परमेश्वर हामीहरूसँग हुनुहुनेछ । उहाँले हामीलाई बलियो पार्नुहुनेछ र हामीलाई यसद्वारा भएर विजयका साथ लिएर अगाडि जानुहुनेछ । त्यसपछि उहाँले हामीलाई छुटकारा दिएर आदर गर्नुहुनेछ ।

धेरै वर्षसम्म मैले मेरो विगतमाथि विजय पाउन प्रयत्न गरिरहेको बेलामा जुन परीक्षा र कष्टद्वारा भएर म गइरहेकी थिएँ, त्यो बेलामा परमेश्वर मसँग हुनुहुन्थ्यो । तर जब उहाँले मलाई छुटकारा दिन सुरु गर्नुभयो, त्यही बेला उहाँले मलाई आदर गर्न पनि सुरु गर्नुभयो ।

जब तपाईंले दुःख भोग्नुहुन्छ, तपाईं फोनतिर दौडिनुहुन्छ? सुरुमा यो कुरा कठिन लाग्न सक्छ, तर तपाईंको जीवनमा तपाईं ठीक ठाउँमा आउनुपर्छ, जहाँ तपाईं परमेश्वरतिर दौडिनुहुन्छ, मानिसहरुतिर होइन । जब तपाईं दुःखमा पर्नुहुन्छ वा निर्णय गर्नुपर्ने हुन्छ, त्यो बेला तपाईं परमेश्वरतिरै दौडिनुपर्दछ । तपाईंले के गर्नुपर्ने हो भनेर तपाईंलाई सल्लाह दिन

थोरैमात्र जान्ने मानिसहरुको ठूलो भ्कुन्डलाई बोलाइरहन कुनै आवश्यक कारण छैन।

हामीमध्ये धेरै जना अरुहरुलाई सल्लाह दिन प्रयत्न नगरी आफ्नै जीवनबाट भाग्न प्रयत्न गरेरै बिताइरहेका हुन्छौं।

बरु ती सबै कुराको अलावा हामी परमेश्वरतिर दौडिएर जान सिक्नुपर्दछ। त्यो गुप्त स्थानमा दौडिएर जान, त्यो लुक्न सक्ने ठाउँमा दौडिएर जान सिक्नुपर्दछ। यसो भन्न सिक्नुपर्दछ, “प्रभु मलाई कसैले सहायता गर्न सक्दैन, तर तपाईंले मात्र सक्नुहुन्छ। म सम्पूर्ण तवरले तपाईंमा नै आश्रित भएको छु।”

धेरैपटक परमेश्वरले हीलाई सहायता गर्न कसैलाई अभिषेक गरिदिनुहुन्छ, तर हामी सबैभन्दा पहिले अरुतिरै फर्किएर गयौं भने उहाँको बेइज्जत हुन्छ। सर्वप्रथम हामीले परमेश्वरतिर जान सिकेको हुनुपर्छ र भन्नपर्छ “प्रभु, तपाईंले मलाई सहायता गर्न कसैलाई प्रयोग गर्न लागि रहनुभएको छ भने तपाईंले त्यो व्यक्तिलाई चुनेर अभिषेक गहिदिनुहोस् किनभने अरु कुनै व्यक्ति आएर मैले के गर्नुपर्ने हो, सो मलाई भन्न प्रयत्न गरेको म चाहन्नँ। म तपाईंको शब्द चाहन्छु कि त मलाई चाहिँदैन।”

लामो आयु दिएर

“लामो आयु दिएर त्यसलाई सन्तुष्ट तुल्याउनेछु र त्यसलाई म उद्धारको दर्शन दिनेछ।”

भजनसङ्ग्रह ९१:१३

कहिलेकाहीं जाँडरक्सी खाने, लागूऔषधी र व्यभिचार, अनैतिक

कुराहरुजस्ता निश्चित शारीरिक पापहरुले मृत्युमा पुऱ्याउँछ भनी देख्न धेरै सजिलो हुन्छ। तर हल्का पापहरु, जस्तै चिन्ता, फिक्री र अनुमान लगाउने कुराहरुलाई हामीले केहीजस्तो ठानेका हुँदैनौं। हामीले ती कुराहरुलाई पाप होइन भनेर हल्का रूपमा लिएका हुन्छौं। तर पनि ती कुराहरु पाप नै हुन्। ती कुराहरुले पनि हामीलाई चाँडै नै मृत्युमा पुऱ्याउने कुरातर्फ डोऱ्याइरहोका हुन्छन्, जस्तै: हृदयाघात, अल्सर वा उच्च रक्तचापजस्ता कुराहरुले आक्रमण गरेर हामीलाई मृत्युमा पुऱ्याउँछन्।

तर हाम्रो लागि परमेश्वरको योजना हामीलाई लामो आयु दिएर सन्तुष्ट तुल्याउने र यस भजनसङ्ग्रहमा भएका अद्भुत, आश्चर्यजनक प्रतिज्ञाहरुको अनुभव गराउने छ।

जजै तपाईं जीवनको बाटोमा यात्रा गर्नुहुन्छ, तब अर्को कनै बेलामा पनि सैतानले तपाईंलाई आक्रमण गर्न सक्छ, भजनसङ्ग्रह ९१:९ र २ मा भएका आज्ञाहरुलाई अभ्यास गर्नुहोस् - सर्वोच्च परमेश्वरको गुप्त स्थानमा बास गर्नुहोस् र सर्वशक्तिमान्को छत्रछायामुनि उहाँमा लुप्त भएर उहाँलाई नै तपाईंको शरणस्थान र किल्ला बनाउनुहोस्।

स्पष्ट निर्देशनलाई पछ्याउनुहोस्

“तर म (जीवनमा) पुनरुत्थान भइसकेपछि, तिनीहरुभन्दा अघि जानेछु।”

मकुस १४:१८

त्यसैले बाटामा देखापर्ने सु-स्पष्ट निर्देशनहरु यी हुनु: (१) परमेश्वरमा भरोसा राख्नुहोस् र चिन्ताफिक्री नगर्नुहोस्। (२) नडराउनुहोस् र चिन्ताग्रस्त

नहुनुहोस् । (३) सारा फिक्री उहाँलाई सुम्पिदिनुहोस् र अनुमान लगाउने काम नगर्नुहोस् ।

दायाँ वा बायाँ लाग्न यी सु-स्पष्ट निर्देशनहरुमा ध्यान दिनुहोस् । तपाईंले एकातिर लाग्नुभएको वा अर्कोतिर लाग्नुभएको आफुलाई पाउनुभयो भने भीरबाट तल भर्कन वा खाँदमा पुग्नुबाट जोगिन आफ्नो सुधार गर्नुहोस् ।

ख्रीष्टियान यात्रामा बाटो बिराउने एउटा कारणचाहिँ चिन्ता गर्नु हो । युहन्ना १५:५ मा येशूले भन्नुभयो, “मबाहेक (मेरो एकताबाट अलग रहेर) तिमीहरुले केही पनि गर्न सक्दैनौ ।” त्यस पदलाई ध्यान गर्नुहोस् र त्यस वचनले तपाईंलाई केही पनि पकड नदेओस् । तपाईंको अवस्थालाई परिवर्तन गर्न चिन्ताले केही गर्नेवाला छैन । विश्वासको प्रवृत्तिबिना चिन्ता, फिक्री र भोलिको निम्ति चिन्ताग्रस्त हुने कुराले केही पनि गर्दैन किनभने के हुन आवश्यक छ भन्ने विश्वासले मात्र येशू पहिले नै त्यहाँ हुनुहुन्छ भनेर बुझ्दछ ।

तपाईंको जीवनमा के भइरहेको छ भनी हरेक कुराको के कारण छ त्यो जान्न र बुझ्न कुनै जरुरी छैन । तपाईंलाई जुन कुरो बुझ्नु आवश्यक छ, त्यस कुराको निम्ति परमेश्वरमा भरोसा गर्नुहोस् र प्रभुले तपाईंलाई त्यो कुरो प्रकट गरिदिनुहुनेछ । सबै कुरा राम्रोसित जान्ने व्यक्तिलाई चिन्त सन्तुष्ट हुनलाई चुन्नुहोस् ।

भाग दुई



बाइबलका पदहरू

चिन्तामाथि विजय हुन धर्मशास्त्रका पदहरु



चिन्तामुक्त जीवन जिउन तपाईंलाई सहायता पुऱ्याउने धर्मशास्त्रका पदहरु पढ्नुहोस् र स्वीकार गर्नुहोस्।

चिन्तित हृदयले मानिसलाई कमजोर तुल्याउँछ, तर दयालु वचनले त्यसलाई हर्षित तुल्याउँछ।

हितोपदेश १२:२५

थिचोमिचोमा परेकाहरुको जीवन दिनहुँ दुःखको हुन्छ (चिन्तित सोचाइ र पूर्वबोधहरुद्वारा), तर आनन्दित हृदय सधैं सुखी हुन्छ (चाहे जस्तोसुकै परिस्थिति किन नआओस्)

हितोपदेश १५:१५

जसको मन तपाईंमा अडिएको छ (लुप्त भएर यसको चरित्र समेत), त्यसलाई तपाईंले पूरा शान्तिमा राख्नुहुनेछ, र सुरक्षा

गर्नुहुनेछ किनभने त्यसले तपाईंमा भरोसा र आशा निर्धक्क भएर राख्दछ अनि आफैँलाई तपाईंमा सुम्पन्छ ।

यसैया २६:३

यसकारण म तिमीहरूलाई भन्दछु, के खाउँला, के पिउँला भनी आफ्नो प्राणका निम्ति चिन्ता-फिक्री नगर (अप्ट्योरो नमान) र के लगाउँला भनी आफ्नो शरीरका निम्ति फिक्री नगर। के जीवन खानेकुराभन्दा र शरीर लुगाफाटाभन्दा उत्तम होइन?

आकाशका चराचुरुङ्गीलाई होर; तिनीहरूले नत बीउ छर्छन् न अन्न कटनी गर्छन् न भकारीमा बटुल्छन्, तर तिमीहरूका स्वर्गका पिताले तिनीहरूलाई खुवाउनुहुन्छ। के तिमीहरू तिनीहरूभन्दा बढी मूल्यवान् छैनौ र?

मत्ती ६:२५,२६

यसकारण के खाउँला, के पिउँला, के पहिरुँला भनेर फिक्री नगर।

मत्ती ६:३१

यसकारण भोलिको निम्ति चिन्ता वा फिक्री नगर किनभने भोलिको दिनले आफ्नो चिन्ता र फिक्री आफैँ गर्नेछ । आजको दुःख आजको निम्ति पर्याप्त छ ।

मत्ती ६:३४

संसारको फिक्री र चिन्ता अनि धनको मोह र अरु थोकको लालच साथै युगको गडबड र रमाइला कुराहरू आएर वचनलाई निसासिदिन्छ र ती फलवन्त हुँदैनन् ।

मर्कुस ४:१९

शान्ति म तिमीहरुसँग छोडिराख्नु; म मेरो (आफ्नै शान्ति तिमीहरुलाई दिन्छु। संसारले दिएजस्तो शान्ति म तिमीहरुलाई दिन्न। तिमीहरुको हृदय व्याकुल नहोस् र भयभीत नहोस् (आफैलाई व्याकुल र चिन्तित नबनाओ अनि आफैलाई डर र भयभीत हुने कुरामा नलैजाओ।

युहन्ना १४:२७

तिमीहरु सबै निस्फिक्री र होओ र चिन्तित नहोओ भन्ने चाहन्छु।

१ कोरिन्थी ७:३२

कुनै कुरामा चिन्ता वा फिक्री नगर, तर हरेक कुरामा र परिस्थितिमा प्रार्थना निवेदनद्वारा (निश्चित बिन्तीहरुद्वारा) धन्यवादसहित तिमीहरुका बिन्ती निरन्तर परमेश्वरमा जाहेर होऊन् र समयले नै भ्याउन नसकिने परमेश्वरको शान्तिले (त्यो शान्ति तिमीहरुको हुनेछ) तिमीहरुका हृदय र तिमीहरुका मनलाई येशूमा रक्षा गर्नेछ।

फिलिप्पी ४:६,७

जे कुरो सत्य छ, जे कुरो आदरणीय छ, जे कुरो न्यायसङ्गत छ, जे कुरो शुद्ध छ, जे कुरो प्रेमयोग्य छ, जे कुरो कृपामय छ, केही श्रेष्ठता, प्रशंसाको योग्य केही छ भने थिनै कुराको विचार गर (ती कुराहरुमै तिमीहरुको मन लगाओ)।

फिलिप्पी ४:८

तिमीहरुका सारा फिक्री (तिमीहरुका सबै चिन्ताहरु-फिक्रीहरु र चिन्ताग्रस्त बनाउने सबै कुराहरुलाई सधैं एकैपल्ट) उहाँमा सुम्पिदेओ किनभने उहाँले तिमीहरुको वास्ता प्रेमपूर्वक र होसियारीपूर्ण ढङ्गमा गरिदिनुहुन्छ ।

१ पत्रुस ५:७

चिन्तासँग युद्ध गर्ने प्रार्थना



पिता, चिन्ता नगर्न मलाई सहायता गर्नुहोस्। चिन्ताले मलाई भलो गर्देन भन्ने कुरो मैले महसुस गरेको छु, तर वास्तवमा यसले मलाई भकन् खराब गर्दछ। तपाईंको राज्य र मलाई फाइदा गर्ने असल कुराहरु मेरो मनमा राख्न मलाई सहायता गर्नुहोस्।

प्रभु, तपाईंले मेरो वास्ता गर्नुभयो, म कृतज्ञ भएको छु। मेरो जीवन तपाईंले मलाई देखाउनुभएका कदमहरु चाल्न सुरु गर्न म लागि रहेको छु। मेरो भरोसा तपाईं र तपाईंको वचनमा राख्दछु। म मेरो सारा चिन्ता-फिक्री तपाईंमा नै राख्दछु किनभने तपाईंले मेरो वास्ता गर्नुहुन्छ भन्ने कुरो मलाई थाहा छ।

येशूको नाममा, आमेन।

परमप्रभुसँग व्यक्तिगत सम्बन्धका लागि प्रार्थना



तपाईंले शान्तिका राजकुमार येशूलाई तपाईंको प्रभु र मुक्तिदाता हुनु कहिल्यै पनि निम्तो दिनुभएको छैन भने म त्यो गर्नुहोस् भनेर अहिले नै तपाईंलाई निम्तो दिन्छु। तलको प्रार्थना गर्नुहोस् र तपाईं यस बारेमा साँच्चै गम्भीर हुनुहुन्छ भने तपाईंले खीष्टमा नयाँ जीवनको अनुभव गर्नुहुनेछ।

पिता, तपाईंले संसारलाई धेरै प्रेम गर्नुभएको छ, तपाईंले आफ्नो एकलौटे पुत्रलाई हाम्रा पापका निम्ति मर्नलाई दिनुभयो जसले गर्दा उहाँमा विश्वास गर्ने कोही पनि नाश हुनु पाउँदैन, तर त्यसले अनन्त: जीवन पाउनेछ।

तपाईंको वचनले भन्दछ कि विश्वासद्वारा अनुग्रहबाट तपाईंको वरदानको रूपमा हामीले उद्धार पाएका छौं। हामीले मुक्ति प्राप्त गर्न अरु कुनै कुरा छैन।

येशू खीष्ट संसारको मुक्तिदाता हुनुहुन्छ भनी म विश्वास गर्छु र आफ्नो मुखले पनि त्यो कुरालाई स्वीकार गर्छु। म विश्वास गर्छु कि उहाँ मेरा लागि

क्रुसमा मर्नुभयो र मेरा सबै पापहरु लिनुभयो र तिनीहरुको निम्ति मोल तिरिदिनुभयो। तपाईंले येशूलाई मृत्युबाट जीवित पार्नुभयो भनी म मेरो हृदयदेखि नै विश्वास गर्दछु।

म मेरा पापहरु क्षमा गरिदिनुहोस् भनी तपाईंसँग प्रार्थना गर्दछु। येशूलाई मेरो प्रबुको रूपमा स्वीकार गर्दछु। तपाईंको वचनअनुसार मैले उद्धार पाएको छु र तपाईंसँगै अनन्तमा बिताउनेछु! पिता, तपाईंलाई धन्यवाद छ। म एकदम कृतज्ञ भएको छु! येशूको नाममा, आमेन।

हेर्नुहोस् युहन्ना ३:१६; एफिसी २:८,९; रोमी १०:९ र १०; १ कोरिन्थी १५:३ र ४; १ युहन्ना १:९; ४:१४-१६; ५:१, १२,१३।

लेखिकाको परिचय

जाँयस मेयरले सन् १९७६ देखि परमेश्वरको वचन सिकाउँदै हुनुहुन्छ र सन् १९८० बाट उहाँ पूर्णकालीन सेवामा हुनुहुन्छ। उहाँ अति नै बिक्री हुने *परमेश्वरबाट कसरी सुन्ने*, *घनिष्ठ रूपमा परमेश्वरलाई चिन्नु*, *मनको रणभूमिजस्ता* पचासओटाभन्दा बढी प्रेरणादायी पुस्तकहरूकी लेखिका हुनुहुन्छ। उहाँले हजारौं शिक्षा दिने क्यासेटहरू र पूर्ण भिडियो लाईब्रेरीसमेत प्रकाशित गर्नुभएको छ। जाँयसको *इन्जोइड एभि डे लाइफ* रेडियो र टेलिभिजन कार्य महरू संसारभरि नै प्रसारित भएका छन् र उहाँ सेमिनारहरू सञ्चालन गर्दै विभिन्न ठाउँमा जानुहुन्छ। जाँयस र उहाँका श्रीमान् डेभ हर्किसकेका चार जना छोरा-छोरीहरूका बुबाआमा हुनुहुन्छ र उहाँहरूले आफ्नो घर सेन्ट लुइस, मिसौरीमा स्थापित गर्नुभएको छ।

To contact the author in the United States, please write:

Joyce Meyer Ministries

P.O. Box 655,

Fenton, Missouri 63026

or call: (636) 349-0303

or log on to: www.joycemeyer.org

Go to tv.joycemeyer.org

to watch Joyce's messages in a variety of languages

To contact the author in India, please write:

Joyce Meyer Ministries

Plot No. 512/B, Road No. 30,

Jubilee Hills, Hyderabad - 500 033

or call: 2300 6777

or log on to: www.jmmindia.org

हरेक कुरो ठीक हुनेछ

चिन्ता र फिक्रीले तपाईंको शान्तिलाई बिथोल्छ, यसले शारीरिक तवरमा तपाईंलाई थकाउँछ र बिरामी समेत बनाउन सक्छ। यदि तपाईं अन्यालको जालमा फस्नुभएको भए यो किताब तपाईंको लागि हो।

सुप्रसिद्ध लेखिका जाँयस मेयरले यस पुस्तकमा बाइबलबाट र व्यक्तिगत उदाहरणहरूद्वारा तपाईंले आफ्ना चिन्ता-फिक्रीहरू परमेश्वरमा कसरी सुम्पन सक्नुहुन्छ भन्ने बारे सिकाएकी छन्। आफ्ना जिम्मेवारीलाई नत्यागेर परमेश्वरमा कसरी रहन र भरोसा गर्न सकिन्छ भन्नेबारे यी शक्तिशाली वचनहरूले तपाईंलाई मार्ग-निर्देशन गर्नेछन्। चिन्ता-फिक्रीको सामना गर्ने तरिकाहरूबारे पनि यस पुस्तकमा उल्लेख गरिएको छ।

तपाईंले जीवनमा रमाउन अहिले नै सिक्न सक्नुहुन्छ। अब ढुक्क हुनुहोस्, तपाईंको जीवन खीष्टमा सुरक्षित छ।

यस श्रृङ्खलाका अरु पुस्तकहरू हेर्नुहोस्

- *तनावका बारेमा सीधा कुरा*
- *डरका बारेमा सीधा कुरा*
- *एक्लोपनका बारेमा सीधा कुरा*
- *निराशाका बारेमा सीधा कुरा*
- *असुरक्षाका बारेमा सीधा कुरा*
- *कष्टका बारेमा सीधा कुरा*

