

शांत समय श्रृंखला

प्रभु  
पर  
भरोसा रखें

दक्षिण एशिया में  
चर्च ऑफ क्राइस्ट का परिवार

## परिचय

हमारे परमेश्वर वास्तव में एक संबंधपरक व्यक्ति हैं। वे स्वयं को हमारे स्वर्गीय पिता के रूप में प्रकट करते हैं। उन्होंने अपने लोगों, इस्राएल को, उनके पति के रूप में संबोधित किया। यीशु, जो देहधारी परमेश्वर हैं, ने अपने प्रेरितों को अपना मित्र कहा। जब कलीसिया को उनकी दुल्हन कहा जाता है, तो वे दूल्हा होते हैं। इन सभी संबंधों में परमेश्वर की इच्छानुसार कार्य करने के लिए, हमारी ओर से एक ही चीज़ आवश्यक है - वह है, पूरे हृदय से उन पर भरोसा करना। हम जानते हैं कि किसी भी रिश्ते में, भरोसा बंधन को मजबूत करता है और घनिष्ठता को बढ़ाता है, लेकिन विश्वास की कमी रिश्ते को कमजोर कर देती है!

सबसे महत्वपूर्ण रिश्ता जिसे हमें संजोना और निरंतर मजबूत करना चाहिए, वह है सर्वशक्तिमान परमेश्वर के साथ हमारा घनिष्ठ संबंध।

सबसे प्रेममय पिता होने के नाते, परमेश्वर हमें आशीष देना चाहते हैं, लेकिन क्योंकि वे एक न्यायप्रिय परमेश्वर हैं जिन्हें हमारा न्याय करने का अधिकार है, वे हमें आशीर्वाद प्राप्त करने या उनकी कृपा बनाए रखने के तरीके सिखाते हैं और उन कार्यों से आगाह करते हैं जो उनके दंड और यहां तक कि श्राप को भी आमंत्रित करेंगे। उन्होंने यिर्मयाह भविष्यवक्ता के माध्यम से ऐसा कहा।

### यिर्मयाह : 17:5-8

5 यहोवा यों कहता है, श्रापित है वह पुरुष जो मनुष्य पर भरोसा रखता है, और उसका सहारा लेता है, जिसका मन यहोवा से भटक जाता है। 6 वह निर्जल देश के अधमूए पेड़ के समान होगा और कभी भलाई न देखेगा। वह निर्जल और निर्जन तथा लोनछाई भूमि पर बसेगा।

7 धन्य है वह पुरुष जो यहोवा पर भरोसा रखता है, जिसने परमेश्वर को अपना आधार माना हो।

8 वह उस वृक्ष के समान होगा जो नदी के तीर पर लगा हो और उसकी जड़ जल के पास फैली हो; जब घाम होगा तब उसको न लगेगा, उसके पत्ते हरे रहेंगे, और सूखे वर्ष में भी उनके विषय में कुछ चिन्ता न होगी, क्योंकि वह तब भी फलता रहेगा।

इन वचनों से यह स्पष्ट हो जाता है कि परमेश्वर मनुष्य को आशीर्वाद या श्राप क्यों देता है! यह सब इस बात पर निर्भर करता है कि हम किस पर भरोसा रखते हैं। वह चाहता है कि हम प्रभु पर भरोसा रखें और आशीष पाएँ। यहाँ उस आशीष का एक सुंदर चित्रण प्रस्तुत किया गया है। प्रभु पर भरोसा रखने वाला व्यक्ति उस वृक्ष के समान होगा जो जल के किनारे लगाया गया है और जिसकी जड़ें नदी के किनारे फैली हुई हैं। उसे गर्मी से डर नहीं लगता; उसके पत्ते सदा हरे रहते हैं। सूखे के वर्ष में भी उसे कोई चिन्ता नहीं होती और वह कभी फल देना बंद नहीं करता।

वाह! यदि हमारा जीवन ऐसा हो तो कैसा होगा? क्या आप इस तरह का जीवन नहीं चाहते? तो फिर आपको बस प्रभु पर भरोसा रखना होगा!

दूसरी ओर, वह कहते हैं: "यहोवा यों कहता है, श्रापित है वह पुरुष जो मनुष्य पर भरोसा रखता है, और उसका सहारा लेता है, जिसका मन यहोवा से भटक जाता है।" इस वचन के बाद ऐसे व्यक्ति का निराशाजनक चित्रण प्रस्तुत किया गया है: "6 वह व्यक्ति निर्जल देश के अधमूए पेड़ के समान होगा और कभी भलाई न देखेगा। वह निर्जल और निर्जन तथा लोनछाई भूमि पर बसेगा।"

मुझे उम्मीद है कि हममें से कोई भी सर्वशक्तिमान परमेश्वर से ऐसा श्राप पाना नहीं चाहेगा! लेकिन चुनाव हमारा है! हमें अपने सबसे प्यारे परमेश्वर पर भरोसा करने के बारे में सचेत रहना होगा!

हम जिस पर भरोसा करते हैं, उसकी परीक्षा जीवन भर होती रहेगी। जीवन के उतार-चढ़ाव में, हमारी निरंतर परीक्षा होती रहती है ताकि हम जान सकें कि हमारा भरोसा किस पर है। प्रभु पर भरोसा करने का हमारे जीवन

## परिचय

पर अत्यंत व्यापक प्रभाव पड़ते हैं, इसलिए पवित्रशास्त्र की गहराई से अध्ययन करना और जीवन भर उस पर भरोसा करते रहना इसे सीखना महत्वपूर्ण है।

हम इस नए वर्ष की शुरुआत इस मूलभूत सिद्धांत के साथ करने के लिए एक नई शांत समय श्रृंखला प्रस्तुत करते हुए प्रसन्न हैं। पवित्र आत्मा हममें से प्रत्येक को परमेश्वर की अच्छाई को समझने और उस पर अपने विश्वास में निरंतर वृद्धि करने की शक्ति प्रदान करे। उस पर हर समय भरोसा रखने का आपका निर्णय आपको आशीषों से भर दे, ताकि आपका जीवन जल के किनारे लगाए गए वृक्ष के समान हो।

आशा है कि ये भक्तिमय संदेश आप सभी के लिए आशीर्वाद साबित होंगे, जिससे आपका विश्वास मजबूत होगा और आप निरंतर बढ़ती महिमा के साथ मसीह की छवि में रूपांतरित हो सकेंगे।



## दिन 1 - भरोसे की परिभाषा

### भरोसा क्या है?

पवित्रशास्त्र के विषयगत विश्वकोश में इसकी संक्षिप्त परिभाषा इस प्रकार है: "बाइबल के संदर्भ में, विश्वास किसी व्यक्ति या वस्तु की विश्वसनीयता, सत्यता, क्षमता या शक्ति में दृढ़ आस्था को दर्शाता है। यह आस्था का एक मूलभूत तत्व है, जो परमेश्वर और उनके वादों पर विश्वास और भरोसे को दर्शाता है। विश्वास एक मनोवृत्ति और एक क्रिया दोनों है, जो परमेश्वर के चरित्र और उनके वचन में गहरी आश्वासन को प्रतिबिंबित करता है।"

इब्रानियों 11 में विश्वास को इस प्रकार परिभाषित किया गया है: **इब्रानियों 11:1** (एनआईवी) : अब विश्वास आशा की हुई वस्तुओं का निश्चय, और अनदेखी वस्तुओं का प्रमाण है।

भरोसा और विश्वास एक दूसरे से जुड़े हैं, लेकिन ये दोनों अलग-अलग हैं। विश्वास के द्वारा हम यीशु को अपना प्रभु स्वीकार करते हैं। फिर हम उनकी प्रतिज्ञाओं पर भरोसा करते हैं क्योंकि हमें उनकी निष्ठा का पूरा विश्वास है। वे अपनी प्रतिज्ञाओं को कभी नहीं तोड़ेंगे। प्रेरित पौलुस ने **2 कुरिन्थियों 1:20a** में लिखा है, "क्याकि परमेश्वर की जितनी प्रतिज्ञाएं हैं, वे सब उसी में हां के साथ हैं:।" विश्वास का अर्थ है परमेश्वर की प्रतिज्ञाओं पर भरोसा करना क्योंकि हम उनकी निष्ठा में विश्वास रखते हैं। हम न केवल तब भरोसा करते हैं जब सब कुछ ठीक चल रहा होता है, बल्कि तब भी जब समय कठिन होता है।

डॉ. स्टीव किन्नार्ड ने अपनी पुस्तक 'वॉकिंग द वे ऑफ द हार्ट' में लिखा है: "भरोसे का अर्थ यह जानना है कि जब आप अपने जीवन के सबसे अंधकारमय क्षणों से गुजर रहे होते हैं तब भी परमेश्वर आपके साथ होता है, और वह आपके हृदय में मसीह का स्वरूप बना रहा होता है।"

ब्रेनन मैनिंग ने अपनी प्रसिद्ध पुस्तक 'द रूथलेस ट्रस्ट' में लिखा है: "विश्वास प्रभु यीशु के व्यक्तिगत अनुभव से उत्पन्न होता है। आशा यीशु के वादे पर भरोसा है, जिसके साथ उसकी पूर्ति की अपेक्षा जुड़ी होती है।"

विश्वास, आस्था और आशा का एक मनमोहक मिलन है।

उन्होंने इस विचार को इस सूत्र में संक्षेपित किया:

"विश्वास + आशा = भरोसा"

भरोसा विश्वास और आशा पर आधारित होता है। मैनिंग लिखते हैं, "विश्वास और आशा मिलकर एक विश्वासयोग्य शिष्य का निर्माण करते हैं।"

दूसरे शब्दों में, भरोसा तब प्रदर्शित होता है जब कोई व्यक्ति परमेश्वर के स्वरूप और वादों में विश्वास रखते हुए, गंभीर जोखिम होने पर भी, परमेश्वर के कार्यों को करने के लिए तत्पर रहता है।

आइए, कुछ उदाहरण देखें कि कैसे परमेश्वर उन लोगों को पहचानता और पुरस्कृत करता है जो उस पर भरोसा रखते हुए कार्य करते हैं।

जब दाऊद एक छोटा चरवाहा लड़का था, तब पलिशती दानव गोलियत ने राजा शाऊल की सेना को चुनौती दी। दाऊद इस बात से क्रोधित था कि इस एक अन्य जाती के मनुष्य ने परमेश्वर और उसकी सेना का उपहास किया।

वह परमेश्वर की महिमा के लिए गोलियत से लड़ने को तैयार था। लेकिन किसी को विश्वास नहीं था कि एक छोटे लड़के के लिए यह संभव है। फिर भी, दाऊद ने अपने हथियारों, कौशल या शक्ति के बजाय परमेश्वर पर भरोसा रखा, जो उसके साथ था। जानिए आगे क्या हुआ:

**1 शमूएल :17: 42-47** जब पलिशती ने दृष्टि करके दाऊद को देखा, तब उसे तुच्छ जाना; क्योंकि वह लड़का ही था, और उसके मुख पर लाली झलकती थी, और वह सुन्दर था। 43 तब पलिशती ने दाऊद से कहा, क्या मैं कुत्ता हूं, कि तू लाठी ले कर मेरे पास आता है? तब पलिशती अपने देवताओं के नाम ले कर दाऊद को कोसने लगा। 44

## दिन 1 - भरोसे की परिभाषा

फिर पलिशती ने दाऊद से कहा, मेरे पास आ, मैं तेरा मांस आकाश के पक्षियों और वनपशुओं को दे दूंगा। 45 दाऊद ने पलिशती से कहा, तू तो तलवार और भाला और सांग लिए हुए मेरे पास आता है; परन्तु मैं सेनाओं के यहोवा के नाम से तेरे पास आता हूँ, जो इस्राएली सेना का परमेश्वर है, और उसी को तू ने ललकारा है। 46 आज के दिन यहोवा तुझ को मेरे हाथ में कर देगा, और मैं तुझ को मारूंगा, और तेरा सिर तेरे धड़ से अलग करूंगा; और मैं आज के दिन पलिशती सेना की लोथें आकाश के पक्षियों और पृथ्वी के जीव जन्तुओं को दे दूंगा; तब समस्त पृथ्वी के लोग जान लेंगे कि इस्राएल में एक परमेश्वर है। 47 और यह समस्त मण्डली जान लेगी की यहोवा तलवार वा भाले के द्वारा जयवन्त नहीं करता, इसलिये कि संग्राम तो यहोवा का है, और वही तुम्हें हमारे हाथ में कर देगा।

आगे पढ़ने पर हमें पता चलता है कि युवा दाऊद ने केवल एक गुलेल से ही उस विशालकाय को मार डाला, और जल्द ही पलिशतियों की शक्तिशाली सेना भाग गई और परमेश्वर का नाम महिमावान हुआ। दाऊद ने परमेश्वर पर अपना पूर्ण भरोसा रखकर अपना सब कुछ दांव पर लगा दिया।

जब यहूदा का राजा ज़ेदेकियाह था, तब यिर्मयाह नबी से राजनीतिक और मंदिर के शासक नफरत करते थे क्योंकि उसने उन्हें पश्चाताप करने के लिए प्रेरित किया था। उसे चुप कराने के लिए, उन्होंने उसे एक कुएँ में फेंक दिया जहाँ उसकी मृत्यु हो सकती थी। लेकिन राजा के एक इथियोपियाई सेवक एबेद-मेलेक ने यिर्मयाह को बचाने के लिए राजा से विनती करने के लिए अपनी जान जोखिम में डाली, और उसे कुएँ से निकालने की अनुमति मिल गई। परमेश्वर ने परमेश्वर पर उसके भरोसे के आधार पर उसके कार्यों को देखा और यिर्मयाह के माध्यम से परमेश्वर ने जो कहा उसे पढ़ा:

**यिर्मयाह 39: 15-18** जब यिर्मयाह पहर के आंगन में कैद था, तब यहोवा का यह वचन उसके पास पहुंचा, 16 कि, जा कर एबेदमेलेक कूशी से कह कि इस्राएल का परमेश्वर सेनाओं का यहोवा तुझ से यों कहता है, देख, मैं अपने वे वचन जो मैं ने इस नगर के विषय में कहे हैं इस प्रकार पूरा करूंगा कि इसका कुशल न होगा, हानि ही होगी, और उस समय उनका पूरा होना तुझे दिखाई पड़ेगा। 17 परन्तु यहोवा की

यह वाणी है कि उस समय मैं तुझे बचाऊंगा, और जिन मनुष्यों से तू भय खाता है, तू उनके वश में नहीं किया जाएगा। 18 क्योंकि मैं तुझे, निश्चय बचाऊंगा, और तू तलवार से न मरेगा, तेरा प्राण बचा रहेगा, यहोवा की यह वाणी है। यह इस कारण होगा, कि तू ने मुझ पर भरोसा रखा है।

हमारे परमेश्वर उन सभी लोगों पर ध्यान देते हैं जो उन पर भरोसा रखते हैं और उनकी महिमा करने के लिए कदम उठाते हैं। परमेश्वर ऐसे लोगों को शक्ति प्रदान करते हैं और उन्हें अद्भुत तरीकों से पुरस्कृत करते हैं।

जब हम परमेश्वर पर भरोसा करते हैं, तो हमें उनकी इच्छा पूरी करने का दिव्य आत्मविश्वास मिलता है, भले ही इसके लिए हमें अपनी जान क्यों न देनी पड़े। परमेश्वर पर भरोसा करने का अर्थ है अपना जीवन पूरी तरह से उन्हें समर्पित करना। यह एक सक्रिय कदम है - भरोसा हमें आत्मविश्वास और आनंद के साथ परमेश्वर की इच्छा पूरी करने की ओर ले जाता है।

इस पवित्र शास्त्र के वचन को याद करें: 2 इतिहास 16:9क "देख, यहोवा की दृष्टि सारी पृथ्वी पर इसलिये फिरती रहती है कि जिनका मन उसकी ओर निष्कपट रहता है, उनकी सहायता में वह अपना सामर्थ्य दिखाए।।"

वे कारण लिखें जो आपको पूरे हृदय से परमेश्वर पर भरोसा करने के लिए प्रेरित करते हैं।

लिखें कि परमेश्वर पर भरोसा करने के आपके संकल्प से आपका जीवन किस प्रकार बदलेगा।

## दिन 2 - परमेश्वर भरोसेमंद है

**2 तीमुथियुस 2:13** यदि हम अविश्वासी भी हों तौभी वह विश्वास योग्य बना रहता है, क्योंकि वह आप अपना इन्कार नहीं कर सकता ॥

मेरे जीवन में कई बार ऐसे मौके आए जब मैं लोगों से लोगों या परमेश्वर से किए गए वादे पूरे नहीं कर पाया। कभी-कभी व्यस्तता के कारण समय की कमी हो जाती थी, कभी भूल जाता था, कभी इच्छा ही नहीं रहती थी, और कभी मन बदल जाता था।

मनुष्यों का अविश्वासी होना स्वाभाविक है! इसलिए हम मान लेते हैं कि परमेश्वर भी अविश्वासी हो सकता है। यह एक गलत धारणा है।

### गिनती : 23-19

"ईश्वर मनुष्य नहीं, कि झूठ बोले, और न वह आदमी है, कि अपनी इच्छा बदले। क्या जो कुछ उसने कहा उसे न करे? क्या वह वचन देकर उस पूरा न करे?"

### व्यवसायविवरण 7:9

"इसलिये जान रख कि तेरा परमेश्वर यहोवा ही परमेश्वर है, वह विश्वासयोग्य ईश्वर है; और जो उस से प्रेम रखते और उसकी आज्ञाएं मानते हैं उनके साथ वह हजार पीढ़ी तक अपनी वाचा पालता, और उन पर करुणा करता रहता है;"

### इब्रानियों 13:8

8 यीशु मसीह कल और आज और युगानुयुग एकसा है।

### 1 कुरिन्थियों 1:9

"परमेश्वर सच्चा है; जिस ने तुम को अपने पुत्र हमारे प्रभु यीशु मसीह की संगति में बुलाया है ॥

विश्वसनीयता परमेश्वर का स्वभाव है। वह भरोसेमंद है। हम परमेश्वर पर संदेह करते हैं क्योंकि हम उन्हें मनुष्यों की तरह ही समझते हैं, लेकिन वह परमेश्वर हैं; वह मनुष्यों की तरह झूठ नहीं बोलते और न ही अपने वादे तोड़ते हैं।

विलापगीत की पुस्तक यिर्मयाह द्वारा 586 ईसा पूर्व में बेबीलोनियों द्वारा यरूशलेम के विनाश के तुरंत बाद लिखी गई थी।

अनेक चेतावनियों के बावजूद आज्ञा का उल्लंघन करने के परिणामस्वरूप इस्राएल को परमेश्वर के क्रोध का सामना करना पड़ा। यहूदी लोगों के श्रेष्ठ आबादी को बंदी बनाकर बेबीलोन निर्वासित कर दिया गया। उन्हें सताया गया, व्यथित किया गया, उनके साथ दुर्व्यवहार किया गया और उन्हें कठोर दासतापूर्ण श्रम करने के लिए मजबूर किया गया। उनसे उनकी मातृभूमि, उनकी विरासत, उनका गौरव और उनकी पहचान छीन ली गई। भीषण अकाल और भुखमरी के कारण स्त्रियाँ अपने ही बच्चों को खाने लगीं। वे परमेश्वर के न्याय के अधीन दुखी थे और उन्होंने व्यक्तिगत और राष्ट्रीय दोनों प्रकार की हानि पर शोक व्यक्त किया। विलापगीत इस पीड़ा को सहने वालों की

व्यथा को दर्शाता है। फिर भी, इन परिस्थितियों में भी, लेखक अपने लोगों के विश्वासघात के बावजूद परमेश्वर की विश्वसनीयता में आशा पाता है।

### विलापगीत 3:21-26

परन्तु मैं यह स्मरण करता हूँ, इसीलिये मुझे आशा है: 22 हम मिट नहीं गए; यह यहोवा की महाकरुणा का फल है, क्योंकि उसकी दया अमर है। 23 प्रति भोर वह नई होती रहती है; तेरी सच्चाई महान है। 24 मेरे मन ने कहा, यहोवा मेरा भाग है, इस कारण मैं उस में आशा रखूंगा। 24 मेरे मन ने कहा, यहोवा मेरा भाग है, इस कारण मैं

## दिन 2 - परमेश्वर भरोसेमंद है

उस में आशा रखूंगा। 25 जो यहोवा की बात जोहते और उसके पास जाते हैं, उनके लिये यहोवा भला है। 26 यहोवा से उद्धार पाने की आशा रख कर चुपचाप रहना भला है।

भले ही जब हम कष्ट भोगते हैं, चाहे वह हमारे पापों का परिणाम हो या न हो, तब भी परमेश्वर हमें नहीं छोड़ते। वे अपनी करुणा और प्रेम में अटल रहते हैं। वे उन सभी को मुक्ति प्रदान करते हैं जो धैर्यपूर्वक उन पर भरोसा रखते हैं।

### 1 कुरिनथियों 10:13

13 तुम किसी ऐसी परीक्षा में नहीं पड़े, जो मनुष्य के सहने से बाहर है: और परमेश्वर सच्चा है: वह तुम्हें सामर्थ से बाहर परीक्षा में न पड़ने देगा, वरन परीक्षा के साथ निकास भी करेगा; कि तुम सह सको॥

परमेश्वर हमसे वादा करता है कि वह जीवन की परीक्षाओं और प्रलोभनों से हमें पार कराएगा, और वह अपने इस वादे के प्रति वफादार है। परमेश्वर उन लोगों को अकल्पनीय उपहार देने का भी वादा करता है जो उससे सच्चे मन से प्रेम करते हैं;

9 परन्तु जैसा लिखा है, कि जो आंख ने नहीं देखी, और कान ने नहीं सुना, और जो बातें मनुष्य के चित्त में नहीं चढ़ीं वे ही हैं, जो परमेश्वर ने अपने प्रेम रखने वालों के लिये तैयार की हैं। (1 कुरिनथियों 2:9)

“मृत्यु तक विश्वासयोग्य बने रहो, और मैं तुम्हें जीवन का मुकुट दूंगा। (प्रकाशितवाक्य 2:10)

इसलिए आइए हम अपने विश्वासयोग्य परमेश्वर पर भरोसा और आशा कायम रखें!

### चिंतन

कठिनाइयों या प्रलोभनों का सामना करते हुए आपने परमेश्वर की विश्वसनीयता का अनुभव कैसे किया है? परमेश्वर की विश्वसनीयता हमें विश्वासी बनने के लिए प्रेरित करती है। जैसा कि 1 कुरिनथियों 4:2 में कहा गया है, “ फिर यहां भण्डारी में यह बात देखी जाती है, कि विश्वास योग्य निकले।”

प्रार्थनापूर्वक निर्णय लें और दो ऐसे क्षेत्रों को लिखें जहाँ आप परमेश्वर द्वारा प्रदत्त संसाधनों (प्रतिभा, धन, समय, उपहार, भूमिकाएँ आदि) के अधिक विश्वसनीय प्रबंधक बन सकते हैं। उनका अभ्यास करना शुरू करें।

### 2 तीमुथियुस 2:13 को याद करें

यदि हम अविश्वासी भी हों तौभी वह विश्वास योग्य बना रहता है, क्योंकि वह आप अपना इन्कार नहीं कर सकता॥

### दिन 3 - परमेश्वर का प्रावधान

**फिलिप्पियों 4: 19** और मेरा परमेश्वर भी अपने उस धन के अनुसार जो महिमा सहित मसीह यीशु में है तुम्हारी हर एक घटी को पूरी करेगा।

#### परिचय।

मनुष्यों के सबसे बड़े डरों में से एक, चाहे वह युवा हो या वृद्ध, पर्याप्त न होने का डर है। चाहे वह पैसा हो, भावनात्मक शक्ति हो, आत्मिक सहनशक्ति हो, या भविष्य के लिए दिशा हो, हम सभी ऐसे क्षणों का सामना करते हैं जब हमारी ज़रूरतें हमारे संसाधनों से बड़ी लगती हैं।

पौलुस हमारे डरों को एक शक्तिशाली आश्वासन देते हैं: **परमेश्वर आपकी सभी ज़रूरतों को पूरा करेंगे।**

लेकिन परमेश्वर के हर वादे की तरह, यह वादा भी विश्वास, आज्ञापालन और समर्पण की शर्तों पर आधारित है। पौलुस ने ये शब्द एक ऐसी कलीसिया को लिखे थे जिसने इन शर्तों को खूबसूरती से निभाया था।

अब हम पवित्रशास्त्र में यीशु से जुड़ी एक घटना को देखते हैं।

#### विधवा की भेंट: भरोसे की एक तस्वीर

यीशु ने एक बार एक विधवा को मंदिर के खजाने में तांबे के दो छोटे सिक्के डालते हुए देखा (लूका 21:1-4)। दूसरों ने बड़ी रकम दी, लेकिन इस विधवा ने "अपनी जीविका के लिए सब कुछ" दे दिया। उसने आज के लिए अपना प्रावधान दिया, यह भरोसा करते हुए कि परमेश्वर कल के लिए लिए व्यवस्था करेंगे।

इस महिला के पास कोई आर्थिक सहारा नहीं था, कोई पेंशन नहीं थी, और कोई सुरक्षा व्यवस्था भी नहीं थी। फिर भी उसे विश्वास था कि जिस परमेश्वर ने कल उसको सहारा दिया, वही कल भी उसको सहारा देगा। यीशु धन-दौलत से नहीं, बल्कि उसके हृदय से प्रभावित हुए। उसने परमेश्वर की कृपा प्राप्त करने की एक शर्त पूरी की— परमेश्वर के प्रति अटूट भरोसा, जो आज्ञाकारिता और त्यागपूर्ण प्रेम के माध्यम से व्यक्त होता है।

उसकी कहानी और पौलुस का वादा एक दूसरे के समानांतर हैं:

जब आप परमेश्वर पर पर्याप्त भरोसा करते हुए दान देते हैं, तो परमेश्वर आपकी आवश्यकताओं की जिम्मेदारी लेता है।

#### फिलिप्पियों 4:19 को संदर्भ में समझना

पौलुस फिलिप्पियों की कलीसिया को यह वादा उनकी बलिदानपूर्ण उदारता की प्रशंसा करने के बाद ही लिखता है (फिलिप्पियों 4:15-18)।

उनका दान ऐसा वैसा नहीं था; यह बड़े मोल का था। लेकिन वे परमेश्वर के उद्देश्य और परमेश्वर के प्रावधान में विश्वास रखते थे। तब पौलुस ने उन्हें आश्वासन दिया: "क्योंकि तुमने विश्वास के साथ मेरी आवश्यकताएं पूरी कीं, इसीलिए परमेश्वर मसीह के द्वारा तुम्हारी आवश्यकताएं पूरी करेगा।"

पौलुस संभवतः उनकी ज़रूरतों को जानता था क्योंकि उसने उनके लिए प्रार्थना की थी और आशीर्वाद के ये शब्द कहे थे।

#### परमेश्वर के प्रावधान से जुड़ा हुआ

हालाँकि उद्धार मुफ्त है, परमेश्वर के वादे अक्सर शर्तों के साथ आते हैं। प्रावधान से जुड़ी प्रमुख शर्तें इस प्रकार हैं:

## दिन 3 - परमेश्वर का प्रावधान

### 1. सबसे पहले परमेश्वर की खोज करें

इसलिए पहले तुम परमेश्वर के राज्य और धार्मिकता की खोज करो तो ये सब वस्तुएँ तुम्हें मिल जाएँगी। (मती 6 : 33) प्रावधान प्राथमिकता का अनुसरण करता है

### 2. उदारता का अभ्यास करें

दिया करो, तो तुम्हें भी दिया जाएगा:

उदारता परमेश्वर की प्रचुरता का द्वार खोलती है (लूका 6:8)

### 3. संतोष के साथ जीवन जिएं

पौलुस का कहना है कि उसने यह कहने से पहले संतुष्ट रहना सीखा कि परमेश्वर जरूरतों को पूरा करता है (फिलिप्पियों 4:11-12)।

संतुष्टि हमारे हृदयों को परमेश्वर के प्रावधान को देखने के लिए प्रेरित करती है।

### 4. आज्ञापालन में चलो

उत्पत्ति 22:14 में अब्राहम और इसहाक की कहानी और बलिदान में, अब्राहम ने परमेश्वर पर इतना भरोसा किया कि उसने अपने इकलौते पुत्र को बलिदान के रूप में दे दिया, और परमेश्वर ने उसके बदले एक मेमना बलिदान के लिए प्रदान किया, जिससे प्रभु में उसकी आज्ञाकारिता और विश्वास का सम्मान हुआ।

उस गरीब विधवा ने इन परिस्थितियों का सामना किया। फिलिप्पियों की कलीसिया ने भी ऐसा ही किया। और परमेश्वर ने दोनों को सम्मान दिया।

## व्यक्तिगत अनुभव

हाल ही में, मैं अपने सेवकाई जीवन में एक विशेष स्थिति के लिए प्रार्थना कर रहा था जो मुझे बहुत परेशान कर रही थी। यद्यपि इसमें कुछ समय लगा, परमेश्वर ने अपने उचित समय पर मेरी प्रार्थना का उत्तर दिया। और इसके द्वारा मुझे बहुत बड़ी तस्सल्ली मिली।

और मैंने कई पुराने शिष्यों को भी यही कहते सुना है: “परमेश्वर के साथ 30 वर्षों के सफर में, उन्होंने कभी भी हमारी जरूरतों को पूरा करने में कमी नहीं की—कभी नहीं।”

क्या आप अपने बीते जीवन को याद करते हुए ऐसा कह सकते हैं?

## इस सप्ताह के लिए व्यावहारिक अनुप्रयोग/चुनौती

1. अपने जीवन में एक वास्तविक आवश्यकता को पहचानें। इस पर फिलिप्पियों 4:19 से प्रतिदिन प्रार्थना करें। (परमेश्वर का प्रावधान हमेशा भौतिक वस्तुएँ या धन ही नहीं होती। यह प्रार्थना का उत्तर, चंगाई, रिश्ते के मुद्दों को हल करना, कठिन परिस्थितियों में मार्गदर्शन आदि हो सकती है।)
2. विधवा के विश्वास का अभ्यास करें—इस सप्ताह कुछ त्यागपूर्वक दान करें।
3. चिंता के एक क्षेत्र को त्याग दें और उस क्षेत्र में आज्ञाकारिता को अपनाएं।

इस वचन को कंठस्थ कर लें.

### दिन 3 - परमेश्वर का प्रावधान

**फिलिप्पियों 4:19:** और मेरा परमेश्वर भी अपने उस धन के अनुसार जो महिमा सहित मसीह यीशु में है तुम्हारी हर एक घटी को पूरी करेगा।

विचार करें और डायरी लिखें:

- मुझे परमेश्वर के वादे की किस स्थिति में बढ़ने की ज़रूरत है—विश्वास, आज्ञाकारिता, उदारता, संतुष्टि, या सर्वप्रथम परमेश्वर की खोज?
- परमेश्वर ने अतीत में मेरे लिए क्या प्रावधान किए हैं, और वह कल के बारे में क्या कहता है?

## दिन 4 - परमेश्वर के वचन की शक्ति

परमेश्वर में हमारे विश्वास की वृद्धि में योगदान देने वाला एक महत्वपूर्ण कारक परमेश्वर के वचन द्वारा सशक्त होना है। परमेश्वर का वचन हमें देता है:

जीवन के लिए दिशा

**भजन संहिता 119 : 105** तेरा वचन मेरे पांव के लिये दीपक, और मेरे मार्ग के लिये उजियाला है।

जो अन्धकार में चलते हैं, वे नहीं देख सकते कि वे कहाँ जा रहे हैं। वहाँ स्पष्टता नहीं होती, केवल भ्रम होता है। **1 पतरस 2:25** क्योंकि तुम पहिले भटकी हुई भेड़ों की नाई थे, पर अब अपने प्राणों के रखवाले और अध्यक्ष के पास फिर आ गए हो। लेकिन जब रोशनी आती है तो मार्ग स्पष्ट हो जाता जाता है। प्रकाश हमें सुरक्षित और आत्मविश्वास महसूस करने में मदद करता है। जब कोई व्यक्ति अध्ययन, चिंतन और मनन के माध्यम से परमेश्वर के वचन से प्रसन्न होता है, तो वचन मार्ग में प्रकाश के साथ-साथ पैरों के लिए दीपक बन जाता है। जब परमेश्वर का वचन हमारे पथ के लिए प्रकाश बन जाता है, तो हम परमेश्वर को स्पष्ट रूप से देखते हैं और अपने जीवन के लिए स्पष्ट दिशा प्राप्त करते हैं, क्योंकि ये जीवन के रचयिता के जीवनदायी वचन हैं।

**मत्ती 7:13-14** सकेत फाटक से प्रवेश करो, क्योंकि चौड़ा है वह फाटक और चाकल है वह मार्ग जो विनाश को पहुंचाता है; और बहुतेरे हैं जो उस से प्रवेश करते हैं। 14 क्योंकि सकेत है वह फाटक और सकरा है वह मार्ग जो जीवन को पहुंचाता है, और थोड़े हैं जो उसे पाते हैं॥

हमारा जीवन कई विकल्पों से भरा है और हमें कई निर्णय लेने होते हैं। इस संसार में रहते हुए, इसकी विचारधाराओं, शिक्षाओं और प्राथमिकताओं से प्रभावित होना बहुत आसान है। यह हमें उस चौड़े रास्ते पर ले जाएगा जो विनाश की ओर ले जाता है। लेकिन परमेश्वर का वचन हमें उस संकरे मार्ग पर चलना सिखाता है जो परिपूर्ण और अनन्त जीवन की ओर ले जाता है। यह हमें परमेश्वर, स्वयं और इस संसार के सत्य के बारे में सिखाता है। जब हम परमेश्वर के मार्ग पर चलने का चुनाव करते हैं, तो हमें अपने रास्ते में कई चुनौतियों का सामना करना पड़ सकता है, लेकिन जब तक हम परमेश्वर के वचन की दिशा का पालन करते हैं, हम निश्चित रूप से अपने गंतव्य तक पहुंचेंगे। क्या आप जीवन में विकल्पों को परमेश्वर के वचन पर आधारित कर रहे हैं?

### उद्धार का मार्ग

**मत्ती 7:21-23** जो मुझ से, हे प्रभु, हे प्रभु कहता है, उन में से हर एक स्वर्ग के राज्य में प्रवेश न करेगा, परन्तु वही जो मेरे स्वर्गीय पिता की इच्छा पर चलता है।

22 उस दिन बहुतेरे मुझ से कहेंगे; हे प्रभु, हे प्रभु, क्या हम ने तेरे नाम से भविष्यद्वाणी नहीं की, और तेरे नाम से दुष्टात्माओं को नहीं निकाला, और तेरे नाम से बहुत अचम्भे के काम नहीं किए?

परमेश्वर के वचन का पालन उद्धार सुनिश्चित करता है, चमत्कार नहीं।

**भजन संहिता 119:1** क्याही धन्य हैं वे जो चाल के खरे हैं, और यहोवा की व्यवस्था पर चलते हैं!

आज्ञापालन और आशीषें

जब हम व्यवस्था के अनुसार चलते हैं तो परमेश्वर हमें अनेक आशीषों का वादा करता है।

ये कुछ आशीर्वाद हैं:

परमेश्वर का वचन हमारी थकी हुई आत्माओं को मजबूत करता है (भजन संहिता 119:28)

परमेश्वर के वचन में हमारे जीवन को सुरक्षित रखने की शक्ति है (भजन संहिता 119:93)

जब हम मुसीबत और संकट का सामना करते हैं तो परमेश्वर का वचन हमें खुशी देता है (भजन संहिता 119:143)

## दिन 4 - परमेश्वर के वचन की शक्ति

परमेश्वर का वचन हमें बड़ी शांति देता है (भजन संहिता 119:165)

जब हम भटकते हैं तब भी परमेश्वर का वचन हमें वापस लाता है (भजन संहिता 119:176)

प्रत्येक कदम के लिए मार्गदर्शन

जब परमेश्वर का वचन हमारे पैरों के लिए दीपक बन जाता है, तो प्रत्येक कदम पवित्रशास्त्र के प्रकाश द्वारा निर्देशित होता है।

यह तभी संभव है जब हम निरंतर परमेश्वर के वचनों पर ध्यान करते रहें, प्रार्थनापूर्वक आज्ञाओं को अपने हृदय में बसाएं रखें और लगन से उनका पालन करें।

आज्ञाकारिता का हर छोटा कदम हमें सही रास्ते पर बने रहने में मदद करता है।

आइए कुछ उदाहरण देखें कि कैसे परमेश्वर का वचन हमारे जीवन में हमारा मार्गदर्शन करता है:

अपने दैनिक जीवन में लोगों के साथ वचनों को बांटना। (मत्ती 28:18-20)

जब कोई हमसे नाराज़ हो, तो उसके साथ धैर्य रखना। (इफिसियों 4:2)

जब हम दोषी हों, तो अपने पापों को स्वीकार करना। (याकूब 5:16)

जब किसी को ज़रूरत हो, तो उसे प्रोत्साहन देना। (इब्रानियों 3:12,13)

जब आप किसी का पाप देखते हैं तो उन्हें उनका पाप बताना। (मत्ती 18:15-18)

जब कोई विवाद हो, तो सुलह की बातचीत शुरू करना। (मत्ती 5:9)

जिसने आपको दुख पहुँचाया हो, उसे क्षमा करना। (कुलुस्सियों 3:13)

प्रलोभनों से सुरक्षा

**इफिसियों 6: 17** और उद्धार का टोप, और आत्मा की तलवार जो परमेश्वर का वचन है, ले लो।

वचन एक तलवार है जिससे हम दुष्ट के आक्रमण का सामना कर सकते हैं।

**भजन संहिता 119:11** मैं ने तेरे वचन को अपने हृदय में रख छोड़ा है, कि तेरे विरुद्ध पाप न करूं।

विचार के लिए:

आप परमेश्वर के वचन के माध्यम से परमेश्वर में अपना भरोसा कैसे बढ़ाएँगे?

क्या आप परमेश्वर के वचन के माध्यम से मार्गदर्शन के लिए निरंतर प्रार्थना करते हैं?

क्या आपको परमेश्वर के वचन का अध्ययन करने में आनंद आता है?

आप परमेश्वर के वचन को अपने हृदय में बसाने के लिए क्या प्रयास करते हैं?

क्या पवित्रशास्त्र आपको किसी तरह से या अलग दिशा में मार्गदर्शन दे रहा है?

इस पवित्र शास्त्र के माध्यम से प्रार्थना करें और इसे याद कर लें:

**भजन संहिता 119:133** (एनआईवी) मेरे पैरों को अपने वचन के मार्ग पर स्थिर कर, और किसी अनर्थ बात को मुझ पर प्रभुता न करने दे।

मेरे पैरों को अपने वचन के  
मार्ग पर स्थिर कर, और किसी  
अनर्थ बात को मुझ पर प्रभुता  
न करने दे।

**भजन संहिता 119:133**

## दिन 5 - परमेश्वर की विश्वसनीयता

हमारा परमेश्वर अपनी विश्वसनीयता के लिए प्रसिद्ध है, विशेष रूप से उन लोगों के प्रति जो उसका ध्यान रखते हैं और जो उसे याद करते हैं - उनके मार्ग, उनके नियम और विधियाँ, उनके महान कार्य और उनकी प्रतिज्ञाओं को। विश्वसनीयता परमेश्वर के मूल गुणों में से एक है। इस वजह से, हम उस पर पूरा भरोसा रख सकते हैं; परमेश्वर अथक विश्वासयोग्य है, और कोई भी चीज़ उसे उस गुण से रोक नहीं सकती।

### भजन संहिता 77:11-12

11 मैं याह के बड़े कामों की चर्चा करूंगा; निश्चय मैं तेरे प्राचीन काल वाले अद्भुत कामों को स्मरण करूंगा।  
12 मैं तेरे सब कामों पर ध्यान करूंगा, और तेरे बड़े कामों को सोचूंगा।

इस भजन के लेखक आसाप के लिए भी हममें से हर एक की तरह उगमगाहट के क्षणों का सामना करना पड़ा था, जब उसे परमेश्वर पर भरोसा करना मुश्किल लगता था। भजन 77 में वह ऐसी ही एक कठिन परिस्थिति का वर्णन करते हैं। उसने प्रभु को पुकारा, उसे ईमानदारी से खोजा, और प्रार्थना करते हुए घंटों बिताए, फिर भी उसे कोई आराम नहीं मिला (वचन 1-3)। हम भी ऐसे समय का अनुभव करते हैं, जब परमेश्वर से जुड़ना कठिन होता है, ध्यान केंद्रित करना कठिन होता है और भरोसा करना भी कठिन होता है।

लेकिन आसफ को अपने परेशान करने वाले विचारों के बीच भी "सेलाह" (ठहराव का क्षण मिला, (वचन 10), वचन 11-12 में लिखी गई बातों को जिन्हें हम पढ़ते हैं। उनके शब्दों पर ध्यान दें: याद रखना, विचार करना, मनन करना। भजन का अंत परमेश्वर के चरवाहेपन के आश्वासन के साथ होता है।

क्या यह आश्चर्यजनक नहीं है? यहाँ तक कि हमारे सांसारिक रिश्तों में भी, यही सिद्धांत अक्सर लागू होता है। कभी-कभी, जब मैं अपनी पत्नी से परेशान या गुस्से में होता हूँ, तो मुझे अपना अतीत याद आता है - खासकर हमारे बेटों के जन्म के आसपास के क्षण - और मेरा सारा गुस्सा और झुंझलाहट तुरंत कम हो जाती है। जब हम अतीत में परमेश्वर की दया को याद करते हैं, तो परमेश्वर प्रसन्न होते हैं। क्या उसने स्वयं को "अब्राहम, इसहाक और याकूब" के परमेश्वर के रूप में प्रकट नहीं किया? परमेश्वर अक्सर मिस्र में अपने पराक्रमी कार्य और जंगल की यात्रा का वर्णन करते हैं - कैसे उन्होंने इसराइल के खिलाफ उठने वाले हर शत्रु का सामना किया और एक बहादुर योद्धा की तरह उनके लिए लड़ाई लड़ी।

जब कोई परमेश्वर को याद करता है और उस दया की याद दिलाता है जो उसने अतीत में दिखाई थी, तो परमेश्वर का हृदय द्रवित हो जाता है, और वह फिर से दया दिखाने के लिए प्रवृत्त होता है। पवित्र शास्त्र में ऐसे कई उदाहरण हैं, लेकिन आज हम यहूदा के राजा यहोशापात के जीवन के एक प्रसंग पर नजर डालते हैं।

### 2 इतिहास 20:1-28

राजा यहोशापात की प्रतिष्ठा एक ऐसे व्यक्ति के रूप में थी जो "प्रभु को खोजता था" और "प्रभु के मार्गों के प्रति समर्पित था।" उसने कई क्षेत्रों में अच्छा प्रदर्शन किया, परन्तु एक बार उनसे एक गंभीर त्रुटि हुई जब उन्होंने इस्राएल के राजा अहाब की बात मानी, जिसने परमेश्वर की आज्ञा नहीं मानी, और उसके साथ युद्ध में चले गए। उस युद्ध में यहोशापात लगभग अपनी जान गंवा बैठा था, लेकिन जब उसने भीषण युद्ध के बीच प्रभु को पुकारा, तो प्रभु ने उसे बचा लिया।

बाद में, शत्रु राजाओं ने यहूदा के विरुद्ध एकजुट होकर आक्रमण किया। इस बार, राजा यहोशापात ने समझौता करने से इनकार कर दिया। वह अपनी पिछली गलती को दोहराना नहीं चाहता था। उसने अपने अचूक और अटूट सहयोगी—सर्वशक्तिमान परमेश्वर—को चुना।

ध्यान दीजिए कि उसने प्रार्थना में परमेश्वर का आह्वान कैसे किया (वचन 5-12)। राजा यहोशापात ने परमेश्वर को सभी राष्ट्रों पर संप्रभु शासक के रूप में स्वीकार किया, उसे अब्राहम के साथ अपनी मित्रता की याद दिलाई, और

## दिन 5 - परमेश्वर की विश्वसनीयता

परमेश्वर ने उसके नाम पर किए गए वादों को याद किया। उन्होंने अतीत में यहूदा पर हमला करने वाले राष्ट्रों पर परमेश्वर द्वारा दिखाई गई दयालुता की ओर इशारा किया (वचन 10) और उनके अन्याय को उजागर किया। अपनी प्रार्थना के दौरान, राजा बार-बार "एलोहिम" (जिसका अर्थ है "सर्वशक्तिमान") नाम का उपयोग करता है, जो परमेश्वर की शक्ति, हस्तक्षेप और निर्णय का आह्वान करता है।

यहोशापात की प्रार्थना और उसके आचरण से परमेश्वर प्रसन्न हुए और उन्होंने एक अद्भुत चमत्कार किया। प्रभु ने घोषणा की कि युद्ध उनका है। उन्होंने दुश्मन सेनाओं के बीच भ्रम पैदा करके इसराइल के लिए लड़ाई लड़ी, जिससे वे एक-दूसरे पर हमला करने लगे और खुद को नष्ट कर लिया। राजा यहोशापात और उसके लोगों को बस इतना करना था कि पीछे छोड़ी गई विशाल लूट को इकट्ठा करें। उन्हें तलवार घुमाने या तीर चलाने की ज़रूरत नहीं थी; इसके बजाय, वे जाते समय परमेश्वर की आराधना करते रहे:

"प्रभु का धन्यवाद करो,  
क्योंकि उनका प्रेम सदा बना रहता है।"

परमेश्वर और उनकी पिछली दयालुताओं को याद रखें - उनके शक्तिशाली कार्य पवित्रशास्त्र में दर्ज हैं और आपको जीवन भर प्रदर्शित होते हैं। यह स्मरण आपके वर्तमान विश्वास को मजबूत और सुरक्षित बना देगा।

### विचार करें :

आज यह लिखने के लिए समय निकालें कि अतीत में परमेश्वर ने आप पर किस प्रकार दया दिखाई है, और अपने और परमेश्वर के साथ अपने विश्वास का व्यक्तिगत संकल्प लें।

इन शब्दों को किसी धुन में पिरोकर स्वयं गाएँ: "प्रभु का धन्यवाद करो, क्योंकि उसका प्रेम सदा बना रहता है।"

## दिन 6 - परमेश्वर हमारी चट्टान और हमारा गढ़ है

अपने जीवन में, हम खुशी और स्थिरता के साथ-साथ कठिनाई और अनिश्चितता के समय का भी अनुभव करते हैं। एक सामान्य गलती जो हम सभी करते हैं वह यह है: अच्छे समय में, हमें परमेश्वर को बुलाने की आवश्यकता महसूस नहीं होती है, लेकिन कठिन समय में, हम उसकी निकटता की तलाश करते हैं, उन्हें अपने करीब रखना चाहते हैं। हालांकि, पवित्र शास्त्र हमें सिखाता है कि परमेश्वर हर समय हमारा आधार है। भजन संहिता 62 इसे खूबसूरती से व्यक्त करता है:

### भजन संहिता 62:1-2

सचमुच मैं चुपचाप होकर परमेश्वर की ओर मन लगाए हूँ; मेरा उद्धार उसी से होता है।  
2 सचमुच वही, मेरी चट्टान और मेरा उद्धार है, वह मेरा गढ़ है; मैं बहुत न डिगूंगा ॥

जब दाऊद के सामने ऐसी परिस्थितियाँ आईं जिन्होंने उसका जीवन उलट-पुलट कर दिया, तो उसने परमेश्वर की उपस्थिति और अपने जीवन में परमेश्वर के महत्व को कैसे समझा? इसका उत्तर उपरोक्त ग्रंथ में मिलता है। लेखक, दाऊद, ने अस्थिरता को वास्तविक रूप से अनुभव किया

उनके अभिषेक के बाद जो घटनाएं घटीं

राजा शाऊल के क्रोध से भागते हुए, जो उसे नष्ट करना चाहता था, रेगिस्तान में भटक रहा था

बेथशेबा और उसके पति ऊरिय्याह के साथ उसका स्वयं का पतन।

कई स्रोतों से विश्वासघात, जिसमें उसका अपना पुत्र अबशालोम भी शामिल था।

उन कष्टदायी समयों में, दाऊद ने परमेश्वर की सर्वोपरि सत्ता में अपना विश्वास स्थापित करने का प्रयास किया।

एल त्सुरी – परमेश्वर मेरी चट्टान

पवित्र शास्त्र में, चट्टान एक शक्तिशाली रूपक है, जिसका प्रयोग भजन संहिता में, विशेष रूप से दाऊद द्वारा, अक्सर किया गया है। चट्टान शक्ति और स्थिरता का प्रतीक है। यह अविचल, अचल और ठोस है। जब दाऊद परमेश्वर को अपनी चट्टान कहता है, तो वह परमेश्वर के इन अपरिवर्तनीय गुणों पर ज़ोर देता है।

दाऊद ने विजय, आनंदमय समय और शांति के वर्षों का अनुभव किया। उन समयों में, वह परमेश्वर के साथ चलता था, उनके बारे में सोचता था, उनके स्वरूप का मनन करता था और उनकी उपस्थिति और शक्ति का निजिरूप से अनुभव करता था। यही कारण है कि वह परमेश्वर के लिए इतनी शक्तिशाली उपमाओं का प्रयोग कर सका और इतनी गहन कविताएँ रच सका।

एक चट्टान परमेश्वर के चरित्र के प्रमुख पहलुओं को भी दर्शाती है:

सुरक्षा – तूफानों और यहाँ तक कि पीछा करने वाले शत्रुओं से भी एक सुरक्षित आश्रय (एक मजबूत किले की तरह)।

विश्वसनीयता – मनुष्यों के विपरीत, परमेश्वर न तो बदलते हैं और न ही असफल होते हैं; वे अटल हैं।

उद्धार – संकट के समय मुक्ति और शक्ति का स्रोत।

बाद में, दाऊद परमेश्वर की स्थायित्वता की तुलना मनुष्य की दुर्बलता से करते हैं। मानवता अस्थायी और अस्थिर है- "किन्तु मात्र एक सांस" —परन्तु परमेश्वर, जो हमारा शरणस्थान है, दृढ़ और भरोसेमंद है (भजन 62:9)। इसी

## दिन 6 - परमेश्वर हमारी चट्टान और हमारा गढ़ है

कारण दाऊद ने एक अविभाजित हृदय विकसित किया, परमेश्वर पर भरोसा करना और हर समय अपने दिल की बात उसके सामने रखना (भजन 62:8)।

अपने जीवन में भी हमें अपने-अपने "गोलियथ" का सामना करना पड़ता है: नौकरी छूटना, स्वास्थ्य संकट, रिश्तों में संघर्ष, अपनों को खोने का दर्द, अनुचित आलोचना और निर्णय, अनिश्चितता, भय, और भी बहुत कुछ। आइए हम अपने परमेश्वर की अपरिवर्तनीय प्रकृति पर भरोसा करें - हमारी चट्टान जो हर तूफान का सामना कर सकती है। जीवन की चुनौतियों और अस्थिर स्थितियों के बीच परमेश्वर एक दृढ़ आधार है। दाऊद की तरह, आइए हम उसके पास जाएं, एक शांत समय और स्थान खोजें, और अपने दिल को पूरी तरह से खोलें, जो कुछ भी हमें कहना है उसे बताये। आइये इसे एक आदत बनायें।

इस गीत के बोल ध्यान से पढ़ें और इसे पूरे दिल से गाएं, हर शब्द का भावपूर्वक उच्चारण करें:

येशु कैसा दोस्त प्यारा  
दुःख और बोझ उठाने को  
क्या ही सौभाग्य है हमारा  
पिता के पास अब जाने को  
ओह हम अक्सर अवसर खोते  
व्यर्थ ही गम उठाते हैं  
यह सब इसलिए है यकीनन  
पिता के पास ना जाते है

### व्यावहारिक सुझाव:

- अपने जीवन के उन क्षेत्रों को लिखें जिन्हें अभी आप अस्थिर महसूस करते हैं।
- अपने आप से पूछें: मैं अपनी भावनाओं या परिस्थितियों के बजाय परमेश्वर पर कैसे भरोसा कर सकता हूँ? अपने उत्तर को डायरी में लिखें।
- इस सप्ताह भजन 62:1-2 को याद करें और उस पर मनन करें।



## दिन 7 - परमेश्वर का अटूट प्रेम

आज के ध्यान का विषय है 'परमेश्वर का अटूट प्रेम'

जब हम परमेश्वर के अटल प्रेम के बारे में बात करते हैं तो आपका अनुभव क्या रहा है?  
आगे बढ़ने से पहले उनमें से कम से कम कुछ अनुभवों को अपनी नोटबुक में सूचीबद्ध करें।

हालाँकि हमें ऐसे अनुभव हो सकते हैं, हम ऐसी स्थितियों से भी गुजरते हैं जो परमेश्वर के अटल प्रेम को प्रकट नहीं करती हैं।

**आज का वचन रोमियों की पुस्तक, अध्याय 8 से है। श्लोक 38 और 39 जो की इस प्रकार हैं:**

38 क्योंकि मैं निश्चय जानता हूँ, कि न मृत्यु, न जीवन, न स्वर्गादूत, न प्रधानताएं, न वर्तमान, न भविष्य, न सामर्थ, न ऊंचाई, 39 न गहिराई और न कोई और सृष्टि, हमें परमेश्वर के प्रेम से, जो हमारे प्रभु मसीह यीशु में है, अलग कर सकेगी॥

आगे बढ़ने से पहले इस अनुच्छेद को कुछ बार पढ़ें ताकि आप इसे अच्छी तरह समझ सकें।

इस वचन का कठिन भाग पहले चार शब्दों में निहित है: "क्योंकि मैं निश्चय जानता हूँ"

कई बार, मुझे वचन के शेष भाग से सहजता और प्रोत्साहन प्राप्त होती है, लेकिन इसके प्रति पूरी तरह से विश्वास करना ही मेरे लिए कठिन होता है।

यह अक्सर एक कठिन संघर्ष और आंतरिक युद्ध जैसा प्रतीत होता है।

इस अंश से पहले, पौलुस पिछले वचनो (वचन 35ख-36) में संकट, कठिनाई, उत्पीड़न, अकाल, नग्नता, खतरे और तलवार के बारे में बात करता है।

फिर वह पूछता है, "क्या ये बातें हमें मसीह के प्रेम से अलग कर देंगी?" इन अनुभवों के साथ साथ —और कई अन्य अनुभव—हमारे जीवन में बहुत वास्तविक हैं। हम अक्सर यह आश्चर्य होने के लिए संघर्ष करते हैं कि ऐसी वास्तविकताएँ हमें परमेश्वर के प्रेम से अलग नहीं करेंगी। कभी-कभी, मेरा संघर्ष भजन 44:22 को उद्धृत करते हुए वचन 36 में लिखी बातों को दोहराता है:

### **भजन 44:22**

परन्तु हम दिन भर तेरे निमित्त मार डाले जाते हैं,  
और उन भेड़ों के समान समझे जाते हैं जो वध होने पर हैं॥

मेरा प्रश्न है: जब मैं परेशानी, कठिनाई, उत्पीड़न, अकाल, नग्नता, खतरे, तलवार, झूठे आरोप, निंदा, निर्णय या अपमान से गुजरता हूँ तो मेरे संघर्ष को कौन समझता है?

क्या आपके पास इस सवाल का जवाब है? क्योंकि जब मुझे इसका उत्तर मिल जाएगा, तभी मैं आश्चर्य हो पाऊंगा।

मुझे इसका उत्तर वचन 32 में मिला, जिस ने अपने निज पुत्र को भी न रख छोड़ा, परन्तु उसे हम सब के लिये दे दिया: वह उसके साथ हमें और सब कुछ क्योंकर न देगा?

यहाँ "सब बातें" (और श्लोक 31 में "इन बातों") का वास्तव में क्या मतलब है? क्या पौलुस वचन 28-30 में उल्लिखित सूची का जिक्र नहीं कर रहा है?

28 और हम जानते हैं, कि जो लोग परमेश्वर से प्रेम रखते हैं, उन के लिये सब बातें मिलकर भलाई ही को उत्पन्न करती है; अर्थात् उन्हीं के लिये जो उस की इच्छा के अनुसार बुलाए हुए हैं।

## दिन 7 - परमेश्वर का अटूट प्रेम

29 क्योंकि जिन्हें उस ने पहिले से जान लिया है उन्हें पहिले से ठहराया भी है कि उसके पुत्र के स्वरूप में हों ताकि वह बहुत भाइयों में पहिलौठा ठहरे।

30 फिर जिन्हें उस ने पहिले से ठहराया, उन्हें बुलाया भी, और जिन्हें बुलाया, उन्हें धर्मी भी ठहराया है, और जिन्हें धर्मी ठहराया, उन्हें महिमा भी दी है॥

पूर्वज्ञात होना. पूर्वनिर्धारित होना.. बुलाया जाना.. न्यायसंगत बनाया जाना (धर्मी घोषित किया जा रहा है).. महिमामय किया जाना ।

अरे वाह .. तो धर्मग्रंथ कहता है कि जिस परमेश्वर ने अपने पुत्र को भी नहीं छोड़ा, परन्तु उसे हमारे लिये दे दिया - वह हमें पूर्वज्ञात होने का विशेषाधिकार कैसे नहीं देगा; और जिनको उस ने पहिले से जान लिया, उनको पहिले से ठहराया भी; जिन्हें उसने पहिले से ठहराया, उन्हें बुलाया भी; जिन्हें उस ने बुलाया, उन को उस ने धर्मी भी ठहराया; जिन्हें उसने धर्मी ठहराया, उन्हें महिमा भी दी। इन चीजों को 'स्वर्ण श्रृंखला' कहा जाता है। भूतकाल में स्वर्ण श्रृंखला पर ध्यान दें, जिसका अर्थ है परमेश्वर की दृष्टि में पूर्ण हो चुकी कोई बात। उसने हमारे लिए यह किया है.

असाधारण प्रेम के बिना ऐसी वास्तविकता असंभव है - एक ऐसा प्रेम जो हमें अटूट रूप से घेरे रखे। आइए हम वचन 28 में दिए गए वादे पर आश्वस्त रहें:

और हम जानते हैं, कि जो लोग परमेश्वर से प्रेम रखते हैं, उन के लिये सब बातें मिलकर भलाई ही को उत्पन्न करती है; अर्थात् उन्हीं के लिये जो उस की इच्छा के अनुसार बुलाए हुए हैं।

यह वादा "हम यह जानते हैं" जैसे शब्दों से क्यों शुरू होता है? मेरा मानना है कि ऐसा इसलिए है क्योंकि पौलुस के श्रोताओं में से कई लोगों के बीच यह सत्य पौलुस के श्रोताओं में से कई लोगों का साझा अनुभव था। क्या हमें भी ऐसे ही अनुभव नहीं हुए हैं—जैसा कि हमने शुरुआत में लिखा था? इसलिए आइए हम इस वादे पर भरोसा करें और इस अटल प्रेम पर भरोसा करें - एक ऐसा प्रेम जो हमारे लिए यीशु को क्रूस पर चढ़ाने को तैयार था ताकि हम उसके साथ स्वर्ग में रह सकें। इस प्रेम ने हमें पहले से जान लिया, हमें पूर्वनिर्धारित किया, हमें बुलाया, हमें धर्मी घोषित किया, और हमें महिमा दी।

जब हम इस पर मनन करते हैं, तो आइए हम पवित्रशास्त्र के माध्यम से प्रार्थना करें और इसे याद करने का प्रयास करें

### रोमियो 8-28:29

28 और हम जानते हैं, कि जो लोग परमेश्वर से प्रेम रखते हैं, उन के लिये सब बातें मिलकर भलाई ही को उत्पन्न करती है; अर्थात् उन्हीं के लिये जो उस की इच्छा के अनुसार बुलाए हुए हैं। 29 क्योंकि जिन्हें उस ने पहिले से जान लिया है उन्हें पहिले से ठहराया भी है कि उसके पुत्र के स्वरूप में हों ताकि वह बहुत भाइयों में पहिलौठा ठहरे।

क्या आप आश्वस्त हैं कि कोई भी चीज़ आपको मसीह के प्रेम से अलग नहीं कर सकती?

- यदि नहीं, तो आप स्वयं को इस सत्य का विश्वास कैसे दिलाएँगे?
- मसीह के प्रेम के अपने अनुभवों के बारे में प्रतिदिन डायरी लिखने का प्रयास करें।

दिन 7 - परमेश्वर का अटूट प्रेम

28 और हम जानते हैं, कि जो लोग परमेश्वर से प्रेम रखते हैं, उन के लिये सब बातें मिलकर भलाई ही को उत्पन्न करती है; अर्थात् उन्हीं के लिये जो उस की इच्छा के अनुसार बुलाए हुए हैं। 29 क्योंकि जिन्हें उस ने पहिले से जान लिया है उन्हें पहिले से ठहराया भी है कि उसके पुत्र के स्वरूप में हों ताकि वह बहुत भाइयों में पहिलौठा ठहरे।

**रोमियो 8-28:29**

## दिन 8 - परमेश्वर की सुरक्षा

### भजन संहिता 91:1-4

जो परमप्रधान के छाए हुए स्थान में बैठा रहे, वह सर्वशक्तिमान की छाया में ठिकाना पाएगा।

2 मैं यहीवा के विषय कहूंगा, कि वह मेरा शरणस्थान और गढ़ है; वह मेरा परमेश्वर है, मैं उस पर भरोसा रखूंगा।  
3 वह तो तुझे बहेलिये के जाल से, और महामारी से बचाएगा; 4 वह तुझे अपने पंखों की आड़ में ले लेगा, और तू उसके पैरों के नीचे शरण पाएगा; उसकी सच्चाई तेरे लिये ढाल और झिलम ठहरेगी।

जो कोई भी परमपिता परमेश्वर की शरण में रहता है, वह सर्वशक्तिमान की छाया में विश्राम पाएगा...  
उसकी निष्ठा ही तुम्हारी ढाल और सुरक्षा होगी

भजनकार ने परमेश्वर को एक मादा पक्षी के रूप में चित्रित किया है, जिसके पंख कमजोरों और असुरक्षित लोगों को आश्रय देने के लिए फैले हुए हैं।

### इफिसियों 6:16

16 और उन सब के साथ विश्वास की ढाल लेकर स्थिर रहो जिस से तुम उस दुष्ट के सब जलते हुए तीरों को बुझा सको।

पौलुस एक व्यावहारिक उदाहरण देते हैं: विश्वास की ढाल, रोमन सैनिक की बड़ी ढाल (कवच) की तरह, जो पूरे शरीर को ढक लेती थी और हर आग के तीर को लगने से पहले ही रोक देती थी।

जब संदेह, भय या प्रलोभन भड़क उठते हैं, तो यह ढाल हमारी रक्षा करती है, क्योंकि हम परमेश्वर के वादे याद रखते हैं, उनके स्वभाव पर भरोसा करते हैं और अपनी कमजोरी में उनकी शक्ति पर निर्भर रहते हैं।

ये सभी चित्र मिलकर हमें याद दिलाते हैं कि परमेश्वर की सुरक्षा एक स्थान (उनके पंखों की छाया) और एक अभ्यास (वह ढाल जिसे हम प्रतिदिन उठाते हैं) दोनों है। हमें उनकी उपस्थिति में रहने और दृढ़ता से खड़े रहने के लिए आमंत्रित किया जाता है, यह विश्वास करते हुए कि उनकी निष्ठा हमें घेरे हुए है और हमारा विश्वास शत्रु द्वारा हम पर फेंकी गई किसी भी आग को बुझा सकती है।

विचारक प्रश्न:

1. इस वक़्त आप किस "ज्वलंत तीर" का सामना कर रहे हैं?
2. परमेश्वर के पंख और विश्वास की ढाल की कल्पना करने से आपकी प्रतिक्रिया में क्या परिवर्तन आता है?
3. उस ढाल को "उठाने" के लिए आप आज कौन सा ठोस कदम उठा सकते हैं—शायद एक छोटी प्रार्थना, याद किया हुआ कोई वादा, या कृतज्ञता भरा का एक शांत क्षण?

### वचन याद करें : इफिसियों 6:16

16 और उन सब के साथ विश्वास की ढाल लेकर स्थिर रहो जिस से तुम उस दुष्ट के सब जलते हुए तीरों को बुझा सको।

### प्रार्थना

पिता, आप मेरा आश्रय और मेरा गढ़ हैं। आपके पंखों के आश्रय और विश्वास की ढाल के लिए धन्यवाद जो दुश्मन द्वारा भेजे जाने वाले हर तीव्र तीर को बुझा देती है। मुझे आपकी उपस्थिति में रहने, आपके वादों को याद रखने और आपकी सुरक्षा के विश्वास में दृढ़ रहने में मदद करें। मुझे अपने प्रेम से ढँक दो, और मुझे वह शांति प्रदान करो जो समझ से परे है, जब मैं तुम्हारी छाया के नीचे चलता हूँ और अपने विश्वास की ढाल को थामे रहता हूँ।  
यीशु के नाम पर, आमीन

दिन 8 - परमेश्वर की सुरक्षा

जो परमप्रधान के छाए हुए स्थान में बैठा रहे, वह सर्वशक्तिमान की छाया में ठिकाना पाएगा।

2 मैं यहोवा के विषय कहूंगा, कि वह मेरा शरणस्थान और गढ़ है; वह मेरा परमेश्वर है, मैं उस पर भरोसा रखूंगा।

3 वह तो तुझे बहेलिये के जाल से, और महामारी से बचाएगा; 4 वह तुझे अपने पंखों की आड़ में ले लेगा, और तू उसके पैरों के नीचे शरण पाएगा; उसकी सच्चाई तेरे लिये ढाल और झिलम ठहरेगी।

**भजन संहिता 91:1-4**

## दिन 9 - नियंत्रण छोड़ना

पवित्र शास्त्र हमें आत्म-संयम के बारे में सिखाती है, साथ ही यह भी सिखाती है कि हम अपने जीवन का नियंत्रण परमेश्वर को सौंप दें।

**गलातियों 5:23** के अनुसार, पाप पर आत्म-नियंत्रण आत्मा के फलों में से एक है। हालांकि, अपने जीवन की परिस्थितियों पर नियंत्रण रखने की कोशिश करना ही वह तरीका है जिससे हम अपने जीवन में परमेश्वर को प्रतिस्थापित कर देते हैं।

हम नियंत्रण में रहना क्यों पसंद करते हैं? यह हमारे पतित स्वभाव का एक प्रमुख पहलू है! स्वार्थ और अहंकार की पापपूर्ण प्रकृति हमें अपने जीवन पर नियंत्रण करने और अंततः, अपने आस-पास दूसरों को नियंत्रित करने के लिए प्रेरित करती है!

जब मैं किसी अन्य व्यक्ति द्वारा चलाए जा रहे वाहन में बैठा हूँ, तो मुझे अक्सर डर लगता है। यह डर मेरी धारणा से आता है कि ड्राइवर पर्याप्त सावधानी नहीं बरतेगा, और हम दुर्घटना का शिकार हो सकते हैं।

उसी तरह, जब हम परमेश्वर पर भरोसा करने और उसे अपने जीवन के हर पहलू पर नियंत्रण रखने की अनुमति देने के लिए तैयार नहीं हैं, तो हम यह मान रहे हैं कि हम परमेश्वर से बेहतर जानते हैं। दूसरे शब्दों में, हम कह रहे हैं, "अपना जीवन कैसे चलाना है, इसके बारे में परमेश्वर उतना नहीं जानता जितना मैं जानता हूँ!" पवित्र शास्त्र इसे "अपनी ही समझ पर निर्भर रहना" कहती है।

### नीतिवचन 3:5-6

5 तू अपनी समझ का सहारा न लेना, वरन सम्पूर्ण मन से यहोवा पर भरोसा रखना। 6 उसी को स्मरण करके सब काम करना, तब वह तेरे लिये सीधा मार्ग निकालेगा।

हम, मनुष्य, भरोसे के बिना अस्तित्व में नहीं रह सकते। हम या तो खुद पर भरोसा करते हैं, दूसरों पर या किसी अन्य वस्तु पर।

लेकिन पवित्र शास्त्र हमें पूरे दिल से प्रभु पर भरोसा रखने के लिए कहती है क्योंकि केवल वही सक्षम, भरोसेमंद, विश्वसनीय और भला है। वह हमें कभी गुमराह नहीं करेगा, और हमारा भविष्य उन्हीं के हाथ में है।।

भरोसा परमेश्वर में केवल नाम मात्र का विश्वास नहीं है; यह परमपिता परमेश्वर के प्रति सम्पूर्ण समर्पण और समर्पित होने की इच्छा है। भरोसा और समर्पण एक ही सिक्के के दो पहलू हैं - जिन्हें अलग नहीं किया जा सकता।

जब हम प्रकृति का निरीक्षण करते हैं, तो हम देखते हैं कि लचीले तने और शाखाओं वाले पेड़ हवा के बल के आगे झुक जाते हैं और दबाव को उनके बीच से गुजरने देते हैं। यह लचीलापन उन्हें टूटने या गिरने से बचाता है। इसके विपरीत, कठोर पेड़ जो हवा का विरोध करते हैं, अक्सर दबाव के कारण वे टूट जाते हैं या जड़ से उखड़ जाते हैं।

दरअसल, तूफान के दौरान पेड़ के तने और जड़ों का झुकना और फैलना समय के साथ उसकी जड़ प्रणाली को मजबूत कर सकता है, जिससे वह भविष्य में अधिक लचीला बन जाता है। यह एक सशक्त उदाहरण है कि हमें अपने दैनिक जीवन में, विशेषकर कठिनाई के समय में, परमेश्वर के प्रति समर्पित रहने की आवश्यकता है।

अपना आधा भरोसा परमेश्वर पर और आधा खुद पर - या किसी अन्य वस्तु पर रखना - अंततः परमेश्वर के प्रति भरोसा करने सम्पूर्ण विफलता है। भरोसा पूरे दिल से होना चाहिए। हमें पूरी तरह से "छोड़ दो और परमेश्वर को नियंत्रण लेने दो" की आवश्यकता है। यह कुछ ऐसा है जिसे हमें अपने जीवन के हर क्षेत्र में, हर समय अभ्यास करने के लिए बुलाया गया है।

जब हम पूरी तरह से परमेश्वर पर भरोसा करते हैं और उसके प्रति समर्पण करते हैं, तो हम स्वीकार करते हैं कि केवल परमेश्वर को ही इस बात की पूरी समझ है कि हमें हमारा जीवन कैसे जीना चाहिए। फिर वह हमारे मार्ग

## दिन 9 - नियंत्रण छोड़ना

को अपनी इच्छा के अनुसार निर्देशित करता है - "भरपूर जीवन" जिसकी यीशु ने यूहन्ना 10:10 में प्रतिज्ञा की थी (" मैं इसलिये आया कि वे जीवन पाएं, और बहुतायत से पाएं।")।

क्या आप सम्पूर्ण मन से प्रभु पर भरोसा रखते हैं?

यीशु एकमात्र ऐसे मनुष्य हैं जिन्होंने उस तरह का जीवन पूरी तरह से जीया और हमारे अनुसरण के लिए उदाहरण स्थापित किया। जब हम यीशु को देखते हैं, तो हम देखते हैं कि उन्होंने जीवन भर अपने पिता पर भरोसा किया।

**यूहन्ना 4:34** यीशु ने उन से कहा, मेरा भोजन यह है, कि अपने भेजने वाले की इच्छा के अनुसार चलूं और उसका काम पूरा करूं।

**यूहन्ना 19:30** जब यीशु ने वह सिरका लिया, तो कहा पूरा हुआ और सिर झुकाकर प्राण त्याग दिए॥ (क्रूस पर मृत्यु से पहले यीशु के अंतिम शब्द)

**यूहन्ना 8:29** और मेरा भेजनेवाला मेरे साथ है; उस ने मुझे अकेला नहीं छोड़ा; क्योंकि मैं सर्वदा वही काम करता हूं, जिस से वह प्रसन्न होता है।

**लुका 22:42** कि हे पिता यदि तू चाहे तो इस कटोरे को मेरे पास से हटा ले, तौभी मेरी नहीं परन्तु तेरी ही इच्छा पूरी हो। (गतसमनी के बगीचे में उनकी प्रार्थना)

यीशु ने अपने स्वर्गीय पिता पर भरोसा किया और अपने जीवन के हर पहलू में खुद को समर्पित कर दिया - यहाँ तक कि अपने मृत्यु तक भी।

इसलिए वास्तविक चुनौती केवल बाहरी समस्याएं नहीं हैं जिनका हम सामना कर रहे हैं, बल्कि आंतरिक संघर्ष है की हमारे जीवन का नियंत्रण किसके हाथ में है। यह "मुझे इसे ठीक करना होगा" से "परमेश्वर, आप इसे संभालें" की ओर बदलाव है।

सच्ची शांति समस्याओं की अनुपस्थिति में नहीं, बल्कि परमेश्वर की उपस्थिति और उनके माध्यम से मार्गदर्शन में पाई जाती है।

### नीतिवचन 3:5-6

5 तू अपनी समझ का सहारा न लेना, वरन सम्पूर्ण मन से यहोवा पर भरोसा रखना। 6 उसी को स्मरण करके सब काम करना, तब वह तेरे लिये सीधा मार्ग निकालेगा।

इस वचन को स्मरण करें और इसपर मनन करें।

आज किसी व्यक्ति के साथ बात करें और बतायें कि वर्तमान में आपके जीवन को क्या नियंत्रित कर रहा है।

## दिन 10 - परमेश्वर की योजना पर भरोसा रखना

### रोमियों 8:28

और हम जानते हैं, कि जो लोग परमेश्वर से प्रेम रखते हैं, उन के लिये सब बातें मिलकर भलाई ही को उत्पन्न करती है; अर्थात् उन्हीं के लिये जो उस की इच्छा के अनुसार बुलाए हुए हैं।

बेझिझक जितनी बार चाहें उतनी बार इस वचन को पढ़ें। इस पर गहन चिंतन करें।

जब हम निराश होते हैं, तो यह वचन हमें सांत्वना और प्रोत्साहन देने के लिए अक्सर इस्तेमाल किया जाता है। इसमें कहा गया है कि सभी चीजों में, न केवल अच्छी चीजों में, बल्कि सभी चीजों में: परिस्थितियों, भावनाओं, हालातों, अवसरों और यहां तक कि दुख में भी। सभी चीजों में परमेश्वर अपने उद्देश्य के अनुसार हमारे भले के लिए काम करता है।

सबसे पहले, हमें यह समझना चाहिए कि यह एक असाधारण वाचा है—लेकिन यह पूरी मानवजाति को नहीं दिया गया है। यह एक विशिष्ट समूह के लोगों को दिया जाता है। कौन हैं वे? उत्तर उसी वचन में मिलता है: "जो उससे प्रेम करते हैं, जो उसके उद्देश्य के अनुसार बुलाए गए हैं।" ये वाचा उन्हीं के लिए है।

तो उन्हें बुलाने में परमेश्वर का क्या उद्देश्य है? इसका उत्तर निम्नलिखित वचनो में मिलता है:

### रोमियों 8:29-30

क्योंकि जिन्हें उस ने पहिले से जान लिया है उन्हें पहिले से ठहराया भी है कि उसके पुत्र के स्वरूप में हों ताकि वह बहुत भाइयों में पहिलौठा ठहरे। 30 फिर जिन्हें उस ने पहिले से ठहराया, उन्हें बुलाया भी, और जिन्हें बुलाया, उन्हें धर्मी भी ठहराया है, और जिन्हें धर्मी ठहराया, उन्हें महिमा भी दी है॥

सरल शब्दों में कहें तो, परमेश्वर ने उन लोगों को बुलाया और अलग किया है जो उनसे प्रेम करते हैं - उनके शिष्यों को - एक प्राथमिक उद्देश्य के साथ: "उनके पुत्र की छवि के अनुरूप होना"! इस उद्देश्य को समझे बिना, हम पूरी तरह से नहीं समझ पाएंगे कि पवित्र आत्मा प्रेरित पौलुस के माध्यम से वचन 28 में क्या बताना चाह रहा था!

इस दृष्टिकोण के बिना, जब हम कठिन मौसम का सामना करते हैं, तो हम इस वादे को समझने के लिए संघर्ष करते हैं। दर्द, मृत्यु, निराशा, विफलता, अपमान और पीड़ा का उपयोग संभवतः परमेश्वर द्वारा भलाई के लिए कैसे किया जा सकता है? जब हम पहचानते हैं कि हमारे लिए परमेश्वर का प्राथमिक उद्देश्य उनकी बढ़ती महिमा के साथ हमें उनकी छवि में परिवर्तन करना है (2 कुरिन्थियों 3:18), तो हम देखना शुरू करते हैं कि परमेश्वर इसे प्राप्त करने के लिए एक प्रक्रिया का उपयोग करते हैं। उस प्रक्रिया में जीवन की सभी प्रकार की घटनाएँ शामिल हैं - सुखद भी और अप्रिय भी।

क्या आपको वास्तव में याद है कि आपके लिए परमेश्वर की प्राथमिक योजना/उद्देश्य आपको सदैव बढ़ती महिमा के साथ अपनी छवि में रूपांतरित करना है?

मनोविज्ञान में, एक सिद्धांत है जिसे क्षति के बाद का विकास कहा जाता है - वह सकारात्मक विकास जिसे लोग दर्दनाक घटनाओं के बाद अनुभव करते हैं। मानसिक क्षति अक्सर हमें अपने भीतर गहराई से देखने और अपनी सामान्य सीमाओं से परे जाने के लिए मजबूर करता है। जब उपचार शुरू होता है, तो लोगों में अक्सर जीवन, मजबूत रिश्तों और महत्वपूर्ण व्यक्तिगत विकास के प्रति गहरी सराहना विकसित होती है।

**यह हमें इस बात को सोचने के लिए प्रेरित करता है की :**

परमेश्वर ने आपके जीवन में विकास या गहरे मायने को लाने के लिए एक कठिन परिस्थिति का उपयोग कैसे किया है?

## दिन 10 - परमेश्वर की योजना पर भरोसा रखना

एक बेकरी वाले की तरह जो एक स्वादिष्ट केक बनाने के लिए सभी सही सामग्रियों को सही अनुपात में सावधानीपूर्वक मिलाता है, वैसे ही परमेश्वर हमारे जीवन में हमें हमारे उद्धारकर्ता यीशु की समानता में आकार देने के लिए काम कर रहे हैं। व्यक्तिगत रूप से, कोई भी सामग्री अपने आप में अच्छी नहीं लगती। अगर हम केक को पूरी तरह से पकने से पहले चखेंगे, तो शायद हमें यह पसंद नहीं आएगा। उसी तरह, जब हम प्रक्रिया में होते हैं तब हम परमेश्वर की योजना को समझ नहीं पाते हैं - लेकिन वह वह भली-भांति जानता है कि वह क्या कर रहा है और अपने संपूर्ण उद्देश्य को पूरा करेगा।

इसलिए, आइए हम परमेश्वर पर भरोसा करना सीखें। हम खुद पर या अपने आस-पास के लोगों पर भरोसा करने के लिए प्रलोभित हो सकते हैं, लेकिन आइए हम अपने जीवन के लिए परमेश्वर की योजना पर भरोसा करने का चुनाव करें।

आइए हम अपनी योजनाओं और विचारों को उसे सौंप दें और भरोसा करें कि वह अपने उद्देश्य और इच्छा के अनुसार हमारी भलाई के लिए सब कुछ करता है। हमें यह जांचना चाहिए कि परमेश्वर हमें अपनी छवि में बदलने के लिए हमारी वर्तमान परिस्थितियों का उपयोग कैसे कर रहे हैं। इस पर विचार करें कि क्या यीशु भी कुछ इसी तरह परिस्थितियों से गुजरे थे, उन्होंने कैसे प्रतिक्रिया दी और हम उनसे क्या सीख सकते हैं। जब हम उनके नक्शेकदम पर चलते हैं, तो हम वास्तव में उनके शिष्य बन जाते हैं।

अब, जिस वचन पर हमने ध्यान केंद्रित किया है, उसके ठीक पहले का वचन पढ़ें: रोमियों 8:17 और यदि सन्तान हैं, तो वारिस भी, वरन परमेश्वर के वारिस और मसीह के संगी वारिस हैं, जब कि हम उसके साथ दुःख उठाएं कि उसके साथ महिमा भी पाएं॥

हम क्या चाहते हैं - उसकी महिमा में भागीदार बने या उसके कष्टों में भाग लेने के लिए? हममें से अधिकांश लोग कष्ट के बिना महिमा चाहते हैं। लेकिन वह काम नहीं करता। परमेश्वर की योजना स्पष्ट है: मसीह के साथ सह-वारिस होने के नाते, हमें उसकी महिमा में भागीदार होने के लिए उसके दुःखों

में भागीदार होना चाहिए। कोई शॉर्टकट नहीं है। जैसा कि विलियम पेन ने कहा, "बिना क्रूस के कोई ताज नहीं।"

आइए हम अपना ध्यान परमेश्वर की योजना पर केन्द्रित करें: "हम उसकी बढ़ती हुई महिमा के साथ उसके स्वरूप में रूपांतरित हो सकें।"

आइए हम आभारी रहें कि हमारे निर्माता के पास हमारे जीवन के लिए एक असाधारण योजना है - हमारी सोच से कई अधिक परे है। आइए हम उस प्रक्रिया को याद रखें जिसका उपयोग वह उस योजना को पूरा करने के लिए करता है। और आइए हम भरोसा करें कि "हर हर बात में परमेश्वर उन लोगों की भलाई के लिए कार्य करता है जो उससे प्रेम करते हैं, जिन्हें उसके उद्देश्य के अनुसार बुलाया गया है।"

इसी भरोसे के साथ, आइए हम परमेश्वर द्वारा दी गई हर चीज़ को स्वीकार करें, उनके प्रेमपूर्ण योजना पर विश्वास रखते हुए जो हमें रूपांतरित करेगी और हमें उनकी छवि और महिमा को बांटने करने का अवसर देगी।

**कल्पना कीजिए कि आप यीशु की छवि में परिवर्तित हो रहे हैं।**

**कल्पना कीजिए कि जब मसीह वापस आएगा तो आप उसकी महिमा में भाग लेंगे।**

**जब आप अपने जीवन में विभिन्न परिस्थितियों का सामना करते हैं तो आप व्यावहारिक रूप से अपने जीवन के लिए परमेश्वर के उद्देश्य को कैसे याद रख सकते हैं?**

**वचन याद करें : रोमियों 8:28**

## दिन 11 - भरोसे को चुने, संदेह पर काबू पाएं

यह एक बहुत ही महत्वपूर्ण चुनाव है जो हम सभी को प्रतिदिन करना चाहिए: परमेश्वर पर भरोसा करने का चुनाव। हम या तो संदेहात्मक लोगों की तरह जीवन जी सकते हैं, या हम प्रभु पर भरोसा करने का चुनाव कर सकते हैं।

**भजन संहिता 56:3-4** जिस समय मुझे डर लगेगा, मैं तुझ पर भरोसा रखूंगा। 4 परमेश्वर की सहायता से मैं उसके वचन की प्रशंसा करूंगा, परमेश्वर पर मैं ने भरोसा रखा है, मैं नहीं डरूंगा। कोई प्राणी मेरा क्या कर सकता है?

साधारण मनुष्य मेरा क्या बिगाड़ सकते हैं?

भजन संहिता 56 के प्रस्तावना में, हमें पता चलता है कि यह भजन तब लिखा गया था जब पलिशियों ने दाऊद को गात में पकड़ लिया था। यह कथन **1 शमूएल 21:10-15** में वर्णित है।

इजराइल के भविष्य में होने वाले राजा के रूप में शमूएल ने दाऊद का अभिषेक किया था। दाऊद का जीवन महान विजयों के साथ शुरू हुआ -विशेष रूप से गोलियत पर उसकी विजय। लेकिन कुछ ही समय बाद, चीजों ने एक दर्दनाक मोड़ ले लिया। राजा शाऊल को ईर्ष्या होने लगी और वह दाऊद को अपने लिए खतरा समझने लगा।

दाऊद को अपनी जान बचाकर भागने के लिए मजबूर होना पड़ा, वह भगोड़ा बन गया और गुफाओं में रहने लगा। यह कोई सुखद या सुरक्षित स्थिति नहीं थी। जब समर्थन का हर अन्य स्रोत छीन लिया गया, तब दाऊद ने परमेश्वर की ओर रुख किया। **भजन संहिता 142:5** में, वह पुकारता है:

**हे यहोवा, मैं ने तेरी दोहाई दी है; मैं ने कहा, तू मेरा शरणस्थान है, मेरे जीते जी तू मेरा भाग है।**

फिर भी भजन 56 हमें कुछ महत्वपूर्ण दर्शाता है: ऐसे क्षण भी थे जब दाऊद भयभीत हुआ था। भय एक मानवीय प्रतिक्रिया है, यहाँ तक कि महान आस्था वाले लोगों के लिए भी। मुख्य प्रश्न यह नहीं है कि क्या हमें डर महसूस होता है, बल्कि यह है कि हम इस पर कैसे प्रतिक्रिया देते हैं।

जैसा कि दाऊद ने कहा, क्या हम परमेश्वर पर भरोसा रखने में सक्षम हैं? अगला वचन कहता है कि "मुझे परमेश्वर पर भरोसा है और मैं डरता नहीं हूँ"।

3 जिस समय मुझे डर लगेगा, मैं तुझ पर भरोसा रखूंगा।

4 परमेश्वर की सहायता से मैं उसके वचन की प्रशंसा करूंगा, परमेश्वर पर मैं ने भरोसा रखा है, मैं नहीं डरूंगा। कोई प्राणी मेरा क्या कर सकता है?

**भजन संहिता 56:3-4** यह वचन दाऊद का परमेश्वर के प्रति विश्वास और भरोसे को व्यक्त करता है, विशेष रूप से भय और संकट के समय में। यह वचन भजनकार के भय को हावी होने देने के बजाय परमेश्वर पर विश्वास रखने के निर्णय पर बल देता है।

**भजन संहिता 56:3** भय की उपस्थिति को स्वीकार करने से शुरू होता है: "जब मैं डरता हूँ।" हालाँकि, डर के आगे झुकने के बजाय, दाऊद परमेश्वर पर भरोसा रखने का चुनाव करता है।

यह भय से ग्रस्त होने के बजाय परमेश्वर की शक्ति, मार्गदर्शन और सुरक्षा पर भरोसा करने के एक सचेत निर्णय का संकेत देता है। दाऊद के इस सबक पर ध्यान दें!

**भजन संहिता 56:4** में, भजनकार परमेश्वर में अपने भरोसे और परमेश्वर के वचन पर अपनी निर्भरता की पुष्टि करता है। परमेश्वर के वचन की प्रशंसा करके, वह परमेश्वर के वादों की विश्वसनीयता और निर्भरता पर जोर देता है। भजनकार घोषणा करता है कि वह परमेश्वर पर भरोसा करता है और डरता नहीं है, क्योंकि वह जानता है कि जब परमेश्वर उसके साथ है तो डरने की कोई आवश्यकता नहीं है।

## दिन 11 - भरोसे को चुने, संदेह पर काबू पाएं

**वचन 4** का अंतिम भाग मनुष्य की सीमित शक्ति पर प्रकाश डालता है: "कोई प्राणी मेरा क्या कर सकता है?" तात्पर्य यह है कि सर्वशक्तिमान परमेश्वर की तुलना में मनुष्य की धमकियाँ और कार्य तुच्छ हैं। यह कथन परमेश्वर के परम अधिकार और सुरक्षा में दाऊद के विश्वास को प्रबल करता है, जिससे मनुष्यों से होने वाले किसी भी नुकसान या विरोध का महत्व कम हो जाता है।

मैं प्रभु पर भरोसा रखूंगा

क्या आप दाऊद के साथ परमेश्वर से कह सकता है, कि जिस समय मुझे डर लगेगा, तब तुझ पर भरोसा रखूंगा?

जब आप ऐसी परिस्थितियों का सामना करते हैं जो अत्यधिक भय उत्पन्न करती हैं, तो उस भय पर काबू पाने की कुंजी सर्वशक्तिमान परमेश्वर (एल शादाई) पर भरोसा रखने में निहित है। यह भरोसा तब बढ़ता है जब हम सक्रिय रूप से परमेश्वर के वचन के माध्यम से उनके वास्तविक स्वरूप का अनुभव करते हैं और उसकी पुष्टि करते हैं।

जैसे-जैसे हम प्रार्थना, पवित्रशास्त्र का अध्ययन और शांत मनन के माध्यम से परमेश्वर की उपस्थिति का अनुभव करते हैं, हम उसकी आश्वस्त करने वाली और शांत उपस्थिति को महसूस करने लगते हैं। इस प्रकार परमेश्वर पर भरोसा करने से हमारी परिस्थितियों में उनके हस्तक्षेप करने और काम करने की उनकी शक्ति में हमारा विश्वास बढ़ता है।

हालाँकि, संदेह एक कमज़ोरी है जिसे शैतान हमारे दिलों में पैदा करना चाहता है, जो हमें उस पर भरोसा करने से पीछे खींचता है। यह उसकी सबसे पुरानी रणनीतियों में से एक है, जिसका उपयोग अदन की वाटिका में भी किया था।

इसीलिए पौलुस **फिलिपियों 4:6-7** में कहता है, किसी भी बात की चिन्ता मत करो: परन्तु हर एक बात में तुम्हारे निवेदन, प्रार्थना और बिनती के द्वारा धन्यवाद के साथ परमेश्वर के सम्मुख अपस्थित किए

जाएं। 7 तब परमेश्वर की शान्ति, जो समझ से बिलकुल परे है, तुम्हारे हृदय और तुम्हारे विचारों को मसीह यीशु में सुरक्षित रखेगी।।।

एक बार, यीशु के शिष्य गलील के समुन्द्र के पार नाव चला रहे थे, और यीशु उनके साथ नहीं थे, लेकिन बाद में यीशु पानी पर चलते हुए आये। पतरस भी पानी पर चलने का अनुभव लेना चाहता था। उसने यीशु से कहा:

28 पतरस ने उस को उत्तर दिया, हे प्रभु, यदि तू ही है, तो मुझे अपने पास पानी पर चलकर आने की आज्ञा दे। 29 उस ने कहा, आ:

तब पतरस नाव पर से उतरकर यीशु के पास जाने को पानी पर चलने लगा। 30 पर हवा को देखकर डर गया, और जब डूबने लगा, तो चिल्लाकर कहा; हे प्रभु, मुझे बचा। **(मत्ती 14:28-30)**

पतरस मुसीबत में था. वह चिंतित था. उसने अपनी आँखें यीशु से हटा ली थीं और लहरों की ओर देखा। तभी उसे संदेह होने लगा और वह डूबने लगा। परन्तु वह चिल्लाया, 'हे प्रभु, मुझे बचा', और यीशु ने उसे बचा लिया।

दाऊद को अपने जीवन में कई रूपक तूफानों का भी सामना करना पड़ा। उनके भजन उत्पीड़न, परेशानी, खतरे, तनाव और आरोपों के संदर्भ से भरे हुए हैं। वह अपने शत्रुओं के शब्दों को तीरों के समान, गहरे दलदल के समान और अपने ऊपर आई बाढ़ के समान बताते हैं।

दाऊद ने वही किया जो पतरस ने किया। उसने अपने बचाव के लिए परमेश्वर से प्रार्थना की।

### चिंतन

- ऐसे कौन से क्षेत्र हैं जिन पर आप परमेश्वर पर भरोसा करने में विफल रहे और संदेह से घिर गए?

**दिन 11 - भरोसे को चुने, संदेह पर काबू पाएं**

- पवित्र शास्त्र के वे कौन से वचन हैं जो आपको परीक्षाओं का सामना करते वक़्त संदेह पर काबू पाने और प्रभु में विश्वास हासिल करने में मदद कर सकते हैं?
  - ऐसे कौन से तरीके हैं जिनसे आप परमेश्वर पर भरोसा बढ़ा सकते हैं और संदेह पर काबू पा सकते हैं?
- भजन संहिता 56 पर मनन करें और प्रार्थना करें जैसे दाऊद ने उस भजन में किया था।

## दिन 12 - परमेश्वर के प्रति ईमानदारी

जब परमेश्वर के साथ हमारे रिश्ते की बात आती है, तो ईमानदारी बेहद ज़रूरी है।

पवित्र शास्त्र विश्वासियों को अपनी प्रार्थनाओं के प्रति खुले और ईमानदार रहने के लिए प्रोत्साहित करती है। परमेश्वर और दूसरों दोनों के साथ मजबूत संबंध बनाने के लिए ईमानदारी बेहद ज़रूरी है। हमें अपनी भावनाओं, पीड़ाओं, निराशाओं, मायूसियों और दुखों के प्रति ईमानदार होने की आवश्यकता है। क्या आपने कभी ऐसी स्थिति का अनुभव किया है जिससे आपको निराशा, हतोत्साहित और मायूस महसूस करना पड़ा हो? योजनाएँ वैसी नहीं रहीं जैसी आपने आशा की थी। आपने योजना बनाई थी, प्रार्थना की थी और आपने अपना काम किया, फिर भी आपको निराशा, हतोत्साहित और मायूसी महसूस हुई।

**भजन संहिता 41: 5-9** मेरे शत्रु यह कहकर मेरी बुराई करते हैं: वह कब मरेगा, और उसका नाम कब मिटेगा? 6 और जब वह मुझ से मिलने को आता है, तब वह व्यर्थ बातें बकता है, जब कि उसका मन अपने अन्दर अधर्म की बातें संचय करता है; और बाहर जाकर उनकी चर्चा करता है। 7 मेरे सब बैरी मिलकर मेरे विरुद्ध कानाफूसी करते हैं; वे मेरे विरुद्ध होकर मेरी हानि की कल्पना करते हैं॥ 8 वे कहते हैं कि इसे तो कोई बुरा रोग लग गया है; अब जो यह पड़ा है, तो फिर कभी उठने का नहीं। 9 मेरा परम मित्र जिस पर मैं भरोसा रखता था, जो मेरी रोटी खाता था, उसने भी मेरे विरुद्ध लात उठाई है।

यहां हम दाऊद को शत्रुओं के विश्वासघात और द्वेष से गुजरते हुए देखते हैं। वे उसकी मृत्यु की कामना करते हैं और निंदा एवं अफवाहें फैलाते हैं, यह जताते हुए कि उसकी बीमारी एक घातक दंड है जिससे वह उबर नहीं पाएगा। सबसे अधिक कष्टदायक बात यह है कि दाऊद एक "घनिष्ठ मित्र" के विश्वासघात को उजागर करता है जिस पर उसने भरोसा किया था और जिसने "[उसकी] रोटी खाई" लेकिन "उसके खिलाफ अपनी एड़ी उठाई"।

**भजन संहिता 41** को भविष्यवाणी की दृष्टि से महत्वपूर्ण माना जाता है। यूहन्ना 13:18 में, यीशु सीधे तौर पर भजन संहिता 41:9 (उस भरोसेमंद दोस्त के बारे में जिसने उसे धोखा दिया था) को यहूदा इस्करियोती द्वारा विश्वासघात का हवाला देते हुए है, दाऊद के अनुभव को मसीहा के अनुभव से जोड़ता है।

### दुःख और निराशा को व्यक्त करना

विलापगीत: पवित्र शास्त्र हमें दुःख और दर्द को दबाने के बजाय उसे दूर करने के एक स्वस्थ तरीके के रूप में विलाप करने को प्रोत्साहित करती है (भजन संहिता 39:2)।

प्रार्थना: यह आपके संघर्षों को प्रार्थना के माध्यम से परमेश्वर के सामने लाने को प्रेरित करता है, जैसा कि विलापगीत के भजनों (भजन 13) में उदाहरण दिया गया है।

आशा: दर्द के बावजूद, पवित्र शास्त्र हमें आशा बनाए रखने के लिए प्रोत्साहित करती है, यह मानते हुए कि कठिन समय एक अस्थायी "घाटी" है जिससे गुजरना होगा, यह कोई स्थायी निवास स्थान नहीं है (भजन 23:4)।

आइए पवित्र शास्त्र के कुछ उदाहरणों के माध्यम से उन लोगों के बारे में जानें जिन्होंने गहरे दुःख और निराशा का अनुभव किया।

**अय्यूब:** कई विनाशकारी नुकसानों के बाद अय्यूब ने अत्यधिक दुःख का अनुभव किया, अपनी पीड़ा में उसने परमेश्वर को पुकारा।

**मरियम :** यीशु की मृत्यु के बाद मरियम को भ्रमित और टूटा हुआ महसूस हुआ, निराशा की भावना जो अंततः उनके पुनरुत्थान की आशा से मिली।

**यीशु:** यीशु को तब निराशा का अनुभव हुआ जब उसके शिष्य गतसमनी के बगीचे में सो गए।

## दिन 12 - परमेश्वर के प्रति ईमानदारी

**पौलुस:** पौलुस को कई निराशाओं का सामना करना पड़ा, जिनमें गलातिया के कलीसिया का सुसमाचार से मुंह मोड़ लेना भी शामिल था।

पवित्र शास्त्र बार-बार कहती है कि परमेश्वर उन लोगों के निकट रहता है जो टूटे हुए मन वाले और कुचले हुए मन वाले हैं (भजन संहिता 34:18)। परमेश्वर का हृदय मनुष्यों के दुःख के प्रति करुणा से द्रवित हो जाता है, और वह विश्वासियों को उनके दर्द में अकेला नहीं छोड़ता है। साथ ही, पवित्र आत्मा को एक दिलासा देने वाले के रूप में वर्णित किया गया है जो दुःखी लोगों के साथ रहता है, आशा और आश्वासन प्रदान करता है। क्या आप पीड़ा में परमेश्वर की उपस्थिति को देखते हैं?

### 2 कुरिन्थियों 4:8-9

8 हम चारों ओर से क्लेश तो भोगते हैं, पर संकट में नहीं पड़ते; निरूपाय तो हैं, पर निराश नहीं होते।  
9 सताए तो जाते हैं; पर त्यागे नहीं जाते; गिराए तो जाते हैं, पर नाश नहीं होते।

**भजन संहिता 27:13-14** यदि मुझे विश्वास न होता कि जीवितों की पृथ्वी पर यहोवा की भलाई को देखूंगा, तो मैं मूर्च्छित हो जाता। 14 यहोवा की बाट जोहता रह; हियाव बान्ध और तेरा हृदय दृढ़ रहे; हां, यहोवा ही की बाट जोहता रह!

जब मुझसे यह पाठ तैयार करने के लिए कहा गया, तो मैं बड़ी निराशाजनक स्थिति में था। एक दिन, मुझे बुखार और सिरदर्द होने लगा। मैं अस्पताल गया, और उन्होंने कहा कि मेरे रक्त में संक्रमण हो गया है, और मेरी कुल रक्त गणना कम हो रही है। मैं लगभग 10 दिनों तक अस्पताल में भर्ती था। मेरे परिवार के सदस्यों को भी बुखार हो गया। डॉक्टर ने किसी भी मिलने वालों को न आने की सलाह दी, क्योंकि मेरी कमजोर स्थिति के कारण मुझे अधिक संक्रमण हो सकता है। मैं अस्पताल से छुट्टी मिलने के दिन का इंतजार कर रहा था। अस्पताल से छुट्टी के दिन, मुझे बवासीर की समस्या होने लगी। मेरा बहुत ज्यादा खून बहने लगा और अत्यधिक दर्द हो रहा था। घर लौटते समय मुझे लग रहा था के मेरी हालत सुधर जायेगी, लेकिन जैसे-जैसे दिन बीतते गए यह बदतर होता गया। वह दर्द मेरी

सहन शक्ति से कहीं अधिक था। शौचालय जाना मेरे लिए किसी बुरे सपने से कम नहीं था। मैं बहुत ज्यादा रोया। मैं दुखी, अश्वों से भरा, नाखुश और उदास था।

तब मैंने परमेश्वर से यह व्यक्त करने का फैसला किया कि मैं वास्तव में क्या महसूस कर रहा था, उनसे पूछा कि आप मुझे पीड़ा से गुजरने की इजाजत क्यों दे रहे हैं, आप मुझे इससे क्यों गुजरना चाहते हैं, क्या आपको वास्तव में मेरा दर्द दिखाई नहीं देता, मुझे कब तक इससे गुजरना होगा, मैंने ऐसा क्या किया था कि आपने मुझे इस पीड़ा से गुजरना पड़ेगा, मैंने ऐसा क्या पाप किया था कि मुझे यह दर्द झेलना पड़ रहा है। तीन दिनों तक, मैंने परमेश्वर से विलाप किया, और फिर मैं अपना इलाज शुरू करवा पाया, और धीरे धीरे मेरा दर्द कम हो रहा था। विलाप करके और ईमानदारी से परमेश्वर के समक्ष अपनी भावनाएं व्यक्त करके जिस प्रकार मुझे राहत मिली, मैं उसे बयां नहीं कर सकता। मुझे समझ आया कि दुख और निराशा की भावना विश्वास की कमी का संकेत नहीं है।

मैं अत्यंत आभारी हूँ कि जैसा कि पवित्रशास्त्र के वादे के अनुसार, हमें पहले से ही वह सब कुछ दिया गया है जो हमें जीवन और भक्ति के लिए चाहिए (2 पतरस 1:3)। जब हम उस निराशा और हतोत्साह का अनुभव करते हैं, तो आइए उनके नज़रिये के लिए परमेश्वर के वचन की ओर रुख करें। शत्रु तोह चाहेगा ही के हम अपनी निराशा और हतोत्साह पर ही ध्यान केंद्रित करें, लेकिन अपना ध्यान वापस परमेश्वर की ओर मोड़ने से हमारा दृष्टिकोण और रवैया निश्चित रूप से बदल जायेगा।

दिन 12 - परमेश्वर के प्रति ईमानदारी

**चिंतन:**

- क्या आप अपने हर परिस्थितियों जिनसे आप गुज़र रहे हैं उनके बारे में परमेश्वर के साथ ईमानदारी से बात करते हैं?
- आपके जीवन में ऐसी कौन सी परिस्थितियाँ हैं जो आपको परमेश्वर के सामने विलाप करने पर मजबूर करती हैं?
- ऐसी कौन सी चीज़ें हैं जो आपने यीशु से सीखी हैं जिन्हें आप परीक्षाओं से गुज़रते समय शांति पाने के लिए अपनाते हैं ?

## दिन 13 - जब जीवन दुखदायी हो तब भरोसा करना

**मत्ती 5:4** " धन्य हैं वे, जो शोक करते हैं, क्योंकि वे शांति पाएंगे।

यीशु की कई सांत्वनादायक शिक्षाओं में से, मत्ती 5:4 सबसे प्रमुख है।

हम विभिन्न कारणों से शोक मनाते हैं। जब हम व्यक्तिगत पीड़ा और अपने प्रियजनों को खोने का अनुभव करते हैं तो हम शोक मनाते हैं। हम शोक मनाते हैं जब हम अपने पापों के भार और यीशु द्वारा हमारे लिए चुकाई गई कीमत को समझते हैं।

दाऊद, जो परमेश्वर के हृदय के अनुरूप था, जब भी उसे जीवन में परेशानियों का सामना करना पड़ा, उसने परमेश्वर के सामने शोक व्यक्त किया। दर्द और पीड़ा के क्षणों में, उसने अपनी पीड़ा को स्वर का रूप देकर, परमेश्वर के चरणों पर रोते हुए व्यक्त करा। उनकी यह हृदयस्पर्शी पुकार हमारे लिए वह सुंदर भजन बन गई जिन्हें हम आज संजोकर रखते हैं।

### भजन संहिता 6:2-3

2 हे यहोवा, मुझ पर अनुग्रह कर, क्योंकि मैं कुम्हला गया हूँ; हे यहोवा, मुझे चंगा कर, क्योंकि मेरी हड्डियों में बेचैनी है।

3 मेरा प्राण भी बहुत खेदित है। और तू, हे यहोवा, कब तक?

### भजन संहिता 6:6-7

मैं कराहते कराहते थक गया; मैं अपनी खाट आंसुओं से भिगोता हूँ; प्रति रात मेरा बिछौना भीगता है।

7 मेरी आंखें शोक से बैठी जाती हैं, और मेरे सब सताने वालों के कारण वे धुन्धला गई हैं॥

### भजन संहिता 13:1-2

परमेश्वर तू कब तक? क्या सदैव मुझे भूला रहेगा? तू कब तक अपना मुखड़ा मुझ से छिपाए रहेगा?

2 मैं कब तक अपने मन ही मन में युक्तियां करता रहूँ, और दिन भर अपने हृदय में दुखित रहा करूँ, कब तक मेरा शत्रु मुझ पर प्रबल रहेगा?

इन वचनों में दाऊद को परमेश्वर के सामने अपना टूटा हुआ मन रखते हुए दर्शाया गया है। वह फूट-फूट कर रोया। उसने परमेश्वर से बचाव की गुहार लगाई। वह पूरी तरह से जानता था कि जब उसकी भावनाएँ प्रबल हो जाएँगी तो केवल परमेश्वर ही उसका आश्रय हो सकता है।

इसी तरह, भजन संहिता 22 का शुरुआत में उनके असहाय होने की गहरी भावना को दर्शाता है।

वर्ष 2024 मेरे जीवन के सबसे कठिन दौर में से एक था। गिरने के कारण मेरा लिगामेंट (ऊतक जो एक हड्डी को दूसरी से जोड़ते हैं) फट गया। इससे पहले कि मैं ठीक हो पाता, मुझे अपने पिता की अचानक मृत्यु का सामना करना पड़ा। मेरी मां, जो पहले से ही मानसिक स्वास्थ्य चुनौतियों से जूझ

रही थीं और मेरे साथ रह रही थीं, उनके आकस्मिक प्रस्थान को सहन नहीं कर सकीं। उनकी भी हालत तेज़ी से बिगड़ने लगी। तनाव और चिंता इस प्रकार इतनी तीव्र हो गयीं कि हम उन्हें संभाल नहीं पाए।

मैं अपनी माँ के डॉक्टर को लगातार फोन करता रहा, मदद की गुहार लगाता रहा। वह जो भी दवाएँ ले रही थी वह अब काम नहीं कर रही थी। मैं उसके ठीक होने के लिए दिन-रात परमेश्वर के चरणों में रोता रहा। मुझे कोई उत्तर नहीं मिला। मैं प्रार्थना के दौरान फूट-फूट कर रोया। मैंने यीशु के सामने अपने बेबसी की भावना प्रकट की। रातें बुरे सपनों में बदल गईं - कभी-कभी मैं सुन्न पड़ जाता था, कभी-कभी भ्रमित हो जाता था, मानो के जैसे

### दिन 13 - जब जीवन दुखदायी हो तब भरोसा करना

परमेश्वर चाहते थे कि मैं उत्तर के लिए लंबे समय तक इंतजार करूं। अपने दर्द में, मैंने रोते हुए कहा, "हे यीशु, मेरी ताकत खत्म हो रही है। आपके उत्तर देने से पहले मेरी पीड़ा मुझे खत्म कर देगी।"

भजन संहिता में एक बात जो उजागर होती है वह यह है कि कैसे भजनकार अक्सर विलाप और शिकायत के साथ शुरुआत करते हैं, लेकिन अंत में प्रभु में मिलने वाले सांत्वना के साथ समाप्त करते हैं। भजनहार संघर्षों में आराम पाने के लिए परमेश्वर की पिछली निष्ठा को भी याद करते हैं। दाऊद की प्रार्थनाएँ अक्सर परमेश्वर के दृढ़ प्रेम में नए विश्वास और आशा के साथ समाप्त होती हैं, तब भी जब परिस्थितियाँ असहनीय लगती थीं।

**भजन संहिता 13:5-6** परन्तु मैं ने तो तेरी करूणा पर भरोसा रखा है; मेरा हृदय तेरे उद्धार से मगन होगा। 6 मैं परमेश्वर के नाम का भजन गाऊंगा, क्योंकि उसने मेरी भलाई की है॥

**भजन संहिता 22:25** "बड़ी सभा में मेरा स्तुति करना तेरी ही ओर से होता है; मैं अपने प्रण को उससे भय रखने वालों के साम्हने पूरा करूंगा।"

मैंने भजन संहिता के माध्यम से प्रार्थना करने का प्रयास किया। अक्सर, मेरे पास अपने दुख की गहराई को व्यक्त करने के लिए अपने शब्द नहीं होते थे, लेकिन भजन संहिता मेरे लिए बोलते थे। मैंने उनमें सांत्वना पाई। हर सुबह, आशा की एक छोटी सी किरण किसी न किसी तरह लौट आती थी जब मैं अपना हृदय परमेश्वर के सामने खाली कर देता था और भजनों पर ध्यान करता था। मैंने कलीसिया में अपने मित्रों को फ़ोन किया और अपनी पीड़ा और व्यथा उनके साथ बांटी और उनके साथ प्रार्थना की। उनके माध्यम से, मैंने परमेश्वर के सांत्वना का अनुभव किया। मैंने यह याद करने की कोशिश की कि अतीत में कठिन समय के दौरान परमेश्वर ने किस तरह से मेरी मदद की थी।

सबसे बढ़कर, पवित्र शास्त्र हमें सबसे महान वादों में से एक प्रदान करती है जिसे हम अपने दुख के समय में थाम सकते हैं। **प्रकाशितवाक्य 21:4** और वह उन की आंखोंसे सब आंसू पोंछ डालेगा; और इस के बाद मृत्यु न रहेगी, और न शोक, न विलाप, न पीड़ा रहेगी; पहिली बातें जाती रहीं।

परमेश्वर की प्रत्येक संतान के पास यह शाश्वत आश्वासन है। हालाँकि हमें इस जीवन में कई कठिनाइयाँ को सहना पड़ेगा, लेकिन वे केवल क्षणिक होती हैं। हमारे सामने एक अनन्त जीवन की प्रतीक्षा है जहाँ न तो शोक होगा, न रोना। जब हम उसका महिमामयी चेहरा देखेंगे तो हमारे द्वारा सहा गया हर दर्द और पीड़ा गायब हो जाएगी। हमारे सारे सांसारिक विलाप अनंत आनंद और नृत्य में परिवर्तित हो जाएंगी। उस पल, हम यीशु के कथन का अर्थ पूरी तरह से समझ जाएंगे, " धन्य हैं वे, जो शोक करते हैं, क्योंकि वे शांति पाएंगे। "

#### चिंतन:

- आप अपने जीवन में किस प्रकार परीक्षाओं का सामना कर रहे हैं?
- वे कौन से तरीके हैं जिनसे परमेश्वर ने दर्द और हानि के दौरान उस पर आपका भरोसा मजबूत किया?

**भजन संहिता 16:8 याद करें:** " मैं ने यहोवा को निरन्तर अपने सम्मुख रखा है: इसलिये कि वह मेरे दाहिने हाथ रहता है मैं कभी न डगमगाऊंगा॥ "

## दिन 14 - अनदेखे परमेश्वर पर भरोसा करना

**2 कुरिन्थियों 5: 7** क्योंकि हम रूप को देखकर नहीं, पर विश्वास से चलते हैं।

पौलुस, इस वचन में, पुनरुत्थान के बाद नए सिरे से मिलने वाले जीवन की बात करता है। यीशु को उनकी मृत्यु के बाद कब्र में रखा गया था, और वह तीसरे दिन नए शरीर में फिर से जीवित हो गए। जब हमने बपतिस्मा के माध्यम से यीशु को अपना प्रभु और उद्धारकर्ता के रूप में स्वीकार किया, तो हमें यह आश्वासन मिला कि हमें भी एक नया जीवन मिलेगा।

**रोमियों 6:4** में पौलुस कहता है, "सो उस मृत्यु का बपतिस्मा पाने से हम उसके साथ गाड़े गए, ताकि जैसे मसीह पिता की महिमा के द्वारा मरे हुएों में से जिलाया गया, वैसे ही हम भी नए जीवन की सी चाल चलें।

जिस देह में हम रहते हैं वह कई कठिनाइयों के प्रति संवेदनशील है - उम्र बढ़ना, बीमारी, तनाव और जीवन की चिंताएँ इसे कमजोर कर सकती हैं। पापों का बोझ भी हम पर भारी पड़ सकता है।

पौलुस, जिसने अपने विश्वास के लिए गंभीर कठिनाइयों को सहन किया, उसको विश्वास था कि, जब वह अपना सांसारिक शरीर त्यागेगा, तो वह एक महिमामय शरीर धारण करेगा। मसीह के साथ अनन्त जीवन के बारे में उनकी आशा और विश्वास ने उन्हें दृष्टि से नहीं, बल्कि विश्वास से जीने में सक्षम बनाया।

क्या हम भी पौलुस की तरह इस अदृश्य विश्वास के अनुस्वार जी रहे हैं ?

ऐसे जीवन का अर्थ है: हर पल परमेश्वर पर भरोसा करना, उनकी अगुवाई पर भरोसा करना - तब भी जब हमारा अगला कदम अस्पष्ट (अनदेखा) हो!

यीशु के वादों पर भरोसा करने से हमें "विश्वास से जीने" में मदद मिलेगी।

दृष्टि के द्वारा जीने से हमारा विश्वास डगमगा सकता है।

दृष्टि हमें बताती है कि समस्या इतनी बड़ी है कि उस पर काबू नहीं पाया जा सकता, और विश्वास हमें बताता है कि परमेश्वर द्वारा सब कुछ संभव है!

दृष्टि बताती है कि तुम कुछ भी नहीं हो. परमेश्वर पर भरोसा आपको बताता है कि आप परमेश्वर की बहुमूल्य संपत्ति हैं।

दृष्टि हमें बताती है कि स्थिति निराशाजनक है। विश्वास हमें बताती है कि परमेश्वर नियंत्रण में है; इसलिए, आशा है.

जब मेरी पत्नी एक दुर्घटना का शिकार हो गई, तो मैंने उसके वादों पर भरोसा किया और पूरे दिल से विश्वास किया कि मैं उसे वापस पा लूँगा, हालांकि डॉक्टरों ने किसी प्रकार का आश्वासन नहीं दिया। मैंने नकारात्मक विचारों को अपने दिमाग पर हावी नहीं होने दिया और हर समय उनकी उपस्थिति को महसूस करने की कोशिश की। जो अदृश्य है उस पर विश्वास और भरोसा करने से मुझे उस चुनौतीपूर्ण समय के दौरान आत्मविश्वास बनाए रखने में मदद मिली।

**यूहन्ना 20:29** में, यीशु के एक शिष्य थोमा ने यीशु को देखने के बाद ही विश्वास किया। परन्तु यीशु ने उस से कहा, तू ने मुझे देखकर विश्वास किया है; धन्य वे हैं, जिन्होंने बिना देखे विश्वास किया।

## दिन 14 - अनदेखे परमेश्वर पर भरोसा करना

**यूहन्ना 20:31** कहता है, "यह विश्वास करते हुए कि यीशु मसीहा है, परमेश्वर का पुत्र है, आप उसके नाम पर जीवन पा सकते हैं"।

हम आज किस प्रकार जी रहे हैं? क्या हम विश्वास से जीते हैं या दृष्टि से?

यीशु के वादों को थामे रहें, और हम विश्वास से जी सकते हैं।

"जो जय पाए, उसे इसी प्रकार श्वेत वस्त्र पहिनाया जाएगा, और मैं उसका नाम जीवन की पुस्तक में से किसी रीति से न काटूंगा, पर उसका नाम अपने पिता और उसके स्वर्गदूतों के साम्हने मान लूंगा। (प्रकाशितवाक्य 3:5)

और देखो, मैं जगत के अन्त तक सदैव तुम्हारे संग हूँ॥ **मत्ती 28:20**

हे सब परिश्रम करने वालों और बोझ से दबे लोगों, मेरे पास आओ; मैं तुम्हें विश्राम दूंगा। **मत्ती 11:28**

उसने वादा किया कि वह हमारे लिए एक जगह तैयार करेगा। उसने वादा किया है कि वह हमें लेने के लिए वापस आएगा। (**यूहन्ना 14:2-3**)

आइए हम प्रार्थना करें कि वह हमें दृष्टि से नहीं, बल्कि विश्वास से चलने में मदद करेगा। आइए हम तब भी भरोसा करें जब हमारे रास्ते अस्पष्ट हों। आइए हम उनके वादों, उनकी बुद्धिमत्ता और उनके समय पर भरोसा करें।

**2 कुरिन्थियों 5:7** याद करें: **क्योंकि हम रूप को देखकर नहीं, पर विश्वास से चलते हैं।**

अपने व्यक्तिगत जीवन में विश्वास के साथ चलने का क्या अर्थ है?

आपके जीवन के कौन से पहलू गहरे विश्वास की मांग करते हैं? परिवार/स्वास्थ्य/कार्य/वित्त/रिश्ते आदि?

## दिन 15 - प्रार्थना के माध्यम से विश्वास का निर्माण

पवित्रशास्त्र का विषय: "निरन्तर प्रार्थना मे लगे रहो।" -1 प्रिस्सलुनिकियों 5:17

-तेजी से भागते इस संसार में - लंबे कार्यदिवसों, पारिवारिक जिम्मेदारियों, यातायात, परीक्षाएं, समय-सीमाओं और निरंतर शोरगुल से - परमेश्वर पर भरोसे को हमारी चिंताएं आसानी से फीका कर सकती है।

-फिर भी पवित्रशास्त्र हमें निरंतर प्रार्थना के जीवन के लिए बुलाती है, एक ऐसा जीवन जहां विश्वास कभी-कभार नहीं, बल्कि निरंतर होता है।

-जब हम बिना रुके प्रार्थना करते हैं, तो हम केवल परमेश्वर से बात ही नहीं करते हैं बल्कि - हम उनके साथ विश्वास का निर्माण करते हैं।

1. प्रार्थना, परमेश्वर पर दैनिक निर्भरता पैदा करती है

-हमारी संस्कृति में, हम मजबूत पारिवारिक संबंधों और समुदाय को महत्व देते हैं।

-लेकिन कभी-कभी, इसका मतलब यह भी होता है कि हम परमेश्वर की तुलना में लोगों पर अधिक निर्भर होते हैं।

-निरंतर प्रार्थना हमारी निर्भरता को मानवीय शक्ति से दिव्य शक्ति की ओर मोड़ देती है।

-प्रार्थना हमें याद दिलाती है कि परमेश्वर केवल भवन के दिनों या रविवार के लिए नहीं है; वह रोजमर्रा के जीवन के लिए है - हमारे घरों, कार्यालयों, कक्षाओं, ट्रेनों और सड़कों पर।

प्रमुख वचन:

**नीतिवचन 3:5-6** "5 तू अपनी समझ का सहारा न लेना, वरन सम्पूर्ण मन से यहोवा पर भरोसा रखना..."

**फिलिप्पियों 4:6-7**-"किसी भी बात की चिन्ता मत करो: परन्तु हर एक बात में तुम्हारे निवेदन, प्रार्थना और बिनती के द्वारा धन्यवाद के साथ परमेश्वर के सम्मुख अपस्थित किए जाएं..."

**भजन संहिता 20:7** - " किसी को रथों को, और किसी को घोड़ों का भरोसा है, परन्तु हम तो अपने परमेश्वर यहोवा ही का नाम लेंगे।"

चिंतन:

-जिस प्रकार हममें से कई लोग अपनी सुबह की शुरुआत चाय से करते हैं, उसी तरह प्रार्थना को भी दिन की पहली आदत बनाएं। समय के साथ वह आदत विश्वास बन जाती है।

2. प्रार्थना हृदय को अनिश्चितता के दौरान भरोसा करने के लिए प्रशिक्षित करती है

हमारे जीवन के क्षेत्रों में अक्सर अनिश्चितता शामिल होती है: परीक्षाएं, रोजगार के अवसर, आर्थिक दबाव, स्वास्थ्य संबंधी चुनौतियाँ और सामाजिक अपेक्षाएँ।

-जब हम प्रार्थना करना बंद कर देते हैं तो भय उस कमी को पूरा कर देता है।

-जब हम निरंतर प्रार्थना करते हैं तो हृदय विश्वास से भर जाता है।

-प्रार्थना हमेशा हमारी स्थिति को तुरंत नहीं बदलती है, लेकिन यह हमेशा हमारे विश्वास पर काम करती है।

प्रमुख वचन:

**यशायाह 26:3** - "जिसका मन तुझ में धीरज धरे हुए है, उसकी तू पूर्ण शान्ति के साथ रक्षा करता है, क्योंकि वह तुझ पर भरोसा रखता है।"

## दिन 15 - प्रार्थना के माध्यम से विश्वास का निर्माण

**याकूब 1:6** - "पर विश्वास से मांगो, और कुछ सन्देह न करे;..."

**भजन संहिता 56:3** - "जिस समय मुझे डर लगेगा, मैं तुझ पर भरोसा रखूंगा।"

### चिंतन:

-जिस तरह किसान भरोसा करते हैं कि बीज बोने के बाद बारिश होगी, प्रार्थना हमें जवाब देखने से पहले ही परमेश्वर पर भरोसा करना सिखाती है।

### 3. प्रार्थना परमेश्वर के साथ हमारे रिश्ते को मजबूत बनाती है

-बिना रिश्ते के भरोसा नहीं बढ़ता. हमारे परिवारों में, भरोसा दैनिक बातचीत, एक साथ भोजन और एक साथ समय बिताने से बनता है। परमेश्वर के साथ भी ऐसा ही है—प्रार्थना एक रिश्ता है।

-जब प्रार्थना एक जीवनशैली बन जाती है, तब परमेश्वर एक दूर के देवता कई से अधिक हो जाता है; वह हमारा पिता, हमारा चरवाहा, हमारा दैनिक मार्गदर्शक बन जाता है।

### प्रमुख वचन:

**यूहन्ना 15:7** - यदि तुम मुझ में बने रहो, और मेरी बातें तुम में बनी रहें तो जो चाहो मांगो और वह तुम्हारे लिये हो जाएगा।.."

**इब्रानियों 4:16** - "इसलिये आओ, हम अनुग्रह के सिंहासन के निकट हियाव बान्धकर चलें, "

**यिर्मयाह 33:3** - "मुझ से प्रार्थना कर और मैं तेरी तुम्हारी प्रार्थना सुनूंगा.."

### चिंतन:

-जैसे एक बच्चा बिना किसी डर के अपने "माता" या "पिता" को पुकारता है , ठीक वैसे ही परमेश्वर हमें विश्वास और भरोसे के साथ उसे पुकारने के लिए आमंत्रित करते हैं।

प्रार्थना के माध्यम से विश्वास निर्माण पर इस भक्ति को गहरा करने के लिए चार अतिरिक्त चिंतन के लिए प्रश्न:

-जब जीवन बोझिल या व्यस्त हो जाता है, तो आमतौर पर आपकी दिनचर्या में प्रार्थना की जगह क्या ले लेता है, और आप उस समय को परमेश्वर के लिए कैसे पुनः प्राप्त कर सकते हैं?

-आपके जीवन का ऐसा कौन सा क्षेत्र है (परिवार, करियर, स्वास्थ्य, मंत्रालय) जहां आपको भगवान पर भरोसा करने में सबसे अधिक संघर्ष करना पड़ता है, और आप इसके बारे में निरंतर प्रार्थना कैसे शुरू कर सकते हैं?

-यदि आप वास्तव में यह विश्वास करते हैं के परमेश्वर आपकी हर प्रार्थनाओं को सुन रहे हैं तो यह आपके दैनिक निर्णयों को किस प्रकार बदलेगा?

-इस सप्ताह आप "निरंतर प्रार्थना में लगे रहो" के आदेश पर आधारित, प्रार्थना के एक क्षण के बजाय इसे अपना जीवनशैली बनाने के लिए कौन से व्यावहारिक कदम उठा सकते हैं?

## दिन 15 - प्रार्थना के माध्यम से विश्वास का निर्माण

"निरंतर प्रार्थना में लगे रहो" इस वचन के आदेश पर आधारित, आप प्रार्थना का केवल एक क्षण के बजाय इसे अपना जीवनशैली बनाने के लिए इस सप्ताह कौन से व्यावहारिक कदम उठा सकते हैं?

**1 टिस्सलुनीकियों 5:16-18** याद करें "सदा आनन्दित रहो। 17 निरन्तर प्रार्थना में लगे रहो। 18 हर बात में धन्यवाद करो: क्योंकि तुम्हारे लिये मसीह यीशु में परमेश्वर की यही इच्छा है।

### प्रार्थना

"स्वर्गीय पिता, हमें निरंतर प्रार्थना में बने रहना सिखाएं। शोर और दबाव से भरे संसार में, हमें प्रतिदिन अपनी आवाज सुनने में मदद करें। हम अपने हृदय से जो भी प्रार्थना करते हैं, उसके माध्यम से आप पर हमारा विश्वास बढ़ाएं। हमारी निर्भरता को मजबूत करें, हमारे भय को शांत करें और हमें अपने करीब लाएं। यीशु के नाम पर, आमीन।"

## दिन 16 - जब प्रार्थना अनसुनी लगती है

विश्वास की हमारी यात्रा में, परमेश्वर की प्रतीक्षा करना केवल इस बारे में नहीं है कि हम कितनी देर तक प्रतीक्षा करते हैं, बल्कि यह भी है कि हम किस प्रकार प्रतीक्षा करने का चुनाव करते हैं। चाहे हम एक दिन से परमेश्वर के साथ चल रहे हैं या कई वर्षों से, हम जानते हैं कि उनकी विश्वसनीयता कभी नहीं बदलती। पवित्रशास्त्र हमें बार-बार उनके दृढ़ प्रेम की याद दिलाता है - उनके पुत्र के भेंट के माध्यम से (यूहन्ना 3:16), उस शक्ति के माध्यम से जो वह हमें मुसीबत के समय देता है (भजन संहिता 18), और जिस कोमल तरीके से वे हमारे हृदय की इच्छाओं को पूरा करते हैं उसके माध्यम से (भजन संहिता 37:3-4)

परमेश्वर उदार और दयालु है। फिर भी हम सभी-यहाँ तक कि सबसे समर्पित शिष्य भी-उस समय को याद कर सकते हैं जब प्रतीक्षा करना कष्टदायक रहा हो। ऐसे क्षण जब हमारा विश्वास कमज़ोर महसूस हुआ। ऐसे क्षण जब हमें परमेश्वर के समय पर भरोसा करने के लिए संघर्ष करना पड़ा। शायद आप भी इस समय ऐसे ही दौर से गुजर रहे हों।

### कृपया विलापगीत 3:19-26 पढ़ें

19 मेरा दुःख और मारा मारा फिरना, मेरा नागदौने और-और विष का पीना स्मरण कर! 20 मैं उन्हीं पर सोचता रहता हूँ, इस से मेरा प्राण ढला जाता है। 21 परन्तु मैं यह स्मरण करता हूँ, इसीलिये मुझे आशा है: 22 हम मिट नहीं गए; यह यहोवा की महाकरुणा का फल है, क्योंकि उसकी दया अमर है। 23 प्रति भोर वह नई होती रहती है; तेरी सच्चाई महान है। 24 मेरे मन ने कहा, यहोवा मेरा भाग है, इस कारण मैं उस में आशा रखूंगा। 25 जो यहोवा की बाट जोहते और उसके पास जाते हैं, उनके लिये यहोवा भला है। 26 यहोवा से उद्धार पाने की आशा रख कर चुपचाप रहना भला है।

**विलापगीत 3:19-26** हमें अनुग्रह के साथ प्रतीक्षा करने की एक सशक्त उदाहरण प्रस्तुत करता है। लेखक अपने दुःख को छिपाता नहीं है:

- "मुझे अपना कष्ट याद है... कड़वाहट और पीड़ा" (व.19)
- "मेरा प्राण मेरे भीतर उदास है" (व.20)

दक्षिण एशिया में बहुत से लोग - पारिवारिक दबाव, आर्थिक परेशानियों, स्वास्थ्य चुनौतियों या विवाह या संतान प्राप्ति की लालसा के माध्यम से ऐसे दुख की गहराई को समझते हैं। हमारी संस्कृति में, जहाँ अपेक्षाएँ बहुत अधिक हैं और बोझ अक्सर चुपचाप उठाया जाता है, प्रतीक्षा करना विशेष रूप से भारी लग सकता है।

ऐसे समय होते हैं जब हम उपवास करते हैं, प्रार्थना करते हैं, और परमेश्वर को पुकारते हैं... फिर भी हम कुछ नहीं सुनते हैं। सन्नाटा। और सन्नाटे में, हृदय फुसफुसा सकता है, "क्या परमेश्वर मुझे भूल गए हैं?" यद्यपि हम जानते हैं कि वह निकट है, फिर भी हम इसे महसूस नहीं कर पाते हैं।

लेकिन यह अनुच्छेद हमें कुछ आवश्यक बातें सिखाता है:

जब हमारी भावनाएँ हम पर हावी हो जाती हैं, तो हमारे मन को इस सत्य की ओर लौटना चाहिए कि परमेश्वर कौन है।

जब हम अपनी भावनाओं पर निर्भर नहीं रह पाते तो हम परमेश्वर के स्वभाव पर निर्भर हो जाते हैं।

"हम मिट नहीं गए; यह यहोवा की महाकरुणा का फल है." (विलापगीत 3:22)

## दिन 16 - जब प्रार्थना अनसुनी लगती है

जब हमारी शक्ति क्षीण हो जाती है तब भी परमेश्वर का विश्वासयोग्य प्रेम हमें संभाले रखता है। उनकी करुणा हमें हर संघर्ष में सहारा देती है - आर्थिक कठिनाई, अकेलापन, अधूरे सपने, स्वास्थ्य संबंधी चिंताएँ, या किसी प्रियजन को खोने का दुःख।

उसकी दया हर सुबह नई होती है। प्रत्येक सूर्योदय परमेश्वर का सौम्य अनुस्मारक है: "हे बालक, मैं अभी भी तुम्हारे साथ हूँ।"

यहां तक कि जब परमेश्वर कहते हैं "अभी नहीं," या "नहीं", तो वह हमारे हृदय को यीशु की तरह आकार दे रहे होते हैं। जैसे मसीह ने प्रार्थना की, "मेरी नहीं, किन्तु तेरी इच्छा पूरी हो" (**मत्ती 26:42**), हमें भी गहरे समर्पण के लिए आमंत्रित किया गया है - एक ऐसा समर्पण जो भय से नहीं, बल्कि भरोसे से भरा हो।

प्रतीक्षा करना तब अनुग्रहपूर्ण हो जाती है जब हम अपनी परिस्थितियों के बजाय परमेश्वर के चरित्र को अपनी आशा को परिभाषित करने के लिए देते हैं।

### व्यावहारिक चिंतन

थोड़ा समय निकालकर सोचें:

आप कैसे इंतज़ार कर रहे हैं?

- झुंझलाहट से?
- डर से या अविश्वास से?
- ऐसे हृदय से जो महसूस करता है कि परेश्वर को आपके सामने खुद को साबित करना होगा?
- या एक शांत अनुग्रह के साथ जो उसके समय और उसके प्रेम पर भरोसा करता है?

जब आपका हृदय प्रतीक्षा से जूझ रहा हो तो **भजन संहिता 73** ध्यान करने के लिए एक और शक्तिशाली अध्याय है। यह हमें याद दिलाता है कि जब हमारे चारों ओर सब कुछ अनिश्चित लगता है, तो परमेश्वर हमेशा हमारी ताकत और हमारा हिस्सा बने रहते हैं।

जब आप उसकी उपस्थिति में प्रतीक्षा करते हैं तो प्रभु आपको धैर्य, शांति और पवित्र आत्मविश्वास की भावना दे।

आपका इंतज़ार आराधना बन जाये।

आपका समर्पण आपकी शक्ति बने।

और जब तक उसका उत्तर नहीं आ जाता तब तक उसका अनुग्रह आपको धीरे-धीरे आगे बढ़ाए।।

**विलापगीत वचन 3:22,23** को याद करें "हम मिट नहीं गए; यह यहोवा की महाकरुणा का फल है, क्योंकि उसकी दया अमर है।

23 प्रति भोर वह नई होती रहती है; तेरी सच्चाई महान है।

## दिन 17 - प्रतीक्षा का ज्ञान

**सभोपदेशक 3:1** हर एक बात का एक अवसर और प्रत्येक काम का, जो आकाश के नीचे होता है, एक समय है।

परमेश्वर ने ब्रह्माण्ड की रचना के लिए एक विशिष्ट समय निर्धारित किया था। जब नियत समय आया, तो परमेश्वर बोले, और संपूर्ण ब्रह्मांड का निर्माण हुआ।

परमेश्वर ने सृष्टि की रचना की, और अंत में, मनुष्य को अपनी ही छवि में बनाया। परमेश्वर ने अपनी सबसे बेहतरीन रचना को इस दुनिया में लाने के लिए एक तय समय रखा था।

परमेश्वर ने मनुष्य जाती को मुक्ति दिलाने के लिए अपने पुत्र के दुनिया में आने का समय भी निर्धारित किया।

और अपने दिव्य ज्ञान में, परमेश्वर ने यीशु के दूसरे आगमन के लिए एक दिन भी निर्धारित किया है, जो न्याय के दिन को चिह्नित करेगा।

ये सत्य हमें हमारे भव्य परमेश्वर की सर्वशक्तिमानता और सर्वज्ञता की याद दिलाते हैं। प्रभु परमेश्वर इस पृथ्वी पर प्रत्येक गतिविधि का सही समय जानता है।

समस्त पुराने नियम में, हम परमेश्वर के अद्भुत हाथ को उसके लोगों के जीवन में विशिष्ट समय पर कार्य करते हुए देखते हैं। अब्राहम ने इस्साक के आगमन के लिए 25 वर्षों तक प्रतीक्षा की, और प्रतीक्षा का वह समय व्यर्थ नहीं गया। इससे उनका विश्वास मजबूत और गहरा हुआ। उत्पत्ति 15:6 कहता है, " 6 उसने यहोवा पर विश्वास किया; और यहोवा ने इस बात को उसके लेखे में धर्म गिना।"

हालाँकि परमेश्वर ने इस्राएलियों को मिस्र से बचाया, फिर भी उन्हें कनान देश में प्रवेश करने से पहले जंगल में चालीस वर्षों तक इंतजार करना पड़ा। इस अवधि के दौरान, परमेश्वर ने उन्हें अनुशासित किया, उन्हें धैर्य और आज्ञाकारिता सिखाई, और उन्हें प्रतिदिन उस पर भरोसा करने के लिए प्रेरित किया। उन्हें केवल परमेश्वर के वादे पर भरोसा करने और बिना किसी संदेह के आगे बढ़ने के लिए बुलाया गया था। निर्गमन 3:8बी में, परमेश्वर कहते हैं, "इसलिथे अब मैं उतर आया हूँ कि उन्हें मिस्रियोंके वश से छुड़ाऊँ, और उस देश से निकालकर एक अच्छे और बड़े देश में जिस में दूध और मधु की धारा बहती है, "

हालाँकि दाऊद को परमेश्वर द्वारा इज़राइल के राजा के रूप में चुना गया था , लेकिन सिंहासन प्राप्त करने से पहले उन्हें लगभग 13-15 वर्षों तक इंतजार करना पड़ा। प्रतीक्षा के इस समय को कई परीक्षणों और कठिनाइयों से चिह्नित किया गया था, फिर भी दाऊद ने परमेश्वर पर भरोसा करना और उनके सही समय की प्रतीक्षा करने को चुना। इसलिए उन्होंने आत्मविश्वास से ऐसा लिखा

**भजन संहिता 27:14** "यहोवा की बाट जोहता रह; हियाव बान्ध और तेरा हृदय दृढ़ रहे; हां, यहोवा ही की बाट जोहता रह!"

**भजन संहिता 37:अ** "यहोवा के साम्हने चुपचाप रह, और धीरज से उसका आसरा रख;

यूसुफ के जीवन में प्रतीक्षा का दौर सभी को चुनौती देता है और सीख देता है। गड़हे से पोतीफ़र के घर तक, पोतीफ़र के घर से बंदीग्रह तक, बंदीग्रह से फिरौन के महल तक की उसकी यात्रा, हमें परमेश्वर के सही समय की प्रतीक्षा करने का मूल्य सिखाती है। समय के साथ, यूसुफ एक बुद्धिमान और समझदार व्यक्ति बन गया। उनके

## दिन 17 - प्रतीक्षा का ज्ञान

स्वयं के शब्दों से पता चलता है कि कैसे उन्होंने अपने जीवन में घटित होने वाली हर चीज़ को परमेश्वर के दृष्टिकोण से देखा। उत्पत्ति 45:7 "सो परमेश्वर ने मुझे तुम्हारे आगे इसी लिये भेजा, कि तुम पृथ्वी पर जीवित रहो, और तुम्हारे प्राणों के बचने से तुम्हारा वंश बढ़े।

इंतज़ार करना बुरी तरह से थका देने वाला हो सकता है। चीज़ों के पूरा होने का इंतज़ार करना, हमारे जीवन से एक कठिन परिस्थिति के हटने का इंतज़ार करना, हमारे बच्चों के सुधरने का इंतज़ार, हमारे करियर में सफलता का इंतज़ार करना, आर्थिक तंगी के संघर्ष का खत्म होने का इंतज़ार, या सेवकाई के लिए नए दरवाज़ों के खुलने का इंतज़ार करना, ये सब थका देने वाले हो सकते हैं।

इंतज़ार करना या तो हमें कड़वाहट से भरा, परेशान, निराश और अविश्वासी बना सकती है, या यह हमें धैर्य की कला सिखा सकती है और आशा से भर सकती है।

कलीसिया की देखभाल के लिए हमारा परिवार कन्नूर से कोट्टायम चले गए, इस उम्मीद में कि मेरे पति को थोड़े समय के भीतर नौकरी में स्थानांतरण मिल जाएगा। लेकिन हमारा अनुमान गलत साबित हुआ। कोट्टायम में स्थानांतरण पाने के लिए हमें दो साल से अधिक समय तक इंतज़ार करना पड़ा। दो वर्ष हमारे लिए सबसे चुनौतीपूर्ण समय में से थे क्योंकि मेरे पति को कन्नूर में अपनी नौकरी और कोट्टायम में सेवकाई करने के लिए, हर सप्ताहांत यात्रा करनी पड़ती थी। एक नई कलीसिया, नए माहौल और नए दोस्तों के बीच होने के कारण, मुझे परमेश्वर पर बहुत अधिक निर्भर रहना पड़ता था क्योंकि मैं कई चीज़ों का अकेले ही प्रबंध करती थी। मेरे पति ने स्थानांतरण के लिए कई दरवाजे खटखटाए, लेकिन जवाब केवल "नहीं" में ही मिला। हमने आत्मसमर्पण करने और परमेश्वर के समय का इंतज़ार करने का निर्णय लिया और निरंतर प्रार्थना करते रहे। आखिरकार, परमेश्वर ने अपने समय में हमें आशीषित किया।

प्रतीक्षा के क्षणों में हम बहुत से बहुमूल्य चीज़ों को सीखते हैं। उन क्षणों में, हमें परमेश्वर की आवाज़ को सुनना सीखना चाहिए। आइए हम उसकी योजना के प्रति समर्पण करें जब हम चीज़ों के सामने आने का इंतज़ार करते हैं। परमेश्वर की बुद्धि हमारे हृदय और मन को भर दे, जिससे हमें आशावान और धैर्यवान बने रहने में मदद मिले।  
**अप्यूब 12:13** "ईश्वर में पूरी बुद्धि और पराक्रम पाए जाते हैं; युक्ति और समझ उसी में हैं।"

### चिंतन:

इस बारे में डायरी लिखें कि आप उन स्थितियों को कैसे संभालते हैं जब आपको चीज़ों को होते हुए देखने के लिए लंबे समय तक इंतज़ार करना पड़ता है।

परमेश्वर के समय की प्रतीक्षा करते समय किन अभ्यासों ने आपको विश्वासी और धैर्यवान बने रहने में मदद की है?

**भजन 37:7** पर मनन करें और इसे याद करें: "यहोवा के साम्हने चुपचाप रह, और धीरज से उसका आसरा रख; उस मनुष्य के कारण न कुढ़, जिसके काम सुफल होते हैं, और वह बुरी युक्तियों को निकालता है।

## दिन 18 - अनुग्रह के उपहार पर भरोसा करना

**वचन : 2 कुरिन्थियों 12:9** और उस ने मुझ से कहा, मेरा अनुग्रह तेरे लिये बहुत है; क्योंकि मेरी सामर्थ निर्बलता में सिद्ध होती है; इसलिये मैं बड़े आनन्द से अपनी निर्बलताओं पर घमण्ड करूंगा, कि मसीह की सामर्थ मुझ पर छाया करती रहे।

**2 कुरिन्थियों 11 और 12** में पौलुस के शब्द उसके जीवन के एक अत्यंत नाजुक और कठिन क्षण से उत्पन्न हुए हैं। उसे घमंड करने जैसे एक अजीब और असुविधाजनक स्थिति में धकेल दिया गया। आम तौर पर, पौलुस कभी भी अपने अनुभवों या आध्यात्मिक प्रमाणों को उजागर नहीं करता। वह ऐसे बड़े बोल को मूर्खता समझता था। चूंकि कोरिंथ की कलीसिया झूठे शिक्षकों से प्रभावित हो रहा था जो आध्यात्मिकता को बाहरी सफलता, उत्तम बोलने के क्षमता और प्रभावशाली अनुभवों से मापते थे। कलीसिया की और सुसमाचार की सच्चाई की रक्षा करने के लिए, पौलुस अनिच्छापूर्वक अपने कष्टों और यहां तक कि एक शक्तिशाली आध्यात्मिक दृष्टि के बारे में भी बात करता है। घमंड करने के प्रति उसका संघर्ष उसकी विनम्रता और आध्यात्मिक गौरव के भय को प्रकट करता है।

जब पौलुस तीसरे व्यक्ति के रूप में अपने स्वर्गीय अनुभव का उल्लेख करता है, तो वह जानबूझकर खुद को आत्म-महिमा से दूर कर रहा है। वह रहस्यमय मुठभेड़ों पर अपना अधिकार जमाने से इनकार करता है। इसके बजाय, वह ऐसी कुछ ऐसी चीजों की ओर इशारा करता है जो न के बराबर आकर्षक है - उसकी कमजोरी। दृष्टि के बारे में बात करने के तुरंत बाद, वह अपने व्यक्तिगत बोझ का परिचय देता है: शरीर में काँटा। हमें ठीक-ठीक नहीं बताया गया है कि यह काँटा क्या था, लेकिन हम जानते हैं कि इससे दर्द, सीमित और गहरी परेशानी हुई। इसने पौलुस को इतना परेशान कर दिया कि उसने इसे हटाने के लिए तीन बार प्रभु से प्रार्थना की। यह काँटा उसकी बुलाहट, उसके उपहार और बिना किसी बाधा के परमेश्वर की सेवा करने की उसकी इच्छा से तनाव में खड़ा था। इसने उसे नम्र बना दिया और उसे प्रतिदिन याद दिलाया कि वह कमजोर है। कमजोरी की स्थिति में ही पौलुस ने जीवन बदल देने वाले यीशु के यह शब्द सुने: "मेरा अनुग्रह तुम्हारे लिए काफी है।" यीशु ने उस काँटे का कारण नहीं बताया। वह इसे हटाता नहीं है। इसके बजाय, वह इसे फिर से परिभाषित करता है। अनुग्रह ही उत्तर बन जाता है - पलायन के रूप में नहीं, बल्कि सहारे के रूप में। पौलुस के लिए, इसका अर्थ यह था कि परमेश्वर की बिना मांगे कृपा और दिव्य शक्ति उसे उन मुश्किलों से पार ले जाने के लिए पर्याप्त थी जिसे हटाया नहीं जा सकता था। इससे भी अधिक, यीशु ने कमजोरी को ही वह स्थान बताते हैं जहाँ दैवीय शक्ति परिपूर्ण होती है।

पौलुस की प्रतिक्रिया विश्वास के गहन परिवर्तन को प्रकट करता है। राहत की भीख माँगने के बजाय, वह अपनी कमजोरी पर घमंड करना शुरू कर देता है। उसने सीखा कि परमेश्वर पर निर्भरता विफलता नहीं है - यह सच्ची ताकत का द्वार है। उन्होंने घोषणा की, "क्योंकि जब मैं निर्बल होता हूँ, तभी बलवन्त होता हूँ।।।" यह दर्द से इनकार नहीं है; यह अनुग्रह पर भरोसा है। जिस व्यक्ति ने अनुग्रह के बारे में इतनी प्रभावशाली ढंग से शिक्षा दी, उसे अभी भी स्वयं यीशु से अनुग्रह पर एक व्यक्तिगत शब्द सुनने की आवश्यकता थी। जो अकेला ही अनुग्रह के बारे में हमारी समझ को नया आकार देता है। अनुग्रह केवल मुक्ति या क्षमा का सिद्धांत नहीं है; यह वह दैनिक शक्ति है जो जीवन के कठिन होने पर हमें सहारा देती है।

हमारे लिए, यीशु के वचन आज भी वही शक्ति रखते हैं। हममें से प्रत्येक के पास एक काँटा है - एक अनसुलझा संघर्ष, एक लंबे अरसे का दर्द, एक अधूरी प्रार्थना, एक बोझ जो हमें सीमित करता है। पौलुस की तरह, हम अक्सर परमेश्वर से इसे हटाने के लिए कहते हैं। कभी - कभी वह हटाता भी है। कभी-कभी वह इसे हटाने के बजाय बोलता है: "मेरा अनुग्रह तेरे लिए बहुत है।" इसका मतलब है कि उसका अनुग्रह हमें बनाए रखेगी, हमें आगे बढ़ाएगी, हमें मजबूत करेगी और हमारी कमजोरी पर काम करेगी। अनुग्रह हमेशा हमारी परिस्थितियों को नहीं बदलता है, लेकिन हम उन परिस्थितियों के भीतर कैसे रहते हैं उसको बदलता है।

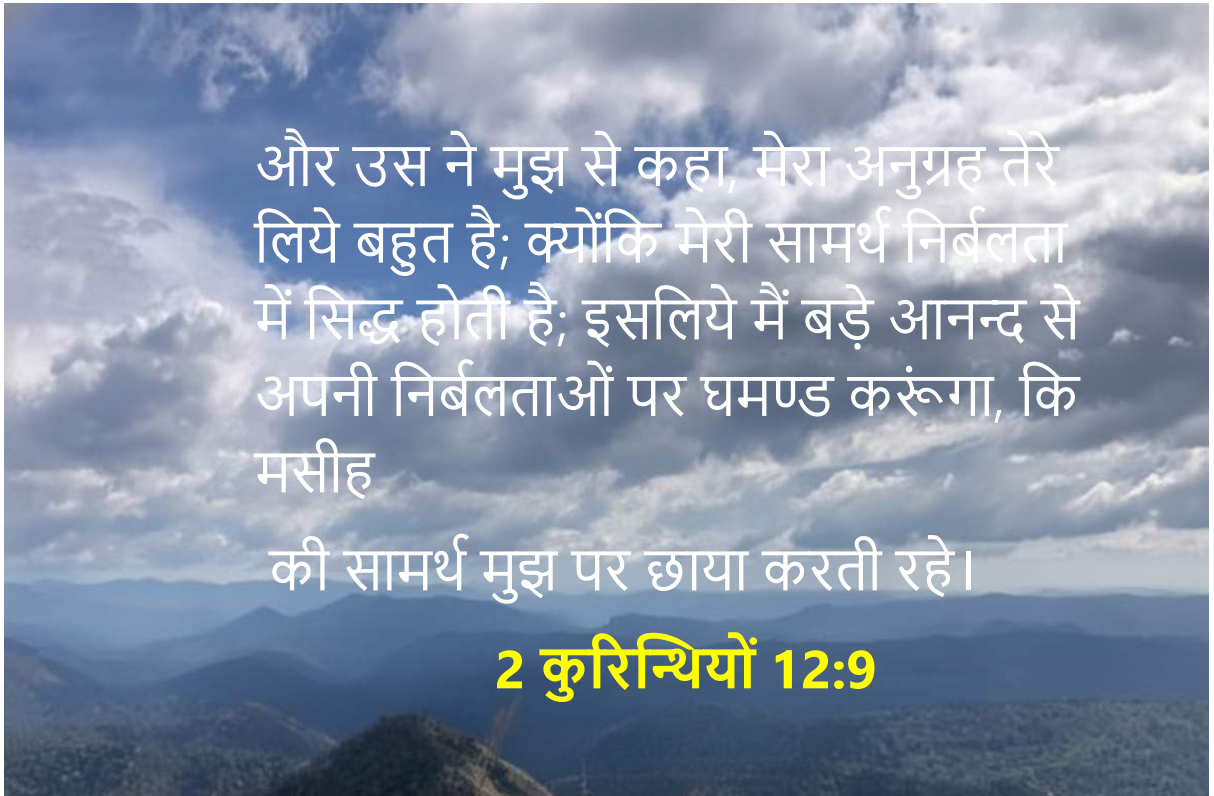
## दिन 18 - अनुग्रह के उपहार पर भरोसा करना

अनुग्रह के उपहार पर भरोसा करने का मतलब है कि हम यह दिखावा करना बंद कर दें कि हम अपने आप में काफी मजबूत हैं। इसका मतलब है कि हम अपनी कमजोरी में परमेश्वर की शक्ति को अपने ऊपर हावी होने देते हैं। इसका अर्थ है कि हम आत्मनिर्भरता को परमेश्वर में निर्भरता से बदल देते हैं। अनुग्रह का उपहार हमें आश्वस्त करता है कि हम अकेले नहीं चलते हैं, यहां तक कि उस स्थिति में भी जिसकी अभी तक चंगाई प्राप्त नहीं हुई या उत्तर नहीं दिया गया है।

आज, यीशु द्वारा पौलुस से कहे गए और अब आपसे कहे गए शब्दों को फिर से सुनें: "मेरा अनुग्रह तुम्हारे लिए बहुत है।" यहाँ भी. अब भी। उसका अनुग्रह ही काफी है.

### चिंतन :

- ऐसे कौन से 'कांटे' हैं जो आप पर बोझ बन रहे हैं?
- आप को क्या लगता है जब यीशु आपसे कहते हैं की "मेरा अनुग्रह ही तेरे लिए बहुत है? तोह परमेश्वर आपसे किस प्रकार की उपेक्षा रखते है के आप उन्हें किस तरह से संभाले।



## दिन 19 - भरोसा करें और आज्ञा का पालन करें

### वचन पढ़ें: 1 शमूएल 13:1-15

शाऊल तीस वर्ष का हो कर राज्य करने लगा, और उसने इस्राएलियों पर दो वर्ष तक राज्य किया। 2 फिर शाऊल ने इस्राएलियों में से तीन हजार पुरूषों को अपने लिये चुन लिया; और उन में से दो हजार शाऊल के साथ मिकमाश में और बेतेल के पहाड़ पर रहे, और एक हजार योनातान के साथ बिन्यामीन के गिबा में रहे; और दूसरे सब लोगों को उसने अपने अपने डेरे में जाने को विदा किया। 3 तब योनातान ने पलिशतियों की उस चौकी को जो गिबा में थी मार लिया; और इसका समाचार पलिशतियों के कानों में पड़ा। तब शाऊल ने सारे देश में नरसिंगा फुंकवाकर यह कहला भेजा, कि इब्री लोग सुनें। 4 और सब इस्राएलियों ने यह समाचार सुना कि शाऊल ने पलिशतियों की चौकी को मारा है, और यह भी कि पलिशती इस्राएल से घृणा करने लगे हैं। तब लोग शाऊल के पीछे चलकर गिलगाल में इकट्ठे हो गए॥ 5 और पलिशती इस्राएल से युद्ध करने के लिये इकट्ठे हो गए, अर्थात् तीस हजार रथ, और छः हजार सवार, और समुद्र के तीर की बालू के किनकों के समान बहुत से लोग इकट्ठे हुए; और बेतावेन के पूर्व की ओर जा कर मिकमाश में छावनी डाली। 6 जब इस्राएली पुरूषों ने देखा कि हम सकेती में पड़े हैं (और सचमुच लोग संकट में पड़े थे), तब वे लोग गुफाओं, झाड़ियों, चट्टानों, गढियों, और गढ़ों में जा छिपे। 7 और कितने इब्री यरदन पार हो कर गाद और गिलाद के देशों में चले गए; परन्तु शाऊल गिलगाल ही में रहा, और सब लोग थरथराते हुए उसके पीछे हो लिए॥ 8 वह शमूएल के ठहराए हुए समय, अर्थात् सात दिन तक बाट जोहता रहा; परन्तु शमूएल गिलगाल में न आया, और लोग उसके पास से इधर उधर होने लगे। 9 तब शाऊल ने कहा, होमबलि और मेलबलि मेरे पास लाओ। तब उसने होमबलि को चढ़ाया। 10 ज्योंही वह होमबलि को चढ़ा चुका, तो क्या देखता है कि शमूएल आ पहुंचा; और शाऊल उस से मिलने और नमस्कार करने को निकला। 11 शमूएल ने पूछा, तू ने क्या किया? शाऊल ने कहा, जब मैं ने देखा कि लोग मेरे पास से इधर उधर हो चले हैं, और तू ठहराए हुए दिनों के भीतर नहीं आया, और पलिशती मिकमाश में इकट्ठे हुए हैं, 12 तब मैं ने सोचा कि पलिशती गिलगाल में मुझ पर अभी आ पड़ेंगे, और मैं ने यहोवा से बिनती भी नहीं की है; सो मैं ने अपनी इच्छा न रहते भी होमबलि चढ़ाया। 13 शमूएल ने शाऊल से कहा, तू ने मूर्खता का काम किया है; तू ने अपने परमेश्वर यहोवा की आज्ञा को नहीं माना; नहीं तो यहोवा तेरा राज्य इस्राएलियों के ऊपर सदा स्थिर रखता। 14 परन्तु अब तेरा राज्य बना न रहेगा; यहोवा ने अपने लिये एक ऐसे पुरूष को ढूँढ़ लिया है जो उसके मन के अनुसार है; और यहोवा ने उसी को अपनी प्रजा पर प्रधान होने को ठहराया है, क्योंकि तू ने यहोवा की आज्ञा को नहीं माना॥ 15 तब शमूएल चल निकला, और गिलगाल से बिन्यामीन के गिबा को गया। और शाऊल ने अपने साथ के लोगों को गिनकर कोई छः सौ पाए।

**प्रमुख वचन :** "13 शमूएल ने शाऊल से कहा, तू ने मूर्खता का काम किया है; तू ने अपने परमेश्वर यहोवा की आज्ञा को नहीं माना; नहीं तो यहोवा तेरा राज्य इस्राएलियों के ऊपर सदा स्थिर रखता।

दबाव हमारे दृष्टिकोण को बदलने का एक माध्यम है। जब हम चारों ओर से दबाव में घिर जाते हैं, तो हमारा तर्क भय से धुंधला हो सकता है, और उस क्षण की तात्कालिकता के कारण हमारे विश्वास को ग्रहण लग जाता है। संकट की इन घड़ियों में ही परमेश्वर पर हमारे भरोसे की असली परीक्षा होती है।

इसका एक शक्तिशाली और गंभीर उदाहरण हमें 1 शमूएल 13 में मिलता है। राजा शाऊल एक भयानक स्थिति में है। शक्तिशाली पलिशती सेना इकट्ठी हो गई है, "समुद्र तट पर रेत के समान अनगिनत।

इसका एक शक्तिशाली और गंभीर उदाहरण हमें 1 शमूएल 13 में मिलता है। राजा शाऊल एक भयानक स्थिति में है। शक्तिशाली पलिशती सेना इकट्ठी हो गई है, "समुद्र तट के रेत के समान अनगिनत।" उसकी अपनी सेनाएँ भय से काँप रही हैं, गुफाओं और गड्डों में छुपी हुई हैं। वे संख्या में कम हैं, हथियारों की कमी है और विचलित हैं। मामले को और भी बदतर बनाते हुए, भविष्यवक्ता शमूएल, परमेश्वर का जन, देरी से आया। शाऊल को निर्देश

## दिन 19 - भरोसा करें और आज्ञा का पालन करें

दिया गया था कि वह शमूएल के बलिदान चढ़ाने की प्रतीक्षा करे, लेकिन जैसे-जैसे दिन बीतते गए, उसकी सेना तितर-बितर होने लगी।

दबाव असहनीय हो जाता है। मनुष्य प्रवर्ति का ऐसे में तर्क यही है की कार्यवाही करनी चाहिए। इसलिए, शाऊल परमेश्वर की आज्ञा का सीधा सीधा उल्लंघन करने का चुनाव करता है। वह खुद ही बलि चढ़ा देता है।

जैसे ही भेंट की अंतिम अंगारे चमकते हैं, शमूल आ जाता है। उनका प्रश्न सीधा मुद्दे की जड़ तक पहुँचता है: "तूने ये क्या किया?"

### शाऊल का बचाव मानवीय तर्क का उत्तम रूप है:

- लोग तितर-बितर हो रहे थे.
- आप समय पर नहीं आये.
- पलिशती आक्रमण के लिये तत्पर थे।
- मुझे लगा मुझे ही कुछ करना पड़ेगा।

यह सब मानवीय दृष्टिकोण से बिल्कुल सही लगता है। लेकिन यह आध्यात्मिक दृष्टि से एक अनर्थकारी विफलता थी। शमूएल का उत्तर तीव्र और सदमा पहुँचाने वाला था : "तूने मूर्खता का काम किया है.. तू ने अपने परमेश्वर यहोवा की आज्ञा को नहीं माना।"

शाऊल की कहानी हमें सिखाती है कि अधूरी आज्ञा पालन भी आज्ञा के उलंघन करने के समान है। उसने एक "धार्मिक" कार्य किया—उसने एक बलिदान दिया—लेकिन उसने यह सीधे तौर पर परमेश्वर के आदेश का उलंघन करते हुए किया। उन्होंने परमेश्वर की आज्ञा पर भरोसा करने से ज्यादा संकट के अपने मूल्यांकन पर भरोसा किया। उसने अपने परमेश्वर की आज्ञा मानने के बजाय अपने डर की आज्ञा का पालन किया।

हम कितनी बार ऐसा करते हैं? परमेश्वर हमें एक स्पष्ट आदेश देता है - इंतजार करने का, क्षमा करने का, बोलने का, चुप रहने का, अपने आर्थिक व्यवस्था का, अपने रिश्तों का, अपने भविष्य के बारे में उस पर भरोसा करना का - लेकिन जब दबाव बढ़ता है और उसकी समय-सीमा हमारी बेचैनी से मेल नहीं खाता, तो हम मामलों को अपने हाथों में ले लेते हैं। हम त्रुटिहीन तर्क के साथ अपनी नाफरमानी को उचित ठहराते हैं: "मेरे पास कोई अन्य विकल्प नहीं था," "स्थिति गंभीर थी," "मुझे कुछ करना ही था।"

फिर भी, विश्वासी हृदय इस बात पर भरोसा करता है कि परमेश्वर की आज्ञा हमारी परिस्थितियों से अधिक विश्वसनीय है। यह माना जाता है कि उनका समय एकदम सही होता है, तब भी जब यह कष्टदायक रूप से धीमा लगे। यह आज्ञापालन है, इसलिए नहीं कि मार्ग आसान है, बल्कि इसलिए कि जिसने आज्ञा दी वह भला है।

### प्रार्थना:

स्वर्गीय पिता, हमें उन क्षणों के लिए क्षमा करें जब हम शाऊल के समान बन गए थे। हमें क्षमा करें के हमने आपके वादों से ज्यादा भय की शोर को सुना। आपकी अनंत बुद्धि और उत्तम समय से अधिक अपनी सीमित समझ पर भरोसा करने के लिए हमें क्षमा करें। जब दबाव बढ़ता जाता है, और हमारी सहज प्रवृत्ति नियंत्रण लेने की होती है, तो अपनी शांति से हमारे हृदय को शांत करें। आप पर हमारा विश्वास मजबूत करें, और हमें आज्ञापालन करने का साहस प्रदान करें - तब नहीं जब यह आसान हो, बल्कि तब जब यह कठिन हो। हमें आपकी प्रतीक्षा करने में मदद करें, यह जानते हुए कि आपके तरीके हमेशा सर्वोत्तम हैं। यीशु के नाम पर, आमीन।

दिन 19 - भरोसा करें और आज्ञा का पालन करें

**चिंतन :**

आपके जीवन में ऐसी कौन सी परिस्थितियाँ हैं जिनमें आपने राजा शाऊल के समान व्यवहार किया और परमेश्वर की आज्ञा का उलंघन किया ? आपको किन परिणामों का सामना करना पड़ा? आपने उन अनुभवों से क्या सीखा है? आप भविष्य में अलग कैसे बन सकते हैं?

इस समय आप अपने जीवन में परमेश्वर के समय और निर्देश की प्रतीक्षा करने के बजाय मामलों को अपने हाथों में लेने के लिए कहां दबाव महसूस कर रहे हैं?

कौन सा भय उस आवेग को प्रेरित कर रहा है? क्या आप इसका नाम बता बताकर इसे परमेश्वर को समर्पित कर सकते हैं?

वह कौन सा क्षेत्र है जहां आप इस सप्ताह सक्रिय रूप से परमेश्वर पर भरोसा करना और उसकी आज्ञा पालन का चुनाव कर सकते हैं, भले ही यह आपके मानवीय तर्क के विरुद्ध हो?

**यूहन्ना 14:15 याद करें** "यदि तुम मुझ से प्रेम रखते हो, तो मेरी आज्ञाओं को मानोगे।"

## दिन 20 - ऐसा आनंद जो हर परीक्षा में मजबूती से बनी रहती है

**फिलिप्पियों 4: 11-13** यह नहीं कि मैं अपनी घटी के कारण यह कहता हूं; क्योंकि मैं ने यह सीखा है कि जिस दशा में हूं, उसी में सन्तोष करूं। 12 मैं दीन होना भी जानता हूं और बढ़ना भी जानता हूं: हर एक बात और सब दशाओं में तृप्त होना, भूखा रहना, और बढ़ना-घटना सीखा है। 13 जो मुझे सामर्थ देता है उस में मैं सब कुछ कर सकता हूं।

"मैंने हर परिस्थिति में संतुष्ट रहना सीख लिया है... मैंने हर एक बात और सब दशाओं में तृप्त होना का रहस्य सीख लिया है... जो मुझे सामर्थ देता है उस में मैं सब कुछ कर सकता हूं।"

पौलुस के शब्द आराम या सुकून की जगह से नहीं लिखे गए थे। उसने यह शब्द बन्दीगृह से लिखे थे। फिर भी, निराशा के बजाय, उसका पत्र आनंद से छलकता है। यह हमें एक गहन सत्य सिखाता है: मसीही आनंद आराम, सफलता या अनुकूल परिस्थितियों से जुड़ी नहीं है। यह मसीह पर आधारित है।

यीशु ने स्वयं हमें ऐसे जीवन के लिए तैयार किया जिसमें कष्ट शामिल होंगे। **यूहन्ना 16:33** में, "मैं ने ये बातें तुम से इसलिये कही हैं, कि तुम्हें मुझ में शान्ति मिले; संसार में तुम्हें क्लेश होता है, परन्तु ढाढ़स बांधो, मैं ने संसार को जीत लिया है॥" विश्वासी के जीवन में परीक्षण असाधारण नहीं; बल्कि वे यात्रा का हिस्सा हैं। फिर भी यीशु गहरी शांति और हिम्मत का वादा करता है जो यह जानने से आता है कि उसने पहले ही जीत हासिल कर ली है। यही हमारे आनंद का आधार है।

पौलुस ने संतोष का रहस्य खोज लिया - कठिनाई से बचकर नहीं, बल्कि इसके बीच में मसीह पर भरोसा करना सीखकर। उसकी खुशी केवल भावनात्मक प्रसन्नता नहीं थी; यह परमेश्वर की उपस्थिति और शक्ति में एक स्थिर विश्वास था। चाहे उसके पास बहुत कुछ हो या कुछ भी न हो, चाहे उसे सम्मानित किया गया या अपमानित किया गया, पौलुस का हृदय स्थिर रहा। यही कारण है कि वह साहसपूर्वक घोषणा कर सका, "जो मुझे सामर्थ देता है उस में मैं सब कुछ कर सकता हूं।" (**फिलिप्पियों 4:13**)। हर मौसम में खुशी संभव हो जाती है जब हमारी ताकत मसीह से आती है न कि परिस्थितियों से।

इस प्रकार का आनंद कहाँ से आती है? पवित्र शास्त्र से हमें पता चलता है कि आनंद परमेश्वर की उपस्थिति से प्रवाहित होता है। **भजन 16:11** कहता है, "तू मुझे जीवन का रास्ता दिखाएगा; तेरे निकट आनन्द की भरपूरी है, तेरे दाहिने हाथ में सुख सर्वदा बना रहता है।" सच्चा आनंद बाहरी परिवर्तन से उत्पन्न नहीं होता; यह तब मुक्त होता है जब हम परमेश्वर के उपस्थिति में रहते हैं। इसी तरह, 1 इतिहास 16:27 हमें याद दिलाता है, "सामर्थ और आनन्द उसके निवास स्थान में हैं।" जब हम जानबूझकर परमेश्वर की तलाश करते हैं, तो हमें भीतर से मजबूती प्राप्त होती है - वह सामर्थ जो आत्मा में आनंद बन जाती है।

**भजन संहिता 46** इस आनंद की एक सुंदर तस्वीर प्रस्तुत करता है: "एक नदी है जिसकी धाराएँ परमेश्वर के शहर को आनंदित करती हैं।" (**भजन 46:4**) परमेश्वर का आनंद कोई स्थिर भावना नहीं है; यह एक बहती हुई नदी है - निरंतर, ताज़गी और जीवन देने वाली। जबकि खुशियां परिस्थितियों के साथ बढ़ती और घटती हैं, आनंद स्थिर रहती है क्योंकि उसका स्रोत कभी नहीं बदलता है।

पौलुस हमें यह भी याद दिलाता है कि यह आनंद गहरी आंतरिक संतुष्टि की ओर ले जाता है:

## दिन 20 - ऐसा आनंद जो हर परीक्षा में मजबूती से बनी रहती है

"संतोष सहित परमेश्वर भक्ति का बड़ा लाभ है" (1 तीमुटियुस 6:6)। जब हम परमेश्वर पर पूरा भरोसा करते हैं तो हमारी संतुष्टि बढ़ती है, भले ही जब जीवन अस्थिर लगे। यह कठिनाई का अभाव नहीं है जो आनंद पैदा करती है, बल्कि यह एक संकल्प है कि परमेश्वर उसके भीतर मौजूद और विश्वसनीय है।

इस्राएल के लोगों को इस सत्य का अनुभव तब हुआ जब वे प्रवास से लौटे। यद्यपि उनकी स्थिति कठिन थी, नहेमायाह ने घोषणा की, "और उदास मत रहो, क्योंकि यहोवा का आनन्द तुम्हारा दृढ़ गढ़ है" (नहेमायाह 8:10)। परमेश्वर के आनंद ने उनकी चुनौतियों को तुरंत दूर नहीं किया, बल्कि इसने उन्हें उठने और पुनर्निर्माण करने के लिए सशक्त बनाया। उसी तरह, आनंद दर्द से इनकार नहीं करता - वह दैवीय शक्ति से उस पर काबू पाता है।

यीशु ने स्वयं इस वास्तविकता को जीया। उन्होंने ठुकराए जाना, पीड़ा और क्रूस को सहन किया, फिर भी अपने पिता के प्रेम में पूरी तरह सुरक्षित रहे। उनका आनंद रिश्ते में निहित था, परिस्थिति में नहीं। पौलुस ने उसी रास्ते का अनुसरण किया और अब हमें भी उस पर चलने के लिए आमंत्रित किया गया है।

याकूब विश्वासियों को प्रोत्साहित करता है, "जब नाना प्रकार की परीक्षाओं में पड़ो तो इसको पूरे आनंद की बात समझो" (याकूब 1: 2,3अ)। ऐसा इसलिए नहीं है क्योंकि परीक्षण अच्छे लगते हैं - बल्कि इसलिए कि परमेश्वर उनका उपयोग हमारे विश्वास को गहरा करने, हमारे चरित्र को मजबूत करने और हमें अपने करीब लाने के लिए करता है।

आज, चाहे आप किसी भी परीक्षा का सामना कर रहे हों, यह जान लें: आपका आनंद आपके आस-पास जो कुछ भी हो रहा है उससे नहीं आता है, बल्कि इससे आता है जो आपके भीतर आपको मजबूत बना रहा है - यीशु मसीह। जब आप उसकी उपस्थिति में रहते हैं, तो आनंद आपकी ताकत बन जाती है, और संतुष्टि आपकी शांति बन जाती है।

### व्यक्तिगत चिंतन:

मैं वर्तमान में स्थायी आनंद के बजाय खुशी की तलाश कहाँ कर रहा हूँ?

मेरे जीवन का ऐसा कौन सा क्षेत्र है जहाँ मुझे संतुष्टि के लिए मसीह पर अधिक गहराई से भरोसा करने की आवश्यकता है?

पिछले परीक्षणों में परमेश्वर ने मुझे अपनी सामर्थ किस प्रकार दिखाई?

## दिन 21 - भावनाओं से ऊपर भरोसे को चुनना

**फिलिप्पियों 4:4-7** प्रभु में सदा आनन्दित रहो; मैं फिर कहता हूँ, आनन्दित रहो। 5 तुम्हारी कोमलता सब मनुष्यों पर प्रगट हो: प्रभु निकट है। 6 किसी भी बात की चिन्ता मत करो: परन्तु हर एक बात में तुम्हारे निवेदन, प्रार्थना और बिनती के द्वारा धन्यवाद के साथ परमेश्वर के सम्मुख अपस्थित किए जाएं। 7 तब परमेश्वर की शान्ति, जो समझ से बिलकुल परे है, तुम्हारे हृदय और तुम्हारे विचारों को मसीह यीशु में सुरिक्षित रखेगी॥

हमारी भावनाएँ वास्तविक हैं, लेकिन वे भरोसेमंद आसरा नहीं हैं। वे हमारे परिस्थितियों, नींद की गुणवत्ता और हमारे नियंत्रण से परे कई अन्य कारकों के चलते बदलते रहते हैं। एक पल में, हम टूट महसूस करते हैं; और अगले ही पल, वही स्थिति भारी लगती है। यह वचन कुछ अधिक स्थिर चीज़ प्रदान करता है: हमारी नींव के रूप में परमेश्वर का सत्य।

### विचार करें

आनन्दित होना एक विकल्प है, भावना नहीं। पौलुस ने इसे बंदीग्रह में लिखा था। वह यह नहीं कह रहा है कि "जब आपका मन करे तब आनन्द मनाओ" बल्कि "हमेशा प्रभु में आनन्दित रहो।" इसका अर्थ यह है कि आप कैसा महसूस कर रहे हैं या क्या हो रहा है, इसकी परवाह किए बिना अपने आप को इस बात में स्थिर कर लें कि परमेश्वर कौन है।

परमेश्वर से नज़दीकी सब कुछ बदल देती है। "प्रभु निकट है" बाकी सभी चीज़ों की नींव है। जब भावनाएँ बेकाबू हो जाती हैं, तो इसका इलाज बेहतर महसूस करने के लिए अधिक प्रयास करना नहीं है - यह परमेश्वर की उपस्थिति को याद करना है। वह निकट है। वह देखता है। वह गया नहीं है।

चिन्ता का एक विकल्प है। "किसी भी बात की चिन्ता मत करो" यह कोई ऐसा आदेश नहीं है की कभी भी चिन्तित महसूस न करें - यह अलग तरह से प्रतिक्रिया करने का निमंत्रण है। जब चिन्ताजनक विचार आते हैं, तो हमें उन्हें ले जाने के लिए जगह है: प्रार्थना के रूप में परमेश्वर के पास। चिन्ता का विपरीत इच्छाशक्ति नहीं है; यह प्रार्थना के माध्यम से परमेश्वर की शक्ति की ओर मुड़ना है।

धन्यवाद देने से हमारे नज़रिये में बदलाव आता है। "धन्यवाद के साथ" अनुरोध प्रस्तुत करने का अर्थ है वर्तमान में सहायता मांगते समय परमेश्वर की पिछली विश्वसनीयता को याद करना। यह हमारी भावनाओं के खिलाफ़ सबूत है जब वे दावा करते हैं कि परमेश्वर पर भरोसा नहीं किया जा सकता।

शांति एक उपहार है, कोई उपलब्धि नहीं। परमेश्वर जो शांति प्रदान करता है वह "समझ से परे" है - यह हमारे दिलों की रक्षा करती है, तब भी जब परिस्थितियाँ बदलती नहीं हैं, और हमें समझ नहीं आता के चीज़ें कैसे होंगी। हम इसे प्राप्त करते हैं; हम इसे बनाते नहीं हैं।

### इस पर अमल करें

#### आज की चुनौती:

1. अपनी भावनाओं को ईमानदारी से नाम दें। आप अभी क्या महसूस कर रहे हैं? इसे आध्यात्मिक मत बनाओ-बस इसे परमेश्वर के सामने स्वीकार करें।

2. सत्य की ओर रुख करें। परमेश्वर के सत्य के बारे में क्या जानते हैं, भले ही आपकी भावनाएँ कुछ और ही कहती हों? (वह निकट है। वह विश्वसनीय है। वह आपकी सुनता है।)

## दिन 21 - भावनाओं से ऊपर भरोसे को चुनना

3. विशेष रूप से प्रार्थना करें. अपने वास्तविक निवेदन परमेश्वर के पास लाएँ - ,न कि अप्रिय हिस्सों को छांट काट करके। अतीत के विश्वसनीयता के लिए धन्यवाद शामिल करें।

4. शांति प्राप्त करें . शांतमय भावनाएँ उत्पन्न करने का प्रयास न करें। अपने हृदय की रक्षा के लिए परमेश्वर से उसकी शांति के लिए प्रार्थना करें, और उस पर भरोसा रखें कि वह उसे अपने समय पर देगा।

### व्यक्तिगत चिंतन प्रश्न

- इस समय कौन सी भावनाएँ आपके हृदय पर हावी हो रही हैं?
- किन स्थितियों में आप सबसे अधिक भूल जाते हैं कि "प्रभु निकट है"?
- आज आपको प्रार्थना में परमेश्वर के सामने कौन सी चिंता लाने की आवश्यकता है?
- वर्तमान अनिश्चितता का सामना करते हुए आप अतीत के किस विश्वसनीयता के लिए परमेश्वर को धन्यवाद दे सकते हैं?

याद करने के लिए वचन: फिलिप्पियों 4:6-7

## दिन 22 - क्षमा और भरोसा

### भजन संहिता 103: 2,3

हे मेरे मन, यहोवा को धन्य कह, और उसके किसी उपकार को न भूलना।  
3 वही तो तेरे सब अधर्म को क्षमा करता, और तेरे सब रोगों को चंगा करता है,

दाऊद ने भजन संहिता 103 में परमेश्वर के अद्भुत गुणों का वर्णन किया है। परमेश्वर की अद्भुत विशेषताओं में से एक यह है कि वह हमारे सभी अधर्मों या पापों को क्षमा कर देता है! हममें से बहुत से लोग यह मानते हुए बड़े हुए हैं कि हमारे कुछ पाप क्षमा योग्य नहीं हैं। परन्तु जब हमें परमेश्वर की सच्चाई का पता चलता है, तो यह जान कर हम बहुत भावुक जो जाते हैं की ऐसा कोई ऐसा कोई पाप नहीं है जो इतना बड़ा हो कि जिसे वह माफ़ न कर सके। वह हमारे सभी पापों को माफ़ करने के लिए उत्सुक रहता है, यहां तक कि उन पापों को भी जिनके कारण पूरा संसार हमारे खिलाफ हो सकता है। यही परमेश्वर है! एक बार जब हमें ऐसी पूर्ण क्षमा मिल जाती है, तो परमेश्वर हमसे अपेक्षा करते हैं कि हम भी दूसरों के साथ भी ऐसा ही करें! वह हमसे अपेक्षा करता है कि हम भी दूसरों के लिए इसे "आगे चुकाएँ"! देखिये प्रेरित पौलुस ने इस विषय में क्या लिखता है :

**कुलुस्सियों 3:13** "और यदि किसी को किसी पर दोष देने को कोई कारण हो, तो एक दूसरे की सह लो, और एक दूसरे के अपराध क्षमा करो: जैसे प्रभु ने तुम्हारे अपराध क्षमा किए, वैसे ही तुम भी करो।

हमें क्षमा करने के लिए बुलाया गया है जैसे प्रभु ने हमें क्षमा किया! उन्होंने कैसे क्षमा किया ? उसने हमारे सभी पापों को क्षमा कर दिया। ऐसा कोई पाप नहीं है जिसे वह कहता हो कि वह माफ़ नहीं करेगा! हमें क्षमा करने के बाद वह हमारे पापों का लेखा-जोखा नहीं रखता। इसी प्रकार हमें दूसरों को क्षमा करना चाहिए जो हमारे विरुद्ध पाप करते हैं।

### जिस तरह से हम दूसरों को क्षमा करते हैं उसमें भरोसा किस तरह भूमिका निभाता है?

1. हमें भरोसा रखना चाहिए कि परमेश्वर ने हमारे सभी पापों को क्षमा कर दिया है क्योंकि वह ऐसे ही हैं!
2. हमें भरोसा रखना चाहिए कि परमेश्वर हमें उसके जैसा बना रहें है ! इसलिए, हमें भी दूसरों को क्षमा करने की क्षमता दी गई है जैसे परमेश्वर ने हमें क्षमा किया है।
3. हमें अपने अंदर पवित्र आत्मा की उपस्थिति पर भरोसा करना चाहिए, जो हमें दूसरों को क्षमा करने में सक्षम बनाता है जैसे परमेश्वर ने हमें क्षमा किया।
4. हमें अपने आप को परमेश्वर को सौंप देना चाहिए, जो यीशु की तरह न्याय करता है। इसके लिए, हमें भरोसा करना चाहिए कि वह वास्तव में न्याय करने वाला है!

**1 पतरस 2:21-23** : "और तुम इसी के लिये बुलाए भी गए हो क्योंकि मसीह भी तुम्हारे लिये दुख उठा कर, तुम्हें एक आदर्श दे गया है, कि तुम भी उसके चिन्ह पर चलो।

22 न तो उस ने पाप किया, और न उसके मुंह से छल की कोई बात निकली।

23 वह गाली सुन कर गाली नहीं देता था, और दुख उठा कर किसी को भी धमकी नहीं देता था, पर अपने आप को सच्चे न्यायी के हाथ में सौंपता था।

प्रेरित पौलुस ने यह तब लिखा जब बहुत से स्वामी अपने सेवकों के साथ दया और न्याय का व्यवहार नहीं कर रहे थे। फिर भी वह 1 पतरस 2:18 में ऐसे सेवकों को जो ईसाई हैं, उन्हें आदेश देता है "हे सेवकों, हर प्रकार के भय के साथ अपने स्वामियों के आधीन रहो, न केवल भलों और नम्रों के, पर कुटिलों के भी।।"

## दिन 22 - क्षमा और भरोसा

इस निर्देश देने के बाद, पतरस हमारा ध्यान हमारे प्रभु यीशु की ओर आकर्षित करता है और हमें उसके उदाहरण का अनुकरण करने के लिए कहता है। अगर हमें लगता है कि हमारे साथ अन्याय हो रहा है, तो यीशु के बारे में सोचें, जिसने कोई पाप नहीं किया। फिर भी, उसका उपहास किया गया, उसे नंगा किया गया, कोड़े मारे गए, पीटा गया, उस पर थूका गया और अंत में उसे सूली पर चढ़ा दिया गया जैसे कि वह एक अपराधी था जो मृत्युदंड के योग्य था। यीशु ने इसे कैसे सहन किया, बिना कड़वाहट के और यहाँ तक कि उन लोगों के लिए प्रार्थना भी की जो उसके साथ दुर्व्यवहार कर रहे थे?

प्रेरित पौलुस ने यह तब लिखा जब बहुत से स्वामी अपने सेवकों के साथ दया और न्याय का व्यवहार नहीं कर रहे थे। फिर भी वह **1 पतरस 2:18** में ऐसे सेवकों को जो ईसाई हैं, उन्हें आदेश देता है "हे सेवकों, हर प्रकार के भय के साथ अपने स्वामियों के आधीन रहो, न केवल भलों और नम्रों के, पर कुटिलों के भी।।"

इस निर्देश देने के बाद, पतरस हमारा ध्यान हमारे प्रभु यीशु की ओर आकर्षित करता है और हमें उसके उदाहरण का अनुकरण करने के लिए कहता है। अगर हमें लगता है कि हमारे साथ अन्याय हो रहा है, तो यीशु के बारे में सोचें, जिसने कोई पाप नहीं किया। फिर भी, उसका उपहास किया गया, उसे नंगा किया गया, कोड़े मारे गए, पीटा गया, उस पर थूका गया और अंत में उसे सूली पर चढ़ा दिया गया जैसे कि वह एक अपराधी था जो मृत्युदंड के योग्य था। यीशु ने इसे कैसे सहन किया, बिना कड़वाहट के और यहाँ तक कि उन लोगों के लिए प्रार्थना भी की जो उसके साथ दुर्व्यवहार कर रहे थे? पतरस इसका उत्तर वचन 23 में देता है :

**"वह गाली सुन कर गाली नहीं देता □, और दुख उठा कर किसी को भी धमकी नहीं देता □, पर अपने आप को सच्चे न्यायी के हा □ में सौपता □।।"**

क्या आपको भरोसा है कि परमेश्वर न्यायकारी है? यदि आपको विश्वास है कि परमेश्वर न्यायकारी है, तो जब दूसरे हमारे साथ अन्याय करते हों तो हमें स्वयं को किसके हवाले करना चाहिए? क्या हमें न्याय अपने हाथ में ले लेना चाहिए? जब हम न्याय अपने हाथ में लेते हैं, तो हम दूसरों को दंडित करना चाहते हैं जो हमें चोट पहुंचाते हैं क्योंकि हमें लगता है कि वे इसके लायक हैं, और कोई उन्हें सजा नहीं देगा! इस विचार से हम यह घोषित कर रहे हैं कि परमेश्वर अन्यायी है! यह एक निंदापूर्ण विचार है! हमारे विरुद्ध पाप करने वाले अन्य लोगों को दंडित करने का चयन करके, हो सकता है हम उन्हें वास्तव में शारीरिक रूप से चोट पहुंचाने की कोशिश न करें। लेकिन हम उन्हें क्षमा न करने और कड़वाहट और नफरत को बढ़ावा देकर दंडित करने की कोशिश कर रहे हैं! यह विभिन्न तरीकों से स्पष्ट होगा कि हम उनके साथ कैसा व्यवहार करते हैं। अब, सोचिए कि यीशु ने यहूदा के साथ कैसा व्यवहार किया, जिसने उसे धोखा दिया, पतरस, जिसने तीन बार यीशु का इंकार किया और वे सभी प्रेरित जिन्होंने यीशु के गिरफ्तार होने पर उसे छोड़ कर भाग गए। सोचकर देखिये की किस प्रकार यीशु ने अपने शत्रुओं के लिए प्रार्थना की जब वह अत्यंत पीड़ा से गुजर रहा था: **"तब यीशु ने कहा; हे पिता, इन्हें क्षमा कर, क्योंकि ये नहीं जानते कि क्या कर रहे हैं।"** (लूका 23:34)।

निम्नलिखित वचनो को याद करें, और जब भी कोई आपके विरुद्ध पाप करें, तो उन्हें अपने मन में लाएं और उसके अनुसार कार्य करें:

### कुलुस्सियों 3

13 और यदि किसी को किसी पर दोष देने को कोई कारण हो, तो एक दूसरे की सह लो, और एक दूसरे के अपराध क्षमा करो: जैसे प्रभु ने तुम्हारे अपराध क्षमा किए, वैसे ही तुम भी करो।

## दिन 22 - क्षमा और भरोसा

### 1 पतरस 2:23

वह गाली सुन कर गाली नहीं देता था, और दुख उठा कर किसी को भी धमकी नहीं देता था, पर अपने आप को सच्चे न्यायी के हाथ में सौंपता था।

आपको पूर्ण रूप से क्षमा करने के लिए यीशु को धन्यवाद देते हुए लेख लिखें।

अपने हृदय को जांचें और देखें कि क्या कोई ऐसा है जिसे आपने अपने दिल से माफ नहीं किया है, और यदि कोई है, तो उन्हें क्षमा करने के लिए पवित्र आत्मा की मदद लें जैसे परमेश्वर ने आपको क्षमा किया।

## दिन 23 - परीक्षाओं में हमारा उद्देश्य

### 1 पतरस 1:6-7

और इस कारण तुम मगन होते हो, यद्यपि अवश्य है कि अब कुछ दिन तक नाना प्रकार की परीक्षाओं के कारण उदास हो। 7 और यह इसलिये है कि तुम्हारा परखा हुआ विश्वास, जो आग से ताए हुए नाशमान सोने से भी कहीं, अधिक बहुमूल्य है, यीशु मसीह के प्रगट होने पर प्रशंसा, और महिमा, और आदर का कारण ठहरे।

हम जानते हैं कि पतरस स्वयं एक ऐसा व्यक्ति था जिसे परीक्षा के दौरान यीशु को अस्वीकार करने के कमजोर इरादों वाले निर्णयों के लिए कई बार खुद को माफ करना पड़ा था। जब उसकी परीक्षा हुई, तो उसने यीशु के साथ किसी भी तरह की निकटता से इनकार कर दिया।

परीक्षा, प्रलोभन, निराशा और इनकार कभी-कभी हमें उन लोगों के प्रति पीड़ा और क्रोध का कारण बनते हैं जो हमारा दिल दुखाते हैं। लेकिन हमारा विश्वास तभी सच्चा बनता है और सोने में बदल जाता है जब हम अपने कठिन दिनों के दौरान परमेश्वर पर भरोसा करते हैं।

आज सुबह जब मैं इस पाठ को लिखने के लिए बैठा, मैं प्रार्थना करने के लिए जूझ रहा था क्योंकि मैं परेशान और दुखी था कि मेरे किसी करीबी ने मेरा अपमान किया, मेरा अनादर किया और मुझे अपमानित और अनावश्यक महसूस कराया। पिछली रात मैं उदास और क्रोधित होकर सो गया था। जब मैंने प्रार्थना करना शुरू किया, तो मैं केवल परमेश्वर से बात कर रहा था कि मैं आज से कैसी प्रतिक्रिया दूंगा। कि मैं ऐसे लोगों को नज़र अंदाज़ करूंगा, दंडित करूंगा या अपने से दूर कर दूंगा, भले ही उन्हें खुद ही कष्ट सहना पड़े।

अपनी कराह में, मैंने इस बात पर विचार किया कि परमेश्वर प्रेम है (1 यूहन्ना 4:8) और फिर मैंने पढ़ा कि यदि मैं परमेश्वर से प्रेम करता हूँ (1 यूहन्ना 4:16) तो मुझे प्रेम में रहना होगा, प्रेम में प्रत्युत्तर देना होगा। मेरी एकमात्र प्रतिक्रिया यह होनी चाहिए कि जब भी मैं परमेश्वर से माफ़ी मांगता हूँ तो जैसा वह हमेशा मेरे साथ व्यवहार करता है। मेरा गुस्सा शांत हो गया, मैंने उस व्यक्ति को क्षमा करने का फैसला किया और आगे से उनसे दोबारा मिलने से पहले, अपने मैं में किसी प्रकार के क्रोध को न रखने का निर्णय लिया।

हमें कई तरह की परीक्षाओं का सामना करना पड़ता है। हममें से कई लोगों के लिए, यह और भी कठिन होती है जैसे कर्ज, स्थिर नौकरी की कमी, अस्वीकृति, अपमान, असुलझे रिश्ते, दुर्व्यवहार, जीवनसाथी के रूप में आपस में प्रेम का न होना, दवा के साथ साथ लंबी बीमारी।

इस बात का कोई जवाब नहीं है कि विश्वासी होते हुए भी मुझे इन परीक्षाओं का सामना क्यों करना पड़ता है। लेकिन हम अपने उद्देश्य की पहचान कर सकते हैं। मुझे क्या करना होगा? मुझसे क्या करने की अपेक्षा की जाती है? जब मैं इस कठिन समय का सामना कर रहा हूँ तो परमेश्वर मुझसे क्या करवाना चाहेंगे?

परमेश्वर की ओर देखो। वह सदैव प्रेम है। उसका स्वभाव प्रेम है। वह केवल प्रेम के बारे में सोचता है। अगर मेरी प्रतिक्रिया प्रेम में बानी रहे तो मेरा विश्वास सच्चा हो जाता है। परमेश्वर मुझसे यही चाहते हैं। मेरा विश्वासी जीवन सोने के समान मूल्यवान हो जाती है। दूसरों को मेरे गुस्से की तुलना में मेरे प्रेम से आहत होना चाहिए। मेरे परीक्षण के प्रति मेरी प्रतिक्रिया परेश्वर के समुख आदर प्रस्तुत करती है। परमेश्वर मुझ पर मुस्कुराये और प्रसन्न हुए कि मैंने सही प्रतिक्रिया व्यक्त की। अपने आप को निर्दोष बनाए रखें, प्रभु आपको पवित्र करें, उनके आने तक आपको शांति दें। **(1 पित्स 5:23)**

जब आप परमेश्वर के प्रेम पर विचार करते हैं, तो आप अपने उद्देश्य पर विचार करते हैं। स्वयं को क्षमा करने की शक्ति खोजें, किसी व्यक्ति को क्षमा करें या स्वयं के प्रति तब तक धैर्य रखें जब तक आपको वह शक्ति न मिल जाए जिसका वादा परमेश्वर ने आपके जीवन के लिए किया है।

शांत समय श्रृंखला - प्रभु पर भरोसा रखें

दिन 23 - परीक्षाओं में हमारा उद्देश्य

**1 पतरस 1:6 याद करें** "और इस कारण तुम मगन होते हो, यद्यपि अवश्य है कि अब कुछ दिन तक नाना प्रकार की परीक्षाओं के कारण उदास हो।

## दिन 24 - तूफ़ान में शांति ढूँढना

मरकुस : 4:35-41

उसी दिन जब सांझ हुई, तो उस ने उन से कहा; आओ, हम पार चलें,।

36 और वे भीड़ को छोड़कर जैसा वह था, वैसा ही उसे नाव पर साथ ले चले; और उसके साथ, और भी नावें थीं।  
37 तब बड़ी आन्धी आई, और लहरें नाव पर यहां तक लगीं, कि वह अब पानी से भरी जाती थी।

38 और वह आप पिछले भाग में गद्दी पर सो रहा था; तब उन्होंने उसे जगाकर उस से कहा; हे गुरू, क्या तुझे चिन्ता नहीं, कि हम नाश हुए जाते हैं?

39 तब उस ने उठकर आन्धी को डांटा, और पानी से कहा; "शान्त रह, थम जा": और आन्धी थम गई और बड़ा चैन हो गया।

40 और उन से कहा; तुम क्यों डरते हो? क्या तुम्हें अब तक विश्वास नहीं?

41 और वे बहुत ही डर गए और आपस में बोले; यह कौन है, कि आन्धी और पानी भी उस की आज्ञा मानते हैं?

हमारी कठिनाइयों में भी परमेश्वर हमारे साथ हैं। जीवन में तूफ़ान अचानक आते हैं—बीमारी, आर्थिक समस्याएँ, सेवकाई का दबाव, रिश्तों के मसले, या व्यक्तिगत संघर्ष। नाव में शिष्यों की तरह, हम भी यीशु से पूछते हैं, "क्या आपको परवाह नहीं है?"

लेकिन मुख्य सच्चाई यह है: यीशु हमेशा हमारे साथ हैं। वह हमारे साथ नाव में है।

गलील समुद्र अचानक आने वाले खतरनाक तूफ़ानों के लिए जाना जाता था। यहां तक कि पतरस और यूहन्ना जैसे अनुभवी मछुआरे भी उस तूफ़ान से डर गए थे जिसका उन्होंने सामना किया था।

**यशायाह 41:10** मत डर, क्योंकि मैं तेरे संग हूँ, इधर उधर मत ताक, क्योंकि मैं तेरा परमेश्वर हूँ; मैं तुझे दृढ़ करूँगा और तेरी सहायता करूँगा, अपने धर्ममय दाहिने हाथ से मैं तुझे समहाले रहूँगा॥

यह वाचा परमेश्वर के लोगों को तब दिया गया था जब वे डरे हुए थे, मुश्किलों का सामना कर रहे थे और भविष्य के बारे में अनिश्चित थे। परमेश्वर ने उन्हें याद दिलाया, "मैं तुम्हारे साथ हूँ। मैं तुम्हारी मदद करूँगा।" यह वाचा आज भी हमारे लिए सत्य है।

### 1. उसकी मौजूदगी हमारी दहशत से भी बड़ी है

शिष्यों ने तूफ़ान देखा, लेकिन यीशु शांत थे। वह इसलिए नहीं सो रहे थे क्योंकि उसे कोई परवाह नहीं थी - वह इसलिए सो रहे थे क्योंकि उसे पूरा भरोसा था कि वह कौन है और आगे क्या होगा।

हमें यह समझना चाहिए कि हमारा डर उसकी शक्ति को नहीं बदलता या उसे शक्तिहीन नहीं बनाता। जब हम उन परीक्षाओं का सामना करते हैं जो हमें डराती हैं तो हमें यह नहीं सोचना चाहिए कि परमेश्वर ने हमें त्याग दिया है!

जब यीशु ने तूफ़ान को शांत किया, तो शिष्यों को कुछ महत्वपूर्ण बात का एहसास हुआ: की वे एक ऐसे व्यक्ति के साथ थे जो तूफ़ान से कई अधिक महान था। वही यीशु आज हमारी कठिन परिस्थितियों में हमारे साथ हैं। क्या आप इस पर विश्वास करते हैं?

जब यीशु ने तूफ़ान को शांत किया, तो शिष्यों को कुछ महत्वपूर्ण बात का एहसास हुआ: की वे एक ऐसे व्यक्ति के साथ थे जो तूफ़ान से कई अधिक महान था। वही यीशु आज हमारी कठिन परिस्थितियों में हमारे साथ हैं। क्या आप इस पर विश्वास करते हैं?

## दिन 24 - तूफ़ान में शांति ढूँढना

### 2. उनका वचन शांति लाता है

यीशु ने बस इतना कहा: "शांत रहो (शांति)! थम जा!" और प्रचण्ड तूफ़ान ने सुनी और आज्ञा मानी; तूफ़ान तुरंत थम गया! हम जानते हैं कि केवल यीशु ही ऐसा कर सकते हैं। वह रचयिता है। वह हमारा निर्माता है।

### 2. उनका वचन शांति लाता है

यीशु ने बस इतना कहा: "शांत रहो (शांति)! थम जा!" और प्रचण्ड तूफ़ान ने सुनी और आज्ञा मानी; तूफ़ान तुरंत थम गया! हम जानते हैं कि केवल यीशु ही ऐसा कर सकते हैं। वह रचयिता है। वह हमारे निर्माता भी है।

वही यीशु आज भी हमारे दिलों में शांति लाते हैं - पवित्रशास्त्र के माध्यम से, हमारे आस पास के लोगों के प्रोत्साहन भरे शब्दों के द्वारा, हमारी व्यक्तिगत और सामुदायिक प्रार्थनाओं के माध्यम से, वह आराधना में हमसे बात करते हैं, और मसीही संगति में हमसे बात करते हैं। उनकी आवाज में अधिकार है। जब वह बोलता है, तो डर अपनी शक्ति खो देता है। यह हमारी ज़िम्मेदारी है कि हम अपने ध्यान भटकाने वाली बातों और हमारे चारों ओर डर की आवाज़ों के बीच उनकी बात सुनें।

### 3. उसकी प्रेममयी शक्ति हमें एकजुट रखती है

**यशायाह 41:10** मैं तेरा परमेश्वर हूँ; मैं तुझे दृढ़ करूँगा और तेरी सहायता करूँगा ॥

तूफ़ान हमें हिला सकते हैं, वे हमें निराश कर सकते हैं और भय से विचलित कर सकते हैं, लेकिन परमेश्वर हमें दृढ़ रखता है। यहां तक कि जब हम कमजोर और निराश महसूस करते हैं, तब भी उनकी शक्ति लगातार हमारा समर्थन करती है। वह हमें दूर से नहीं देखता है - वह ठीक हमारे बगल में है, हमें एक प्यारे पिता या माता की तरह जो अपने अनमोल बच्चे को गोद में उठाये हुए है।

### 4. उसका उद्देश्य तूफ़ान में काम करना है

यीशु ने शिष्यों का विश्वास बढ़ाने के लिए तूफ़ान का उपयोग किया। तूफ़ान के बाद, वे सिर्फ लहरों से नहीं डरे - वे यीशु के प्रति विस्मय में थे।

कभी-कभी परमेश्वर तूफ़ानों की अनुमति देता है ताकि हम उसे और अधिक गहराई से जान सकें।

तूफ़ान वह जगह बन जाता है जहाँ विश्वास और भी मजबूत हो जाती है।

#### चिंतन:

- मैं किस तूफ़ान का सामना कर रहा हूँ जिसमें मुझे यीशु को आमंत्रित करने की आवश्यकता है?
- मैं अपने डर के बजाय उसकी उपस्थिति पर कैसे ध्यान केंद्रित कर सकता हूँ?
- इस तूफ़ान के माध्यम से यीशु मुझे क्या सिखा रहे हैं?
- मैं अपने आप को भविष्य में आने वाले तूफ़ानों से अप्रभावित रहने के लिए कैसे तैयार कर सकता हूँ?

## दिन 25 - कठिनाइयों से सीखना

**कृपया : इब्रानियों 5:8; और अय्यूब 42:1-6 पढ़ें**

### **इब्रानियों 5:8**

और पुत्र होने पर भी, उस ने दुख उठा उठा कर आज्ञा माननी सीखी।

### **अय्यूब 42:1-6**

तब अय्यूब ने यहोवा को उत्तर दिया; 2 मैं जानता हूँ कि तू सब कुछ कर सकता है, और तेरी युक्तियों में से कोई रुक नहीं सकती। 3 तू कौन है जो ज्ञान रहित हो कर युक्ति पर परदा डालता है? परन्तु मैं ने तो जो नहीं समझता था वही कहा, अर्थात् जो बातें मेरे लिये अधिक कठिन और मेरी समझ से बाहर थीं जिन को मैं जानता भी नहीं था। 4 मैं निवेदन करता हूँ सुन, मैं कुछ कहूँगा, मैं तुझ से प्रश्न करता हूँ, तू मुझे बता दे। 5 मैं कानों से तेरा समाचार सुना था, परन्तु अब मेरी आंखें तुझे देखती हैं; 6 इसलिये मुझे अपने ऊपर घृणा आती है, और मैं धूलि और राख में पश्चात्ताप करता हूँ।

गर्दिशों के पाठशाला से सीखना

जीवन में, हम अक्सर कठिनाइयों को कष्टप्रद, हतोत्साहित करने वाली, परेशान करने वाली या यहाँ तक कि सज़ा के रूप में भी देखते हैं। हम एक सहज और आसान रास्ते की चाहत रखते हैं, फिर भी पवित्रशास्त्र कठिनाइयों या कष्टों के संबंध में एक बड़ा सत्य प्रकट करता है: हमारी सबसे बड़ी सीख अक्सर चुनौतियों की भट्टी में होती है। पवित्रशास्त्र पीड़ा पर एक बेहतर दृष्टिकोण प्रस्तुत करती है - ऐसा नहीं है की यह केवल सहने के लिए है, बल्कि पीड़ा हमारे आत्मिक विकास और शोधन के लिए परमेश्वर द्वारा बनाया गया एक संस्थान है।

### **जीवन के लिए परमेश्वर का पाठ्यक्रम**

इब्रानियों का लेखक हमें यीशु के जीवन का एक सशक्त उदाहरण देता है:

**इब्रानियों 5:8** और पुत्र होने पर भी, उस ने दुख उठा उठा कर आज्ञा माननी सीखी।

इस विषय पर विचार करें: परमेश्वर का पापरहित पुत्र, जो पूरी तरह से आज्ञाकारी था, उन्हें भी दुःख और पीड़ा के माध्यम से सच्ची आज्ञाकारिता सीखनी या अनुभव करनी पड़ी। इसका मतलब यह नहीं है कि यीशु पहले आज्ञा पालन नहीं करते थे; बल्कि, इसका मतलब है कि एक मनुष्य के रूप में उनके अनुभव के माध्यम से उनकी आज्ञाकारिता परखी गयी, वह सिद्ध हुई और परिपूर्ण हुई, अतः "मृत्यु तक आज्ञाकारी बने - यहाँ तक कि क्रूस की मृत्यु को भी सह लिया।" (फिलिप्पियों 2:8) यदि यीशु को स्वयं इस "दैवीय पाठ्यक्रम" से गुजरना पड़ा, तो हम इससे किनारा करने की उम्मीद कैसे कर सकते हैं?

कठिनाइयाँ वे साधन हैं जिनके द्वारा हमारे विश्वास को परखा और शुद्ध किया जाता है, और हमारे चरित्र को आकार दिया जाता है। वे हमारी आत्मनिर्भरता को दूर करते हैं और इस बात को उजागर करते हैं कि हम वास्तव में किस पर भरोसा करते हैं। जिस तरह हमें एक ऐसी प्रक्रिया के माध्यम से शुद्ध सोना मिलता है जिसके लिए अत्यधिक गर्मी की आवश्यकता होती है, परमेश्वर हमें निर्मल करने और हमारे हृदय को मसीह की छवि का बेहतर प्रतिबिंब बनाने के लिए परीक्षाओं के दबाव और गर्मी का उपयोग करते हैं।

नज़रिये में बदलाव

अय्यूब की पीड़ा के बारे में सोचो. उसने अपना सब कुछ खो दिया - अपनी संपत्ति, अपने बच्चे, अपना स्वास्थ्य, फिर भी उसने परमेश्वर को कोसने से इनकार करते हुए अपनी ईमानदारी बनाए रखी। एक के बाद एक भयानक त्रासदी सहने और अपने दोस्तों की गलत सलाह सुनने के बाद, आखिरकार परमेश्वर बोलते हैं। अय्यूब की प्रतिक्रिया विनम्र अहसास और परिवर्तनों में से एक है:

## दिन 25 - कठिनाइयों से सीखना

तब अय्यूब ने यहोवा को उत्तर दिया;

मैं जानता हूँ कि तू सब कुछ कर सकता है, और तेरी युक्तियों में से कोई रुक नहीं सकती।

परन्तु मैं ने तो जो नहीं समझता था वही कहा, अर्थात् जो बातें मेरे लिये अधिक कठिन और मेरी समझ से बाहर थीं जिन को मैं जानता भी नहीं था। मैं कानों से तेरा समाचार सुना था, परन्तु अब मेरी आंखें तुझे देखती हैं;

6 इसलिये मुझे अपने ऊपर घृणा आती है, और मैं धूलि और राख में पश्चात्ताप करता हूँ। **(अय्यूब 42:1-6 चयनात्मक वचन)**

अय्यूब की कठिनाइयों ने उसे अविश्वसनीय ऊंचाइयों तक पहुंचाया। हम सभी जानते हैं कि इस कहानी का अंत कैसे हुआ। अय्यूब ने जो कुछ भी खोया था, उससे कहीं अधिक महत्वपूर्ण हासिल किया। वह परमेश्वर के ज्ञान से व्यक्तिगत, अनुभवात्मक ज्ञान की ओर पहुंचा। उसकी पीड़ा ने उसे बदल दिया। उसे अपनी लघुता और परमेश्वर की प्रभुता का एहसास हुआ। उनके परीक्षण का नतीजा केवल पुनःस्थापन ही नहीं था; यह स्वयं परमेश्वर का एक गहरा, स्पष्ट दर्शन था।

### अनुप्रयोग

आज जब आप किसी परीक्षा का सामना कर रहे हैं - चाहे वह एक कठिन रिश्ता हो, आर्थिक संकट हो, स्वास्थ्य संकट हो, या पेशे में हानि हो - अपने आप से दो प्रश्न पूछें:

यह कठिनाई मुझे क्या छोड़ने के लिए कह रही है? (क्या यह मुझसे नियंत्रण, अभिमान, भय या अपनी ताकत पर निर्भरता छोड़ने के लिए कह रहा है?)

यह कठिनाई मुझे परमेश्वर के बारे में क्या सीखने के लिए कह रही है? (क्या यह उसकी विश्वसनीयता, पर्याप्तता, आराम, या सामर्थ्य को उस तरह से प्रकट कर रहा है जिसका मैंने पहले अनुभव नहीं किया था?)

केवल कठिनाई को दूर करने के लिए प्रार्थना करने के बजाय, अनुग्रह के लिए प्रार्थना करें के कठिनाई में छिपे सबक को सीख सकें। तनाव को स्वीकार करें, यह जानते हुए कि सबसे मूल्यवान आध्यात्मिक परिपक्वता पीड़ा के बावजूद नहीं, बल्कि उसके माध्यम से आती है।

### याद करने के लिए वचन

**रोमियों 5:3-4** "केवल यही नहीं, वरन हम क्लेशों में भी घमण्ड करें, यही जानकर कि क्लेश से धीरज। 4 ओर धीरज से खरा निकलना, और खरे निकलने से आशा उत्पन्न होती है।

## दिन 26 - उसमें विश्राम

### मत्ती 11:28-30

हे सब परिश्रम करने वालों और बोझ से दबे लोगों, मेरे पास आओ; मैं तुम्हें विश्राम दूंगा।  
29 मेरा जूआ अपने ऊपर उठा लो; और मुझ से सीखो; क्योंकि मैं नम्र और मन में दीन हूँ; और तुम अपने मन में विश्राम पाओगे। 30 क्योंकि मेरा जूआ सहज और मेरा बोझ हल्का है॥

परमेश्वर की उपस्थिति में अपनी आत्माओं के लिए विश्राम ढूँढना। परमेश्वर की इच्छा को पहचानने के लिए शांति का अभ्यास करना।

आधुनिक जीवन की गति अथक है। हम निरंतर जुड़े हुए हैं, लगातार प्रयास कर रहे हैं, और अक्सर, थके हुए हैं। हम सप्ताह के अंत में, छुट्टियों या मनोरंजन में राहत की तलाश करते हैं, फिर भी थकान की गहरी भावना दूर नहीं होती है। हमारी आत्माएं थक गयी हैं। इस थकी हुई और बोझिल संसार में यीशु पवित्रशास्त्र के सबसे आरामदायक निमंत्रणों में से एक के बारे में बात करते हैं:

"हे सब परिश्रम करनेवालों और बोझ से दबे हुए लोगों, मेरे पास आओ, और मैं तुम्हें विश्राम दूंगा। मेरा जूआ अपने ऊपर ले लो, और मुझ से सीखो, क्योंकि मैं हृदय में नम्र और दीन हूँ, और तुम अपने मन में विश्राम पाओगे। क्योंकि मेरा जूआ आसान है, और मेरा बोझ हल्का है।" (मत्ती 11:28-30, **ईएसवी संस्करण**)

### अदला बदली का प्रस्ताव

जब यीशु कहते हैं, "हे सब परिश्रम करने वालों और बोझ से दबे हुए लोगों, मेरे पास आओ," वह उन लोगों को संबोधित कर रहे हैं जो दो प्रकार के बोझ ढो रहे हैं:

**पाप और विधिकवाद का बोझ:** यीशु के समय में, धार्मिक नेताओं ने लोगों पर सैकड़ों प्रतिबंधात्मक नियम लाद दिए थे, जिससे धार्मिकता अर्जित करने के लिए भारी बोझ पैदा हो गया था। यीशु इस ग्लानि और प्रदर्शन प्रेरित जीवन से मुक्ति प्रदान करते हैं।

जीवन और चिंता का बोझ। इसमें चिंता, दुःख, अथक महत्वाकांक्षा, आर्थिक दबाव और आत्मनिर्भरता का तनाव शामिल है - इन सभी बोझ का हम अकेले ही प्रबंध करने का प्रयास करते हैं।

यीशु बोझ बदलने का अवसर देते हैं। वह बिना किसी प्रयास के जीवन की पेशकश नहीं करता है, लेकिन वह हमारे भारी भरकम, खराब जुए (जीवन को नियंत्रित करने के हमारे प्रयास) को अपने जुए से बदलने की पेशकश करता है। जूआ एक लकड़ी का ढाँचा होता है जो काम करने के लिए दो बैलों को एक साथ जोड़ता है। हमें अपना जूआ उठाने के लिए आमंत्रित करके, यीशु हमें उसके साथ जुड़े रहने के लिए निमंत्रण दे रहे हैं। जब हम उसके साथ जुड़े होते हैं, तो वह अधिकांश भार उठाता है क्योंकि उसकी ताकत अधिक होती है, और उसकी दिशा उत्तम होती है। वह वादा करता है कि उसका जूआ आसान (अच्छी तरह से फिट होने वाला) है और उसका बोझ हल्का है।

स्थिरता और आत्मा को विश्राम देने का अभ्यास करना

यीशु ने वादा किया कि इस आदान-प्रदान का परिणाम "आपकी आत्माओं को विश्राम" मिलेगा। यह शारीरिक नींद से कहीं अधिक है; यह एक गहरी, आंतरिक शांति है - वह शांति जो परमेश्वर की प्रभुता को पहचानने और उसके प्रति समर्पित होने से आती है। यह वास्तविक भरोसा है!

उसमें विश्राम पाने के लिए उससे सीखने की आवश्यकता होती है। यीशु स्वयं का वर्णन "हृदय में नम्र और दीन" के रूप में करते हैं। जब हम उससे सीखते हैं, तो हम सीखते हैं:

**विनम्रता:** हम अपनी योग्यता साबित करने का प्रयास करना बंद कर देते हैं और उनके प्यारे बच्चों के रूप में अपनी पहचान स्वीकार करते हैं।

## दिन 26 - उसमें विश्राम

**भरोसा:** हम परिणामों में हेरफेर करने की कोशिश करना बंद कर देते हैं और उसकी सही योजना पर भरोसा करते हैं।

यहीं पर स्थिरता का अभ्यास महत्वपूर्ण हो जाता है। हम परमेश्वर की सौम्य इच्छा को केवल तभी पहचान सकते हैं जब हम जानबूझकर अपने मन के शोर और अपने समय सारणी की माँगों को शांत करते हैं। प्रतीक्षा करते समय स्थिरता का अर्थ कुछ न करना नहीं है; यह सुनने और समर्पण करने के लिए जगह बनाने का व्यक्तिगत प्रयास है। जब आप स्थिर होते हैं, तो आप स्वीकार करते हैं कि आप प्रभारी नहीं हैं। उस शांत क्षण में, परमेश्वर की आत्मा की कोमल फुसफुसाहट आपका मार्गदर्शन कर सकती है।

**अमल करें :**

### 5 मिनट का सब्त:

शांति का अभ्यास करने के लिए आपको रविवार या छुट्टी की प्रतीक्षा करने की आवश्यकता नहीं है। हर दिन 5 मिनट का सब्त (शांत समय ) लेने के लिए प्रतिबद्ध रहें, आदर्श रूप से सुबह में या तनावपूर्ण कार्य से पहले।

एक शांत जगह खोजें।

अपनी आँखें बंद करें।

अपने शरीर को शांत करने के लिए कुछ गहरी साँसें लें।

यह सरल प्रार्थना करें: "यीशु, मैं आपके पास आता हूँ। मैं अपना बोझ को आपके सम्मुख रखता हूँ [अपनी विशिष्ट चिंता या बोझ के बारे में बताएं]। मुझे सिखाएं कि मैं आपकी उपस्थिति में कैसे विश्राम करूँ और अपनी इच्छा को आपकी इच्छा के साथ मिला सकूँ।"

बस, शेष समय के लिए शांति से बैठें, अपनी सांसों पर ध्यान केंद्रित करें या "मेरी आत्मा को केवल परमेश्वर में विश्राम मिलता है" जैसे शांत वाक्यांश को दोहराएं। इसे इस संकल्प के साथ करें कि यीशु आपके बोझ का ख्याल रखेंगे।

यह छोटा सा अभ्यास आपके भारी बोझ का उसके हल्के बोझ के साथ दैनिक आदान-प्रदान है।

### याद करने के लिए वचन

**भजन 62:5:** " हे मेरे मन, परमेश्वर के साम्हने चुपचाप रह, क्योंकि मेरी आशा उसी से है।"

## दिन 27 - शांत रहो, यह जानकार की वह परमेश्वर है

**भजन संहिता 46:10** चुप हो जाओ, और जान लो, कि मैं ही परमेश्वर हूं। मैं जातियों में महान हूं, मैं पृथ्वी भर में महान हूं!

सबसे बड़ी आध्यात्मिक उपलब्धियों में से एक कुछ न करने की क्षमता है।-डलास विलार्ड.

स्थिर रहने के विचार से हममें से बहुत से लोग अपरिचित हैं। पास्कल, एक ईसाई दार्शनिक, ने टिप्पणी की, "मैंने पाया है कि मनुष्यों की सारी नाखुशी एक ही तथ्य से उत्पन्न होती है, कि वे अपने ही कमरे में चुपचाप बैठने में असमर्थ हैं।"

हममें से कुछ लोगों को तो यह डरावना भी लगता है कि मुझे शांति में या मौन में क्या करना चाहिए? 'शांत समय' के हमारे पारंपरिक विचार में शोर शामिल है, जैसे कि हम अकेले या दूसरों के साथ जोर-जोर से प्रार्थना कर रहे हैं, या हम सक्रिय रूप से पवित्र शास्त्र पढ़ रहे हैं या यहां तक कि लेख भी लिख रहे हैं।

शब्दकोष में स्थिरता का वर्णन "न हिलना" या "आवाज़ न निकलना" के रूप में किया गया है।

इस वचन के संदर्भ को समझने के लिए, हमें संपूर्ण भजन 46. को पढ़ना चाहिए वचन 1 और 2 जो इस तरह लिखता है:

परमेश्वर हमारा शरणस्थान और बल है, संकट में अति सहज से मिलने वाला सहायक। 2 इस कारण हम को कोई भय नहीं चाहे पृथ्वी उलट जाए, और पहाड़ समुद्र के बीच में डाल दिए जाएं; 3 चाहे समुद्र गरजे और फेन उठाए, और पहाड़ उसकी बाढ़ से कांप उठें ॥

शब्दकोष में शांति का वर्णन "न हिलना" या "आवाज़ न निकलना" के रूप में किया गया है।

जगह बचाने के लिए ग्रंथकार बदल दिया गया

जब एक भूकंप आता है जो पहाड़ों को निगल जाता है तो हम कैसे शांत रह सकते हैं!

जैसे-जैसे हम परमेश्वर को जानने के लिए उसके निकट आते हैं कि वह वास्तव में कौन है, हम निश्चित रूप से बेहतरी के लिए बदल जाएंगे। जब हम जीवन में बड़ी चुनौतियों का सामना करते हैं तो डर से कांपने और चिल्लाने के बजाय, हम अपना ध्यान हमारे सामने मौजूद बड़ी समस्याओं की बजाय सर्वशक्तिमान परमेश्वर की ओर केंद्रित करते हैं। यह व्यक्ति को "शांत रहने" की अनुमति देता है!

यदि हम सोचते हैं कि परमप्रधान के बारे में हमारा ज्ञान बढ़ रहा है, और फिर भी हमारे संघर्ष, इच्छाएँ और जीवन तथा लोगों के प्रति हमारी सहज प्रतिक्रियाएँ वैसी ही बनी हुई हैं, तो शायद यह रुकने का एक अच्छा समय है। शायद यह परमेश्वर को जानने को गंभीरता से लेने का एक अच्छा अवसर है, और हम चुप रहना सीखेंगे।

जो आराधना हमें नहीं बदलती वह वास्तव में आराधना नहीं है। शांति में, हम एक ऐसे आराधना स्थल पर आते हैं जो हमें भीतर से बदल देता है।

### स्थिरता में कैसे आएं?

#### अपनी सीमाएं को स्वीकार करें

पीट स्केज़ेरो हमारी सीमाओं को स्वीकार करके खुद को स्थिर रहने की अनुमति देने की बात करते हैं। उन्होंने कहा, "असल पाप के मूल में सीमाओं को स्वीकार करने से इनकार था। जब हम सीमा पार करते हैं, तो हम शत्रु की भूमि में पहुंच जाते हैं।" हम जानते हैं कि हम अब परमेश्वर के राज्य में नहीं बल्कि शत्रु की भूमि में हैं

## दिन 27 - शांत रहो, यह जानकार की वह परमेश्वर है

जब हम लोगों को प्रभावित करने में व्यस्त रहते हैं, और हम कुछ ऐसा बनने का दिखावा करते हैं जो हम वास्तव में नहीं हैं।

हम कमज़ोर हैं, और परमेश्वर पराक्रमी और शक्तिशाली है। फिर भी वह हमें उसमें बने रहने के लिए जबर्दस्ती नहीं करेगा। वह चाहता है कि हम अपने आप आएँ। इसीलिए पवित्र शास्त्र में बहुत सारे निमंत्रण हैं, जैसे 'आओ और देखो,' 'आओ और विश्राम करो,' 'आओ और सुनो,' 'आओ और जीवन पाओ,' यह सभी निमंत्रण हैं। उसके सामने स्थिर रहने का सुंदर निमंत्रण। यह कुछ ऐसा है जो हमारे हृदय की आँखें खोल देगा ताकि हम उसे बेहतर रूप से जान सकें।

### परमेश्वर को अधिकाधिक गहराई से जानो

उसे जानने की कमी स्थिरता की कमी से भी है। हमें **यूहन्ना 17:3** में यीशु द्वारा वर्णित अनंत जीवन को समझा होगा जो शाश्वत परमेश्वर को जानना और यीशु पहचानना है। जैसा कि लियोला के संत इग्नाटियस ने लिखा था, हमें अपने अंदर उनके जीवन को गहरा करने की भूख होनी चाहिए, "हमें अपनी इच्छाओं को स्वास्थ्य या बीमारी, धन या गरीबी, सफलता या विफलता, लंबे जीवन या छोटे जीवन पर केंद्रित नहीं करना चाहिए। क्योंकि हर चीज में हमारे अंदर परमेश्वर में जीवन के प्रति गहरी प्रतिक्रिया उत्पन्न करने की क्षमता होती है। हमारी एकमात्र इच्छा और हमारी एक पसंद यह होनी चाहिए: की मैं चाहता हूँ, और मैं चुनता हूँ की जहाँ परमेश्वर का जीवन मेरे जीवन में अधिक गहरा बनाने की ओर ले जाता हो।"

आप वास्तव में क्या चाहते हैं? क्या आप परमेश्वर को केवल बौद्धिक रूप से नहीं, बल्कि गहरे और व्यक्तिगत रूप से जानना चाहते हैं? क्या आप उन्हें इस तरह से जानना चाहते हैं जो आपको उसमें बने रहने, उसमें विश्राम पाने और सच्ची पवित्रता और धार्मिकता में उसके जैसा बनने में मदद करे? इस प्रकार का ज्ञान हमें प्रेममय मनुष्य में बदल देता है।

### मौन और एकांत का अभ्यास करें.

मौन और एकांत का अभ्यास करने के लिए, हमें धीमा होने और शांति की ओर आने के लिए तैयार रहने की आवश्यकता है। इसमें खुशी-खुशी, शांति और आनंद से समर्पण करना शामिल है, जैसे एक बच्चा अपने माता-पिता के सामने करता है। बच्चे को पूरा भरोसा होता है कि उसके माता-पिता प्रेम करने वाले, दयालु और सक्षम हैं। चूँकि हम परमेश्वर की संतान होने का दावा करते हैं, इसलिए हमें उसे गहराई से जानने की आवश्यकता है। जितना अधिक हम उसे जानते हैं, उतना अधिक हम उसके सामने स्थिर रहना सीखते हैं।

अपनी पुस्तक "डिवाइन कॉन्सपिरेसी" में डलास विलार्ड परमेश्वर के सामने शांत रहने के लिए एकांत और मौन की वास्तविक आवश्यकता के बारे में लिखते हैं, न केवल शांत रहने के लिए बल्कि परमेश्वर के करीब इस तरह आने के लिए कि यह हमें ऐसा बनने के लिए सशक्त बनाता है जो हम अपने आप नहीं बन सकते। वह लिखते हैं- "क्या आप चाहेंगे कि आपको दूसरों की प्रशंसा की कोई आवश्यकता न हो, और उनकी नापसंदगी और निंदा से आप स्तब्ध और अपमानित न हों? क्या आप रचनात्मक अच्छाई का निरंतर जीवन जीने की प्रेरणा पाना चाहेंगे?"

वह आगे लिखते हैं कि हमारे पास सामर्थ और समझ है जो हमें उन लोगों को वास्तव में और स्वाभाविक रूप से आशीर्वाद देने में सक्षम बनाती है जो हमें कोसते रहे हैं, हमें धोखा दे रहे हैं, हमारा मजाक उड़ा रहे हैं या हमारे साथ दुर्व्यवहार कर रहे हैं, हमें अपने संपूर्ण आंतरिक स्वरूप को बदलने की आवश्यकता होगी। हमारी आंतरिक वास्तविकता ही वह सत्य है जो हमें बताती है के हम वास्तव में कौन हैं। वहीं से हम या तो हर्षित, आभारी, आज्ञाकारिता का अच्छा फल लाते हैं या दिखावा, झूठ और कपटी जीवन का बुरा फल लाते हैं।

## दिन 27 - शांत रहो, यह जानकार की वह परमेश्वर है

जब हम शांति में पहुँचते हैं, तो हमें न केवल यह पता चलता है की हम कौन हैं, बल्कि इसका भी गहरा एहसास होगा के परमेश्वर कौन है। उस पर हमारा विश्वास मजबूत होगा और उसकी शक्ति में हमारी हिस्सेदारी बढ़ेगी। यह बदले में, हमें हमारे अपने बंधनों, गढ़ों और पापपूर्ण इच्छाओं से मुक्त करेगा। लोगों और परमेश्वर से प्रेम करने की इच्छा बढ़ेगी। क्या हम सब यह नहीं चाहते कि हम अधिक स्वाभाविक और सहज प्रेम कर सकें?

तो आइए हम स्थिरता की ओर बढ़ें। आइए हम अपने जीवन में एकांत और मौन की ताल को विकसित करें। अनुभव की कमी को हमारे आड़े न आने दे, बल्कि हम जहाँ हैं वहीं से शुरुआत करने के लिए और अधिक दृढ़ संकल्पित हों। यह इतना सरल हो सकता है की जागने के बाद कुछ मिनटों के लिए मौन होकर अपने मन को यीशु की ओर लगाएं। यह पवित्रशास्त्र पढ़ने से पहले परमेश्वर की उपस्थिति में रहने के लिए 10 मिनट का समय निकलने का एक निर्णय हो सकता है। यह परमेश्वर से बात करने से पहले, अपने मन और आत्मा को समर्पित करते हुए, परमेश्वर के प्रेम की विशालता को ग्रहण के लिए कुछ गहरी साँसें लेना हो सकता है।

जब हम मौन और एकांत में उसके सामने शांत रहने का अभ्यास करते हैं, मुझे विश्वास है कि वह हमारा मार्गदर्शन करेगा और हमें हरी चराइयों और स्थिर जल की ओर ले जाएगा। वह हमें सही मार्ग पर ले जाएगा। वह हमारा अभिषेक करेगा और हमारे लिये भोज तैयार करेगा। निःसन्देह हमारा प्याला उमड़ेगा, और हम निरन्तर तरोताजा और स्वस्थ होते रहेंगे। निश्चित रूप से सबसे अंधेरी घाटी में भी उनका आराम और समर्थन पहले से कई अधिक प्राप्त होगी। निःसन्देह उसकी भलाई, दया, प्रेम हम जान लेंगे। हम अब पहले जैसे नहीं रहेंगे। हम महिमा के एक स्थान से दुसरे स्थान में परिवर्तित हो जायेंगे। हम अपने मन के दृष्टिकोण में नए बन जाएंगे, और हमारे हृदय स्वर्ग की अनदेखी चीजों पर अधिक केंद्रित होंगे। जैसे-जैसे हम उसके साथ अपनी घनिष्ठता बढ़ाते जाएंगे, हम अनन्त जीवन का स्वाद चखेंगे।

तो आज ही वहीं से शुरू करें जहाँ आप हैं। बस थोड़ा समय लीजिए। स्थिरता में आइय। सभी प्रकार के शोर को दूर करें। अपने फ़ोन को दूर रखें। थमने और जल्दबाजी न करने का निर्णय लें। परमेश्वर से कहें: मैं यहाँ हूँ। मैं आपको जानना चाहता हूँ। मैं आपके साथ रहना चाहता हूँ। मैं आपमें निवास करना चाहता हूँ।

**और पढ़ने व मनन के लिए सुझाए गए वचन:**

**इफिसियों 1:17-18; इफिसियों 4:23-24; 2 कुरिन्थियों 3:18**

अगली बार जब आप जीवन में किसी बड़ी परीक्षा का सामना करें, तो शांत रहने का चुनाव करें, यह जानते हुए कि सर्वशक्तिमान परमेश्वर नियंत्रण में है।

## दिन 28 - चिंता से आराधना तक

### भजन संहिता 37: 1-9 तक पढ़ें

कुकर्मियों के कारण मत कुढ़, कुटिल काम करने वालों के विषय डाह न कर! 2 क्योंकि वे घास की नाई झट कट जाएंगे, और हरी घास की नाई मुझा जाएंगे। 3 यहोवा पर भरोसा रख, और भला कर; देश में बसा रह, और सच्चाई में मन लगाए रह। 4 यहोवा को अपने सुख का मूल जान, और वह तेरे मनोरथों को पूरा करेगा॥ 5 अपने मार्ग की चिन्ता यहोवा पर छोड़; और उस पर भरोसा रख, वही पूरा करेगा। 6 और वह तेरा धर्म ज्योति की नाई, और तेरा न्याय दोपहर के उजियाले की नाई प्रगट करेगा॥ 7 यहोवा के साम्हने चुपचाप रह, और धीरज से उसका आसरा रख; उस मनुष्य के कारण न कुढ़, जिसके काम सुफल होते हैं, और वह बुरी युक्तियों को निकालता है! 8 क्रोध से परे रह, और जलजलाहट को छोड़ दे! मत कुढ़, उससे बुराई ही निकलेगी। 9 क्योंकि कुकर्मी लोग काट डाले जाएंगे; और जो यहोवा की बाट जोहते हैं, वही पृथ्वी के अधिकारी होंगे।

"कुढ़" का अर्थ है स्वयं को क्रोध से झूलसाना या भड़काना, या "ईर्ष्या से जलना"। दुष्टों की समृद्धि से असंतुष्ट होना और ईर्ष्या करना हमारे लिए आसान है। मुझे यह तब महसूस हुआ जब मैंने सुना कि कैसे अमीर और राजनीतिक रूप से शक्तिशाली लोग कुछ जघन्य अपराध करते हैं और खुलेआम बच निकलते हैं क्योंकि उनके पास रिश्तत देने और न्याय को दबाने के लिए पैसे और शक्ति होती है। हमें ऐसा न करने के लिए प्रोत्साहित किया जाता है क्योंकि उनकी सफलता और समृद्धि केवल अस्थायी होती है। इस भजन और कई अन्य धर्मग्रंथों के माध्यम से, परमेश्वर हमें चिंता से आराधना की ओर बढ़ने के लिए लगातार बुलाता है। हम इसे कैसे करते हैं? आइए इसे प्राप्त करने के लिए कुछ अंको को जानें:

### यहोवा पर भरोसा रखें

(vs3-6): 3 यहोवा पर भरोसा रख, और भला कर; देश में बसा रह, और सच्चाई में मन लगाए रह। 4 यहोवा को अपने सुख का मूल जान, और वह तेरे मनोरथों को पूरा करेगा॥ 5 अपने मार्ग की चिन्ता यहोवा पर छोड़; और उस पर भरोसा रख, वही पूरा करेगा। 6 और वह तेरा धर्म ज्योति की नाई, और तेरा न्याय दोपहर के उजियाले की नाई प्रगट करेगा॥

"यहोवा पर भरोसे" का क्या अर्थ है? इसका अर्थ है उस पर अपनी आशा और विश्वास रखना। हमारा विश्वास हमारी अपनी ताकत, स्थिति, पद, अनुभव, ज्ञान, साख या पैसों में नहीं है। हमारा विश्वास, हमारा भरोसा, हमारी आशा स्वयं प्रभु में है। हम जानते हैं कि वह हमें निराश नहीं करेगा, इसलिए हम अच्छा करते हैं। लेकिन जब हम कुढ़ते हैं, तो हम भरोसा नहीं कर रहे होते हैं। हमें प्रभु पर भरोसा करने, उसमें आनंद लेने और अपने मार्ग उसके प्रति समर्पित करने के लिए बुलाया गया है। तब वह हमें सुरक्षित चराइयों से घेर लेगा, हमारे हृदय की इच्छाओं को पूरा करेगा, और अविश्वसनीय आशीषें बरसाएगा।

### प्रभु के सामने स्थिर रहो

(v7-8): यहोवा के साम्हने चुपचाप रह, और धीरज से उसका आसरा रख; उस मनुष्य के कारण न कुढ़, जिसके काम सुफल होते हैं, और वह बुरी युक्तियों को निकालता है! 8 क्रोध से परे रह, और जलजलाहट को छोड़ दे! मत कुढ़, उससे बुराई ही निकलेगी। जब हमारे साथ अन्याय होता है, हमे ठगा जाता है, धोखा दिया जाता है और हमारा फायदा उठाया जाता है, जबकि हमारे अपराधी बेदाग दिखते हैं, अपनी सारी दुष्टता को बिना किसी रोक-टोक के अंजाम देने में सक्षम होते हैं, तो हम क्रोध, आक्रोश, हताशा के साथ प्रतिक्रिया करने और न्याय को अपने हाथों में लेने के लिए प्रलोभित होते हैं। लेकिन हमें प्रभु के सामने शांत रहने और क्रोध और रोष से बचते हुए धैर्यपूर्वक उसकी प्रतीक्षा करने के लिए बुलाया गया है। अपने क्रोध में, हम पाप कर बैठते हैं और उन दुष्टों से बेहतर नहीं बन पाते जो परमेश्वर को नहीं जानते।

इसका उपाय प्रभु के समक्ष "स्थिर" रहना है। शांत रहना, अपनी पीड़ा, क्रोध और नराज़गी को उसके हाथों में सौंपना, उस पर भरोसा करते हुए की अंतिम न्याय वह करेंगे, और अपनी इच्छा को उसकी इच्छा के प्रति समर्पित कर दें। हम अपने कष्टों के बावजूद आंतरिक शांति का अनुभव कर सकते हैं जब हम स्वीकार करते हैं कि वह

## दिन 28 - चिंता से आराधना तक

नियंत्रण में है। वह हमें शांत करता है, हमारे अपराधियों को माफ करने में हमारी मदद करता है, हमें चंगाई देता है, और जब हम खुद को धर्मी न्यायाधीश के रूप में उसके सुपुर्द होते हैं, तो वह हमें सांत्वना देता है, जैसे यीशु ने किया था।

### 1 पतरस 2:19-23 पढ़ें

क्योंकि यदि कोई परमेश्वर का विचार करके अन्याय से दुख उठाता हुआ क्लेश सहता है, तो यह सुहावना है। 20 क्योंकि यदि तुम ने अपराध करके घूंसे खाए और धीरज धरा, तो उस में क्या बड़ाई की बात है? पर यदि भला काम करके दुख उठाते हो और धीरज धरते हो, तो यह परमेश्वर को भाता है। 21 और तुम इसी के लिये बुलाए भी गए हो क्योंकि मसीह भी तुम्हारे लिये दुख उठा कर, तुम्हें एक आदर्श दे गया है, कि तुम भी उसके चिन्ह पर चलो। 22 न तो उस ने पाप किया, और न उसके मुंह से छल की कोई बात निकली। 23 वह गाली सुन कर गाली नहीं देता था, और दुख उठा कर किसी को भी धमकी नहीं देता था, पर अपने आप को सच्चे न्यायी के हाथ में सौपता था।

### वचन 23

वह गाली सुन कर गाली नहीं देता था, और दुख उठा कर किसी को भी धमकी नहीं देता था, पर अपने आप को सच्चे न्यायी के हाथ में सौपता था।

**फिलिप्पियों 4:6-7** किसी भी बात की चिन्ता मत करो: परन्तु हर एक बात में तुम्हारे निवेदन, प्रार्थना और बिनती के द्वारा धन्यवाद के साथ परमेश्वर के सम्मुख अपस्थित किए जाएं। 7 तब परमेश्वर की शान्ति, जो समझ से बिलकुल परे है, तुम्हारे हृदय और तुम्हारे विचारों को मसीह यीशु में सुरिक्षत रखेगी॥

**आनंदित रहो क्योंकि प्रभु का प्रतिफल महान है:**

**भजन संहिता 37: 9** क्योंकि कुकर्मी लोग काट डाले जाएंगे; और जो यहोवा की बाट जोहते हैं, वही पृथ्वी के अधिकारी होंगे।

**कुलुस्सियों 3 : 24** क्योंकि तुम जानते हो कि तुम्हें इस के बदले प्रभु से मीरास मिलेगी: तुम प्रभु मसीह की सेवा करते हो।

जो लोग प्रभु की सेवा करते हैं उन्हें उनसे अनन्त विरासत प्राप्त होगी!

**2 टिस्सलुनीकियों 1:5-10** हमें सिखाता है कि प्रभु दुष्टों का न्याय करेंगे, परन्तु उसके पवित्र लोग उसकी महिमा में भाग लेंगे।

**1 पतरस 1:3-9** हमारे विश्वास का विशाल परिणाम हमारी आत्माओं का उद्धार है।

**2 तीमु 4:8** हम धर्म का मुकुट पाएंगे

हम इस संसार में चाहे जो भी अस्थायी कष्ट और दुःख सहें, हम सर्वशक्तिमान, अटूट प्रेमपूर्ण अनुग्रहकारी दयालु परमेश्वर की उपस्थिति में आनंद मना सकते हैं। हमें पवित्र आत्मा, उनके राज्य, उनके वचन और उनके साथ अनंत काल के अकथनीय आनंद के अलावा, हमारी आत्माओं के उद्धार का सबसे बड़ा प्रतिफल मिला है। तो आइए हम हर समय उसकी भलाई और धार्मिकता में विश्वास के साथ आनन्द मनाएँ और उसकी आराधना करें!

### चिंतन:

पिछले सप्ताह आपको किस बात की चिंता थी? क्या आपको उदास, क्रोधित या पराजित महसूस हुआ? उन वचनों को लिखें जो आपको मजबूत करेंगे और ऐसे समय में आपकी मदद करेंगे, ताकि आप परमेश्वर पर भरोसा, आशा और आनंद मना सकें।

शांत समय श्रृंखला - प्रभु पर भरोसा रखें

### दिन 28 - चिंता से आराधना तक

आप प्रभु में कैसे प्रसन्न हो सकते हैं और अपना मार्ग उसके प्रति कैसे समर्पित कर सकते हैं? प्रभु के समक्ष "स्थिरता" का अभ्यास करने का निर्णय लें.

## दिन 29 - समुदाय और भरोसा

(कठिन समय के दौरान संगी विश्वासियों का सहारा लेना)

जब हम बपतिस्मा लेते हैं, तो हमें केवल क्षमा नहीं मिलती - हमें पवित्र आत्मा का उपहार मिलता है (प्रेरितों 2:38)। और उस एक आत्मा के माध्यम से, परमेश्वर ने हमें मसीह के देह में रखा (1 कुरिन्थियों 12:13)।

वर्षों तक मैं सोचता रहा:

केवल पवित्र आत्मा का उपहार ही क्यों?

कोई और उपहार क्यों नहीं?

मुझे परमेश्वर के परिवार में क्यों रखा गया—मुझे केवल मेरे भौतिक परिवार पर निर्भर क्यों रहने नहीं दिया ?

जैसे-जैसे मैं परीक्षणों और प्रलोभनों से गुजरा, उत्तर स्पष्ट हो गया:

पवित्र आत्मा और कलीसिया जानबूझकर मुझे दिए गए थे ताकि मैं कभी भी अकेले जीवन का सामना न करूँ। यह कोई दुर्घटना नहीं थी, यह परमेश्वर की उद्देश्यपूर्ण प्रेमपूर्ण योजना थी। पवित्रशास्त्र समुदाय का उद्देश्य बताते हैं।

आइए **इब्रानियों 10:24-25** पढ़ें:

"और प्रेम, और भले कामों में उक्साने के लिये एक दूसरे की चिन्ता किया करें।

25 और एक दूसरे के साथ इकट्ठा होना न छोड़ें, जैसे कि कितनों की रीति है, पर एक दूसरे को समझाते रहें; और ज्यों ज्यों उस दिन को निकट आते देखो, त्यों त्यों और भी अधिक यह किया करो॥"

यह अनुच्छेद "कलीसिया में उपस्थित होने" के लिए एक सरल निर्देश से कहीं अधिक है। यह परमेश्वर के हृदय को प्रकट करता है: आपकी दृढ़ता मसीह की देह में आपके रिश्तों की गहराई से जुड़ी हुई है। जॉन मैकआर्थर लिखते हैं कि विश्वासियों के समुदाय के भीतर प्रेम सुसमाचार के प्रति सच्ची प्रतिक्रिया के चिह्नों में से एक है। दूसरे शब्दों में, समुदाय वैकल्पिक नहीं है; यह परिवर्तित हृदय का प्रमाण है।

### संदर्भ: यहूदी ईसाइयों को इससे क्यों फर्क पड़ा?

यहूदी ईसाइयों ने पुरानी वाचा, मंदिर प्रणाली, विधियां और समारोहों-आराधना के बाहरी रूपों को पीछे छोड़ने के लिए संघर्ष किया। इब्रानियों का लेखक उनसे कहता है: यदि आप परमेश्वर की वास्तविक चीजों को मजबूती से पकड़े रहना चाहते हैं, तो आपको नई वाचा, समुदाय-परमेश्वर के लोगों से जुड़े रहना चाहिए। क्योंकि यहाँ आप प्रेम कर सकते हैं और प्रेम पा सकते हैं, सेवा कर सकते हैं और सेवा पा सकते हैं; मजबूत बनो, दृढ़ रहो, परीक्षाओं में डटे रहो, आशा को जीवित रखो। मसीह के प्रति वफादार रहने के लिए उसके लोगों के साथ संगति से बेहतर कोई जगह नहीं है।

इस सच्चाई का अनुभव करने वाले सबसे स्पष्ट क्षणों में से एक वह था जब मेरी बेटी, केवल आठ महीने की उम्र में, गंभीर रूप से बीमार हो गई। डॉक्टरों ने उम्मीद छोड़ दी। वे मेरे जीवन के सबसे अंधकारमय क्षणों में से थे। लेकिन मैं अकेला नहीं था। हमारे क्षेत्र भर से शिष्य प्रार्थना करने आये। कुछ लोग पूरी रात रुके, प्रार्थना करते रहे, मेरे विश्वास को मजबूत किया, मुझे परमेश्वर पर भरोसा रखने की याद दिलाई। अगली सुबह डॉक्टर ने कहा, "यह एक चमत्कार है।" मेरी बेटी ठीक हो गई और उसे सामान्य वार्ड में ले जाया गया। मैं बिना किसी संदेह के जानता हूँ - यह परमेश्वर के जनों के माध्यम से परमेश्वर की शक्ति थी जिसने मुझे बनाए रखा। हम सभी के पास इस तरह की यादें हैं - ऐसे समय जब भाई-बहन हमारे साथ खड़े थे ताकि हम प्रभु पर अपना भरोसा न छोड़ें। यही कारण है कि परमेश्वर हमें अपनी आत्मा और अपनी कलीसिया देते हैं। क्योंकि वह जानता है: अकेले हम गिरते हैं; साथ मिलकर हम खड़े रहते हैं।

## दिन 29 - समुदाय और भरोसा

**1 कुरिथियों 12:21** कहता है, "आँख हाथ से नहीं कह सकती, 'मुझे तुम्हारी आवश्यकता नहीं।'" "ईसाई धर्म एक व्यक्ति की यात्रा नहीं है। आत्मा हमें एक देह में रखता है क्योंकि विश्वास समुदाय में सबसे उत्तमता से बढ़ता है।

**सभोपदेशक 4:9-10** कहता है, "यदि कोई गिरता है, तो एक दुसरे को ऊपर उठाने में मदद कर सकता है।" कठिन समय में हम भावनात्मक और आध्यात्मिक रूप से कमजोर हो जाते हैं। जब हम खुद को नहीं उठा पाते तो हमें उठाने के लिए किसी की जरूरत होती है।

**इब्रानियों 3:13** कहता है, "प्रतिदिन एक दूसरे को प्रोत्साहित करते रहो ताकि कोई कठोर न हो..."

दैनिक प्रोत्साहन आत्मिकता के भटकाव को रोकता है। कभी-कभी परमेश्वर की शान्ति, मार्गदर्शन और चमत्कार संगी विश्वासियों के हाथों से आते हैं।

### निष्कर्ष:

जीवन के हर तूफान में, परमेश्वर ने हमें दो लंगर दिए हैं - हमारे भीतर उसकी आत्मा और हमारे बगल में उसके लोग। हमें इस यात्रा पर अकेले चलने के लिए कभी नहीं बुलाया गया। जब हम मसीह के देह पर निर्भर होते हैं, तो हम वास्तव में अपने लोगों के माध्यम से कार्य करने वाले परमेश्वर पर निर्भर होते हैं। इसलिए, प्रत्येक परीक्षण में, अलगाव के स्थान पर संगति को, छिपने के स्थान पर ईमानदारी को और भय के स्थान पर संबंध को चुनें।

### चिंतन प्रश्न

- क्या मुझे विश्वास है कि मुझे वास्तव में मसीह की देह की आवश्यकता है? या क्या मैं अकेले ही परीक्षाओं से गुजरने की कोशिश करता हूँ?
- वे कौन हैं जिन्हें परमेश्वर ने इस समय मेरे चारों ओर रखा है? क्या मैं उन पर निर्भर हूँ या संवेदनशील होने से बचता हूँ?
- मेरे जीवन के कौन से अनुभव साबित करते हैं कि परमेश्वर ने मुझे दृढ़ रहने में मदद करने के लिए अपने लोगों के माध्यम से काम किया?
- मुझे मेल मिलाप में दोबारा जुड़ने से कौन रोक रहा है (यह अतीत की चोट, अहंकार या असुरक्षा हो सकती है)?

### इस सप्ताह के लिए व्यावहारिक विश्वास के कदम

- किसी मौजूदा संघर्ष को किसी भरोसेमंद भाई या बहन के साथ बयां करें।
- प्रतिदिन कम से कम एक विश्वासी के साथ मिलकर प्रार्थना करें।
- संघर्ष कर रहे तीन लोगों को प्रोत्साहन (एक वचन या वॉयस नोट) भेजें।
- संगति के प्रत्येक अवसर पर उपस्थित रहें—कर्तव्य के कारण नहीं, बल्कि शक्ति के लिए।
- गहरे संबंध के लिए किसी को अपने बाइबिल अध्ययन या प्रार्थना जीवन में आमंत्रित करें।

किसी अज्ञात व्यक्ति ने कहा है,

"कलीसिया केवल एक जगह नहीं है - यह आपके चारों ओर परमेश्वर की भुजाएँ हैं। और वे भुजाएँ तुम्हें उसके लौटने के दिन तक थामे रहेंगी।"



## दिन 30 - आत्मविश्वास में आधारित जीवन

**यिर्मयाह 17:7-8** धन्य है वह पुरुष जो यहोवा पर भरोसा रखता है, जिसने परमेश्वर को अपना आधार माना हो। 8 वह उस वृक्ष के समान होगा जो नदी के तीर पर लगा हो और उसकी जड़ जल के पास फैली हो; जब घाम होगा तब उसको न लगेगा, उसके पत्ते हरे रहेंगे, और सूखे वर्ष में भी उनके विषय में कुछ चिन्ता न होगी, क्योंकि वह तब भी फलता रहेगा।

- हममें से हर कोई स्थिरता चाहता है - एक आंतरिक आत्मविश्वास जो चुनौतियों के आने पर हिलता नहीं है।
- हमारे लिए परमेश्वर की इच्छा यह नहीं है कि हम कभी-कभार उस पर भरोसा करें, बल्कि यह है कि हमारा आत्मविश्वास को उस आधार पर हो कि वह कौन है।
- जब हमें परमेश्वर पर, जो स्थिर है, निरंतर भरोसा रहता है, तो हमारा जीवन भी सुसंगत हो जाता है।
- जब हमारी जड़ें परमेश्वर में गहराई तक जाती हैं, तो हमारा विश्वास बाहर से भी मजबूत होता है।

यिर्मयाह ने यह जीवन कैसा दिखता है इसका एक सुंदर चित्र प्रस्तुत किया है: नदी के किनारे लगाया गया एक पेड़।

यह पेड़ गर्मी, सूखे और कठोर मौसम का सामना करता है, जैसे हम करते हैं, लेकिन अंतर यह है कि यह है की उसे अपनी ताकत कहां से मिलती है। इसके चारों ओर सब कुछ सूखा लग सकता है, लेकिन इसकी जड़ें पानी के निरंतर स्रोत से जुड़ी हुई हैं - एक ऐसी नदी जो कभी नहीं सूखती।

परमेश्वर ने स्वयं को "जीवित जल का सोता" घोषित किया (यिर्मयाह 2:13) और यीशु ने हमारे भीतर रहने वाले पवित्र आत्मा को "जीवन के जल की नदियाँ जो भीतर से बहती हैं" कहा (यूहन्ना 7:38)। कल्पना कीजिए कि हम हर पल इस जीवित जल से लाभ पा रहे हैं, आपको क्या लगता है हमारा जीवन कैसा दिखेगा?

परमेश्वर हमें ऐसा जीवन विकसित करने के लिए आमंत्रित करते हैं जहां हमारा आत्मविश्वास परिस्थितियों, लोगों, भावनाओं या खुद से नहीं आता,, इसके बजाय यह परमेश्वर कौन है, उससे आता है।

ऐसे आत्मविश्वास में निहित जीवन कठिनाइयों से मुक्त जीवन नहीं है; यह एक ऐसा जीवन है जो कठिनाइयों के सामने भी स्थिर रहता है।

"यह गर्मी से नहीं डरता" - उन लोगों के लिए परीक्षाएं आएंगी जो मसीह में जड़वंत हैं, फिर भी वे डरेंगे नहीं क्योंकि उनका भरोसा परीक्षण-मुक्त जीवन में नहीं बल्कि परमेश्वर में है, जो उन्हें उन परीक्षाओं से बचाता है।

"यह सूखे में भी हरा भरा रहता है" - परीक्षाएं आएंगी, लेकिन जो लोग परमेश्वर पर भरोसा करते हैं वे सूखे या कुचले नहीं जाएंगे बल्कि वे हरे रहेंगे - वे जीवित जल से तरोताजा हो जाएंगे!

"यह फल लाता रहता है।" - उनकी फलदायीता परिस्थितियों या मनोदशा पर आधारित नहीं है, बल्कि सभी मौसमों में - अच्छे और बुरे मौसम में, वे फल देते रहते हैं - आत्मा का फल (गलातियों 5:22,23) जैसे ही वे परमेश्वर और उनमें रहने वाले पवित्र आत्मा पर निर्भर रहते हैं, वे लगातार बढ़ती महिमा के साथ मसीह की समानता में बढ़ते रहते हैं (2 कोर 3:18)

जब हम लगातार उस पर भरोसा करते हैं तो प्रभु में हमारा विश्वास बढ़ता है और हमारा चुनाव होता है :

चिन्ता की जगह प्रार्थना, भय के जगह पवित्रशास्त्र, सुविधा की जगह आज्ञापालन और नियंत्रण के जगह समर्पण। जैसे-जैसे हम ये विकल्प चुनते हैं, हमारी जड़ें और गहरी होती जाती हैं और कभी-कभी हमें पता भी नहीं चलता।

## दिन 30 - आत्मविश्वास में आधारित जीवन

कल्पना कीजिए कि आपका जीवन हर मौसम में दृढ़ता से जड़युक्त, अटल और फलदायी हो सकता है। यह वह जीवन है जो परमेश्वर आपको देना चाहता है, और इसकी शुरुआत एक निर्णय से होती है: उस पर अपना पूरा भरोसा रखना। यह वह जीवन है जिसका वादा यीशु ने किया था जब उन्होंने कहा था, "मैं इसलिए आया हूँ कि वे जीवन पाएं, और भरपूर पाएं।" (यूहन्ना 10:10बी)  
चूँकि हम अपना पूरा भरोसा प्रभु पर रखते हैं, हम भविष्य के भय से ग्रस्त नहीं होते क्योंकि हमारे जीवन के जल का स्रोत कभी खत्म नहीं होता।

### आज आपका जीवन कैसा है?

क्या आप विश्वास के साथ कह सकते हैं कि आपका जीवन पूरी तरह से प्रभु में विश्वास पर आधारित है?

यदि नहीं, तो आप उस पर पूर्ण विश्वास के लक्ष्य तक पहुँचने के लिए कैसे प्रगति कर सकते हैं?

एक ऐसे क्षेत्र की पहचान करें जहाँ आप खुद पर या लोगों पर भरोसा करते हैं।

आप उस क्षेत्र को परमेश्वर को कैसे समर्पित कर सकते हैं?

इसके बारे में लिखें, प्रार्थना करें और पवित्र आत्मा से मदद मांगें और उन लोगों से मार्गदर्शन मांगें जो परमेश्वर में ऐसे विश्वास से भरे हुए हैं।

### याद करने के लिए वचन

#### यिर्मयाह 17:7

"धन्य है वह पुरुष जो यहोवा पर भरोसा रखता है, जिसने परमेश्वर को अपना आधार माना हो।"

## दिन 31 - जब सबकुछ ठीक हो तो परमेश्वर पर भरोसा रखना

### कृपया व्यवसायविवरण 8 का ध्यानपूर्वक अध्ययन करें

इस शांत समय श्रृंखला में कई दिनों तक, हमने विभिन्न परीक्षणों के दौरान परमेश्वर पर भरोसा करना सीखने पर ध्यान केंद्रित किया। ऐसा इसलिए है क्योंकि परमेश्वर पर हमारा भरोसा परीक्षणों के माध्यम से परखा जाता है। लेकिन जब जीवन में सब कुछ ठीक चल रहा हो तब क्या होगा? क्या हमारे लिए उस पर भरोसा न करना संभव है?

परमेश्वर ने हमें चेतावनी दी है कि जब सब कुछ ठीक हो जाए तो हम उस पर भरोसा करना न छोड़ें। यह एक कड़ी चेतावनी है। वास्तव में, सदियों से इजराइल का उत्थान और पतन, जब से वे मिस्र देश में गुलामी से बचाये गए यह इस बात पर निर्भर था कि वे समृद्धि के समय में किस पर भरोसा करते थे।

**व्यवसायविवरण 8** में इस्राएल को वाचा की भूमि में प्रवेश करने से ठीक पहले परमेश्वर चेतावनी देता है। कृपया पूरे अध्याय को ध्यान से पढ़ें और नोट्स लें।

**वचन 10** में परमेश्वर की एक प्रमुख अपेक्षा का उल्लेख किया गया है। "और तू पेट भर खाएगा, और उस उत्तम देश के कारण जो तेरा परमेश्वर यहोवा तुझे देगा उसका धन्य मानेगा।" हम आसानी से इस तरह सोच सकते हैं: "परमेश्वर ऐसा आदेश क्यों देंगे? क्या यह स्पष्ट नहीं है कि जब हमें परमेश्वर का आशीर्वाद मिलता है तो हमें उनकी स्तुति करनी चाहिए?" परन्तु परमेश्वर हमारे स्वभाव को सबसे बेहतर जानते हैं! अकृतज्ञता मनुष्य के पापी स्वभाव का अंग है! परमेश्वर चाहता है कि हम इसके प्रति जागरूक रहें और इसे हराएँ! इस्राएल, अन्य लोगों की तरह, समृद्ध होने पर अकृतज्ञ हो गया! परमेश्वर ने **वचन 17** में उनके सटीक शब्दों की भविष्यवाणी की: "और कहीं ऐसा न हो कि तू सोचने लगे, कि यह सम्पत्ति मेरे ही सामर्थ्य और मेरे ही भुजबल से मुझे प्राप्त हुई।"

यह सोचने से पहले, 'वे ऐसा कैसे कह सकते हैं?' अपने आप से पूछें कि क्या आपके हृदय में भी कभी ऐसे ही विचार आए हैं। मैं स्वीकार करता हूँ कि वे मेरे मन में आए हैं—कई बार, जीत के क्षणों में। हम सभी का पापी स्वभाव एक जैसा है। हम यह भूल सकते हैं कि परमेश्वर ही वह है जिसने हमें अच्छा करने का अवसर दिया और जीवन में विजय दिलाई। परमेश्वर हमसे केवल दो चीजें करने की अपेक्षा करता है: स्वीकार करें कि यह परमेश्वर ने ही किया है और उसे धन्यवाद और स्तुति करते हुए उसकी महिमा करें। कई बार, हम घोषणा कर सकते हैं, 'यह परमेश्वर था, मैं नहीं,' लेकिन क्या हम पूरी तरह ईमानदार हैं? हमारे अंदर अक्सर एक हिस्सा ऐसा होता है जो श्रेय चाहता है। **रोमियों 1:21** कहता है, "इस कारण कि परमेश्वर को जानने पर भी उन्होंने परमेश्वर के योग्य बड़ाई और धन्यवाद न किया, परन्तु व्यर्थ विचार करने लगे, यहां तक कि उन का निर्बुद्धि मन अन्धेरा हो गया।"

परमेश्वर अपेक्षा करता है कि उसकी सारी सृष्टि उन्हें धन्यवाद दें और उसकी महिमा करे, जो आभारी हृदय से उत्पन्न होता है, जो हमारी सफलता के स्रोत को स्पष्ट रूप से स्वीकार करने का परिणाम है। **व्यवसायविवरण 8:18** कहता है, "परन्तु तू अपने परमेश्वर यहोवा को स्मरण रखना, क्योंकि वही है जो तुझे सम्पत्ति प्राप्त करने का सामर्थ्य इसलिये देता है, कि जो वाचा उसने तेरे पूर्वजों से शपथ खाकर बान्धी थी उसको पूरा करे, जैसा आज प्रगत है।"

यदि परमेश्वर ही वह है जो हमें जीवन, सभी शारीरिक, बौद्धिक, कलात्मक और रचनात्मक क्षमताएँ और हमारी सारी सफलताएँ देता है, तो हमारी भूमिका क्या है? परमेश्वर हमसे अपेक्षा करता है कि हम अच्छे प्रबंधक बनें और जो कुछ वह हमें देता है उसका अधिकतम लाभ उठाएँ। इस वास्तविकता को ध्यान में रखते हुए, क्या हम कभी यह दावा कर सकते हैं कि "मैंने यह किया" या "हमने इसे बनाया"? **व्यवसायविवरण 8:19-20** ऐसे झूठे दावों के परिणामों की घोषणा करता है: "19 यदि तू अपने परमेश्वर यहोवा को भूलकर दूसरे देवताओं के पीछे हो लेगा, और उसकी उपासना और उन को दण्डवत करेगा, तो मैं आज तुम को चिता देता हूँ कि तुम निःसन्देह नष्ट हो जाओगे। 20 जिन जातियों को यहोवा तुम्हारे सम्मुख से नष्ट करने पर है, उन्हीं की नाई तुम भी अपने परमेश्वर यहोवा का वचन न मानने के कारण नष्ट हो जाओगे।" पौलुस ने इस्राएलियों का ध्यान परमेश्वर की महिमा करने

## दिन 31 - जब सबकुछ ठीक हो तो परमेश्वर पर भरोसा रखना

### दिन 31 - जब सबकुछ ठीक हो तो परमेश्वर पर भरोसा रखना

में उनकी पिछली असफलताओं की ओर आकर्षित किया और परिणामस्वरूप **1 कुरिनथियों 10:6** में उन पर परमेश्वर का न्याय आया, "ये बातें हमारे लिये दृष्टान्त ठहरी, कि जैसे उन्होंने लालच किया, वैसे हम बुरी वस्तुओं का लालच न करें।" **वह वचन 11,12** में आगे कहता है, "11 परन्तु ये सब बातें, जो उन पर पड़ी, दृष्टान्त की रीति पर भी: और वे हमारी चितावनी के लिये जो जगत के अन्तिम समय में रहते हैं लिखी गई हैं। 12 इसलिये जो समझता है, कि मैं स्थिर हूँ, वह चौकस रहे; कि कहीं गिर न पड़े!" तो आइए हम भी इस उपदेश को हृदय से ग्रहण करें!

परमेश्वर पर भरोसा करना न केवल वर्तमान और भविष्य के बारे में है, बल्कि अतीत को याद रखना और यह पहचानना भी है कि वह परमेश्वर ही हैं जो हमें यहां तक लाए हैं और वास्तव में उनके प्रति आभारी होना और उन्हें यह श्रेय देना है कि हमारी सारी सफलता उनकी कृपा का परिणाम है। इसके द्वारा हम परमेश्वर की महिमा करते हैं। ये भी एक भरोसा है। अपने आप पर भरोसा करने के बजाय उस पर भरोसा करना।

आइए हम कभी यह कल्पना करने का साहस भी न करें कि "मेरी शक्ति और मेरे हाथों (या मन या बुद्धि या क्षमताओं) की ताकत ने इन्हें उत्पन्न किया है!" इसके बजाय, आइए हम जीवन के उस तथ्य को स्वीकार करें जिसे प्रेरित पौलुस ने **प्रेरितों 17:28** में खूबसूरती से प्रस्तुत किया है "क्योंकि हम उसी में जीते हैं, चलते-फिरते हैं, और अपना अस्तित्व रखते हैं।" याद रखें कि उन्होंने **1 कुरिनथियों 15:9-10** में अपना जीवन कैसे व्यतीत किया था "क्योंकि मैं प्रेरितों में सब से छोटा हूँ, वरन प्रेरित कहलाने के योग्य भी नहीं, क्योंकि मैं ने परमेश्वर की कलीसिया को सताया था। 10 परन्तु मैं जो कुछ भी हूँ, परमेश्वर के अनुग्रह से हूँ: और उसका अनुग्रह जो मुझ पर हुआ, वह व्यर्थ नहीं हुआ परन्तु मैं ने उन सब से बढ़कर परिश्रम भी किया: तौभी यह मेरी ओर से नहीं हुआ परन्तु परमेश्वर के अनुग्रह से जो मुझ पर था।"

चिंतन:

- आपने जीवन में जो सफलताएँ अनुभव की हैं उनकी एक सूची लिखें और गहराई से जाँच करें कि उन सभी के पीछे परमेश्वर का हाथ कैसे था।
- आप अपने आप को परमेश्वर पर भरोसा करने और जीवन में अतीत, वर्तमान और भविष्य की सफलताओं के लिए सभी कारणों का श्रेय कैसे दे सकते हैं?

**1 कुरिनथियों 1:26-31** और वचन 31 पर मनन करो, "ताकि जैसा लिखा है, वैसा ही हो, कि जो घमण्ड करे वह प्रभु में घमण्ड करे ॥

## उपसंहार: भरोसे की बनी हुई ताल

हम आशा करते हैं कि इस शांत समय की श्रृंखला ने आपको हमारे प्रभु पर भरोसा बनाए रखना सीखने में मदद की है।

जैसे-जैसे अत्यंत महत्वपूर्ण विषय 'परमेश्वर पर भरोसा रखें' पर ध्यान करते हुए 31 दिनों की हमारी सुविचारित यात्रा समाप्त होने वाली है, परमेश्वर पर भरोसा करने का अभ्यास अभी खत्म नहीं हुआ है। इसने तो अभी जड़ पकड़ना शुरू किया है।

हमने एक महत्वपूर्ण आध्यात्मिक अनुशासन विकसित करने में एक महीना बिताया है: चिंता के बजाय विश्वास का चुनाव, डर के बजाय विश्वास का चुनाव, और परमेश्वर की संप्रभु भलाई में विश्राम करना जो हमें देखता है, हमें जानता है, और सभी चीजों को एक साथ बांधे रखता है। वचनो की विविध आवाजों और शांति के क्षणों के माध्यम से, हमें याद दिलाया गया है कि सर्वशक्तिमान हमारा आश्रय और ताकत है, संकट में तत्काल मदद करता है।

हो सकता है कि आप गहन शांति का अनुभव करते हुए इस श्रृंखला को छोड़ रहे हों, या हो सकता है कि आप अभी भी उन्हीं परिस्थितियों से जूझ रहे हों जो आपको यहां लेकर आई थीं। दोनों अपेक्षित हैं। भरोसा शांति में लिया गया एक बार का निर्णय नहीं है, बल्कि तूफान के दौरान प्रतिदिन किए जाने वाले विकल्पों की एक सतत श्रृंखला है। यह बार-बार नियंत्रण छोड़ने और अनुग्रह प्राप्त करने की स्थिर ताल है।

### लय को आगे ले जाने का आह्वान

इस शांत समय श्रृंखला का वास्तविक फल केवल किसी पत्रिका के पन्नों को या पढ़ने की योजना के पूरा होने में नहीं मिलता है, बल्कि इसमें पाया जाता है कि जब शोर वापस आता है तो आप कैसे रहते हैं। जैसे ही आप इस संरचित समय से दूर जाते हैं, इन तीन सच्चाइयों को अपने साथ रखें:

विश्वास सक्रिय है, निष्क्रिय नहीं: इसमें संदेह की स्थिति में जानबूझकर परमेश्वर की विश्वसनीयता को याद रखने की आवश्यकता होती है।

परमेश्वर का समय सर्वोत्तम है उसकी देरी इनकार नहीं है; वे अक्सर आपके भीतर एक बड़े अच्छे या गहरे परिवर्तन का निर्माण करते हैं।

सामुदायिक मायने रखता है: यह रास्ता अकेले चलने के लिए नहीं है। समर्थन और प्रार्थना के लिए संगी शिष्यों पर निर्भर रहें।

आपका हृदय एक शांत शरणस्थान बने, व्यस्त संसार के बीच भी, जो प्रभु में गहरे और स्थायी विश्वास से जुड़ा हो। वह विश्वसनीय है। वह सृष्टि के आरंभ से ही विश्वसनीय था। वह आज भी विश्वसनीय है, और वह कल भी विश्वसनीय रहेगा। (इब्रानियों 13:8 यीशु मसीह कल और आज और युगानुयुग एकसा है।) उसकी शांति में आगे बढ़ें, दृष्टि से नहीं, बल्कि विश्वास से जियें।

### अतिरिक्त चिंतन और कार्रवाई के लिए

**दोबारा गौर करें:** दैनिक पाठों पर वापस जाएँ और उस एकल वचन या अंतर्दृष्टि को उजागर करें जो आपकी परिस्थितियों पर सीधे बात करती है।

**लिखें:** अपनी वर्तमान चिंताओं और भविष्य की आशाओं को परमेश्वर को समर्पित करते हुए प्रतिबद्धता की अंतिम प्रार्थना लिखें।

**जारी रखें:** वचनो और प्रार्थना पर शांत चिंतन की आदत को जारी रखने के लिए प्रत्येक सुबह एक अच्छा समय समर्पित करें। परमेश्वर के वादों को याद करने से आपको हमारे अद्भुत, प्रेमपूर्ण, सदैव मौजूद परमेश्वर पर भरोसा करने में मदद मिलेगी।

### उपसंहार: भरोसे की बनी हुई ताल

परमेश्वर आपकी आध्यात्मिक यात्रा को अंत तक जारी रखने में मदद करें। हमें वैसा ही विश्वास है जैसा प्रेरित पौलुस ने **फिलिप्पियों 1:6** में व्यक्त किया है "... जिस ने तुम में अच्छा काम आरम्भ किया है, वही उसे यीशु मसीह के दिन तक पूरा करेगा।"

जैसे-जैसे आप हमारे प्रभु पर भरोसा करते रहेंगे, वह आपको अधिक फल उत्पन्न करने के लिए सशक्त करेगा। हम उन सभी को धन्यवाद देना चाहते हैं जिन्होंने दैनिक भक्ति-पाठ तैयार करने में योगदान दिया, संपादित किया, अनुवाद किया और हम सभी को इसे दैनिक रूप से प्राप्त करने में मदद की।



## ये वे भाई-बहन हैं जिन्होंने भक्ति पाठ तैयार किए

शांत समय श्रृंखला - प्रभु पर भरोसा रखें		
दिन	विषय	तैयार करने वाले व्यक्ति का नाम
	परिचय	शेजुस फिलिप
1	भरोसे की परिभाषा	शेजुस फिलिप
2	परमेश्वर भरोसेमंद है	बीना फिलिप
3	परमेश्वर का प्रावधान	क्रिस्टी वर्गीस
4	परमेश्वर के वचन की शक्ति	शीबा एलेक्स
5	परमेश्वर की विश्वसनीयता	बैनी सोज़ा
6	परमेश्वर हमारी चट्टान और हमारा गढ़ है	राजिमोल सोज़ा
7	परमेश्वर का अटूट प्रेम	जॉन ब्रिट्टो
8	परमेश्वर की सुरक्षा	जास्मीन ब्रिट्टो
9	नियंत्रण छोड़ना	सचिन जे एस
10	परमेश्वर की योजना पर भरोसा रखना	मोनिका सचिन
11	भरोसे को चुने, संदेह पर काबू पाएं	फेलिक्स फ्रांसिस
12	परमेश्वर के प्रति ईमानदारी	अंजिता फेलिक्स
13	जब जीवन दुखदायी हो तब भरोसा करना	सुमा विश्वनाथ
14	अनदेखे परमेश्वर पर भरोसा करना	डॉक्टर विश्वनाथ
15	प्रार्थना के माध्यम से विश्वास का निर्माण	स्कॉट डेविस
16	जब प्रार्थना अनसुनी लगती है	डीओने डेविस
17	प्रतीक्षा का ज्ञान	सुमा विश्वनाथ
18	अनुग्रह के उपहार पर भरोसा करना	दिनेश जॉर्ज
19	भरोसा करें और आज्ञा का पालन करें	किंगस्टन सिंघ
20	ऐसा आनंद जो हर परीक्षा में मजबूती से बनी रहती है	कैरलाइन जॉर्ज
21	भावनाओं से ऊपर भरोसे को चुनना	अब्राहम राजकुमार
22	क्षमा और भरोसा	शेजुस फिलिप
23	परीक्षाओं में हमारा उद्देश्य	एंड्रू संधानाराज
24	तूफ़ान में शांति ढूँढना	थ्यागराजन
25	कठिनाइयों से सीखना	रोजर मैथ्यू
26	उसमें विश्राम	सुसान मैथ्यू
27	शांत रहो, यह जानकार की वह परमेश्वर है	टोली इमैनुएल
28	चिंता से आराधना तक	बीना फिलिप
29	समुदाय और भरोसा	प्रसीता निशांथ
30	आत्मविश्वास में आधारित जीवन	मालू साजी
31	जब सबकुछ ठीक हो तो परमेश्वर पर भरोसा रखना	शेजुस फिलिप
	उपसंहार:	शेजुस फिलिप

इसके अलावा, हम भक्ति पाठ के संपादन और प्रूफरीडिंग के लिए इन भाइयों और बहनों के बहुत आभारी हैं: बेनी सोज़ा, शेजुस फिलिप, रेखा अब्राहम, बीना फिलिप, जैस्मीन ब्रिट्टो, मोनिका सचिन और सुमा विश्वनाथ। हम वास्तव में बेनी सोज़ा की सभी भक्तिमय पाठों का मलयालम में अनुवाद करने की सराहना करते हैं।