

अध्यक्ष थॉमस एस. मॉनसन द्वारा

## कृतज्ञता का दिव्य उपहार

*स्वर्गीय पिता की आशीषों के लिए और हमारे आस-पास के लोगों का जो कुछ वे हमारे जीवन में देते हैं, धन्यवाद प्रकट करने से हमें, ... एक कृतज्ञ हृदय मिलता है।*

यह एक शानदार सत्र रहा है। जब मुझे गिरजे का अध्यक्ष बनाया गया, मैंने कहा, “एक कार्यभार अपने लिए मैं स्वयं लूंगा। मैं मंडप गायक मंडली का सलाहकार बनूंगा।” मुझे अपनी गायक मंडली पर गर्व है!

मेरी मां ने एक बार मेरे विषय में कहा था, “टॉमी, तुमने जो कुछ किया है मुझे उसपर गर्व है। लेकिन मैं तुम्हें एक बात कहना चाहती हूँ। तुम्हें पियानो बजाते रहना चाहिए था।”

मैं तुरन्त पियानो पर गया और उनके लिए एक गीत बजाया: “Here we go, [here we go] to a birthday party।”<sup>1</sup> फिर मैंने उनके माथे को चूमा, और उन्होंने मुझे गले लगाया।

मैं मां विषय में सोचता हूँ। मैं अपने पिता के विषय में सोचता हूँ। मैं उन सभी जनरल अधिकारियों के विषय में सोचता हूँ जिन्होंने मुझे और अन्य लोगों के साथ-साथ उन विधवाओं को भी प्रभावित किया है, जिनसे मैं मिला था—उन 85 विधवाओं के पास—ओवन में एक मूर्गा, कभी-कभी खर्च करने के लिए कुछ पैसा होता था।

मैं एक बार देर रात मिलने गया। आधी रात का समय था, और मैं उपचर्या गृह पहुंचा, और परिचारिका ने कहा, “मुझे यकीन है वह

सो गई होगी, लेकिन उन्होंने मुझे कहा था कि मैंने उन्हें अवश्य जगा दूँ, क्योंकि उन्होंने कहा था, ‘मैं जानती हूँ वह आएगा।’”

मैंने उनका हाथ पकड़ा; उन्होंने मेरा नाम लिया। वह पूरी तरह से जगी हुई थीं। उन्होंने मेरे हाथ को अपने होंठों से दबाया और कहा, “मुझे पता था तुम आओगे।” मैं कैसे न आता?

सुंदर संगीत मुझे इसी तरह स्पर्श करता है। मेरे प्यारे भाइयों और बहनों, हमने सच, आशा, और प्रेम के प्रेरणादायक सन्देशों को सुना। हमारे विचार उसकी ओर मुड़ गए जिसने हमारे पापों के लिए प्रायश्चित्त किया था, जिसने हमें जीने का मार्ग दिखाया और कैसे प्रार्थना करनी है सीखाया था, जिसने अपने कामों से सेवा की आशीषों को दिखाया था—यानि हमारा प्रभु और उद्धारकर्ता, यीशु मसीह।

लूका की पुस्तक के सतरहवें अध्याय में हम उसके विषय में पढ़ते हैं:

“और ऐसा हुआ कि वह येरूशलेम को जाते हुए सामरिया और गलील के बीच से होकर जा रहा था।

“और किसी गांव में प्रवेश करते समय उसे दस कोढ़ी मिले। और उन्होंने दूर खड़े होकर।

“ऊंचे शब्द से कहा, हे यीशु, हे स्वामी, हम पर दया कर।

“उसने उन्हें देखकर कहा, जाओ; और अपने तई याजकों को दिखाओ; और जाते ही जाते वे शुद्ध हो गए।

“तब उनमें से एक यह देखकर कि मैं चंगा हो गया हूँ, ऊंचे शब्द से परमेश्वर की बढ़ाई करता हुआ लौटा।

“और यीशु के पांव पर मुंह के बल गिर कर, उसका धन्यवाद करने लगा; और वह सामरी था।

“इस पर यीशु ने कहा, क्या दसों शुद्ध न हुए तो फिर वे नौ कहां हैं?

“क्या इस परदेशी को छोड़ कोई और न निकला, जो परमेश्वर की बढ़ाई करता?

“तब उसने उससे कहा; उठ कर चला जा; तेरे विश्वास ने तूझे चंगा किया है।”<sup>2</sup>

दिव्य मध्यस्थता के द्वारा, उन कोढ़ियों को क्रूर, तिल-तिल कर मरने से बचा लिया गया और उन्हें जीवन जीने का नया मौका मिला था। एक कोढ़ी द्वारा व्यक्त की गई कृतज्ञता ने स्वामी की आशीष को बढ़ाया; नौ कोढ़ियों द्वारा व्यक्त की गई अकृतज्ञता ने उसकी निराशा को।

मेरे भाइयों और बहनों, क्या हम, हमें मिली आशीषों का धन्यवाद देना याद रखते हैं? दिल से धन्यवाद देने से हमें न केवल अपनी आशीषों को पहचानने में मदद मिलती है, बल्कि यह स्वर्ग के द्वार भी खोल देता है और हमें परमेश्वर के प्यार को महसूस करने में मदद करता है।

अध्यक्ष गोर्डन बी. हिन्कली ने कहा था, “जब आप कृतज्ञ होकर जीवन जीते हैं, आप घमंड और चिन्ता और स्वार्थ पूर्ण जीवन नहीं जीते; आप धन्यवाद की आत्मा के साथ जीवन जीते हैं और यही आपके लिए उचित है और आपके जीवन को आशीषित करेगा।<sup>3</sup>

बाइबल में मत्ती की पुस्तक में कृतज्ञता की एक अन्य घटना है, इसे उद्धारकर्ता ने प्रकट किया था। जब वह तीन दिनों से वीराने में यात्रा कर रहा था, चार हजार से ज्यादा लोग उसके पीछे चल और उसके साथ यात्रा कर रहे थे। उसे उन पर दया आई, क्योंकि उन्होंने तीन दिनों से कुछ खाया नहीं था। हालांकि, उसके चेलों ने, उससे पूछा, “हमें इस जंगल

में कहां से इतनी रोटी मिलेगी कि हम इतनी बड़ी भीड़ को तृप्त करें ?” हम में से बहुतों की तरह, चेलों को जिस वस्तु की कमी थी वही नजर आ रही थी ।

“यीशु ने उनसे पूछा, तुम्हारे पास कितनी रोटियां हैं ? और उन्होंने [चेलों ने] कहा; सात और थोड़ी-सी छोटी मछलियां ।

“तब [यीशु] उसने लोगों को भूमि पर बैठने की आज्ञा दी ।

“और उन सात रोटियों और मछलियों को ले धन्यवाद करके तोड़ा और अपने चेलों को देता गया; और चले लोगों को ।”

ध्यान दें उद्धारकर्ता ने जो उनके पास था उसके लिए धन्यवाद दिया था—और उसके बाद चमत्कार हुआ । “सो सब खाकर तृप्त हो गए, और बचे हुए टुकड़ों से भरे हुए सात टोकरे उठाए ।”<sup>4</sup>

हम सबों ने ऐसे समयों को अनुभव किया है जब हमारा ध्यान, हमारी आशीषों पर केन्द्रीत होने के बजाए, जो हमारे पास नहीं उस पर केन्द्रीत होता है । यूनानी दार्शनिक एपीकटीटस ने कहा था, “बुद्धिमान वह है जो उसके लिए दुखी नहीं होता जो उसके पास नहीं है, बल्कि वह उसमें खुश रहता है जो उसके पास है ।”<sup>5</sup>

कृतज्ञता एक दिव्य सिद्धान्त है । भविष्यवक्ता जोसफ स्मिथ को दिए एक प्रकटीकरण में, प्रभु ने घोषणा की थी

“हमें सब बातों के लिए अपने प्रभु परमेश्वर का धन्यवाद करना चाहिए । ...

“किसी भी अन्य कार्य से मनुष्य परमेश्वर के प्रति अपराध नहीं करता है, या किसी भी अन्य के विरुद्ध उसका क्रोध नहीं भड़कता है, सिवाय उसके जो हर काम के लिए उसका धन्यवाद नहीं करता है ।”<sup>6</sup>

मॉरमन की पुस्तक में हम से कहा गया है “जो दया और आशीर्वाद उसने [परमेश्वर] तुम्हें दिया है उनके लिए कृतज्ञता प्रकट करते रहो ।”<sup>7</sup>

हमारी परिस्थितियां कैसी भी हों, हम में से हर एक के जीवन में आभार प्रकट करने के लिए बहुत कुछ है यदि हम शान्ति से अपनी आशीषों पर विचार करें ।

पृथ्वी पर होने का यह बढ़िया समय है ।

आज ऐसे समय में जबकि संसार में बहुत कुछ गलत है, बहुत सी बातें हैं जो सही और अच्छी हैं । ऐसे विवाह हैं जो सफल रहते हैं, ऐसे माता-पिता हैं जो अपने बच्चों से प्रेम करते हैं और उनके लिए त्याग करते हैं, ऐसे मित्र हैं जो हमारा ध्यान रखते और मदद करते हैं, ऐसे अध्यापक हैं जो शिक्षा देते हैं । हमारे जीवन कई प्रकार से आशीषित हुए हैं ।

हम अपने आपको ऊपर उठा सकते हैं और दूसरों को भी, जब हम नकारात्मक विचारों का त्याग कर देते हैं और अपने हृदयों के भीतर कृतज्ञता को उत्पन्न करते हैं । यदि अकृतज्ञता गंभीर अपराधों में से एक हो सकता है, फिर कृतज्ञता कुलीनता के गुणों में से एक है । किसी ने कहा है कि “कृतज्ञता न केवल महान्तम गुण है बल्कि अन्य सभी गुणों का जन्मदाता है ।”<sup>8</sup>

अपने हृदयों के भीतर हम कृतज्ञता के व्यवहार को कैसे पैदा कर सकते हैं ? अध्यक्ष जोसफ एफ. स्मिथ, गिरजाघर के छठवें अध्यक्ष, ने जवाब दिया था । उन्होंने कहा था, “कृतज्ञ व्यक्ति संसार में बहुत सी बातें धन्यवाद प्रकट करने के लिए देखता है, और उसे बुराई की अपेक्षा अच्छाई अधिक नजर आती है । प्रेम ईर्ष्या को हरा देता है, और प्रकाश उसके जीवन से अंधकार को दूर कर देता है ।” उन्होंने आगे कहा, “घंमंड हमारी कृतज्ञता का नाश करता है और इसके स्थान पर स्वार्थीपन उत्पन्न कर देता है । आभारी और प्यार करने वाली आत्मा की उपस्थिति में हम कितने खुश रहते हैं, और प्रार्थनापूर्वक जीवन के माध्यम द्वारा परमेश्वर और मनुष्य के प्रति धन्यवाद का व्यवहार बढ़ाने के लिए, हमें कितना सावधान रहना चाहिए !”<sup>9</sup>

अध्यक्ष स्मिथ हम से कह रहे हैं कि प्रार्थनापूर्वक जीवन कृतज्ञता पाने की कुंजी है ।

भौतिक वस्तुएं क्या हमें खुशी देती और आभारी बनाती हैं ? शायद कुछ देर के लिए । हालांकि, जो बातें गहन और स्थाई खुशी और कृतज्ञता देती हैं, उन्हें पैसों से नहीं खरीदा जा सकता: जैसे परिवार, सुसमाचार, अच्छे मित्र, हमारा स्वास्थ्य, हमारी योग्यताएं, प्रेम जो हमें अपने आस-पास के लोगों से मिलता है ।

दुभाग्य से, ये उनमें से कुछ वस्तुएं हैं जिनके लिए हम आभार प्रकट नहीं करते ।

अंग्रेज लेखक ऑलडस हक्सली ने लिखा था, “अधिकतर मनुष्यों में बिना आभार प्रकट किए वस्तुओं को लेने की असीम क्षमता होती है ।”<sup>10</sup>

हम अक्सर उन्हीं लोगों का धन्यवाद प्रकट नहीं करते हैं जिन्हें हमारी कृतज्ञता की सबसे अधिक जरूरत होती है । हम इसके लिए इतना इन्तजार न करें कहीं ऐसा न हो कि हमें कृतज्ञता प्रकट करने में बहुत देर हो जाए । अपने खोए प्रियजनों के विषय में बात करते समय, एक स्त्री ने दुखी होकर बताया था: “मैं खुशी के उन दिनों को याद करती हूँ और अक्सर मेरी इच्छा होती है काश मैं उन मृतकों के कान में कृतज्ञता के शब्द बोल सकती जिसे उन्होंने अपने जीवन में कभी-कभार सुना था और जिसके वे हमेशा हकदार थे ।”<sup>11</sup>

प्रियजनों को खोना निश्चित रूप से हमारे दिलों में दुख लाता है । आओ हम, उनके प्रति प्रेम और कृतज्ञता प्रकट करके इस तरह की अनुभूतियों को मानवरूप से जितना संभव उतना कम करें । हम कभी नहीं जान सकते कि कब बहुत देर हो जाएगी ।

स्वर्गीय पिता की आशीषों के लिए और हमारे आस-पास के लोगों का जो कुछ वे हमारे जीवन में देते हैं, धन्यवाद प्रकट करने से हमें, एक कृतज्ञ हृदय मिलता है । इसके लिए विचारशील प्रयास की जरूरत होती है—कम से कम उस समय तक जब तक हम सचमुच में कृतज्ञता प्रकट करने का व्यवहार नहीं सीखते और उत्पन्न करते हैं । अक्सर हम आभार महसूस करते और धन्यवाद प्रकट करने की इच्छा करते हैं लेकिन ऐसा करना भूल जाते हैं या ऐसा करने के लिए समय नहीं निकाल पाते । किसी ने कहा है “कृतज्ञता महसूस करना और इसे प्रकट नहीं करना वैसा ही जैसे उपहार को सुन्दर से लपेटना और किसी को न देना ।”<sup>12</sup>

जब हम अपने जीवनो में चुनौतियों और परेशानियों का समाना करते हैं, तो हमारे लिए अपनी आशीषों पर ध्यान देना अक्सर कठिन हो जाता है । फिर भी, यदि हम गहनता और

ध्यान से दृष्टि दौड़ाएं, तो हम महसूस करेंगे और जानेंगे कि हमें बहुत कुछ दिया गया है।

मैं आपके साथ एक ऐसे परिवार के विवरण को बांटता हूँ जो गंभीर चुनौतियों के बीच भी आशीषें खोज सकता था। यह विवरण मैंने कई वर्ष पहले पढ़ा था और जो संदेश यह देता है उसके कारण अपने पास रखा है। इसे गोर्डन ग्रीन ने लिखा था और पचास साल पहले एक अमरीकन पत्रिका में छपा था।

गोर्डन बताता है कि कैसे वह कनाडा के खलिहान में बड़ा हुआ था, जहां उसे और उसके भाई-बहनों को विद्यालय से जल्दी घर जाना पड़ता था जबकि दुसरे बच्चे गेंद खेलते और तैरने जाते थे। उनके पिता के पास इतनी क्षमता थी कि वह उन्हें यह समझने में मदद कर सके कि उनके काम की कुछ न कुछ कीमत है। यह फसल के काटने के बाद विशेषरूप से सच होता था, जब परिवार धन्यवाद समारोह मनाता था, क्योंकि उस दिन उनके पिता उन्हें एक बड़ा उपहार देते थे। वह हर उस वस्तु की सूची बनाते जो उनके पास थी।

धन्यवाद समारोह की सुबह, वह उन्हें नीचे गोदाम में ले जाते जहां सेबों के पीपे, चुकन्दर के टोकरियां, रेत में रखी गाजरें, और बोरियों में भरे आलूओं के पहाड़ के साथ-साथ मटर, मक्का, सेम की फलियां, जेली, स्ट्राबेरी और अन्य मुरब्बे रखे रहते थे। वह बच्चों से हर एक वस्तु की ध्यान से गिनती करने के लिए कहते थे। फिर वे खलिहान में जाते थे और अनुमान लगाते थे कि कितने टन भूसा वहां था और अनाज के गोदाम में कितना अनाज पड़ा हुआ है। वे गाय, सुअर, मूर्गियां, टर्की और बत्तखों को गिनते थे। उनके पिता कहते थे कि वे जानना चाहते थे कि परिवार की जरूरत के हिसाब से उनके पास कितनी वस्तुएं थीं, लेकिन वे जानते थे वे उन्हें, उस त्वीहार के दिन, महसूस करवाना चाहते थे कि परमेश्वर ने किस बहुतायत से उन्हें आशीषें और उनकी कड़ी मेहनत का फल उन्हें दिया था। अन्ततः, जब वे उस विशेष भोजन को खाने के लिए बैठते थे जिसे उनकी मां पकाती थी, वे उन आशीषों को महसूस कर सकते थे।

गोर्डन ने बताया था, हालांकि, जिस धन्यवाद समारोह को वह अधिक धन्यवाद देकर याद करते थे वह उस साल था जब उनके पास धन्यवाद देने के लिए लगभग कुछ भी नहीं था।

साल की शुरुआत ठीक हुई थी: उनके पास काफी भूसा था, बहुत से बीज थे, सुअर के चार बच्चे थे; और उनके पिता के पास थोड़ा-सा धन था जो उन्होंने हे-लोडर (भूसा काटने और उठाने वाली) मशीन खरीदने के लिए अलग रखा हुआ था—अधिकतर किसान उस मशीन को पाने का सपना देखते थे। इसी साल हमारे शहर में बिजली आई थी—हालांकि उन्होंने बिजली नहीं ली थी, क्योंकि वे इसका खर्चा नहीं उठा सकते थे।

एक रात जब गोर्डन की मां बहुत सारे कपड़े धो रही थी, उसके पिता घर आए और उन्होंने कपड़े धोने की आपनी बारी शुरू की और अपनी पत्नी से आराम और बुनाई करने के लिए कहा। उन्होंने कहा, “तुम सोने से अधिक समय कपड़े धोने में व्यतीत करती हो। तुम क्या सोचती हो हम अपना संकल्प तोड़ दें और बिजली लेलें?” यद्यपि मां को इस प्रस्ताव से खुश हुई थी, लेकिन जब उन्होंने विचार किया कि भूसा काटने और उठाने वाली मशीन नहीं खरीदी जा सकती, तो उनकी आंखों में आंसू निकल पड़े।

तो उस साल बिजली के तार उनकी गली तक पहुंच गए। यद्यपि यह ज्यादा रुचिकर नहीं था, उन्होंने कपड़े धोने की मशीन ले ली थी जो सारा दिन कपड़े धोती थी और हर छत पर चमकदार बिजली के बल्ब लग गए। अब लालटेन में तेल भरना, बत्ती काटना, गन्दी चिमनी को साफ करने जैसा काम खतम हो गए थे। लालटेनों को छत के गोदाम में रख दिया गया था।

उनके खलिहान में बिजली आना शायद वह अन्तिम अच्छा काम था जो उनके साथ उस साल हुआ था। जैसे ही उनकी पैदावार खेत में उगने के लिए तैयार थी, बारिश शुरू हो गई। अन्ततः जब पानी कम हुआ, खेत में एक भी पौधा नजर नहीं आ रहा था। उन्होंने फिर से बीज बोए, लेकिन अधिक बारिश ने वे

भी बह गए। उनके आलू कीचड़ में सड़ गए। उन्होंने कुछ गायों को और सारे सुअरों और अन्य जानवरों को बेच दिया जिसे उन्होंने रखने का विचार बनाया था। उस साल उन्होंने जो कुल फसल पाई थी वह थी केवल एक खेत शलगम, जो किसी तरह तूफानों को झेल पाई थी।

फिर से धन्यवाद समारोह आया। उनकी मां ने कहा, “बेहतर होगा इस साल हमें इसे भूल जाएं। हमारे पास पकाने के लिए विशेष कुछ भी नहीं बचा है।”

धन्यवाद समारोह की सुबह, गोर्डन के पिता एक जंगली खरगोश लाए और अपनी पत्नी से उसे पकाने के लिए कहा। मां ने यह दिखाते हुए उसे अनिच्छा से पकाना शुरू किया कि खरगोश के मोटे मीट को गलने में बहुत समय लगेगा। अन्त में, जब इसे बची हुई शलगम के साथ मेज पर परोसा गया, बच्चों ने खाने से मना कर दिया। गोर्डन की मां चिल्लाई, और फिर उनके पिता ने एक अनोखा काम किया। वह छत के गोदाम में गए, लालटेन लाए, उसे मेज पर रखा और जलाया। उन्होंने बच्चों से कहा बिजली के बल्ब बंद कर दो। अब जब सिर्फ लालटेन जल रही थी, उन्हें विश्वास नहीं हो रहा था कि यह वही अंधेरा था जो पहले हुआ करता था। उन्हें आश्चर्य हो रहा था कि बिना बिजली की तेज रोशनी के वे सब वस्तुओं को कैसे देख पाते थे।

भोजन के लिए प्रार्थना की गई, और सबने खाया। जब भोजन समाप्त हो गया, वे सब चुपचाप बैठे रहे। गोर्डन ने लिखा था:

“पूरानी लालटेन की कम रोशनी में हम फिर से सबकुछ साफ देख पा रहे थे। ...

“वह एक शानदार भोजन [था]। जंगली खरगोश का स्वाद टर्की जैसा लगा, और शलगम बहुत ही स्वादिष्ट थी। ...

... [हमारे] घर में ... , बहुत कुछ न होते हुए भी, हमारे लिए सबकुछ था।”<sup>13</sup>

मेरे भाइयों और बहनों, कृतज्ञता प्रकट करना दयामय और आदरणीय है; कृतज्ञता को दर्शाना महानता और भव्य काम है; लेकिन हमेशा हमारे हृदयों में कृतज्ञता भरी रहे यह स्वर्ग छूने के समान है।

अब मैं इस सुबह की सभा को समाप्त करता हूँ, सब बातें जिनके लिए हम धन्यवादित हैं, के अतिरिक्त मेरी यह प्रार्थना है, हम हमेशा अपने प्रभु और उद्धारकर्ता, यीशु मसीह के लिए अपनी कृतज्ञता प्रकट करें। उसके यशस्वी सुसमाचार ने जीवन के महान्तम प्रश्नों का उत्तर दिया है: हम कहां से आए थे? हम यहां क्यों हैं? मरने के बाद हमारी आत्मा कहां जाती है? यह सुसमाचार उनके जीवन में दिव्य सच्चाई का प्रकाश लाता है जो अंधकार में जी रहे हैं।

उसने हमें प्रार्थना करना सीखाया था। उसने हमें जीना सीखाया था। उसने हमें मरना सीखाया था। उसका जीवन प्रेम की एक विरासत है। बीमार को उसने चंगा किया; कुचले-हुओं को उसने ऊपर उठाया; पापी को उसने बचाया।

अन्ततः वह अकेला खड़ा था। कुछ प्रेरितों ने संदेह किया; एक ने उसे धोखा दे दिया। रोमी सैनिक ने उसकी छाती को भेदा था। क्रुद्ध भीड़ ने उसकी जान ले

ली। फिर भी, गुलगुता की पहाड़ी उसके दया भरे शब्द सुनाई दिए “हे पिता, इन्हें क्षमा कर, क्योंकि ये जानते नहीं कि क्या कर रहे हैं।”<sup>14</sup>

वह “दुखी पुरुष कौन था, ... जिसकी रोगों से जान-पहचान थी?”<sup>15</sup> “वह प्रतापी राजा,”<sup>16</sup> प्रभुओं का प्रभु कौन है? वह हमारा स्वामी है। वह हमारा उद्धारकर्ता है। वह परमेश्वर का पुत्र है। वह हमारे उद्धार का रचयिता है। वह इशारा करके बुलाता है, “मेरे पीछे चले आओ।”<sup>17</sup> उसने निर्देश दिया, “जा, तू भी ऐसा ही कर।”<sup>18</sup> उसने याचना की, “मेरी आज्ञाओं को मानो।”<sup>19</sup>

आओ हम उसके पीछे हो लें। आओ हम उसके उदाहरण की नकल करें। आओ उसके वचनों का पालन करें। ऐसा करने से, हम उसे कृतज्ञता का दिव्य उपहार देते हैं।

मेरी सच्चे, हृदय की प्रार्थना है कि हम, अपने व्यक्तिगत जीवन में, कृतज्ञता के इस आश्चर्यजनक गुण को प्रदर्शित करें। काश कृतज्ञता हमारी आत्माओं को, अब

और हमेशा के लिए अधिकता से भर दे। हमारे उद्धारकर्ता, यीशु मसीह के पवित्र नाम में, आमीन।

#### विवरण

1. John Thompson, “Birthday Party,” *Teaching Little Fingers to Play* (1936), 8।
2. लूका 17:11-19।
3. *Teachings of Gordon B. Hinckley* (1997), 250।
4. देखें मत्ती 15:32-37; महत्व जोड़ा गया है।
5. *The Discourses of Epictetus, with the Encheiridion and Fragments*, अनु. George Long (1888), 429।
6. अनुबन्ध और सिद्धान्त 59:7, 21।
7. अलमा 34:38।
8. Cicero, *A New Dictionary of Quotations on Historical Principles* में, सं. H. L. Mencken (1942), 491।
9. स्मिथ, जोसेफ एफ., *Gospel Doctrine*, 5वां सं. (1939), 263।
10. Aldous Huxley, *Themes and Variations* (1954), 66।
11. William H. Davies, *The Autobiography of a Super-Tramp* (1908), 4।
12. William Arthur Ward, Allen Klein में, सं., *Change Your Life!* (2010), 15।
13. H. Gordon Green, “The Thanksgiving I Don’t Forget,” *Reader’s Digest*, नव. 1956, 69-71 से लिया गया।
14. लूका 23:34।
15. यशायाह 53:3।
16. भन्न संहिता 24:8।
17. मत्ती 4:19।
18. लूका 10:37।
19. यहून्ना 14:15।

## हमारे समय के लिए शिक्षाएं

चौथे रविवार पर मलकिसिदक पौरोहित्य और सहायता संस्था सभाएं, “हमारे समय के लिए शिक्षाएं” के प्रति समर्पित रहेंगी। नवीनतम जनरल सम्मेलन में दी गई एक या अधिक वार्ताओं में से प्रत्येक पाठ को तैयार किया जा सकता है। स्टेक या जिला अध्यक्ष चुन सकते हैं कि कौन सी वार्ताओं का उपयोग किया जाना चाहिए, या वे इस जिम्मेदारी को धर्माध्यक्षों या शाखा अध्यक्षों को सौंप सकते हैं। मार्गदर्शकों को मलकिसिदक पौरोहित्य के भाइयों को और सहायता संस्था की बहनों को उन रविवारों पर एक ही समान की वार्ताओं के अध्ययन पर जोर देना चाहिए।

जो लोग चौथे रविवार के पाठों में उपस्थित होते हैं, उन्हें नवीनतम जनरल सम्मेलन संदेशों के अध्ययन के लिए पत्रिका को कक्षा में लाने के लिए प्रोत्साहित किया जाता है।

### वार्ताओं में से एक पाठ की तैयारी के लिए सुझाव

प्रार्थना करें कि पवित्र आत्मा आपके साथ हो जब आप वार्ता(ओं) का अध्ययन करते हैं और उन्हें सीखाते हैं। अन्य सामग्रियों का उपयोग कर पाठ की तैयारी के लिए

आप प्रलोभित हो सकते हैं, परन्तु सम्मेलन के वार्तालाप ही अनुमोदित पाठ्यक्रम हैं। आपका काम है सुसमाचार सीखने और जीने में दूसरों की सहायता करना जैसा कि गिरजाघर के नवीनतम जनरल सम्मेलन में सीखाया जाता है।

वार्ता(ओं) की समीक्षा करें, उन नियमों और सिद्धान्तों पर ध्यान देते हुए जो कक्षा के सदस्यों की आवश्यकताओं को पूरा करते हैं। वार्ता(ओं) से कहानियों, धर्मशास्त्र संदर्भों, और वक्तव्यों को भी देखें जो इन सच्चाइयों को सीखाने में आपकी सहायता करेंगी।

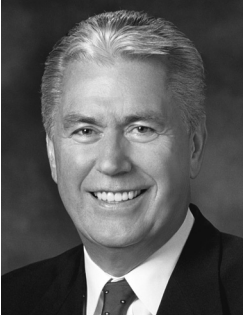
एक रूपरेखा बनाएं कि कैसे नियमों और सिद्धान्तों की शिक्षा देनी है। आपकी रूपरेखा में उन प्रश्नों को शामिल करना चाहिए जो:

- वार्ता(ओं) में नियमों और सिद्धान्तों को खोजने में।
- उनके अर्थ पर विचार करने में।
- समझ, सुझाव, अनुभव, और गवाहियां बांटने में।
- उनके जीवन में इन नियमों और सिद्धान्तों को लागू करने में कक्षा के सदस्यों की सहायता करे।

माह	चौथे-रविवार की पाठ सामग्रियां
नवंबर 2010-अप्रैल 2011	नवंबर 2010 लियाहोना में प्रकाशित वार्ताएं
मई 2011-अक्टूबर 2011	मई 2011 लियाहोना में प्रकाशित वार्ताएं

\* ये वार्ताएं [lds.org](http://lds.org) पर (कई भाषाओं में) उपलब्ध हैं।





अध्यक्ष डिक्टर एफ. उक्कोर्फ द्वारा  
प्रथम अध्यक्षता में द्वितीय सलाहकार

## चीजें जो अत्याधिक महत्वपूर्ण हैं

*यदि जीवन और उसकी हड़बड़ी वाली गति और भिन्न प्रकार के तनावों ने आपके लिए आनन्दमय जीवन व्यतीत करना कठिन बना दिया है, तो शायद अत्याधिक महत्वपूर्ण चीजों पर फिर से ध्यान देने का वर्तमान समय ही एक सबसे अच्छा समय है।*

यह बहुत ही विशिष्ट बात है कि हम प्रकृति का अध्ययन करने के द्वारा जीवन के बारे में कितना सीख सकते हैं। उदाहरण के लिए, वैज्ञानिक पेड़ों के घेरों को देख सकते हैं और सैकड़ों और यहां तक कि हजारों वर्ष पहले की जलवायु और बढ़नेवाली परिस्थितियों के बारे में प्रशिक्षित अनुमान लगा सकते हैं। पेड़ों के बढ़ने के अध्ययन से एक बात जसके बारे में हम जान सकते हैं और वो यह है कि मौसम के दौरान जब परिस्थितियां अनुकूल हों, पेड़ अपनी सामान्य गति से बढ़ते हैं। फिर भी, मौसम के दौरान जब परिस्थितियां अनुकूल न हों, पेड़ों के बढ़ने की गति कम हो जाती है और पेड़ को बचाने में आवश्यक मूल तत्वों के प्रति अपनी उर्जाशक्ति को समर्पित कर देती हैं।

इस क्षण आप लोगों में से शायद कुछ सोच रहे हों, “यह सब ठीक और अच्छा है, परन्तु एक जहाज उड़ाने से इसका क्या लेना-देना है?” ठीक है, मैं आप लोगों को बताता हूँ।

क्या आपने कभी भी जहाज से सफर किया है और उग्रता का अनुभव किया है? उग्रता का सबसे साधारण कारण होता है हवा की गति में अचानक से बदलाव आना जिसके कारण जहाज उछलता है, विचलित होता है, और घुम जाता है। एक नियमित उड़ान में जिसका आप अनुभव करते हैं उससे अधिक किसी भी प्रकार की बड़ी उग्रता का सामना करने के लिए विमानों में तकनीकी होती है, फिर भी इससे यात्री घबरा सकते हैं।

आपके विचार से विमान-चालक क्या करेंगे जब वे उग्रता का सामना करते हैं? एक विद्यार्थी विमान-चालक सोच सकता है कि गति को बढ़ाना एक बेहतर नीति हो सकती है क्योंकि यह उन्हें तेजी से उग्रता से बाहर निकालेगा। परन्तु ऐसा करना गलत हो सकता है। पेशेवर विमान-चालकों का मानना है कि अनुकूलतम उग्रता प्रवेश गति होती है जो कि उग्रता के नकारात्मक प्रभावों को कम करेगी। और ज्यादातर इसका अर्थ होता है गति को कम करना। यही नियम सड़क पर बने गति-उभारों पर भी लागू होता है।

इसलिए, यह अच्छी राय है कि थोड़ी सी गति कम कर दी जाए, एक समान रखा जाए, और प्रतिकूल परिस्थितियों का अनुभव करते समय आवश्यक बातों पर ध्यान दिया जाए।

### आधुनिक जीवन की गति

यह साधारण परन्तु सीखने के लिए कठिन पाठ है। यह तर्कसंगत प्रतीत हो सकता है जब इसे पेड़ों या उग्रता के साथ जोड़ा जाए, परन्तु यह आश्चर्यजनक बात है कि इस पाठ की उपेक्षा करना कितना आसान होता है जब इन नियमों को अपने स्वयं के नियमित जीवन में लागू करने की बात आती है। जब तनाव की स्थिति बढ़ जाती है, जब यातनाएं बड़ जाती हैं, जब त्रासदी प्रहार करती है, अक्सर ही हम उसी उल्लेजित गति से या उससे भी अधिक गति से बढ़ने का प्रयास करते हैं, यह सोचते हुए कि जितनी तेजी से हम अपनी गति को बढ़ाएंगे, उतनी ही शीघ्रता से हम इससे बच पाएंगे।

आधुनिक जीवन की विशेषताओं में से एक है जो प्रतीत होता है कि उग्रता या बाधाओं के बावजूद, हम अत्याधिक गति से आगे बढ़ रहे हैं।

ईमानदारी रहिये; यह व्यस्त होने आसान होने से आसान है। हम सब कार्य की एक सूची के विषय में सोच सकते हैं जो कि हमारे कार्यक्रम को अभिभूत करेगी। कुछ लोग सोच सकते हैं कि उनका आत्म-सम्मान उनके कार्यक्रम की सूची की लंबाई पर निर्भर करता है। वे अपने सभाओं और गौण बातों की सूचियों से अपने खाली समय को भर देते हैं—तनाव और थकान के समय में भी। क्योंकि वे व्यर्थ में ही अपना जीवन जटिल बना लेते हैं, अक्सर ही वे बड़ी हुई कुण्ठा, कम होती प्रसन्नता, और अपने जीवन में अर्थ के अभिप्राय की कमी को महसूस करते हैं।

ऐसा कहा गया है कि किसी भी सदगुण को जब किसी सीमारेखा से आगे ले जाया जाए तो वह एक शिकंजा बन सकता है। अपने समय के कार्यक्रम को अधिक व्यस्त करने से निश्चित रूप से ऐसा ही होगा। एक समय ऐसा भी आता है जहां मील का पत्थर

पाट का पत्थर बन जाता है और महत्वकांक्षाएं हमारी गर्दन को दबोच लेती हैं ।

### क्या समाधान है ?

बुद्धिमान समझते हैं और पेड़ के घेरों और हवा की उग्रता के पाठों को लागू करते हैं । वे प्रतिदिन जीवन में आनेवाली उत्तेजित भरी हड़बड़ाहट में घिरने के प्रलोभन का सामना करते हैं । वे सलाह का अनुसरण करते हैं “जीवन को बढ़नेवाली गति की बजाय और भी बहुत कुछ है ।”<sup>1</sup> संक्षिप्त में, वे अत्याधिक महत्वपूर्ण चीजों पर ध्यान देते हैं ।

एल्डर डैलिन एच. ओक्स ने हाल ही के जनरल सम्मेलन में सीखाया था, “अन्य बेहतर या उत्तम बातों को चुनने के क्रम में हमें कुछ अच्छी बातों से पूर्ववर्ती होना पड़ता है क्योंकि वे प्रभु यीशु मसीह में विश्वास बढ़ाते हैं और अपने परिवारों को मजबूत करते हैं ।”<sup>2</sup>

उत्तम चीजों की खोज अनिवार्य रूप से यीशु मसीह के मूल नियमों की ओर ले जाती है—साधारण और खुबसूरत सच्चाइयां जिन्हें हम पर देखभाल करनेवाले, अनन्त, और पूर्ण ज्ञानी स्वर्ग के पिता के द्वारा प्रकट की गई हैं । ये मुख्य सिद्धान्त और नियम, यद्यपि समझने में बच्चे के लिए भी साधारण है, जीवन के सबसे कठिन प्रश्नों का उत्तर प्रदान करते हैं ।

यह सुंदर और स्पष्ट बातें जोकि सादगी से आती हैं और जटिल समाधानों के प्रति अपने प्यास में कभी-कभी जिनकी हम प्रशंसा नहीं करते हैं ।

उदाहरण के लिये, अधिक समय नहीं बीता था जब अंतरिक्ष और ब्रह्माण्ड यात्रियों ने पृथ्वी की परिक्रमा की थी जब उन्होंने जाना था कि बॉलपेन अन्तरिक्ष में कार्य नहीं करेगा । और इसलिए कुछ बहुत ही चतुर लोग समस्या का समाधान करते हुए काम पर चले गए । इसमें कई हजार घण्टे और लाखों डॉलर खर्च हुए, परन्तु अंत में, उन्होंने एक ऐसे पेन को बनाया जो कहीं भी, किसी भी तापमान में, और ज्यादातर किसी भी सतह पर लिख सकता था । परन्तु अंतरिक्ष और ब्रह्माण्ड यात्रियों ने तब तक कैसे किया जब तक समस्या का

समाधान नहीं हुआ था ? उन्होंने सिर्फ एक पेन्सिल का उपयोग किया था ।

लियोनार्डो डा विन्सी<sup>3</sup> ने एक कथन को उद्धरित किया है कि “सादगी ही निर्णायक दुनियादारी है ।” जब हम प्रसन्नता की योजना, उद्धार की योजना के मुख्य सिद्धान्तों को देखते हैं, हम अपने स्वर्गीय पिता के ज्ञान की स्पष्टता और रमणीयता की सादगी और सुंदरता को पहचान सकते हैं और उसकी प्रशंसा कर सकते हैं । तब, अपने तरीकों को उसके तरीकों की तरफ मोड़ना ही हमारे ज्ञान का आरंभ होता है ।

### मौलिक बातों की शक्ति

कहानी बताई गई है कि ऐतिहासिक फुटबॉल का कोच विन्सी लोम्बार्डी प्रशिक्षण के पहले दिन पर एक विधि किया करता था । वह फुटबॉल को पकड़ता, उसे उन खिलाड़ियों को दिखाता जो कई वर्षों से खेलते आ रहे थे, और कहता, “भद्र पुरुष, ... यह एक फुटबॉल है !” वह उसके माप और आकार के बारे में बात करता, इसे कैसे मारना है, ले जाना है, या भेजना है । वह दल को खाली मैदान में ले जाता और कहता, “यह एक फुटबॉल का मैदान है ।” आयाम, आकार, नियम, और खेल को किस प्रकार खेलना चाहिए, यह सब समझाते हुए वह उन्हें चारों तरफ चलाता ।<sup>4</sup>

यह कोच जानता था कि ये अनुभवी खिलाड़ी भी, और वास्तव में दल भी, केवल मूलभूत बातों पर ध्यान देने से उस्ताद बन सकते थे । वे अपने समय को खेल के पेचिदे तरीकों का अभ्यास करके समय व्यतीत कर सकते थे, परन्तु जब तक कि वे खेल की मूलभूत बातों में उस्ताद न बन जाएं, वो कभी भी एक समर्थक दल नहीं बन सकते हैं ।

मेरे विचार से हममें से अधिकतर लोग सहज बुद्धि से ही समझ जाते हैं कि मूलभूत बातें कितनी महत्वपूर्ण होती हैं । कभी-कभी ऐसा होता है कि कुछ उन चीजों से हमारा ध्यान भंग हो जाता है जोकि अधिक लुभावनी लगती हैं ।

छपी हुई सामग्रियां, विस्तारित मिडिया स्रोत, बिजली के औजार और पुर्जे—सभी सहायकों का यदि उचित रूप से उपयोग किया जाए—नुकसानदायक परिवर्तन या अलगाव का निर्दयी कक्ष बन सकता है ।

फिर भी आवाज और चुनाव की बहुसंयोजकता के मध्य, गलील का विनम्र पुरुष अपनी बाहों को फैलाये, प्रतीक्षा करते हुए खड़ा है । उसका संदेश साधारण है: “आओ, मेरे पीछे हो लो ।”<sup>5</sup> और वह एक शक्तिशाली मेगाफोन से बात नहीं करता है परन्तु एक शान्त, धीमी आवाज से बात करता है ।<sup>6</sup> सूचनाओं की उस भरमार के बीच मुख्य सुसमाचार संदेश का खोना इतना आसान हो जाता है जो कि हम पर चारों तरफ से वार करती हैं ।

पवित्र धर्मशास्त्र और जीवित भविष्यवक्ताओं के कहे हुए शब्द सुसमाचार की मुख्य नियमों और सिद्धान्तों पर जोर देते हैं । इन मुख्य नियमों, शुद्ध सिद्धान्तों की तरफ वापस जाने का कारण है, क्योंकि ये गहन अर्थवाली सच्चाइयों का मार्ग हैं । ये अत्याधिक महत्व को अनुभव करने का द्वार हैं जो कि हमारी समझ की क्षमता से परे हैं । ये साधारण, मूलभूत नियम परमेश्वर और मनुष्य के साथ सामंजस्य में रहने की कुंजी है । ये स्वर्ग की खिड़कियों को खोलने की कुंजियां हैं । ये हमें शान्ति, खुशी, और उस समझ की तरफ ले जाती हैं जिसमें स्वर्गीय पिता ने अपने उन बच्चों से वादा किया है जो उसकी आज्ञा को सुनते और मानते हैं ।

मेरे प्यारे भाइयों और बहनों, हम अपनी गति को थोड़ा कम करके अच्छा काम करना चाहिए, अपनी परिस्थितियों के प्रति अनुकूल गति से आगे बढ़ेंगे, महत्वपूर्ण बातों पर ध्यान देंगे, अपनी आँखों को ऊपर उठाएंगे, और वास्तव में उन चीजों को देखेंगे जो अत्याधिक महत्वपूर्ण हैं । चलिए उन मूल निर्देशों पर विचार करें जिसे स्वर्गीय पिता ने अपने बच्चों को दिया है जो कि अनन्त प्रसन्नता की प्रतिज्ञाओं के साथ संपन्न और फलदायी नश्वर जीवन के आधार को स्थापित करेंगी ।



ये हमें “ज्ञान और क्रम में ... इन सभी बातों पर अमल करना सीखाएंगी, क्योंकि यह अपेक्षित नहीं है कि [हमें अपनी] ताकत से अधिक तेजी से भागना चाहिए। [परन्तु] यह अपेक्षित है कि [हमें] निष्ठावान होना चाहिए [और] इसके पश्चात पुरस्कार जीतना चाहिए।”<sup>7</sup>

भाइयों और बहनों, अत्याधिक महत्वपूर्ण काम को निष्ठापूर्वक करना हमें संसार के उद्धारकर्ता की तरफ ले जाएगा। इसीलिए “हम मसीह की बात करते हैं, हम मसीह में आनन्दित होते हैं, हम मसीह का प्रचार करते हैं, हम मसीह की भविष्यवाणी करते हैं, ... कि [अपने] पापों की क्षमा के लिए [हमें] किस माध्यम को जानना होगा।<sup>8</sup> जटिलता, उलझन, और आधुनिक जीवन की हड़बड़ाहट में, यही “सबसे उत्तम मार्ग” है।<sup>9</sup>

#### तो मौलिक बातें क्या हैं ?

जब हम अपने स्वर्गीय पिता की तरफ मुड़ते हैं और अत्याधिक महत्वपूर्ण बातों से संबंधित उसके ज्ञान को खोजते हैं, हम चार मुख्य संबंधों के महत्व के बारे में बार-बार सीखते हैं: अपने पिता के साथ, अपने परिवारों के साथ, अपने अनुयाईयों के साथ, और स्वयं के साथ। यदि हम इच्छुक मन से अपने स्वयं के जीवन का मूल्यांकन करते हैं, हम देखेंगे कि सबसे उत्तम मार्ग के द्वारा हमें कहां ले जाया गया है। हमारी समझ की आँखें खुल जाएंगी, और हम पहचान जाएंगे कि अपने हृदय को शुद्ध करने के लिए और अपने जीवन पर फिर से केन्द्रित होने के लिए हमें क्या करने की आवश्यकता है।

पहला, परमेश्वर के साथ हमारा संबंध अत्याधिक पवित्र और महत्वपूर्ण है। हम उसके आत्मिक बच्चे हैं। वह हमारा पिता है। वह हमारी खुशी चाहता है। जब हम उसे दूँढते हैं, जैसे हम उसके पुत्र यीशु मसीह के बारे में सीखते हैं, जब हम पवित्र आत्मा के प्रभाव के लिए अपने मन को खोलते हैं, हमारा जीवन अधिक स्थायी और सुरक्षित हो जाता है। हम महान शान्ति, खुशी, और परिपूर्णता का

अनुभव करते हैं जब हम परमेश्वर की अनन्त योजना के अनुसार जीने और उसकी आज्ञाओं का पालन करने के लिए अपना उत्तम प्रयास करते हैं।

अपने स्वर्गीय पिता बारे में सीखने के द्वारा, उससे बात करने के द्वारा, अपने पापों का पश्चाताप करने के द्वारा, और सक्रीय रूप से यीशु मसीह का अनुसरण करने के द्वारा हम उसके साथ अपने संबंधों को सुधार सकते हैं, क्योंकि “बिना [मसीह] के द्वारा पिता के पास कोई नहीं पहुँच सकता।”<sup>10</sup> परमेश्वर के साथ अपने संबंध को मजबूत करने के लिए, अकेले उसके साथ हमें कुछ अर्थपूर्ण समय व्यतीत करने की आवश्यकता होती है। नियमित व्यक्तिगत प्रार्थना और धर्मशास्त्र अध्ययन पर शान्त होकर ध्यान देना, वर्तमान मन्दिर संस्तुति के प्रति योग्य होने में सदा निर्धारित होना—अपने स्वर्गीय पिता की नजदीकी में जाने के प्रति अपने समय और प्रयास के लिए ये कुछ समझदार निवेश हैं। चलिये भजन संहिता के निमंत्रण को सुनें: “चुप हो जाओ, और जान लो कि मैं ही परमेश्वर हूँ।”<sup>11</sup>

हमारा दूसरा मुख्य संबंध हमारे परिवारों के साथ है। क्योंकि “असफल की क्षतिपूर्ति को कोई अन्य सफलता पूरा नहीं कर सकती है”<sup>12</sup> यहां पर, हमें अपने परिवारों में उच्च प्राथमिकता बनानी होगी। साधारण बातों को एक साथ करने के द्वारा हम गहरे और स्नेहभरे पारिवारिक संबंधों का निर्माण करते हैं, जैसे कि परिवार के साथ रात्रिभोज करना और पारिवारिक घरेलू संध्या और एक साथ मौज-मस्ती करना। पारिवारिक संबंधों में प्रेम का वास्तविक अर्थ *स-म-य* है, समय। एक दूसरे के लिए बातचीत करना एक मधुरलय की मुख्य कुंजी है। हम एक दूसरे से वास्तव में बात करते हैं। हम एक दूसरे से सीखते हैं, और हम अपने मतभेद और अपनी सामान्यता की भी प्रशंसा करते हैं। हम एक दूसरे के साथ दिव्य बेड़ी से जुड़ जाते हैं जब हम पारिवारिक प्रार्थना, सुसमाचार अध्ययन, और रविवार की आराधना के द्वारा एक साथ परमेश्वर से प्रार्थना करते हैं।

हमारा तीसरा मुख्य संबंध हमारे अनुयाइयों के साथ होता है। इस संबंध का निर्माण हम एक समय पर एक व्यक्ति के साथ करते हैं—एक दूसरों की आवश्यकताओं के प्रति संवेदनशील होने के द्वारा, उनकी सेवा करने के द्वारा, और अपना समय और अपनी प्रतिभाओं को बांटने के द्वारा। मैं एक बहन से गहराई से प्रभावित हुआ था जो कि उग्र और बीमारी की चुनौतियों से घिरी हुई थी परन्तु निश्चय कर लिया था कि यद्यपि वह अधिक नहीं कर सकती, पर वह सुन सकती है। और इसलिए हर सप्ताह वह उन लोगों की तरफ ध्यान देती थी जो परेशान या निराश होते थे, और वह उन्हें सुनते हुए उनके साथ समय व्यतीत करने लगी। कई लोगों के जीवन में वह एक आशीष थी।

चौथा महत्वपूर्ण संबंध अपने स्वयं के साथ है। अपने स्वयं के साथ एक संबंध के बारे में सोचना अजीब प्रतीत हो सकता है, परन्तु हम ऐसा करते हैं। कुछ लोग स्वयं से संबंध नहीं रख पाते हैं। वे अपनी आलोचना और बुराई तब तक करते हैं जब तक कि वे स्वयं से नफरत न करने लगे। क्या मैं सुझाव दे सकता हूँ कि आप हड़बड़ाहट को कम कर दें और अपने आपको बेहतर समझने के लिए थोड़े अधिक समय का उपयोग करें। प्रकृति में चलें, सूर्योदय देखें, परमेश्वर की सृष्टियों का आनन्द लें, पुनःस्थापित सुसमाचार की सच्चाइयों पर मनन करें, और खोजें कि व्यक्तिगत तौर पर इसका अर्थ आपके लिए क्या है। अपने आपको वैसा देखना सीखें जैसा कि स्वर्गीय पिता आपको देखता है—ईश्वरीय क्षमता के साथ उसका मूल्यवान बेटा या बेटा।

#### पवित्र सुसमाचार में आनन्दित हों

भाइयों और बहनों, बुद्धिमान बनें। यीशु मसीह के पुनःस्थापित सुसमाचार के शुद्ध सैद्धान्तिक पानी की तरफ घुम जाएं। खुशी-खुशी उनकी साधारणता और स्वच्छता के साथ उन्हें पीया जाए। स्वर्ग फिर से खुल गए हैं। एक बार फिर से पृथ्वी पर यीशु मसीह का सुसमाचार है, और उसकी साधारण सच्चाइयों

आनन्दित होने का भरपूर जरिया हैं !

भाइयों और बहनों, वास्तव में हमारे पास आनन्दित होने का महान कारण है। यदि जीवन और उसकी हड़बड़ी वाली गति और भिन्न प्रकार के तनावों ने आपके लिए आनन्दमय जीवन व्यतीत करना कठिन बना दिया है, तो शायद अत्याधिक महत्वपूर्ण बातों पर फिर से ध्यान देने का वर्तमान समय ही एक सबसे अच्छा समय है।

बल केवल उत्तेजित गतिविधि से ही नहीं प्राप्त होता है परन्तु यह सच्चाई और ज्योति के एक मजबूत आधार पर स्थिर रहने से भी प्राप्त होता है। यह यीशु मसीह के

पुनःस्थापित सुसमाचार की मूल बातों पर ध्यान लगाने और उसके प्रयासों से आता है। यह अत्याधिक महत्वपूर्ण दिव्य चीजों पर ध्यान देने से आता है।

चलिए अपने जीवन को थोड़ा साधारण बनाते हैं। मसीही शिष्यता के साधारण, विनम्र मार्ग की दिव्य खुबसूरती पर अपने जीवन को केन्द्रित करने के प्रति आवश्यक बदलाव करते हैं—उस मार्ग के प्रति जो कि सदा ही अर्थपूर्ण, प्रसन्नता, और शान्तिपूर्ण जीवन की तरफ ले जाता है। इसके लिए मैं प्रार्थना करता हूं, जब मैं अपनी आशीषें आपको देता हूं, यीशु मसीह के पवित्र नाम में, आमीन।

#### विवरण

1. महात्मा गाँधी, Larry Chang, *Wisdom for the Soul* (2006), 356 में।
2. डैलिन एच. ओक्स, "Good, Better, Best," लियाहोना, नवंबर 2007, 107
3. लियोनार्डो डी विन्सी, John Cook में, comp., *The Book of Positive Quotations*, 2 रा संस्करण (1993), 262।
4. विन्सी लोम्बार्डी, Donald T. Phillips में, *Run to Win: Vince Lombardi on Coaching and Leadership* (2001), 92।
5. लूका 18:22।
6. देखें 1 राजा 19:12।
7. मुसायाह 4:27।
8. 2 नफी 25:26।
9. 1 कुरिन्थियों 12:31; एथर 12:11।
10. यूहन्ना 14:6।
11. भजन संहिता 46:10।
12. जे. ई. मैक्यूलोक, *Home: The Savior of Civilization* (1924), 42; सम्मेलन रिपोर्ट, अप्रैल 1935, 116 भी देखें।