अध्यक्ष
हेनरी बी. आएरिंग द्वारा
प्रथम अध्यक्षता में
प्रथम सलाहकार

आभारी होने का चुनाव

हमारे स्वर्ग में पिता हमें हर बात के लिए धन्यवाद करने की आज्ञा देते हैं (देखें 1 थिस्सलुनीकियों 5:18), और वह चाहते हैं कि हमें मिलने वाली आशीषों के लिए हम धन्यवाद दें (देखें सि. और अनु. 46:32) । हम जानते हैं कि उनकी सब आज्ञाएं हमें खुशी देने के लिए हैं, और हम यह भी जानते हैं कि आज्ञाओं को तोड़ने से दुख आते हैं ।

इसलिए खुश रहने और दुख से दूर रहने के लिए, हमारे पास आभारी हृदय होना चाहिए । हमने अपने जीवन में आभार और खुशी के बीच नाता देखा है । हम सब आभार महसूस करना चाहते हैं, फिर भी जीवन की परिक्षाओं में सभी बातों के लिए निंरतर आभार प्रकट करना आसान नहीं होता है । बीमारी, निराशा, और जिन लोगों से हम प्यार करते हैं उन्हें खोने का समय हमारे जीवन में आता हैं । हमारे दुख हमारी आशीषों को देखना और भविष्य में परमेश्वर से मिलने वाली आशीषों की प्रशंसा करना कठिन कर देते हैं ।

अपनी आशीषों का गिनना हमारे लिए एक चुनौती होती है क्योंकि अच्छी बातों को सहजता से लेना हमारी आदत हो गई है । जब हमारे सिर से छत, खाने के लिए भोजन, या मित्रों और परिवार का साथ छूट जाता है, तब हम महसूस करते हैं कि हमें कितना आभारी होना चाहिए था जब ये सब हमारे पास थे ।

सबसे बढ़कर, कभी कभी हमारे लिए यह मुश्किल होता कि हम पाए गए महानत्तम उपहारों : यीशु मसीह का जन्म, उसका प्रायश्चित, पुनःजीवित होने का वादा, अपने परिवार के साथ अनंत जीवन का आनंद लेने का अवसर, पौरोहित्य के साथ सुसमाचार की पुनःस्थापना और इसकी कुंजियां, का पर्याप्त रूप से आभार प्रकट करें । केवल पवित्र आत्मा की मदद से हम महसूस करना आरंभ करते है कि इन आशीषों का हमारे लिए और जिन से हम प्रेम करते हैं उनके लिए क्या मतलब है । और केवल तभी हम इन सब बातों के लिए आभार प्रकट होने की आशा करते हैं और परमेश्वर का आभार न प्रकट करने के अपराध से बचते हैं ।

हमें प्रार्थना करनी चाहिए कि परमेश्वर, पवित्र आत्मा की शक्ति के द्वारा, अपनी परिक्षाओं के बीच भी अपनी आशीषों को स्पष्टरूप से देखने में हमारी मदद करें । वह आत्मा की शक्ति के द्वारा उन आशीषों को पहचानने और धन्यवाद प्रकट करने मदद कर सकते हैं जिन्हें हम सहजता से लेते हैं । जिसने मेरी प्रार्थना में सबसे अधिक मदद की है वह है, ''क्या आप मुझे उसके पास जाने का निर्देशन देंगे जिसकी मैं आपके लिए मदद करूं ?'' यह परमेश्वर की दूसरों को आशीष देने में परमेश्वर की मदद करना है कि मैंने अपनी स्वयं की आशीषों को अधिक निकटता से देखा है ।

मेरी प्रार्थना का उत्तर एक बार मिला जब एक दंपति जिन्हें मैं नहीं जानता था ने मुझे अस्पताल जाने का निमंत्रण दिया था । वहां मैंने एक छोटे बच्चे को पाया इतना छोटा कि वह मेरे हाथ में समा सकता था । कुछ हफ्तों के जीवन में, उसका कई बार आप्रेशन हो चुका था । डॉक्टरों ने कहा था कि परमेश्वर के इस छोटे से बच्चे के जीवन को बचाने के लिए दिल और फेफड़े का अत्याधिक कठिन आप्रेशन करना होगा ।

माता-पिता के अनुरोध करने पर, मैंने बच्चे को पौरोहित्य आशीष दी । आशीष में जीवन को बढ़ाने का वादा शामिल था । आशीष देने से अधिक , मुझे अपने आपके लिए एक अधिक आभारी हृदय पाने की आशीष मिली थी ।

अपने पिता की मदद से, हम में से प्रत्येक अधिक आभार महसूस

करने का चुनाव कर सकता है । हम उसे हमारी आशीषों को अधिक स्पष्टता से देखने में मदद करने के लिए कह सकते हैं, चाहे हमारी परिस्थितियां कैसी भी क्यों न हों । उस दिन, मैंने उतनी प्रंशसा की जितनी मैंनें अपने स्वयं के दिल और फेफड़े के काम करने में भी नहीं थी । घर वापस जाते समय मैंने अपने बच्चों की आशीषों के लिए धन्यवाद दिया कि मैं परमेश्वर और उनके आस-पास के अच्छे लोगों की दया के चमत्कार अधिक स्पष्टता से देख सकता था ।

सबसे बढ़कर अधिक, मैंने उन चिन्तित माता-पिता और मेरे जीवन में प्रायश्चित के कार्य करने के प्रमाण के लिए आभार महसूस किया था । मैंने उनकी अत्याधिक कठिन परिक्षा के समय में भी, आशा और मसीह के शुद्ध प्रेम को उनके चेहरों में चमकते देखा था । और मैंने उस प्रमाण को महसूस किया था जिसे आप महसूस कर सकते हैं यदि आप परमेश्वर को प्रकट करने के लिये पूछें कि प्रायश्चित आपको आशा और प्रेम महसूस करने दे सकता है ।

हम सब प्रार्थना में धन्यवाद देने और परमेश्वर से उसके स्थान में दूसरों की सेवा करने के लिए पूछने का चुनाव कर सकते हैं—विशेषरूप से साल के उस समय जब हम उद्धारकर्ता का जन्म दिन मनाते हैं । पिता परमेश्वर ने अपना पुत्र दिया, और यीशु मसीह ने हमें प्रायश्चित दिया, सभी उपहारों और दानों में सबसे महान (देखें सि. और अनु. 14:7) ।

प्रार्थना में धन्यवाद देने से हम इन आशीषों और अन्य आशीषों की महानता को देख सकते हैं और इस प्रकार अधिक आभारी हृदय पाने का उपहार पा सकते हैं ।

इस संदेश से शिक्षा

अपने अनुभवों और आशीषों को लिखें जो हमें उन्हें याद करने और उनको संदर्भ करने में मदद करते हैं । जिन्हें आप सीखाते हैं उन्हें लिखने के लिए पूछें कि वे किस बात के लिए आभारी हैं—उन्हें आशीषों को याद करने, वर्तमान की आशीषों को पहचानने, और भविष्य की आशीषों की आशा करने में मदद के लिए विचार करें ।

जिन्हें आप सीखाते हैं उन्हें किसी की मदद या सेवा करने के लिए अध्यक्ष आएरिंग के स्वर्गीय पिता से पूछने के उदाहरण का पालन करने के लिए कहें ।

युवा

आभारी होने की चुनौती लें

जॉन हिल्टन III और एंथॉनी स्वेट द्वारा

केवल हमारी आशीषों को गिनने के विषय में बात न कर—आओ इसे करें ! 100 बातों को लिखें जिनके लिए आप आभारी हैं । यदि यह बहुत अधिक लगता है, तो इसका प्रयास करें:

1. 10 उन शारीरिक योग्यताओं को लिखें जिनके लिए आप आभारी हैं ।
2. 10 उन भौतिक वस्तुओं को लिखें जिसके आप आभारी हैं ।
3. 10 उन जीवित व्यक्तियों के नाम लिखो जिनके लिए आप आभारी हैं ।
4. 10 उन मृत व्यक्तियों के नाम लिखो जिनके लिए आप आभारी हैं ।
5. प्राकृति की उन 10 बातों को लिखें जिनके लिए आप आभारी हैं ।
6. आज के विषय में 10 उन बातों को लिखें जिनके लिए आप आभारी हैं ।
7. पृथ्वी के 10 उन स्थानों को लिखें जिनके लिए आप आभारी हैं ।
8. 10 उन आधुनिक आविष्कारों को लिखें जिनके लिए आप आभारी हैं ।
9. उन 10 भोजनों को लिखें जिनके लिए आप आभारी हैं ।
10. सुसमाचार की 10 उन बातों को लिखें जिनके लिए आप आभारी हैं ।

जब हम इस प्रकार की सूची को बनाते हैं, हम पाते हैं कि 100 बातें उनके सामने कुछ भी नहीं हैं जिन्हें परमेश्वर ने हमें दिया है ।

© 2011 Intellectual Reserve, Inc. द्वारा सर्वाधिकार सुरक्षित । भारत में छपी । अंग्रेजी अनुमतिः 6/10 । अनुवाद अनुमतिः 6/10 । *First Presidency Message December 2011* का अनुवाद । Hindi । 09772 294

काम करने का एक व्यापक दायरा

इस सामाग्री को पढ़ें और, जैसा उचित हो, उन बहनों के साथ इसकी चर्चा करें जिन से आप भेंट करती हैं । अपनी बहनों को मजबूत करने और सहायता संस्था को अपने जीवन का सक्रिय हिस्सा बनाने में मदद के लिए प्रश्नों का प्रयोग करें ।

विश्वास • परिवार • सहायता

प्रभु, उसका गिरजाघर, परिवार, और समाज को - नेक स्त्री के प्रभाव की जरूरत होती है । असल में, बारह प्रेरितों की परिषद के एल्डर एम. रसल बलार्ड ने सीखाया था कि ''इस गिरजाघर में प्रत्येक बहन जिसने प्रभु के साथ अनुबंध बनाया है उसके पास लोगों को बचाने, इस संसार का मार्गदर्शन करने, सिय्योन के घर को मजबूती देने, और परमेश्वर के राज्य का निर्माण का दिव्य अधिकार है ।''[1]

कुछ बहनें आश्चर्य करती हैं कि क्या वे इतने बड़े लक्ष्य को पूरा कर सकती हैं । लेकिन जैसा कि सहायता संस्था की जनरल अध्यक्षता की द्वितीय सलाहकार एलिजा आर. स्नो (1804–87) ने समझाया था, ''कोई भी बहन इतनी अकेली नहीं है, और उसका दायरा इतना सकीर्ण नहीं है कि वह पृथ्वी पर परमेश्वर का राज्य स्थापित करने के लिए महान कार्य न कर सके ।''[2] बहन स्नो ने यह भी सीखाया था कि सहायता संस्था का संगठन ''प्रत्येक अच्छे और भले काम करने के लिए किया गया था ।''[3]

सहायता संस्था में भाग लेने से प्रत्येक बहन को विश्वास बनाने, परिवार और घर को मजबूत करने, और घर और संसार दोनों की सेवा करने का अवसर देकर हमारे प्रभाव के दायरे बड़े होते हैं । और सौभाग्य से, व्यक्तिगत रूप से और सहायता संस्था के रूप में हमारे प्रयास बड़े और जबरदस्त नहीं होने चाहिए, लेकिन वे इच्छा से और निरंतर होने चाहिए । नेक आदतें जैसे प्रतिदिन व्यक्तिगत और पारिवारिक प्रार्थना, प्रतिदिन धर्मशास्त्र अध्ययन, और निरंतर गिरजाघर की नियुक्तियों को बढ़ाने से विश्वास को बढ़ने और प्रभु के राज्य का निमार्ण करने में मदद मिलती है ।

उन बहनों से जिन्हें आश्चर्य होता है कि क्या ये खामोश लगने वाले योगदान से कुछ अंतर पड़ता है, एल्डर बलार्ड ने स्वीकार किया थाः ''प्रत्येक बहन जो सच और नेकता के लिए खड़ी होती है शैतान के प्रभाव को कम करती है । प्रत्येक बहन जो अपने परिवार को मजबूती देती और सुरक्षा करती है परमेश्वर का कार्य कर रही है । प्रत्येक बहन जो परमेश्वर की स्त्री के रूप में जीवन जीती है दूसरों के लिए प्रेरणा बनती और धार्मिक प्रभाव के बीजों को उगाती है जो आने वाले दशकों में फसल देगी ।''[4]

धर्मशास्त्रों से

1 कूरिन्थियों 12:4–18; 1 तीतूस 6:18–19; मुसायाह 4:27; विश्वास के अनुच्छेद 1:13

हमारे इतिहास से

एलिजा आर. स्नो, जिसने सहायता संस्था की सचिव के रूप में सेवा की थी जब इसका संगठन नावू में किया था, को अध्यक्ष ब्रिगंहम यंग (1801–77) ने पूरे गिरजाघर में जाने, धर्माध्यक्षों अपने वार्ड में को सहायता संस्था संगठित करने में मदद करने के लिए नियुक्त किया था ।

बहन स्नो ने सीखाया थाः ''यदि इस्राएल की बेटियों और माताओं में से किसी को महसूस होता है कि वे अपने दायरों में बहुत बंधी [सीमित] हैं, तो वे अब प्रत्येक शक्ति और योग्यता के बहुत से अवसर पाएंगी, जिसके लिए वे बहुतायत से इंडोव की गई हैं, । ... अध्यक्ष यंग ने कार्य करने और उपयोगिता के विसतृत और व्यापक दायरे को शुरू किया है ।''[5]

विवरण

1. M. Russell Ballard, "Women of Righteousness," *Liahona,* दिसं. 2002, 39 ।
2. Eliza R. Snow, "An Address," *Woman's Exponent*, 15, सितं. 1873, 62 ।
3. Eliza R. Snow, "Female Relief Society," *Deseret News*, 22, अप्रै. 1868, 81 ।
4. M. Russell Ballard, *Liahona*, दिसं. 2002, 39 ।
5. Eliza R. Snow, *Deseret News*, 22, अप्रै. 1868, 81 ।

मैं क्या कर सकती हूं ?

1. जिन बहनों से मैं भेंट करती हूं नेकता का प्रभाव होकर उनको अपनी योग्यता को पहचानने और कार्य करने के लिए मैं कैसे मदद कर सकती हूं ?

2. मैं कैसे अपने बेजोड़ उपहारों और प्रतिभाओं का दूसरों को आशीष देने के लिए उपयोग कर सकती हूं ?

अधिक जानकारी के लिए
www.reliefsociety.lds.org पर जाएं

© 2011 Intellectual Reserve, Inc. द्वारा सर्वाधिकार सुरक्षित । भारत में छपी । अंग्रेजी अनुमतिः 6/10 । अनुवाद अनुमतिः 6/10 । *Visiting Teaching Message, December 2011* का अनुवाद । Hindi । 09772 294