



सेवकाई को आनंदपूर्ण बनाना

प्रेम से सेवा करने से देने वाले और प्राप्त करने वाले दोनों को आनंद मिलता है।

कभी-कभी इस जीवन में खुशी की हमारी तलाश एक ट्रेडमिल पर दौड़ने जैसी हो सकती है। हम दौड़ते हैं और दौड़ते हैं और फिर भी ऐसा महसूस करते हैं कि हम कहीं नहीं पहुंचें। कुछ के लिए, दूसरों के लिए सेवकाई करने का विचार केवल कुछ और अधिक जोड़ने जैसा है।

लेकिन हमारे स्वर्गीय पिता चाहते हैं कि हम आनंद का अनुभव करें और हमें कहा है कि “मनुष्य हैं, की वह आनंद करें” (2 नफी 2:25)।

और उद्धारकर्ता ने यह सिखाया कि दूसरों को सेवकाई करना हमारे जीवन और दूसरों के जीवन में आनंद लाने का एक अनिवार्य हिस्सा है।

आनंद क्या है?

आनंद को “एक बड़ी अभिलाषा और खुशी की भावना” के रूप में परिभाषित किया गया है।¹ अंतिम-दिनों के संतो ने यह स्पष्ट किया है कि आनंद कहाँ से आता है और यह कैसे पाया जाता है। हमें जो आनंद महसूस होता है, वह हमारे जीवन की परिस्थितियों से कम और हमारे जीवन की और अधिक केन्द्रित है, “अध्यक्ष रसल एम्. नेल्सन ने कहाँ “...आनंद आता है [यीशु मसीह] के द्वारा। वह सभी आनंद का स्रोत है।”²

सेवकाई आनंद लाता है।

जब लेही ने जीवन के पेड़ के फल को खाया, तो उनकी आत्मा भर आई “अत्यधिक आनंद के साथ” (1 नफी 8:12). उनकी पहली इच्छा

इस फल को उन लोगों के साथ बाँटना था, जिन्हें वह प्रेम करते थे।

दूसरों के लिए सेवा की हमारी इच्छा हमारे लिए और उनके लिए इस तरह का आनंद ला सकती है। उद्धारकर्ता ने अपने शिष्यों को सिखाया कि जब हम उनसे जुड़े होते हैं, तो वह फल हमें आनंद से परिपूर्ण होने में मदद करता है (देखें यहूना 15:1-11)। उनका कार्य सेवा द्वारा करना और दूसरों को उनके पास ढूँढ कर लाना एक आनंदपूर्ण अनुभव हो सकता है (देखें लूक 15:7; आलमा 29:9; सिद्धांत और अनुबंध 18:16; 50:22)। विरोध और पीड़ा का सामना करते हुए भी हम इस आनंद का अनुभव कर सकते हैं। (देखें 2 कोरिन्थियों 7:4; कुलुस्सियों 1:11)।

उद्धारकर्ता ने हमें आदर्श उदाहरण दिया कि नश्वर जीवन में सच्चे आनंद का सबसे बड़ा स्रोत सेवा के माध्यम से मिलता है। जब हम उद्धारकर्ता की तरह अपने भाइयों और बहनों के लिए सेवा करते हैं, हमारे मन में दान और प्रेम के साथ, हम आनंद का अनुभव कर सकते हैं जो सरल खुशी से परे है।

जैसा कि हम इच्छुक मनो के साथ [सेवकाई] को गले लगाते हैं, हम... सियोन लोग बनने के करीब हैं और उन लोगों के साथ आनंद को पार करने का अनुभव करेंगे जिन्हें हमने शिष्यत्व के मार्ग में मदद की है, बहन जीन बी. बिंघम, द्वारा सिखाया गया, सहायता संस्था की मुख्य अध्यक्ष।³

हम और अधिक सेवकाई को आनंदपूर्ण कैसे बना सकते हैं?

हमारी सेवकाई में अधिक आनंद लाने के कई तरीके हैं। यहां कुछ विचार हैं:

1. सेवकाई में अपने उद्देश्य को समझें।

सेवकाई के कई कारण हैं। अंततः, हमारे प्रयासों को परमेश्वर के उद्देश्यों के साथ संरेखित करना चाहिए “ताकि मनुष्य की अमरत्व और अनंत जीवन को पूर्ण किया जाए” (मूसा 1:39)। जैसे की हम अध्यक्ष रसल एम्. नेल्सन के निमंत्रण को दूसरो की मदद वाचा पथ पर करने के लिए स्वीकार करते हैं, हम परमेश्वर के कार्य में भाग लेते हुए और भी आनंद पा सकते हैं।⁴ (और भी सेवकाई के उद्देश्य के लिए, देखें “सेवकाई के सिद्धान्त : उद्देश्य जो हमारी सेवकाई को बदल देगा,” जनवरी 2018 में लियाहोना।)

2. सेवकाई को लोगो के बारे में बनाये ना की कार्यों के।

अध्यक्ष थामस एस.मानसन ने अक्सर हमें याद कराया: “किसी भी समस्या का हल होना उस व्यक्ति से अधिक महत्वपूर्ण ना बने जिसे प्रेम कर सकें।”⁵ सेवकाई मनुष्यों को प्रेम करना हैं, ना की चीजों को करना। जैसे की हम प्रेम करने में बढ़ते हैं जैसा उद्धारकर्ता ने किया, हम उस आनंद को ओर खुलते हैं जो दूसरो की सेवा करने से आता हैं।

3. सेवकाई को साधारण बनाएं। अध्यक्ष एम्.रसल बल्लार्ड, कार्यकारी अध्यक्ष बारह चेलों की परिषद् से, हमें कहाँ: “महान चीज़े सरल और छोटी चीज़ो के माध्यम से पूर्ण की जाती हैं... दया और सेवा के हमारे छोटे और सरल कार्य स्वर्गीय पिता के लिए प्रेम से भरे जीवन में जमा हो जाएंगे, प्रभु यीशु मसीह के काम के प्रति समर्पण, और शांति और आनंद की भावना हर एक बार जब हम एक दूसरे के पास पहुंचते हैं।”⁶

4. तनाव को सेवकाई से दूर करें। किसी के उद्धार के लिए काम करना आपकी ज़िम्मेदारी नहीं है। वह व्यक्ति और प्रभु के बीच है। हमारी ज़िम्मेदारी है कि हम उनसे प्रेम करें और उन्हें यीशु मसीह की ओर लाने में मदद करें, जो उनके उद्धारकर्ता हैं।

आनंद की सेवा को बंद ना करें।

कभी-कभी लोग आवश्यक मदद के लिए अनिच्छुक होते हैं, इसलिए हमारी सेवा का प्रस्ताव केवल वही हो सकता है जो उन्हें चाहिए। परन्तु लोगों पर खुद को मजबूर करना कोई जवाब नहीं है। सेवकाई करने से पहले अनुमति लेना एक अच्छा विचार है।

एल्डर डीटर एफ. उकडोरफ बारह चेलों की परिषद् से ने एक अकेली माँ, जिसे चिकन पॉक्स हो गया था - और फिर उसके बच्चे भी बीमार हो गए के बारे में बताया। सामान्य रूप से स्वच्छ घर अव्यवस्थित और गन्दा हो गया। बर्तन और कपड़े धोने के ढेर से भर गए।

एक पल में जब वह पूरी तरह से अभिभूत महसूस कर रही थी, सहायता संस्था की बहनों ने उनके दरवाज़े पर दस्तक दी। उन्होंने यह नहीं कहा, “यदि हम मदद कर सकते हैं तो हमें बताएं।” जब उन्होंने स्थिति देखी, तो वे हरकत में आ गए।

उन्होंने अराजकता को साफ किया, घर में प्रकाश और स्पष्टता लाई और कुछ आवश्यकता से ज्यादा किराने का सामान लाने के लिए एक मित्र को बुलाया। जब उन्होंने अंत में अपना काम पूरा कर लिया और अलविदा कहा, तो उन्होंने उस युवा माँ को आंसुओं में छोड़ा - आभार और प्यार के आँसू।”⁷

दोनों देने और प्राप्त करने वाले ने आनंद की गर्मी को महसूस किया।

अपने जीवन में आनंद को विकसित करें

जितना अधिक आनंद, शांति, और संतोष को हम अपने जीवन में विकसित करेंगे, उतना ही हम दूसरों के साथ बाँट पाएंगे जब हम सेवकाई करते हैं। आनंद पवित्र आत्मा के द्वारा आता है (देखें गलतियों 5:22 और सिद्धांत और अनुबंध 11:13)। यह ऐसा कुछ है जिसके लिए हम प्रार्थना कर सकते हैं (देखें सिद्धांत और अनुबंध 136:29) और अपने जीवन में अमंत्रित कर सकते हैं। यह कुछ विचार हैं हमारे अपने जीवन में आनंद को विकसित करने के लिए:

1. अपनी आशीषो को गिनें। जैसा कि आप अपने जीवन को जाचें, अपने जर्नल में उन चीजों को लिखें जिससे परमेश्वर ने आपको आशीषित किया है।⁸ अपने आस पास की अच्छाई पर ध्यान दें।⁹ इस पर ध्यान दें की आनंद महसूस करने से आप क्यूँ दूर हैं और उन्हें सुलझाने या बेहतर समझने के तरीके लिखें। ईस्टर के इस समय के दौरान, उद्धारकर्ता के साथ अधिक से अधिक संबंध खोजने के लिए समय निकालें (देखें सिद्धांत और अनुबंध 101:36)।

2. सचेतन का अभ्यास। आनंद आपको शांत ध्यान करने के क्षणों में अधिक आसानी से मिल सकता है।¹⁰ जो आपको आनंद देता है, उसे करीब से सुनें (देखें 1 Chronicles 16:15)। मीडिया से दूर रहने का समय कभी-कभी सचेतन का अभ्यास करने के लिए आवश्यक हो सकता है।¹⁰

3. अपनी तुलना करने से बचें। यह कहा गया है कि तुलना आनंद का चोर है। पौलुस ने चेतावनी दी है कि जो लोग “खुद से खुद को मापते हैं, और खुद के बीच तुलना करते हैं, वे बुद्धिमान नहीं हैं” (2 कुरुनाथियों 10:12)।

4. व्यक्तिगत प्रकटीकरण को तलाश करें। उद्धारकर्ता ने सिखाया: “यदि आप पूछो, तो आप को प्रकटीकरण पर प्रकटीकरण प्राप्त होगा, ज्ञान पर ज्ञान, ताकि आप रहस्य और शांतिदायक बातों को जान सकें-- जो आनंद लाती हैं, और वह जो अनंत जीवन देती हैं” (सिद्धांत और अनुबंध 42:61)।

काम करने का निमंत्रण

आप अपने जीवन में आनंद को सेवकाई से कैसे बढ़ा सकते हैं?

इस लेख के सिद्धांतों को हम अपने प्रतिदिन की बातचीत में लागू कर सकते हैं, परन्तु इनका उद्देश्य सेवकाई भाइयों और बहनों को उन्हें सौंपे गए व्यक्तियों और परिवारों को आशीर्षित करने के प्रयास में सहायता देना है।

टिप्पणिया

1. "Joy," en.oxforddictionaries.com
2. See Russell M. Nelson, "Joy and Spiritual Survival," *Liahona*, Nov. 2016, 82.
3. जीन बी बिंघम, "उद्धारकर्ता जैसे सेवा करना," लियाहोना, मई 2018, 107.

4. देखें रसल. एम्. नेल्सन, "आओ हम सब आगे बढ़ें," लियाहोना, अप्रैल 2018, 4-7.
5. See Thomas S. Monson, "Finding Joy in the Journey," *Liahona*, Nov. 2008, 86.
6. See M. Russell Ballard, "Finding Joy through Loving Service," *Liahona*, May 2011,
7. See Dieter F. Uchtdorf, "Living the Gospel Joyful," *Liahona*, Nov. 2014, 120-123.
8. See Henry B. Eyring, "O Remember, Remember," *Liahona*, Nov. 2007, 67
9. देखें जीन बी. बिंघम, "यह आपकी खुशी पूर्ण कर सकता है" लियाहोना, नव. 2017, 87.
10. देखें डीटर एफ उकडोरफ, "चीजें जो अत्यधिक महत्वपूर्ण हैं," लियाहोना, नव. 2010, 21.
11. देखें गैरी. इ. स्टीवेंसन, "आत्मिक ग्रहण," लियाहोना, नव. 2017, 46.