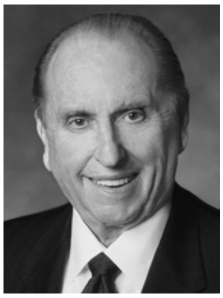
अध्यक्ष थमस एस्. मनसनद्वारा



पश्चात्तापको उपहार

“हाम्रो दायित्व भनेको सामान्यताबाट योग्यता, बिफलताबाट उपलब्धि तर्फ उठ्नु हो,” भनेर अध्यक्ष मनसनले सिकाउनुभयो । “हाम्रो काम भनेको आफैँमा सबै भन्दा राम्रो बन्नु हो । परमेश्वरले हामीलाई दिनुभएका महान् उपहारहरु मध्येको एक उपहार भनेको पूनः प्रयास गर्नुको खुशी हो, किनकि कुनैपनि विफलता कहिल्यै अन्तिम हुँदैन ।”१

प्रायशः हामी नयाँ वर्षको आगमनलाई सङ्कल्प र लक्ष्यले समायोजन गर्छौं । हामी परिवर्तन हुनका लागि, पूनः प्रयास गर्न सङ्कल्प गर्छौं । सम्भवतया हामीले पूनः प्रयास गर्ने महत्वपूर्ण तरिका भनेको अध्यक्ष मनसनले भन्नुभएको “पश्चात्तापको उपहारलाई” अपनाउनु हुन सक्छ ।”२

उहाँको शिक्षाको निम्न अंशमा उहाँ चर्चको अध्यक्ष भएदेखि यता अध्यक्ष मनसनले हामीलाई सल्लाह दिनुभएको छ, “खीष्टको प्रायश्चित्तको रगतलाई उपयोग गर्नुहोस् ताकि हामीले हाम्रा पापहरुका लागि क्षमा प्राप्त गर्न सकौं र हाम्रा हृदयहरु शुद्ध बनोस् ।” ३

क्षमाको चमत्कार

“हामी सबैले गलत छनौटहरु गरेका छौं । यदि हामीले त्यस्ता छनौटहरुलाई पहिला नै सच्याएका छैनौंभने, म तपाईंहरुलाई सुनिश्चित गराउँछु कि त्यहाँ यसो गर्ने तरिका छ । त्यो प्रक्रियालाई पश्चात्ताप भनिन्छ । म तपाईंहरुलाई आफ्ना गल्तीहरु सुधार गर्न अनुरोध गर्छु । तपाईं र मलाई त्यो आशीषयुक्त उपहार प्रदान गराउनका लागि हाम्रा मुक्तिदाता मर्नुभएको हो । यो बाटो सजिलो नभए तापनि, यो प्रतिज्ञा चाहिँ वास्तविक छ: ‘तपाईंको पापका कारण दाग लागेको भए तापनि ती हिउँजस्तै सेता हुनेछन्’ (यसैया १:१८) । ‘अनि म, परमप्रभुले, तिनीहरुलाई कहिल्यै सम्झनेछैन’ (सि र क ५८:४२) । तपाईंको अनन्त जीवनलाई जोखिममा नराख्नुहोस् । यदि तपाईंले पाप गर्नुभएको छ भने, जति छिटो तपाईंले त्यसलाई सुधार गर्नुहुन्छ त्यति नै छिटो तपाईंले क्षमाको चमत्कारबाट प्राप्त हुने सुमधुर शान्ति र खुशी महसुस गर्नुहुनेछ ।” ४

सही बाटोमा फर्किनुहोस्

“हामीले बुद्धिमत्तापूर्वक छनौट गर्नु अत्यावश्यक भए तापनि, त्यस्ता समयहरु पनि हुन्छन् जहाँ हामीले विवेकहीन छनौट पनि गर्छौं । मुक्तिदाताद्वारा प्रदान गरिएको पश्चात्तापको उपहारले, हामीलाई हाम्रा कार्यहरुलाई सुधार गर्न सक्षम बनाउँछ जसका कारण हामी त्यो बाटोमा फर्किन सक्छौं जसले हामीलाई हामीले खोजेको सेलेस्टियल महिमातर्फ अगुवाइ गर्छ ।”५

फर्किने बाटो

“यदि तपाईंहरु मध्ये कसैले आफ्नो यात्रामा ठक्कर खानुभएको छ भने, तपाईंलाई म सुनिश्चित गराउँछु कि त्यहाँ फर्किने बाटो छ । त्यो प्रक्रियालाई पश्चात्ताप भनिन्छ । त्यो बाटो कठीन भए तापनि, तपाईंको अनन्त मुक्ति यसैमा निर्भर गर्छ । तपाईंको प्रयासमा अझै बढी योग्य प्रयास के हुन सक्छ ? म तपाईंलाई यहीं निर्णय गर्न अनुरोध गर्छु र अब पूर्ण रुपमा पश्चात्ताप गर्न आवश्यक पर्ने कदमहरु लिनुहोस् । जति छिटो तपाईंले यसो गर्नुहुनेछ, त्यति नै छिटो तपाईंले यशैयाले बताएको शान्ति र निस्तब्धता र आश्वासन को अनुभव गर्नुहुनेछ हेर्नुहोस् (यशैया १:१८) ।” ६

मानिसहरु परिवर्तन हुन सक्छन्

“मानिसहरु परिवर्तन हुन सक्छन् भनेर हामीले मस्तिष्कमा राख्नुपर्छ । तिनीहरुले नराम्रा बानीहरुलाई पछाडि छोड्न सक्छन् । पापका लागि तिनीहरुले पश्चात्ताप गर्न सक्छन् । तिनीहरुले योग्य बनेर पादरित्व वहन गर्न सक्छन् । अनि तिनीहरुले तत्परताका साथ परमप्रभुको सेवा गर्न सक्छन् ।”७

फेरि शुद्ध बन्नुहोस्

“तपाईंको जीवनमा केही अनुचित भएको छ भने, त्यहाँ तपाईंका लागि खुल्ला तरिका छ । कुनै पनि अधर्मिपनालाई रोक्नुहोस् । तपाईंको विशपसँग कुरा गर्नुहोस् । सही तरिकाको पश्चात्तापबाट जेसुकै समस्या भएपनि समाधान हुन सक्छ । तपाईं फेरिपनि शुद्ध बन्न सक्नुहुन्छ ।”८

मुक्तिदाताको महत्वपूर्ण भूमिका

“मुक्तिको योजनाको अभिन्न अंश भनेको हाम्रा मुक्तिदाता येशू खीष्ट नै हुनुहुन्छ । उहाँको प्रायश्चित्तको वलिदानबिना सबै चीज हराउने थियो । जेभए तापनि उहाँ र उहाँको उद्देश्यमा विश्वास गर्नु मात्रै पर्याप्त छैन । हामीले काम गर्नुपर्छ र सिक्नुपर्छ, खोजी र प्रार्थना गर्नुपर्छ, पश्चात्ताप र सुधार गर्नुपर्छ । हामीले परमेश्वरका नियमहरुलाई बुझ्नुपर्छ र तिनीहरुको पालना गर्नुपर्छ । हामीले उहाँका मुक्तिका विधिहरु प्राप्त गर्नुपर्छ । केवल यसो गरेर मात्रै हामीले सही अनन्त खुशी प्राप्त गर्न

सकिन्छ ।"९

सूचीहरु

१ "The Will Within," *Ensign*, मे १९८७, ६८
२ "Choices," *Liahona*, मे २०१६, ८६
३ मोसाया ४:२
४ "The Three Rs of Choice," *Liahona*, नोभ. २०१०, ६९
५ "Choices," ८६
६ "Keep the Commandments," *Liahona*, नोभ. २०१५, ८५
७ "See Others as They May Become," *Liahona*, नोभ. २०१२, ६८
८ "Priesthood Power," *Liahona*, मे २०११, ६७
९ "The Perfect Path to Happiness," *Liahona*, नोभे. २०१६, ८०-८१

यो सन्देशबाट सिकाउने

हामी सबै अपूर्ण छौँ – येशू ख्रीष्टले गर्नुभएको वलिदानका कारण हामी हाम्रा पापबाट शुद्ध भई हाम्रो जीवनमा सुधार गर्न सक्ने कुरालाई केवल पश्चात्तापको उपहारले सम्भव बनाएको छ । पश्चात्तापका माध्यमबाट हामीले हाम्रा कार्यहरुमा कसरी सुधार ल्याउन सक्छौँ भन्ने कुराका बारेमा तपाइँले सिकाउनेहरुसँग छलफल गर्ने कुरालाई महत्व दिनुहोस् । आफ्नो जीवनमा सकारात्मक परिवर्तन गरेका कारण उहाँहरुले कसरी स्वर्गमा रहनुहुने पिता र येशू ख्रीष्टको नजिक भएको महसुस गर्नुभयो ? तपाईँले आफूले सिकाउनेहरुलाई नयाँ वर्षका लागि आत्मिक सङ्कल्पहरु लेख्न र साथीभाइहरु, दम्पत्ती वा परिवारका अन्य सदस्यहरुको प्रगतिका लागि उत्तरदायी हुन लगाउनुहोस् ।

यूवा

पश्चात्तापका लागि सङ्कल्प

अध्यक्ष मनसनले वर्णन गर्नुभयो कि "हाम्रो दायित्व भनेको सामान्यताबाट योग्यता, बिफलताबाट उपलब्धि तर्फ उठ्नु हो । हाम्रो काम भनेको आफैँमा सबै भन्दा राम्रो बन्नु हो ।" धेरै मानिसहरुले जनवरीलाई अझै बढी मुस्कुराउने, स्वस्थकर खाना खाने वा नयाँ सीप सिक्न लक्ष्य निर्धारण गर्ने र सुधारका लागि सङ्कल्प गर्ने समयका रुपमा लिन्छन् । यी लक्ष्यहरुले तपाईँलाई अझै राम्रो बन्नका लागि सहयोग गर्छन् तरपनि परिवर्तन हुने उत्तम उपाय भनेको पश्चात्ताप नै हो ।

पश्चात्ताप कठीन पनि हुन सक्छ, यो एक उपहार हो ! हाम्रा पापहरुको पश्चात्ताप गरेर जसै हामी येशू ख्रीष्टमा निर्भर रहन्छौँ हामी अघि बढ्न र प्रगति गर्न सक्षम हुन्छौँ । अध्यक्ष मनसनले भन्नुभयो, "मुक्तिको योजनाको अभिन्न अंश भनेको हाम्रा मुक्तिदाता येशू ख्रीष्ट नै हुनुहुन्छ । उहाँको प्रायश्चित्तको वलिदानबिना सबै चीज हराउने थियो ।" पश्चात्तापका माध्यमबाट तपाइँले आफ्ना पापहरुलाई पखाल्न सक्नुहुन्छ र उहाँ जस्तै बन्नका लागि उन्नति गर्न सक्नुहुन्छ ।

कुनै त्यस्तो चीजका बारेमा सोच्नुहोस् जसले तपाइँलाई मुक्तिदाता जस्तै बन्नका लागि रोकिरहेको छ । के यो तपाइँको भाषा हो ? तपाइँले आफ्ना साथीभाइ वा परिवारलाई कसरी व्यवहार गर्नुहुन्छ भन्ने हो ? तपाइँले के मा सुधार गर्न सक्नुहुन्छ भन्ने सोचे पछाडि स्वर्गमा रहनुहुने पितालाई परिवर्तन हुने तपाइँको चाहना सहित प्रार्थना गर्नुहोस् । स्मरण गर्नुहोस् कि उहाँको प्रायश्चित्तको शक्तिका कारण, येशू ख्रीष्टले तपाइँलाई तपाइँका कमजोरीहरुमा विजय प्राप्त गर्नका लागि सहयोग गर्नुहुन्छ । अध्यक्ष मनसनले सिकाए जस्तै, "हाम्रा मुक्तिदाताद्वारा प्रदान गरिएको पश्चात्तापको उपहारले हामीलाई हाम्रा कार्यहरुमा सुधार गर्न सक्षम बनाउँछ ।"

जब कि नयाँ वर्षका लक्ष्यहरुले हामीलाई उन्नति गर्न सहयोग गर्छन्, परिवर्तन हुने महत्वपूर्ण तरिका भनेको पश्चात्ताप हो ।

"Eight Myths about Repentance" at lds.org/go/1186 पनि हेर्नुहोस्

केटाकेटीहरु

पश्चात्ताप एक उपहार हो

पश्चात्तापको उपहार त्यस्तो उपहार होइन जुन तपाइँले देख्न र छुन सक्नुहुन्छ । त्यसको अलवा, यो त महसुस गर्न सकिने उपहार हो । यसको अर्थ हो जब हामीले गलत छनौट गर्छौं, हामीले पश्चात्ताप गर्न सक्छौं र पूनः शान्ति र खुशीको अनुभव गर्न सक्छौं ।

स्वर्गमा रहनुहुने पिता र येशूले सधैँ हामीलाई पश्चात्ताप गर्न सहयोग गर्नुहुनेछ । पश्चात्तापका हरेक फरक चरण बताउन चित्र कोर्नुहोस् ।

हामीले खेद महसुस गर्छौं ।

हामीले स्वर्गमा रहनुहुने पितालाई प्रार्थना गर्छौं, के भयो भनेर उहाँलाई भन्छौं र अर्को पटक राम्रो छनौट गर्न उहाँको सहयोगका लागि अनुरोध गर्छौं ।

हामीले क्षमा माग्छौं र यसलाई सुधार गर्न प्रयास गर्छौं ।

हामीले शान्तिको महसुस गर्छौं र थाहा पाउँछौं कि हामीलाई क्षमा प्राप्त भएको छ ।

© 2018 Intellectual Reserve, Inc द्वारा सर्वाधिकार सुरक्षित । संयुक्त राज्य अमेरिकामा मुद्रित । अङ्ग्रेजी अनुमोदनः ६/१७ । अनुवाद अनुमोदनः ६/१७ । 15045 372 को अनुवाद ।
भेटगर्ने शिक्षिकाका सिद्धान्तहरु, जनवरी २०१८

उहाँसँग कुनै पनि समय, कुनै पनि स्थान, कुनै पनि तरिकाबाट उहाँसँग सम्पर्कमा रहनुहोस्

भेट गर्ने शिक्षिकाको सन्देश भनेकै प्रशासन हो । येशूले कुनै पनि समयमा कुनै पनि स्थानमा प्रशासन गर्नुभयो । हामीले पनि त्यसै गर्न सक्छौं ।

आस्था, परिवार, राहत

“प्रशासन” गर्नु भनेको सेवा, हेरचाह वा सहायता प्रदान गर्नु हो त्यसले अरुको आराम वा खुशीमा सहयोग गर्छ । भेट गर्ने शिक्षिकाको सन्देश भनेको हामीले भेट गर्नेहरुलाई प्रशासन गर्ने तरिका पत्तालगाउनु हो । येशू ख्रीष्टले कुनै पनि समय र कुनै पनि स्थानमा सबैलाई प्रशासित गर्नुभयो । उहाँले ५,००० लाई खुवाउनुभयो, मरियम र मार्थालाई तिनीहरुको भाइको मृत्युमा सान्त्वना दिनुभयो, र इनारमा रहेकी महिलालाई उहाँको सुसमाचार सिकाउनुभयो । उहाँको सच्चा प्रेमका कारण उहाँले यसो गर्नुभयो ।

उहाँको उदाहरणलाई अनुशरण गर्दै हामीले गर्ने सबै कुराहरुको आधार प्रेम हो भन्ने स्मरण गर्दै भेट गर्ने शिक्षिकाका रुपमा हामीले आफूले भेट्ने दिदीबहिनीहरुलाई चिन्न र प्रेम गर्न सक्छौं । जब हामीले उहाँलाई कसरी सेवा गर्ने र उहाँको आस्थालाई मजबुत बनाउन सहयोग गर्ने भन्ने प्रेरणाका लागि प्रार्थना गर्छौं, “देवदूतले पनि (हाम्रा) सहयोगीका रुपमा काम नगरी रहन सक्दैनन् ।” १

१८४२ देखि आजसम्मको राहत समाजको संगठनको महिलाहरुलाई प्रशासन गर्ने कार्यले जीवनहरुलाई आशीषित तुल्याएको छ । उदाहरणका लागि, ८२ वर्षकी विधवा जोना जनसन र भेट गर्ने उहाँकी साथी ले निमोनिया भएकी ८९ वर्षकी उहाँकी छिमेकीलाई भेट्नुहुन्थ्यो । उहाँहरुले उहाँहरुकी छिमेकीलाई महिनाको एकपटक मात्रै आवश्यकता थिएन त्यसैले उहाँहरुले हरेक हप्ता व्यक्तिगत रुपमा भेट गर्ने वा फोन गर्ने गर्न थाल्नुभयो ।

भेट गर्ने अन्य शिक्षिकाहरुका लागि, त्यो महिना एक दिदीबहिनीका लागि टेक्स्ट सन्देश वा इमेलबाट प्रोत्साहन प्रदान गर्नु उत्तम चीज हुन सक्छ । व्यक्तिगत सम्बन्ध बनाउने र प्रेमयुक्त प्रवृत्ति सहित सुन्नु भेट गर्ने शिक्षिकाको अत्यावश्यक तत्व हो । आधुनिक प्रविधि र समयमा हामीलाई कुनैपनि समय, कुनैपनि ठाउँ अनि धेरै तरिकामा प्रतक्ष भेटले ठूलो काम गर्छ ।२ त्यो येशूले गरे जस्तै प्रशासन गर्नु हो ।

सूचीहरु

१ *Teachings of Presidents of the Church: Joseph Smith* (२००७), ४५४ ।

२ हेर्नुहोस् *Handbook 2: Administering the Church* (२०१०), ९.५.१ ।

यसलाई महत्व दिनुहोस्

हरेक दिदीबहिनीलाई उहाँका भेट गर्ने शिक्षिकाहरुबाट के चाहिन्छ भन्ने कुरामा जोड दिनुको अलवा भेट गर्ने सन्देश के ले गणना हुन्छ भन्ने कुरामा चिन्तित हुने कुरालाई हामी कसरी रोक्न सक्छौं ?

प्रशासन गर्ने

हरेक महिना एकअर्कालाई अझै प्रभावकारी रुपमा प्रशासन गर्नका लागि सहयोग गर्न यस पृष्टमा विशिष्ट सन्देशभन्दा पनि एक फरक सिद्धान्तलाई उल्लेख गरिन्छ । जसै तपाइँले प्रार्थना गरेर प्रेरणाको खोजी गर्नुहुनेछ तपाइँले हरेक दिदीबहिनीलाई आवश्यक पर्ने आत्मिक सन्देश र सेवाका बारेमा जान्नुहुनेछ ।

© 2018 Intellectual Reserve, Inc द्वारा सर्वाधिकार सुरक्षित । संयुक्त राज्य अमेरिकामा मुद्रित । अङ्ग्रेजी अनुमोदनः ६/१७ । अनुवाद अनुमोदनः ६/१७ । 15045-372 को अनुवाद ।