



పరిచర్యను ఆనందభరితముగా చేయుట

ప్రేమతో సేవచేయుట, దానిని అందించే వానికి మరియు పొందే వానికి, ఇరువురికీ ఆనందమును తెచ్చును.

ఈ జీవితములో సంతోషము కొరకు మన అన్వేషణ కొన్నిసార్లు ట్రెడ్మిల్ మీద పరుగులా అగుపించగలదు. మనము పరుగు మీద పరుగు తీస్తూనే ఉంటాము అయినా మనము ఎక్కడికీ చేరుకోలేనట్లే అనిపిస్తుంది. ఇతరులకు పరిచర్యచేయుట అనే ఆలోచన, సాధారణంగా కొందరికి తమ పనులకు అదనంగా మరింతపనిని చేర్చుకొనుటవలె అనిపించును.

కాని మన పరలోకపు తండ్రి మనము సంతోషమును అనుభవించవలెనని కోరుచున్నాడు మరియు “మనుష్యులు సంతోషమును కలిగియుండునట్లు వారున్నారు” అని మనకు చెప్పియున్నాడు (2 నీపై 2:25) మన జీవితాలలోనికి మరియు ఇతరుల యొక్క జీవితాలలోనికి ఏ విధంగా సంతోషాన్ని తీసుకొనిరావలెనో అనుదానిలో ముఖ్యమైన భాగము, ఇతరులకు పరిచర్యచేయుట అని రక్షకుడు బోధించియున్నాడు.

ఆనందము అనగా ఏమిటి?

“గొప్ప ఉల్లాసము మరియు సంతోషముయొక్క అనుభూతి” అని ఆనందము నిర్వచించబడినది.¹ ఆనందము ఎక్కడినుండి వచ్చునో మరియు ఏ విధంగా లభించునో అనుటకు కడవరి-దిన ప్రవక్తలు వివరణను అందించారు. “మనము పొందే ఆనందానుభూతి మన జీవన పరిస్థితులకు స్వల్పమైనదిగాను మన జీవిత గురికి సమస్తమైనదిగాను”, ఉన్నదని అధ్యక్షుడు రస్సెల్ ఎం. నెల్సన్ అన్నారు. “... ఆనందము ఆయన [యేసు క్రీస్తు] నుండి మరియు ఆయన వలన కలుగును. ఆయన సమస్త ఆనందమునకు మూలము.”²

పరిచర్యచేయుట ఆనందమును తెచ్చును

లీహై జీవవృక్ష ఫలమును భుజించినప్పుడు, అతని ఆత్మ “మిక్కిలి గొప్ప ఆనందముతో” నిండెను. (1 నీపై 8:12) తాను ప్రేమించిన వారితో ఆ ఫలమును పంచుకొనుట అతని మొదటి ఆశ.

ఇతరులకు పరిచర్యచేయుటకు మనకుగల సమ్మతి మనకును మరియు వారికిని ఈ రకమైన ఆనందమును తేగలదు. మనము ఆయనయందు నిలిచియున్నయెడల మనము ఫలించు ఫలములు మనకు పరిపూర్ణ సంతోషమును తెచ్చుటకు సహాయపడును అని రక్షకుడు తన శిష్యులకు బోధించెను (యోహాను 15:1 – 11 చూడుము). సేవచేయుట, మరియు ఇతరులను ఆయన యొద్దకు తీసుకొనివచ్చుటకు వెదకుటద్వారా ఆయన కార్యమును నెరవేర్చుట, ఒక ఆనందకరమైన అనుభవము కాగలదు. (లూకా 15:7; ఆల్మా 29:9; సిద్ధాంతము మరియు నిబంధనలు 18:16; 50:22 చూడుము). ప్రతికూలతను, మరియు బాధను ఎదుర్కొనుటలోకూడా మనము ఈ ఆనందమును అనుభవించగలము. (2 కొరింథీయులకు 7:4; కొలస్సియులకు 1:11 చూడుము).

మర్త్యజీవితములో నిజమైన ఆనందమునకు గొప్ప అవకాశములలోఒకటి సేవద్వారా లభించునని రక్షకుడు మనకు పరిపూర్ణమైన మాదిరిని చూపించియున్నాడు. మన సహోదరులకు మరియు సహోదరీలకు మన హృదయాలలో దాతృత్వము, ప్రేమకలిగి రక్షకునివలె పరిచర్యచేయునప్పుడు సాధారణ సంతోషానికి మించిన ఆనందమును మనము అనుభవించగలము.

“సమ్మతిగల హృదయాలతో మనము [పరిచర్యచేయుటను] హత్తుకున్నప్పుడు, మనము ... సీయోను జనులుగా అగుటకు దగ్గరగుచు ఎవరికైతే మనము సహాయముచేసామో వారితోపాటు శిష్యురికపుమార్గంలో ఆశ్చర్యకరమైన ఆనందానుభూతిని పొందగలము,” అని ఉపశమన సమాజపు ప్రధాన అధ్యక్షురాలు, సహోదరి జీన్ బి. బింగ్హామ్ బోధించారు.³

పరిచర్యను మరింత ఆనందకరముగా మనము ఎట్లు చేయగలము?

మన పరిచర్యలోనికి గొప్ప ఆనందమును తీసుకొనివచ్చుటకు అనేక మార్గాలు ఉన్నవి. ఇచ్చట కొన్ని సలహాలు ఉన్నవి.

1. పరిచర్యచేయుటలో మీ ఉద్దేశ్యమును గ్రహించుకొనుడు.

పరిచర్యచేయుటకు అనేక కారణాలున్నాయి. “మానవుని అమరత్వము మరియు నిత్యజీవము నెరవేరునట్లు” మన ప్రయత్నాలు, చివరకు దేవుని ఉద్దేశ్యములతో ఐక్యముకావలెను. (మోషే 1:39). నిబంధన మార్గము వెంబడి ఇతరులకు సహాయము చేయుటకు అధ్యక్షుడు రస్సెల్ ఎం. నెల్సన్ యొక్క ఆహ్వానమును మనము స్వీకరించినప్పుడు మనము దేవుని కార్యములో పాల్గొనుటలోని ఆనందమును కనుగొనగలము.⁴ (పరిచర్యచేయుట యొక్క ఉద్దేశ్యము మీద ఎక్కువ సమాచారము కొరకు, “పరిచర్య సూత్రములు: మన పరిచర్యను మార్చునటువంటి ఉద్దేశ్యము,” జనవరి 2018 లియహోనాలో చూడుము.)

2. పరిచర్యచేయుట మనుష్యులకొరకు చేయుము విధులువలె కాదు.

“ప్రేమించబడవలసిన వ్యక్తికంటే పరిష్కరించబడవలసిన సమస్యను ఎక్కువ ముఖ్యమైనది కానివ్వరాదు” అని అధ్యక్షుడు థామస్ ఎస్. మాన్సన్ తరచుగా మనకు జ్ఞాపకం చేసియున్నారు.⁵ పరిచర్యచేయుట మనుష్యులను ప్రేమించుటకొరకు చేయవలెను, చేయవలసిన విధులువలె కాదు. రక్షకునివలె ప్రేమించుటకు మనము ఎదిగినప్పుడు, ఇతరులకు సేవచేయుట వలనవచ్చే ఆనందమునకు మనము మరింత చేరువఅగుదుము.

3. పరిచర్యచేయుటను సాధారణమైనదిగా చేయుడి.

“గొప్ప విషయములు సాధారణమైన, మరియు స్వల్పమైన విషయముల ద్వారా సాధించబడినవి. ...” అని పన్నెండుమంది అపోస్తలుల సమాహమునకు తాత్కాలిక అధ్యక్షుడైన, అధ్యక్షుడు ఎం. రస్సెల్ బల్లార్డ్, మనకు చెప్పుచున్నాడు. మనము ఒకరికొకరుచేరువైన ప్రతిసారి మన స్వల్పమైన మరియు సాధారణమైన దయగల మరియు సేవాకార్యములు, మనకు పరలోకపు తండ్రీయెడల ప్రేమ, ప్రభువైన యేసు క్రీస్తు యొక్క కార్యముల యెడల భక్తి, మరియు, శాంతి, ఆనందముల భావనతోనిండిన జీవితములోనికి వృద్ధినొందగలవు.”⁶

4. పరిచర్యచేయుటలో ఒత్తిడిని తీసివేయుము. మరొకరి రక్షణకొరకు పనిచేయుట నీ బాధ్యత కాదు. అది ఆ వ్యక్తికీ ప్రభువుకు మధ్య నుండును. వారిని ప్రేమించుట మరియు వారి రక్షకుడైన యేసు కీస్తు వైపునకు తిరుగుటకు వారికి సహాయముచేయుట మన బాధ్యత.

సేవ యొక్క ఆనందమును అర్పివేయవద్దు.

కొన్నిసార్లు మనుషులు సహాయము అడగడానికి అయిష్టంగా ఉంటారు, కనుక స్వచ్ఛందంగా మన సేవను అందించుట మాత్రమే వారికి అవసరము కావచ్చును. కాని, మనుషులకు బలవంతముగా సేవ చేయుట కూడా సరియైనది కాదు. పరిచర్యచేయుటకు ముందుగా అనుమతిని అడగడం మంచి ఆలోచన.

పన్నెండుమంది అపొస్తులుల సమూహములోని ఎల్బర్ డీటర్ ఎఫ్. ఉక్లార్ పొంగువ్యాధి సోకిన ఒక ఒంటరియైన తల్లి గూర్చి చెప్పారు - మరియు ఆ తరువాత ఆమె పిల్లలు కూడా వ్యాధిగ్రస్తులయ్యారు.. మామూలుగా శుభ్రంగాఉండే ఇల్లు చిందరవందరగాను మరియు అస్తవ్యస్తంగాను మారింది. పాత్రలు మరియు మాసిన బట్టలు గుట్టలుగా పోగైనవి.

ఆమె పూర్తిగా క్రుంగినట్లుగా భావించిన క్షణంలో, ఉపశమన సమాజపు సహోదరీలు ఆమె తలుపు తట్టారు. “మేము సహాయము చేయగలిగినచో మాకు తెలుపవలె” నని వారు అనలేదు. వారు పరిస్థితిని చూడగానే, వారు రంగంలోనికి దుమికారు.

“గందరగోళమంతా తొలగించారు, ఇంటిలోనికి వెలుతురును, స్వచ్ఛతను తెచ్చారు, మరియు అత్యవసరమైన కొన్ని కిరాణాసామానులు తెప్పించుటకు ఒక స్నేహితుని పిలిచారు. చివరకు వారు తమ పని ముగించి సెలవుతీసుకున్నప్పుడు, యౌవనస్తురాలైన ఆ తల్లికన్నులలో కన్నీళ్ళు - కృతజ్ఞత మరియు ప్రేమ పూర్వకమైన కన్నీరు నింపి వెళ్ళారు.”⁷

దాతలు మరియు గ్రహీత ఇరువురు వెచ్చని ఆనందానుభూతిని పొందారు.

మీ జీవితాలలో ఆనందాన్ని పెంపొందించు కొనుడు.

మన జీవితాలలో ఎంత ఎక్కువ ఆనందాన్ని, శాంతిని, సంతృప్తిని పెంపొందించుకుంటే అంత ఎక్కువగా మనము పరిచర్య చేయునప్పుడు ఇతరులతో మనము పంచుకొనగలము. ఆనందము పరిశుద్ధాత్మ ద్వారా వచ్చును (గలతీయులకు 5:22; మరియు సిద్ధాంతము మరియు నిబంధనలు 11:13 చూడుము). అది మనము ప్రార్థించగలిగిన (సిద్ధాంతము మరియు నిబంధనలు 136:29 చూడుము) మరియు మన జీవితాలలోనికి ఆహ్వానించగలిగిన విషయము.) మన సొంత జీవితాలలో ఆనందాన్ని పెంపొందించుకొనుటకు కొన్ని సలహాలు ఇక్కడున్నాయి:

1. మీ దీవెనలను లెక్కించుడు. మీ జీవితమును మీరు పరీక్షించుకొనుచు, దేవుడు మిమ్మును దీవించిన విషయములను మీ దినచర్యల పుస్తకములో వ్రాయుము.⁸ మీ చుట్టూ ఉన్న మంచిని గుర్తించండి.⁹ ఆనందాన్ని అనుభవించకుండా ఏవైతే మిమ్మును ఆటంకపరచుచున్నవో వాటిపై శ్రద్ధ వహించి వాటిని పరిష్కరించుటకు లేక మరింత బాగుగా అర్థం చేసుకొనుటకు విధానములను వ్రాయుము. ఈ పునరుద్ధాన పండుగ సమయములో, రక్షకునితో మరింత గొప్ప అనుబంధమును వెదకుటకు సమయము తీసుకొనుము (సిద్ధాంతము మరియు నిబంధనలు 101:36 చూడుము).

2. ఆలోచనకలిగియుండుటను సాధన చేయుడు. ప్రశాంతంగా ధ్యానంచేసే క్షణాలలో ఆనందం మిమ్మును సులభంగా కనుగొనగలదు.¹⁰ మీకు ఆనందాన్ని ఏది తెస్తుందో సన్నిహితంగా వినండి (1 దినవృత్తాంతములు 16:15 చూడుము). ఆలోచనకలిగియుండుటను సాధనచేయుటకు కొన్నిసార్లు ప్రసారమాధ్యమాలకు దూరంగా ఉండుట అవసరం కావచ్చును.¹⁰

3. మిమ్మల్నిమీరు పోల్చుకొనుట మానండి. పోల్చుకొనడం ఆనంద యొక్క దొంగ అని చెప్పబడింది. “తమను తామే కొలత కొలుచుకొనుచు మరియు తమలో తాము ఒకరినొకరు పోల్చుకొనువారు జ్ఞానము లేనివారు” అని పౌలు హెచ్చరిస్తున్నాడు. (2 కొరింథీయులకు 10:12).

4. వ్యక్తిగత బయల్పాటును వెదకండి. “మీరు అడిగినయెడల, మీరు ఆనందమును తెచ్చునటువంటి, నిత్యజీవమును తెచ్చునటువంటి, నిగూఢ రహస్యములను మరియు శాంతికరమైన విషయములను తెలుసుకొనునట్లు - బయల్పాటు వెంబడి బయల్పాటును, విజ్ఞానము వెంబడి విజ్ఞానమును పొందుదురు” అని రక్షకుడు బోధించెను. (సిద్ధాంతము మరియు నిబంధనలు 42:61).

కార్యాచరణకు ఆహ్వానము

మీ జీవితంలో మీరు కనుగొనే ఆనందాన్ని పరిచర్యచేయుటద్వారా ఎలా అధికం చేసుకోగలరు?

ఈ వ్యాసములోని సూత్రములను మన అనుదిన వ్యవహారాలలో ఉపయోగించగలము కాని పరిచర్యచేయు సహోదర, సహోదరీలకు, వారికి నియమించబడిన వ్యక్తులను, కుటుంబములను ఆశీర్వదించుటకు వారి ప్రయత్నములలో సహాయపడుటకు ఉద్దేశింపబడినవి.

వివరణలు

1. “Joy,” en.oxforddictionaries.com

2. Russell M. Nelson, “Joy and Spiritual Survival,” *Liahona*, Nov. 2016, 82.
3. జీన్ బి. బింగామ్, “రక్షకుడు చేసినట్లుగా పరిచర్యచేయుట” *లియహోనా*, మే 2018, 107.
4. రస్సెల్ ఎం. నెల్సన్, “మనము కలిసి ముందుకు సాగిపోవుచుండగా” *లియహోనా*, ఏప్రిల్ 2018 చూడుము.
5. Thomas S. Monson, “Finding Joy in the Journey,” *Liahona*, Nov. 2008, 86.
6. M. Russell Ballard, “Finding Joy through Loving Service,” *Liahona*, May 2011, 49.
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. జీన్ బి. బింగామ్ “మీ సంతోషము పరిపూర్ణము కావలెనని” *లియహోనా*, నవంబరు 2017, 87 చూడుము.
10. See Dieter F. Uchtdorf, “Of Things That Matter Most,” *Liahona*, Nov. 2010, 21.
11. గారీ ఇ. స్టీవెన్సన్, “ఆధ్యాత్మిక గ్రహణం” , *లియహోనా* నవంబరు 2017, 46 చూడుము.