



صدر  
تھامس ایلس۔ مانسن

# کثرت کی زندگی بسر کرنا

ہم ہوا کو تو قابو میں نہیں کر سکتے مگر ہم بادبانوں کو درست سمت میں کر سکتے ہیں۔  
زیادہ سے زیادہ خوشی، امن، اور اطمینان کے لئے، ہم مثبت رویے کا انتخاب کر سکتے ہیں۔

خود پر یقین رکھیں

”B“ کا حرف ”Believe in yourself“ یعنی خود پر یقین رکھنا ہے، یعنی جو

چیزیں آپ کے گرد ہیں اُن پر یقین رکھنا، اور ابدی اصولوں پر یقین رکھنا ہے۔

اپنے آپ کے ساتھ، دوسروں کے ساتھ، اور اپنے آسمانی باپ کے ساتھ

دیانتدار رہیں۔ ایک شخص جو اپنی زندگی میں زیادہ تر خدا کے ساتھ وفادار نہ رہا وہ  
کارڈینل وولے تھا، شیکسپیر کے مطابق جس نے اپنی زندگی کا لمبا عرصہ تین بادشاہوں  
کی خدمت میں گزارا اور دولت اور طاقت سے لطف اندوز ہوا۔ آخر کار، وہ ایک بے  
تاب بادشاہ کے ہاتھوں اپنی طاقت اور مال و دولت سے محروم ہو گیا۔ تو کارڈینل  
وولے چلایا:

جس قدر جذبے سے میں نے اپنے بادشاہ کی خدمت کی ہے اگر، اس سے آدھے

جذبے سے میں خدا کی خدمت کرتا،

تو اس بڑھاپے کی عمر میں وہ مجھے

میرے دشمنوں کے سامنے ایسے ننگا نہ کرتا۔<sup>۳</sup>

تھامس فلر، ایک انگریز جو ایک کلیسیائی رکن اور تاریخ دان تھا اُس نے سترہویں صدی

میں زندگی گزارا، اُس نے اس سچائی کو یوں تحریر کیا: ”وہ جو اپنے عقیدے کے مطابق

زندگی بسر نہیں کرتا وہ اُس پر ایمان بھی نہیں رکھتا۔“<sup>۴</sup>

نہ تو اپنے آپ کو محدود کریں اور نہ ہی دوسروں کو اجازت دیں کہ وہ آپ کو اس

سال کی آمد پر، میں مقدسین آخری ایام کے سارے ارکان کو چنوتی  
دیتا ہوں کہ وہ ذاتی، جانفشانی، اور اہم کوشش کریں جسے میں کثرت  
کی زندگی کا نام دیتا ہوں، ایک ایسی زندگی جو کامیابی، اچھائی، اور  
برکات سے معمور ہو۔ جیسے ہم نے سکول میں اب پ سیکھی، ویسے ہی میں کثرت کی  
زندگی پانے میں مدد کے لئے اپنی اب پ دیتا ہوں۔

مثبت رویہ رکھیں

میری زندگی کے بنیادی اصولوں میں ”A“ کا حرف ”attitude“ یا رویے کا حوالہ  
دیتا ہے۔ ولیم جیمز جو امریکہ کا ایک بانی نفسیات دان اور فلاسفر ہے اُس نے لکھا، ”ہماری  
نسل کی عظیم ترین انقلاب برپا کرنے والی چیز وہ دریافت ہے کہ انسان، اپنے اذہان کے  
اندرونی رویوں کو بدلنے کے باعث، اپنی زندگیوں کے بیرونی تناظر کو بدل سکتے ہیں۔“  
ہماری زیادہ تر زندگی کا انحصار ہمارے رویے پر ہے۔ وہ طریقہ جس سے ہم چیزوں کو  
دیکھنے کا انتخاب کرتے ہیں اور دوسروں کو جواب دیتے ہیں یہی سارا فرق پیدا کرتا ہے۔

جس قدر ہم بہترین کر سکتے ہیں وہ کرنے سے اور پھر ہمارے حالات خواہ کچھ بھی ہوں اُن  
کے بارے خوش رہنے کا انتخاب کرنے سے، ہم سکون اور اطمینان لا سکتے ہیں۔

چارلس سوائٹنڈل — ایک مصنف، تعلیم دان، اور مسیحی پادری — نے فرمایا ہے:

”میرے نزدیک رویہ،۔۔۔ ماضی۔۔۔ دولت، حالات، ناکامیوں، کامیابیوں، یاد دوسرے

لوگ جو سوچتے یا کہتے یا کرتے ہیں اُس کی نسبت کہیں زیادہ اہم ہے۔ یہ ظاہریت، قابلیت،

یا مہارت سے کہیں زیادہ اہمیت کا حامل ہے۔ یہ کسی کمپنی، کلیسیا، یا گھر کو توڑ یا جوڑ سکتا ہے۔

شاندار بات یہ ہے کہ رویے کے متعلق ہم کو ہر روز ایک انتخاب کرنا ہے جس کو ہم اُس

دن کے لئے قبول کریں گے۔“<sup>۵</sup>

Charles Swindoll, in Daniel H. Johnston, *Lessons for Living* - ۲  
(2001), 29.

۳- ولیم شکسپیئر، ہنری ہشتم، ایک ۳، سین ۵۸۰، ۲-۳۵۶-۳۵۶-۳

۴- Thomas Fuller, in H. L. Mencken, ed., *A New Dictionary of Quotations* (1942), 96.

۵- Ralph Waldo Emerson, in Roy B. Zuck, *The Speaker's Quote Book* (2009), 113.

بارے قائل کریں کہ جو آپ خود کر سکتے ہیں آپ اُس میں محدود ہیں۔ خود پر ایمان رکھیں اور پھر اس کے مطابق اِس طرح سے جئیں کہ ممکنہ حد تک پہنچ سکیں۔  
آپ وہ چیز حاصل کر سکتے ہیں جس پر آپ کا یقین ہے کہ آپ کر سکتے ہیں۔ بھروسہ اور یقین اور ایمان رکھو۔

ہمت کے ساتھ چنوتیوں کا مقابلہ کرو

ہمت اُس وقت کار آمد اور معنی خیز خوبی بن جاتی ہے جب اسے راضی طور پر جو انردی سے مرنے کی بجائے باحیاز زندگی گزارنے کا مصمم ارادہ کرنے کے طور پر لیا جائے۔  
رالف والدہ ایمرسن جو ایک امریکی مضمون نویس اور شاعر تھا اُس نے کہا: ”آپ جو بھی کرتے ہو، آپ کو ہمت کی ضرورت ہوتی ہے۔ آپ کسی بھی راہ پر جانے کا فیصلہ کریں، وہاں پر ہمیشہ کوئی نہ کوئی ہوتا ہے جو آپ کو بتاتا ہے کہ آپ غلط ہیں۔ ہمیشہ اُبھرنے والی کچھ مشکلات ہیں جو اس بات پر ایمان رکھنے کے لئے ہمیں آکساتی ہے کہ آپ کے تقید کرنے والے درست ہیں۔ ایک عملی رستے کا انتخاب اور اختتام تک اس کی پیروی کرنے کے لئے ایسی ہی ہمت کی ضرورت ہے جو ایک سپاہی کو ہوتی ہے۔ امن کی فتح اس کے اپنے انداز سے ہوتی ہے، مگر اس جیت کے لئے بہادر مرد و خواتین کی ضرورت ہوتی ہے۔“

بعض اوقات آپ خوف زدہ اور مایوس ہو جاتے ہیں۔ آپ محسوس کر سکتے ہیں کہ آپ شکست خوردہ ہیں۔ فتح حاصل کرنے کے لئے عجیب و غریب کام غالب نظر آسکتے ہیں۔ اُس وقت آپ ایسا محسوس کر سکتے ہیں جیسا داؤد نے جولیت سے لڑنے کی کوشش کرتے ہوئے کیا۔ مگر یاد رکھیں۔ جیت داؤد ہی کی ہوئی تھی!

بنیادی طور پر ایک خواہش کردہ مقصد کی جانب آگے بڑھنے کے لئے ہمت کی ضرورت ہوتی ہے، مگر جب کوئی لڑکھڑاتا ہے اور پھر سے اس کو پانے کی دوسری کوشش کرتا ہے تو پھر اُس سے بڑھ کر ہمت کے لئے پکارا جاتا ہے۔

جدوجہد کرنے کا مصمم ارادہ رکھیں، کسی اہل مقصد کی طرف یک ذہن ہو کر کام کرنا چاہیے، اور نہ صرف آنے والی ناگزیر چنوتیوں کا مقابلہ کرنے کی ہمت کرنی چاہیے، بلکہ دوسری بار بھی ضرورت کردہ کوشش کرنی چاہیے۔ بعض اوقات ہمت دن کے اختتام پر ایک چھوٹی سے آواز کے طور پر آتی ہے جو کہتی ہے، ”میں کل پھر سے کوشش کروں گا۔“

خدا کرے ہم اس ABC کو یاد رکھیں جب ہم نئے سال میں اپنے سفر کا آغاز کریں، ایک مثبت رویے کی کاشت کاری کرتے ہوئے، اِس ایمان کے ساتھ کہ ہم اپنی منازل اور مقاصد کو حاصل کر سکتے ہیں، اور جو بھی چنوتیاں ہماری راہ میں آئیں ہم اُن کا مقابلہ کر سکتے ہیں۔ پھر کثرت کی زندگی ہماری ہوگی۔

حوالہ جات

۱- William James, in Lloyd Albert Johnson, comp., *A Toolbox for Humanity: More Than 9000 Years of Thought* (2003), 127.

## اِس پیغام سے تعلیمات

خاندان کے ارکان کو دعوت دینے کے بارے غور و خوض کریں کہ وہ ذاتی تجربات کو بیان کریں جب ایک مثبت رویہ، اپنے آپ پر یقین، باہمت نے اُن کی مدد کی ہو۔ یا اُن کو دعوت دیں کہ وہ صحائف میں سے ان تینوں اصولوں کی مثالیں ڈھونڈیں۔ آپ دعا گو ہو کر صحائف اور اپنے ذاتی تجربات یا صحائف کے بارے سوچتے ہوئے سکھانے کی تیاری کر سکتے ہیں۔

## نوجوان

### طوفان کا مقابلہ کر نیکی ہمت

میڈیسن مورلے

سٹیک بیگ دوہین کیمپ کی دوسری رات کو، ایک بڑا برساتی طوفان اور **میرے** تند آمد ہی آئی۔ میری وارڈ کی ۲۴ بیگ دوہین دور ہنماؤں کے ساتھ اِس کیمپ میں شریک تھیں، اور سب کو حفاظتی نکتہ نگاہ سے ایک چھوٹی سی جھونپڑی میں رہنا تھا۔ بڑی تیز بارش ہو رہی تھی، اور آمد ہی بھی زور پکڑ رہی تھی۔ سلامتی کے لئے میں مسلسل اُس دعا کو اپنے ذہن میں دہراتی رہی تھی جو ہمارے سٹیک کے صدر نے پہلے کی تھی۔ اپنی جھونپڑی میں ہماری وارڈ کے ارکان نے بھی ایک گروہ کی صورت میں دعا کی، اور میں نے بھی ذاتی طور پر دعاؤں کیں۔

زیادہ تر لڑکیاں ڈری ہوئی تھیں، اور اُن کے خوف کو جاننا کوئی مشکل نہ تھا۔ ہماری جھونپڑی کوئی مضبوط نہ تھی، اور ہم ایک دیا کے قریب تھے۔ تقریباً ۲۰ منٹ میں طوفان اِس قدر شدید ہو گیا کہ پوری سٹیک کو وارڈ کے کیمپوں سے نکل کر مشیروں کے کیمپوں کی طرف بھاگنا پڑا، جو کچھ اونچی زمین پر تھے۔ میرے سٹیک کے صدر نے ایک اور دعا کی، اور ہم نے گیت، اور پرائمری کے گیت گائے، اور کیمپ نے یہ گیت اپنی تسلی کی کوشش میں گائے۔ ہاں، ہم ڈرے ہوئے تھے، مگر ہم نے محسوس کیا کہ سب کچھ ٹھیک ہو گیا تھا۔ تقریباً آدھے گھنٹے بعد اپنے وارڈ کیمپوں میں واپس جانے کے لئے سب کچھ ٹھیک ہو گیا۔ بعد میں ہم نے دیکھا کہ اُس تیز آمد ہی کے سبب کیا ہوا تھا۔ یہ تند آمد ہی دو حصوں میں بٹ گئی۔ ایک حصہ ہمارے گرد سے دائیں طرف اور دوسرا بائیں طرف کو چلا گیا۔ اور اِس طرح سے ہم اِس تند آمد ہی سے بچ گئے۔

میں جانتی ہوں کہ اُس روز خدا نے ہماری دعا کو سنا اور اُس نے ہمیں اُس تند طوفان سے بچایا۔ ایک تند آمد ہی اُس وقت تک کبھی بھی دو حصوں میں تقسیم نہ ہوتی اگر خداوند نہ چاہتا؟ میں جانتی ہوں کہ زندگی کے طوفان میں بھی، ہم آسانی باپ سے دعا کر سکتے ہیں اور وہ ہماری سنتا اور ہمیں جواب دیتا ہے، اور ہمیں وہ حوصلہ اور تحفظ دیتا ہے جس کی ہمیں اِس طوفان سے سلامتی سے گزر جانے کی ضرورت ہوتی ہے۔

## کپتانی مرونی

مرونی کے پاس حوصلہ تھا اور اُس نے چنوتیوں کا سامنا کیا۔ اُس نے سچائی،  
**کپتان** آزادی، اور ایمان سے محبت رکھی۔ اُس نے نفیوں کی مدد کے لئے اپنی  
زندگی کو وقف کر دیا کہ وہ اپنی آزادی کو محفوظ رکھیں۔ آپ بھی اپنی چنوتیوں کا مقابلہ  
حوصلہ کے ساتھ کرنے کے باعث مرونی کپتان کی مانند بن سکتے ہیں۔ آپ بھی اُن  
چیزوں کے لکھنے کے باعث جو آپ اور آپ کے خاندان کے لئے ضروری ہیں اپنی آزادی  
کا پرچم خود تیار کر سکتے ہیں۔

مزید کہاں سے ڈھونڈیں

ایلیما ۳۶:۱۱-۲۷:۲۷: پرچم آزادی

ایلیما ۳۸:۱۱-۱۳، ۱۶-۱۷: مرونی کی خوبیاں



ایمان، خاندان، فلاح

## خاندانی معلمانی تدریس کے ذریعے نگرانی اور خدمت

اس مواد کا مطالعہ کریں اور، جیسے مناسب ہو، اس پر ان بہنوں کے ساتھ گفتگو کریں جن سے آپ ملاقات کرنے جاتی ہیں۔ سوالات کو اپنی بہنوں کو مضبوط کرنے اور ریلیف سوسائٹی کو اپنی زندگی کا سرگرم حصہ بنانے کے لئے استعمال کریں۔

# ”الہی“

محبت [کا مفہوم] خیر اندیشی کے احساس سے کہیں بڑھ کر ہے، “صدر ہنری بی۔ آئرنگ، صدارتی مجلس اعلیٰ میں مشیر اول نے سکھایا۔ ”محبت خداوندی یسوع مسیح پر ایمان کے سبب پیدا ہوتی ہے اور اُس کے کفارے کا اثر ہے۔“ ریلیف سوسائٹی کی بہنوں کے لئے، خاندانی معلمانی تدریس الہی محبت کی عملی صورت ہو سکتی ہے، نجات دہندہ پر ہمارے ایمان کی مشق کا ایک اہم طریقہ۔

خاندانی معلمانی تدریس کے ذریعے، ہر بہن سے رابطہ کرنے، انجیلی پیغام کو بیان کرنے، اور اُسے اور اُس کی خاندانی ضروریات کو جاننے کی خواہاں ہونے کے باعث ہم نگرانی مہیا کرتی ہیں۔ ”خاندانی تعلیم اُس وقت خداوند کا حقیقی پیغام بن جاتا ہے جب ہمارا دھیان شرح مقدار کی بجائے لوگوں پر ہوتا ہے،“ جولئی بی۔ بیک ریلیف سوسائٹی کی جنرل صدر واضح کرتی ہے۔ یہ ایک ذمہ داری سے بڑھ کر زندگی کا ایک طریقہ ہے۔ وفاداری سے بطور خاندانی معلمہ خدمت کرنا ہماری شاگردیت کا ایک ثبوت ہے۔“

جب ہم مستقل اور دعا گو نگرانی مہیا کرتی ہیں، تو ہم سیکھتی ہیں کہ کس طرح سے ہر ایک بہن کی خدمت کرنی ہے اور اُس کی انفرادی اور خاندانی ضروریات کو پورا کرنا ہے۔ خدمت گزار کی بہت ساری صورتیں ہو سکتی ہیں کچھ بڑی اور کچھ اُس سے بھی زیادہ بڑی۔ ”اکثر خدمت کے چھوٹے کام ہی وہ سب کچھ ہیں جن کی دوسروں کو ترقی دینے اور برکت دینے کے لئے ضرورت ہے: ایک شخص کے خاندان کے بارے سوال، حوصلہ مندی کے فوری الفاظ، ایک مخلص تعریف، شکر یہ کا چھوٹا سا نوٹ، ایک مختصر ٹیلی فون کال،“ صدر تھامس ایس۔ مانسن نے

سکھایا ہے، ”اگر ہم مشاہدہ کرنے والے اور باخبر ہیں، اور اگر ہم اُن ترغیبات پر عمل کرتے ہیں جو ہمارے پاس آتی ہیں، تو ہم بہت زیادہ اچھا کام کر سکتے ہیں۔۔۔ ریلیف سوسائٹی کی وسیع ترین خاندانی معلماتی فوج کے پاس بے شمار خدمتی کام ہیں جو مہیا کئے گئے ہیں۔“

### ہماری تاریخ سے

۱۸۴۳ء میں، ناؤ، ایلونائے میں کلیسیا کے ارکان، چار وارڈوں میں تقسیم ہو گئے تھے۔ اُس سال جولائی میں، ریلیف سوسائٹی کی رہنماؤں نے ہر ایک وارڈ کے لئے چار بہنوں پر مشتمل ایک معلماتی کمیٹی کو مقرر کیا۔ اُس خاندانی معلماتی کمیٹی کی ذمہ داریوں میں ضروریات کا جائزہ لینے اور عطیات جمع کرنا شامل تھا۔ ریلیف سوسائٹی یہ عطیات ضرورت مندوں کے لئے مہیا کرتی تھی۔“

اگرچہ خاندانی معلمات اب عطیات جمع نہیں کرتیں، وہ ضروریات کا تخمینہ لگانے، روحانی اور دنیاوی۔ اور اُن ضرورتوں کو پورا کرنے کی ذمہ داری اب بھی رکھتی ہیں۔ علیزا آر۔ سنو (۱۸۰۴-۸۷)، ریلیف سوسائٹی کی دوسری جنرل صدر، نے واضح کیا: ”ایک معلمہ کے پاس لازمی طور پر خداوند کا روح کافی زیادہ ہونا چاہیے، جب وہ کسی گھر میں یہ جاننے کے لئے داخل ہوتی ہے کہ اُس کو وہاں پر کس روح کو پورا کرنا ہے۔۔۔ وہ خدا اور روح القدس کے سامنے [روح] حاصل کرنے کے لئے التجا کرتی ہے تاکہ آپ اُس روح کو پورا کرنے کے اہل ہوں جو اُس گھر کی ضرورت ہے۔۔۔ اور آپ آرام اور تسلی کا کام کرنے کو محسوس کر سکو، اور اگر آپ ایک بہن کو روح کے معاملے میں ٹھنڈا پاتی ہیں، تو اُس کے ساتھ اپنے دل سے گفتگو کریں اور اس کو ایسا سرگرم بنائیں جس طرح سے

کسی بچے کو چھاتی کے ساتھ لگانے کے بعد سرگرم کیا جاتا ہے۔“

### حوالہ جات

- ۱۔ ہنری بی۔ آئرنگ، ”The Enduring Legacy of Relief Society,” لیٹو، نومبر ۲۰۰۹ء، ۱۲۱۔
- ۲۔ جولئی بی۔ بیک، ”Relief Society: A Sacred Work,” لیٹو، نومبر ۲۰۰۹ء، ۱۱۳۔
- ۳۔ تھامس ایس۔ مانسن، ”Three Goals to Guide You,” لیٹو، نومبر ۲۰۰۹ء، ۱۲۰-۲۱۔
- ۴۔ دیکھئے *Daughters in My Kingdom: The History and Work of Relief Society* (۲۰۱۱)، ۱۰۵۔
- ۵۔ علیزا آر۔ سنو، *Daughters in My Kingdom*، ۱۰۸۔

### صحائف سے

یوحنا ۱۳:۱۵، ۳۳-۳۵؛ ۲۱:۱۵؛ مضاہیاہ ۲:۱۷؛  
تعلیم اور عہد ۸۱:۵؛ موسیٰ ۱:۳۹

### میں کیا کر سکتی ہوں

- ۱۔ میں اپنی بہنوں کی مدد کے لئے کیا کر رہی ہوں یہ محسوس کرتے ہوئے کہ میں اُن کی دوست ہوں جو اُن سے محبت کرتی اور اُن کا خیال رکھتی ہے؟
- ۲۔ میں دوسروں کی نگرانی کرنے اور دیکھ بھال کرنے میں کس طرح سے بہتر ہو سکتی ہوں؟

مزید معلومات کے لئے،

www.reliefsociety.lds.org پر

جائیں۔