

चिन्ता न करने के तीन कारण

(मत्ती 6:25-34)

पहाड़ी उपदेश का कोई भाग यदि आज के संसार के लिए लिखा गया था तो यकीनन रूप में वह मत्ती 6:19-34 ही है। पिछले पाठ में हम ने वचन के इस भाग का अध्ययन किया था। हमने जाना था कि हमें स्वार्थी और पृथ्वी पर धन जमा करने वाले नहीं बनना चाहिए, यानी हमें जो सचमुच में आवश्यक है उस पर उसका सही दृष्टिकोण रखना आवश्यक है। 19 से 24 आयतों का अध्ययन करने के बाद शायद आपने इस संसार की बातों की जगह परमेश्वर की सेवा करने का निश्चय कर लिया है। यदि हां तो आप प्रशंसा के योग्य हैं। परन्तु इस बात को समझ लें कि यह इस बात की गारंटी नहीं है कि आपके मन से भौतिकवाद को निकाल दिया है। हो सकता है कि आप पृथ्वी पर धन इकट्ठा न करें, पर क्या आप को सांसारिक बातों की चिन्ता रहती है? यदि हां तो आपका मन परमेश्वर पर लगने के बजाय इस जीवन पर अभी भी लगा है। डी. मार्टिन लॉयड जोन्स ने लिखा है:

कुछ लोग सांसारिक सम्पत्ति से चलाए जाने के लिए इस अर्थ में परीक्षा में पढ़ते हैं कि वे उन्हें जमा करके जोड़ लेना चाहते हैं। अन्य इस अर्थ में दुख होते हैं कि उन्हें उनकी चिन्ता रहती है। ... परन्तु, हमारे प्रभु के अनुसार ये दोनों एक ही समस्या है, यानी इस संसार की वस्तुओं से और इस जीवन से हमारे सम्बन्ध की समस्या।'

अध्याय 6 के अन्तिम भाग में (आयतें 25-34) यीशु ने चिन्ता की समस्या पर बात की। उस वचन का अध्ययन करते हुए मैं उसमें से “चिन्ता न करने के सात कारण” लेना चाहता हूँ। इस पाठ में हम उन में से तीन और अगले पाठों में चार कारणों में चर्चा करेंगे। यह सातों कारण आपस में मिलते जुलते होंगे। संक्षेप में इन में से कुछ पिछले कारण का ही दोहराव होंगे, पर यह तो अपना अपना महत्व है।

चिन्ता अनुपयुक्त असंगत है (6:25, 31, 34)

निषेध

दिया गया पहला कारण यह हो सकता है कि चिन्ता यीशु के अनुयायी के लिए अक्षम्य या अनुचित है—क्योंकि उसने हमें चिन्ता न करने को कहा: “इसलिए मैं तुम से कहता हूँ, अपने प्राण के लिए यह चिन्ता न करना कि हम क्या खाएंगे और क्या पीएंगे ...” (आयत 25क) “इसलिए तुम चिन्ता करके यह न कहना, कि हम क्या खाएंगे, या क्या पीएंगे, या क्या पहिनेंगे ...” (आयत 31क); “सो कल के लिए चिन्ता न करो ...” (आयत 34क)। यह केवल अच्छी

सलाह ही नहीं है जिसे हम चाहे मानें तो चाहे न मानें। यह कोई सुझाव नहीं है बल्कि आज्ञा है। उपदेश के अन्त में, यीशु ने कहा, “जो कोई मेरी ये बातें सुनता है और उन पर नहीं चलता वह उस निर्बुद्धि मनुष्य के समान ठहरेगा जिसने अपना घर बालू पर बनाया” (7:26)। यह तथ्य कि हमें यीशु ने चिन्ता न करने को कहा है। किसी के लिए भी जो उसका चेला बनने की इच्छा रखता है प्रयास कारण होना चाहिए। फिर, कहता हूँ कि चिन्ता यीशु के पीछे चलने को समर्पित व्यक्ति के लिए अक्षम्य है।

परन्तु पहला कारण जिस पर मैं जोर देना चाहता हूँ वह यह है कि परमेश्वर की सन्तान के लिए चिन्ता अनुपयुक्त है। हमारा वचन पाठ आरम्भ होता है, “इसलिए मैं तुम से कहता हूँ, अपने प्राण के लिए चिन्ता न कर ...।” किस लिए? 19 से 24 आयतों में कही गई यीशु की बात के कारण। जब किसी ने संसार में धन इकट्ठा न करने का निर्णय और धन की सेवा न करने का निर्णय ले लिया है तो इस जीवन की बातों की चिन्ता करना पूरी तरह से अनुचित है।

स्पष्टीकरण

शायद मुझे यह स्पष्ट कर देना चाहिए कि चिन्ता न करने की आज्ञा देने का प्रभु का क्या अर्थ था। कुछ लोग यह जोर देते हैं कि प्रभु बता रहा था कि मसीही व्यक्ति के लिए भविष्य के बारे में बिल्कुल सोचना गलत है। कहते हैं कि “भविष्य के लिए उपाय करना इस बात को दिखाता है कि हम विश्वास से नहीं रहे हैं, यानी हम मामलों को परमेश्वर के हाथ में देने को तैयार नहीं हैं।” यह निष्कर्ष 6:25-34 में KJV की शब्दावली के कारण हो सकता है जिसमें कहा गया है “कोई विचार न करो” (आयत 25, 31; देखें आयत 34)। 1611 में KJV का अनुवाद अस्तित्व में आया, तो पुराने अंग्रेजी शब्द “विचार” का अर्थ फिक्र या चिन्ता था।²

चिन्ता के विरुद्ध यीशु का संकेत अपनी और दूसरों की आवश्यकताओं का ध्यान रखने के उपाय की जिम्मेदारी को निकाल नहीं देता। बाइबल बताती है कि हमें काम करना (2 थिस्सलुनीकियों 3:10) और उनके लिए उपाय करना जो हमारी जिम्मेदारी है, आवश्यक है (1 तीमुथियुस 5:8)।³ पुराने नियम में सुलैमान ने चींटी की सराहना की थी क्योंकि यह भविष्य की तैयारी करती है। नये नियम में, मूर्ख बनाने वाले के उदाहरण में, यीशु ने पहले से योजना बनाने में नाकाम रहने की मूर्खता की ओर ध्यान दिलाया (लूका 14:28-30)।

यदि यीशु आगे की चिन्ता और योजना बनाने की निन्दा नहीं कर रहा था, तो वह किसकी निन्दा कर रहा था। वह “चिन्ताग्रस्त, चिन्तित भय से मना कर रहा था, जो जीवन का सारा आनन्द छीन लेता है।”⁴ AB में मत्ती 6:25 का अनुवाद है “बेचैन (फिक्रमंद और चिन्तित) रहना” है।

अनुवादित शब्द “चिन्ता करना” (*merimnao*) को *merizo*⁵ नामक शब्द से लिया गया है जिसका अर्थ है “विभिन्न दिशाओं में खींचना।”⁶ चिन्ता मन को कभी इधर और कभी उधर खींचती है। अपनी मेज़बान से बात करते हुए यीशु ने इसी शब्द का इस्तेमाल किया था, “मार्था, हे मार्था; तू बहुत बातों के लिए चिन्ता करती और घबराती है” (लूका 10:41)। यीशु और दूसरों के लिए भोजन तैयार करते हुए मार्था का मन दर्शन भर अलग अलग दिशाओं में उड़ रहा था। मैं उसे यह सोचने की कल्पना कर सकता हूँ, “मुझे यीशु को सुनना अच्छा लगेगा” पर किसी को खाना बनाना पड़ेगा ... पता नहीं यीशु अब क्या कह रहा होगा? मरियम मार्था मेरी सहायता

क्यों नहीं करती। “आग तो बुझ रही है।” ध्यान रखने और चिन्ता करने में अन्तर है। यदि हम अपने साथ ईमानदार हैं, तो हम जानते हैं कि ऐसा ही होता है। हम यह भी जानते हैं कि मार्था की तरह हम “बहुत बातों के लिए चिन्ता करते” हैं।

परमेश्वर की सन्तान के रूप में हमें चरमों से बचना आवश्यक है। एक ओर तो हमें बेपरवाह होने से बचना आवश्यक है और दूसरी ओर हमें अत्याधिक चिन्ता नहीं करनी चाहिए। ऐसा करना अत्यन्त कठिन है, पर यह इस बात को समझने में सहायक हो सकता है कि परमेश्वर के अपने पिता होने का दावा करने वाले के लिए चिन्ता करना *अनुपयुक्त* है।

चिन्ता असंगत है (6:25, 26, 28-30)

उससे बहुत नज़दीक दूसरा कारण है कि हमें चिन्ता नहीं करनी चाहिए क्योंकि चिन्ता *असंगत* है—यानी परमेश्वर की सन्तान होने की बात यह मेल नहीं खाती अपने पाठ में थोड़ा और घूम लेते हैं। यीशु ने चिन्ता न करने के लिए कहने के बाद कई बातें बताईं कि हमें चिन्ता को अनुमति क्यों नहीं देनी चाहिए। उसने कहा, “... अपने प्राण के लिए यह चिन्ता न करना कि हम क्या खाएंगे और क्या पीएंगे; और न अपने शरीर के लिए कि क्या पहिनेंगे” (आयत 25क)।

इस आयत में अनुवादित शब्द “प्राण” (*psuche*) शारीरिक यानी भौतिक जीवन के लिए है। यह जीवन उसी से बना रहता है जा हम खाते और पीते हैं। इसी प्रकार से शरीर की रक्षा और इसे गर्म रखने का काम हमारे वस्त्र करते हैं। खाना, पीना और कपड़ा। ये संसार भर में मूल आवश्यकताएँ हैं। जहाँ ऐसी चीज़ें बहुतायत में पाई जाती हैं, वहाँ लोग आमतौर पर अनुचित मात्रा में ध्यान देते हैं। संसार के कुछ भागों में पूरे प्रकाशन ही, खाने, पीने और पहनने के विषयों के लिए होते हैं।

हमें अपने जीवनों और अपने शरीरों की चिन्ता क्यों नहीं करनी चाहिए? यीशु ने इस प्रश्न का उत्तर एक प्रश्न के साथ ही दिया। (अपने वचन पाठ में झाँके तो पाएँगे कि यह प्रश्नों से भरा पड़ा है। यीशु चाहता था कि उसके सुनने वाले अपना दिमाग इस्तेमाल करें।) यीशु ने पूछा, “क्या प्राण भोजन से और शरीर वस्त्र से बढ़कर नहीं?” (आयत 25ख)। उस प्रश्न में मिलने वाले तर्क के संकेत को समझने के लिए हमें “पंक्तियों के बीच पढ़ना” आवश्यक है। मनुष्य को किस ने बनाया और आपके शरीर की ज़िम्मेदारी किसकी है? परमेश्वर की। आपके शरीर में प्राण किसने डाला? परमेश्वर ने। तो इसका सांकेतिक तर्क यह है कि यदि परमेश्वर आपको शरीर और प्राण देता है, तो क्या वह उन चीज़ों को नहीं देगा जो उन्हें बनाए रखने के लिए आवश्यक है? (तर्क में, इसे बड़े से छोटे से तर्क देना कहा जाता है।)

भोजन की चिन्ता क्यों करें?

यह प्रश्न पूछने के बाद यीशु ने पहले भोजन की बात करते हुए, भोजन और कपड़े पर अपने विचारों को विस्तार दिया: “आकाश के पक्षियों को देखो! वे न बोते हैं, न काटते हैं, और न खत्तों में बटोरते हैं तो भी तुम्हारा स्वर्गीय पिता उन को खिलाता है” (आयत 26क)। पहाड़ी उपदेश खुले में दिया गया था इसलिए मैं यीशु के यह कहते समय कि “आकाश के पक्षियों को देखो” ऊपर उड़ रहे पक्षियों की ओर ईशारा करने की कल्पना कर सकता हूँ। अनुवादित शब्द

“देखो” (emblepo⁸) का अर्थ “ध्यान से देखना” है। यीशु अपने चेलों से चाहता था कि वे पक्षियों से सीखने के लिए उन्हें “ध्यान से देखें।”⁹

हमें पक्षियों से क्या सीखना चाहिए? यीशु ने कहा, “... वे न बोते हैं, न काटते हैं, और न खत्तों में बटोरते हैं; तो भी [हमारा] स्वर्गीय पिता उन को खिलाता है” (आयत 26)। क्या यीशु यह बता रहा था कि हमें बोना, या काटना या खत्तों में बटोरना नहीं चाहिए? क्या वह यह चाहता था कि हम यह निष्कर्ष निकालें कि जीविका कमाने के लिए हमें काम करने की आवश्यकता नहीं है? नहीं, नहीं। पक्षी कठिन काम करते हैं। किसी शाखा पर, चोंच खोलकर किसी कीड़े मकौड़े या बीज के मुंह में पड़ने के लिए परमेश्वर की प्रतीक्षा नहीं करते बल्कि वे वही करते हैं जो करने के लिए परमेश्वर ने उन्हें बनाया है: वे भोजन की तलाश में व्यस्त रहते हैं। पक्षियों की कुछ प्रजातियों को जीवित रहने के लिए प्रतिदिन अपने शरीर के भार जितने कीड़े खाना आवश्यक होता है। तो फिर परमेश्वर किस अर्थ में पक्षियों को खिलाता है? उसने जीवित रहने के लिए प्रकृति में उनकी आवश्यकताओं को पूरा करने के लिए चीजें दी हैं।

पक्षी व्यस्त रहते हैं पर (यहां यीशु की बात है कि) वे चिन्ता नहीं करते। यीशु क्राम करने से मना नहीं कर रहा था बल्कि काम न करने की डांट लगा रहा था।¹⁰ मैंने एक पक्षी को वाड़ पर बैठकर चिन्ता करने की कल्पना की है: “अरे प्रिय पता नहीं कि अगला भोजन कहां से मिलेगा। ... यदि मुझे पर्याप्त भोजन नहीं मिला, तो मैं निर्मोचन करने लगूंगा¹¹ और फिर सर्दी में इसे फ्रीज कर दूंगा—यदि पहले भूख से न मरा, यानी ... खाने को कुछ मिल भी जाए तो भी हो सकता है कि यह वैसा न हो जो मुझे पसन्द है, और फिर मुझे पेट दर्द हो जाएगा ...। हो सकता है मैं भूख से मरने से पहले पेट के दर्द से मर जाऊं! ... अरे, हाय मुझ पर!” मैंने जल्द ही इस प्रयास को छोड़ दिया। किसी पक्षी के ऐसे विचार होने की कल्पना करना असम्भव नहीं। परन्तु लोगों के ऐसे विचार होने की कल्पना करना कठिन नहीं है, या है। बर्टन कॉफ़मैन ने लिखा है कि “परमेश्वर के सभी प्राणियों में, कीड़ों से लेकर जंगल के बड़े-बड़े जानवरों तक, पृथ्वी पर अपने जीवित रहने की निरन्तर चिन्ता मनुष्य को रहती है।”¹²

परमेश्वर की नज़र में पक्षी महत्वपूर्ण हैं। एक और जगह जहां यीशु ने कहा कि उन में से एक भी बिना परमेश्वर के जानकारी के भूमि पर नहीं गिरता (देखें मत्ती 10:29)। इस बात को समझनते हुए इस बात पर ध्यान दें “क्या तुम उन से अधिक मूल्य नहीं रखते?” (6:26ख)। यीशु का तर्क अब छोटे से बड़े की ओर आ जाता है कि यदि परमेश्वर छोटे यानी (पक्षियों) की देखभाल कर सकता है तो वह बड़े यानी (आपकी) देखभाल क्यों नहीं करेगा। आपने यह कविता सुनी होगी:

रोबिन ने चिड़िया से कहा:

“मैं सचमुच जानना चाहती थी कि

यह चिन्तित मानव

इतना भागते और चिन्ता क्यों करते हैं।”

चिड़िया ने रोबिन से कहा, मित्र,

“मुझे लगता है कि शायद

उनका कोई स्वर्गीय पिता नहीं है,
जैसा तेरी और मेरी सम्भाल करने वाला है।'¹³

निशाने पर इस कविता की 100 प्रतिशत थियोलॉजी नहीं है। हमारा वचन पाठ यह नहीं कहता कि “*उनका* [पक्षियों का] स्वर्गीय पिता” बल्कि “*तुम्हारा* स्वर्गीय पिता।” पक्षी परमेश्वर के *जीव* हैं जबकि आप परमेश्वर के *बालक* हैं। तौभी कविता का संदेश सही है कि यदि परमेश्वर अपनी शारीरिक *रचना* की देखभाल करता है तो उसकी उसके बच्चों के लिए “इधर-उधर भागना और चिन्ता करना” कितनी मुखता की बात है।

कपड़ों की चिन्ता क्यों करें?

28 और 29 में यीशु कपड़ों पर लौट आया। उसने एक अवलोकन के बाद प्रश्न पूछा: “और वस्त्र के लिए क्यों चिन्ता करते हो? जंगली सोसनों पर ध्यान करो वे कैसे बढ़ते हैं? वे न तो परिश्रम करते, न कातते हैं” (आयत 28)। फिर यह कल्पना करना कठिन नहीं है कि यीशु पहाड़ के आस-पास की भूमि, जंगली फूलों से भरे इलाकों की ओर हाथ हिला रहा था। अनुवादित शब्द “ध्यान करो” (*katamanthano*¹⁴) का अर्थ है “सही-सही देखना, अच्छी तरह विचार करना।”¹⁵

जब मैं “सोसनों” शब्द को सुनता हूँ तो मेरे ध्यान में बड़े, तुरही के आकार के सफेद फूल वाली नीले सोसन का ध्यान आता है। परन्तु यीशु घर में लगे सोसनों की बात नहीं कर रहा था बल्कि वह “जंगली सोसनों” की बात करा था। आयत 30 में इन शब्दों को “मैदान की घास” से जोड़ा गया है। यीशु के मन में साधारण फूल ही होंगे। वह फूलों की एक विशेष प्रजाति की बात कर रहा था, पर हम पक्का नहीं जानते कि वह प्रजाति कौन सी थी। कइयों ने सुझाव दिया है कि यह बैजनी ऐनिमोन है जो उसके सुनने वालों को सुलैमान के राजसी वस्त्र का ध्यान दिलाती होगी। फूल की कौन सी किस्म थी यह इतना महत्वपूर्ण नहीं है। आपने जंगली फूलों से भरे खेतों को देखा होगा।

यीशु ने इन फूलों को ध्यान से देखने और इनसे सीखने के लिए कहा: “जंगली शोसनों पर ध्यान करो, वे कैसे बढ़ते हैं; वे न तो परिश्रम करते और न काटते हैं” (KJV)। एक बार फिर हम यह जोर देते हैं कि यीशु ने काम करने को से रोकने की इच्छा नहीं की। जंगली सोसन के फूल वही करते हैं जो परमेश्वर ने उन्हें करने के लिए तैयार किया है। वे भूमि से भोजन और नमी लेकर इसे पत्तों को देते हैं और वे खिलते हैं। वे पहाड़ी पर इस चिन्ता में बैठे नहीं रहते कि भोजन और नमी काफ़ी होगी या नहीं, या कहीं उन्हें तोड़कर इंधन के लिए इस्तेमाल न कर लिया जाए।

“तौभी मैं तुम से कहता हूँ, यीशु ने आगे कहा, “कि सुलैमान भी, अपने सारे वैभव में उनमें से किसी के समान वस्त्र पहिने हुए न था” (आयत 29)। एक यहूदी के लिए, सुलैमान की शान से बढ़कर कोई शान नहीं थी।¹⁶ तौभी यीशु ने कहा कि “सुलैमान भी अपने सारे विभव में उनमें से [मैदान के फूलों] किसी के समान वस्त्र पहिने हुए न था” (KJV)। इस वाक्य को पढ़ते हुए मेरे मन में टैक्सस राजमार्ग के साथ-साथ ब्ल्यू बरन्ट्स (नीले फूल) से भरे खेतों सहित जंगली फूलों के कई दृश्य आते हैं। यदि आपने सुन्दर जंगली फूलों से ढक्की भूमि को ध्यान से देखा है, तो आप समझते हैं कि यीशु क्या कह रहा था।

यीशु मुद्दे की बात पर आने को तैयार था: “इसलिए जब परमेश्वर मैदान की घास को, जो आज है और कल भाड़ में झोंकी जाएगी, ऐसा वस्त्र पहिनाता है, तो हे अल्पविश्वासियो, तुम को वह इस से बड़ क्यो न पहिनाएगा?” (आयत 30क)। “यरूशलेम के आस पास के देश से लकड़ी बहुत पहले काट ली गई थी,¹⁷ सो वहां के लोगों को इंधन के लिए सूखी घास और अन्य शाकपात का इस्तेमाल करना पड़ता था।

जब मैं छोटा था, तो मुझे यह समझ नहीं थी कि “तन्दूर में लकड़ियां क्यों फैंकते हैं” (KJV की शब्दावली का इस्तेमाल करते) बड़ा होने पर मैं कई घरों में जाता जहां उन्हें गर्म रखने के लिए चूल्हों में लकड़ी का इस्तेमाल होता था, पर मैंने कभी किसी को तन्दूर में इंधन डालते नहीं देखा था। बड़ा होने के बाद मैं पहलेका, ओक्लाहोमा के निकट एक भारतीय गांव में गया, जिसमें यह दिखाते हुए कि अमेरिका के पूर्वी भाग में किसी समय रहने वाले चिरोपी इंडियन कैसे रहते थे। गांव का पुनर्निर्माण किया गया था। हमें मिट्टी के बड़े बड़े तन्दूर दिखाए गए; समझाया गया कि तन्दूर में आँच तेज़ रखने के लिए छोटी छोटी लकड़िया डाली जाती हैं। उन लकड़ियों आदि के जलने के बाद राख बाहर उड़ जाती है और पकाने के लिए तन्दूर में खाना रख दिया जाता है। खाना तन्दूर के तल और किनारों की गर्मी से बन जाता था। तभी से मुझे पता चला कि फलस्तीन में ऐसे ही तन्दूर होते होंगे।

एक बार फिर, यीशु का तर्क छोटे से बड़े की ओर चला गया कि यदि परमेश्वर मैदान की उस घास को जो आग में झोंकी जानी है [छोटा] पहिनाता है, तो क्या वह आपको [बड़ा] उससे अधिक नहीं पहिनाएगा? प्रभु इस सच्चाई पर जोर दे रहा था कि परमेश्वर की सन्तान होने का चिन्ता से कोई मेल नहीं है।

चिन्ता अप्रभावकारी है! (6:27)

अनुत्पादक

चिन्ता न करने के अपने तीसरे कारण के लिए आयत 27 में वापस चलते हैं: क्योंकि चिन्ता *अप्रभावी* है। आयत 27 यीशु का एक औश्र प्रश्न है: “तुम में कौन है, जो चिन्ता करके अपनी अवस्था में एक घड़ी भी बड़ा सकता है?” KJV में है “विचार करने से [चिन्ता करने से] तुम में से कौन अपने कद में एक हाथ जोड़ सकता है?” KJV का अनुवाद थोड़ा बहुत यूनानी धर्मशास्त्र का अक्षरशः अनुवाद है, पर आयत के शब्दों का इस्तेमाल प्रतिक्रमिक अर्थ में हो सकता है। इसलिए एक अधिकारी का सुझाव है कि “जीवन की लम्बाई के लिए होगी ... न कि शारीरिक आकार के लिए।”¹⁸ यीशु की बात कहने के सम्बन्ध में, आप शरीर की ऊंचाई या जीवन की लम्बाई की बात सोच रहे हैं इससे कुछ फर्क नहीं पड़ता। दोनों में चिन्ता करने से कोई सहायता नहीं मिलेगी। यह आपको लम्बा नहीं बना देगी और न आपके जीवन को बड़ा देगी।

कुछ लोग तर्क देते हैं, “पर यदि कोई अपने स्वास्थ्य की चिन्ता करता है, तो वह स्वस्थ भोजन खाने और व्यायाम करने लगेगा और आवश्यकता के अनुसार आराम की करेगा।”¹⁹ निश्चय ही लम्बी आयु के लिए इन सब तरीकों से उसे सहायता मिलेगी। स्वस्थ जीवन शैली से हो सकता है कि जीवन लम्बा हो जाए पर (इस पर विचार करें, अब) *चिन्ता करना* किसी के

जीवन को लम्बा नहीं करेगा। चिन्ता करना बेकार है।

प्रति-प्रभावी

मैं एक कदम और आगे बढ़ता हूँ कि चिन्ता न केवल अनुत्पादक है बल्कि यह अति प्रभावी है। यह केवल अप्रभावी ही नहीं बल्कि *हानिकारक* है। मायोक्लिनिक्²⁰ के प्रसिद्ध डॉक्टर चार्ल्स मायो का कहना है, “रक्त संचार, हृदय, ग्रन्थियों, पूरे स्नायुतन्त्र को प्रभावित करती है और स्वास्थ्य को पूरी तरह से प्रभावित करती है। मैंने किसी ऐसे व्यक्ति के बारे में नहीं सुना जो अधिक काम करने से मर या हो, पर उनके बारे में बहुत सुना है जो संदेह के कारण मर जाते हैं।”²¹ किसी बज्रुग से उसके लम्बी उम्र का राज पृछा गया। उसने कहा, “जब मैं काम करता हूँ, तो मैं कठिन काम करता हूँ। जब मैं बैठता हूँ, तो आराम से बैठता हूँ। जब मैं चिन्ता करता हूँ, तो सोने चला जाता हूँ।” सोने के लिए जाना लम्बी उम्र के लिए सहायक हो सकता है, पर चिन्ता करना तो बिल्कुल नहीं।

सारांश

मती 6:25-34 के अपने अध्ययन को हम अगले पाठ में समाप्त करेंगे। यहां मुझे चिन्ता पर पाठ को समाप्त करने पर कुछ संदेह हैं। हमें में से कुछ लोग (जिन में मैं भी शामिल हूँ) अपने आपको वचन में संकेत दिए गए लोगों के रूप में देख सकते हैं और हमें बुरा लग सकता है कि इतनी चिन्ता करते हैं। अगले पाठ में हम और बात करेंगे कि हम चिन्ता पर कैसे विजय पा सकते हैं। अभी के लिए मैं केवल इतना कहूंगा कि चिन्ता को हराने का ढंग अपने आप से यह कहना नहीं है कि “चिन्ता मत करो! चिन्ता मत करो!” बहुत साल पहले, चिन्ता पर डेल कार्नेजी की पुस्तक सर्वाधिक बिकने वाली पुस्तकों में थी और यह इसका अंश बहुत प्रचारित हुआ था:

मैं चिन्ता न करो क्लब में शामिल हो गया;

और अब मैंने अपनी सांस रोकी है,

मुझे इस भय से इतना डर लगता है कि मैं चिन्ता करूंगा

कि मैं इतना चिन्तित हूँ कि मरन को हूँ।²²

जैसा कि हम अगली बार देखेंगे, हम *अपने विश्वास को बढ़ाकर* चिन्ता को पराजित कर सकते हैं। मती 6:25-34 में यीशु अपनी सहायता करने के कार्यक्रम का प्रस्ताव नहीं दे रहा था कि “केवल सकारात्मक विचार प्रचार रखो तो तुम्हें दोबारा कभी चिन्ता नहीं होगी।” बल्कि वह “परमेश्वर की सहायता के कार्यक्रम का प्रस्ताव दे रहा था।” वह चाहता है कि हम अपनी सहायता और अपनी आशा के लिए परमेश्वर पर निर्भर रहना सीख लें।²³ यदि आप यकीन के साथ यह नहीं कह सकते कि परमेश्वर आपका स्वर्गीय पिता है जो आपसे प्रेम करता है तो मैं आपसे परमेश्वर को पास आने को प्रोत्साहित करूंगा (देखें मती 11:28-30; इब्रानियों 10:19, 20; 11:6; मरकुस 16:16)।

¹डी. मार्टिन लॉयड-जोनस, *स्टडी इन द सरमन ऑन द माउंट*, अंक 2 (ग्रेंड रैपिड्स, मिशिगन: विलियम बी. ईर्डमैस पब्लिशिंग कं., 1959), 146. ²आर्किबल्ड थॉमस रॉबर्टसन, *वर्ड पिक्चर्स इन द न्यू टैस्टामेंट*, अंक 1 (नैशविल्ले: ब्राडबैंड प्रैस, 1930), 57. ³2 कुरिन्थियों 12:14 में पौलुस ने लिखा कि अपने बच्चों के लिए बचाकर रखना माता पिता की जिम्मेदारी है। ⁴विलियम बार्कले, *दि गॉस्पल ऑफ मैथ्यू*, अंक 1, संशो. संस्क., दि डेली स्टडी बाइबल सीरीज (फिलाडेल्फिया: वेस्टमिंस्टर प्रैस, 1975), 258. ⁵रॉबर्टसन, 58. ⁶डब्ल्यू. ई. वाइन, मैरिल एफ. अंगर एण्ड विलियम व्हाइट, जूनि., *वाइन 'स कम्पलीट एक्सपोज़िटर डिक्शनरी ऑफ ओल्ड एण्ड न्यू टैस्टामेंट वर्ड्स* (नैशविल्ले: थॉमस नेल्सन पब्लिशर्स, 1985), 89. ⁷इससे सम्बन्धित अंग्रेजी शब्द *psyche* के “प्राण” सहित कई अर्थ हो सकते हैं पर यहां इसका अर्थ शारीरिक जीवन है। ⁸यह उपसर्ग *en* से गूढ़ अर्थ दिया जाने वाला शब्द *blepo* (“देखो”) है। ⁹वाइन, 59 से लिया गया। ¹⁰आर. टी. फ्रांस, *दि गॉस्पल अकॉर्डिंग टू मैथ्यू*, टिंडेल न्यू टैस्टामेंट कमेंट्रीज (ग्रेंड रैपिड्स, मिशिगन: इंटर-वर्सिटी प्रैस, 1985), 140 से लिया गया।

¹¹किसी पक्षी के लिए “निर्मोचन” कहने का अर्थ अपने कुछ पंखों को खोना है। ¹²बर्टन कॉफमैन, *कमेंट्री ऑन द गॉस्पल ऑफ मैथ्यू* (ऑस्टिन, टैक्सस: फर्म फाउंडेशन पब्लिशिंग हाउस, 1968), 86-87. ¹³एलिजाबेथ चेनी, “ओवरहेड इन ओरचर्ड”; जॉन आर. डब्ल्यू. स्टॉट, *दि मैसेज ऑफ सरमन ऑन द माउंट*, दि बाइबल स्पीक्स टुडे सीरीज (डाउनर्स ग्रोव, इलिनोइस: इंटर-वर्सिटी प्रैस, 1978), 165 में उद्धृत। ¹⁴यह उपसर्ग *kata* से गूढ़ अर्थ दिया जाने वाला शब्द *manthano* (“सीखना”) है। ¹⁵वाइन, 123. ¹⁶सुलैमान के वैभव के सामान्य विवरण के लिए, देखें 1 राजाओं 10:1-29. ¹⁷जे. डब्ल्यू. मैक्गॉवर्, *दि न्यू टैस्टामेंट कमेंट्री*, अंक 1 *मैथ्यू एण्ड मार्क* (पृष्ठ नहीं, 1875; रिप्रिंट, डिलाइट, आर्कैसा: गॉस्पल लाइट पब्लिशिंग कं., 2006), 68. ¹⁸वाल्टर बाउर, *ए ग्रीक-इंग्लिश लैक्सिकन ऑफ दि न्यू टैस्टामेंट एण्ड अदर अर्ली क्रिश्चियन लिटरेचर*, चौथा संस्क., संशो. व विस्तार. विलियम एफ. अर्डेट एण्ड एफ. विल्बर गिंगरिच (शिकागो: यूनिवर्सिटी ऑफ शिकागो प्रैस, 1957), 345. ¹⁹जहां आप रहते हैं वहां की परिस्थिति के अनुकूल बनाने के लिए वाक्य को बदल लें। अपने समाज के किसी व्यक्ति की कल्पना करें जिसने स्वस्थ जीवन जीने का निश्चय किया हो। ²⁰मायो क्लिनिक रोचेस्टर, मिनेसोटा: जैक्सनविल्ले, फ्लोरिडा; एण्ड फोनिक्स, एरिजोना में उपचार केन्द्रों के साथ एक विशाल मैडिकल प्रैक्टिस है।

²¹इलेनोर एल. डोन, संक., *दि स्पीकर 'स सोर्सबुक* (ग्रेंड रैपिड्स, मिशिगन: जॉर्डरवन पब्लिशिंग हाउस, 1960), 292. ²²वेलेंड एफ. वॉन (http://cimmerii.org/thoughts_to_live_by/index.html); इंटरनेट; Internet पर 15 जुलाई 2008 को देखा गया। ²³ट्रैन्ट चर्च ऑफ क्राइस्ट, ट्रैन्ट, टैक्सस में 22 जनवरी 2006 को दिए गए कोय रोपर के अप्रकाशित प्रवचन “हाऊ टू ओवरकम एंगजाइटी” से लिया गया।