९ आत्म-स्वाभिमान तथा आत्म-सम्मान

<u>*यस अध्यायको निम्ति पढ्नुहोस्:*</u> भजन १००:३, प्रेरित १७:२४-२८, रोमी १२:३, मत्ती २२:३९, २ सामूयल ९, लूका १५, एफिसी ४:२३-३२।

<u>*स्मरण गर्नुपर्ने पद:*</u> "तर परमेश्वरले तिमीहरूलाई आफ्ना जन हुन चुन्नु भयो। तिमीहरू राजकिय पुजारीहरू हौं। तिमीहरू पवित्र राष्ट्र हौ। तिमीहरू ती जनता हौ जो परमेश्वरको सम्पत्ति हौं। तिमीहरूलाई परमेश्वरले आफ्ना जन किन बनाउनु भयो भने उहाँ चाहनुहुन्छ कि तिमीहरूले उहाँको प्रशंसा गरुन्। परमेश्वरले नै तिमीहरूलाई अन्धकारबाट निकालेर उहाँको गजबको ज्योतिमा राख्नुभएको छ।" (१ पत्रुस २:९ रूपान्तरित)।

आत्म-ग्लानी, हिनताबोध अर्थात् आफूले आफैलाई निच सम्झनु नै आजको समस्या हो। आफूलाई निच ठान्ने र लागु दुर्व्यसन, उदासिनता र खानामा ध्यान नदिने जस्ता समस्याहरूको बिचमा सम्वन्ध हुन्छ भनेर पत्ता लगाइएको छ। दैनिक जीवनमा मनौवैज्ञानिकहरूका ध्यान यस्ता हिनताबोध भएका मानिसहरूसँग कहिलै पनि नजान सक्छ। तर यसले एक आपसको सम्वन्धलाई बिगारीरहेको हुन्छ। यस्ता मनस्थिति बोकेका मानिसहरूले जीवनका धेरै पक्षहरूमा राम्रो गर्नबाट रोकीरहेका हुन्छन्।

आजको समयमा मानिसलाई हिनताबोध वा आत्मग्लानीमा धकेल्ने धेरै श्रोतहरूमा मूल श्रोत शायद अनेक किसिमका विज्ञापन वा सञ्चार माध्यम हुनसक्छन्। विज्ञापनले प्रख्यात मानिसहरूलाई सर्वसाधारण भन्दा अत्यन्त असाधारण व्यक्ति भनेर प्रचार प्रसार गरेको हुन्छ र तिनीहरूको यथार्थ जीवनको चित्रण भने गरेको हुँदैन। यसले गर्दा सर्वसाधारण मानिसहरूले आफूलाई भन्दा तल्लो भएको महशूस

गर्दछन् र तिनीहरूको दाँजोमा पुग्न असमर्थ भएकोले जे राम्रो काम गरेपनि अपुग भएको ठानीरहेका हुन्छन्।

सच्चा आत्म-स्वाभिमान वा आत्म-सम्मान के हो भनेर बाइबलले सिकाउँदछ। मनौविज्ञानको परिभाषा अनुसार आत्म-सम्मान भनेको आफूसँग भएको खूबीहरूलाई असल भावनाले हेर्नु नै हो। ती भावनाहरू आफूले आफैलाई कुन हिसाबले हेर्छ र अरूले तिनीहरूको बारेमा कस्तो सोच्दछ जस्ता आधारमा आधारित हुन्छन्। आत्म-सम्मान, आत्म-गौरब तथा आत्म-स्वाभिमान जस्ता भावनाहरूलाई पोसाई राख्न बाइबलले दुई तर्कहरू हाम्रो समक्ष राखी दिएको छः हामीलाई कसले सृष्टि गर्नुभएको हो (उत्पत्ति १:२६,२७) र परमेश्वरले हामीप्रति के सोच्नुहुन्छ र त्यसको प्रमाणको निम्ति हामीलाई के दिनुभएको छ (यूहन्ना ३:१६)। जब यी भागहरूलाई हाम्रो जीवनमा समावेश गर्नसक्यौं भने हामीहरूको आत्म-सम्मानमा परिवर्तन आउन सक्दछ।

१. प्रारम्भ अर्थात् सुरूमा (उत्पत्ति १:२६,२७)

मानिसहरू उत्पत्ति कसरी भयो भन्ने वाख्या गर्न दुई मूख्य तर्कहरू प्रचलित छन्। ती दुई तर्कहरूको बिचमा धेरै अन्तर छन्। एक तर्कले भन्दछ, मानिसको उत्पत्ति संयोग वा अपर्झटबाट भएको हो। यसको अर्थ मानविय जीवन कुनै ठोस योजनावद्ध तरीकाबाट देखापरेको होइन। हामी त्यसै हुन आयौं रे। धेरै मानिसहरूमा यो धारणाले मान्यता पाएको देख्छौं। बिशेष गरेर आजभोलीका केहि मानिसहरू चार्लस डार्विनको गलत बिकासबाद सिद्धान्तमा झुमेका छन्। मानिसको जीवन अचानक आयो भन्ने चार्लस डार्विनको अनुमान हो। यस अनुमानित सिद्धान्तहरूले धेरै मानिसहरूलाई धोका दिएको छ। यसले गर्दा धेरै मानिसहरूको निम्ति जीवन अर्थहिन छ र जीउनु छ त केवल यस संसारमा बाँचुञ्जेलसम्मको निम्ति मात्र त हो नी भनेर भन्दछन्। हजारौं वर्षसम्म मानिसहरूले यो पनि सोचेका थिए की तिनीहरू कुनै देवता वा देविदेवताहरूबाट निस्किएका हुन्। तर आज कतिपय मानिसहरूले त उनीहरू जनमान्छेका सन्तान हुन भनेर पनि विश्वास गर्दछन्।

तर, हाम्रो सुरूको बारेमा बाइबलले अत्यन्त फरक ढँगले प्रस्तुत गरेको पाउँछौं।

बिकासबाद सिद्धान्तका नायक चार्लस डार्विनको तर्कभन्दा बाइबलले कुन भिन्नै किसिमले हाम्रो सृष्टिको बारेमा सिकाउँदछ, हेर्नुहोस्ः उत्पत्ति १ः२६,२७, भजन ८ः५, भजन १००ः३ र प्रेरित १७ः२४-२८? हामीहरूका आत्म-स्वाभिमान र आत्म-सम्मानलाई ती दुवै दृष्टिकोण अर्थात् तर्कहरूले कसरी प्रभाव पार्न सक्दछन्?

परमेश्वरले जानाजानी हामीलाई सृष्टि गर्नुभएको थियो, र उहाँले हामीलाई उहाँकै स्वरूपमा सृष्टि गर्नुभएको थियो। परमेश्वरले अरू अनेकौं अचम्मका चिजहरू जस्तै बोट बिरुवा र जनावरहरू पनि सृष्टि गर्नुभएको थियो। तर तिनीहरू जतिसुकै सुन्दर वा सिद्ध देखिएतापनि तिनीहरूले हामी मानव जातले जस्तो सृष्टिकर्ताको रूपलाई प्रतिविम्व गर्दैनन्। त्यसैकारण परमेश्वरले मानिसहरूलाई ती सबै जन्तुजनावर र बिरुवाहरूमाथि राख्नुभएको थियो र तिनीहरूमाथि रजाइँ गर्न अधिकार दिनुभएको थियो।

हामीहरूको मानव जीव र मनोविज्ञान अर्थात् मानवभावको कुनै अर्थ छैन भनेर नास्तिकहरूले दावी गर्दछन्। तर आफ्नो स्वरूप बाँड्न परमेश्वरले मानव परिवार सृष्टि गर्नुभएको थियो भनेर बाइबलले सिकाउँदछन्। निःसन्देह, मानिसमा भएको परमेश्वरको आफ्नो असली स्वभाव पापले गर्दा अपभ्रंस भएकाछन् र पुस्तौं पुस्तासम्म आइपुग्दा त्यो हराइएका पनि छन्। तर यदि कसैले आफ्नो जीवनालाई येशू ख्रीष्टमा सुम्पेर पवित्र आत्माको शक्तिले परिवर्तन गर्न दिइयो भने ती हराएका स्वरूपलाई बिस्तारै बिस्तारै पुनःस्थापन गर्न सकिन्छ।

परमेश्वरले हामीलाई सृष्टि गर्नुभयो र हामीलाई पापबाट पनि फर्काउनुभयो। अझ दिदिज्यु एलेन जी ह्वाइटले भन्नुहुन्छ केवल एक जनाको निम्ति भएतापनि येशू ख्रीष्ट मर्नुहुन्थ्यो होला। यस संसारका मानिसहरूले हामीलाई जे भनेतापनि वा हाम्रो जस्तोसुकै मूल्याङ्कन गरेतापनि परमेश्वरको हामीप्रतिको धारणाले हाम्रो आत्म-सम्मान्, आत्म-मूल्यता, आत्म-गौरव र आत्म-स्वाभिमानको बारेमा हामीलाई बाइबलले

के भनिरहेकाछन्? परमेश्वरको दृष्टिकोणमा हामी कत्तिको मूल्यवाण छौं भनेर सम्झिरहनु कत्तिको महत्वपूर्ण छ?

२. स्व-धारणा (मत्ती २२:३९)

आत्म-गौरब तथा आत्म-सम्मानलाई कायम राखी छाड्न आत्म-धारणाले महत्वपूर्ण भूमिका खेल्दछ। आफूले आफूलाई कस्तो सोच्दछ सो केलाएर आफूलाई ग्रहण गर्ने गुणलाई स्व-धारणा भनिन्छ। तर यो कुरा मान्नुपर्छ, आफूले आफैलाई बुझ्नु सहज छैन किनभने यो अपूर्ण र दोषी चित्रण हुनसक्छ। हामीहरूका भावना, सोचाइ,)पृष्ठभूमी) र नियतले गर्दा अरूप्रतिमात्र होइन आफ्नैप्रति पनि गलत मूल्याङ्कन हुनसक्छन्।

बाइबलले अरूको न्याय, आलोचना वा मूल्याङ्न गर्नेलाई धेरै गम्भिर चेतावनीहरू दिंदछ। तिनमा रोमी २:१ हुन्: “जब तिमीले अरूको न्याय वा मूल्याङ्कन गर्दछौ, तब तिमी आफैलाई यहि गरिरहेको छु भनेर सम्झनु।" (रूपान्तरित, लूका ६:४१,४२ पनि पढ्नुहोस्)। अरूको बारेमा गलत धारणा राख्नु सजिलो छ। अरूको आलोचना वा मूल्याङ्कन गर्नेले प्रायजसो भूल नै गरेका हुन्छन्। आफूले आफूलाई हेर्दा पनि ठिकसँग हेर्छ भन्ने छैन। हामीहरूका आफ्ना शारीरिक बनावत तथा अनुहार, सक्षमता, प्रतिभा, चरित्र, गुण, तागत आदिलाई हेरेर मुल्याङ्कन गर्छौं भने त्यो अत्यन्त गलत हुनसक्छ। किनभने यस संसारमा तपाईंभन्दा चलाक, सुन्दर वा सुन्दरी देखिने, धनी, धेरै प्रतिभाले सुसम्पन भएका मानिसहरू प्रसस्तै हुन्छन्। फेरि त्यसैबखत यस्ता मानिसहरूको पनि कमी हुनेछैन जसले तपाईंलाई हेरेर तपाईं जस्तो हुननपाएकोले हिनताबोध भएको हुन्छ।

“आफ्नो छिमेकीलाई आफूलाई जस्तो प्रेम गर्नु" (मत्ती २२:३९) भन्ने आचारसंहितालाई तपाईंले के भन्नुहुन्छ? यसले आफूले आफैलाई कुन रूपमा व्यवहार गर्नुपर्छ भनेर स्पष्ट गर्दछ?

आफूलाई प्रेम गर्नुपर्छ भनेर यस पदले हामीलाई जनाउ दिएकाछन्। तर यस पदको मनशाय केवल हलका रूपमा आफूलाई प्रेम गर्नुपर्छ मात्र भनेको छैन। हामीले गरेका काम र हामीमा भएका

असल गुणहरूप्रति स्वस्थ गौरब हुनुपर्दछ। यदि हामीले कुनै काम राम्रोसँग सुसम्पन्न गऱ्यौं भने त्यसप्रति संतुष्ट भएर खुशी हुनुपर्दछ। आत्म-सुरक्षा र आत्म-स्याहारको मनस्थिति मानिसमा हुनुपर्दछ भनेर हामीले अपेक्षा गर्नुपर्दछ। तर आफूले आफूलाई मात्र मपाईं भनेर अहँतालाई सर्वश्रेष्ठ गरिराख्यौं भने विभिन्न समस्याहरूको उत्पन्न हुनसक्छन्, त्यसैकारण आफूमा कुनै राम्रा गुणहरू छन् भने त्यसको श्रेय परमेश्वरलाई दिनुपर्दछ। हाम्रो जीवनको केन्द्रविन्दु परमेश्वर हो, हामी होइन।

हामीले छलफल गरिरहेका कुरालाई हेर्दा रोमी १२:३लाई हामीले कसरी हेर्ने?

हिनताबोध वा आफूले आफैलाई निच सम्झनु र अहँकारको बिचमा भिन्नता छन्। यसको बारेमा पावलले सतर्क गराउँदछन्। फेरि त्यसैबखत, पावलले रोमी १२:४-८मा परमेश्वरका अनुग्रहले पाएका व्यक्तिगत वा सामुहिक विभिन्न बरदान वा प्रतिभाहरूलाई चर्च अर्थात् येशूको शरीरको उत्थानको निम्ति प्रयोग गर्नुपर्छ भनेर वाख्या गर्दछन्। आफूमा भएको प्रतिभालाई पहिचान गर्नु कुनै गलत होइन। तर ती बरदान वा प्रतिभालाई येशूको चर्चको उत्थानको निम्ति प्रयोग गर्नुपर्दछ र ती बरदानको निम्ति परमेश्वरलाई धन्यबाद दिने मनस्थिति बनाउनुपर्दछ।

तपाईंलाई परमेश्वरले के के बरदान, प्रतिभा, गुण र खूबीहरू दिनुभएको छ? त्यसको सुची बनाउनुहोस्। यिनीहरूलाई तपाईंले कसरी प्रयोग गर्नुहुन्छ र फेरि त्यसैबखत नम्र पनि भइराख्नुहुन्छ? दैनिक जीवनमा क्रुसमा हेरीरहन्दा आफू अहङ्कार नहुन कसरी सहयोग पुऱ्याउँछन्?

३. तपाईंप्रति अरूको धारणा (गलाती ३:२८)

कतिपय समाजमा मानिसको मूल्य उसको प्रतिभा, बरदान, देखावत वा शारीरिक बनावत, अनुहार आदिमा भरपर्दछ। अरूलाई बाहिरिय रूपबाट हेर्नु हामी मानिसको खूबी हो, अनि त्यसै अनुसार उसको मूल्याङ्कन पनि गर्दछौं (१ सामूयल १६:७)। यो किनभने कुनै

व्यक्तिको बाहिरमात्र देख्दछौं। फेरि हाम्रो आफूप्रतिको सोचाइपनि अरूले सोचेको आधारमा प्रभाव पारेको हुन्छ। यो पनि हामी को हो भन्ने आधारमा नभएर हामी के हो भन्ने देखिने आधारमा हो। यदि सबैले तपाईंलाई तपाईं कति सुन्दर वा सुन्दरी हुनुहुन्छ भनेर भन्यो भने तपाईं सुन्दर वा सुन्दरी भएको अनुभव गर्नुहुन्छ।

तर हामी प्रत्येकमा हामीले सोचेको भन्दा धेरै कुराहरू छन्। हिनताबोध अर्थात् आफू निच ठानेका मानिसहरूले आफूमा भएको सत्य मोल वा उचित तुलना गर्नुपर्दछ, अरूले भनेको अनुसार होइन। किनभने संसारका मानिसहरूले प्रायजसो गर्ने हाम्रो मूल्याङ्कन वा मूल्यमान्यता परमेश्वरले गर्ने मूल्याङ्कनसँग सरोकार हुँदैन।

तपाईंको समाज, संस्कार र संस्कृतिले कुन कुरामा धेरै मान्यता दिँदछन्? तिनीहरूले गर्ने सम्मान, आदर वा मूल्याङ्कन परमेश्वरले कस्तो ठान्नुहुन्छ होला?

प्रायजसो सबै समाजले मानिसको मोल उनीहरूले उसमा देखेको आधारमा निर्धारण गरेको हुन्छ। तर देहायका लुकिएका गुणहरूलाई उनीहरूले मतलब राखेको देखिन्दैनन्ः इमान्दारीपना, दया वा सदासयता, संयमता, नितिनियम र आदर्शकुरामा प्रतिवद्धता आदि। किनभने यो बाहिर देखिने गुणहरू होइनन्।

हामीहरूको पृष्ठभूमी र देखावतीले गर्दा आत्म-सम्मानमा कसरी प्रभाव पार्दछन्? मानिसका पृष्ठभूमी वा पारिवारिक स्थिति र देखावतीलाई आधार नमानी येशूभक्तले उसलाई कुन दृष्टिकोणले हेर्नुपर्छ? पावलको यो कथनलाई तपाईंले के भन्नहुन्छ, हेर्नुहोस्ः “अब न ता यहूदी छ न ग्रीक (अर्थात् गैर यहूदी जात वा वँश), न त कमारा छ न त फुक्का, न ता पुरुष छ न ता स्त्री छ किनभने ख्रीष्ट येशूमा तिमीहरू सबै एकै हौ।" गलाती ३:२८?

धर्म, संस्कृति, संस्कार, जात, वर्ण, लिङ्ग, सामाजिक प्रतिष्ठा, वर्ष, देखावती रूप आदिले गर्दा अरूलाई हेर्ने दृष्टिकोणलाई पूर्वाग्रह भनिन्छ। यो मानिसको आत्म-सम्मानलाई तहस-नहस गर्ने एकदम हानीकारक अवगुण हो। येशूका भक्त भएको हैशियतले जोसुकै होस्

अरूको उत्थान गर्न र प्रोत्साहन दिन हामी हरदम गम्भिर रूपमा प्रयास गरिराख्नुपर्दछ। मानिसको जात तथा पृष्ठभूमी होइन, अर्थात् ऊ के होमा होइन को होमा हामीले ध्यान दिनुपर्दछ।

२ सामूयल ९ अध्यायमा राजा सावलको नाती तथा जोनाथानको छोरा मेफिबोशेथको कथा उल्लेख गरिएको छ। राजा सावल दाउदको परमशत्रु थियो। मेफिबोशेथ, लडाईंमा बाँकीरहेका राजा सावलको सन्तान थिए। उनी दाउदको प्रतिशोधको निशान हुनसक्थ्यो। जब राजा दाउदले उसलाई आफ्नो दरवारमा बोलाइयो, उनी थरथर कामेर राजाको सामुन्ने लप्पछार परेको थियो। यति मात्र होइन आफू मरेको कुकुर भनेर सम्वधोन पनि गरेको थियो। उनी अपाङ्ग थिए। उनी भूमीगत भएका थिए र उनको बाबुबाजेको सम्पत्ति सर्वस्व हरण गरिएको थियो। तर दाउदले मेफिबोशेथको उच्चस सम्मान गर्दै उसको सबै सम्पत्ती तथा जग्गा जमिन फिर्ता दिए र उसका सबै नोकरचाकरहरू पनि उनलाई दिए। दाउदले देखाएका ती सदाशयताले गर्दा मेफिबोशेथको आत्म-मोल वा आत्म-सम्मानमा कस्तो तेवा मिल्यो होला? कल्पना गर्नुहोस्।

आत्मसम्मानमा अरूको प्रभाव अत्यन्त प्रभावशाली हुन्छ। बिभिन्न तरिकाहरूले अरूको आत्मसम्मानमा प्रभाव दाल्न सक्छौं, जस्तैः वचनद्वारा, कामद्वारा, हामीहरूको हेराइले पनि फरक पार्न सक्छन्।

अरूको आत्मसम्मानप्रति तपाईं कत्तिको संवेदनशील हुनुहुन्छ? तपाईंका नजिक रहेका व्यक्तिहरूको बारेमा सोच्नुहोस्। तिनीहरूको जीवनलाई भत्काउनुको सट्टा कसरी तिनीहरूको उत्थानमा दिन सक्नुहुन्छ?

४. हामीलाई परमेश्वरले कुन आँखाले हेर्नुहुन्छ (लूका १५)

लूका १५ अध्याय पढ्नुहोस्। परमेश्वरको अगाडि हामी कत्तिको मूल्यवान छौं भनेर केवल यस अध्यायले खुलासा गरेको छ? हाम्रै आत्मसम्मानप्रति संवेदनशील हुन यस अध्यायले कसरी प्रभाव पार्दछ? परमेश्वरले हामीलाई कसरी सोच्नुहुन्छ भनेर यहाँ उल्लेखित

दृष्टान्तहरूले हामीलाई बताउँछन्? यी अर्तिकथाहरूमा दिएका सत्यतालाई थाहा पाउनु र सम्झिरहनु किन महत्व छन्?

यदि कोहि मानिस मोलबिहिन वा हिनताले विरक्त भएका छन्, जमातमा हराइएका अनुभव गरिरहेकाछन् वा दिक्क भएर हरेश खाइरहेकाछन् भने, परमेश्वर र उहाँका दूतहरूले मानव समाजका प्रत्येक सदस्यप्रति गहिरोरूपमा सरोकार राख्नुहुन्छभनेर त्यसले सम्झनुपर्दछ। गोठालाले उन्नानसय भैंडाहरूलाई भन्दा एक हराएका भैंडाको बढि चिन्ता गरेका थिए। महिलाले अरू दस वटा सिक्कालाई पन्छाएर हराएको एक सिक्काको खोजीमा तल्लिन् भएकि थिइ। जेठो छोरो भन्दा हरेश खाएर फर्केको कान्छो छोराप्रति बाबुले विशेष ध्यान दिएर आफ्नो माया पोखाएको थियो। गोठाला, महिला वा बाबुले आफ्नो हराएका जन्तु, चिज र मानिसलाई विशेष ममता देखाएका थिए भनेर येशूले दिनुभएको अर्तिकथाहरूले बताउँछन्।

तब जब हराएकाहरू भेट्टाइए तब पृथ्वी र स्वर्गमा अत्यन्त हर्षका लहरहरू फैलिएका थिए। हामीहरूका कमीकमजोरीको बाबजुदपनि परमेश्वरले हामी प्रत्येकलाई कसरी प्रेम गर्नुहुन्छ भनेर ती कथाहरूले प्रभावकारी रूपमा औंल्याउँछन्।

आवश्यक भएको मानिसलाई परमेश्वरको प्रेम देखाउन र सान्त्वना दिन ती कथाहरूलाई प्रयोग गर्न सक्नुहुन्छ। यदि तपाईंले कसैको जीवन सहज र सुरक्षितभएको आभास दिनसक्नुहुन्छ भने, तपाईंले ठूलो सेवा गर्नुभएको ठान्नुपर्दछ। मानिसहरूले कसैले वास्ता गरेको चाहना गर्दछन्। विशेष गरेर मर्का परेको बेलामा कसैले कुनै न कुनै रूपमा साथ दियो भने त्यो सदाको निम्ति आभारित हुन्छ तथा आत्मसम्मान भएको अनुभव गर्दछ।

येशूलाई ग्रहण नगर्ने र विश्वास नगर्नेसँग भन्दा येशूभक्तहरूसँग विशेष केहि छन् जसले अरूलाई सहायता गर्नसक्छन्। जो कोहि उदास तथा चिन्ताले ग्रस्त भएका छन्, तनावले छटपटिएका छन् र जीवनदेखि हरेस खाएका छन् भने त्यसको निम्ति हाम्रो परमेश्वरकहाँ २४सै घन्टा, सातौं दिन आफ्ना गुनासोहरू पोखाउन सञ्चार खुला गरिएको छ।

परमेश्वरसँग घनिष्ट सम्वन्ध राख्नाले नै हामी उहाँको अगाडि विशेष मूल्यवान व्यक्ति हौं भन्ने आभास पाउँछौं र हिनताबोधले लादिएकाछौं भने पनि त्यस मनस्थितिले हामीलाई केहि हदसम्म राहत दिंदछ।

परमेश्वरको सामु हामी कत्तिको मूल्यवान छौं भनेर उहाँले देखाउनुभएको सर्वउत्कृष्ट प्रमाण नै क्रुस हो। हामीहरूमा कमीकमजोरी वा अवगुणहरू जति भएतापनि उहाँको अगाडि हामी अनमोल छौं भनेर क्रुसमा झुण्डिनुभएको येशूले देखाउँदछन्। अरूले हामीलाई जे भनेतापनि, अरूको अगाडि हामी आँखाको छारो भएतापनि, अरूले हामीलाई तिरस्कार र वहिस्कार गरेतापनि, अरूले हामीलाई जत्ति हेपेतापनि जगतका सृष्टिकर्ताको सामु हामी असिमित रूपमा मुल्यबान छौं भनेर क्रुसले देखाउँदछन्। निमेषमै मानिस, समाज र तिनीहरूको मूल्यमान्यता परिवर्तन हुनसक्छ भन्ने कुरा हामीलाई थाहा छ। त्यसैकारणले अरू मानिस वा समाजले हामीप्रति कस्तो धारणा राख्छ त्यसको चिन्ता हामीले किन गर्ने?

लूका १५मा दिएका सन्देश लिएर, हामीले अरूलाई कसरी सहायता गर्नसक्छौं? येशूले तिनीहरूलाई व्यक्तिगत रूपमै सरोकार राख्नुहुन्छ भनेर कसरी चित्त बुझाउने?

५. नयाँ व्यक्तित्व वा स्वभाव (एफिसी ४:२३,२४)

पावलले नयाँ व्यक्तित्व वा स्वभावलाई धारण गरे भनेर एफिसी ४:,२३,२४मा अनुरोध गर्दछन्। यसको अर्थ के हो? नयाँ स्वरूप वा स्वभाव धारण गर्नेको बानीव्यहोरा कस्तो हुन्छ?

मानिसहरू आफू राम्रो र नयाँ भएको देख्न चाहन्छन्। नयाँ शैलीले कपाल काट्नु, नयाँ लुगा लगाउनु, प्लास्टिक सर्जरी गरेर राम्रो अनुहार बनाउनु, नक्कली कपाल राख्नु र अनेक किसिमका पाउडर क्रिम दलेर भर्खरको अनुहार देखाउन खोज्नु आदिले आफ्नो रूप राम्रो भएको मानिसहरू चाहन्छन्। तर ती सबैले अलिकतिमात्र बाहिरको रूपलाई बदलाइदिन्छन्। बाहिर जत्तिसुकै सिंगारिएतापनि भित्रीचाहिँ परिवर्तन भएको हुँदैनन्।

नयाँ व्यक्तित्व, नयाँ मानिस हुनुपर्दछ भनेर पावलले भन्दछन्। यसको अर्थ बाहिर देखावतीमा परिवर्तन हुनुपर्छ भनेको होइन। बरू मानिसको भित्री मनशाय, मनस्थिति, नियत, भावना र दिमागको बारेमा पावलले भनिरहेको पाउँछौं। "हामी पवित्र र सच्चा असलको निम्ति सृष्टि भएका हौं" भनेर पावलले भन्दछन् (एफिसी ४:२४)।

जो मानिस येशूमा नयाँ रूप धारण गर्छ त्यसको बानीव्यहोरा र नियतहरू कस्ता हुन्छन् भनेर एफिसी ४:२५-३२मा उल्लेख गरेको अनुसार सुची बनाउनुहोस्।

नयाँ आत्म तथा व्यक्तित्व धारण गर्ने मानिसले देहायका सफल फल तथा गुणहरूले भरेका हुन्छन्: सत्यनिष्ठ, परमेश्वर र एक आपसमा एकता, इमान्दारी, स्वच्छ बोली, दयालु र क्षमाशील। नयाँ व्यक्तित्वका गुणहरू, असल चरित्र र व्यक्तिगत सम्वन्धसँग गाँसिएको पनि याद गर्नुपर्दछ। ती सबै सिधै आत्मसम्मानसँग गाँसिएका हुन्छन्। एफिसी ४मा औंल्याएका नराम्रा व्यवहार जस्तै झुठ बोल्ने, रीस र कटुताले मानिसलाई हिनताबोधमा पुऱ्याइरहेकाहुन्छन्। तर आवश्यकता भएको मानिसलाई दया र करूणा देखाउँदा आत्मसम्मानमा सुधार हुनसक्छ। यसले आफ्नो ध्यान स्वार्थमा नलगाइ अरूमा असल र सकारात्मक काममा लगाउँदा सन्तोष भएको आभास पाउँदछन् र प्रसन्न मुद्रामा परिरहन सक्दछन्।

इसाई समाजमा त्यस्ता मानिसहरूको खाँचो छ जसले अरूको संरचनामा सहायता गर्दछन् बिगार्न होइन। नकारात्मक आलोचना र अशिष्ट बोलीले मानिसको आत्मसम्मानमा सजिलैसँग धक्का पर्दछन्। "नकारात्मक बोली बोल्नुबाट पन्छिन खोज्नु प्रत्येक इसाई वा इसाई परिवारको धर्म हो। यो परमेश्वरको इच्छा हो। यदि कसैले मूर्ख वा चरित्र हत्या गर्ने कुरा गऱ्यो भने सकेसम्म त्यस कुराकानीको विषयलाई परिवर्तन गर्नु हाम्रो कर्तव्य हो। परमेश्वरको अनुग्रहले यस्ता नकारात्मक कुराहरूलाई चुपचाप बन्द गर्नुपर्छ वा वढि सकारात्मक बोलीवचनतिर केन्द्रित हुन खोज्नुपर्दछ।"एलेन जी ह्वाइट, *क्राइस्ट अवजेक्ट लेसनस्*, पृ. ३३७बाट रूपान्तरित।

अरूको भलाइ गर्दा आफ्नै आत्मसम्मान बढेको किन अनुभव गर्दछौं? आफ्ना परिवारका सदस्य, छिमेकी, मित्र तथा नातेदारहरूप्रति हाम्रो सरोकार छ भनेर देखाउने सानोतिनो कुराको सुची बनाउनुहोस्। यी काम गर्दा तपाईंलाई नै कस्तो राम्रो भएको आभास पाउँदा तपाईं छक्क पर्नुहुनेछ।

उपसँहारः

<u>थप जानकारीः</u> "यदि परमेश्वरले भङ्गेराको सरोकार राख्नुहुन्छ भने...येशूको रगतले किनेका जनहरूको सरोकार झन कति राख्नुहुन्छ होला? एउटा व्यक्तिको मोल सारा संसारभन्दा पनि उच्च छन्। उहाँको राज्यमा केवल एक जनालेमात्र मुक्ति पाओस् भनेर उसको लागि मात्र येशूले क्रुसमा पिडा भोग्न तयार हुनुभएको थियो। 'त्यसकारण नडराउ। तिमी धेरै भङ्गेराहरूभन्दा धेरै मोलका छौ।' (मत्ती १०:३१ रूपान्तरित)"-एलेन जी ह्वाइट, *द रिभ्यु एण्ड द हेराल्ड,* मे ३, सन् १८९२।

"नम्र हृदयले परमेश्वरको खोजी नगर्दा हामीले परमेश्वरका धेरै प्रचुर आशिषहरू गुमाइरहेकाछौं। इमान्दारी र सच्चा मनले हामी उहाँकहाँ आउनुपर्दछ र हाम्रा कमजोरीहरू देखाउन अनुरोध गर्नुपर्दछ। यदि हामीले यो गऱ्यौं भने उहाँले आफ्नै वचनबाट ऐनामा जस्तो हाम्रो असल चित्रलाई देखाउनुहुनेछन्। अनि परमेश्वरले देख्नुभएको अनुसार हामीले हामीलाई देख्यौं भने हामी कस्ता मानिस रहेछौं भनेर बिर्सेर आफ्नो बाटो नलागौं। हामीहरूका दोषी चरित्रलाई होशियारपूर्वक नियालेर हेरौं र बाइबलमा देखाएका उदाहरणहरू जस्तै उदाहरण बन्न परमेश्वरसँग अनुग्रह मागौं।"-एलेन जी ह्वाइट, *द लेक युनियन हेराल्ड,* नभेम्वर ३, सन् १९०९बाट रूपान्तरित।

माथि उल्लेख गरिएका दुई पङ्क्तीहरूले हिनताबोध र नक्कली आत्मअहँकारलाई संतुलनमा राखेर हामीलाई राम्रोसँग बुझाउन खोजेकाछन्। हिनताबोध वा आफू केहि कामनलाग्ने भन्ने भावना र गलत घमण्ड तथा अहँकारलाई संतुलनमा राख्न रोमी १२:२,३ पढ्नुहोस्।

चिन्तनमननः

क. विश्वको इतिहासमा बिसौं शताव्दी अत्यन्त हिंसात्मक इतिहास भएको पाउँछौं। आमहत्या पहिलेको भन्दा चर्को रूपमा फैलिएका छन्। डार्विनको दृष्टिकोणमा मानिस अचानक सृष्टि भएका हुन् भनेर दावी गर्दछन्। यस सिद्धान्तले अरू मानिसप्रतिको सम्मानमा किन आँच ल्याउन सहयोग पुऱ्याउँछन्? अर्को शव्दमा भन्ने हो भने यस धारण अनुसार मानव जीवन केवल जङ्गली बाँदर वा बनमान्छेबाट बिस्तारै वा अचानकसँग उन्नती हुँदै आएका हुन्। त्यसकारण मानव जातको मोल के छ र?

ख. तेश्रो बुँदामा हामीले यो हेऱ्यौं कसरी हामीले अरूको मूल्याङ्कन गर्दछौं र त्यहि मूल्याङ्कनको आधारमा त्यस व्यक्तिको आत्ममोलमा प्रभाव पार्दछ। हामीले मानिसहरूलाई साथ दिनुपर्दछ र तिनीहरूको स्वच्छ आत्मसम्मान बढाउन हामीले प्रयास गर्नुपर्दछ। फेरि चिप्लो घसेर अरूको आत्मसम्मान नबढाउन पनि सतर्क हुनुपर्दछ। किनभने यसले तिनीहरूलाई फायदा भन्दा बेफायदा हुनसक्छ। मानिसहरूलाई टेवा दिनु र धेरै प्रशंशा गरेर फुलाउँदा हानी हुने कुराहरूको बिचमा हामीले कसरी संतुलन राख्ने?

ग. हामीहरूको व्यक्तिगत किम्मत कत्तिको छ भनेर क्रुसले कसरी बताउँछन्, सो गहिरिएर सोच्नुहोस्। क्रुसमा के भयो, त्यहाँ को थिए र येशूको मृत्युको अर्थ के हो, सो सोच्नुहोस्। हामी मानव जातको असल मोल के रहेछ भनेर अरूको मूल्याङ्कनको आधारमा होइन तर क्रुसको आधारमा कसरी राम्रोसँग बुझ्ने?