

पवतिर स्मृति
माउंट अथोस के एल्डर पैसयिस
शब्द

खंड V
वासनाएँ और सदगुण

वषिय-सूची:

पूरवोक्ति.....	4
अनुभाग 1. वासनाएँ.....	7
अध्याय 1. वासनाओं के वरिद्ध संघर्ष।	7
अपने जुनूनों के लिए बहाने न बनाएँ.....	8
वासनाओं का दर्शन	10
अहंकार ही वासनाओं की नींव है	11
जब तक वे 'नए' होते हैं, तब तक जुनून को आसानी से जड़ से उखाड़ा जा सकता है।	12
वासनाओं से कैसे छुटकारा पाएँ	13
भावनाओं के वश में हो जाने से तो वीरतापूर्वक मर जाना बेहतर है	14
तुम्हें रोपना चाहिए, तार्कईश्वर उसे बढ़ाए।	14
भाग 1. आत्म-प्रेम – सभी जुनूनों की जननी	15
अध्याय 1. आत्म-प्रेम और उसके परिणाम	15
सभी जुनून आत्म-प्रेम से उत्पन्न होते हैं	15
जो स्वादशिट नहीं है उसे खाओ और मसीह में आनंदति होओ	16
आत्म-प्रेम पड़ोसी के प्रतिप्रेम को नष्ट कर देता है	17
बाकी सब शैतान के पास जाएँ!	17
आत्मसंतोष का कष्ट	18
आत्म-प्रेम हमसे शांति और आनंद छीन लेता है	19
अध्याय 2. आत्म-स्नेह की दासता से मुक्ति.....	20
आध्यात्मिक संघर्ष का उद्देश्य: पुराने स्व को त्यागना.....	20
आराम की ज्यादा चिंता मत करो	21
आप अपना 'स्व' किसके लिए बचा रहे हैं—अपने लिए?	22
जब आत्म-त्याग होता है, तो ईश्वर अपनी कृपा प्रदान करते हैं	23
भाग 2. अहंकार — सभी बुराइयों की जड़.....	24
अध्याय 1. अहंकार — वासनाओं का मुख्यालय	24
जब हम गर्व महसूस नहीं करते	25
अहंकार हर जगह घुल-मिल जाता है	25
घमंडी वचिर	26
अध्याय 2. अहंकार के कई रूप होते हैं.....	27
छिपा हुआ अहंकार	27
स्वार्थ — अहंकार का अवज्जाकारी पुत्र	27
अपने बारे में ऊँचा वचिर	28
आत्मवशिवास	29
घमंड	30
लोगों को खुश करना.....	31
प्रशंसा की मठिस	32

अहंकार	33
अध्याय 3. अहंकार के परिणाम.....	34
अहंकार हमें ईश्वर से अलग करता है.....	34
जब हम गर्वपूर्ण विचार पालते हैं, तो हम जो कुछ भी कर रहे होते हैं, उसे बर्बाद कर देते हैं।.....	35
एक अभिमानि व्यक्ति आध्यात्मिक ऊँचाइयों के बजाय पतन का अनुभव करता है.....	35
अहंकार व्यक्ति को उपहास का पात्र बना देता है	37
अध्याय 4. आइए अहंकार पर एक प्रहार करें	37
हमें लड़ना चाहिए, लेकिन हमें सही तरीके से लड़ना चाहिए.....	38
आपका भाई आपके अहंकार को तोड़ने में आपकी मदद करता है	38
व्यक्तित्व में आध्यात्मिक विभाजन	39
उच्च पद और वनिम्र स्वभाव	40
जो कुछ ईश्वर ने आपको दिया है, उसका श्रेय स्वयं को न दें	40
भाग 3। नदि — सबसे बड़ा अन्याय	42
अध्याय 1. "न्याय न करो, कहीं तुम पर न्याय न किया जाए"	42
नदि अन्याय से भरी होती है	42
हम कैसे नरिण्य लेते हैं	43
जो लोग नरिण्य करते हैं, उनसे ईश्वर की कृपा दूर हो जाती है.....	44
जो दूसरों का न्याय करते हैं, वे उन्हीं पापों में गरि जाते हैं.....	45
यदि हम दूसरों की गलतियों को क्षमा करते हैं, तो ईश्वर भी हमारी गलतियों को क्षमा करेंगे.....	46
अध्याय 2. नदि के विरुद्ध संघर्ष.....	47
यदि हम अपना काम करें, तो हम न्याय नहीं करेंगे	47
यदि हम दूसरों को बख्शते हैं, तो हम उनकी नदि नहीं करते	48
तुरंत कोई निष्कर्ष निकालने की जल्दी न करें	49
भाग 4. आत्म-प्रेम और अहंकार की संतान ईर्ष्या — क्रोध — दुख.....	50
अध्याय 1. ईर्ष्या का विषय.....	50
ईर्ष्या प्रमुख जुनूनों में से एक है	50
ईर्ष्या एक महिला के गहरे प्रेम को विषाक्त कर देती है.....	51
ईर्ष्या हमें कमजोर बनाती है	52
जो कोई भी अपनी ही प्रतिभाओं को दफनाता है, वह दूसरों की प्रतिभाओं से ईर्ष्या करता है।	52
अच्छा ईर्ष्या	54
अध्याय 2. क्रोध — ईश्वर की शांति का शत्रु.....	55
आओ हम क्रोध को वासनाओं के विरुद्ध मोड़ें	55
हमें गुस्सा क्यों आता है?.....	56
"क्रोध करो, पर पाप मत करो"	57
'मैंने स्वयं को तैयार किया और नरिण्य नहीं हुआ'	57
वनिम्रता और मौन के द्वारा हम क्रोध पर विजय प्राप्त करते हैं.....	58
अध्याय 3. आत्म-वनिशकारी दुख	59
आनंद मसीह से आता है, लेकिन दुख शैतान से आता है.....	59
स्वार्थ हमेशा दुख और भय लाता है	60
एक कृतघ्न व्यक्ति हमेशा दुखी रहता है.....	61
तांगलाशका हमें दुखी देखना चाहता है.....	62
दुख हमारी मानसिक और शारीरिक शक्ति को सोख लेता है।	62
आध्यात्मिक साहस से कमजोरी को दूर भगाएँ.....	63
ईश्वर की महिमा करना नरिशा का प्रतिरोधक है	63
अनुभाग 2. सदगुण.....	65
सदगुणों का विकास.....	65
सदगुण का अभ्यास करना प्रभु की आज्ञाओं का पालन करना है।.....	65
सभी सदगुणों को विकसित किया जाना चाहिए	66
दूसरों का सदगुण हमें मधुर सुगंध से भर देता है.....	67
सदगुणों का अभ्यास करने में संतों का उदाहरण.....	68
आइए हम सदगुण को उसकी अशुद्धियों से शुद्ध करें.....	69
अहंकार — सदगुणों का चोर	70

आध्यात्मिक सौंदर्य.....	70
भाग 1। एक ही सदगुण है—नम्रता	71
अध्याय 1. "ईश्वर नम्र लोगों पर कृपा करता है".....	71
वनिम्र व्यक्ति में सभी सदगुण होते हैं.....	71
ईश्वर की आत्मा नम्र लोगों पर विश्राम करती है.....	72
एक वनिम्र विचार तुरंत ईश्वर की कृपा को गर्त में ला देता है.....	74
अध्याय 2. नम्रता प्राप्त करने का श्रम.....	75
नम्रता कैसे विकसित की जाती है.....	75
दलि की वनिम्रता ही सब कुछ है.....	76
कर्म में नम्रता, केवल शब्दों में नहीं.....	76
जब हम ईश्वर से वनिम्रता मांगते हैं, तो हमें अपमान स्वीकार करना चाहिए.....	78
"हर बात में स्वयं को नम्र बनाओ".....	79
"सभी सृष्टि से नीच".....	80
अध्याय 3. नम्रता—आध्यात्मिक जीवन की महान शक्ति.....	81
जहाँ नम्रता है, वहाँ शैतान के लिए कोई जगह नहीं है.....	81
जहाँ महान वनिम्रता होती है, वहाँ आध्यात्मिक प्रगति होती है.....	82
नम्र लोग अपनी आध्यात्मिक संपत्ति को ईश्वर के कोष में रखते हैं.....	83
भाग 2। आध्यात्मिक प्रेम	83
अध्याय 1. ईश्वर का अक्षय प्रेम और ईश्वर के प्रति हमारा प्रेम.....	83
ईश्वर के प्रेम की तीव्र अग्नि.....	84
प्रेम का उचित वितरण.....	85
स्वर्ग की चढ़ाई.....	85
आइए हम अपना प्रेम मसीह को अर्पित करें.....	86
ईश्वर के प्रेम की आग.....	87
दविथ इरॉस.....	88
पवित्र पागलपन.....	88
दविथ मदहोशी.....	89
अध्याय 2. अपने पड़ोसी से प्रेम.....	89
प्रेम और वनिम्रता — दो बहन सदगुण.....	89
सच्चा, कीमती प्रेम.....	90
हमारे प्रेम से 'स्व' को हटाना.....	91
सभी के लिए एक माँ का प्रेम.....	92
दलि कभी बूढ़ा नहीं होता.....	93
मन और हृदय का संयुक्त कार्य.....	94
"वंचिता से...".....	95
अपनी पुरानी स्लेट को प्रेम की आग में फेंक दो.....	96
दया के साथ प्रेम.....	97
प्रेम प्रकट करता है.....	99
प्रेम दूरियों को पाट देता है.....	99
अध्याय 3. सभी प्राणियों के प्रति प्रेम.....	100
पतन से पहले और बाद में जानवरों के साथ मनुष्य का संबंध.....	100
पशु उस मनुष्य के प्रेम को महसूस करते हैं.....	101
पशु मनुष्यों से मदद मांगते हैं.....	101
आइए हम जानवरों से प्रेरणा लें.....	103
ओलेट — एक मेहनती पक्षी.....	104
भाग 3. उदारता और प्रेम.....	105
अध्याय 1. कुलीनता — ईश्वर की महानता.....	105
कुलीनता क्या है?.....	105
आध्यात्मिक कुलीनता ही आध्यात्मिक न्याय है।.....	105
महानता कैसे प्राप्त होती है.....	107
ऐसी उदार महानता के माध्यम से ही एक व्यक्ति ईश्वर के साथ एकता में प्रवेश करता है.....	107
एक व्यक्ति या तो कुलीनता प्राप्त करेगा या दयनीयता में फँस जाएगा.....	108

अध्याय 2. दयालुता — गहरी कृतज्ञता का प्रेम.....	110
प्यार करने वाले लोग महान आत्माएँ होते हैं.....	110
मसीह हमारे प्रेम की मेहनत में आनंदित होते हैं.....	110
प्रेम का शत्रु आत्म-प्रेम है.....	111
प्रेम करने वालों का अंतर्करण शुद्ध होता है, और ईश्वर उनकी मदद करते हैं.....	112
भाग 4। प्रेम और वनिम्रता की संतान.....	114
अध्याय 1. सरलता और पवित्रता.....	114
सरलता — वनिम्रता का पहला फल.....	114
सरलता और अभद्रता दो अलग-अलग चीजें हैं.....	114
बच्चों की तरह बनो.....	115
एक सरल व्यक्ति के इरादे हमेशा अच्छे होते हैं.....	116
जब आप सरल होते हैं, तो आप सहज महसूस करते हैं.....	116
पवित्र सादगी के माध्यम से, एक व्यक्ति ईश्वर के रहस्यों को जान पाता है.....	117
अध्याय 2. ईश्वर में विश्वास और आशा.....	119
आज सभी बुराईयाँ अविश्वास से उत्पन्न होती हैं.....	119
जब आस्था डगमगाती है.....	120
अविश्वास और विश्वास की कमी.....	121
जो ईश्वर में विश्वास रखता है, वह किसी से नहीं डरता.....	121
'मैंने प्रभु को मेरे सामने खड़े देखा'.....	122
ईश्वर में आशा और ईश्वर में विश्वास सबसे नश्चिती गारंटी है।.....	123
जसिके पास सच्चा विश्वास है, उसके पास सच्चा प्रेम भी है।.....	124
अध्याय 3. धैर्य के द्वारा उद्धार.....	124
"धन्य है वह मनुष्य जो परीक्षा में दृढ़ रहता है".....	124
किसी दूसरे व्यक्ति के साथ धैर्य रखने के लिए, आपको उससे प्रेम करना चाहिए.....	125
मसीह ने मानव उद्धार की नींव धैर्य पर रखी.....	126
सर्दियों में हम इस उम्मीद में सहते हैं कि वसंत आएगा.....	127
अध्याय 4. आध्यात्मिक आनंद.....	128
ईश्वर की माता ने संसार में आनंद लाया.....	128
जहाँ मसीह है, वहाँ सच्चा आनंद है.....	129
आध्यात्मिक आनंद आध्यात्मिक परिश्रम के परिणामस्वरूप आता है.....	129
दिव्य आनंद तब आता है जब आप स्वयं को समर्पित कर देते हैं.....	130
आध्यात्मिक आनंद ईश्वर का एक उपहार है.....	131
आत्मिक पीड़ा ही आत्मिक आनंद है.....	132
अध्याय 5. वविक — गुणों का मुकुट.....	133
हमारी आध्यात्मिक स्थिति हमारे वविक में परलक्षित होती है.....	133
प्रत्येक सद्गुण के लिए वविक की आवश्यकता होती है.....	134
और प्रेम में भी वविक की आवश्यकता होती है.....	135
तर्क में कोई सीमाएँ या नियम नहीं हैं.....	136
सकारात्मक चिंता.....	136
अच्छी बेचैनी — एक 'नेक काम' के लिए एक सकारात्मक चिंता.....	136
आइए हम अपनी आत्मा के मोक्ष के प्रश्न को हृदय से लें.....	137
"ज्ञानी को शराब दो, और वह और भी बुद्धिमान हो जाएगा".....	138
यह अच्छी बेचैनी कभी खत्म नहीं होती.....	139

पूर्वोक्ति

स्वर्गीय एल्डर पैसियोस ने 1968 में हमारे सामुदायिक जीवन की शुरुआत में हमसे कहा: "एक ही सद्गुण है—नम्रता—लेकिन चूँकि आप इसे नहीं समझते, मैं प्रेम को भी जोड़ूँगा। लेकिन क्या जसि व्यक्ति के पास वनिम्रता है, उसके पास प्रेम भी नहीं होता?" इन "बहनि सद्गुणों", जैसा कि एल्डर ने वनिम्रता और

प्रेम को कहा, आध्यात्मिक जीवन की नींव है, क्योंकि वे एक व्यक्ति पर ईश्वर की कृपा को आकर्षित करती हैं और उनसे ही अन्य सभी सदगुणों का जन्म होता है। वे हमसे कहते थे, "बस वनिम्रता और प्रेम का अभ्यास करो, और जैसे ही ये सदगुण जड़ जमा लेंगे, अहंकार और द्वेष समाप्त हो जाएँगे, और वासनाओं का कष्ट समाप्त हो जाएगा।"

कासांदरिया के मेट्रोपॉलिटन, परम पावन निकोडमोस के आशीर्वाद से प्रकाशित यह पाँचवाँ खंड, जुनून और सदगुणों के संबंध में एल्डर के वचनों को एक साथ प्रस्तुत करता है। ये शब्द कोई व्यवस्थित शिक्षण नहीं बनाते हैं और न ही ये सभी भावों और सभी सदगुणों को शामिल करते हैं। इन्हें भावों की विक-बुद्धि और उपचार, साथ ही सदगुणों के संवर्धन के संबंध में हमारे प्रश्नों के वृद्ध संत के उत्तरों से संकलित किया गया है। ये उत्तर न केवल संन्यासियों के लिए, बल्कि हर उस व्यक्ति के लिए रुचिकर हैं जैसे सदगुणों के संवर्धन की सच्ची चिंता है। एल्डर पैसियोस, जो अपनी पादरीय मार्गदर्शन की विधियों—उनके उपयुक्त उदाहरणों और चमकदार हास्य—के लिए प्रसिद्ध हैं, आत्मा को आध्यात्मिक गर्माहट से भर देते हैं, जिसके प्रभाव में आत्मा के भीतर पश्चाताप के फूल खिलते हैं, और यह सदगुण का फल देती है। वे हमें अपने पुराने स्व के चेहरे में साहसपूर्वक देखने, उसके 'घृणित मुखौटे' से नफरत करने और उसे त्याग देने का आग्रह करते हैं। हमें विश्वास है कि एल्डर के सरल लेकिन प्रबुद्ध शब्द, जो ईश्वर की कृपा के प्रकाश से प्रकाशित हैं, हमें वासनाओं की दासता के खिलाफ और अधिक उत्साह के साथ लड़ने में मदद करेंगे और मसीह में खुद को स्वतंत्र लोग महसूस करने में मदद करेंगे।

एल्डर पैसियोस कहा करते थे: 'ईश्वर मनुष्य को दुर्गुण नहीं, बल्कि शक्तियाँ देता है। इस बात पर निर्भर करता है कि कोई व्यक्ति अपनी आत्मा की शक्तियों का उपयोग कैसे करता है, वह या तो बेहतर बनेगा या बदतर।' दूसरे शब्दों में, यदि हम इन शक्तियों का उपयोग ईश्वर की इच्छा के अनुसार करते हैं, तो हम ईश्वर के निकट आते हैं और अनुग्रह से उसकी तरह बन जाते हैं। यदि हम उनका उपयोग पुराने मनुष्य की इच्छाओं के अनुसार करते हैं, तो हम अपनी वासनाओं के दास बन जाते हैं और ईश्वर से दूर हो जाते हैं। 'नए मनुष्य' बनने के लिए, किसी को अपनी इच्छा को ईश्वर की इच्छा के अनुरूप बनाना होगा, जो ईश्वर की आज्ञाओं में व्यक्त होती है। एल्डर पैसियोस ने कहा, 'ईश्वर की आज्ञाओं का पालन करके, हम सदगुणों को विकसित करते हैं और आत्मा के स्वास्थ्य को प्राप्त करते हैं।'

जेरोन्डा ने विशेष रूप से इस बात पर जोर दिया कि जो व्यक्ति अपनी वासनाओं के आगे झुक जाता है, उसमें द्रव्य अनुग्रह काम करना बंद कर देता है। इसलिए, जब कोई वृद्धजन से कहता था कि वह किसी वासना के आगे झुक रहा है, तो वे आमतौर पर जवाब देते थे: "सावधान रहो; ऐसा करके, तुम ईश्वर की कृपा को दूर भगा रहे हो।" जब हमने उनसे पूछा कि ईश्वर की कृपा कैसे प्राप्त करें या कोई व्यक्ति ईश्वर के करीब कैसे आ सकता है, तो वे हमें विभिन्न तरीकों से जवाब देते थे: कभी-कभी वे कहते थे कि यह वनिम्रता के माध्यम से प्राप्त किया जा सकता है; कभी-कभी उन्होंने समझाया कि कोई व्यक्ति प्रेम और आंतरिक गरमा के माध्यम से ईश्वर के करीब कैसे आ सकता है; कभी-कभी उन्होंने आत्म-बलिदान और परोपकार के माध्यम से इसे प्राप्त करने का तरीका सिखाया; और कभी-कभी उन्होंने अपने 'स्व' का त्याग करने पर जोर दिया। क्योंकि ये नए मनुष्य, यानी वासनाओं से मुक्त मनुष्य, के गुण हैं। 'जब मैं कहता हूँ कि मनुष्य को स्वयं को अलग कर देना चाहिए,' एल्डर कहते थे, 'तो मेरा मतलब है कि अपनी वासनाओं को अलग करना, अपने पुराने स्वरूप को त्यागना... यदि हम स्वयं का त्याग कर दें और वह बेईमान करियेदार, हमारा पुराना स्वरूप, अपना नविस छोड़ दे, तो नए मनुष्य, नए नियम का मनुष्य, उस खाली हुई जगह में हृदय में वास करेगा।"

यह खंड दो भागों में विभाजित है, प्रत्येक में चार भाग हैं। पहला भाग भावों को, दूसरा गुणों को समर्पित है।

पहले खंड का पहला भाग आत्म-प्रेम, 'वासनाओं की जननी', को समर्पित है, क्योंकि सभी वासनाएँ—शारीरिक, जैसे लालच, कामवासना और इसी तरह की अन्य, और आध्यात्मिक, जैसे अहंकार, ईर्ष्या और अन्य—इसी से उत्पन्न होती हैं।

दूसरा भाग अहंकार से संबंधित है — जसै एल्डर ने 'वासनाओं का सामान्य मुख्यालय' कहा था। कोई कह सकता है कि 'जिस प्रकार एक गुण है— वनिमृता', उसी प्रकार एक ही वासना है — अहंकार, क्योंकि इसने 'हमें स्वर्ग से निकालकर पृथ्वी पर ला दिया, और अब हमें पृथ्वी से नरक भोजना चाहता है'।

तीसरा भाग नरिण्य पर केंद्रित है, जो अहंकार से उत्पन्न होता है और 'अन्याय से भरा' होता है। मनुष्य उस तर्क की दृष्टि देन को, जो ईश्वर ने उसे अच्छा और बुरा अलग करने के लिए दी है, नरिण्य के जुनून में बदल देता है, जिससे ईश्वर विशेष रूप से घृणा करता है।

चौथा भाग ईर्ष्या, क्रोध और नरिशा जैसी भावनाओं से संबंधित है। ये भी आत्मा की शक्तियों के विकृत रूप का प्रतिनिधित्व करते हैं और इनका परिणाम इनका दुरुपयोग है। हम उस इच्छा को, जो ईश्वर ने हमें अच्छाई के लिए प्रयास करने हेतु दी है, ईर्ष्या और द्वेष में बदल देते हैं; और हम अपने भीतर जन्मजात चड़िचड़िपन की शक्त को—जसै हमें बुराई के खिलाफ एक साहसी संघर्ष के लिए उपयोग करना चाहिए—अपने पड़ोसी के खिलाफ मोड़ देते हैं। और अंत में, दुख और नरिशा की भावना हमसे ईश्वर के प्रचुर उपहारों में आनंदित होने की क्षमता छीन लेती है और हमें आध्यात्मिक रूप से कमजोर कर देती है। एल्डर इस दुख को ईश्वर के लिए होने वाले दुख से अलग करते हैं, जो पश्चात्ताप से उत्पन्न होता है और आत्मा को मीठे सांतवना से भर देता है।

सद्गुणों को समर्पित दूसरा खंड, वनिमृता पर चर्चा के साथ शुरू होता है, जो 'एक को स्वर्ग तक उठाती है'। वनिमृता के बिना, हमारे सद्गुण 'दागदार' हो जाते हैं। धैर्य में बड़बड़ाहट और पाखंड हो सकते हैं; सरलता अभद्रता और चालाकी में बदल सकती है; और आनंद आध्यात्मिक उल्लास नहीं बल्कि सांसारिक सुख हो सकता है। 'जो लोग वनिमृता का मार्ग पा लेते हैं', एल्डर ने कहा, 'वे आध्यात्मिक जीवन में तेजी से, लगातार और सहजता से तरक्की करते हैं।' और अपने एक पत्र में वे लिखते हैं: 'स्वर्गीय यरूशलेम का सबसे छोटा, सबसे निश्चित और सबसे आसान मार्ग वनिमृता है'।

दूसरा भाग प्रेम को समर्पित है, जसै ईश्वर, अपने पड़ोसी और सारी सृष्टि के बीच ठीक से बाँटा जाना चाहिए। ईश्वर के प्रति प्रेम, अपने पड़ोसी के प्रति प्रेम से अटूट रूप से जुड़ा है और आत्मा को द्रव्य कामना, पवित्र पागलपन और द्रव्य मदहोशी की ओर ले जाता है। अपने पड़ोसी के प्रति सिच्चा प्रेम 'कीमती आध्यात्मिक प्रेम' है, जो उस व्यक्ति में होता है जो 'अपने प्रेम से अपना "स्व" हटा देता है', यानी, प्रेम में अपने हितों की खोज नहीं करता। और सृष्टि के प्रति प्रेम एक आध्यात्मिक व्यक्ति में मौजूद 'सामान्य' प्रेम की प्रचुरता है।

तीसरा भाग आध्यात्मिक कुलीनता और प्रेम को समर्पित है, जो एल्डर पैसियोस की शिक्षा के दो मुख्य स्तंभ हैं। एल्डर ने कहा, 'आध्यात्मिक कुलीनता में सब कुछ है: प्रेम, वनिमृता और सादगी, निस्वार्थता, ईमानदारी... और सबसे बड़ी खुशी और आध्यात्मिक उल्लास।' एल्डर पैसियोस, संयम के महत्व को कम किए बिना, आध्यात्मिक कुलीनता और परोपकार को किसी भी शारीरिक करतब से ऊपर रखते हैं, क्योंकि यदि आध्यात्मिक कुलीनता, उदारता और परोपकार नहीं है, तो सभी आध्यात्मिक श्रम — संयम, परिणाम और इसी तरह के कार्य — वे, जैसा कि उन्होंने कहा, 'एक सब्जी के खेत में एक बगुला भगाऊ है', जो 'कागों को तो भगा सकता है, लेकिन राक्षसों को नहीं'।

चौथा भाग सादगी—'वनिमृता का पहला फल'—के बारे में बात करता है, जो ईश्वर में विश्वास और आशा है, जो 'किसी व्यक्ति के लिए सबसे निश्चित गारंटी' है; धैर्य के बारे में, जो 'सबसे उलझे हुए मामलों को सुलझाता है और दैवीय फल देता है'; और आध्यात्मिक आनंद के बारे में, जो 'एक बार जब भीतर व्यवस्था स्थापित हो जाती है, तो आता है। यह आत्मा को पंख देता है।' अंत में, एल्डर पैसियोस वविक की बात करते हैं — "सद्गुणों का मुकुट" वविक — "केवल एक गुण नहीं है," न ही आध्यात्मिक प्रगति में एक कदम आगे

है, बल्कि उस प्रगति का फल और संरक्षक है; यह "वह पतवार है जो आत्मा का सुरक्षा रूप से मार्गदर्शन करती है, ताकि वह न तो दाईं ओर और न ही बाईं ओर ठोकर खाए," बल्कि वह गुणों के राजसी पथ पर दृढ़ता से चल सके, और राक्षसों से आने वाले चरमपंथों से बचे रहे।

नषिकर्ष में 'अच्छी बेचैनी' पर एल्डर के शब्द शामिल हैं। 'एक अच्छे कार्य के लिए अच्छी बेचैनी,' जैसा कि उन्होंने इसे कहा था। "अच्छी बेचैनी," एल्डर पैसियोस ने कहा, "उत्साह की लहर और एक प्रयत्न है। यह आत्मा को साहस और ऊर्जा से भर देती है; यह न तो भय लाती है, न ही दुख, बल्कि सात्वता लाती है। यह तनाव या चिंता नहीं है, बल्कि एक अच्छे कार्य के लिए उत्साह है।"

ईश्वर करे कि यह आध्यात्मिक उत्साह हम सभी के भीतर प्रज्वलित हो, जो हमें पुराने स्वभाव को त्यागने और वनिम्रता अपनाने के पराक्रम के लिए प्रेरित करे, जिसके माध्यम से प्रेम—मसीह—हमारे हृदयों में वास करेंगे।

26 सितंबर 2006, संत जॉन द थियोलोजियन, प्रेरित और सुसमाचार प्रचारक का स्वर्गारोहण
संत जॉन द थियोलॉजिस्ट, द एपोस्टल एंड इवेंजेलिस्ट के मठ की प्रमुख, सिसटर फिलोथिया, मसीह में अपनी सभी बहनों के साथ

- गेरोना, कृपया हमें वदिई के रूप में कुछ कहें।
- मैं आपसे क्या कहूँ? मैं तो पहले ही बहुत कुछ कह चुकी हूँ।
- कुछ कहिए ताकि हम आपके लौटने तक उस पर काम कर सकें।
- खैर, अगर आप जदि कर रही हैं, तो मैं कहूँगा... एक ही गुण है— वनिम्रता; और चूंकि आप इसे नहीं समझती, मैं प्रेम को भी जोड़ दूँगा। लेकिन क्या वनिम्रता रखने वाला व्यक्ति प्रेम नहीं रखता?

अनुभाग 1. वासनाएँ।

"वासनाओं के वरिद्ध संघर्ष, मसीह के प्रतियोगिता के लिए आज्ञाओं के अनुरूप, एक नरितर, मधुर शहादत है।"

अध्याय 1. वासनाओं के वरिद्ध संघर्ष।

- जेरोन्डा, जब नबी दाऊद ने ईश्वर से प्रार्थना की: 'मुझे प्रभुत्व की आत्मा से स्थापित कर'।¹ ?
- दाऊद ने लोगों पर शासन करने के लिए परमेश्वर से नेतृत्व का वरदान माँगा। लेकिन प्रत्येक व्यक्तिको 'आत्म-नियंत्रण की आत्मा' की आवश्यकता होती है, ताकि वे स्वयं पर शासन कर सकें और अपनी वासनाओं द्वारा शासित न हों।
- जेरोन्डा, वासनाएँ क्या हैं?

¹ (भजन संहिता 50:14)

— मेरा मानना है कि वासनाएँ आत्मा की शक्तियाँ हैं। ईश्वर मनुष्य को दुर्गुण नहीं, बल्कि शक्तियाँ देता है²। लेकिन अगर हम इन शक्तियों का उपयोग भलाई के लिए नहीं करते हैं, तो 'टंगलाशका'³ आ जाता है, खुद ही उनका नरिदेशन करने लगता है, और वे वासनाएँ बन जाती हैं; और फिर हम बड़बड़ाते हैं और ईश्वर को दोष देते हैं। लेकिन अगर हम इन शक्तियों का सही उपयोग करें, उन्हें बुराई के खिलाफ नरिदेशति करें, तो वे हमारे आध्यात्मिक प्रयास में हमारी मदद करेंगी। उदाहरण के लिए, क्रोध को लें। यदि किसी व्यक्ति में यह गुण है, तो इसका मतलब है कि उसकी आत्मा में साहस है, और यह आध्यात्मिक जीवन में उपयोगी है। जिन लोगों में क्रोध की कमी होती है, उनमें साहस की भी कमी होती है; उनके लिए खुद पर काबू पाना आसान नहीं होता। एक जल्दी गुस्सा होने वाला व्यक्ति, जब वह अपने अंदर मौजूद शक्त का उपयोग आध्यात्मिक लाभ के लिए करता है, तो वह एक अच्छे रास्ते पर चलने वाली महंगी कार की तरह है — आप पैर दबाते हैं, और कोई भी आपको पकड़ नहीं सकता। लेकिन यदि वे उस शक्ति का दुरुपयोग करते हैं और खुद पर काबू रखने में असफल रहते हैं, तो वे एक गड़ढों वाली सड़क पर तेज़ रफ़्तार से दौड़ती कार की तरह हैं, जो लगातार गड़ढों से टकराती रहती है।

एक व्यक्ति को अपनी शक्तियों के बारे में पता होना चाहिए और उन्हें अच्छे कार्यों की ओर नरिदेशति करना चाहिए। इस तरह, ईश्वर की मदद से, वे एक अच्छी आध्यात्मिक स्थिति प्राप्त करेंगे। उदाहरण के लिए, उन्हें अपनी स्वार्थपरता को शैतान के खिलाफ नरिदेशति करना चाहिए और जब वह उन्हें लुभाए तो हार नहीं माननी चाहिए। वे प्रार्थना का अभ्यास करके अपनी व्यर्थ बातें करने की प्रवृत्ति को पवतिर करें। क्या मसीह के साथ संवाद करना और पवतिर होना व्यर्थ की बातों में लपित होने और पाप करने से बेहतर नहीं है? यह इस बात पर निर्भर करता है कि कोई व्यक्ति अपनी आत्मा की शक्तियों का उपयोग कैसे करता है, वह या तो बेहतर होगा या बदतर।

अपने जुनूनों के लिए बहाने न बनाएं

— गेरोंडा, कुछ लोग मानते हैं कि उनमें आध्यात्मिक जीवन के लिए आवश्यक पूर्वापेक्षाएँ नहीं हैं और कहते हैं: 'आप उससे नहीं ले सकते जिसके पास कुछ भी नहीं है'⁴।

— यह और भी बुरा है जब लोग कहते हैं कि उनके भाव-भावनाएँ वंशानुगत हैं, और इसका उपयोग खुद को बरी करने के लिए करते हैं।

— लेकिन अगर, जेरोंडा, वास्तव में ऐसा ही हो?

— जो मैं कहता हूँ, उसे सुनो। हर व्यक्ति कुछ नश्वर प्रवृत्तियों के साथ पैदा होता है, अच्छी और बुरी दोनों। और एक व्यक्ति को अपनी कमियों से छुटकारा पाने और अपने भीतर के अच्छे गुणों को विकसित करने का प्रयास करना चाहिए, ताकि वह ईश्वर की प्रतमा बन सके।

बुरा पूर्वाग्रह आध्यात्मिक पूर्णता में कोई बाधा नहीं है, क्योंकि यदि कोई व्यक्ति प्रयास करता है—भले ही थोड़ा, लेकिन उत्साह और इच्छा के साथ—तो इसका मतलब है कि वह आध्यात्मिक कानूनों के दायरे में है, चमत्कारों के क्षेत्र में है, और फिर उसकी सभी जन्मजात कमियाँ ईश्वर की कृपा से दूर हो जाती हैं।

² यहाँ, एल्डर पैसथीस हमारे विश्वास की सच्चाई को सरल शब्दों में व्यक्त करते हैं: 'ईश्वर बुराई का न तो कारण है और न ही स्रष्टा' (सेंट जॉन क्लाइमक्स, वचन 26, 155)। परिणामस्वरूप, जैसा कि सेंट निकोडेमस द हेजियोराइट कहते हैं, उन्होंने 'मानव स्वभाव में आवेगों को नहीं बनाया, बल्कि हमारी लापरवाही से, प्रकृति के विपरीत, वे उसमें प्रवेश कर गए' (नेआ क्लाक्स। वोलास, 1956। पृ. 152)। पवतिर पतिओं के अनुसार, वासनाएँ शरीर की शक्तियों या आत्मा की शक्तियों के 'अस्वाभाविक' उपयोग से उत्पन्न होती हैं। यदि यह 'अस्वाभाविक' उपयोग समय के साथ जारी रहता है, तो यह एक बुरी आदत बन जाता है, और इसे जड़ से मटाने के लिए बहुत प्रयास करना पड़ता है। — *संकलनकर्ता का नोट*।

³ इस प्रकार एल्डर पैसथीस शैतान का उल्लेख करते हैं। — *अनुवादक की टिप्पणी*।

⁴ लूसथिन/मृतकों के राज्य में संवाद। संवाद II

ईश्वर विशेष रूप से उस आत्मा से प्रेम करता है और उसकी मदद करता है, जो आदर्श से कम प्रवृत्तियों के साथ जन्म लेने के बाद भी, आध्यात्मिक जीवन में उत्साहपूर्वक प्रयास करती है और स्वर्ग की आकांक्षा रखती है, तथा खराब वंशानुक्रम से कमजोर हुए अपने नाजुक पंखों पर पृथ्वी से दूर उड़ान भरने का प्रयास करती है। मैं कई ऐसे लोगों को जानता हूँ जिन्होंने कुछ प्रयास करके ईश्वर से महान सहायता प्राप्त की और उस बोझ से मुक्त हो गए जो उन्हें दबा रहा था। ईश्वर के लिए, ऐसे लोग सच्चे नायक हैं। क्योंकि वह क्या है जो ईश्वर को हमारी ओर आकर्षित करता है? वह प्रयास जो हम पुराने स्वभाव पर काबू पाने के लिए करते हैं।

— गैरोन्डा, क्या बपतिस्मा एक बुरी आनुवंशिक प्रवृत्ति को मटि नहीं देता?

— बपतिस्मा में, एक व्यक्ति भिंसीह के वस्त्र पहनता है, आदिपाप से मुक्त हो जाता है, और द्रव्य अनुग्रह उन पर उतरता है, लेकिन बुरी आनुवंशिक प्रवृत्तियाँ बनी रहती हैं। क्या परमेश्वर पवित्र बपतिस्मा के माध्यम से उन्हें भी मटि नहीं सकते? वे कर सकते थे, लेकिन वे उन्हें मनुष्य पर छोड़ देते हैं ताकि वह प्रयास करे, ताकि वह विजय प्राप्त करे, और अंत में विजिता का मुकुट प्राप्त करे।

— जैरोन्डा, जब मैं किसी वासना के आगे झुक जाता हूँ, तो मैं अपने आप से कहता हूँ: 'मैं तो ऐसा ही पैदा हुआ हूँ...'

— बस हमें यही चाहिए था। शायद आप कहेंगे कि आपके माता-पिता ने आपको हर बुराई से नवाजा है, कि आपके पूर्वजों की बुराइयाँ आपमें प्रकट हुई हैं, जबकि सारी प्रतियाँ और सद्गुण दूसरों को मिल गए हैं? शायद हम ईश्वर को भी दोष देंगे? यदि कोई व्यक्ति कहता है, 'यह मेरा स्वभाव है; मैं बस इन बुरी प्रवृत्तियों के साथ पैदा हुआ था; मैं इन परिस्थितियों में पला-बढ़ा हूँ, इसलिए मैं बदल नहीं सकता,' तो वे प्रभावी रूप से कह रहे हैं, 'इसका दोष केवल मेरे माता-पिता पर ही नहीं, बल्कि ईश्वर पर भी है।' क्या आप जानते हैं कि मेरे लिए ऐसे शब्द सुनना कतिना दर्दनाक है? आखिरकार, वह व्यक्ति केवल अपने माता-पिता का अपमान कर रहा है, बल्कि ईश्वर का भी। जब वह इस तरह सोचना शुरू कर देता है, तो ईश्वर की कृपा काम करना बंद कर देती है।

— गैरोन्डा, कुछ लोग मानते हैं कि जब किसी व्यक्ति के स्वभाव के मूल में ही कोई दोष होता है, तो उसे सुधारना असंभव है।

— देखिए क्या होता है: कुछ लोगों को इस तरह बात करना सुविधाजनक लगता है, क्योंकि यह उन्हें खुद को सही ठहराने की अनुमति देता है और वे अपने भीतर मौजूद दोष से छुटकारा पाने का कोई प्रयास नहीं करते हैं। ऐसा व्यक्ति कहता है, 'भगवान ने मुझे कोई प्रतीति नहीं दी! यह मेरी क्या गलती है? वे मुझसे वह क्यों मांग रहे हैं जो मेरी क्षमताओं से परे है?' और यह हो गया—एक चोर रास्ता। एक व्यक्ति खुद को सही ठहराता है, अपनी अंतरात्मा को शांत करता है और जैसा उसे ठीक लगता है, वैसा ही जीता है। अगर हम यह कहना शुरू कर दें, 'यह आनुवंशिक है, वह एक चरित्र का गुण है,' तो फिर हम खुद को कैसे सुधारेंगे? ऐसा रवैया व्यक्ति से आध्यात्मिक साहस छीन लेता है।

— हाँ, गैरोन्डा, लेकिन...

— फिर 'लेकिन'? तुम किस तरह के इंसान हो? एक कटुला की तरह फसिलन भरे। तुम हमेशा कोई न कोई बहाना बनाते रहते हो।

— मैं जानबूझकर ऐसा नहीं करता।

— मैं यह नहीं कह रहा कि तुम जानबूझकर ऐसा करते हो। लेकिन अगर ईश्वर ने तुम्हें ऐसा दमिग दिया है कि तुम हर बात को तुरंत समझ जाते हो, तो तुम यह क्यों नहीं समझ सकते कि बिहाने बनाना बहुत बुरा है! इतने छोटे से सरि में इतनी बुद्धि है, और फिर भी तुम नहीं समझते!

मैंने देखा है कि कुछ चतुर लोग गलत को सरिफ इसलिए बचाते हैं क्योंकि वह उनके अनुकूल होता है; इसी तरह वे अपनी इच्छाओं को सही ठहराते हैं। इसके विपरीत, अन्य लोग खुद को सही नहीं ठहराते, लेकिन उनके मन में एक ऐसा विचार घर कर जाता है जिससे वे बच नहीं पाते कि उनके चरित्र में कुछ ऐसा है जैसा वे

सुधार नहीं सकते, और इस तरह वे नरिशा में डूब जाते हैं। और शैतान क्या करता है? वह कुछ लोगों के लिए आत्म-न्याय को आध्यात्मिक पूर्णता के मार्ग में एक बाधा के रूप में स्थापित करता है, जबकि दूसरों को उनकी अतिसंवेदनशीलता में फँसाकर उन्हें नरिशा की ओर ले जाता है।

किसी वासना को खत्म करने के लिए, एक व्यक्ति को खुद को सही नहीं ठहराना चाहिए, बल्कि खुद को नम्र करना चाहिए। यद्वि कहते हैं, उदाहरण के लिए: 'मुझे प्यार करने की क्षमता का वरदान नहीं मिला है, जबकि किसी और को मिला है,' और प्रेम प्राप्त करने का कोई प्रयास नहीं करते हैं, तो वे आध्यात्मिक रूप से कैसे फल-फूल सकते हैं? संघर्ष के बिना, कोई प्रगति नहीं होती। क्या आपने पति-पत्नी की रचनाओं में उन वक्तव्यों के बारे में नहीं पढ़ा है जो कुछ तपस्वियों में शुरू में थीं, और वे बाद में आध्यात्मिक पूर्णता के कसि स्तर पर पहुँचे? उन्होंने कई बहुत ही सदाचारी लोगों को भी पीछे छोड़ दिया। उदाहरण के लिए, अब्बा मूसे द मूर: वह कतिना अपराधी था, और बाद में वह क्या बन गया! यह परमेश्वर की कृपा ही है जो यह सब संभव करती है!

मेरी दृष्टि में, एक बुरी आनुवंशिक प्रवृत्ति वाला व्यक्ति, जब वह सद्गुण प्राप्त करने के लिए संघर्ष करता है, तो उसे उस व्यक्ति से अधिक पुरस्कार मिलता है जिसने अपने माता-पिता से सद्गुण विरासत में पाए और उन्हें प्राप्त करने के लिए परश्रम नहीं करना पड़ा। क्योंकि एक को तो सब कुछ तैयार-बनाया मिला है, जबकि दूसरे को उन्हें प्राप्त करने के लिए कड़ी मेहनत करनी पड़ी है। आखिरकार, इस पर विचार करें: लोगों को उन लोगों की अधिक सम्मान की जाती है, जिन्होंने अपने माता-पिता से कर्ज विरासत में पाए और अधिक परश्रम करके न केवल उन कर्जों को चुकाया बल्कि अपनी खुद की संपत्ति भी जमा की, उन लोगों की तुलना में जो अपने माता-पिता से एक बड़ी संपत्ति विरासत में पाए और उसे केवल संरक्षित ही किया।

वासनाओं का दर्शन

- हे बृद्ध, मैं वासनाओं से पीड़ित हूँ।
- क्या तुम्हें लगता है कि तुम्हारे भीतर जुनून बसते हैं?
- कभी-कभी ऐसा होता है।
- यह अच्छी बात है। जब कोई व्यक्ति यह महसूस करता है कि उसके भीतर की वासनाएँ उससे लड़ रही हैं, तो वह विनम्र हो जाता है। और जहाँ विनम्रता होती है, वहाँ ईश्वर की कृपा आती है।
- लेकिन मुझे फरि भी दुख होता है कि मैं बार-बार गलतियाँ करता रहता हूँ।
- इस बात की प्रसन्नता मनाओ कि तुम गलतियाँ करते हो — वे तुम्हें विनम्र बनाती हैं, क्योंकि तुम्हारे भीतर अहंकार है। "हे मेरे ईश्वर," कहो, "मैं यही हूँ। मेरी मदद करो। यदि आप मेरी मदद नहीं करेंगे, तो मैं कुछ भी नहीं कर पाऊँगा।" नरिशा न हो। जब हम गलतियाँ करते हैं, तो हमारा सच्चा आंतरिक स्वरूप प्रकट होता है; हम खुद को जानते हैं और सुधारने का प्रयास करते हैं। यह हमें सही मार्ग दिखाता है और हमें भ्रम से मुक्त करता है। मैं प्रसन्न होता हूँ जब मेरी कोई कमजोरी स्पष्ट हो जाती है, जब मेरे जुनून सतह पर आ जाते हैं। यदि मेरे जुनून प्रकट न होते, तो मैं सोचता कि मैंने पवित्रता प्राप्त कर ली है, जबकि उन जुनूनों के बीज मेरे दिल में गुप्त रूप से बसते रहते। इसी तरह, जब आप क्रोधित होते हैं और नरिण्यात्मक सोच में पड़ जाते हैं, तो यह समझ में आता है कि आप परेशान होंगे, लेकिन खुशी का भी एक कारण है — आपकी कमजोरी उजागर हो गई है, और इसका मतलब है कि आप इससे छुटकारा पाने के लिए प्रयास करेंगे।
- जेरोन्डा, जब कोई वासना कुछ समय के लिए प्रकट नहीं होती है, तो क्या इसका मतलब है कि वह अब मौजूद नहीं है?
- यदि कोई वासना आपके भीतर रहती है, तो वह किसी न किसी समय प्रकट होगी। अतः यदि आप जानते हैं कि आप किसी वासना को पाल रहे हैं, तो सतर्क रहें। उदाहरण के लिए, यह जानते हुए कि आपके सेल के पास कहीं एक साँप रहता है, जब भी आप बाहर कदम रखते हैं, आप हमेशा यह सुनिश्चित करने के

लए देखेंगे कविह बाहर आकर आपको डस न ले। यह डरावना नहीं है जब आप जानते हैं कपिस में एक साँप है और आप उसके बाहर नकिलने के क्पण का इंतजार कर रहे हैं ताकउसे मार सकें; यह डरावना तब होता है जब आप बेफकिर और बेखबर चलते हैं, और वह अचानक आप पर झपटता है और आपको डस लेता है। मेरा आशय यह है कजिब कोई व्यक्तापने ऊपर नगिरानी नहीं रखता और अपनी वासनाओं से अनजान रहता है, तो यह एक खतरनाक स्थिति है। लेकिन जब वे जानते हैं कउनमें कौन-सी वासनाएँ हैं और उनके खलिफ संघर्ष करते हैं, तो मसीह उनकी जड़ें उखाड़ फेंकने में उनकी मदद करते हैं।

— गेरोंडा, शायद मुझे बस प्रयास करना चाहिए और इस बात की चिंता नहीं करनी चाहिए कसुधार आया है या नहीं? नश्चिती रूप से मेरा सुधार मुझ पर नहीं, बल्कपिरमेश्वर पर नरिभर करता है?

— हाँ, अपने आध्यात्मकि संघर्ष में प्रयास करें और सब कुछ ईश्वर पर छोड़ दें, लेकिन यह समझने के लिए स्वयं की जाँच भी करें कआप कहाँ खड़े हैं और आपके साथ क्या हो रहा है। एक डॉक्टर पहले मरीज के बुखार का कारण खोजने की कोशिश करता है, और तभी यह तय करता है कबुखार कम करने के लिए कौन सी दवा देनी है। जसि क्पण कोई व्यक्तापनी कमियों को देखना शुरू करता है, उसे एक स्वस्थ बेचैनी महसूस करनी चाहिए, जो उसे सुधार के लिए प्रयास करने के लिए प्रेरित करती है। मैं खुद को देखता हूँ और पाता हूँ कमुझमें ऐसी-ऐसी कमियाँ हैं। मैं प्रयास करता हूँ और अपनी स्थितिका वशिलेषण करता हूँ: 'कल तक, मुझमें ये-वो कमियाँ थीं। क्या मैं उनमें से कसी से छुटकारा पा पाया हूँ? मैं इस संघर्ष के कसि चरण में हूँ?' फरि मैं ईश्वर की ओर मुड़ता हूँ: 'हे मेरे ईश्वर, मैं जो कर सकता हूँ वह कर रहा हूँ; मुझे सुधारने में मदद करें, क्योकि मैं यह अकेले नहीं कर सकता।'

— गेरोंडा, क्या कसी व्यक्ताके लिए अपनी वासनाओं को पहचानना असंभव हो सकता है?

— यदकि कोई व्यक्तासंवेदनशील है, तो ईश्वर उसे तुरंत अपनी प्रवृत्तियों को पहचानने की अनुमति नहीं देते, क्योकि शैतान एक संवेदनशील व्यक्ताको प्रलोभित करता है और उसे नरिशा की ओर धकेलने की कोशिश करता है। 'क्या तुममें ऐसा-वैसा जुनून है?' शैतान उससे कहता है। 'तुमने ऐसा-वैसा क्यों किया? तुम बचोगे नहीं।' इस तरह, एक व्यक्तायहां तक ककिसी मनोरोग अस्पताल में भी पहुंच सकता है।

अहंकार ही वासनाओं की नींव है

— जब कोई व्यक्ताकिई वर्षों से प्रयास कर रहा हो और उसे कोई प्रगतमिहसूस न हो, तो इसका क्या मतलब है?

— यदहिम अपने आध्यात्मकि संघर्ष में कोई सफलता नहीं देखते हैं, तो इसका मतलब है कया तो हममें आत्म-नयितरण की कमी है, या ईश्वर हमें और आगे बढ़ने नहीं दे रहे हैं, कहीं हम घमंडी न हो जाएँ और खुद को नुकसान न पहुँचा दें।

— जेरोंडा, मुझे ऐसा लगता है कमैं हर गुजरते दनि के साथ और भी बुरी होती जा रही हूँ; मेरा क्या होगा?

— आध्यात्मकि जीवन के तीन चरण होते हैं। पहले चरण में, ईश्वर व्यक्ताको मठाइयाँ और चॉकलेट देता है, क्योकि वह आत्मा की कमजोरी और आराम की आवश्यकता को देखता है। दूसरे चरण में, वह शकिषा के उद्देश्यों के लिए धीरे-धीरे अपनी कृपा वापस ले लेते हैं, ताकव्यक्तायह महसूस कर सके कईश्वर की मदद के बिना वह सबसे छोटी सी चीज़ भी नहीं कर सकता। इस प्रकार, व्यक्ताके भीतर वनिम्रता का जन्म होता है, और वे हर बात में ईश्वर की ओर मुड़ने की आवश्यकता महसूस करते हैं। तीसरा चरण एक नरितर, स्थिर और अच्छा आध्यात्मकि अवस्था है। आप दूसरे और तीसरे चरण के बीच कहीं हैं: आप थोड़ी प्रगतकिरते हैं, फरि आप अपनी कमजोरी भूल जाते हैं; मसीह अपनी कृपा वापस ले लेते हैं; आपके पास कुछ भी नहीं बचता; आप फरि से अपनी कमजोरी महसूस करना शुरू करते हैं और होश में आ जाते हैं। अगर आपने मुझसे कहा होता कजैसे-जैसे आप आगे बढ़ते हैं, आप बेहतर होते जाते हैं, तो मुझे डर लगता — इसका मतलब यह होता कआपके भीतर अहंकार है। लेकिन अब, जब आप कहते हैं कआप खुद को दनि-ब-दनि

और भी बुरा होता हुआ महसूस कर रहे हैं, तो मैं आनंदति होता हूँ, क्योंकि मैं देख सकता हूँ कि आप ठीक हैं। डरो मत: कोई भी व्यक्ति जितना आगे बढ़ता है, वह अपनी कमियों और खामियों को उतनी ही स्पष्ट रूप से देखता है, और यही प्रगति है।

— गैरोन्डा, क्या ऐसा हो सकता है कि जब मैं ईश्वर से मुझे मेरे जुनून से बचाने के लिए प्रार्थना करता हूँ, तो वह मुझे नहीं सुनते?

— क्या हमारा ईश्वर बाल है?⁵ ईश्वर हमें सुनता है और हमारी मदद करता है। शायद आपको उसकी मदद महसूस नहीं होती? लेकिन तब दोष ईश्वर का नहीं, बल्कि आपका है, क्योंकि अपने अहंकार के कारण आप उसकी मदद को दूर भगा देते हैं।

यदि इस बात का कोई खतरा नहीं है कि उसकी मदद अहंकार का कारण बन जाए, तो ईश्वर के लिए मदद न करना असंभव है। दयालु ईश्वर चाहता है कि हम अपने जुनून से मुक्त हो जाएँ, लेकिन यदि हम अहंकार या अहंकार की प्रवृत्ति को पालते हैं, तो वह हमारी मदद नहीं करेगा, कहीं हम यह न सोच लें कि हमने उन्हें अपनी ताकत से हरा दिया है।

इसलिए, जब हम पूरे दिल से ईश्वर से किसी विशेष वासना से मुक्त होने में मदद करने के लिए प्रार्थना करते हैं और हमें मदद नहीं मिलती, तो हमें तुरंत यह महसूस कर लेना चाहिए कि हमारी वासना के पीछे एक और, बड़ी वासना—अहंकार—छिपी है। चूँकि हम अहंकार को देख नहीं सकते, इसलिए ईश्वर हमारे वनिम्र होने के लिए, हमारे द्वारा देखे जा सकने वाले जुनून—जैसे कलिलच, व्यर्थ की बातें, क्रोध, आदि—को बना रहने देते हैं। जब, हमारी बार-बार की असफलताओं के कारण, हम अपनी वासनाओं से घृणा करने लगते हैं, अपनी कमजोरी को पहचानते हैं और स्वयं को नम्र बनाते हैं, तब हमें ईश्वर से सहायता प्राप्त होगी और हम कदम-दर-कदम, आध्यात्मिक सीढ़ी चढ़ना शुरू कर देंगे।

जब तक वे 'नए' होते हैं, तब तक जुनून को आसानी से जड़ से उखाड़ा जा सकता है।

— एल्डर, मैं देख सकता हूँ कि मुझमें कई जुनून हैं।

— हाँ, तुममें कई जुनून हैं, लेकिन तुम अभी भी युवा हो, और तुममें अपने बगीचे को कांटों से साफ़ करने और उसमें लिली, हायसथि और गुलाब लगाने के लिए कड़ी मेहनत करने का साहस है, और फिर सब कुछ देखकर आनंदति होने का। जब आप जवान होते हैं, तो आपके जुनून युवा अंकुरों की तरह होते हैं और उन्हें आसानी से उखाड़ा जा सकता है। खरपतवार और कांटे, जब तक वे बड़े नहीं हो जाते, तब तक उन्हें जमीन से आसानी से खींच लिया जाता है, लेकिन एक बार जब वे मजबूत हो जाते हैं और कठोर हो जाते हैं, तो उन्हें निकालना मुश्किल हो जाता है। और बचिछू बुट्टियाँ, जब वे अपने पहले पत्ते निकालती हैं, तो तुलसी की तरह ही छूने में नरम होती हैं। आप इसे बना किसी परेशानी के उखाड़ सकते हैं, क्योंकि इसकी कलियाँ अभी भी छोटी हैं। इसलिए, जब आप जवान हों तो अपने जुनून को जड़ से उखाड़ फेंकने की कोशिश करें; यदि आप उन्हें बढ़ने देते हैं, तो बाद में आपकी आत्मा वभिन्न वासनाओं की दास बन जाएगी, और उनसे छुटकारा पाना मुश्किल होगा।

जो लोग अपनी जवानी में अपने जुनून को जड़ से नहीं उखाड़ते, वे बुढ़ापे में बहुत कष्ट उठाते हैं, क्योंकि उनके जुनून भी उनके साथ बूढ़े हो जाते हैं और एक ऐसी आदत बन जाते हैं जसि तोड़ना मुश्किल होता है। उम्र के साथ, व्यक्ति अपने जुनून का आदी होने लगता है, अपने प्रति अधिक उदार हो जाता है, उसकी इच्छाशक्ति कमजोर हो जाती है, और अपने जुनून से लड़ना और भी मुश्किल हो जाता है। जवानी में, एक व्यक्ति ऊर्जा से भरपूर होता है, और यदि वह इस ऊर्जा को अपने जुनून को खत्म करने में लगाते हैं, तो वे सफल होंगे।

⁵ देखें 3 राजा 18:26

वासनाओं से कैसे छुटकारा पाएँ

— जेरोन्डा, मैं लगातार ज्यादा खाने से क्यों पीड़ित रहता हूँ?

— क्योंकि वह आपका कमजोर स्थान है। शैतान सबसे कमजोर चौकी पर हमला करता है; वह दूसरों को — जो अच्छी तरह से सुरक्षित हैं — अछूता छोड़ देता है। वह कहता है, 'अगर मैं इस चौकी को जीत लेता हूँ तो मैं बाकी को एक-एक करके जीत लूँगा।' इसीलिए आपको अपने कमजोर स्थान को अच्छी तरह से मजबूत करना चाहिए।

— जब मैं अपनी वासनाओं को देखता हूँ तो मैं पूरी तरह से असहाय महसूस करता हूँ।

— हतोत्साहित न हों या डरें नहीं। सबसे महत्वपूर्ण से शुरू करते हुए, अपने जुनून को एक-एक करके साहसपूर्वक जीतें। शुरुआत में चीजों पर ज्यादा सोच-वचार न करना मददगार होता है, बल्कि बिस सबसे मोटे और सबसे स्पष्ट भावों को खत्म करने का काम शुरू करना चाहिए। और जब मुख्य भावों की मोटी जड़ें मुरझाने लगती हैं, तो उनकी बारीक जड़ें भी उनके साथ मुरझा जाएँगी। परिणामस्वरूप, एक बड़े भाव को जड़ से उखाड़कर, आप उसके साथ अन्य, छोटे भावों को भी जड़ से उखाड़ देते हैं।

— ऐसे क्यों है, गेरोना, कभिले ही मैं लगातार अपने जुनून के खिलाफ एक गंभीर लड़ाई लड़ने का संकल्प लेता हूँ, फिर भी मैं वास्तव में इसके बारे में कुछ भी नहीं करता?

— तुम एक साथ सब कुछ क्यों नपिटाने की कोशिश करते हो? जुनून, गुणों की तरह, एक ही श्रृंखला बनाते हैं। एक जुनून के बाद दूसरा जुनून आता है, और एक गुण दूसरे से जुड़ा होता है, जैसे ट्रेन के डिब्बे। यदि आप एक वासना से लड़ने और अपनी आत्मा में उस वासना के विपरीत गुण को विकसित करने में कुछ समय बतिते हैं, तो आप अंततः सफल हो जाएंगे। और जसि वासना पर आपने विजय प्राप्त की है, उसके साथ ही आप अन्य वासनाओं से भी खुद को मुक्त कर लेंगे, और उनके विपरीत गुण आपके भीतर विकसित होंगे। मान लीजिए, उदाहरण के लिए, कि आप ईर्ष्यालु हैं। यदि आप ईर्ष्या से लड़ते हैं और अपने भीतर प्रेम और दया का संवर्धन करते हैं, तो ईर्ष्या पर काबू पाकर, आप एक साथ क्रोध, नरिणय, द्वेष और दुख से भी मुक्त हो जाएंगे।

— गेरोन्डा, क्या भावनाओं या बुरी आदतों को तुरंत ही छोड़ देना बेहतर है, या उनसे धीरे-धीरे छुटकारा पाना?

— यदि आप कर सकते हैं, तो उन्हें तुरंत ही छोड़ देना बेहतर है — अन्यथा वे बढ़ेंगे। यहाँ इंतजार करने की कोई आवश्यकता नहीं है। जब कोई व्यक्ति किसी धारा को पार करता है, खासकर सरदियों में, तो वह ठंड से बचने के लिए जल्द से जल्द दूसरी कनारे तक दौड़ने की कोशिश करता है। अगर वह जल्दी से दौड़कर पार कर लेता है, तो उसे ठंड लगने का समय ही नहीं मिलता। घोड़े, जब उन्हें बांधा जाता है, तो एक ही तेज हरकत से अपनी लगाम तोड़ देते हैं; प्रलोभन के साथ भी ऐसा ही है — लगाम को एक ही झटके से तोड़ देना चाहिए।

— जेरोन्डा, अब इसाक द सीरयिन कहते हैं: 'नषिकाम भावुकता का अर्थ यह नहीं है कि व्यक्ति में भावनाएँ उत्पन्न ही न हों, बल्कि यह है कि उन्हें स्वयं में स्वीकार न किया जाए'⁶। क्या एक नषिकाम व्यक्ति भावनाओं से परेशान हो सकता है?

— शायद, लेकिन शैतान चाहे उस पर कुछ भी फेंके, वह सब उस दवि अग्न में जलकर राख हो जाता है जो तपस्वी के भीतर प्रज्वलित हुई है। शैतान किसी व्यक्ति को लुभाना कभी बंद नहीं करता, लेकिन यदि कोई व्यक्ति शत्रु के सुझावों को स्वीकार नहीं करता, तो उसका हृदय शुद्ध हो जाता है और मसीह उसमें वास करते हैं। उनका हृदय एक भट्ठी में, 'एक झाड़ी जो भस्म नहीं होती' में बदल जाता है⁷, और जो कुछ भी बाद में हृदय में प्रवेश करता है — वह सब जलकर राख हो जाता है।

⁶ उद्धृत: अब इसाक द सीरयिन के तपस्वी कथन। मॉस्को, 1993। पृ. 210।

⁷ नरिगमन 3:2-3 देखें

भावनाओं के वश में हो जाने से तो वीरतापूर्वक मर जाना बेहतर है

— गैरोन्डा, क्या केवल ईश्वर के प्रतीकृतज्वता ही हमें वासनाओं के वरिद्ध संघर्ष के लिए प्रेरित कर सकती है?

— केवल ईश्वर के प्रतीकृतज्वता पर्याप्त नहीं है; सदइच्छा, अपनी पापी प्रकृतिका बोध, और उत्साही प्रयास भी आवश्यक हैं।

— क्या मृत्यु का स्मरण हमारे आंतरिक संघर्ष में मदद करता है?

— हाँ, यह बहुत मदद करता है। यदि हम ईश्वर में आशा के साथ मृत्यु का स्मरण करते हैं, तो हम इस संसार की व्यर्थता को पहचान लेंगे और आध्यात्मिक सहायता प्राप्त करेंगे। इसलिए, हमें ईश्वर के न्याय को ध्यान में रखना चाहिए और यह न भूलना चाहिए कि हमें अपने अनसुधारित पापों का हिसाब देना होगा। "मैं क्या कर रहा हूँ? मैं इतनी लापरवाही से क्यों जी रहा हूँ? अगर मैं अभी मर गया, तो मेरा क्या होगा? क्या मैंने मृत्यु के साथ कोई समझौता किया? आखिरकार, बड़े और छोटे दोनों मरते हैं।" अगर मैं इस तथ्य पर विचार करूँ कि ईश्वर मुझे जल्द ही अपने पास बुला सकते हैं, तो मैं पाप नहीं करूँगा।

हमारे भावों को मरने के लिए, हमें मृत्यु, भविष्य के न्याय के बारे में सोचना चाहिए, और मसीह के लिए उत्साह दिखाना चाहिए, जिन्होंने हमें छुड़ाने के लिए बहुत कष्ट सहे। भावों के वरिद्ध संघर्ष, मसीह के प्रेम के लिए आज्ञाओं का पालन करने हेतु, एक नरितर, मधुर शहादत है। भावों द्वारा पराजति होकर मसीह को दुख पहुँचाने से तो वीरतापूर्वक नष्ट हो जाना बेहतर है।

— गैरोन्डा, मुझे संघर्ष करना कठिन लगता है।

— अपनी उँगली से काँटा निकालने में भी दर्द होता है, लेकिन अपने भीतर से किसी जुनून को जड़ से उखाड़ना कहीं ज्यादा दर्दनाक है! यह भी जानो कि जब कोई व्यक्ति किसी वासना को काटने की कोशिश करता है, तो प्रलोभन उनके रास्ते में बाधाएँ डालता है, और वह व्यक्ति ठीक वैसे ही पीड़ित होता है जैसे एक दैत्य-ग्रस्त व्यक्ति पीड़ित होता है जब उसे डाँटा जाता है, क्योंकि उस क्षण शैतान के साथ संघर्ष होता है। लेकिन फिर वह दैत्य-ग्रस्त व्यक्ति मुक्त हो जाता है।

आत्म-शुद्धि स्वचालित रूप से, बिना प्रयास के, या एक बटन के स्पर्श से नहीं होती। जुनून तुरंत खत्म नहीं होते, ठीक वैसे ही जैसे एक पेड़ की तने को एक ही बार में आरी से नहीं काटा जा सकता। आपको आरी से लंबे समय तक काम करना पड़ता है जब तक कि आप पूरी तने को काट न दें। लेकिन काम यही खत्म नहीं होता। एक लट्ठे को फर्नीचर का एक टुकड़ा बनाने में कतिनी मेहनत लगती है! सबसे पहले, लट्ठे को तख्तों में आरी से काटना पड़ता है; फिर एक कारीगर उन पर बहुत समय तक काम करके उन्हें आवश्यक फर्नीचर के टुकड़ों में बदलता है।

— लेकिन क्या होगा अगर मुझे यह एहसास ही न हो कि यह मेहनत आवश्यक है?

— तो तुम एक ठूँठ ही रह जाओगे और आग में फेंक दिए जाओगे।

तुम्हें रोपना चाहिए, ताकि ईश्वर उसे बढ़ाए।

— एल्डर, मैं हर दिन कहता हूँ, 'कल से मैं प्रार्थना करना और खुद को सुधारना शुरू करूँगा,' लेकिन सब कुछ वैसा ही रहता है।

— भगवान को पहले रखें; यह कहें: 'भगवान की शक्ति से मैं खुद को सुधारने की कोशिश करूँगा,' और फिर भगवान मदद करेंगे। यह तथ्य कि आप खुद को सुधारना चाहते हैं, इसका मतलब है कि आप मदद स्वीकार कर रहे हैं। आप भगवान से मदद माँगते हैं — और वह आप पर कृपा दृष्टि रखते हैं। आप वह थोड़ा बहुत कर सकते हैं, और इस तरह आप आगे बढ़ते हैं। एक छोटे बच्चे को, जो अपने छोटे हाथों से एक बड़ा पत्थर हटाने की कोशिश कर रहा हो, देखकर कौन उसकी मदद के लिए नहीं दौड़ेगा? इसी तरह, ईश्वर भी, आपकी छोटी सी कोशिश को देखकर, आपको (बाधाओं को) पार करने में मदद करेंगे।

कुछ लोग, भले ही वे खुद सुधारने का कोई प्रयास नहीं करते, कहते हैं: 'हे मसीह, मुझमें ये-वो आसक्तियाँ हैं। आप मुझे उनसे मुक्त दिली कर सकते हैं। मुझे उनसे मुक्त दिली।' ऐसी स्थिति में ईश्वर कैसे मदद कर सकते हैं? ईश्वर की मदद पाने के लिए, व्यक्ति को स्वयं प्रयास करना होगा। कुछ चीजें ऐसी हैं जो व्यक्ति को स्वयं करनी होती हैं, इससे पहले कि ईश्वर अपनी सहायता भेजें। ऐसा कभी नहीं होता कि किसी व्यक्ति को सहायता मिले, यदि वह स्वयं अपनी मदद नहीं करना चाहता।

कभी-कभी हम किसी जादुई साधन से ईश्वर की कृपा और वरदान प्राप्त करने की कोशिश करते हैं। हम सोचते हैं कि बिना किसी संघर्ष के, हम कोई सदगुण प्राप्त कर लेंगे और यहाँ तक कि सन्त भी बन जाएँगे। लेकिन ईश्वर से कुछ भी प्राप्त करने के लिए, हमें प्रयास करना होगा। ईश्वर हमारी अपनी मेहनत के बिना हमें कुछ भी कैसे दे सकते हैं? जैसा कि ट्रॉपारियन में कहा गया है: "तूने बाँझ रेगसितान को उपजाऊ बनाया"⁸। ईश्वर वर्षा भेजता है और पृथ्वी को नरम करता है, लेकिन हमें अपने खेत की जुताई करनी होती है। जमीन तैयार है, लेकिन हमें खेत में हल चलाना और बीज बोना होता है। और फिर हम वही काटेंगे जो हम बोएंगे। यदि हम हल नहीं चलाते हैं, तो हम बोएंगे कैसे? और यदि हम नहीं बोते हैं, तो हम क्या काटेंगे?

इसलिए हमें यह नहीं पूछना चाहिए कि ईश्वर क्या कर सकते हैं, बल्कि खुद से पूछना चाहिए कि हम क्या कर सकते हैं। मसीह के बैंक में ब्याज दरें बहुत अधिक हैं। लेकिन अगर हमारे पास उस बैंक में खाता नहीं है, तो हम वहाँ से पैसे कैसे प्राप्त कर सकते हैं?

भाग 1. आत्म-प्रेम – सभी जुनूनों की जननी

"जो व्यक्ति आत्म-प्रेम को पालता है, उसे कोई शांति नहीं मिलती; ऐसे व्यक्ति को कोई आंतरिक शांति नहीं होती, क्योंकि वह भीतर से मुक्त नहीं होता।"

अध्याय 1. आत्म-प्रेम और उसके परिणाम

सभी जुनून आत्म-प्रेम से उत्पन्न होते हैं

— गेरोन्डा, आत्म-प्रेम क्या है?

— आत्म-प्रेम अपने पुराने स्वरूप की इच्छाओं की पूर्ति है; अर्थात्, अपने पुराने स्वरूप के प्रति प्रेम। अधिक खाने, स्वार्थ, जदि और ईर्ष्या सभी आत्म-प्रेम से उत्पन्न होती हैं। देखिए, एक व्यक्ति, आत्म-प्रेम के कारण, अपने लिए सुविधा और आराम की तलाश करता है और किसी और का कोई ध्यान नहीं रखता। दूसरा, शैक्षणिक सटीकता के साथ, अपने भोजन और नींद का ध्यान रखता है, ताकि उसकी कीमती सेहत को कुछ भी न हो जाए। तीसरा व्यक्ति चाहता है कि उसे महत्व दिया जाए और उसकी कदर की जाए। जैसे ही उस पर किसी बात में थोड़ी सी रोक लगती है, या उसकी इच्छानुसार कुछ नहीं होता, वह तुरंत आग-बबूला हो जाता है: 'वे मेरी परवाह क्यों नहीं कर रहे हैं? मैं उन्हें दिखाता हूँ।' हाँ, आत्म-प्रेम एक भयानक चीज है!

— गेरोन्डा, कोई व्यक्ति ऐसा कैसे कह सकता है: 'हम आपके लिए दैनिक रूप से खुद को कष्ट देते हैं'⁹ ?

⁸ आदरणीय के लिए ट्रॉपारियन, ट्रॉपारियन, स्वर 8

⁹ भजन संहिता 43:23

— यह बात तब कही जा सकती है जब कोई व्यक्ति किसी दूसरे के लिए अपनी इच्छाओं का त्याग करता है। हर इच्छा में मानवीय 'मैं' की छाप होती है, यानी आत्म-प्रेम। यदि कोई व्यक्ति यह विचार नहीं करता कि जो उसे खुद पसंद है, वह दूसरे को भी भाता है या नहीं, और यह मांग करने लगता है: 'मुझे यह चाहिए, मुझे वह चाहिए' या 'आपने मेरे लिए यह क्यों नहीं किया, आपने मुझे वह क्यों नहीं दिया?' — तो ऐसा व्यक्ति अंततः शैतान की शक्त के अधीन हो जाता है।

— कुछ लोगों को तब शांति नहीं मिल पाती जब चीजें उनकी इच्छानुसार नहीं होतीं।

— लेकिन वे शांति कैसे पा सकते हैं जब उनकी इच्छा के केंद्र में उनका 'स्व' हो? यदि किसी व्यक्ति का 'स्व' उसकी इच्छा के केंद्र में है, तो मसीह वहाँ कैसे हो सकते हैं? लेकिन जब कोई 'स्व' नहीं है, और केवल एक, सबसे महत्वपूर्ण है—अर्थात्, मसीह—तो सब कुछ है। और जब मसीह वहाँ नहीं है, तो कुछ भी नहीं है। जब कोई व्यक्ति अपने 'स्व' को त्याग देता है, तो ईश्वर उसे चमत्कार के रूप से सब कुछ दे देता है।

— जेरोंडा, जब आप हमें बताते हैं कि हमें अपने 'स्व' को त्याग देना चाहिए, तो मुझे डर लगता है — क्या होगा अगर मैं इसे सहन न कर सकूँ?

— ओह, क्या त्रासदी है! यह ऐसा कहने जैसा है: 'अगर मैं अपनी इच्छाओं को अलग कर दूँ, तो मेरे पास क्या बचेगा?' आखिरकार, जब मैं कहता हूँ कि किसी को खुद को अलग कर देना चाहिए, तो मेरा मतलब है अपनी इच्छाओं को अलग करना, अपने पुराने अस्तित्व को त्यागना। एक ऐसे व्यक्ति के लिए जो समझता है कि क्या है क्या, यह कहना काफी तुच्छ है: 'मैं अपना "स्व" त्याग नहीं सकता।' अगर आपको कहा जाए, 'एक बड़ी हथौड़ी उठाओ और इस दीवार को तोड़ दो,' और आपने कभी पेंटब्रश के अलावा कुछ भी हाथ में नहीं पकड़ा है, तो आप कहेंगे, 'मैं नहीं कर सकता।' लेकिन पुराने अहंकार को त्यागने के लिए आपको शारीरिक ताकत की नहीं, बल्कि विनिम्रता की आवश्यकता है।

जो स्वादष्टि नहीं है उसे खाओ और मसीह में आनंदति होओ

आत्म-प्रेम में आवश्यकता से अधिक खाने और आराम करने की इच्छा भी शामिल है। आदर्श रूप से, शरीर को केवल वही दिया जाना चाहिए जिसकी उसे आवश्यकता है। इच्छा एक बात है, और आवश्यकता दूसरी। एक शारीरिक सुखों की इच्छा है, और दूसरी आवश्यक चीजों की आवश्यकता है। मान लीजिए मेरे सामने दो व्यंजन हैं; दोनों में विटामिन की मात्रा समान है, लेकिन एक का स्वाद दूसरे से बेहतर है। यदि मैं स्वादष्टि व्यंजन चुनता हूँ, तो यह आत्म-संतुष्टि होगी। लेकिन अगर मैं अपनी भूख बढ़ाने के लिए स्वादष्टि व्यंजन चुनता हूँ—क्योंकि मैं बीमारी के कारण भूख की कमी से पीड़ित हूँ—तो यह समझदारी भरा निर्णय होगा।

शरीर, जैसा कि अब मकरयिस कहते हैं, वह 'दुष्ट कर वसूलने वाला'¹⁰ हो सकता है, और यह इस बात पर निर्भर करते हुए कि शरीर किस चीज़ का आदी है, अपनी जरूरत से ज्यादा की माँग कर सकता है। अगर किसी व्यक्ति का पेट छोटा है, तो उसके लिए उपवास करना आसान है; लेकिन अगर नहीं, तो वे अपने पेट के गुलाम बन जाते हैं, क्योंकि पेट को किसी न किसी चीज़ से भरना ही होता है। उदाहरण के लिए, एक अधिक वजन वाले व्यक्ति को ही लें: उनके पेट में एक पूरा गोदाम है; उन्हें तृप्त महसूस करने के लिए कम से कम आधा बछड़ा खाना पड़ता है, और फिर उसके ऊपर दो बाल्टियाँ पानी पीना पड़ता है!

— और अतीत में, गेरोंडा, क्या लोग शारीरिक रूप से अधिक मजबूत थे, या वे बस खुद पर अधिक मेहनत करते थे?

¹⁰ हेलेनोपोलिस के बशिप, पल्लाडियस। द लाउसाइक हसिट्री। द नेप्टिक एंड एसेटिक फादर्स की फिलोकैलिया। खंड VII। थेसालोनिकी, 1996। पृ. 124

— बेशक, वे शारीरिक रूप से थोड़े अधिक मजबूत थे, लेकिन वे खुद पर भी अधिक मेहनत करते थे। एल्डर हाजी-जयोरजयोंस अपने भिक्षुओं को हर दिन थोड़ा सा शहद और मेवे देते थे¹¹। और फरि भी वे सभी पंद्रह साल के आसपास के युवा थे, विकास के सक्रिय दौर में, फरि भी आध्यात्मिक रूप से वे वयस्क थे! आजकल, लोग सांसारिक तर्क का पालन करते हैं: 'बच्चों को उपवास नहीं करना चाहिए, कहीं वे बीमार न पड़ जाएँ; उन्हें सब कुछ प्रचुर मात्रा में मलिना चाहिए; हमें उन्हें कठिनाइयों से बचाना चाहिए।' और इस प्रकार ये बेचारे लोग कटलेट्स की लगातार मांग करते हुए जीते हैं, फरि भी उन्हें इससे कुछ भी हासिल नहीं होता।

जब कोई व्यक्ति मसीह के प्रेम के लिए कुछ न खाने में आनंदति होता है, तो वह वास्तव में पोषति होता है। यदमसीह के प्रेम के लिए, वे स्वादषिट के बजाय बेस्वाद को चुनते हैं, तो वे बेस्वाद के माध्यम से मसीह में आनंदति होते हैं।

आत्म-प्रेम पड़ोसी के प्रतिप्रेम को नष्ट कर देता है

— गेरोना, आज एक वृद्ध व्यक्ति चर्च की सीढ़ियों चढ़ने के लिए संघर्ष कर रहा था, और कोई भी उसकी मदद नहीं कर रहा था, भले ही कई लोग उसके पास से गुजर रहे थे।

— और 'पुरोहिती... उसे देखकर, आगे नकिल गया... और लेवीय... उसे देखकर, आगे नकिल गया।' ¹² वे सही हैं... वे नहीं जानते... उन्होंने कभी भी दयालु सामरी की सुसमाचार नहीं सुनी! क्या कहा जा सकता है? हम खुद से तो प्यार करते हैं, पर दूसरों से नहीं। आत्म-प्रेम पड़ोसी के प्रतिप्रेम को नष्ट कर देता है, और इसीलिए हम इस तरह का व्यवहार करते हैं। लेकिन जो लोग स्वयं से प्रेम करते हैं, वे सुसमाचार की आत्मा के अनुसार नहीं जीते हैं। यदमसीह ने केवल अपने बारे में सोचा होता, तो वे स्वर्ग में ही रहते; वे पृथ्वी पर नहीं आते, न ही उन्होंने दुख उठाया होता, और न ही हमारे उद्धार के लिए उन्हें सूली पर चढ़ाया जाता।

आजकल, लगभग हर कोई स्वार्थी है, लेकिन त्याग की भावना की कमी है। आजकल, प्रचलित मनोवृत्ति यह है: 'जब तक मुझे तकलीफ नहीं हो रही है।' आप जानते हैं कि अपने आस-पास के लोगों को देखना कतिना मुश्किल है! हाल ही में, अस्पताल¹³ में, मैंने नमिनलखिति स्थिति देखी: एक बस्तिर पर पड़े मरीज को उठाकर दूसरे वार्ड में ले जाने की ज़रूरत थी; पुरुष नर्स अपनी जगह से नहीं हिला, भले ही यह उसका काम था। 'मैं नहीं कर सकता: मेरी कमर में दर्द है,' उसने बेपरवाही से कहा! हाँ, देखिए, क्या अमानवीय आदमी है! लेकिन एक गर्भवती नर्स, एक और के साथ मलिकर, उसे उठाकर ले गई। उन्होंने अपने बारे में नहीं सोचा। और वह यह भी पूरी तरह भूल गई कि वह गर्भवती थी और मदद के लिए दौड़ पड़ी! जब मैं किसी ऐसे व्यक्ति को देखता हूँ जो खुद मुश्किल स्थिति में होते हुए भी दूसरों के लिए खुद को बलिदान कर देता है, तो मुझे कतिना अच्छा लगता है, क्या आप जानते हैं! मैं बहुत खुश होता हूँ। मेरा दिल प्रसन्न हो उठता है। मुझे ऐसे व्यक्ति से एक भाईचारा सा महसूस होता है, क्योंकि वे ईश्वर के करीब होते हैं।

बाकी सब शैतान के पास जाएँ!

— गेरोडा, आज कई लोग आपका इंतज़ार कर रहे थे, लेकिन एक युवक ने इंतज़ार नहीं किया और बनिा कतार में लगे अंदर आ गया।

— हाँ, वह अंदर आया और कहा: 'मुझे आपसे मलिना है। मैं माउंट अथोस पर था, वहाँ आपको नहीं मिला, इसलिए मैं यहाँ आ गया।' ठीक है, मैंने उससे कहा। 'क्या तुम नहीं देख सकते कि दूसरे लोग इंतज़ार कर रहे हैं? क्या मैं अब बाकी सबको छोड़कर तुम्हारा काम करूँ?' 'हाँ, फादर,' उसने कहा। 'क्या आप कल्पना कर सकते हैं? लोग सीढ़ियों पर खड़े हैं, टूना मछली की तरह ठूसे हुए — बीमार, छोटे बच्चों वाली महिलाएँ...

¹¹ वरिष्ठ हाजी-जयोरजयोंस के समुदाय में हर समय उपवास का पालन किया जाता था (देखें माउंट अथोस के वरिष्ठ पैसियोंस। वरिष्ठ हाजी-जयोरजयोंस। थेससालोनिकी, 2005)। — संकलक की टिप्पणी।

¹² लूका 10:31-32

¹³ 1987 में, एल्डर पैसियोंस की हर्नया नकिलाने के लिए सर्जरी हुई। — संकलक की टिप्पणी।

और यह आदमी अपनी ही बात पर अड़ा है। और अगर मामला कोई गंभीर होता, तो ठीक था, लेकिन वह बस कुछ बकवास कर रहा था। वह सबसे महत्वपूर्ण है; बाकी सब को भले ही कुतूहल को खिला दो!

कभी-कभी लोग आकर कहते हैं: "आज, पादरियों, सिर्फ मेरे लिए प्रार्थना करें, किसी और के लिए नहीं।" क्या माँग है! यह ठीक वैसा ही है जैसे कहना: "मैं ही इस ट्रेन में सफर कर रहा हूँ; डिब्बों में कोई और नहीं होना चाहिए।" लेकिन ट्रेन तो वैसे भी चल ही रही है, तो दूसरे भी इसमें सफर क्यों न करें?

— गेरोन्डा, हमें मसीह के वचनों को कैसे समझना चाहिए: 'जो कोई भी अपनी आत्मा को बचाना चाहता है, वह उसे खो देगा'?'¹⁴

— इसका अर्थ यह है कि एक व्यक्ति को सकारात्मक अर्थ में अपनी आत्मा 'खो' देनी चाहिए। कि उसे अपने जीवन को महत्वपूर्ण न मानकर दूसरों के लिए उसे बलिदान कर देना चाहिए। 'कोई भी अपना भला न चाहे, बल्कि अपने पड़ोसी का भला चाहे'¹⁵, — कहते हैं प्रेरित पौलुस। यह आध्यात्मिक जीवन की मूल नींव है: सकारात्मक अर्थ में स्वयं को भूलना और दूसरों की ओर मुड़ना, उनके दर्द और कठिनाइयों में सहभागी होना। कठिनाइयों से बचने के तरीके नहीं खोजने चाहिए, बल्कि दूसरों की मदद करने और उन्हें आनंद देने के अवसर तलाशने चाहिए।

— गेरोन्डा, किसी के लिए ऐसा करने के लिए, कोई व्यक्ति क्या चाहता है, यह समझने के लिए क्या किया जा सकता है?

— अपने आप को दूसरे व्यक्ति की जगह पर रखें, और फिर आप समझ पाएँगे कि उन्हें क्या चाहिए। यदि आप अपने ही खोल में बंद रहेंगे, तो आप यह नहीं समझ पाएँगे कि दूसरे व्यक्ति को क्या चाहिए।

आजकल, ज्यादातर लोग इस बारे में सोचते हैं कि किसी और की जगह कैसे ली जाए, बजाय इसके कि खुद को उनके स्थान पर रखकर देखें। मैं कभी-कभी देखता हूँ कि कैसे कुछ लोग दूसरों को धक्का देकर संस्कार ग्रहण करने के लिए आगे बढ़ते हैं। उनमें से प्रत्येक यही सोचता है: 'मेरे पास काम है, मुझे जल्दी है' — और यह नहीं सोचता: 'क्या मैं परमप्रसाद ग्रहण करने के योग्य हूँ?' या 'शायद कोई और मुझसे भी अधिक जल्दी में है?' ऐसा कुछ भी नहीं! वे परमप्रसाद ग्रहण करते हैं और शांति से चले जाते हैं। फिर भी, भले ही आपके लिए पर्याप्त परमप्रसाद न हो, आपको इस बात की प्रसन्नता होनी चाहिए कि वह आप तक पहुँचने के बजाय किसी और तक पहुँचा। और यदि पुरोहिता के पास केवल एक कण, एक मोती ही है, और संयोग से कोई बीमार व्यक्ति मृत्युशय्या पर है जिसे संस्कार की आवश्यकता है, तो निश्चित रूप से आपको इस बात की प्रसन्नता होनी चाहिए कि वह संस्कार आपको नहीं, बल्कि उन्हें मिला। यही बात है जो मसीह हमसे चाहते हैं। इसी तरह मसीह हृदय में प्रवेश करते हैं, और व्यक्ति को आनंद से भर देते हैं।

आत्मसंतोष का कष्ट

— गेरोन्डा, मुझे एक बहन के साथ मुश्किल हो रही है।

— क्या आप जानते हैं कि समस्या क्या है? कई लोग देखते हैं कि दूसरे उन्हें कैसे मुश्किल स्थिति में डालते हैं, लेकिन यह नहीं देख पाते कि वे स्वयं दूसरों को कैसे मुश्किल स्थिति में डालते हैं। वे केवल दूसरों से ही माँग करते हैं, स्वयं से नहीं। लेकिन आध्यात्मिक जीवन का तर्क यह है कि आप उन तरीकों पर ध्यान दें जिनसे आप दूसरों को कष्ट पहुँचाते हैं, न कि उन तरीकों पर जिनसे वे आपको कष्ट पहुँचाते हैं; आप उस चीज़ के लिए प्रयास करें जिसकी दूसरे व्यक्ति को जरूरत है, न कि उस चीज़ के लिए जिसकी आपको जरूरत है। क्या हम इस जीवन में आराम करने, या सुविधा और आराम के लिए आए हैं? हम इस दुनिया में आनंद लेने के लिए नहीं आए हैं, बल्कि खुद को शुद्ध करने और आने वाले जीवन के लिए तैयारी करने के लिए आए हैं।

यदि हम केवल अपने बारे में सोचते हैं और केवल वही करते हैं जो हम चाहते हैं, तो हम यह चाहने लगते हैं कि दूसरे हमारे बारे में सोचें, हमारी सेवा करें, हमारी मदद करें... दूसरे शब्दों में, यह सुनिश्चित करें कि

¹⁴ मत्ती 16:25

¹⁵ 1 कुरिन्थियों 10:24

हम हमेशा आरामदायक रहें। एक कहता है, 'मुझे यह सच में चाहिए'; दूसरा कहता है, 'लेकिन मुझे कुछ अलग चाहिए'। हर कोई उसी चीज़ के लिए प्रयास करता है जो उसे पसंद है, लेकिन उसे कोई शांति नहीं मिलती, क्योंकि सिच्ची शांति ब मिलती है जब कोई व्यक्ति अपने बारे में नहीं, बल्कि दूसरों के बारे में सोचता है।

1941 में कब्जे के दौरान, जर्मनों द्वारा गाँवों को लूटने, जलाने और लोगों को मारने से भागते हुए, हम कोनटिसा छोड़कर पहाड़ों में चले गए। जसि दनि जर्मन कोनटिसा में घुसे, उस सुबह मेरे दो भाई सब्जी के बगीचे में मकई की नरिई करने के लिए पहाड़ से उतरकर मैदान में गए थे। यह सुनकर कजिर्मन आ गए हैं, मैं अपनी माँ के पास भागा: 'माँ, मैं नीचे भागकर अपने भाइयों को चेतावनी दे आता हूँ।' उन्होंने मुझे जाने नहीं दिया, क्योंकि हिर कोई उनसे कह रहा था: 'वे वैसे भी जा चुके हैं; कम से कम इसको तो मत जाने देना, वरना तुम उसे भी खो दोगी।' 'जैसे कऐसा हो ही रहा हो,' मैंने सोचा। मैंने अपने आर्मी बूट पहने और सब्जियों के खेत की ओर भागा। जल्दबाजी में, मैंने अपनी बूट की फति ठीक से नहीं बाँधी थी, और जैसे ही मैं खेत के उस पार भागा, जसि पर हाल ही में पानी पड़ा था, वे मेरे पैरों से उतरकर कीचड़ में अटक गए। मैंने उन्हें पीछे छोड़ दिया और नदी के कनारे-कनारे नंगे पैर दौड़ पड़ा, जो कांटेदार झाड़ियों से भरा था। गर्मियों की गर्मी में लगभग एक घंटे तक, मैं कांटेदार घास से होकर दौड़ता रहा और मुझे बलिकुल भी दर्द महसूस नहीं हुआ। मैं सब्जी के खेत में अपने भाइयों के पास दौड़ गया और चिल्लाया: 'जर्मन आ गए हैं, हमें छपि जाना चाहिए।' और फरि हमने सशस्त्र जर्मन सैनिकों को आते हुए देखा। मैंने अपने भाइयों से कहा, 'तुम मटिटी ढीली करना जारी रखो, और मैं ऐसा दिखावा करूँगा जैसे मैं खेत की देखभाल कर रहा हूँ और मक्के की पौधों को पतला कर रहा हूँ।' जर्मन बनिा एक शब्द कहे नकिल गए। बाद में ही मुझे एहसास हुआ कि मेरे पैर कांटों से घावों से ढके हुए थे; उस पल तक मुझे कुछ भी महसूस नहीं हुआ था। उस दौड़ में कतिनी खुशी थी! आत्म-बलदान का आनंद। मैं अपने भाइयों को कैसे छोड़ सकता था? अगर उनके साथ कुछ हो जाता? तो बाद में मेरा अंतरात्मा मुझे सताता। अगर मेरा अंतरात्मा भी नहीं होता, तब भी मैं आत्म-संतुष्टि की पीड़ा से ही तड़पता।

आत्म-प्रेम हमसे शांति और आनंद छीन लेता है

— गेरोंडा, मेरी आत्मा हमेशा शांत क्यों नहीं रहती?

— तुमने अपने 'स्व' से खुद को मुक्त नहीं किया है; तुम अभी भी अपने पुराने स्व के कैदी हो। अपने 'स्व' को मार डालने की कोशिश करो, अन्यथा यह तुम्हें नष्ट कर देगा। जसिमें भी आत्म-प्रेम बसता है, वह शांतिया आंतरकि शांति प्राप्ति नहीं कर सकता, क्योंकि विह भीतर से मुक्त नहीं है। ऐसा व्यक्ति कुछ की तरह सब कुछ करता है और कुछ की तरह चलता है। क्या एक कछुआ स्वतंत्र रूप से अपना सरि बाहर निकाल सकता है? ज्यादातर समय वह अपनी खोल के अंदर ही रहता है।

— सदिधांत रूप में, मुझे लगता है कि मैं खुद पर काम कर रहा हूँ, लेकिन व्यवहार में...

— वास्तव में, यह कठिन है। ठीक इसी बदि पर हमारे पुराने स्व को वश में किया जाता है। लेकिन अगर हम अपने पुराने स्व को लगन और वविक से वश में नहीं करते हैं, तो यह हमारे आध्यात्मिक जीवन की पूरी इमारत को चकनाचूर कर देगा।

— गेरोंडा, नरक कैसा दिखाता है?

— मैं आपको एक कहानी सुनाता हूँ जो मैंने एक बार सुनी थी। एक दनि, एक साधारण आदमी ने ईश्वर से कहा कि विह उसे स्वर्ग और नरक दिखाए। फरि, एक रात सपने में, इस आदमी ने एक आवाज़ सुनी कहती: 'आओ, मैं तुम्हें नरक दिखाऊँगा।' उसने खुद को एक कमरे में पाया। कमरे के बीच में एक मेज़ थी, जसिके चारों ओर कई लोग बैठे थे। मेज़ पर खाने से भरा एक बर्तन था। लेकिन लोग भूखे थे: वे लंबे चम्मचों से बर्तन से खाना निकाल रहे थे, लेकिन चम्मचों को अपने मुँह तक नहीं पहुँचा पा रहे थे। इसलिए कुछ बड़बड़ा रहे थे, कुछ चिल्ला रहे थे, और कुछ रो रहे थे... फरि उसने वही आवाज़ सुनी: 'चलो, अब मैं तुम्हें स्वर्ग दिखाता हूँ।' फरि वह खुद को एक दूसरे कमरे में पाया, जहाँ एक ही तरह की मेज़ पर एक बर्तन था, और लोग लंबे चम्मचों

के साथ उसके चारों ओर बैठे थे। हालाँकि, हर कोई तृप्त और प्रसन्न था, क्योंकि उनमें से प्रत्येक, बर्तन से खाना निकालते हुए, अपने चम्मच से दूसरे व्यक्ति को खिला रहा था। क्या अब आप समझ गए हैं कि आप इस जीवन में भी स्वर्ग का अनुभव कैसे कर सकते हैं?

जो अच्छा करते हैं वे आनंदित होते हैं, क्योंकि उन्हें दैवीय सात्वता से सात्वता मिलती है। लेकिन जो बुरा करते हैं वे पीड़ित होते हैं, और सांसारिक स्वर्ग को सांसारिक नरक में बदल देते हैं। यदि आपके भीतर प्रेम और दया है, तो आप एक देवदूत हैं, और आप जहाँ भी जाएँ और जहाँ भी रहें, आप अपने साथ स्वर्ग लेकर चलते हैं। लेकिन यदि आपके भीतर वासनाएँ और दुर्भावनाएँ बसती हैं, तो शैतान आपके भीतर है, और आप जहाँ भी जाते हैं और जहाँ भी होते हैं, आप अपने साथ नरक ले जाते हैं। इसी जीवन में, हम स्वर्ग या नरक का अनुभव करना शुरू कर देते हैं।

अध्याय 2. आत्म-स्नेह की दासता से मुक्ति

आध्यात्मिक संघर्ष का उद्देश्य: पुराने स्व को त्यागना

— गेरोंडा, मैं आत्म-प्रेम पर कैसे काबू पा सकता हूँ? मेरी शारीरिक शक्ति सीमिति है, और मुझे हर चीज़ में आत्म-त्याग का अभ्यास करना और आत्म-बलदान के साथ कार्य करना कठिन लगता है।

— "टूटी हुई आत्मा परमेश्वर के लिए बलदान है: टूटा और कुचला हुआ हृदय, हे परमेश्वर, आप कुछ नहीं समझेंगे।"¹⁶ आप केवल किसी और का भारी बोझ उठाकर आत्म-प्रेम पर वज्र प्राप्त नहीं कर सकते — परमेश्वर आपसे यह अपेक्षा नहीं करते, क्योंकि आपके पास पर्याप्त शारीरिक शक्ति नहीं है। लेकिन अहंकार को वनिमृता के माध्यम से, अपमान और अन्याय सहन करके जीता जा सकता है। और यदि आप इसमें प्रेम और दया के लिए थोड़ी शारीरिक मेहनत भी जोड़ दें, तो क्या आप जानते हैं कि ईश्वर से क्या सहायता मिलती है?

— गेरोंडा, शारीरिक श्रम, तपस्या और वासनाओं को वश में करने के बीच क्या संबंध है?

— शारीरिक श्रम शरीर को आत्मा के अधीन कर देता है। मसीह के प्रति प्रेम के लिए उपवास, जागरण और की जाने वाली कोई भी अन्य तपस्या तब लाभदायक होती है, जब उसके साथ आत्मा के भावों के खिलाफ संघर्ष भी हो। क्योंकि यदि कोई व्यक्ति आत्मा के भावों—अहंकार, ईर्ष्या, क्रोध—को जड़ से नहीं उखाड़ता, बल्कि केवल बनिा सोचे-समझे शरीर को पीड़ित करता है, तो वह केवल अहंकार से अपने भावों को ही पोषित कर रहा होता है। आत्मा के भाव हमें शारीरिक मोटापे से अधिक हानि पहुँचाते हैं: शारीरिक मोटापा एक सौम्य ट्यूमर है, जबकि आत्मा के भाव एक घातक ट्यूमर हैं। मैं यह नहीं कह रहा कि शारीरिक तपस्या अनावश्यक है; मैं बस चाहता हूँ कि लोग तपस्या के सार को समझें, जो पुराने स्व को त्यागने में निति है।

— गेरोंडा, संयम का अभ्यास कैसे करना चाहिए?

— अभ्यास इस प्रकार करना चाहिए: शरीर को उसकी आवश्यकताएँ देनी चाहिए — नींद, भोजन, आदि। इसके बाद, अपना काम है अपनी भावनात्मक वासनाओं को काटना: कामवासना, स्वार्थ, ईर्ष्या, आदि। और तभी भोजन और नींद में संयम का अभ्यास करना चाहिए। उस स्थिति में, शारीरिक तपस्या उचित होगी।

— जेरोंडा, कोई व्यक्ति कैसे जान सकता है कि उसकी क्षमताओं की सीमा कहाँ है और आत्म-संतुष्टि कहाँ से शुरू होती है?

¹⁶ भजन संहिता 50:19

— व्यक्ति को स्वयं का अवलोकन करना चाहिए और प्रयोग करना चाहिए। प्रयास और त्रुटि के माध्यम से, कोई भी अपनी क्षमताओं का आकलन करने और उन्हें समझने में सक्षम होगा। एक अनुभवहीन दुकानदार एक बार बहुत कम और अगली बार बहुत अधिक तौल सकता है, लेकिन समय के साथ वह सीख जाता है कि क्या और कतिना डालना है। किसी भी स्थिति में, जब कोई युवा होता है, तो वह अधिक कठोरता से तपस्या का अभ्यास कर सकता है। जैसे-जैसे वे बूढ़े होते जाते हैं, उनकी ताकत कम होती जाती है, और वे अब खुद पर अधिक बोझ नहीं डाल सकते। यदि वे ऐसा करते हैं, तो वे अपनी सेहत को भी नुकसान पहुँचा सकते हैं। इसलिए, समय-समय पर, व्यक्ति को अपनी शारीरिक क्षमताओं का पुनर्मूल्यांकन करने और अपनी नई स्थिति के अनुसार खुद को ढालने की आवश्यकता होती है।

— कभी-कभी, जब मुझे लगता है कि मेरी ताकत खत्म हो गई है, तो मैं डर के मारे कांप जाता हूँ और पाता हूँ कि मैं कुछ भी नहीं कर सकता। क्या यह आत्म-संतुष्टि के कारण हो सकता है?

— जब आपको कमजोरी महसूस हो, तो विचार करें कि इसका कारण क्या है: क्या यह बीमारी के कारण है? यदि नहीं, तो शायद यह नींद की कमी है — और आपको अधिक खाने या कुछ आराम करने की आवश्यकता है। यदि यह इनमें से कोई भी नहीं है, तो यह एक प्रलोभन है। उठें, काम में लग जाएँ, और आप प्रलोभन पर काबू पा लेंगे।

— गेरोन्डा, क्या मुझे काम में खुद पर बहुत ज्यादा दबाव डालना चाहिए? क्या हो सकता है कि खुद पर बहुत ज्यादा सख्त होने से, मैं ईश्वर की कृपा को दूर भगा रही हूँ?

— नहीं, मूर्ख लड़की! तुम्हें खुद पर नज़र रखनी होगी और उस बटु पर पहुँचने से पहले रुक जाना होगा जहाँ तुम्हारी ताकत खत्म हो जाए।

— लेकिन मुझे ऐसा लगता है कि मैंने अपने जीवन में एक बार भी उस बात को अमल में नहीं लाया है जो पवतिर पतिओं ने कहा था: 'अपना रक्त दो और आत्मा प्राप्त करो।'¹⁷

— तुम क्या खून दे सकती हो? तुम्हें खुद खून की ज़रूरत है... अपना सारा ध्यान आत्मा की कामनाओं पर केंद्रित करो।

आराम की ज्यादा चिंता मत करो

— गेरोन्डा, जब मैं कहता हूँ कि मैं केवल इतना ही काम कर सकता हूँ और यह मेरी क्षमताओं की सीमा है, तो क्या मैं यह आत्म-प्रेम के कारण कह रहा हूँ?

— एक व्यक्ति जितना अधिक समय निष्क्रिय बैठता है, उतना ही वह सुस्त हो जाता है; जितना अधिक काम करता है, उतना ही वह मजबूत होता जाता है। काम न केवल दुख को दूर करता है,¹⁸ बल्कि यह उन्हें आध्यात्मिक रूप से भी मदद करता है।

लक्ष्य यह है कि व्यक्ति आराम की तुलना में असुविधा और कठिनाई में अधिक आनंद ले। काश आप जानते कि माउंट अथोस पर कुछ साधु कैसे रहते हैं और ऐसा करते हुए उन्हें कतिना आनंद मिलता है! क्या आप उस त्याग के बारे में जानते हैं जो मेरे सेल से एक किलोमीटर दूर, पहाड़ की ऊँची और खड़ी ढलान पर रहने वाले एक साधु ने दिखाया था? वह गरीब आदमी जब भी नीचे रहने वाले किसी वृद्ध से मिलने जाता था, तो चारों पैरों पर रेंगकर रास्ता तय करता था। वे उसे मठ में ले जाना चाहते थे ताकि उसकी देखभाल करना आसान हो जाए, लेकिन उसने मना कर दिया। फिर सभी कहने लगे, 'वह आनंद की अवस्था में है,' क्योंकि यह वृद्ध अपने सेल में अकेला रहता था। एक दिन वह मेरे पास आया और समझाया कि वह मठ क्यों नहीं जाना चाहता था। पहले उनके सेल में कोई चैपल नहीं था; वह लंबे समय से अपने एल्डर को एक बनाने के लिए मनाने की कोशिश कर रहे थे, और अंत में उनके एल्डर ने कहा: 'ठीक है, चलो इसे बनाते हैं, लेकिन तुम इस जगह को फिर कभी नहीं छोड़ पाओगे, क्योंकि चैपल का अपना संरक्षक देवदूत होगा, और उसे अकेला नहीं छोड़ा जा

¹⁷ अब्बा लॉगनिस। उद्धृत: पवतिर और धन्य पतिओं के तपस्या की स्मरणीय कहानियाँ: होली ट्रिनिटी सेंट सर्जियस लाव्रा, 1993। पृ. 100।

¹⁸ लटिरल: साँचा। — अनुवादक की टिप्पणी

सकता।' उसने वादा किया कि वह कभी भी सेल नहीं छोड़ेगा, और इसलिए उन्होंने चैपल का निर्माण किया। अंततः वह सेल जहाँ वरिष्ठ रहते थे, खंडहर बन गया, और वह चैपल में रहने लगा। वह यहाँ तक कि स्टैसडिया में बैठकर वहीं सोता था। क्या आत्म-त्याग है! मैंने उसके लिए कुछ कपड़े लाए, क्योंकि उसके पास बिल्कुल कुछ भी नहीं था। वह बीमार भी थे—उन्हें पेट में लगातार ऐंठन होती रहती थी। एक बार मैंने उन्हें देखने के लिए एक परिचित डॉक्टर को भेजा। डॉक्टर एक दोस्त के साथ गए, लेकिन उन्होंने वृद्ध को पहले ही मृत पाया: वह सतासिया में एक कंबल में लिपटे हुए बैठे थे। इस प्रकार यह व्यक्ति प्रभु के पास चला गया।

मसीह के प्रेम के लिए कठोर परिस्थितियों में जीवन यापन करने से मसीह की कोमलता हृदय में प्रवेश करती है। द्रव्य आनंद शारीरिक पीड़ा से उत्पन्न होता है। पवित्र पतिओं ने अपना रक्त बहाया और आत्मा प्राप्त की। उपवास और परिश्रम के माध्यम से उन्होंने अनुग्रह प्राप्त किया। उन्होंने अपने 'स्व' का त्याग किया और उसे ईश्वर के हाथों में पाया।

जब मैं माउंट सनिई के पवित्र तपस्वियों का सैनिकसारथिन पढ़ता हूँ तो मैं गहराई से प्रभावित होता हूँ। सनिई पर पाँच हजार तपस्वी रहे, और माउंट अथोस पर कतिने और! एक हजार वर्षों में कतिने संत पवित्र हुए! और कतिनी पीड़ा स्वीकार करने वालों और शहीदों ने सहन की! फरि भी हम कठिनाई के पहले ही संकेत पर शिकायत करते हैं। हम बिना प्रयास के पवित्रता प्राप्त करना चाहते हैं। आत्म-त्याग एक दुर्लभ गुण है। हम भिक्षु भी यह समझने में असफल रहते हैं कि आशीर्वाद परिश्रम से प्राप्त होते हैं¹⁹, और इसलिए हम खुद पर तरस खाते हैं, बहाने बनाते हैं और परिस्थितियों को हल्का दिखाने की कोशिश करते हैं। यही से बुराई उत्पन्न होती है। शैतान हर व्यक्ति को एक बहाना खोजने में मदद करता है, जबकिसाल बीतते चले जाते हैं।

इसीलिए हमें मृत्यु को नहीं भूलना चाहिए। और अगर हमें वैसे भी मरना ही है, तो हमें शरीर की बहुत अधिक चिंता नहीं करनी चाहिए—इस अर्थ में नहीं कि उसे बीमारी की हद तक धकेला जाए, बल्कि इस अर्थ में कि आराम की बहुत अधिक परवाह न की जाए।

आप अपना 'स्व' किसके लिए बचा रहे हैं—अपने लिए?

— गेरोन्डा, मुझे लगता है कि मैं इतनी जल्दी थकने का एकमात्र कारण मेरी शारीरिक कमजोरी नहीं है।

— हाँ, अगर आपके भीतर द्रव्य अग्नि होती, तो सब कुछ अलग होता।

— और मैं यह द्रव्य अग्नि कैसे प्राप्त कर सकता हूँ?

— तुम्हें खुद को भूलकर दूसरों के बारे में सोचना चाहिए।

— मुझे हर समय ऐसा करना मुश्किल लगता है।

— कम से कम, दूसरों के बारे में उतना ही सोचने और उनकी उतनी ही परवाह करने की कोशिश करो जतिना तुम अपने बारे में सोचते और अपनी परवाह करते हो। धीरे-धीरे, तुम एक ऐसे मुकाम पर पहुँच जाओगे जहाँ तुम अपने प्रतिउदासीन हो जाओगे—एक अच्छे मायने में—और लगातार दूसरों के बारे में सोचोगे। फरि ईश्वर तुम्हारे बारे में सोचेगा, और लोग भी। बस यह दूसरों के आपके बारे में सोचने के लिए मत करो!

— तो, क्या इसका मतलब है कि मैं अपने ही 'स्व' से पीड़ित हूँ?

— हाँ, बिल्कुल! अपने 'स्व' को अलग कर दो। अगर तुम इसे अलग कर दोगे, तो तुम ऊँची उड़ान भरोगे। तुम्हें इसकी जरूरत क्या है? तुम इसे किसके लिए रख रहे हो? अपने लिए? जो प्रेम तुम अपने लिए रख लेते हो, वह तुम उस सम्पूर्ण और अनंत प्रेम से छीन लेते हो जो तुम्हें दूसरों के लिए करना चाहिए।

— जेरोन्डा, मैं अपनी 'स्व' को कैसे त्यागूँ?

¹⁹ महान दैवीय प्रतिमा के अनुक्रम में कहा गया है: 'सत्कर्म श्रम के द्वारा प्राप्त होते हैं।' — *संकलक की टिप्पणी*: उद्धृत: मेट्रोपॉलिटन पीटर मोहलि की अनुष्ठानिक पुस्तक। कीव, 1996। फोलियो 932।

— जतिना संभव हो, अपने 'स्व' को अपने कामों से दूर रखें; अपने दिल में दूसरों के लिए जगह बनाएं। जो कुछ भी आप अपने लिए चाहते हैं, वह दूसरों को दें। दें, देते रहें, अपने बारे में सोचे बना। आप जतिना अधिक देंगे, उतना ही अधिक पाएंगे, क्योंकि ईश्वर अपनी कृपा और प्रेम की वर्षा आप पर प्रचुर मात्रा में करेंगे। वह आपसे गहराई से प्रेम करने लगेंगे, और आप उनसे प्रेम करेंगे, क्योंकि आप स्वयं से प्रेम करना बंद कर देंगे—वह 'अहं' जो गर्व और स्वार्थ से पोषित होना चाहता है, न कि ईश्वर की कृपा से, जो आत्मा को सभी आवश्यक पोषण प्रदान करती है, एक द्रव्य परिवर्तन के माध्यम से शरीर को रूपांतरित करती है, और एक व्यक्ति को अलौकिक प्रकाश से जगमगाती है। मैं प्रार्थना करूँगा कि आप जल्द ही उस अनुभव को करें जिसकी मैं बात कर रहा हूँ और आत्म-प्रेम के कष्ट से मुक्त हो जाएँ।

— एल्डर, क्या ऐसा हो सकता है कि भले ही मैं आत्म-प्रेम के खिलाफ संघर्ष करूँ, मेरा 'स्व' फिर भी मेरे कार्यों में झलके?

— यह सब इस बात पर निर्भर करता है कि आप कतिनी कोशिश करते हैं। एक व्यक्ति उस चीज़ को त्याग देता है जो गंदी और घनौनी होती है, लेकिन पहले उसे यह एहसास होना चाहिए कि वह वास्तव में गंदी और घनौनी है। जब तक आपको उससे घृणा नहीं होगी, तब तक आप उसे त्याग नहीं पाएंगे। पुराने स्वरूप को त्यागने के लिए, आपको उसके प्रति घृणा का अनुभव करना होगा। आप लकवाग्रस्त पैरों से आगे नहीं बढ़ सकते।

जब आत्म-त्याग होता है, तो ईश्वर अपनी कृपा प्रदान करते हैं

— गेरोन्डा, जब मैं सोचता हूँ कि सेंटों ने खुद को कैसे अनुशासित किया, तो मेरा अंतरात्मा मुझे क्लेश देता है; मुझे ऐसा लगता है कि मैं खुद पर तरस खा रहा हूँ।

— जब कोई व्यक्ति विनिमृता, लगन और वविक से प्रयास करते हुए अपनी क्षमताओं की सीमाओं से आगे बढ़ जाता है, तो एक अलौकिक द्रव्य शक्ति उस पर अवतरित होती है।

— जेरोन्डा, अब वरसोनओस का क्या मतलब है जब वे कहते हैं: 'शारीरिक विश्राम की तलाश मत करो जब तक कि प्रभु इसे तुम्हें न भेजें'?²⁰

— इसका मतलब यह है कि किसी को अपने लिए आराम या आराम की तलाश नहीं करनी चाहिए। सबसे पहले और सबसे महत्वपूर्ण, आत्म-त्याग आवश्यक है, और इसके बाद प्रचुर द्रव्य उपहार मिलते हैं, क्योंकि जब आत्म-त्याग होता है, तो ईश्वर उस व्यक्ति पर अपनी कृपा प्रदान करते हैं।

जब किसी व्यक्ति में आत्म-त्याग की भावना होती है, तो उसे दैवी सहायता प्राप्त होती है; ईश्वर उसकी देखभाल करता है। व्यक्ति को ईश्वर से मिलने वाली सहायता की मात्रा उसके आत्म-त्याग की सीमा और अपने पड़ोसियों के लिए उसकी प्रार्थनाओं के अनुरूप होती है।

एक देर शाम, मैं स्टावरोनकिता मठ से फादर टकिहोन की कोठरी की ओर जा रहा था, जसि मैं वहाँ रहने के लिए तैयार करते हुए साफ-सफाई कर रहा था।²¹ रास्ते में, एक आदमी ने मुझे रोक लिया। मेरी पीठ पर एक भारी बोरा था, और ऊपर से हल्की बूँदाबांदी हो रही थी, फिर भी मैं वहाँ खड़ा होकर सुनता रहा। अँधेरा हो चुका था, फिर भी वह बनी रुके बोलता ही रहा। हम पूरी तरह से भीग गए थे। एक पल के लिए मेरे मन में एक विचार आया: 'मैं अपनी कोठरी कैसे ढूँढ़ पाऊँगा? रात हो चुकी है, जमीन कीचड़ भरी है, रास्ता मुश्किल है, और मेरे पास कोई लालटेन भी नहीं है।' लेकिन मैं उसे कैसे टोक सकता था? मैंने उससे पूछा कि वह रात कहाँ बिताने की योजना बना रहा है। उसने कहा कि पिड़ोसी कोठरी में। तो हम आधी रात तक वहीं खड़े रहे। अंत में, हमने वदिई ली। मैं चल पड़ा, लेकिन जैसे ही मैं सेल की ओर जाने वाले रास्ते पर पहुँचा, मैं फसिल गया और झाड़ियों में गिर पड़ा। मेरे जूते उड़ गए, मेरा बैग टहनियों में अटक गया, और मेरा चोगा गर्दन तक

²⁰ आदरणीय वरसनोफयिस और जॉन की तपस्या संबंधी शकिषाएँ। उद्धृत: *डोब्रोतोल्उबए*। खंड II। होली ट्रनिटि सेंट सर्जयिस लाव्रा, 1992। पृ. 569.

²¹ यह 1968 की बात है। — संकलक की टपिपणी।

ऊपर चढ़ गया। मुझे कुछ भी दिखाई नहीं दे रहा था। फरि मैंने खुद से कहा: 'यहीं रुक जाना बेहतर है। मैं वेस्पर्स, मडिनाइट ऑफिस और मैटनिस की प्रार्थना करूँगा, और फरि, कौन जाने, भोर हो जाएगा और मैं अपनी कोठरी में वापस पहुँच जाऊँगा। लेकिन क्या उस बेचारे को रास्ता मलिंगा?' मैं 'हे ईश्वर, अपनी महान दया के अनुसार मुझ पर दया करो' तक पहुँचा ही था कि अचानक, जैसे किसी सर्चलाइट से, एक तेज रोशनी ने पूरे घाट को रोशन कर दिया! मैंने अपने जूते दूँढ लिए और आगे चल सका। रास्ता रोशन हो गया था। मैं कोठरी तक पहुँचा, ताले की चाबी भी मलि गई—वह इतनी छोटी और इतनी दूर छपि हुई थी कि दिनि के उजाले में भी मुझे उसे दूँढने में मुश्किल होती। मैं चैपल में गया और वहाँ के सभी तेल के दीपक जला दिए। और फरि वह रोशनी गायब हो गई—अब उसकी जरूरत नहीं थी!

भाग 2. अहंकार — सभी बुराइयों की जड़

"घमंडी लोग ईश्वर से अलग हो जाते हैं, क्योंकि घमंड एक खराब चालक, एक इन्सुलेटर है जो ईश्वर की कृपा को पार नहीं करने देता और हमें ईश्वर से अलग कर देता है।"

अध्याय 1. अहंकार — वासनाओं का मुख्यालय

— गेरोन्डा, मैं ईर्ष्यालु, प्रतश्चोधी, नरिणयकारी और जल्दी गुस्सा होने वाला हूँ...

— ईर्ष्या, नरिणय, क्रोध, द्वेष आदि सभी अहंकार से उत्पन्न होते हैं। अहंकार, कह सकते हैं, सभी भावों का मुख्यालय है। अहंकार पर प्रहार करके, आप सभी भावों पर प्रहार करते हैं, और वनिम्रता और प्रेम हृदय में प्रवेश करते हैं। यही कारण है, मुझे लगता है, कि अहंकार पर ही ध्यान केंद्रित करना और अपने प्रयासों को उसके खिलाफ लगाना पर्याप्त है। हमें अपनी सारी ताकत अहंकार के उस कलि पर केंद्रित करनी चाहिए जो हमें ईश्वर से अलग करता है। जब कोई दुश्मन किसी देश पर कब्जा करना चाहता है, तो वह पहले राजधानी पर हमला करता है। अगर वह राजधानी पर कब्जा करने में सफल हो जाता है, तो आप यह भी कह सकते हैं कि उसने पूरे देश पर कब्जा कर लिया है।

— जेरोन्डा, अहंकारी व्यक्ति किसके समान है?

— इन दीवारों के बाहर वाले के लिए, शैतान... हालाँकि एक घमंडी व्यक्ति की तुलना में शैतान को हराना आसान है—इसके लिए बस खुद को नम्र बनाना होता है; लेकिन एक घमंडी व्यक्ति को, भले ही आप उनके सामने खुद को नम्र करें और क्षमा मांगें, आप फरि भी उन्हें नरम नहीं कर पाएंगे। वे आपसे कहेंगे: 'तुम बस दिखावा कर रहे हो!'

जतिना अधिक वनिम्र कोई होता है, उसका आध्यात्मिक सार उतना ही समृद्ध होता है। अहंकारी लोगों के पास कोई आंतरिक सार नहीं होता। वे एक अधपके मकई के भुट्टे की तरह सीधे खड़े रहते हैं, जबकि पिका हुआ भुट्टा अपना सरि नीचे झुका लेता है। घमंड से आच्छादित व्यक्ति केवल भीतर से बेचैन होता है, बल्कि बाहर से भी विकृष्ट और उपद्रवी होता है। उसके सभी कर्म एक गुब्बारे की तरह हैं: शैतान पहले उसे फुलाता है, फरि उसे चुभो देता है, और गुब्बारा जोर से फट जाता है।

अहंकार एक शर्मनाक और भयानक चीज है, क्योंकि इसने स्वर्गदूतों को राक्षसों में बदल दिया! इसने हमें स्वर्ग से पृथ्वी पर निकाल दिया, और अब यह हमें पृथ्वी से नरक में भेजना चाहता है।

जब हम गर्व महसूस नहीं करते

— जेरोन्डा, जब मैं किसी विशेष बात पर गर्व करता हूँ तो मुझे गर्व महसूस नहीं होता।

— इसका मतलब है कि सामान्य रूप से आपके भीतर अहंकार मौजूद है। शैतान अक्सर चीजों को छद्म रूप में प्रस्तुत करता है, और एक व्यक्ति को यह एहसास नहीं होता कि वह अहंकार से काम कर रहा है। लेकिन अगर वह अपने प्रति सचेत है, तो वह महसूस कर लेगा कि वह अहंकार से काम कर रहा है। हो सकता है कि वह अपने भीतर के सभी अहंकार से अवगत न हो, लेकिन वह कम से कम उसका कुछ हिस्सा महसूस करता है; वह इसे पहचान सकता है यदि वह आत्म-केंद्रित संतुष्टि और दूसरों पर श्रेष्ठता की भावना को महसूस करता है।

— और यदि कोई व्यक्ति यह महसूस ही नहीं करता कि उसमें अहंकार है, तो तब क्या होता है?

— तब आध्यात्मिक नियम काम में आते हैं। व्यक्ति घमंडी बनता है, गरिमा है, और वनिम्र होता है। वह फिर से घमंडी बनता है, फिर से गरिमा है, और फिर से वनिम्र होता है। और इस तरह यह उनके जीवन भर चलता रहता है: घमंड — वनिम्रता, घमंड — वनिम्रता। ऐसी वनिम्रता कोई सद्गुण नहीं है, बल्कि काम कर रहे आध्यात्मिक नियमों का परिणाम है। एक व्यक्ति बिना चाहे और अपने लिए कोई नष्कर्ष निकाले बिना वनिम्र हो जाता है। यह एक स्थिरता की अवस्था है; व्यक्ति को बस यह एहसास करने का अवसर दिया जाता है कि उसके भीतर कुछ गड़बड़ है। उदाहरण के लिए, आप अपनी बहन से कहते हैं: 'तुम्हारा वह आइकन बहुत अच्छा बना है।' यदि वह घमंडी हो जाती है, तो अगली बार जब उसे एक और आइकन पेंट करना होगा, तो वह सोचेगी: 'मैं इस आइकन को और भी बेहतर चित्रित करूँगी, ताकि विरिष्ठ फिर से मेरी प्रशंसा करें।' और देखो, एक आइकन के बजाय, वह एक व्यंग्यचित्र बना देती है। मैं इसे सुधारता हूँ, और वह खुद से फिर कहती है: 'इस बार मैं बिल्कुल वैसा ही करूँगी जैसा विरिष्ठ ने कहा था, और वह मेरी प्रशंसा करेंगे,' और एक बार फिर यह एक व्यंग्यचित्र ही बनता है।

— गेरोंडा, क्या वह खुद ही अपने आइकन को बहुत सुंदर समझ सकती है?

— बेशक, हो सकता है। उसके लिए, उसका यह खुरदरा चित्र एक उत्कृष्ट कृति लग सकता है; वह खुशी-खुशी मेरे पास आएगी और कहेगी, 'तो, गेरोंडा? क्या आइकन ठीक बन पाया है?' मैं उसे समझाऊँगा कि उसका काम एक खुरदरा चित्र है, और फिर वह समझ जाएगी।

— और अगर वह नहीं समझती?

— अगर वह नहीं समझती, तो इसका मतलब है कि उसका अहंकार जड़ें जमा चुका है, और वह वही गलतियाँ करती रहेगी। आप कुछ भी कहो, वह अपनी बात पर अड़ी रहेगी।

— जेरोन्डा, क्या होगा अगर मैं अपने दमिाग से अहंकार को पहचान लूँ, लेकिन मेरा दिल इसके प्रति बहरा बना रहे?

— यही से हम शुरू करेंगे, और धीरे-धीरे ठीक हो जाएगा। एक डॉक्टर पहले नदिान करता है, और तभी इलाज शुरू करता है।

अहंकार हर जगह घुल-मलि जाता है

— जेरोन्डा, जब मैं अपने मठ के कर्तव्यों का पालन करते समय छोटी-मोटी कठिनाइयों का सामना करता हूँ तो यह अच्छा होता है — मुझे यह फायदेमंद लगता है। क्या उसमें भी अहंकार हो सकता है?

— यदि कोई व्यक्ति असावधान है, तो वह कुछ भी नहीं करते हुए बसितर पर पड़े रहने में भी गर्व महसूस कर सकता है। एक ट्रेन दाईं या बाईं ओर पटरी से उतर सकती है। शैतान हमें दोनों तरफ से पकड़ लेता है। कुछ लोग मुझसे पूछते हैं: 'मुझे गर्व में न पड़ने के लिए कनि बातों पर ध्यान देना चाहिए?' यह वैसा ही है जैसे पूछना, 'मैं कहाँ गरि सकता हूँ, यहाँ या वहाँ?' आप यहाँ या वहाँ, दाईं या बाईं ओर गरि सकते हैं; आप सीढ़ियों से, कुर्सी से या बेंच से गरि सकते हैं। किसी भी क्षण और किसी भी परिस्थिति में, आपको सतर्क रहने की आवश्यकता है, क्योंकि अहंकार हर जगह से धीरे-धीरे प्रवेश कर जाता है।

— गेरोंडा, क्या कोई व्यक्ति भी घमंडी हो सकता है जब उसके पास कुछ भी न हो?

— कभी-कभी ऐसा व्यक्ति दूसरों से भी अधिक अहंकारी हो सकता है। जब मैं एपरिस में स्टोमयिन मठ²² में रहता था, तो मुझे वहाँ के एक वृद्ध गड़रिये के बारे में पता चला। उसका कोई परिवार नहीं था और वह एक जगह से दूसरी जगह भटकता रहता था। अंततः एक दूसरे गड़रिये ने उसे आश्रय दिया, और उसे एक झोपड़ी में बसा दिया जहाँ वह अपनी बकरियों के लिए टहनियाँ रखता था। वह उस बूढ़े आदमी को आग जलाने नहीं देता था, इस डर से कि किहीं शाखाओं में आग न लग जाए। और इस तरह वह बूढ़ा आदमी उस ठंडी झोपड़ी में रहता था, एक कोने में दो तख्तों पर सोता था, जनि पर उसने एक पुरानी गद्दी बछी रखी थी। उसके बारे में सुनकर, मैं उससे मिलने गया। उसकी हालत बहुत खराब थी। मैंने एक गरीब महिला से पूछा कि उसे नहलाने के लिए उसे कतिना पैसा चाहिए। उसने जवाब दिया, "कुछ नहीं, बस मुझे थोड़ा साबुन दे दो।" एक और बार जब मैं उससे मिलने गया, तो वह अपना दोपहर का खाना खा रहा था। खाना खाने के बाद, उसने मेरी तरफ देखा, अपनी थाली उलट दी और गर्व से घोषणा की: "बाप रे, मेरा सरि तो देखो! अन्यथा, यहाँ कुत्ते और बल्लियाँ होतीं।" वह थाली को उल्टा कर देना एक उपलब्धिमानता था ताकि कुत्ते और बल्लियाँ उसे न चाटें। मानो वह अंतरिक्ष में उड़ गया हो। क्या गर्व था! वह जानता नहीं था कि कैसे जीता, फिर भी वह गर्वति था!

घमंडी वचिर

— गेरोंडा, जब हमारे मन में घमंड के वचिर आते हैं तो हमें क्या करना चाहिए?

— जैसे दूसरे लोग हममें अहंकार देखकर हँसते हैं, वैसे ही हमें भी अहंकार के वचिरों पर हँसना चाहिए।

— क्या एक वनिम्र व्यक्ति के मन में कभी घमंडी वचिर आते हैं?

— वे आते हैं, लेकिन वह उन पर हँसता है क्योंकि वह जानता है कि वह वास्तव में कौन है।

— जेरोन्डा, मैंने कहीं पढ़ा है कि घमंड के वचिरों को तुरंत दूर कर देना चाहिए, ठीक अशुद्ध वचिरों की तरह।

— एक अशुद्ध वचिर तुरंत पहचाना जाता है, लेकिन अहंकार के वचिर को पहचानने के लिए आत्म-नियंत्रण की आवश्यकता होती है। उदाहरण के लिए, यदि आप प्रार्थना कर रहे हों और आपके मन में कोई अशुद्ध वचिर उत्पन्न हो, तो आप उसे तुरंत पहचानकर दूर भगा देंगे: 'ठीक है, यहाँ से नकिल जा।' लेकिन यदि चर्च में यह वचिर आता है कि आपने भजन संहिता अच्छी तरह पढ़ी है, तो उसे पहचानकर दूर करने के लिए एक स्पष्ट मन की आवश्यकता होती है।

— लेकिन अधिकांश मामलों में, घमंड का वचिर पलक झपकते ही उत्पन्न हो जाता है। कोई समय पर वनिम्र वचिर मन में लाने का प्रबंधन कैसे कर सकता है?

— आपको पहले से तैयारी करने की ज़रूरत है। मैंने खुद को तैयार कर लिया है और वचिलति नहीं होऊँगा,²³ — नबी दाऊद कहते हैं। घमंड के वचिर बजिली की तरह आते हैं — यह शैतान की पुरानी चाल है। लेकिन आपको एक अलग चाल चलनी होगी — उससे आगे नकिलने के लिए लगातार वनिम्र वचिरों को वकिसति करना।

केवल वनिम्र वचिर ही नम्रता लाते हैं, और केवल नम्रता से ही अहंकार दूर होता है। एक उपदेशक ने मुझे एक बार बताया कि एक अवसर पर उन्होंने एक बहुत अच्छा उपदेश तैयार किया था। वह व्यासपीठ पर गए और बोलना शुरू किया; उन्होंने बहुत वाक्पटुता से बोला। अचानक, उसके मन में एक घमंडी वचिर कौंधा, और वह अपना तर्क-प्रवाह खो बैठा। वह फूट-फूट कर रो पड़ा और अपमानति होकर उपदेश-मंच से उतर आया। उसके बाद, वह लंबे समय तक उपदेश नहीं दे सका — वह इस कार्य के लिए अयोग्य हो गया था। मैंने उससे कहा: 'यह तुम्हारे साथ घमंड के कारण हुआ। तुम घमंडी हो गए, और इसीलिए ईश्वर की कृपा तुमसे

²² एल्डर पैडसयिस 1958 से 1962 तक कोनटिसा के स्टोमयिन मठ में एक भिक्षु के रूप में रहे। — संकलक की टिप्पणी।

²³ भजन संहिता 118:60

दूर हो गई। अब, वनिम्रता से, फरि से शुरुआत करो। जब मंच पर चढ़ने का समय आए, तो अपने आप से कहो: 'अगर मैं अपना वचिर-प्रवाह खो दूँ, तो इसका मतलब है कि मेरे आध्यात्मिक लाभ के लिए, मुझे एक बार फरि से लोगों का मजाक बनना होगा।' और यदुआप अचानक फरि से रोने लगें, तो लोग सोचेंगे कि आप गहरे भावुकता से रो रहे हैं, और वे भटकेंगे नहीं, बल्कि लिभान्वति होंगे। इसलिए डरो मत।' और, वास्तव में, वह अपने काम पर लौट आए और वनिम्रता से उपदेश देना शुरू कर दिया, हमेशा अपमानति होने के लिए तैयार।

अध्याय 2. अहंकार के कई रूप होते हैं

छपि हुआ अहंकार

- गेरोंडा, आपने कहा कि मुझमें छपि हुआ अहंकार है। छपि हुआ अहंकार क्या है?
- यह आंतरिक अहंकार है। और आंतरिक अहंकार बाहरी अहंकार से कहीं अधिक बुरा है।
- और बाहरी अहंकार आंतरिक अहंकार से कैसे भिन्न होता है?
- बाहरी अहंकार स्पष्ट होता है और इसलिए इसका इलाज करना आसान है। बाहरी अहंकार वाले व्यक्ति को उसके कपड़ों, उसके चलने-फरिने और उसके बोलने से पहचाना जा सकता है। लेकिन कभी-कभी, आप उन्हें कुछ शब्द कहते हैं, और आपके समझने से पहले ही, वे सुधरने लगते हैं। हालाँकि, छपि हुआ अहंकार बहुत कपटी होता है और इसलिए इसका इलाज करना मुश्किल होता है। यह बहुत भीतर छपि होता है; उसके आसपास के लोग इसे नहीं देख सकते, और केवल एक अनुभवी व्यक्ति ही इसे पहचान पाता है। मुख्य रूप से आध्यात्मिक जीवन जीने वाले लोग ही छपि हुए अहंकार से पीड़ित होते हैं। बाहर से वे वनिम्र और धार्मिक लग सकते हैं, फरि भी उनके दिल में इतना अहंकार छपि होता है कि आप हैरान रह जाएँ! इसलिए, एक 'तंगलाशका' शायद फटे-पुराने कपड़े पहने हो...
- और अगर किसी व्यक्ति में छपि हुआ अहंकार हो, तो क्या वह उसे महसूस करता है?
- अगर वे स्वयं पर ध्यान दें, तो उन्हें यह महसूस होता है।
- मुझे ऐसा लगता है कि छपि हुए अहंकार वाला व्यक्ति अपनी आत्मा में शांति महसूस नहीं करता।
- वे उस शांति को महसूस नहीं करते जो ईश्वर से आती है; वे यह भी नहीं जानते कि वह क्या है, लेकिन वे अपने ही वचिरों को शांति करते हैं।
- गेरोंडा, मुझे छपि हुए अहंकार को पहचानने में क्या मदद कर सकता है, और मैं इससे छुटकारा पाने के लिए कैसे संघर्ष करूँ?
- मान लीजिए कि आप लगन से प्रयास कर रहे हैं, और एक वचिर आपको बताता है कि आप कुछ महान कर रहे हैं, कि आप एक सदाचारी व्यक्ति हैं। यदुऐसा है, तो आपके भीतर अहंकार है, लेकिन आप इसे छपि रहे हैं। अगर आप बारीकी से देखें, तो आप पाएँगे कि जो संतोष आपको महसूस होता है, वह झूठा है। छपि हुए अहंकार को खत्म करने के लिए, आपको इस झूठ से घृणा करनी होगी और इसे अपने भीतर से भगाना होगा। लोग दिखावे का अहंकार करने वालों से दूर भागते हैं, और इससे उन्हें अपने तरीकों को सुधारने में मदद मिलती है। लेकिन जनिके भीतर छपि हुआ अहंकार होता है, उन्हें इससे छुटकारा पाने के लिए स्वयं से घृणा करनी पड़ती है। साथ ही, यदुआप दूसरों को अपनी आलोचना करने देते हैं, तो इससे भी आपको मदद मिलती है, क्योंकि छपि हुआ अहंकार सतह पर आता है, स्पष्ट हो जाता है, और फरि धीरे-धीरे गायब हो जाता है।

स्वार्थ — अहंकार का अवज्ञाकारी पुत्र

- क्या अहंकार और स्वार्थ अलग-अलग जुनून हैं?

— अहंकार, स्वार्थ और दंभ एक ही भावना हैं, जो केवल वभिन्न रूपों और अभिव्यक्तियों में प्रकट होती हैं। अहंकार की शैतानी हृद को दंभ कहा जाता है।

स्वार्थता गर्व का अवज्जाकारी पुत्र है। एक स्वार्थी व्यक्ति हमेशा अपनी बात पर अड़ा रहता है। लेकिन जैसे हवा के जोर से न झुकने वाले पेड़ अंततः टूट जाते हैं, वैसे ही स्वार्थी व्यक्ति भी झुकने से इनकार करने के कारण खुद को ही चोट पहुँचाता है। स्वार्थता एक बड़ी बुराई है! हालांकि अहंकारी को कोई शांति नहीं मिलती, फिर भी वह अपनी बात पर अड़ा रहता है! उदाहरण के लिए, एरियस को लें। उसकी माँ ने उससे कहा: 'इतने सारे लोग कहते हैं कि तुम गलत हो; क्या तुम सच में नहीं समझते?' 'मुझे पता है,' उसने जवाब दिया, 'लेकिन मैं उनकी राय के आगे नहीं झुक सकता।' एरियस का अहंकार उसे अपनी गलती मानने नहीं देता था।

— क्या उसे सचमुच इस बात की परवाह नहीं थी कि उसने अपनी कुसंगति से इतने सारे लोगों को गुमराह कर दिया था?

— उसे इसमें कोई दिलचस्पी नहीं थी। वह कहता, 'अगर मैं यह मान लूँ कि मैं गलत हूँ, तो मैं अपने अनुयायियों का सम्मान खो दूँगा।' और जतिना अधिक उसे एहसास होता कि वह गलत था, उतनी ही अधिक सक्रियता से वह दूसरों को यह विश्वास दिलाने की कोशिश करता कि वह सही है। स्वार्थ एक भयानक चीज है!

— गेरोन्डा, एक स्वार्थी व्यक्ति एक अहंकारी व्यक्ति से कैसे भिन्न होता है?

— एक स्वार्थी व्यक्ति जिद्दी और हठी होता है, जबकि एक अहंकारी व्यक्ति में ये दोनों गुण नहीं हो सकते। उदाहरण के लिए, चर्च में आप बारी-बारी से प्रतमियों के पास जाते हैं; हर कोई जानता है कि कौन किसके पीछे चल रहा है। यदि कोई बहन स्वार्थी है और कोई दूसरी बहन उससे आगे निकल जाती है, तो पहली वाली इतनी खसिया जाएगी कि वह प्रतमियों की पूजा करने के लिए आगे नहीं जाएगी। वह कहेगी, 'अगर वह मुझसे पहले चली गई है, तो मैं तो प्रतमि का पूजन करने ही नहीं जाऊँगी।' लेकिन अगर वह घमंडी है, तो वह भी बुरा मान जाएगी, फिर भी वह दिखाएगी नहीं; वास्तव में, वह तो शष्पिटाचार दिखाते हुए दूसरों को रास्ता भी दे सकती है: 'जाइए! आप भी जाइए, और आप भी!'

— गेरोन्डा, जब मेरी गरमा को ठेस पहुँचाई जा रही हो तो मुझे क्या करना चाहिए?

— जब तुम्हारा स्वार्थ घायल हो, तो उसकी मदद के लिए मत दौड़ो। उसे वैसे ही रहने दो; उसे अपने आप मरने दो। अगर स्वार्थ मर जाए, तो आत्मा पुनर्जीवित हो जाएगी।

— और स्वार्थपरता कैसे मरती है?

— तुम्हें अपने 'स्व' को दफनाना होगा; इसे सड़कर खाद बनने दो, ताकि उसमें से वनिम्रता और प्रेम पनप सकें।

अपने बारे में ऊँचा विचार

— जेरोन्डा, मैं इतनी आसानी से अहंकार में क्यों पड़ जाता हूँ?

— यदि आप अहंकार के प्रतिप्रवृत्त हैं, तो इसका मतलब है कि आप अपने बारे में बहुत ऊँचा आकलन करते हैं। आप सोचते हैं कि आप कुछ खास हैं। कोई व्यक्ति तब तक घमंडी नहीं होता जब तक वह खुद को कुछ खास नहीं समझता। और चूंकि आप खुद को एक उत्कृष्ट व्यक्ति मानते हैं, आप छोटी-छोटी बातों पर भी गर्व महसूस करते हैं, ठीक वैसे ही जैसे उच्च रक्तचाप वाले व्यक्ति का रक्तचाप थोड़ा सा तनाव होने पर ही बढ़ जाता है।

— जेरोन्डा, मेरा दिल फिर से ठंडा पड़ गया है। मेरे साथ ऐसा बार-बार क्यों होता है?

— क्योंकि तुम्हारा दमिग ठीक से कसा नहीं है, और घमंड की हवा उसमें से होकर बह रही है। मैंने उस पर एक टोपी रखी, उसे कस दिया, लेकिन तुम उसे बार-बार उतार देते हो। अब हमें एक बड़ा ढक्कन लगाना होगा और उसे और कसकर कसना होगा। क्या तुम जानते हो कि अगर तुममें यह दोष न होता तो मसीह

से तुम्हें कौन-कौन से उपहार मिल सकते थे? जब हम अपना ध्यान खो देते हैं, तो शैतान चुपके से अंदर आ जाता है, गर्व की तीखी नोक से हमारे सरि में छेद कर देता है, हमें गुब्बारे की तरह फुला देता है, और हमें आसमान में उड़ा देता है।

— जो व्यक्ति अपने बारे में बहुत ऊँचा सोचता है, उसके लिए दूसरों में अच्छाई देखना आसान नहीं है।

— यह सच है। जो व्यक्ति अपने बारे में बहुत ऊँचा सोचता है, वह अहंकार के कुहासे में लपिटा रहता है और उसमें न तो आध्यात्मिक स्वास्थ्य होता है और न ही वविक; इसीलिए वे दूसरों के पास मौजूद वरदानों को नहीं देख पाते। अगर वह खुद के बारे में ही ऊँचे वचारों में मग्न है, तो ईश्वर से महान वचार कैसे आ सकते हैं? अगर मसीह हमारे दमिग का एक छोटा सा पहिया भी घुमा दें, तो हम तुरंत बकवास बोलने लगेंगे। इसमें अपने बारे में महान राय कैसी?

जो कोई भी अपने बारे में ऊँचा सोचता है, वह वास्तविकता से कटा हुआ है; ऐसा व्यक्ति एक पागल है। आपको अपना असली स्वरूप जानने के लिए धीरे से वापस ज़मीन पर आना होगा; नहीं तो, आप बस बादलों में ही तैरते रहेंगे और बेकार में पेट्रोल बर्बाद करते रहेंगे!

आत्मवश्वास

— गेरोंडा, इसका क्या मतलब है: 'जब तक प्रभु घर का नरिमाण नहीं करते, तब तक जो लोग उसे बनाते हैं, वे व्यर्थ में परशिरम करते हैं'²⁴ ?

— यह मानव आत्मवश्वास को दर्शाता है। जब, बड़े tonsure (केश-छेदन) के दौरान, उम्मीदवार से पूछा जाता है: 'क्या आप यह सब सहने का वादा करते हैं...?' — वह जवाब देता है: 'हाँ, ईश्वर की मदद से।'²⁵ वह यह नहीं कहता: 'हाँ, मैं यह सब स्वयं सह लूंगा।' यदकि कोई व्यक्ति हर चीज़ में ईश्वर को पहले स्थान पर नहीं रखता, बल्कि कहता है: 'मैं यह स्वयं करूँगा; मैं अपनी ही शक्ति से ऐसा-वैसा करूँगा,' तो भले ही वह अपना माथा फोड़ डाले, वह फरि भी कुछ भी हासिल नहीं कर पाएगा।

— गेरोंडा, मैं बहनों को बहुत कष्ट दे रहा हूँ: वे मुझसे एक बात कहती हैं, लेकिन मैं कुछ बलिकुल अलग कर देता हूँ।

— यह आपके अतिआत्मवश्वास के कारण होता है। आप सोचते हैं कि आप उड़ती हुई मक्खी पकड़ रहे हैं, लेकिन वास्तव में आप मक्खी नहीं, हवा पकड़ रहे हैं! आप अपना हाथ उठाते हैं और सोचते हैं कि आपने एक मक्खी पकड़ ली है। "मैंने इसे पकड़ लिया," आप चलि्लाते हैं, लेकिन आपकी मुट्ठी खाली होती है। आप अपना दूसरा हाथ उठाते हैं। 'मैंने एक मक्खी पकड़ ली है,' तुम चलि्लाते हो, लेकिन तुम्हारा मुक्का फरि से खाली होता है। पहले यह जाँचो कि तुम्हारे मुक्के में कुछ है भी या नहीं, और फरि ही कहो, 'मैंने इसे पकड़ लिया है' //

— मेरी बहनें कहती हैं कि उनके लिए मेरे साथ रहना मुश्किल है क्योंकि मैं अपनी राय पर अड़ा रहता हूँ, लेकिन मुझे इसका एहसास नहीं होता।

— क्या आप जानते हैं कि यहाँ समस्या क्या है? जब आपकी कोई वशिष राय होती है, तो आप यह नहीं सोचते, 'मेरे मन में एक वचार आया है, और मुझे नहीं पता कि यह सही है या नहीं,' बल्कि आप मानते हैं कि आपकी राय हमेशा सही होती है, और इसीलिए आप अपनी बात पर अड़े रहते हैं। तुम उस गृहणी की तरह हो जसि उसके पति ने एक अष्टांग () बनाना कहा था, लेकिन अष्टांग का एक अंग गायब था। पति पूछता है, 'अरे, क्या यह तैयार है? क्या अष्टांग पक गया है?' पत्नी जवाब देती है, 'कौन सा अष्टांग? यह तो सात-पैर वाला है।' 'सात-पैर वाला नहीं, अष्टांग!' — "ऑक्टोपस नहीं, बल्कि सात-पैर वाला!" अंत में, पति और बर्दाश्त नहीं कर सका और अपनी जदिदी पत्नी से गुस्सा होकर, उसे एक कुएँ में फेंक दिया। लेकिन वहाँ

²⁴ भजन संहिता 126:1

²⁵ महान स्वर्गीय प्रतमि की सेवा। उद्धृत: मेट्रोपॉलिटन पीटर मोहलि की अनुष्ठानिक पुस्तक। कीव, 1996। फोलियो 937।

से भी, वह अपनी उंगलियों पर सात, सात, सात दखाती रही! तो, आप जो सोचते हैं वह कहिए, लेकिन अपनी राय पर ज़िद न करें।

— लेकिन मुझे अक्सर लगता है कि मेरी राय उन बहनों की राय से अधिक सही होती है जिनके साथ मैं काम करती हूँ।

— यह आपकी आत्मवश्वास के कारण ही है कि चीजें आपको उसी रोशनी में दिखाई देती हैं। सावधान रहें: जो व्यक्ति हर बात में अत्यधिक तार्किकता अपनाता है, वह अपने स्वार्थ और आत्मवश्वास के कारण अंततः किसी की भी बात सुनने से इनकार कर सकता है।

— मैं अपनी आत्म-वश्वास से कैसे छुटकारा पा सकता हूँ?

— अपने आप को अच्छी तरह से देखो, और तुम देखोगे कि तुम्हारे पास अपना कुछ भी नहीं है, कि तुम ईश्वर की मदद के बिना कुछ भी नहीं कर सकते। अगर तुम्हें यह एहसास हो जाए कि जो अच्छे काम तुम करते हो वे ईश्वर की ओर से हैं, जबकि तुम्हारी मूर्खता तुम्हारी अपनी ही करनी है, तो, बेशक, तुम खुद पर भरोसा करना छोड़ दोगे और अपने आत्मवश्वास से छुटकारा पा लोगे।

घमंड

— जेरोन्डा, क्या अहंकार से भरा व्यक्ति हमेशा अपने किए हुए अच्छे कर्मों का ढठोरा पीटता रहता है?

— चाहे वह माने या न माने, वह छिपी हुई आत्मसंतुष्टि अभी भी मौजूद है! कुछ दिनों पहले, एक आदमी मुझसे मिलने आया। वह अपने बारे में रुक-रुककर बोलता रहा, और बीच-बीच में कहता: 'मैं यह सब ईश्वर की महिमा के लिए कह रहा हूँ।' वह बस बोलता ही चला गया.... 'मैं यह ईश्वर की महिमा के लिए कह रहा हूँ।' मैंने धीरे से कहा: 'शायद इसमें आपकी अपनी थोड़ी सी महिमा भी शामिल है?' 'नहीं, बिल्कुल नहीं,' उसने जवाब दिया, 'यह सब ईश्वर की महिमा के लिए है...' बाद में पता चला कि वह आदमी अपने मन की बात करने नहीं आया था, बल्कि अपनी उपलब्धियों को 'ईश्वर की महिमा के लिए' बयां करने आया था, जबकि वास्तव में वह पूरी कहानी अपनी ही महिमा के लिए बता रहा था।

वैसे भी, अगर कोई व्यक्ति अपने द्वारा किए गए अच्छे कामों के बारे में दूसरों को बताता है और उस पर गर्व करता है, तो वह हमेशा हारता है। न केवल उसकी मेहनत व्यर्थ जाती है, बल्कि वह नैदीय भी हो जाता है। एक व्यक्ति, जो पादरी बनने की तैयारी कर रहा था, अपने अभिषेक से चालीस दिनों पहले एक दूरस्थ मठ में एकांतवास करने चला गया। अड़तीस दिनों बाद, उसे मठ छोड़कर संसार में लौटना था। और वह हर संभव कोशिश करके मठ में दो दिनों और बताने के लिए गया, ताकि बाद में वह कह सके कि उसने अपने अभिषेक से पहले मठ में चालीस दिनों बिताए थे। आखिरकार, मूसा ने भी दस आज्ञाएँ प्राप्त करने से पहले सिनाई पर्वत पर चालीस दिनों बिताए थे।²⁶ बाद में, उन्होंने सभी से कहा: 'मैंने अपने अभिषेक से पहले एकांत में चालीस दिनों बिताए।' लेकिन क्या अनुग्रह इसी तरह मलित है? उनके लिए बीस, या पंद्रह, या एक भी दिन न रहना बेहतर होता, ताकि उनके पास यह घमंड करने का कोई कारण न हो कि उन्होंने वहाँ चालीस दिनों बिताए थे — इस तरह उन्हें और अधिक अनुग्रह मलित।

— गेरोंडा, प्रेरति पौलुस कहते हैं: 'जो घमंड करना चाहे, वह प्रभु में घमंड करे।'²⁷ क्या ऐसी घमंड में गर्व हो सकता है?

— नहीं। उसमें अहंकार कैसे हो सकता है? यह अहंकार नहीं, बल्कि ईश्वर की स्तुति और कृतज्ञता है। यदि हम इसे एक महान सम्मान और आशीर्वाद मानते हैं कि दिया लु प्रभु ने सब कुछ इस तरह व्यवस्थित किया कि हम इसी बनें, तो उसमें कोई अहंकार नहीं है। उदाहरण के लिए, यदि कोई इसे एक विशेष आशीर्वाद मानता है और इस बात पर प्रसन्न होता है कि ईश्वर ने उन्हें अच्छे और धार्मिक माता-पिता

²⁶ नरिगमन 34:28 देखें।

²⁷ 1 कुरिन्थियों 1:31। देखें: रोमियों 5:11; फलिपियों 3:3।

दिए हैं, तो इसका यह मतलब नहीं है कि वह सांसारिक अर्थ में घमंड कर रहा है। इसका मतलब है कि वह ईश्वर के प्रतिकृतज्जता महसूस करता है।

लोगों को खुश करना

— एल्डर, मैं अक्सर असंतुष्ट और नाराज महसूस करता हूँ।

— कैसी नाराजगी?

— खैर, मैं खुद को यह सोचते हुए पाता हूँ: 'लोग यह क्यों नहीं समझते कि मुझे कोई काम करने में कतिनी मेहनत करनी पड़ती है, और वे मुझे सम्मान क्यों नहीं देते?'

— जब कोई व्यक्ति विनिमृता और प्रेम से कुछ करता है और उसे कोई समझ नहीं मलता, तो वह स्वाभाविक रूप से नाराज महसूस कर सकता है, हालांकि यह गलत है (कम से कम, इस मामले में कुछ शमन करने वाले परस्थितियाँ हैं)। लेकिन जब कोई व्यक्ति दूसरों से मान्यता की मांग करता है, तो वह और भी बुरा है। यह स्वार्थ, सही होने की भावना और दूसरों को खुश करने की इच्छा की अभिव्यक्ति है। जहाँ तक संभव हो, विनिमृता से काम करें। जो कुछ भी करें, उसे मसीह के प्रेम से करें, न कि दूसरों को खुश करने या घमंड के लिए, ताकि लोगों से प्रशंसा सुन सकें। जब कोई व्यक्ति दूसरों से प्रशंसा की तलाश नहीं करता, बल्कि केवल परमेश्वर की खातिर परिश्रम करता है, तो परमेश्वर इस जीवन में उन्हें अपनी कृपा की प्रचुरता प्रदान करके पुरस्कृत करते हैं, और आने वाले जीवन में स्वर्ग का आशीर्वाद प्रदान करते हैं।

— गेरोंडा, क्या ईश्वर को प्रसन्न करने की इच्छा में लोगों को प्रसन्न करने की इच्छा भी मली-जुली हो सकती है?

— शैतान, जो हर चीज को कलंकित करना चाहता है, लोगों को खुश करने की इच्छा के माध्यम से, एक व्यक्ति से सद्गुण के प्रति उसके प्रेम का एक हिस्सा छीन सकता है। एक व्यक्ति में एक स्वस्थ महत्वाकांक्षा होती है — सद्गुण के प्रति प्रेम — लेकिन यदि वे अपने प्रतिचेत नहीं हैं, तो वे लोगों को खुश करने की इच्छा से संक्रमित हो जाएँगे, और फिर, ऐसा व्यक्ति जो कुछ भी करता है, उसका कोई फल नहीं निकलेगा। यह छदिरों से भरी बाल्टी से पानी खींचने जैसा है। लेकिन यदि कोई व्यक्ति यह समझ जाता है कि दूसरों को खुश करने के लिए किया गया कोई भी कार्य व्यर्थ है, तो दिखावे के लिए कुछ भी करने की कोई भी इच्छा तुरंत दूर हो जाएगी। उनकी आँखें सम्मान की तलाश नहीं करेंगी, और न ही उनके कान यह सुनने की इच्छा रखेंगे कि दूसरे उनके बारे में क्या कहते हैं।

— लेकिन मैं अपने स्वयं के कर्मों में आत्म-प्रेम और दूसरों को खुश करने की इच्छा के बीच का अंतर नहीं बता सकता।

— जो शुद्ध होता है, वह तुरंत स्पष्ट हो जाता है। जब कोई व्यक्ति ईश्वर के प्रेम से निर्देशित होता है, तो उसे आंतरिक शांति का अनुभव होता है; अर्थात्, वह भीतर से शांति और स्थिरता महसूस करता है, जबकि दूसरों को खुश करने की कोशिश आत्मा में बेचैनी और भ्रम लाती है।

— जेरोन्डा, एक वचिर मुझे बताता है कि मैं प्रलोभन में पड़ रहा हूँ क्योंकि मेरा हृदय पूरी तरह से ईश्वर का नहीं है।

— हाँ, इसका एक हिस्सा लोगों को खुश करने की इच्छा से ग्रस्त है। यह सुनिश्चित करने का प्रयास करें कि लोगों को खुश करने की इच्छा आपके किसी भी अच्छे काम में शामिल न हो, ताकि आप सांसारिक लाभ के लिए किसी भी कटौती के बिना, अपने श्रम का पूरा फल प्राप्त कर सकें, और पूर्ण रूप से आंतरिक शांति का आनंद ले सकें। अपने कार्यों के पीछे के उद्देश्यों की जाँच करें, और जैसे ही आप महसूस करें कि आप दूसरों को खुश करने की इच्छा से काम कर रहे हैं, तो उसे तुरंत ही रोक दें। यदि आप इस 'पुण्य कार्य' के लिए प्रयास करते हैं,²⁸ तो आप स्वयं को सांसारिक प्रवृत्तियों से मुक्त कर लेंगे, जिनका केंद्र मानव

²⁸ 1 तीमु. 6:12

'स्व' है। तब सब कुछ वैसे ही होगा जैसा होना चाहिए, और आपको न तो कोई बाहरी और न ही कोई आंतरिक प्रलोभन होगा, बल्कि आप आंतरिक शांति का आनंद लेंगे।

— वरिष्ठ, मैं आध्यात्मिक जीवन में अपनी स्थिरता से परेशान हूँ। मैं हर दिन प्रगति करना चाहूँगा।

— क्या आप जानते हैं कि कभी-कभी ऐसा क्यों होता है? लोग अपनी वासनाओं से छुटकारा पाना चाहते हैं और बेहतर बनना चाहते हैं, ईश्वर को प्रसन्न करने के लिए नहीं, बल्कि दूसरों को पसंद आने के लिए। आप, उदाहरण के लिए, बेहतर बनना चाहते हैं और अपने आध्यात्मिक जीवन में सुधार करना चाहते हैं। लेकिन क्या आपने सोचा है कि आप यह क्यों चाहते हैं? क्या यह परमेश्वर के निकट आने के लिए है, या अन्य बहनों से बेहतर दिखने के लिए? मान लीजिए आप दूसरों से पहले चर्च पहुँचने की कोशिश करते हैं। लेकिन क्यों? क्या यह सेवा के लिए देर से न आने के लिए है, क्योंकि यह सही काम है, या इसलिए कि आप सबसे पहले पहुँच सकें और बहनों से प्रशंसा प्राप्त कर सकें? एक आध्यात्मिक व्यक्ति लोगों को खुश करने के बारे में नहीं, बल्कि परमेश्वर को खुश करने के बारे में सोचता है। प्रेरति पौलुस ने कहा, 'यदि मैं अभी भी लोगों को खुश करने की कोशिश कर रहा होता, तो मैं मसीह का सेवक नहीं होता।'²⁹

— गेरोंडा, मुझे हमेशा दूसरों की नज़रों में बेइज्जत होने का डर लगता है, लेकिन मैं परमेश्वर के सामने सही चलने के बारे में नहीं सोचती। मैं यह कैसे सुनिश्चित कर सकती हूँ कि मुझमें हमेशा परमेश्वर का भय बना रहे?

— आपको आत्म-नियंत्रण की आवश्यकता है। हर कार्य में, सबसे छोटे कार्य में भी, ईश्वर केंद्र में होना चाहिए। अपने पूरे अस्तित्व को ईश्वर की ओर मोड़ें। यदि आप ईश्वर से प्रेम करते हैं, तो आपका मन लगातार इस विचार में व्यस्त रहेगा कि उन्हें कैसे प्रसन्न किया जाए, ईश्वर को कैसे भाया जाए, न कि लोगों को कैसे भाया जाए। यह आपको मानवीय स्वीकृति की तलाश की भारी बेड़ियों से मुक्त करने में मदद करेगा, जो आपके उच्च जीवन के मार्ग में बाधा हैं। और जब आप इस तथ्य में आनंदित होने लगेंगे कि आप लोगों की नज़रों में गरि रहे हैं, तो आपको सबसे प्यारे यीशु में आंतरिक आनंद मिलेगा।

प्रशंसा की मठास

— जेरोन्डा, मैंने कुछ प्रशंसा सुनी और...

तो क्या? हमें किस बात की परवाह करनी चाहिए? दूसरे हमारे साथ कैसा व्यवहार करते हैं, या मसीह हमारे साथ कैसा व्यवहार करते हैं? क्या दूसरे हमारी प्रेरक शक्ति होंगे, या मसीह? आप एक गंभीर व्यक्ति हैं, इसलिए इतनी लापरवाही से व्यवहार न करें। मुझे अक्सर, यहाँ तक कि महत्वपूर्ण लोगों द्वारा भी, प्रशंसा मिलती है, लेकिन उनकी प्रशंसा मुझे बीमार कर देती है। मैं मन ही मन हँसता हूँ और उनकी प्रशंसा को दूर फेंक देता हूँ। और तुम भी, जब भी तुम इस तरह की कोई बात सुनो, तो उसे तुरंत ही अपने से बहुत दूर फेंक दो। ये सड़ी हुई चीजें हैं! दूसरों के हमें प्रशंसा करने से हमें क्या मिलता है? सविा इसका ककिल या परसों, मूरख हम पर हँसेंगे? जो व्यक्ति दूसरों की प्रशंसा से प्रसन्न होता है, वह राक्षसों द्वारा धोखा खा रहा है।

यदि कोई व्यक्ति दोषपूर्ण है—अर्थात्, अहंकार से ग्रस्त या उसके प्रति प्रवृत्त है—तो कोई भी प्रशंसा, चाहे वह 'सांसारिक' हो या 'आध्यात्मिक' (शरीर या आत्मा से संबंधित), हानिकारक होती है। इसलिए, दूसरों की प्रशंसा बिल्कुल भी न करना ही बेहतर है। आखिरकार, यदि कोई व्यक्ति आध्यात्मिक रूप से कमजोर है, तो हमारी प्रशंसा केवल उन्हें नुकसान पहुँचाएगी; वे नष्ट हो सकते हैं।

प्रशंसा एक नशे की तरह है। उदाहरण के लिए, कोई व्यक्ति जो चर्च में उपदेश देना शुरू करता है, वह अपने पहले उपदेश के बाद दूसरों से पूछ सकता है कि क्या यह अच्छा रहा, और उसे कनि बातों पर ध्यान देना चाहिए ताकि श्रोताओं को कोई हानि न हो। कोई दूसरा व्यक्ति, उन्हें प्रोत्साहित करने की इच्छा से,

²⁹ तुलना करें गलातियों 1:10

कह सकता है: 'आपने बहुत अच्छा कहा, हालांकि मुझे लगता है कि आपको इस-और-उस बात पर ध्यान देना चाहिए।' लेकिन फिर अहंकार से ग्रस्त एक उपदेशक केवल उनकी प्रशंसा सुनने के लिए दूसरों की राय मांगने तक भी जा सकता है। और अगर वे उससे कहें, 'हाँ, यह एक अच्छा उपदेश था,' तो वह प्रसन्न हो जाएगा। 'देखो वे मेरी कतिनी प्रशंसा कर रहे हैं,' वह सोचेगा, और घमंडी हो जाएगा। लेकिन अगर वे उससे कहें, 'वह एक खराब उपदेश था,' वह चिंता करने लगेगा। क्या आप देखते हैं कि कैसे तांगलाशका सरिफ तारीफ की मठिस से ही किसी व्यक्ति को धोखा देता है? शुरुआत में, कोई व्यक्ति अच्छे इरादों से पूछता है, यह समझने के लिए कि उसे क्या सुधारने की जरूरत है। और फिर वे सरिफ तारीफ सुनने के लिए दूसरों की राय पूछना शुरू कर देते हैं, जो उन्हें खुशी देती है।

यदि आपको प्रशंसा मिलने पर खुशी और संतुष्टि महसूस होती है, और आलोचना किए जाने पर या यह बताए जाने पर कि आपने कुछ बहुत अच्छा नहीं किया है, आप परेशान और नरिंश हो जाते हैं, तो जान लें कि यह एक सांसारिक मानसिक अवस्था है। आपकी बेचैनी सांसारिक है, और आपकी खुशी सांसारिक है। एक आध्यात्मिक रूप से स्वस्थ व्यक्ति इस बात पर प्रसन्न होता है यदि आप उनसे कहें, 'आपने यह बहुत अच्छी तरह से नहीं किया है,' क्योंकि ऐसा करके आप उन्हें अपनी गलती देखने में मदद कर रहे हैं। वे स्वीकार करते हैं कि उन्होंने वह काम बहुत अच्छी तरह से नहीं किया, इसलिए ईश्वर उन्हें ज्ञान देते हैं, और अगली बार वे इसे अच्छी तरह से करेंगे। लेकिन फिर भी, वे यह मानेंगे कि यह उन्होंने नहीं किया, बल्कि ईश्वर ने किया। ऐसा व्यक्ति कहता है, 'मैं अकेले क्या कर सकता था?' 'अगर ईश्वर ने मेरी मदद न की होती, तो मैं कुछ भी नहीं, सविा बकवास के, करता।' ऐसे व्यक्ति की मानसिकता सही होती है।

— वरिष्ठ, हम यह कैसे सुनिश्चित कर सकते हैं कि चाहे हमारी प्रशंसा हो या आलोचना, हम समान रूप से महसूस करें?

— यदि आप सांसारिक महिमा से घृणा करने लगेंगे, तो आप प्रशंसा और निंदा दोनों को एक ही मानसिकता से स्वीकार करेंगे।

अहंकार

— जेरोन्डा, मुझे अंदर से खालीपन का एहसास क्यों होता है?

— यह अहंकार के कारण है। जब हम दूसरों की नज़रों में खुद को ऊँचा उठाने का प्रयास करते हैं, तो हमें भीतर एक खालीपन महसूस होता है — यह अहंकार का फल है। क्योंकि मिसीह शून्यता में नहीं, बल्कि एक नए व्यक्ति के हृदय में आते हैं। दुर्भाग्य से, आध्यात्मिक जीवन जीने वाले लोग अक्सर सद्गुण प्राप्त करने का प्रयास करते हैं, फिर भी वे कुछ ऐसा चाहते हैं जो उनके अहंकार को पोषित करे — सार्वजनिक मान्यता, विशेषाधिकार, और इसी तरह की चीजें। इस प्रकार उनकी आत्मा में एक शून्यता उत्पन्न होती है, घमंड की शून्यता। न तो कोई तृप्ति है, न ही दलि की कोई खुशी। और जतिना अधिक उनका घमंड बढ़ता है, उनकी आत्मा में उतनी ही अधिक रिक्तिता पैदा होती है, और वे उतना ही अधिक पीड़ित होते हैं।

— गेरोन्डा, मुझे अपने काम में इतना बोझ क्यों महसूस होता है?

— तुम वनिम्रता से प्रयास नहीं कर रहे हो। जो लोग वनिम्रता से प्रयास करते हैं, उन्हें अपने प्रयासों में कठिनाइयों का सामना नहीं करना पड़ता। लेकिन जब किसी व्यक्ति की आध्यात्मिक आकांक्षाओं के साथ घमंड जुड़ा होता है, तो आत्मा में एक भारीपन उत्पन्न होता है। यदि हम वनिम्रतापूर्वक ईश्वर की दया का आह्वान करें, तो अन्य वासनाएँ हमारी आध्यात्मिक उन्नति में इतनी बड़ी बाधा नहीं डालतीं। लेकिन जब टंगलाशका हमें घमंड के जाल में फँसाती है, तो वह हमें अंधा कर देती है और हमें एक संकीर्ण और खतरनाक रास्ते पर चलने के लिए मजबूर करती है; तब हमें अपनी आत्मा में एक भारीपन महसूस होता है, क्योंकि हम खुद को टंगलाशका के प्रभाव के दायरे में पाते हैं।

आध्यात्मिक जीवन सांसारिक जीवन जैसा नहीं है। उदाहरण के लिए, सांसारिक जीवन में किसी भी उद्यम को सफल बनाने के लिए, आपको उसका अच्छी तरह से प्रचार-प्रसार करना होता है, इन, जैसा कि

वे कहते हैं, पर्चों को बाँटना होता है, और यह सुनिश्चित करने की कोशिश करनी होती है कलोग आपके बारे में जानें। लेकिन आध्यात्मिक जीवन में, एक 'उदयम' तभी सफल होगा जब कोई व्यक्ति सांसारिक महिमा से घृणा करने लगे।

— गेरोंडा, कोई व्यर्थ वचारों को कैसे दूर कर सकता है?

— उन चीजों में आनंद मनाओ जो सांसारिक लोग प्राप्त करने का प्रयास करते हैं, उनके विपरीत हैं। केवल सांसारिक आकांक्षाओं के विपरीत आकांक्षाएँ रखकर ही कोई आध्यात्मिक क्षेत्र में कार्य कर सकता है। यदि आप चाहते हैं कि आपसे प्रेम किया जाए, तो जब कोई आपको ध्यान न दे तो आनंद मनाओ। यदि आप सम्मान का स्थान चाहते हैं, तो एक बेंच पर बैठो। यदि आप प्रशंसा चाहते हैं, तो अपमान को प्रेम करें, ताकि आप अपमानित यीशु के प्रेम का अनुभव कर सकें। यदि आप महिमा चाहते हैं, तो अपमान के लिए प्रयासरत रहें,³⁰ ताकि आप परमेश्वर की महिमा का अनुभव कर सकें। और जब आप परमेश्वर की महिमा का अनुभव करेंगे, तो आप प्रसन्न महसूस करेंगे और अपने भीतर संसार के सभी सुखों से बड़ा आनंद पाएंगे।

अध्याय 3. अहंकार के परिणाम

अहंकार हमें ईश्वर से अलग करता है

— गेरोंडा, मुझे लगता है कि मुझमें कुछ ठीक नहीं है।

— क्या आपको कारण पता चला? जब आप पछिली बार आए थे, मैंने देखा था कि आप सही सोच रहे थे और समझदारी से काम कर रहे थे, इसीलिए मसीह आपकी मदद कर रहे थे। शायद इसी वजह से आप घमंडी हो गए हैं, और इसीलिए मसीह ने आपसे अपनी कृपा वापस ले ली है?

— हाँ, जेरोंडा, यही बात होगी।

— जब हम यह महसूस करना बंद कर देते हैं कि हम ईश्वर की मदद से सफल होते हैं, और यह सोचना शुरू कर देते हैं कि हम सब कुछ अपनी ताकत से हासिल करते हैं, तो ईश्वर अपना अनुग्रह वापस ले लेते हैं ताकि हम यह समझ सकें कि हमारी केवल इच्छा और प्रयास हैं, जबकि शक्ति और परिणाम ईश्वर पर निर्भर करते हैं। जैसे ही हमें एहसास होता है कि हम ईश्वर की मदद से सफल होते हैं, हमारी आँखें तुरंत खुल जाती हैं; हम खुद को नम्र करते हैं, अपने पतन पर रोते हैं, ईश्वर हम पर दया करते हैं, हमें एक बार फिर अपनी कृपा प्रदान करते हैं, और हम आगे बढ़ते हैं।

— जब कोई व्यक्ति अहंकारी हो जाता है, तो क्या द्रव्य कृपा तुरंत ही चली जाती है?

— बिल्कुल! क्या आपको लगता है कि लूसिफर के एक देवदूत से शैतान बनने में बहुत समय लगा? यह सब पलक झपकते ही हो गया। जसि क्षण कोई व्यक्ति यह विचार पालता है कि वह कुछ खास है, ईश्वर की कृपा तुरंत ही चली जाती है। ईश्वर की कृपा का अहंकार से क्या लेना-देना है? ईश्वर हीनभाव है। और जब ईश्वर की कृपा दूर हो जाती है, तो शैतान आकर व्यक्ति के मन पर छा जाता है। तब व्यक्ति शिक्छों के बाहरी हमलों का अनुभव कर सकता है, जबकि उसके भीतर आध्यात्मिक अंधकार छा जाता है।

अहंकारी व्यक्ति में ईश्वर की कृपा की कमी होती है, और इसलिए इस बात का खतरा रहता है कि वह—भगवान न करे—एक बड़ी गरिब का शिकार हो सकता है। ऐसा व्यक्ति ईश्वर से अलग हो जाता है, क्योंकि अहंकार एक खराब चालक है, एक इन्सुलेटर जो दैवीय कृपा को व्यक्ति तक पहुँचने से रोकता है और हमें ईश्वर से अलग कर देता है।

³⁰ अपमान: अनादर, सम्मान और महिमा की कमी। — संकलक की टिप्पणी।

जब हम गर्वपूर्ण वचिर पालते हैं, तो हम जो कुछ भी कर रहे होते हैं, उसे बर्बाद कर देते हैं।

- गेरोंडा, मैं बहुत लापरवाह हूँ; मैं सरिफ एक इंसान हूँ।
- ऐसा लगता है कि आपके भीतर एक छिपा हुआ गर्व है, और चूंकि ईश्वर आपसे प्रेम करते हैं, आध्यात्मिक नियम स्वतः लागू हो जाते हैं।³¹ आप कुछ नष्ट कर देते हैं और वनिमर हो जाते हैं। "जो कोई स्वयं को ऊँचा उठाता है, वह नीचा किया जाएगा।"³²
- जेरोंडा, मुझे इस्तरी करने से डर लगता है क्योंकि हिल ही में मैंने किसी और की कासोक जला दी थी।
- क्रॉस का चहिन बनाओ और इस्तरी करना जारी रखो।
- शायद यह एक प्रलोभन था?
- हमारा नुकसान शायद ही कभी शैतान की ईर्ष्या से होता है। आमतौर पर, इसका कारण एक घमंडी वचिर होता है। जब हम एक घमंडी वचिर को पालते हैं, तो हम जो कुछ भी करते हैं उसमें असफल हो जाते हैं। ऐसा लगता है कि आपने भी एक घमंडी वचिर को पाल रखा था।
- लेकिन फिर, मेरे साथ कुछ होने के बजाय, कसाक ही क्यों जल गई?
- क्योंकि वह चोगा किसी और का था; लोगों को पता चल गया कि तुमने क्या किया था — तुम्हारी बेइज्जती हुई, और उसके माध्यम से तुमने खुद को नम्र किया। लेकिन अगर तुम्हारे साथ कुछ हुआ होता, तो तुम्हारी बेइज्जती नहीं होती। कोई व्यक्ति पाप-स्वीकार के लिए क्यों जाता है? ताकि पाप प्रकट हो जाए, उसका मजाक उड़ाया जाए: इसी तरह शैतान को हराया जाता है।
- गेरोंडा, जब कोई व्यक्ति कुछ करता है और उससे भलाई की बजाय नुकसान होता है, तो उसका क्या मतलब है: कि व्यक्ति ने गलत काम किया या उसमें अच्छी प्रवृत्तियों की कमी थी?
- इसके कई कारण हो सकते हैं। व्यक्ति को अपने कर्म के पीछे के इरादों की जांच करनी चाहिए।
- जेरोंडा, क्या कोई व्यक्ति केवल अपनी लापरवाही से ही नुकसान पहुँचा सकता है?
- अगर आप बारीकी से देखें, तो आप पाएँगे कि ज्यादातर मामलों में नुकसान अहंकार से होता है। उदाहरण के लिए, अगर किसी गृहिणी के मन में यह बात बैठ जाए कि उससे बेहतर कोई बर्तन नहीं धोता, तो हो सकता है कि वह बर्तनों से भरी अलमारी को गरि दे और सब कुछ तोड़ दे। एक बार, काँच के बर्तन की दुकान में काम करने वाली एक महिला के मन में यह वचिर आया: 'मैं कतिनी नपुणता से शेल्फ से वाइन गिलासों के इन डिब्बों को उतार रही हूँ।' जैसे ही उसने यह सोचा, जो डिब्बा वह उतार रही थी, वह उसके हाथ से फिसलकर फर्श पर गिर गया, और सभी गिलास टूट गए। या, मान लीजिए, एक ड्राइवर सड़क पर एक गरीब बूढ़े आदमी को देखता है, उसे कार में बठाता है और उसे उस जगह ले जाता है जहाँ उसे जाना है। अगर, उसी क्षण, उसके मन में यह वचिर आता है: 'क्या कोई और भी ऐसा ही नहीं करता? अब यह बूढ़ा आदमी सबको बताएगा कि मैं कतिना अच्छा इंसान हूँ।' — तो ईश्वर की कृपा उससे दूर हो जाएगी, और वह किसी खंभे से टकरा सकता है, फुटपाथ पर गाड़ी चढ़ा सकता है या, ईश्वर न करे, किसी को कुचल सकता है।

एक अभिमानी व्यक्ति आध्यात्मिक ऊँचाइयों के बजाय पतन का अनुभव करता है

- गेरोंडा, अब मेरा बुखार उतर गया है।
- अच्छा, मुझे बहुत खुशी है कि यह चला गया, ईश्वर का धन्यवाद, क्योंकि यह आपके लिए बहुत कठिन था। मुझे उम्मीद है कि आपके आध्यात्मिक जीवन में यह बुखार भी चला जाएगा; आपको बस उस अहंकार से नपिटना है जिससे यह उत्पन्न होता है। वास्तव में, अहंकार ऐसी चीज़ है कि यह न केवल

³¹ एल्डर पैसियोस अक्सर आध्यात्मिक कानूनों के बारे में बात करते थे। उन्होंने इनके बारे में वसितार से *द एथोनाइट एल्डर हाजी-जॉर्जओस* नामक पुस्तक में लिखा है। — *संकलक की टिप्पणी*। यह भी देखें: *माउंट एथोस के एल्डर पैसियोस* *सेयगिस*। खंड IV। *फैमिली लाइफ*। मास्को, 2006। पृ. 273. — *अनुवादक की टिप्पणी*

³² लूका 14:11

आध्यात्मिक तापमान में वृद्धि कर सकता है, बल्कि एक गंभीर बुखार भी पैदा कर सकता है। अहंकार जतिना मजबूत होगा, आध्यात्मिक बुखार उतना ही अधिक होगा, जो शरीर को भी प्रभावित करता है, जिससे वहाँ भी बुखार हो जाता है, क्योंकि शरीर और आत्मा परस्पर जुड़े हुए हैं।

अहंकार सबसे भयानक आध्यात्मिक बीमारी है। यह एक चील की तरह है: एक बार जब चील चपिक जाती है, तो वह खून चूसना शुरू कर देती है। इसी तरह, अहंकार एक व्यक्ति का सारा खून चूस लेता है। यह आध्यात्मिक घुटन पैदा करता है, क्योंकि अहंकार आत्मा के लिए निर्धारित सारी आध्यात्मिक ऑक्सीजन को समाप्त कर देता है।

— गेरोन्डा, मैंने देखा है कि जैसे ही मैं अपने काम में एक निश्चित ढर्रे में आ जाता हूँ...

— ऐसा लगता है कि एक विचार आपको यह बताना शुरू कर देता है: 'मैं सफल हो रहा हूँ' और इसीलिए गरिब आती है। एक घमंडी व्यक्ति के लिए, आध्यात्मिक ऊँचाइयों के बजाय, गरिबें होती हैं।

— गेरोन्डा, चाहे मैं कुछ भी करूँ या कहूँ, अहंकार हमेशा मुझ पर हावी हो जाता है।

— तो सब कुछ विनम्र मन से करो; अन्यथा, तुम्हारे अच्छे कर्मों में भी शैतान मौजूद रहेगा। मान लीजिए कोई गर्व से दूसरों को घोषणा करता है, 'मैं एक अच्छा काम करने जा रहा हूँ'; तो वे अपने इरादे में शैतान को प्रवेश करने दे रहे होते हैं और रास्ते में उन्हें कई बाधाओं का सामना करना पड़ सकता है, और अंत में वे कुछ भी हासिल नहीं कर पाएंगे। लेकिन अगर कोई व्यक्ति बिना ढोंग के अच्छा काम करता है, तो शैतान हस्तक्षेप नहीं करता है।

— जेरोन्डा, आध्यात्मिक अनुशासन का अभ्यास करने का सही तरीका क्या है?

— गुप्तता और मौन में। आध्यात्मिक कार्य एक नाजुक मामला है, और हमारे द्वारा की गई हर क्रिया में विशेष ध्यान की आवश्यकता होती है। आध्यात्मिक जीवन 'वज्जिानों का वज्जिान' है,³³ जैसा कि पवित्र पति कहते हैं। कतिनी संयम की आवश्यकता है! आध्यात्मिक जीवन में ऊपर चढ़ना बिना रेलिंग के एक सर्पिल सीढ़ी पर चढ़ने जैसा है। यदि कोई व्यक्ति अपने कदमों पर ध्यान दिए बिना चढ़ता है, लेकिन अपने आप से कहता है: 'देखो मैं कतिनी ऊँचाई पर चढ़ गया हूँ! और मैं और कतिना आगे जाऊँगा!' — तो वह ठोकर खाकर नीचे गिर जाता है।

— 'और इस सीढ़ी पर रेलिंग क्यों नहीं है?'

— क्योंकि मनुष्य एक स्वतंत्र प्राणी है और उसे उस मन का उपयोग करना चाहिए जो ईश्वर ने उसे दिया है। यदि वह अपने मन का सही उपयोग नहीं करता है, तो ईश्वर उसकी मदद कैसे कर सकते हैं?

— गेरोना, क्या अहंकार किसी व्यक्ति में आध्यात्मिक सूत्रापन का कारण हो सकता है?

— हाँ। यदि कोई व्यक्ति अहंकार पालता है, तो ईश्वर उसे सुस्ती, उदासीनता, ठंडक और बेपरवाही की अवस्था में रहने देता है। क्योंकि यदि एक अहंकारी व्यक्ति स्वर्ग की बख्शिशों का स्वाद चख लेता, तो वह घमंडी हो जाता और सोचता कि उसने उन्हें अपने कर्मों से अर्जित किया है। फिर वह दूसरों से कहता: 'कठोर परिश्रम करो! देखो मुझे मेरे कर्मों का क्या फल मिला है!' — और इस तरह वह दूसरों को नुकसान पहुँचाएगा। इसीलिए ईश्वर ऐसे व्यक्ति को तब तक पीड़ित रहने देता है, जब तक आवश्यक हो, जब तक उसके भीतर का घमंड मर नहीं जाता, जब तक वह सही मायने में खुद से निराश नहीं हो जाता और यह महसूस नहीं कर लेता कि 'मेरे बिना तुम कुछ भी नहीं कर सकते।' ³⁴

³³ परमपूज्य इसखियिस, यरूशलेम के पुरोहित। संयम और प्रार्थना पर थियोडुलस के लिए आत्मा-रक्षक वचन। *डोब्रोतोलेयुबिये* पुस्तक से उद्धृत। खंड II। होली ट्रिनिटी सेंट सेर्गीयस लाव्रा, 1992। पृ. 183.

³⁴ यूहन्ना 15:5

अहंकार व्यक्तिको उपहास का पात्र बना देता है

— गेरोन्डा, हम हमेशा दूसरों को अपने अच्छे कामों के बारे में क्यों बताना चाहते हैं, जबकि गुमनामी में रहना और काम करना इतना सुखद और आसान है?

— आंतरिक रूप से समृद्ध व्यक्ति यह सुनिश्चित करने का प्रयास करता है कि उसके अच्छे कर्म अनदेखे रह जाएँ, और लोग ऐसे व्यक्तिको सम्मान और प्रेम करते हैं, भले ही वह स्वयं इसे महसूस न करे।

एक वनिमर व्यक्तिकितना आकर्षक होता है, और एक घमंडी व्यक्तिकितना घृणित! कोई भी घमंडी व्यक्तिको पसंद नहीं करता। यहाँ तक कि ईश्वर भी उनसे मुँह मोड़ लेते हैं। छोटे बच्चे, जब देखते हैं कि कोई लड़का घमंड से व्यवहार कर रहा है, तो वे उस पर हँसने लगते हैं। लेकिन एक शांत और समझदार व्यक्तिको सम्मान दिया जाता है। अगर बच्चे सड़क पर किसी आदमी को नाक उठाए चलते हुए देखते हैं, तो वे तुरंत समझ जाते हैं कि उसका चरित्र कैसा है, उसके पीछे दौड़ते हैं और उसे चढ़ाते हैं। मुझे कोनटिसा में एक आदमी याद है: वह हर दिन सूट, टाई और टोपी पहनता था और गर्व से चौक पार करता था, भले ही वह घोर गरीबी में रहता था। जैसे ही छोटे बच्चे उसे देखते, वे दौड़कर उसके पीछे आ जाते और उसके चलने की नकल करते। वाकई बहुत छोटे बच्चे! और वयस्क—वे एक घमंडी व्यक्तिको कितनी अच्छी तरह भाँप लेते हैं! इस बात से धोखा न खाएं कि वे किसी को ठेस न पहुंचाने के लिए कुछ नहीं कहते, लेकिन मन ही मन वे उससे घृणा करते हैं।

जो व्यक्ति खुद को महान दिखाने की कोशिश करता है, वह अंततः उपहास का पात्र बन जाता है। मुझे याद है जब मैं माउंट सनिई पर रहता था,³⁵ वहाँ सावा नाम का एक पादरी आया था। वह काफी घमंडी और स्वर्केन्द्रित व्यक्ति था। एक दिन, कुछ बेदुइन मठ में कुछ भारी सामान ले जा रहे थे। जब वे उसे खींच रहे थे, तो ताल मलाने के लिए वे 'सा'वा-सा'वा' चिल्ला रहे थे, जिसका मतलब है 'एक साथ'। फादर साव्हा, उनकी चीखें सुनकर, आँगन में दौड़ पड़े। 'मैं तो ठीक से पहुँचा भी नहीं हूँ, और वे पहले से ही "साव्हा" चिल्ला रहे हैं!' और अब यहाँ हर कोई मुझे जानता है!" उन्हें लगा कि बेदुइन चिल्ला रहे थे: "साव्वा, साव्वा!" जब उन्होंने यह कहा, तो मैं हँस पड़ा। खैर, आप उस पर हँसे बिना कैसे रह सकते हैं? एक व्यक्तिको मन जिस तरह काम करता है, उसी तरह वह सब कुछ समझता है... अगर किसी व्यक्ति में थोड़ी भी घमंड की झलक हो, तो वह सब कुछ उसी दृष्टिकोण से देखता है।

— क्या कोई व्यक्ति अहंकार के कारण ऐसा व्यवहार करता है?

— वह अहंकार का कैदी है, और उसकी कल्पना बेकाबू हो जाती है, इसलिए बाद में... एक भिक्षु ने एक बार मुझसे कहा था कि जब वह सांसारिक दुनिया में रहता था, तो उसने एक परिचित को एक महंगा कोट दिया था। एक दिन वे संयोग से एक ही समूह में थे। उसका परिचित वही चोगा पहने हुए था। बातचीत के दौरान, उसने अचानक कहा: 'क्या आप जानते हैं यह चोगा मुझे कहाँ से मिला है? पेरिस से! और क्या आप जानते हैं इसकी कीमत क्या है?' उसने यह बात उसी आदमी के सामने कही जिसने उसे यह चोगा उपहार में दिया था!

— क्या वह पागल है?

— एक घमंडी व्यक्ति से अधिक मूर्ख और कौन हो सकता है? घमंड किसी व्यक्तिको उपहास का पात्र बना देता है।

अध्याय 4. आइए अहंकार पर एक प्रहार करें

³⁵ वर्ष 1962 से 1964 तक माउंट सनिई पर एक भिक्षु के रूप में रहे। — संकलक की टिप्पणी।

हमें लड़ना चाहिए, लेकिन हमें सही तरीके से लड़ना चाहिए

— गेरोन्डा, एक वचिर मुझे बताता है कि अगर मैं अपनी आज्ञाकारिता बदल दूँ, गायन मंडली छोड़ दूँ और आइकॉन चित्रित करना बंद कर दूँ, तो मैं लगातार अहंकारी होने और प्रलोभन में पड़ने से बच जाऊँगा।

— भले ही तुम गाना और आइकॉन बनाना छोड़ दो, लेकिन अगर तुम व्यर्थता से नफरत नहीं करते, तो तुम और भी ज्यादा गलतियाँ करोगे। और तुम्हारे पीछे हटने में भी अहंकार होगा, और भी ज्यादा अहंकार, क्योंकि असल में तुम अपने कर्तव्यों को इसलिए छोड़ना चाहते हो ताकि तुम्हारी स्वार्थपरता पर अंकुश न लगे।

— जेरोंडा, क्या यह बेहतर नहीं है कि कुछ भी न किया जाए, बजाय इसके कि कुछ करते हुए उस पर गर्व किया जाए?

— अगर आपको कुछ करने के लिए कहा जाता है, तो जाइए और उसे कीजिए, लेकिन ध्यान रखें कि आप ठोकर खाकर न गरि। और अगर आप ठोकर खाकर गरि भी जाएँ, तो वापस उठ जाइए। यह समझिए कि आप लापरवाही के कारण ठोकर खाए, और अगर आपको उसे फिर से करने के लिए कहा जाए, तो कीजिए, लेकिन ध्यान रखें कि फिर से न ठोकर खाएँ। सिर्फ इसलिए कि आप एक बार गरि गए, इसका मतलब यह नहीं है कि अगली बार आपको यह नहीं करना चाहिए! अब, अगर कोई आपसे कहे, 'मत जाओ, क्योंकि तुम पछिली बार गरि थे,' तो मत जाओ। समझ रहे हो? जब आपसे कुछ करने के लिए कहा जाए, तो उसे करें, लेकिन उसे सही ढंग से और वनिम्रता से करें। सिर्फ घमंडी होने से बचने के लिए कुछ भी न करना और भी बुरा है। यह एक लड़ाई को कनियारे से देखते रहने जैसा है, जिसमें चोट लगने के डर से लड़ने से इनकार किया जाता है। तुम्हें लड़ना होगा, लेकिन तुम्हें सही तरीके से लड़ना होगा। नहीं तो, तुम्हारा क्या फायदा?

आपका भाई आपके अहंकार को तोड़ने में आपकी मदद करता है

— जेरोंडा, जब बहनें मेरी आलोचना करती हैं तो मुझे बुरा लगता है।

— आप अभिमानी हैं, और इसलिए आप नाराज़ हो जाते हैं। यदि आप अपने भाई को अपनी कमियाँ बताने और कुछ सलाह देने दें, तो वह आपकी अहंकार पर काबू पाने में मदद कर सकता है। इस तरह आत्मा शुद्ध होती है।

किसी व्यक्ति के लिए अपने अहंकार को पहचानना मुश्किल होता है, इसलिए उन्हें दूसरों के साथ डॉक्टरों जैसा व्यवहार करना चाहिए और अपनी बीमारी को ठीक करने के लिए उनसे आवश्यक सभी उपचार स्वीकार करने चाहिए। हर व्यक्ति के पास अपने पड़ोसी के लिए दवा का भंडार होता है। एक अच्छा डॉक्टर मरीज का इलाज करुणा और प्रेम से करता है; एक बुरा, द्वेष और घृणा से। और अक्सर बाद वाला ही व्यक्ति के लिए बेहतर होता है, क्योंकि ठीक ऐसे ही शल्य चिकित्सक से छुरा और भी गहराई तक काटता है।

— गेरोन्डा, मैं मूर्ख हूँ, इसलिए मैं अक्सर यह नहीं समझ पाता कि मुझ पर आलोचना क्यों की जा रही है।

— तुम्हें यह कहना बेहतर होगा: 'मैं चतुर हूँ, लेकिन मुझमें वनिम्रता की कमी है।' जब तुम्हारी गलतियों की ओर इशारा किया जाता है, तो तुम बहाने बनाने लगते हो। तुम अपनी गलतियों को कैसे स्वीकार कर सकते हो अगर तुम कोई गलती ही नहीं करते, और दूसरे बस व्यर्थ में तुम्हारी नदि कर रहे हैं? जो व्यक्ति दूसरों द्वारा आलोचना किए जाने पर बहाने बनाता है, वह वनिम्रता को मार देता है। लेकिन जो व्यक्ति अपनी गलतियों को स्वीकार करता है, वह स्वयं को नम्र बनाता है, और ईश्वर की कृपा प्राप्त करता है।

— गेरोन्डा, मुझे ऐसा लगता है कि मैं यह साबित करने की कोशिश नहीं कर रहा कि मैं सही हूँ, बल्कि बस यह बताना चाहता हूँ कि मुझे गलत समझा गया है।

— मैंने देखा है कतिममें एक छपिा हुआ अहंकार है, जो आत्म-न्याय में प्रकट होता है। बहाने न बनाने की कोशिश करो, लोग तुमसे जो कुछ भी कहें। ईमानदारी से क्षमा मांगो; बस इतना ही काफी है। 'मुझे क्षमा करें' शब्द और सच्चा पश्चाताप अहंकार का अंत कर देते हैं।

— आज, एक बच्चा आर्कोडार में खेल रहा था।³⁶ उसकी माँ ने उससे माफी माँगने को कहा, लेकिन उसने जवाब दिया, 'मैं नहीं चाहता।' कुछ लोगों के लिए 'मुझे माफ़ करें' कहना इतना मुश्किल क्यों होता है?

— अहंकार उन्हें ऐसा करने से रोकता है।

व्यक्तित्व में आध्यात्मिक विभाजन

— गेरोन्डा, मैं अपने अहंकार से कैसे छुटकारा पा सकता हूँ?

— यदि आप अपने भीतर झाँककर खुद को जानेंगे, तो आपको वहाँ ऐसी कुरूपता देखिगी कि आप खुद से ही घृणा करने लगेंगे।

यदि कोई व्यक्ति आत्म-ज्ञान के माध्यम से स्वाभाविक रूप से विनम्र नहीं होता है, तो ईश्वर की कृपा उनमें वास नहीं कर पाएगी। शैतान उसके साथ जीवन भर चूहे-बिल्ली का खेल खेलेगा (भले ही ईश्वर किसी व्यक्ति को मेथुसेला की आयु दे दे): अब शैतान एक घमंडी विचार डालेगा, अब वह व्यक्ति एक विनम्र विचार से प्रतिक्रिया देगा। अब एक की बारी होगी, अब दूसरे की। और इस तरह वे यही खेल खेलते रहेंगे।

— गेरोन्डा, मैं देखती हूँ कि सभी बहनें, यहाँ तक कि छोटी बहनें भी, सद्गुण में मुझसे आगे निकल गई हैं।

— तुमने खुद को नम्र नहीं बनाया, इसलिए दूसरों ने तुम्हें नम्र बनाया है। क्या तुम जानते हो कि जब वे अंतरिक्ष में रॉकेट लॉन्च करना चाहते हैं तो वे क्या करते हैं? वे गति उल्टा करते हैं: 'दस, नौ, आठ, सात... एक, शून्य!' जब वे शून्य पर पहुँचते हैं, तो रॉकेट उड़ान भरता है। तुम शून्य पर पहुँच चुकी हो; अब तुम ऊपर उड़ोगी। क्या तुमने भौतिकी पढ़ी है?

— हाँ, गेरोन्डा।

— आध्यात्मिक भौतिकी का अध्ययन करने का समय आ गया है, यह जानने के लिए कि व्यक्तित्व का आध्यात्मिक विखंडन कैसे होता है।

— ऐसा कैसे, गेरोन्डा?

— जब आप अपना ध्यान स्वयं पर केंद्रित करते हैं, स्वयं को जानते हैं, और स्वयं को स्वीकार करते हैं — तो आपके व्यक्तित्व का आध्यात्मिक विभाजन होगा, आध्यात्मिक ऊर्जा मुक्त होगी, और आप अंतरिक्ष में उड़ जाएँगे। आध्यात्मिक कक्षा में प्रवेश करने का यही एकमात्र तरीका है; अन्यथा, आप सांसारिक कक्षा में ही रहेंगे।

किसी व्यक्ति के लिए पूरी दुनिया को जानना तब तक बेकार है, जब तक वह अपने आप को नहीं जानता। यदि वे पहले अपनी आंतरिक दुनिया — अर्थात् अपनी ही व्यक्तित्वगतता — को जान लेते हैं, तो वे न केवल पृथ्वी बल्कि ब्रह्मांड की भी आसानी से खोज कर पाएँगे। जब कोई व्यक्ति स्वयं को जान लेता है, तो उसके व्यक्तित्व का अपने आप विभाजन हो जाता है, और वह पृथ्वी के गुरुत्वाकर्षण से परे, दुनिया के आकर्षण से परे, एक आध्यात्मिक कक्षा में प्रकिर्ण करने लगता है। यद्यपि वह एक इंसान के रूप में पृथ्वी पर रहता है, वह पाप के आकर्षण या वास्तव में, किसी भी सांसारिक इच्छा को महसूस नहीं करता है।

— यदि किसी व्यक्ति के भीतर अहंकार बना रहता है, तो क्या इसका मतलब यह है कि उन्हें अपने बारे में सही समझ नहीं है?

— हाँ, उनके व्यक्तित्व का आध्यात्मिक विभाजन अभी तक नहीं हुआ है।

— तो क्या हम फिर से विनम्रता पर लौटते हैं?

³⁶ आर्खोडारिकी — ग्रीक मठों में मेहमानों का स्वागत करने के लिए एक कमरा। — अनुवादक की टिप्पणी

— बलिकुल! जिस व्यक्ति में अहंकार होता है, वह स्वयं को जान नहीं पाया है। यदि वे स्वयं को जान लेते हैं, तो अहंकार गायब हो जाएगा। आत्म-ज्ञान ही कुंजी है। आत्म-ज्ञान के बिना, वनिम्रता नहीं हो सकती। और जब कोई व्यक्ति वनिम्रता में, स्वयं को जान लेता है, तो उसे दूसरों की स्वीकृत मिलती है।

— और अगर आत्म-ज्ञान है लेकिन वनिम्रता नहीं है तो?

— तो फिर सद्भावना नहीं होती, दया नहीं होती।

उच्च पद और वनिम्र स्वभाव

— गेरौन्डा, क्या मुझमें अहंकार है?

— थोड़ा बहुत। कम से कम, अहंकार स्वीकार्य सीमाओं के भीतर, कानून द्वारा निर्धारित सीमाओं के भीतर होना चाहिए...

— क्या गर्व की कोई स्वीकार्य मात्रा होती है?

— अगर किसी व्यक्ति के पास क्षमताएँ, ज्ञान आदि हैं और वह थोड़ा गर्व महसूस करता है, तो इसमें कुछ हद तक राहत देने वाले हालात होते हैं। इसका मतलब यह नहीं है कि ऐसा गर्व अच्छा है, लेकिन कम से कम उस व्यक्ति के पास एक बहाना होता है। लेकिन जिसके पास न तो क्षमताएँ हैं और न ही ज्ञान, उसे गर्व करने का कोई अधिकार नहीं है; वह बस वनिम्र रहने के लिए बाध्य है। अगर वे घमंडी हैं, तो इसका मतलब है कि वे पूरी तरह से खो चुके हैं। उदाहरण के लिए, जब एक नर्स किसी मरीज को पेनसिलिनि का इंजेक्शन देती है और मरीज का बुखार उतर जाता है, तो उसे गर्व होता है। फिर भी फ्लेमिंग, जिसने पेनसिलिनि की खोज की थी, एक वनिम्र व्यक्ति था! अपनी खोज के बाद, वह अमेरिका गया। लोगों ने उसकी जय-जयकार की। उसने भी तालियाँ बजाकर जवाब दिया, और फिर पूछा, 'वे किसके लिए तालियाँ बजा रहे हैं?' और जब उसे एहसास हुआ कि यह उसके लिए था, तो वह चकित रह गया! मेरा मतलब यह कहना है: पेनसिलिनि के खोजकर्ता में घमंड नहीं था, जबकि इंजेक्शन लगाने वाली नर्स ढोंग करती है। इसीलिए बेसलि द ग्रेट कहते हैं: 'सबसे बड़ी उपलब्धतिब होती है जब कोई व्यक्ति उच्च पद पर होते हुए भी वनिम्र स्वभाव बनाए रखता है।' यह एक बहुत ही कीमती गुण है, और ईश्वर इसका इनाम देता है।

कभी-कभी उच्च-पदस्थ सैन्य अधिकारियों में कतिनी वनिम्रता देखने को मिलती है, और आम जेंडरमे में कतिना अहंकार! एक बार, एक जेंडरमे सार्जेंट—जो काफी दबंग कस्मि का आदमी था—मेरी कोठरी में आया और बातचीत शुरू कर दी। 'मैं पुलिसि वाला हूँ, मैं यह हूँ, मैं वह हूँ।' भले ही वह पूरी जेंडरमेरी का प्रमुख होता, वह ऐसा नहीं बोलता। यह भयावह है! फिर भी ऐसे लोग हैं जो अमीर, उच्च पदस्थ और प्रतभाशाली हैं, और फिर भी उनमें इतनी नम्रता, इतनी सादगी होती है। उच्च पदस्थ सैन्य अधिकारी सम्मान से बचने के लिए अपनी वर्दी नहीं पहनते। मुझे एक जनरल याद है, जिन्हें कई युद्ध सम्मान मिले थे, जो परेड के लिए तैयार होते हुए कह रहे थे: "मैं फिर से निकल पड़ा, इन सम्मानों को ढोते हुए..." और एक अन्य, जिसके पास सजावट के तौर पर सरिफ़ एक पट्टी थी, वह अपने सम्मान दिखाने के लिए ही हर समय अपनी वर्दी पहनता था। उसने तो अतिरिक्त चौड़ी एपॉलेट्स तक सलिवा ली थी, इतना कि उसे लगभग दंडति ही कर दिया गया था, क्योंकि नियमों के अनुसार, एपॉलेट्स की एक निश्चित चौड़ाई होनी चाहिए। बेचारे लोग!

— तो, अगर कोई नम्र पद धारण करने में गर्व महसूस करता है, तो क्या वह सरिफ़ अपनी मूर्खता दिखा रहा है?

— एक बार ही नहीं, बल्कि कई बार!

जो कुछ ईश्वर ने आपको दिया है, उसका श्रेय स्वयं को न दें

— गेरौन्डा, मुझे उन शारीरिक क्षमताओं और आध्यात्मिक वरदानों पर गर्व है, जो मेरे पास हैं, ऐसा मेरा विश्वास है।

— तुम्हें गर्व क्यों होना चाहिए? क्या तुमने स्वर्ग और पृथ्वी की रचना की है?³⁷ ईश्वर ने तुम्हें जो दिया है, उसका श्रेय मत लो, और यह दिखाने की कोशिश मत करो कि तुम्हारे पास वह है जो वास्तव में तुम्हारे पास नहीं है। अपने आप से कहो: 'ईश्वर ने मेरी कमजोरी में मुझे कुछ उपहार दिए हैं ताकि मैं नरिशा या दुखी न हो जाऊँ। अब मुझे इन उपहारों को विकसित करना चाहिए ताकि मैं आध्यात्मिक रूप से समृद्ध हो सकूँ। महिमा तेरी हो, हे मेरे परमेश्वर! मैं तुझे धन्यवाद देता हूँ कि तूने मुझ पर दया की और मेरी मदद की।' आप सभी उपहारों को अपना मानते हैं, लेकिन क्या वे वास्तव में आपके हैं? "तुम्हारे पास ऐसा क्या है जो तुमने प्राप्त नहीं किया?"³⁸ यही पर तीव्र बुद्धि की आवश्यकता होती है; यही पर किसी को यह समझने के लिए अपना दमिग लगाना चाहिए कि सभी उपहार ईश्वर से आते हैं। यदि ईश्वर की कृपा हमसे छिनी जाए, तो हम कुछ भी करने में असमर्थ होंगे। यह बहुत सरल है। मान लीजिए कि किसी व्यक्ति में कुछ क्षमताएँ हैं और वह उन पर गर्व करता है। सबसे पहले, उन्हें यह विचार करना चाहिए कि ये क्षमताएँ कहाँ से आई हैं। ईश्वर ने उन्हें वह क्षमताएँ दी हैं। उसने खुद क्या किया है? कुछ भी नहीं। उदाहरण के लिए, ईश्वर ने किसी को बुद्धि का एक बड़ा हिस्सा दिया है, और वह अपना खुद का व्यवसाय चला सकता है और आराम से रह सकता है। तो फिर, उसे अपनी सफलताओं पर घमंड क्यों करना चाहिए? अगर ईश्वर की कृपा उससे वापस ले ली जाए, तो वह कर्ज में डूब सकता है और जेल भी जा सकता है।

किसी भी हाल में, जिसके पास प्रतभा है लेकिन उसमें नम्रता नहीं है, और जो अपने अड़ियल व्यवहार से अपने पड़ोसी को ठेस पहुँचाता है, वह मसीह को थोड़ी जबरदस्ती करने के लिए मजबूर करता है, ताकि उसमें जबरदस्ती नम्रता आ जाए। मान लीजिए कोई एक बड़ा पत्थर हलाना चाहता है लेकिन नहीं कर पाता, क्योंकि उसमें बुद्धि की कमी है। तब दूसरा, बुद्धिमिान व्यक्ति उसके पास आता है और कहता है, 'अरे, तुम्हें समझ नहीं आ रहा?' वह एक बेलचा लेता है और उसे लीवर की तरह इस्तेमाल करके, पत्थर को आसानी से हटा देता है। अगर वह ऐसा व्यवहार करता है, तो क्या ईश्वर को उसके दमिग के बोल्ट थोड़े से ढीले नहीं कर देने चाहिए? कुछ जाने-माने उपदेशक इतनी वाक्-शक्ति खो देते हैं कि वे बाद में एक शब्द भी नहीं बोल पाते! इस तरह उन्हें खुद को नम्र करना पड़ता है। और क्या होगा अगर ईश्वर ऐसे उपदेशक को बना किसी रोक-टोक के बोलने दे? ईश्वर हर व्यक्ति को अपने तरीके से रोकता है, ताकि वे खुद को नुकसान न पहुँचाएँ।

हमें बहुत सावधान रहना चाहिए कि हम उन वरदानों को अपना न मान लें जो ईश्वर ने हमें दिए हैं। हमें ईश्वर का धन्यवाद करना चाहिए और ऐसे वरदानों के अयोग्य साबित न होने के प्रतसिचेत रहना चाहिए। साथ ही, हमें उन लोगों के प्रतसिहानुभूति रखनी चाहिए जिन्हें ईश्वर ने ऐसे वरदान नहीं दिए हैं, और उनके लिए प्रार्थना करनी चाहिए। और जब हम किसी ऐसे व्यक्ति को देखते हैं जो किसी तरह से हमसे नीच है, तो हमें अपने आप से कहना चाहिए: 'अगर उसके पास वे वरदान होते जो ईश्वर ने मुझे दिए हैं, तो वह अब तक एक संत बन चुका होता। न केवल मैं मुझे दिए गए वरदानों को विकसित करने में असफल रहा हूँ, बल्कि मैं ईश्वर द्वारा दिए गए वरदानों का श्रेय खुद लेने के लिए उन्हें धोखा भी दे रहा हूँ।' बेशक, जब कोई व्यक्ति ईश्वर द्वारा दिए गए उपहारों को अपना मान लेता है तो ईश्वर परेशान नहीं होते। बस इतना है कि वह उन्हें और बड़े उपहार नहीं दे सकते, कहीं ऐसा न हो कि उन्हें नुकसान पहुँच जाए। लेकिन यदि कोई व्यक्ति सरलता और वनिम्रता से काम करता है और यह स्वीकार करता है कि उसके उपहार ईश्वर से आए हैं, तो ईश्वर उसे और भी उपहार प्रदान करते हैं।

अहंकार के कारण, हम खुद को दुखी बनाते हैं, क्योंकि हम परमेश्वर द्वारा दिए गए उपहारों को अस्वीकार कर देते हैं, और हम परमेश्वर को भी दुखी करते हैं, जिनके लिए हमें दुखी देखना दर्दनाक होता है। यद्यपि उनके पास प्रचुर धन-संपत्ति है जो वे हमें दे सकते हैं, फिर भी वे हमें नुकसान न पहुँचाने के लिए उन्हें रोक लेते हैं। तो, क्या होता है? अगर वह हमें कोई उपहार देता है, तो हम दूसरों को मक्खी की तरह तुच्छ समझने लगते हैं, और अपने घमंडी व्यवहार से उनका अपमान करते हैं। अगर वह हमें कुछ नहीं देता

³⁷ तुलना करें 2 राजा 19:15; नहेमायाह 9:6; एस्तेर 4:17; यशायाह 37:16; यरिमयाह 39:17।

³⁸ 1 कुरिन्थियों 4:7

है, तो हम नरिशा में पड़ जाते हैं। फरि ईश्वर कहते हैं: 'अगर मैं उन्हें कोई उपहार देता हूँ तो वे घमंडी हो जाते हैं, खुद को नुकसान पहुँचाते हैं और दूसरों के प्रति अहंकारी व्यवहार करते हैं। यदि मैं यह नहीं देता, तो वे कष्ट में रहते हैं और पीड़ित होते हैं। इसलिए मुझे नहीं पता कि क्या करूँ।'

आइए हम ईश्वर का धन्यवाद करें न केवल उन उपहारों के लिए जो उन्होंने हमें प्रदान किए हैं, बल्कि इस तथ्य के लिए भी कि उन्होंने हमें मानव के रूप में बनाया। आखिरकार, वह अपने घर का स्वामी है, और इसलिए वह हमें साँप, बच्छू, कछुआ, खच्चर या गधे के रूप में भी बना सकता था। आइए हम यह कहें: 'ईश्वर मुझे एक खच्चर बना सकते थे; हो सकता है कि मेरा अंत एक क्रूर मालिक के हाथों होता, जो मुझ पर पंद्रह सौ किलो का बोझ लादकर मुझे पीटता, लेकिन उन्होंने ऐसा नहीं किया।' वह मुझे साँप या बच्छू बना सकता था, लेकिन उसने ऐसा नहीं किया। वह मुझे कछुआ, सूअर, मेंढक, मच्छर, मक्खी आदि बना सकता था, लेकिन उसने ऐसा नहीं किया। उसने मुझे क्या बनाया? एक इंसान। और क्या मैं उन उपहारों पर खरा उतरता हूँ जो मुझे दिए गए हैं? नहीं।" यदि कोई व्यक्ति इस तरह तर्क नहीं करता है, तो, भले ही वह दूसरों को धार्मिक दिखाई दे, वह पृथ्वी पर सबसे कपटी व्यक्ति है, क्योंकि वह लोगों को नहीं, बल्कि ईश्वर को धोखा दे रहा है, जिसने उसे इतने सारे उपहार दिए हैं। लेकिन यदि वह सही तर्क करता है, तो भले ही वह आध्यात्मिक ऊँचाइयों तक पहुँच जाए और प्रतिदिन हजारों चमत्कार करे, उसकी अंतरात्मा उसे यह नहीं बताएगी कि वह कुछ खास कर रहा है, क्योंकि वह सब कुछ ईश्वर को श्रेय देता है, जबकि वह स्वयं यह विचार करता है कि क्या वह ईश्वर द्वारा दिए गए उपहारों का योग्य है। इस जीवन में ऐसा व्यक्ति अनुग्रह पर अनुग्रह प्राप्त करता है और अनुग्रह का व्यक्ति बन जाता है, क्योंकि उसके लिए वनिम्रता एक स्वाभाविक अवस्था बन गई है। और यदि वह सारा श्रेय ईश्वर को देता है और ईश्वर का एक कृतज्ञ सेवक बन जाता है, तो आने वाले जीवन में वह सुनेगा: 'शाबाश, हे भले और विश्वासयोग्य सेवक! तू थोड़ी सी बात में विश्वासयोग्य रहा; मैं तुझे बहुत कुछ पर नियुक्त करूँगा।'³⁹

भाग 3। नदि — सबसे बड़ा अन्याय

'केवल परमेश्वर ही धार्मिकता से न्याय करता है, क्योंकि केवल वही मनुष्यों के हृदयों को जानता है। हम, परमेश्वर के धार्मिक न्याय के अभाव में, "बाहरी दिखावे से" न्याय करते हैं, और इसलिए दूसरों को दोषी ठहराते हैं और अनुचित रूप से उन पर आरोप लगाते हैं।'

अध्याय 1. "न्याय न करो, कहीं तुम पर न्याय न किया जाए"⁴⁰

नदि अन्याय से भरी होती है

— गेराना, मुझे नरिणय लेना और नदि करना बहुत आसान लगता है।

— नरिणय करने की आपकी क्षमता ईश्वर द्वारा दिया गया एक वरदान है, लेकिन इसका दुरुपयोग शैतान द्वारा किया जा रहा है, जो आपको नदि करने और पाप करने के लिए मजबूर करता है। इसलिए, जब तक आपकी नरिणय क्षमता शुद्ध और पवित्र नहीं हो जाती, जब तक द्रव्य ज्ञान प्राप्त नहीं हो जाता,

³⁹ मत्ती 25:21

⁴⁰ मत्ती 7:1

तब तक अपनी राय पर भरोसा न करें। यदकिंसी व्यक्ति की नरिणय क्षमता शुद्ध नहीं हुई है, फरि भी वह दूसरों के मामलों में दखल देता है और दूसरों का न्याय करता है, तो वह लगातार नदि में पड़ता रहता है।

— और किसी की नरिणय शक्त को कैसे पवतिर किया जा सकता है?

— इसे शुद्ध किया जाना चाहिए। आपके इरादे और इच्छाएँ अच्छी हो सकती हैं, लेकिन क्या आपको यकीन है कि आप हमेशा सही नरिणय लेते हैं? फरि भी आपका नरिणय मानवीय, सांसारिक है। खुद को मानवीय से मुक्त करने, नस्तिवार्थता प्राप्त करने का प्रयास करें, ताकि दिव्य ज्ञान प्राप्त हो और आपका नरिणय आध्यात्मिक, दिव्य बन जाए। तब आपका न्याय मानवीय न्याय के बजाय दैवीय न्याय के अनुरूप होगा; यह मानवीय तर्क के बजाय ईश्वर के प्रेम और दया के अनुरूप होगा। केवल ईश्वर ही धार्मिक रूप से न्याय करते हैं, क्योंकि केवल वही मनुष्यों के हृदय को जानते हैं। हम, ईश्वर के धर्मी न्याय से अनभिज्ञ होकर, 'बाहरी दिखावे से', सतही तौर पर नरिणय लेते हैं, और इसलिए दूसरों को दोषी ठहराते हैं और अनुचित रूप से उन पर आरोप लगाते हैं। हमारा मानवीय नरिणय सबसे बड़ा अन्याय है। याद रखें कि भिंसीह ने क्या कहा: 'बाहरी दिखावे से नरिणय मत करो, बल्कि धर्मी नरिणय करो।'⁴¹

बहुत सावधानी बरतने की आवश्यकता है; हम कभी भी मामलों की सच्ची स्थिति को नहीं जान सकते। कई साल पहले, माउंट अथोस पर एक मठ में एक धर्मनिरपेक्ष डकिन रहता था, जो एक दिन मठ छोड़कर अपने देश, दुनिया में लौट आया। उस समय, मठ के अन्य संतों की उसके बारे में मली-जुली राय थी। लेकिन हुआ क्या था? किसी ने उन्हें पत्र लिखकर बताया कि उनकी बहनें अभी भी अपनी आजीविका चलाने के लिए संघर्ष कर रही थीं, और इस डर से कि वे सही रास्ते से भटक सकती हैं, वह उनकी मदद करने गया। उसे एक कारखाने में काम मिल गया और उसने मठ में रहने की तुलना में और भी अधिक तपस्या से जीवन व्यतीत किया। अपनी बहनों का जीवन व्यवस्थित करते ही, उसने अपनी नौकरी छोड़ दी और मठ लौट आया। मठाध्यक्ष ने, यह देखकर कि वह सब कुछ जानता था—मठिय नियम, आज्ञाकारिता के कर्तव्य, आदि—पूछा कि उसने यह सब कहाँ सीखा था। तब उसने अपना मन खोल दिया और उन्हें सब कुछ बता दिया। मठाधीश ने बशिप को सूचित किया, और बशिप ने तुरंत ही उन्हें पादरी नियुक्त कर दिया। फरि वे एक दूरस्थ मठ में चले गए, जहाँ उन्होंने कठोर तपस्या का जीवन जिया, पवतिरता प्राप्त की और कई लोगों को आध्यात्मिक मार्गदर्शन प्रदान किया। जहाँ तक उन लोगों का सवाल है जो नहीं जानते कि कहानी का अंत कैसे हुआ, वे शायद आज भी उनकी नदि कर रहे हैं।⁴²

हमें नदि करने में बहुत सावधान रहना चाहिए! जब हम किसी की नदि करते हैं तो हम अपने पड़ोसी पर कतिना अन्याय करते हैं! हालाँकि वास्तव में हम दूसरों पर नहीं, बल्कि खुद पर अन्याय करते हैं, क्योंकि परमेश्वर हमसे मुँह मोड़ लेते हैं। नदि से अधिक घृणित कुछ भी परमेश्वर को नहीं लगता, क्योंकि परमेश्वर धर्मी हैं, जबकि नदि अन्याय से भरी होती है।

हम कैसे नरिणय लेते हैं

— गेरोन्डा, मैं अक्सर नरिणय लेने के जाल में क्यों फँस जाता हूँ?

— क्योंकि तुम दूसरों को देखती हो। तुम उत्सुक हो और जानना चाहती हो कि एक बहन क्या कर रही है, दूसरी क्या कर रही है। तुम सामग्री इकट्ठा करती हो ताकि शैतान के पास खुद को व्यस्त रखने के लिए कुछ हो और वह तुम्हें न्याय करने के लिए प्रेरित कर सके।

— मैं पहले दूसरों की कमियाँ नहीं देखती थी, लेकिन अब देखती हूँ, और मैं उन पर नरिणय लगाती हूँ...

— अब तुम दूसरों की कमियाँ देखती हो क्योंकि तुम अपनी कमियाँ नहीं देखती।

⁴¹ यूहन्ना 7:24

⁴² इस मामले में, इस व्यक्ति के कार्य चर्च के नियमों और धार्मिक अनुशासन के विरुद्ध हैं और उन्हें सही नहीं माना जा सकता। एल्डर पैसगोस ने यह उदाहरण यह दर्शाने के लिए दिया कि 'बाहरी दिखावे से' किया गया नरिणय, चाहे वह कतिना भी सही क्यों न लगे, किसी व्यक्ति के प्रति अन्यायपूर्ण हो सकता है। — संकलक की टिप्पणी।

— जेरोंडा, ये नरिण्यात्मक वचिार कहाँ से आते हैं?

— अहंकार से, यानी घमंड और आत्म-न्याय की प्रवृत्त से।

— जेरोंडा, क्या नरिणय करना प्रेम की कमी से उत्पन्न होता है?

— यह प्रेम की कमी और तरिस्कार के कारण हो सकता है। जब आपके पास प्रेम नहीं होता, तो आप दूसरों की गलतियों के प्रतिसहषिणुता खो देते हैं; आप उन्हें मानसिक रूप से नीचा दिखाते और अपमानित करते हैं। फिर 'तंगलाश्का' आ जाता है, जो उन्हें एक और गलती करने के लिए धकेलता है; आप इसे देखते हैं, फिर से उनकी नंदा करते हैं, और फिर उनके प्रततिरिस्कार से पेश आने लगते हैं।

— गेरोंडा, कभी-कभी मेरी एक सहकर्मी बहन मुझे परेशान कर देती है, और मैं उस पर नरिणय लगाती हूँ।

— आपको कैसे पता कविह बहन इस कषण कतिने 'तंगलाश्का' से जूझ रही है? शायद पचास राक्षस उस पर हमला कर रहे थे, उस पर हावी होने की कोशिश कर रहे थे, ताकि आप फिर कह सकें, 'आह, तो तुम ऐसी इंसान हो।' और जब वे देखेंगे कि आपने उस पर फैसला सुना दिया है, तो पाँच सौ राक्षस फिर से आपके सामने उसे अपमानित करने आएँगे, ताकि आप उस पर और भी अधिक फैसला सुना सकें। उदाहरण के लिए, आप कह सकते हैं: 'बहन, वह चीज़ वहाँ मत रखना; वह यहाँ की है।' अगले दनि, तांगलाश्का यह सुनिश्चित कर सकती है कि विह भूल जाए कि आपने उससे क्या कहा था और वह चीज़ को फिर से उसकी पुरानी जगह पर रख दे। वह कुछ और गलत करेगी, और आप अपने आप से सोचने लगेंगे: 'क्या मैंने कल उसे नहीं बताया था, और फिर भी आज वह वही कर रही है! उसने दूसरे तरीकों से भी परेशानी पैदा की है!' इस बंदि पर, आप उस पर नरिणय लगा रहे होते हैं और कहने से खुद को रोक नहीं पाते: "बहन, क्या मैंने तुम्हें वहाँ नहीं रखने के लिए नहीं कहा था? यह एक गड़बड़ है। तुम अपने व्यवहार से मुझे उकसा रही हो!" और बस: शैतान ने अपना काम कर लिया! उसने आपको उसे नंदा करने और उससे अपना रिश्ता बगिड़ने के लिए उकसाया है। और वह, यह महसूस कि बनिा कि उसकी लापरवाही का कारण आप थे, आपको परेशान करने के लिए अपराध-बोध से ग्रस्त होगी, और उदासी में डूब जाएगी। देखिए कि टिंगलाश्का कतिनी चालाकी से काम करता है, और फिर भी हम उसकी सुनते हैं।

इसलिए, किसी को भी आँकने की कोशिश न करें; केवल तांगलाश्काओं को आँकें, जो फ़रिश्तों से राक्षसों में बदल गए हैं, और पश्चाताप करने के बजाय, और भी अधिक चालाक और दुष्ट होते जा रहे हैं, और ईश्वर की रचनाओं को वनिाश की ओर ले जाने के लिए अपनी पूरी कोशिश कर रहे हैं। बुराई लोगों को अजीब काम करने और अव्यवस्था पैदा करने के लिए उकसाती है, और साथ ही दूसरों के मन में नंदा के वचिार डालती है, इस प्रकार दोनों समूहों पर वजिय प्राप्त करती है। लेकिन जो अव्यवस्था पैदा करते हैं, वे बाद में अपने अपराध-बोध को महसूस करते हैं और पश्चाताप करते हैं, जबकि दूसरे, जो नंदा करते हैं, खुद को सही ठहराते हैं, अहंकारी हो जाते हैं और ठीक वैसे ही गरि जाते हैं जैसे बुराई गरि थी — अहंकार के कारण।

जो लोग नरिणय करते हैं, उनसे ईश्वर की कृपा दूर हो जाती है

— एल्डर, जब मेरे मन में किसी के खिलाफ कोई वचिार आता है, तो क्या वह हमेशा नंदा ही होती है?

— क्या आप उस समय यह महसूस नहीं करते?

— कभी-कभी मुझे इसका एहसास बहुत देर से होता है।

— अपनी गरिवट को जल्द से जल्द महसूस करने की कोशिश करो और जसि बहन का तुमने न्याय किया है, उससे और ईश्वर से क्षमा मांगो, क्योंकि न्याय प्रार्थना में एक बाधा बन जाता है। ईश्वर की कृपा स्वाभाविक रूप से न्याय से पीछे हट जाती है, और ईश्वर के साथ तुम्हारे संबंधों में एक ठंडक आ जाती है। बाद में तुम प्रार्थना कैसे करोगे? हृदय बर्फ, पत्थर के समान हो जाता है।

दूसरों का न्याय करना और बदनामी करना सबसे भयानक पाप हैं; वे किसी भी अन्य पाप से अधिक शक्तिशाली हैं और ईश्वर की कृपा को दूर भगा देते हैं। संत जॉन क्लाइमक्स कहते हैं, 'जिस प्रकार पानी आग को बुझाता है, उसी प्रकार दूसरों का न्याय ईश्वर की कृपा को बुझा देता है।'⁴³

— गेरोना, मैं सुबह की प्रार्थना के दौरान सो जाता हूँ।

— शायद तुमने किसी बहन का न्याय किया है? तुम चीजों को सतही तौर पर देखते हो और दूसरों का न्याय करते हो; इसीलिए तुम सेवा के दौरान सो जाते हो। जब कोई व्यक्ति न्याय करता है और चीजों को आध्यात्मिक रूप से नहीं देखता है, तो वह आध्यात्मिक शक्ति से वंचित हो जाता है। और जब वह शक्ति से वंचित हो जाता है, तो या तो उसे नींद आती है या, इसके विपरीत, अनिद्रा से पीड़ित होता है।

— जेरोडा, मैं अक्सर अत्यधिक खाने के कारण पाप करता हूँ।

— अभी, तुम्हें अपना सारा ध्यान अपनी नरिणय लेने की आदत पर केंद्रित करना चाहिए। अगर तुम दूसरों का नरिणय लेना बंद नहीं करोगे, तो तुम अपनी अतिभिक्षण की आदत से भी खुद को मुक्त नहीं कर पाओगे। जो व्यक्ति दूसरों का न्याय करता है, वह स्वयं से ईश्वर की कृपा को दूर भगा देता है, असहाय हो जाता है और इसलिए अपनी आदतों को सुधार नहीं पाता है। और यदि वे अपनी गलती को नहीं समझते हैं और स्वयं को नम्र नहीं बनाते हैं, तो वे लगातार गरिब रहेंगे। लेकिन यदि वे समझ जाते हैं और मदद के लिए ईश्वर की ओर मुड़ते हैं, तो ईश्वर की कृपा लौट आएगी।

जो दूसरों का न्याय करते हैं, वे उन्हीं पापों में गिर जाते हैं

— एल्डर, ऐसा क्यों होता है: जब मैं किसी बहन को किसी कमी के लिए आंकती हूँ, तो मैं खुद भी वही काम करने लगती हूँ?

— यदि कोई किसी को किसी बात के लिए दोषी ठहराता है, लेकिन अपनी ही गरिब को महसूस नहीं करता और पश्चाताप नहीं करता, तो वह आमतौर पर स्वयं उसी पाप में गिर जाता है। ऐसा इसलिए होता है ताकि वह व्यक्ति अपनी ही गरिब को महसूस कर सके। अपने प्रेम के कारण, ईश्वर एक व्यक्ति को उस व्यक्ति की स्थिति का अनुभव करने देते हैं जिस पर उसने नरिणय लगाया है। उदाहरण के लिए, यदि आप किसी के बारे में कहते हैं कि वह लालची है, और यह समझने में विफल रहते हैं कि आपने वास्तव में क्या नरिणय लगाया है, तो ईश्वर अपनी कृपा वापस ले लेंगे और आपको भी लालच में पड़ने देंगे — और आप जमाखोरी करने लगेंगे। जब तक आप अपनी गरिब को महसूस नहीं करते और ईश्वर से क्षमा नहीं मांगते, तब तक आध्यात्मिक नियम काम करते रहेंगे।

आपको इसे बेहतर ढंग से समझने में मदद करने के लिए, मैं आपको अपने जीवन की एक कहानी सुनाऊँगी। जब मैं स्टोमयिन मठ में रह रही थी, मुझे पता चला कि मेरी एक सहपाठी सही रास्ते से भटक गई थी। मैंने प्रार्थना की कि ईश्वर उसे मठ में आकर मुझसे मिलने के लिए प्रेरित करें। मैंने पवित्र धर्मग्रंथों और पवित्र पत्रों से पश्चाताप पर कुछ अंश भी लिखकर रखे। और फिर एक दिन वह आ गई। हमने बातें कीं, और मुझे लगा कि वह सब कुछ समझ गई है। वह अपने बच्चे के साथ अक्सर मठ आने लगी, चर्च के लिए मोमबत्तियाँ, तेल और धूप लाती थी। एक दिन, मेरे कुछ परिचित—कोनटिसा के तीर्थयात्री—मुझसे कहने लगे: "गेरोना, यह महिला ढोंग कर रही है। वह यहाँ मोमबत्तियाँ और धूप लाती है, लेकिन शहर में वह अधिकारियों के साथ घूमती रहती है।" जब वह अगली बार मठ में आई, तो मैंने चर्च में उस पर चिल्लाना शुरू कर दिया: "यहाँ से निकल जाओ, तुमने तो पूरी जगह को गंदा कर दिया है!.." वह बेचारी महिला आँसुओं में डूबी चली गई। कुछ समय बाद, मुझे एक तीव्र शारीरिक संघर्ष महसूस हुआ। "यह क्या है? मुझे पहले कभी ऐसी परीक्षा नहीं हुई। क्या हो रहा है?" मुझे इसका कारण समझ नहीं आ रहा था। मैंने प्रार्थना की—लेकिन यह दूर नहीं गया। मैं माउंट गामिला की ओर चल पड़ा।⁴⁴ मैंने सोचा, "मुझे तो भालू खा जाएँ, वह बेहतर होगा।"

⁴³ सनार्ड के जॉन। सीडी। एथेस, 1969। पृ. 145।

⁴⁴ गामिला माउंट पडिस पर एक चोटी का नाम है। — संकलक की टिप्पणी।

मैं बहुत ऊपर चढ़ गया, लेकिन परीक्षा दूर नहीं हुई। मेरी कमर में एक छोटी कुल्हाड़ी लटकी थी। मैंने उसे निकाला और अपनी टांग पर तीन बार वार किया, इस उम्मीद में कि दर्द से यह प्रलोभन दूर हो जाएगा। खून मेरे जूते में बह गया, लेकिन प्रलोभन दूर नहीं हुआ। अचानक, उस महिला के बारे में एक विचार मेरे मन में कौंधा। मुझे वे शब्द याद आए जो मैंने उससे कहे थे। मैंने सोचा, "हे मेरे ईश्वर, मैंने तो इस नारकीय यातना का केवल थोड़ा सा अनुभव किया है, फिर भी वह तो लगातार इसी में जीती है!... हे भगवान, मुझे उसके बारे में गलत फैसला करने के लिए क्षमा कर देना।" और तुरंत मुझे एक द्रव्य ठंडक महसूस हुई; संघर्ष खत्म हो गया था। क्या आप देख रहे हैं कि निरिणय क्या करता है?⁴⁵

यदि हम दूसरों की गलतियों को क्षमा करते हैं, तो ईश्वर भी हमारी गलतियों को क्षमा करेंगे

— गेरोन्डा, आज जैतून इकट्ठा करते समय मैंने कुछ बहनों को आँका क्योंकि वे अपने काम पर ध्यान नहीं दे रही थीं।

— जानो, दूसरों को आँकने और उनकी नंदा करने से हाथ खींच लो, वरना ईश्वर भी तुम्हारी नंदा करेगा। क्या तुम कभी थोड़ी सी खराब हुई जैतून को अच्छी जैतून के साथ नहीं मिलाते?

— नहीं, मैं कोशिश करती हूँ कि ऐसा न करूँ।

— अगर मसीह अंतिम न्याय के दिन हमें भी इतनी ही सावधानी से छाँटते, तो हम तो खो ही जाते! लेकिन अगर हम दूसरों की गलतियों को माफ करते हैं और उनकी नंदा नहीं करते, तो बाद में हम मसीह से कह पाएँगे: 'हे ईश्वर, मुझे भी किसी छोटे से कोने में स्वर्ग में डाल दो!' क्या आपको याद है कि पिता की पुस्तक में उस लापरवाह भिक्षु के बारे में क्या लिखा है जो दूसरों का न्याय न करने के कारण बचा गया था? जब उसकी मृत्यु का समय आया, तो वह प्रसन्न और शांतपूरण था। फिर, अन्य कोठड़ियों से आए संतों के आध्यात्मिक लाभ के लिए, वरिष्ठ ने उससे पूछा: 'भाई, तुम मृत्यु से क्यों नहीं डरते, जबकि तुमने इतनी लापरवाही से जीवन जिया है?' भाई ने उत्तर दिया: 'यह सच है कि मैंने लापरवाही से जीवन जिया है, लेकिन जब से मैं भिक्षु बना हूँ, मैंने किसी पर भी निरिणय न लगाने की कोशिश की है; इसलिए, अब मैं मसीह से कहूँगा: 'हे मसीह, मैं एक नीच मनुष्य हूँ, लेकिन कम से कम मैंने आपकी आज्ञा का पालन तो किया है: "निरिणय मत करो, ताकि तुम पर निरिणय न किया जाए" ⁴⁶ "धन्य हो, भाई," वृद्ध ने उससे कहा, "क्योंकि तुमने बिना प्रयास के मोक्ष प्राप्त कर लिया है।" ⁴⁷

— गेरोना, कुछ विश्वासी, जब वे किसी व्यक्ति को पाप में जीते हुए देखते हैं, तो कहते हैं: 'वह सीधे नरक के रास्ते पर है!'

— हाँ, जहाँ सांसारिक लोग अपनी दुराचार के कारण नरक जा सकते हैं, वहीं आध्यात्मिक लोग अपने निरिणय के कारण जा सकते हैं... कोई भी यह नहीं कह सकता कि कोई नरक जाएगा। हम नहीं जानते कि ईश्वर कैसे कार्य करता है। ईश्वर के निरिणय एक गहराई हैं। हमें किसी को भी नंदा नहीं करनी चाहिए, क्योंकि ऐसा करने से हम न्याय परमेश्वर के हाथों से छीन लेते हैं और खुद को देवता बना लेते हैं। यदि मसीह हमें न्याय के दिन पूछते हैं, तभी हम अपनी राय देंगे...

⁴⁵ अपने वृत्तांत के माध्यम से, एल्डर पैसियोस यह दर्शाते हैं कि मसीह के प्रेम के लिए, वह शहादत का सामना करने के लिए भी तैयार थे। मसीह का प्रेम उनके हृदय में जलता था और उसे चर्म तपस्या के कारणों और दुख सहने के लिए प्रेरित करता था। ऐसे कार्य के पीछे प्रेरक तत्व शरीर से घृणा नहीं, बल्कि मसीह के प्रति प्रेम था। संतजनों के जीवन में भी इसी प्रकार के उदाहरण मिलते हैं (देखें पूज्य मार्टिनियन का जीवन, 13 फरवरी)। एल्डर पैसियोस ने यह कहानी यह दिखाने के लिए सुनाई कि कैसे नंदा के परिणामस्वरूप ईश्वर की कृपा किसी व्यक्ति से दूर हो जाती है, और वह किसी भी तरह से मांसल प्रलोभनों से लड़ने के तरीके के रूप में ऐसा सुझाव नहीं दे रहे थे। — संकलक का नोट।

⁴⁶ मत्ती 7:1

⁴⁷ देखें *टू मेगा जेरोटकिन*। खंड I / थेसालोनीकी, 1994। पृ. 344

अध्याय 2. नदि के वरिद्ध संघर्ष

यदि हम अपना काम करें, तो हम न्याय नहीं करेंगे

— गेरौन्डा, जब मैं समुदाय में अव्यवस्था देखता हूँ तो मैं मन ही मन उसका न्याय कर लेता हूँ।

— अपने घर को व्यवस्थिति रखें, और दूसरों के अव्यवस्था को न देखें। अपने प्रतिसिखत रहें, दूसरों के प्रतनिहीं। आज आपने क्या किया?

— मैं धूल झाड़ रहा था।

— क्या आप दूसरों की चीजों पर धूल झाड़ रहे थे या अपनी चीजों पर?

— दुर्भाग्यवश, दूसरों से।

— देखो, जब तुम दूसरों के कामों में दलिचस्पी लेना बंद कर दोगे, तभी तुम खुद पर काम करना शुरू करोगे। अगर तुम अपना ध्यान खुद पर केंद्रित करोगे और दूसरों को देखना बंद कर दोगे, तो तुम केवल अपनी ही कमियों को देखोगे, जबकि दूसरों में उन कमियों पर ध्यान नहीं दोगे। फिर तुम खुद पर से भरोसा खो दोगे—एक अच्छे मायने में—और केवल खुद का ही आकलन करोगे। आप अपनी पापी प्रवृत्तियों को महसूस करेंगे और अपनी कमजोरियों से छुटकारा पाने का प्रयास करेंगे। फिर, जब आप दूसरों में कोई कमजोरी देखेंगे, तो आप अपने आप से कहेंगे: 'क्या मैंने सच में अपनी कमजोरियों पर काबू पा लिया है? मैं दूसरों से ऐसी माँगें कैसे कर सकता हूँ?' इसलिए, छपि हुए अहंकार से बचने के लिए लगातार अपनी जाँच-पड़ताल करें और अपनी नगिरानी रखें, और आंतरिक नदि से बचने के लिए वविक के साथ आत्म-नदि का अभ्यास करें। इस तरह आप सही हो जाएँगे।

— जेरौन्डा, बाबा इसाक लिखते हैं: 'यदि आप पवतिरता से प्रेम करते हैं... तो अपने हृदय की दाख की बारी में प्रवेश करें, उसमें काम करें, अपनी आत्मा से जुनून को जड़ से उखाड़ फेंकें, और मानव दुष्टता के प्रतिसिचेत न रहने का प्रयास करें।'⁴⁸ इसका क्या मतलब है?

— इसका मतलब है कि मिनुष्य को अपने भीतर झाँकना चाहिए और अपने ऊपर काम करना चाहिए। संतों ने पवतिरता कैसे प्राप्त की? उन्होंने अपने भीतर झाँका और केवल अपने ही भावों को देखा। आत्म-नदि और आत्म-आलोचना के माध्यम से, उनकी आत्मा की आँखों से पर्दा उठ गया, और वे स्पष्ट और गहराई से देखने लगे। उन्होंने खुद को सभी लोगों से नीच समझा और हर किसी को खुद से बेहतर माना। उन्होंने अपनी ही कमियों को बड़ा और दूसरों की कमियों को छोटा देखा, क्योंकि उन्होंने सांसारिक आँखों से नहीं, बल्कि आत्मा की आँखों से देखा। इसीलिए उन्होंने अपने बारे में कहा: 'मैं सभी लोगों से भी बदतर हूँ।' उनकी आध्यात्मिक आँखें शुद्ध हो गईं और तीक्ष्ण हो गईं, इसलिए उन्होंने अपनी कमियों को — चगिरियों को — लकड़ी के लट्ठों के रूप में देखा। हम, हालाँकि हमारी कमियाँ लट्ठों जैसी हैं, उन्हें टहनियों⁴⁹ की तरह देखते हैं या उन्हें बलिकुल भी नहीं देखते। हम दूसरों की बारीकी से जाँच करते हैं। दूसरों के पाप हमें बड़े लगते हैं, जबकि हम अपने पाप नहीं देखते, क्योंकि हमारी आत्मा की आँखें शुद्ध नहीं हुई हैं।

मुख्य बात यह है कि आत्मा की आँखें शुद्ध होनी चाहिए। जब मसीह ने अंधे आदमी से पूछा, 'अब तुम लोगों को कैसे देखते हो?', तो उस आदमी ने जवाब दिया, 'पेड़ों की तरह,'⁵⁰ क्योंकि उसकी दृष्टि पूरी तरह से बहाल नहीं हुई थी। जब उसकी दृष्टि पूरी तरह से बहाल हो गई, तो वह स्पष्ट रूप से देखने लगा। एक अच्छी आध्यात्मिक स्थिति प्राप्त करने पर, एक व्यक्ति सब कुछ स्पष्ट रूप से देखता है और दूसरों की सभी

⁴⁸ उद्धृत: अबबा इसाक द सीरियन के तपस्वी कथन। मॉस्को, 1993। पृ. 262

⁴⁹ तुलना करें मत्ती 7:3

⁵⁰ तुलना करें: मरकुस 8:24

कर्मियों को—सकारात्मक अर्थ में—क्षमा कर देता है, क्योंकि वे उन्हें मानवीय दृष्टि से नहीं, बल्कि आध्यात्मिक दृष्टि से देखते हैं।

यदि हम दूसरों को बख्शते हैं, तो हम उनकी नदि नहीं करते

— जब मुझे घमंड और नरिणय के वचिर आते हैं, तो मैं दूसरों को बख्शने की कोशिश करता हूँ। क्या यह पतन है या संघर्ष, गेरोन्डा?

— एक संघर्ष। जब कोई व्यक्ति अपना मुँह खुला छोड़कर घूरता है, तो एक मक्खी उसमें जा सकती है। बेशक, वह उसे थूक देगा, लेकिन मक्खी को पहले ही अंदर आने से रोकने की कोशिश करना बेहतर है।

— गेरोन्डा, जब मैं दूसरों को देखता हूँ तो अक्सर खुद को उनका न्याय करते हुए पाता हूँ।

— सच कहूँ तो, आपके चारों ओर जो हो रहा है उसे देखे बिना रहना असंभव है। हालाँकि, आपको वकिसति करने की ज़रूरत है ताकि आप वशिष परस्थितियों को देख सकें और लोगों को बख्श सकें। तब आप उन्हें अनुकूल दृष्टिकोण से देखेंगे।

— जेरोंडा, सेवा के दौरान मेरे मन में वचिर आते हैं कि एक बहन कोरस में क्यों नहीं आती, दूसरी धीरे-धीरे क्यों गाती है, और इस तरह मैं लगातार दूसरों का मूल्यांकन करती रहती हूँ।

— आप यह क्यों नहीं सोचते कि शायद वह बहन थकी हुई है, या शायद वह असुवस्थ है और सोई नहीं है, और इसीलिए वह गा नहीं रही है? मैं ऐसी बहनों को जानती हूँ जो बीमार होने और बुखार होने पर भी, मुश्किल से अपने पैर घसीटते हुए, फिर भी अपने कर्तव्यों का पालन करने जाती हैं और यह सुनिश्चित करने की कोशिश करती हैं कि किसी को कुछ पता न चले, ताकि उन्हें अपने कर्तव्यों से छूट न मिले और उनकी जगह पर किसी दूसरी बहन को न रखा जाए, जैसी फिर दो लोगों का काम करना पड़े। क्या यह आपको भावुक नहीं करता?

— हाँ, ऐसा होता है, लेकिन जब कोई बहन बदतमीजी करती है तो मैं हमेशा उसके लिए बहाने नहीं बना पाती।

— क्या आपने कभी सोचा है कि कोई बहन अपने सद्गुण को छपाने के लिए बदतमीजी कर रही हो? मैं ऐसे लोगों को जानती हूँ जो जानबूझकर परेशानी खड़ी करते हैं ताकि जो लोग अपने प्रतिलापरवाह हैं, वे उनकी बुराई करें। या शायद वह बहन इसलिए बदतमीजी कर रही है क्योंकि वह थकी हुई है, लेकिन फिर वह तुरंत पश्चाताप कर लेती है। उसने अपने व्यवहार के लिए पहले ही पश्चाताप कर लिया है, फिर भी आप उसकी नदि करना जारी रखते हैं। लोगों की नज़रों में वह अपमानित दिखती है, लेकिन ईश्वर की नज़रों में वह गौरवान्वित है।

— गेरोना, मैं थोड़ा संकीर्ण-दृष्टिवाला हूँ: मैं किसी को बख्शने के लिए खुद को उसके स्थान पर नहीं रखता।

— जो लोग गलती करते हैं, उन पर करुणा से देखो, और जो कुछ ईश्वर ने तुम्हें दिया है, उसके लिए उसकी महिमा करो; अन्यथा, वह बाद में तुमसे कह सकता है: 'मैंने तुम्हें इतना कुछ दिया है, तो तुमने मेरे साथ इतनी क्रूरता क्यों की?' इस बात पर वचिर करो कि उस व्यक्ति के अतीत में क्या था, उसे आत्म-विकास के लिए क्या अवसर मिले थे, और तुम्हें कौन से अवसर मिले थे जिनका तुमने उपयोग नहीं किया। इस तरह, तुम ईश्वर द्वारा तुम पर दी गई आशीर्वादों में आनंदित होओगे, उसकी महिमा करोगे, और स्वयं को नम्र करोगे। साथ ही, आपको अपने भाई के लिए प्रेम और करुणा महसूस होगी, जैसी आपके जैसे अवसर नहीं मिले, और आप उसके लिए दिल से प्रार्थना करेंगे।

ऐसे लोग हैं जो गंभीर अपराध करते हैं, लेकिन उनके मामले में कई शमोल करने वाले हालात होते हैं। कौन जाने कि ईश्वर की दृष्टि में ये लोग कैसे हैं? अगर ईश्वर ने हमारी मदद न की होती, तो शायद हम भी गुंडा बन गए होते। मान लीजिए कि एक अपराधी ने बीस अपराध किए हैं; मैं उसकी नदि करता हूँ, लेकिन मैं नहीं जानता कि उसका अतीत कैसा था। कौन जाने कि उसके पिता ने कतिने अपराध किए होंगे!... शायद उसे

बचपन से ही चोरी करने के लिए भेजा गया था? और फरि, अपनी जवानी में, उसने कई साल जेल में बित्ताए, जहाँ अनुभवी चोरों ने उसे सखाया। वह बीस नहीं, बल्क चालीस अपराध कर सकता था, फरि भी उसने खुद को रोका। जबकमैं, अपनी जन्मजात प्रवृत्तियों और पालन-पोषण के साथ, अब तक चमत्कार कर रहा होता। क्या मैं चमत्कार कर रहा हूँ? नहीं, मैं नहीं कर रहा हूँ। तो मेरे लिए कोई बहाना नहीं है। लेकिन अगर मैंने बीस चमत्कार भी कएि होते—और मैं चालीस कर सकता था—तब भी मेरे लिए कोई बहाना नहीं है। ऐसे वचारों से, हम नदि से बचते हैं और अपने कठोर दिलों को थोड़ा नरम कर लेते हैं।

तुरंत कोई नषिकर्ष नकिलने की जल्दी न करे

— जेरोंडा, दूसरों को आँकने से बचने में मुझे क्या मदद कर सकता है?

— क्या वाकई हमेशा वैसा ही होता है जैसा आप सोचते हैं? नहीं। तो फरि कहें: 'मैं हमेशा सही नहीं सोचता; मैं अक्सर गलतियाँ करता हूँ।' उदाहरण के लिए, किसी वशिष मामले में, मैंने ऐसा सोचा था, लेकिन पता चला कि मैं गलत था। किसी अन्य अवसर पर, मैंने किसी के बारे में फैसला किया, लेकिन पता चला कि मैंने उनके प्रतानावश्यक और अनुचित व्यवहार किया था। परणामस्वरूप, मुझे अपने ही वचारों को नहीं सुनना चाहिए। हम में से प्रत्येक ने, किसी न किसी समय, अपनी धारणाओं में गलती की है। यदि हम खुद को उन समयों की याद दिलाएँ जब हम अपने नरिण्यों में गलत थे, तो हम नरिण्य लेने से बचेंगे। भले ही, एक अवसर पर, हम गलत नहीं थे बल्कि अपनी राय में सही नकिले हों—हमें नषिकर्ष नकिलने की जल्दी नहीं करनी चाहिए। क्या हम वास्तव में जानते हैं कि किसी दूसरे व्यक्ति के लिए क्या वशिष परस्थितियाँ हो सकती हैं?

अपने युवा दनिों में भी, नदि हमेशा मेरी जीभ पर रहती थी। चूँकि मैं काफी ईमानदारी से रहता था और मुझमें कुछ धार्मिकता का दखावा था, इसलिए मैंने जो कुछ भी मुझे गलत लगता था, उसकी नदि की। जब कोई व्यक्ति दुनिया में आध्यात्मिक जीवन जीता है, तो वह दूसरों में दोष देख सकता है और उनके गुणों को देखने में वफिल रहता है। वह उन लोगों पर ध्यान नहीं देता जो सद्गुणों का पालन करते हैं, क्योंकि वे गुमनामी में रहते हैं, लेकिन वह दूसरों को बुराई करते हुए देखता है और उनकी नदि करता है। एक गलत काम करता है, दूसरा गलत रास्ते पर चलता है, तीसरा गलत दशा में देखता है...

क्या आप जानते हैं कि मेरे साथ एक बार क्या हुआ था? मैं और एक परिचित मोनओडेन्ड्री के मठ में एक प्रार्थना सभा में गए, जो कोनटिसा से लगभग नौ घंटे की पैदल दूरी पर है। चर्च में, मेरी सहेली गायन मंडली के मंच पर चली गई, जबकि मैं भजन गायकों के पीछे सभा में खड़ी रही और उनके साथ धीरे-धीरे गाती रही। कुछ देर बाद, काले कपड़े पहने एक काफी युवा महिला चर्च में आई, मेरे बगल में खड़ी हो गई और मुझे ध्यान से देखने लगी। वह मुझे देखती और अपना हाथ क्रॉस करती, देखती और अपना हाथ क्रॉस करती... मुझे चढ़ि हुई। मैंने सोचा, "वह कैसी इंसान है? वह मुझे ऐसे घूर क्यों रही है?" जब मेरी बहनें सड़क पर से गुजरती थीं तो मैं उन्हें कभी घूरता नहीं था। वे बाद में घर आकर मेरी माँ से शकियत करती: "आरसेनी⁵¹ ने मुझे देखा और सीधे नकिल गया!" "अरे, यह कोई तरीका है व्यवहार करने का," बाद में माँ मुझसे कहती, "तुम सड़क पर अपनी बहनों से मलिते हो और नमस्ते तक नहीं कहते!" "क्या मुझे हर गुजरती हुई महिला को घूरना चाहिए, चाहे वह मेरी बहन हो या नहीं," मैं जवाब देता। "हमारे बहुत सारे रशितेदार हैं।⁵² मेरे पास करने के लिए इससे बेहतर कुछ नहीं है।" मैं ऐसी ही चरम बातों तक जाया करती थी: एक बहन गुजरती है, और मैं उसे हैलो भी नहीं कहती! खैर, जो भी... जैसे ही पूजा खत्म हुई, उस काली पोशाक वाली महिला ने मुझे अपने घर बुलाया। पता चला कि मैं उसके बेटे जैसी ही दखित थी, जो युद्ध में मारा गया था! तो इसलिए वह चर्च में मुझे देख-देख कर खुद को क्रॉस कर रही थी: मैं उसे उसके बच्चे की याद दिला रही थी। और मैं वहाँ खड़ी थी, उस पर फैसला लगा रही थी: " , वह कतिनी नरिलज्ज है, जसि तरह से वह चर्च में घूरती है!" उस घटना के

⁵¹ एल्डर पैसयिस का सांसारिक नाम। — संकलक की टपिपणी

⁵² एल्डर पैसयिस के सात भाई-बहन थे। उस समय तक, उनकी तीन बड़ी बहनों की शादी पहले ही हो चुकी थी। — संकलक की टपिपणी

बाद मुझे बहुत बुरा लगा। मैंने खुद से कहा, "तुम्हें पता ही नहीं है कि तुम क्या सोच रही हो, लेकिन उसने अपना बेटा खो दिया है; वह शोक में है!"

एक और अवसर पर, मैंने सेना में तैनात अपने भाई को आँका। कंपनी के क्वार्टरमास्टर ने मुझसे कहा: 'मैंने तुम्हारे भाई को तेल के दो जेरीकैन दिए थे। वे कहाँ हैं?' मुझे याद आया कि मेरा भाई अपने सैनिकी साथियों को रात बताने के लिए हमारे घर लाया करता था... 'वह ऐसा काम कैसे कर सकता है, तेल ले सकता है?' मैंने सोचा। मैं बैठकर अपने भाई को एक तीखा पत्र लिखने लगा... लेकिन उसने जवाब दिया: 'नचिले चर्च के केयरटेकर से उन डबिबों के बारे में पूछो।' बाद में पता चला कि उसने तेल लोअर कोनटिसा के चर्च में भेज दिया था। मैंने खुद से कहा, 'बहुत बढ़िया,' पछिली बार तुमने उस बेचारी औरत पर फैसला सुनाया था, और अब अपने ही भाई पर। बस बहुत हुआ!' अगली बार, बिल्कुल भी आँकलन मत करना। तुम एक असामान्य इंसान हो, इसीलिए तुम हर चीज़ को असामान्य समझते हो। एक सामान्य इंसान बनने की कोशिश करो।" एक और बार, जब मुझे कुछ गलत लगा, तो मैंने कहा: "यह कुछ अच्छा ही होगा; बस मुझे यह समझ नहीं आ रहा है। चाहे मैंने बाईं ओर से आए किसी भी विचार पर कितनी भी बार अमल किया हो, मैं हमेशा गलत ही निकला हूँ।" जब मुझे खुद से नफरत होने लगी—एक अच्छे मायने में—तो मैं हर किसी के लिए बहाने बनाने लगी। मैं हमेशा दूसरों के लिए बहाने ढूँढ़ती थी और सिर्फ़ खुद को ही दोष देती थी। अगर कोई व्यक्ति खुद को काबू में नहीं रखता, तो क़ियामत के दिन अपनी रक्षा में उसके पास कहने के लिए कुछ भी नहीं होगा।

न्याय करना बंद करने के लिए साहस चाहिए।⁵³

तो: मैं एक अच्छी शुरुआत करना चाहता हूँ। रुको। नरिण्यात्मक विचारों को रोक दो। आमीन।

मैं अपने मन और हृदय की शुद्धि और पवित्रता की कामना करता हूँ। आमीन।

भाग 4. आत्म-प्रेम और अहंकार की संतान ईर्ष्या — क्रोध — दुःख

"जब कोई व्यक्ति दूसरों की सफलताओं में आनंदति होना सीख लेता है, तो मसीह उसे दूसरों की सभी सफलताओं का वरदान देगा, और वह सभी दूसरों के मलिकर आनंदति होने से भी अधिक आनंदति होगा, और तब उसकी सफलताएँ और आनंद असीम हो जाएगा।"

अध्याय 1. ईर्ष्या का वषि

ईर्ष्या प्रमुख जुनूनों में से एक है

— गेरौना, मुझे एक बहन से ईर्ष्या हो रही है।

— मुझे पता है कि तुम किस बहन से ईर्ष्या करते हो... और मैंने यह भी सीखा है कि वह भी तुमसे ईर्ष्या करती है! काश तुम दोनों उत्साही एलिया से ईर्ष्या करो, ताकि वह तुमसे ईर्ष्या को दूर भगा दे और तुम्हें अपना दिव्य उत्साह प्रदान करे। आमीन।

— गेरौडा, जब मुझे ईर्ष्या होने लगती है, तो मैं चीजों को तार्किक रूप से देखने की कोशिश करती हूँ।

⁵³ एल्डर पैसयिस ने एक नवसंख्या को टेलीग्राम के रूप में नमिलखित पंक्तियाँ लिखीं। — संकलक की टिप्पणी

— क्या शुरुआत से ही ईर्ष्या महसूस न करने की कोशिश करना बेहतर नहीं होगा? ईर्ष्या हास्यास्पद है। इसे पार करने के लिए आपको बस थोड़ी सी समझदारी दखिनी होगी। इसमें कोई बड़ी उपलब्धि नहीं चाहिए, क्योंकि ईर्ष्या एक भावनात्मक जुनून है। देखिए, कभी भी ईर्ष्या को आप पर हावी न होने दें, क्योंकि यह मुख्य जुनूनों में से एक है। क्या आप जानते हैं कि ईर्ष्या किसी व्यक्ति को क्या करने पर मजबूर कर सकती है? तक। द्वेष और बदनामी तक। और बदनामी द्वेष से कहीं बड़ा बुराई है।

— और ईर्ष्या में क्या होता है?

— इसमें हर तरह की चीजें होती हैं!... इसमें अहंकार होता है, स्वार्थ होता है, आत्म-प्रेम होता है... इसमें प्रेम नहीं होता और स्वाभाविक रूप से, वनिमृता भी नहीं होती।

— तो, गेरोन्डा, क्या ईर्ष्यालु व्यक्ति में कोई प्रेम नहीं हो सकता?

— बलिकूल नहीं! एक ही व्यक्ति के भीतर ईर्ष्या और प्रेम का सहअस्तित्व असंभव है। भले ही उनमें थोड़ा सा प्रेम हो, उनका प्रेम अशुद्ध होता है, क्योंकि उस प्रेम में उनका 'स्व' मौजूद होता है। ईर्ष्या प्रेम और दया को बर्बाद कर देती है और उन्हें बेकार बना देती है, ठीक वैसे ही जैसे एक मटिटी के बर्तन में गरिने पर एक मरा हुआ चूहा तेल को खराब कर देता है।

— गेरोन्डा, मुझे लगता है कि मुझे ईर्ष्या होती है क्योंकि मुझे अपने भीतर संतुष्टि का अनुभव नहीं होता।

— जब तुम सब कुछ अपना ही चाहते हो, तो तुम संतुष्ट कैसे हो सकते हो?

— क्या होगा अगर मुझे वह चीज चाहिए जो मेरी बहन के पास है?

— अगर ईश्वर ने कहा है, 'तुम अपने पड़ोसी की... किसी भी चीज की लालसा न करना' (⁵⁴), तो हम किसी और की चीज की इच्छा कैसे कर सकते हैं? तो क्या हमें बुनियादी आज्ञाओं का भी पालन नहीं करना चाहिए? तब हमारा जीवन नरक बन जाएगा। 'हर व्यक्ति अपनी ही इच्छा से बहककर परीक्षा में पड़ता है...' ⁵⁵ — प्रभु के भाई, संत जेम्स कहते हैं। ये इच्छाएँ नरक में आत्माओं को पीड़ित करेंगी। और यदि ईश्वर हमें स्वर्ग में ले जाएँ, फिर भी हम ईर्ष्या से मुक्त नहीं हैं, तो हमें वहाँ भी कोई शांति नहीं मिलेगी, क्योंकि हम अभी भी उन्हीं लापरवाह इच्छाओं को पालते रहेंगे।

ईर्ष्या एक महिला के गहरे प्रेम को वषिकृत कर देती है

— गेरोना, ईर्ष्या की भावना पुरुषों की तुलना में महिलाओं में अधिक स्वाभाविक क्यों है?

— एक महिला में स्वभाव से ही बहुत दया और प्रेम होता है, और शैतान उस पर जोरदार हमला करता है: वह उसमें एक जहरीली ईर्ष्या भर देता है और उसके प्रेम को वषिकृत कर देता है। और जब उसका प्यार जहर से भर जाता है और द्वेष में बदल जाता है, तो एक महिला एक मधुमक्खी से बदलकर एक डैमजलि (wasp) बन जाती है और क्रूरता में एक पुरुष से भी आगे निकल जाती है। और जहाँ एक पुरुष के लिए किसी अनचाहे चेहरे का उसकी नज़रों से ओझल हो जाना ही काफी है, वहीं एक महिला के लिए—जैसे ईश्वर ने अधिक भावुक बनाया है—यह पर्याप्त नहीं है; वह चाहेगी कि वह व्यक्ति फिर जाए। यानी... बस सुरक्षित रहने के लिए!

जब एक महिला की दुर्भावना ईर्ष्या और जदि से प्रेरित होती है, तो वह दानवी रूप ले सकती है। एक महिला को ईर्ष्या से डरना चाहिए। उसे अपने प्रेम से अपना 'स्व' हटाना चाहिए ताकि उसका प्रबल प्रेम शुद्ध हो सके।

— यह कैसे हासिल किया जा सकता है?

⁵⁴ नरिगमन 20:17

⁵⁵ याकूब 1:14

— तुच्छता पर काबू पाकर और आध्यात्मिक साहस, आध्यात्मिक कुलीनता और आत्म-बलिदान को विकसित करके। कुलीनता ईर्ष्या का प्रतरोधक है। लेकिन, दुर्भाग्य से, बहुत कम लोगों में कुलीनता होती है।

ईर्ष्या हमें कमजोर बनाती है

— गेरोंना, मुझे बिल्कुल भी हिम्मत नहीं है।

— तुममें ईर्ष्या है, और इसीलिए तुममें साहस की कमी है। जब कोई व्यक्ति ईर्ष्यालु होता है, तो वह कष्ट में रहता है, खा नहीं पाता, दुबला-पतला हो जाता है और अपना साहस खो देता है, जबकि दूसरे सोचते हैं कि वह एक महान तपस्वी है!

— मुझे आध्यात्मिक रूप से बहुत गरीब और कमजोर महसूस होता है।

— तुममें बहुत ताकत है, लेकिन तुम उसे मूर्खतापूर्ण ईर्ष्या पर बर्बाद कर देते हो, और यद्यपि तुममें जन्मजात महानता है, तुम सबसे नीचले भखारी की तरह पीड़ित रहते हो। अगर आप ईर्ष्या के बोझ तले दबे नहीं होते तो आप आध्यात्मिक जीवन में फलते-फूलते। सावधान रहें, क्योंकि ईर्ष्या आपसे वह सारी आध्यात्मिक और शारीरिक शक्ति छीन लेती है जो आप ईश्वर को उपहार के रूप में अर्पित कर सकते हैं। अगर आप ईर्ष्या को त्याग दें, तो आपकी प्रार्थना में शक्ति होगी।

ईर्ष्या के कारण, एक व्यक्ति अपनी आध्यात्मिक शक्ति खो देता है। आपको क्या लगता है, प्रेरित उस भूतग्रस्त लड़के,⁵⁶ से राक्षस को भगाने में असमर्थ क्यों थे, जबकि उन्हें मसीह से राक्षसों को भगाने का अधिकार प्राप्त था और उन्होंने पहले भी लोगों से राक्षसों को भगाया था? क्योंकि वे पतरस, याकूब और यूहन्ना से ईर्ष्या करते थे, क्योंकि केवल उन्हीं को मसीह पहाड़ पर ले गए और उनके सामने रूपांतरित हुए।⁵⁷ मसीह अपने सभी शिष्यों को अपने साथ ले जा सकते थे, लेकिन सभी इस रहस्य को समझने में सक्षम नहीं थे; इसलिए उन्होंने केवल उन्हीं को लिया जो इसे समझ सकते थे। शायद आप कहेंगे कि उन्होंने अन्य शिष्यों से प्रेम नहीं किया? या कि उन्होंने अन्य शिष्यों की तुलना में यूहन्ना से अधिक प्रेम किया? नहीं, बल्कि यूहन्ना ने अन्य शिष्यों की तुलना में मसीह से अधिक प्रेम किया और इसलिए उसने मसीह के प्रेम को अधिक तीव्रता से महसूस किया। उसमें अधिक क्षमता थी; उसकी 'बैटरी' बड़ी थी। क्या आप देख रहे हैं कि ईर्ष्या ने कैसे परमेश्वर की कृपा को प्रेरितों से दूर कर दिया, और वे दैत्य-ग्रस्त लड़के को चंगा नहीं कर सके? इसीलिए मसीह ने कहा: 'हे अवशिष्टा और विकृत पीढ़ी, मैं तुम्हारे साथ और कतिनी देर रहूँगा?! मैं तुम्हें और कतिनी देर सहन करूँगा?!'⁵⁸

जो कोई भी अपनी ही प्रतर्भाओं को दफनाता है, वह दूसरों की प्रतर्भाओं से ईर्ष्या करता है।

— जेरोंडा, ईर्ष्यालु व्यक्ति इस जुनून पर काबू पाने के लिए खुद की मदद कैसे कर सकता है?

— यदि वे ईश्वर द्वारा प्रदत्त वरदानों को पहचान लें और उन्हें विकसित करने का प्रयास करें, तो वे ईर्ष्यालु नहीं रहेंगे और स्वर्ग में रहने जैसा जीवन जिएंगे। कई लोग अपनी ही प्रतर्भाओं को देखने में असफल रहते हैं; वे केवल दूसरों की प्रतर्भाओं को देखते हैं, और ईर्ष्या उन पर हावी हो जाती है। वे खुद को वंचित और ठगा हुआ मानते हैं। वे खुद को सताते हैं और अपने जीवन को एक दुस्वप्न में बदल देते हैं। वे कहते हैं, 'उसे ये प्रतर्भाएँ क्यों मिलीं और मुझे नहीं?' आपके पास कुछ प्रतर्भाएँ हैं; दूसरों के पास अलग तरह की प्रतर्भाएँ हैं। क्या आपको कार्डिन और एबेल याद हैं? कार्डिन ने अपनी ही प्रतर्भाओं को पहचानने की कोशिश नहीं की, बल्कि एबेल की प्रतर्भाओं को देखा। इस तरह, उसने अपने भाई के प्रति द्वेष पाला,

⁵⁶ देखें मत्ती 17:16; मरकुस 9:18; लूका 9:40

⁵⁷ देखें मत्ती 17:1; मरकुस 9:2; लूका 9:28

⁵⁸ मत्ती 17:17. देखें मरकुस 9:19; लूका 9:41

फरि ईश्वर के वरिद्ध वदिरोह कयिा, और अंततःहत्या तक कर डाली।⁵⁹ फरि भी शायद उसके पास एबेल से बड़ी प्रतभाएँ थीं।

— कोई व्यक्ति दूसरों की प्रतभा देखकर ईर्ष्या से कैसे बच सकता है और इसके बजाय प्रसन्न हो सकता है?

— यदवि अपनी प्रतभा को दबाने के बजाय विकसित करें, तो वे दूसरों की प्रतभाओं में भी आनंदित होंगे। कई वर्षों से मैं एक बहन को देख रहा हूँ; उसकी आवाज़ भी अच्छी है और आत्मा भी भक्तमिय, फरि भी वह गरिजाघर के गायन समूह में नहीं गाती। और क्योंकि वह अपनी प्रतभा को दबाकर रखती है और गाती नहीं है, इसलिए जब वह किसी दूसरी बहन को गाते हुए सुनती है तो वह परेशान हो जाती है, भले ही उस बहन की आवाज़ उतनी अच्छी न हो। वह यह नहीं सोचती कि ईश्वर ने उसे बेहतर आवाज़ दी है, लेकिन वह उसका विकास नहीं कर रही है।

इसलिए, हर किसी को यह विचार करना चाहिए कि जिस वरदान की वे दूसरे में ईर्ष्या करते हैं, वह उनमें भी हो सकता है, लेकिन वे उसे विकसित नहीं कर रहे हैं, या शायद ईश्वर ने उन्हें कोई अलग प्रतभा दी है। ईश्वर ने किसी के साथ अन्याय नहीं किया है; उन्होंने हर किसी को एक विशिष्ट वरदान दिया है जो उनके आध्यात्मिक विकास में उनकी मदद कर सकता है।

जिस तरह एक व्यक्ति दूसरे से अलग होता है, उसी तरह एक व्यक्ति का वरदान दूसरे से अलग होता है। क्या आपने अपनी बाड़ के पास उगते जंगली मटर पर ध्यान नहीं दिया है? वे एक ही जड़ साझा करते हैं, फरि भी हर अंकुर का अपना रंग होता है, जो दूसरे से अधिक सुंदर होता है। फरि भी वे एक-दूसरे से ईर्ष्या नहीं करते... प्रत्येक अपने ही रंग से संतुष्ट है। और पक्षी! प्रत्येक की अपनी सुंदरता है, अपना गीत है।

हर कोई उन उपहारों को खोजे जो ईश्वर ने उन्हें दिए हैं, और वे परम प्रभु की महिमा करें—फरीसियों की तरह गर्व से नहीं, बल्कि विनिमृता से, यह स्वीकार करते हुए कि उन्होंने उन उपहारों की उपेक्षा की है, और भविष्य में इन उपहारों को विकसित करें।

— लेकिन मैं कुछ बहनों से ईर्ष्या करती हूँ क्योंकि उनके पास कुछ ऐसे उपहार हैं जो मुझमें नहीं हैं।

'भगवान ने तुम्हें इतने सारे उपहार दिए हैं, और फरि भी तुम दूसरों के उपहारों से ईर्ष्या करती हो? तुम मुझे कोनिका के एक मठाई बनाने वाले की बेटी की याद दिलाती हो। उसके पिता उसे हर दिन केक का एक छोटा सा टुकड़ा देते थे—शायद एक बड़ा टुकड़ा उसे बीमार कर देता—फरि भी वह स्कूल में बच्चों को बड़ी मक्के की रोटी खाते हुए देखती और उनसे ईर्ष्या करती थी। वह कहा करती थी, 'वे बड़े-बड़े टुकड़े खाते हैं, लेकिन मेरे पिताजी मुझे एक छोटा सा टुकड़ा देते हैं।' उसे दूसरों द्वारा खाए जा रहे मक्के के केकों से ईर्ष्या होती थी, जबकि उसके पास खुद मठाइयों से भरी एक पूरी दुकान थी! इसी तरह, तुम ईश्वर द्वारा दिए गए अपने महान उपहारों की कदर नहीं करते, बल्कि दूसरों के उपहारों को देखकर उनसे ईर्ष्या करते हो।

हम कृतघ्न न बनें। आखिरकार, ईश्वर, हमारे परमपिता, ने अपनी प्रत्येक रचना को अलग-अलग वरदान दिए हैं, क्योंकि वह जानता है कि हम में से प्रत्येक को क्या चाहिए ताकि हम खुद को नुकसान न पहुँचाएँ। हम अक्सर छोटे बच्चों की तरह व्यवहार करते हैं, यह शिकायत करते हुए कि पिता ने हमें एक या दो ड्रैक्मा नहीं दिए, जैसा कि उन्होंने हमारे भाइयों और बहनों को दिए हैं, भले ही उन्होंने हमें पूरे सौ ड्रैक्मा दिए हैं।⁶⁰ हम सोचते हैं कि उसने हमें कुछ नहीं दिया है, क्योंकि हम सौ ड्रैक्मा को केवल कागज मानते हैं; हम उस एक-दो ड्रैक्मा की लालसा करते हैं जो उसने दूसरों को दी है, और इसलिए हम रोते हैं और अपने परमपिता पर नाराज़ हो जाते हैं।⁶¹

⁵⁹ उत्पत्ति 4:3-8 देखें

⁶⁰ एक सौ ड्रैक्मा — एक बैंकनोट। — संकलक की टिप्पणी

⁶¹ एल्डर पैसियोस द्वारा एक बहन को लिखे पत्र से; 1968। — संकलक की टिप्पणी

अच्छा ईर्ष्या

— गेरोना, मैं एक बहन से ईर्ष्या करती हूँ क्योंकि मैं देखती हूँ कि उसमें वनिमरता, सादगी और धार्मिकता है।

— मैं प्रार्थना करूँगा कि वह मर जाए। क्या तुम चाहते हो कि वह मर जाए?

— नहीं, जेरोंडा! मुझे दूसरे की सदाचार से ईर्ष्या हो सकती है, लेकिन यह मेरे मन में भी कभी नहीं आता कि उनके साथ कुछ बुरा हो। मैं नहीं चाहता कि दूसरा व्यक्ति अपना सदाचार खोए; मैं चाहता हूँ कि मुझमें भी कुछ अच्छा हो।

— तो फिर, इसे बाँट लेते हैं ताकि हम दोनों में से हर एक को आधा-आधा मिल जाए! चिंता मत करो। तुम्हारी ईर्ष्या एक अच्छी तरह की ईर्ष्या है। तुम 'महान उपहारों...' से ईर्ष्या करते हो।⁶²

— तो अच्छी ईर्ष्या जैसी कोई चीज़ भी होती है?

— हाँ, जब कोई दूसरे के सद्गुण से ईर्ष्या करता है और साथ ही उनके लिए खुश भी होता है, तो वह ईर्ष्या अच्छी होती है। लेकिन अगर कोई व्यक्ति बुरा महसूस करता है, अगर वह दूसरे की सफलता देखकर परेशान हो जाता है, या उस व्यक्ति के मुश्किलों में पड़ने पर चुपके से खुश होता है, तो वह ईर्ष्या बुरी होती है। मान लीजिए कि आप अपनी बहन से ईर्ष्या करते हैं क्योंकि उसकी आवाज़ बहुत प्यारी है और वह खूबसूरती से गाती है। अगर आपको पता चले कि उसकी आवाज़ चली गई है और वह गा नहीं सकती, और आप इस बात से खुश हों, तो इसका मतलब है कि आपकी ईर्ष्या में द्वेष है, उसमें ज़हर है। अगर आप इससे दुखी हों — तो इसका मतलब है कि आपकी ईर्ष्या में कोई द्वेष नहीं है; बस यह कि आप भी अच्छी तरह गाना चाहते हैं।

— मैं अच्छी ईर्ष्या कैसे विकसित करूँ?

— हम तुम्हें 'अच्छी ईर्ष्या वाली' कहेंगे!... अपनी ईर्ष्या को शुद्ध और पवित्र करने की कोशिश करो ताकि वह अच्छी ईर्ष्या बन जाए। अपनी बहन की सफलता पर खुशी मनाओ, और उसका अनुकरण करने का प्रयास करो। इस तरह तुम आध्यात्मिक रूप से बदल जाओगी, और ईश्वर की कृपा तुममें वास करेगी, जो एक व्यक्ति को इस जीवन में भी स्वर्गीय आनंद प्रदान करती है।

— गेरोन्डा, क्या अच्छी ईर्ष्या किसी व्यक्ति के भीतर बुरी ईर्ष्या में बदल सकती है?

— यदि कोई व्यक्ति अपने ऊपर काम नहीं करता है, तो, बेशक, ऐसा हो सकता है। मनुष्य को सचेत रहना चाहिए।

— जेरोंडा, जब मैं किसी बहन की सफलताओं को देखती हूँ तो मैं हमेशा यह नहीं समझ पाती कि मुझे कैसा महसूस हो रहा है। यह किस प्रकार की ईर्ष्या है: अच्छी या बुरी?

— खुद से पूछें: 'अगर मेरी बहन कोई चमत्कार कर दे, तो मुझे कैसा लगेगा?' या: 'अगर वह प्रलोभन के आगे झुक जाए और दूसरों की नजर में अपनी प्रतिष्ठा खो दे, तो क्या मैं खुश होऊँगा या दुखी?' इस सवाल का जवाब देकर आपको पता चलेगा कि आपकी ईर्ष्या अच्छी है या बुरी। अब बताइए, अगर आपको यह सुनने को मिले कि जिस बहन से आप ईर्ष्या करते हैं, वह आलसी हो गई है और उसने अपने संन्यासी कर्तव्यों को पूरी तरह से नभिना बंद कर दिया है—कि वह खुद प्रार्थना नहीं करती, बल्कि टेप रिकॉर्डर में एक कैसेट लगाकर सुनती है: 'हे प्रभु यीशु मसीह...'—तो क्या आप परेशान होंगे?

— हाँ, मैं परेशान होऊँगी, लेकिन अगर मैं यह भी सुनूँ कि वह दैनिक और अधिक प्रगति कर रही है, तो मुझे नहीं लगता कि मैं उससे खुश होऊँगी।

— आप जानते हैं, अगर आपको चलना मुश्किल लगता है, तो नरिश होने के बजाय उन लोगों के लिए प्रसन्न हों जो तेज़ी से दौड़ते हैं। यदि आप आध्यात्मिक रूप से समृद्धि प्राप्त करना चाहते हैं, तो बहनों की सफलताओं पर प्रसन्न हों और ईश्वर से प्रार्थना करें कि वे समृद्ध होती रहें, और आप अपने स्तर तक

⁶² 1 कुरिन्थियों 12:31

पहुँच सकें। जब मैं मठ में एक नवसखिया था,⁶³ वहाँ एक और नवसखिया था, जो लगभग मेरी ही उम्र का था। उसने आध्यात्मिक साधना का एक उच्च स्तर प्राप्त कर लिया था; उसका चेहरा दमकता था। वह हर चीज़ में एक आदर्श था, एक महान तपस्वी और एक उत्साही भक्त था। वह बहुत धार्मिक भी था। जब वह पास से गुज़रता था तो वरिष्ठ भिक्षु सम्मान में खड़े हो जाते थे। मुझे इस नवसखिए से पहले पढ़ी गई सभी कृतिओं से कहीं अधिक लाभ हुआ, क्योंकि वह एक जीवंत उदाहरण थे। एक बार, मुझे दिल में दर्द हो रहा था। संयोग से, ठीक उसी समय वह भाई मेरे सेल में आ गया, और मैंने उससे प्रार्थना करने के लिए कहा। वह नकिलने का समय भी नहीं पा पाया था कि दर्द पहले ही कम हो गया था। एक अन्य अवसर पर, एक दानव-ग्रस्त व्यक्ति मठ में आया और उसने पादरियों से उसे ठीक करने के लिए कहा। तब मठाध्यक्ष ने इस नवोदित से कहा: 'प्रार्थना करो, इस दुर्भाग्यपूर्ण व्यक्ति को दानव से मुक्त कराओ।' उसने कहा, 'आपकी प्रार्थनाओं के माध्यम से, मसीह इस दानव को भगा दें।' जैसे ही वह कुछ कदम पीछे हटा, दानव उस व्यक्ति को छोड़ गया। ईश्वर के प्रति उनकी धृष्टता ऐसी थी! वे किस आध्यात्मिक पदवी को प्राप्त कर चुके थे! इसलिए, मैंने ईश्वर से प्रार्थना की कि वह भाई उस संत की पदवी प्राप्त कर ले जिनका नाम वह धारण करता था, और मैं भी उनकी पदवी प्राप्त कर सकूँ। आप भी ऐसा ही करें, और आप ईश्वर की शक्ति को स्पष्ट रूप से देखेंगे।

जब कोई व्यक्ति दूसरों की सफलताओं में आनंदित होना सीख लेता है, तो मसीह उसे दूसरों की सभी सफलताओं का वरदान देगा, और वह सभी को मिलाकर जितना आनंदित होते हैं, उतना ही आनंदित होगा, और तब उसकी सफलताएँ और आनंद अथाह हो जाएगा।

अध्याय 2. क्रोध — ईश्वर की शान्तिका शत्रु

आओ हम क्रोध को वासनाओं के वरिद्ध मोड़ें

— गेरोन्डा, मैं क्रोध से मुक्त होना चाहता हूँ। मैं देख सकता हूँ कि एक भिक्षु के लिए क्रोध कितना अनुचित है।

— क्रोध, शुद्ध क्रोध, आत्मा की एक शक्ति है। जहाँ स्वभाव से विनिम्व व्यक्ति के लिए उनके चरित्र का यह गुण आध्यात्मिक पूर्णता में सहायक होता है, वहीं एक क्रोधित व्यक्ति के लिए उनके चरित्र में नैतिक शक्ति से दोगुना लाभ प्राप्त होता है, बशर्ते वे इस क्रोध की शक्तिका उपयोग अपने जुनून और दुष्ट के खिलाफ करें। यदि वह इस शक्तिका सही उपयोग नहीं करता है, तो शैतान इसका उपयोग करेगा। यदि स्वभाव से कोमल व्यक्ति साहस प्राप्त करने का प्रयास नहीं करता है, तो वह महान कार्यों में सक्षम नहीं होगा। लेकिन एक क्रोधित व्यक्ति, यदि वे किसी महान कार्य पर अपना मन लगाएँ और अपने क्रोध को बुराई के वरिद्ध नरिदेशित करें, तो वे इसे नपिता हुआ मान सकते हैं। यही कारण है कि जिन लोगों में लापरवाही की एक चिंगारी होती है, वे आध्यात्मिक जीवन की ऊँचाइयों तक पहुँचते हैं।

— तो, गेरोन्डा, मुझे बहनों पर नहीं, बल्कि शैतान पर गुस्सा आना चाहिए।

— देखिए, पहले एक व्यक्ति दूसरों से नाराज़ होता है; फिर, यदि वे प्रयास करते हैं, तो वे शैतान से नाराज़ होने लगते हैं; और अंत में, वे उस बटु पर पहुँच जाते हैं जहाँ वे केवल अपने पुराने स्व, अपनी ही वासनाओं से नाराज़ होते हैं। इसलिए केवल शैतान और अपनी ही वासनाओं से नाराज़ होने का प्रयास करें, न कि बहनों से।

— गेरोना, क्या मेरा गुस्सा और मेरी जदि बचकाने जुनून हैं?

⁶³ एस्फग्मिन मठ में, 1953 में। — संकलक की टिप्पणी

— नहीं, मेरे प्रिय! जब एक छोटा बच्चा गुस्से में आकर पैर पटकता है और चलि़लाता है: 'मुझे नहीं करना, मैं नहीं करूँगा!' तो यह समझ में आता है। लेकिन जैसे-जैसे वे बड़े होते हैं, उन्हें इससे छुटकारा पाना चाहिए, केवल एक बच्चे की सादगी और सहजता को बनाए रखना चाहिए, न कि उनका बचकाना हरकतें। देखो, कुछ लोग तो हद ही कर देते हैं! वे गुस्से में दीवार पर अपना सरि पटकते हैं — अच्छी बात है कि ईश्वर ने लोगों को मजबूत सरि दिया है, इसलिए उन्हें कुछ नहीं होता! कुछ लोग अपने कपड़े फाड़ लेते हैं! एक आदमी था जो हर दिन गुस्से के दौरों में अपनी कमीज़ के चथिड़े-चथिड़े कर देता था। वह इसे इस तरह फाड़ता था ताकि दूसरों पर गुस्सा न उतार सके।

— तो, क्या इसका मतलब यह है कि गुस्सा अपनी द्वेष की भावना को व्यक्त करने का एक तरीका है?

— हाँ, लेकिन क्या दूसरों पर अपना गुस्सा उतारने की बजाय अपनी ही कमजोरियों पर उतारना बेहतर नहीं है?

हमें गुस्सा क्यों आता है?

— मुझे नहीं लगता कि मुझे गुस्सा आता है; मैं बस बहुत चढ़ि जाता हूँ।

— कैसे? अगर आपका गुस्सा आता है, तो आपको यह जांचने की ज़रूरत है कि आपके अंदर गुस्से का कोई जुनून तो नहीं है। एक बात तो यह है कि कोई व्यक्ति चिड़ि-चिड़ाहट के दौरों में कुछ कठोर कह दे क्योंकि वह थका हुआ है, दर्द में है, या उसकी कोई समस्या है, वगैरह। कोई और तो अभिवादन का जवाब भी 'भटक जा!' कहकर दे सकता है — जबकि उनसे कुछ भी असभ्य नहीं कहा गया होता, बस एक साधारण 'नमस्ते' कहा गया होता है। लेकिन वह व्यक्ति थका हुआ या दर्द में होता है, इसीलिए वह ऐसा प्रतिक्रिया देता है। आखिरकार, सबसे धैर्यवान गधा भी अगर उससे अधिक बोझ लाद दिया जाए तो लात मारता है।

— जब मैं खुद से शांत नहीं होता, तो छोटी-छोटी बातें भी मुझे चढ़िती हैं।

— यदि आप स्वयं के साथ शांति में नहीं हैं, तो इसका अर्थ है कि आप आध्यात्मिक रूप से अस्वस्थ हैं, और इसमें कोई आश्चर्य नहीं कि आप इस तरह प्रतिक्रिया करते हैं। जब कोई व्यक्ति बीमार होता है, तो वह कभी-कभी तो बात करने की आवाज़ से भी थक जाता है। जब वह आध्यात्मिक रूप से अस्वस्थ होता है, तब भी यही स्थिति होती है: उसके मन में स्पष्टता, धैर्य और सहनशीलता की कमी होती है।

— गेरोना, मुझे थोड़ी सी बात पर गुस्सा क्यों आता है?

— तुम्हें गुस्सा इसलिए आता है क्योंकि तुम सोचते हो कि हमेशा दूसरों का ही दोष होता है। तुम्हारा गुस्सा इस बात से उत्पन्न होता है कि तुम दूसरों के बारे में आने वाले बाईं ओर से आने वाले विचारों को स्वीकार कर लेते हो। अगर तुम दाईं ओर से आने वाले विचारों को स्वीकार करोगे, तो तुम इस बात पर ध्यान नहीं दोगे कि तुम्हें क्या कहा गया या कैसे कहा गया। तुम अपनी ज़िम्मेदारी खुद लोते और गुस्सा नहीं करोगे।

— लेकिन, जेरोडा, मुझे विश्वास नहीं होता कि हमेशा दोष मेरा ही होता है।

— ऐसा लगता है कि तुममें एक छपि हुआ अहंकार है। सावधान रहो, क्योंकि क्रोध में आत्म-न्याय, अहंकार, अधीरता और घमंड नहित होता है।

— गेरोन्डा, आजकल लोग हर बात पर इतनी जल्दी चढ़ि क्यों जाते हैं?

— आजकल तो मक्खियाँ भी लोगों की नसों पर सवार हो जाती हैं! वे ज़िद्दी और लगातार परेशान करती हैं! पहले, अगर आप मक्खी को भगाते थे, तो वह उड़ जाती थी। अब वह वहीं ज़िद्दी से बैठी रहती है... लेकिन यह भी सच है कि आजकल कुछ गतिविधियाँ न केवल किसी को मानसिक शांति पाने में मदद करने में विफल रहती हैं, बल्कि वे एक स्वाभाविक रूप से शांत व्यक्ति को भी घबरा सकता है।

— ऐसा क्यों है कि अब, एक मठ में रहते हुए, मुझे गुस्सा नहीं आता, जबकि सांसारिक दुनिया में मुझे बहुत गुस्सा आता था?

— अक्सर, लोग बाहरी परस्थितियों के कारण असंतुष्ट महसूस करते हैं और अपना आपा खो देते हैं, क्योंकि उन्हें अपने काम से कोई संतोष नहीं मिलता और वे कुछ और की लालसा करते हैं। लेकिन इस तरह की चड़िचड़ाहट सतह पर धूल की तरह होती है; जब कोई व्यक्ति विहा पा लेता है जिसके लिए वह प्रयास कर रहा है, तो यह गायब हो जाती है।

"क्रोध करो, पर पाप मत करो"⁶⁴

— गेराना, क्या आक्रोश स्वार्थ से उत्पन्न होता है?

— हमेशा नहीं। धार्मिक, पवित्र क्रोध भी होता है। नबी मूसा ने आज्ञाओं की पट्टियाँ अपने हाथों में पकड़ रखी थीं, लेकिन जब उन्होंने देखा कि इस्राएली सोने के बछड़े को बलदान दे रहे थे, तो पवित्र क्रोध में उन्होंने उन्हें ज़मीन पर फेंक दिया और तोड़ दिया।⁶⁵ होरब पर्वत पर चढ़ने से पहले,⁶⁶ जहाँ उन्हें आज्ञाएँ प्राप्त करनी थीं, मूसा ने इस्राएलियों को बताया कि उनकी वापसी तक उन्हें क्या करना है। इसके अलावा, उन्होंने स्वयं होरब की चोटी पर बजिली देखी थी और गरज की आवाज़ सुनी थी, लेकिन चूँकि मूसा लौटने में बहुत देर कर रहे थे, उन्होंने अपने लिए एक देवता की तलाश शुरू कर दी। वे हारून के पास गए और उससे कहा: 'हमें नहीं पता कि मूसा के साथ क्या हुआ है। अब हमारा नेतृत्व कौन करेगा? हमारे लिए देवता बना दो।' पहले तो हारून ने मना कर दिया, लेकिन फिर वह मान गया। लोगों ने काम शुरू कर दिया। उन्होंने एक भट्ठी बनाई, उसमें मसिर से निकलने से पहले मसिरियों द्वारा दिया गया सारा सोना डाल दिया,⁶⁷ और एक पूरे सोने के बछड़े को गढ़ लिया। उन्होंने उसे एक बड़े पत्थर पर रख दिया और शराब पीने और आनंद करने लगे। 'वह हमारा नेतृत्व करेगा,' लोगों ने कहा। तब परमेश्वर ने मूसा से कहा, 'जल्दी नीचे जाओ, क्योंकि लोगों ने मुझसे मुँह मोड़ लिया है।' जब मूसा सनाई पर्वत से उतर रहे थे, तो उन्होंने शोर सुना। यहोशू, जो पहाड़ की तलहटी में उनका इंतज़ार कर रहे थे, ने कहा, 'क्या हुआ? परदेशी आ गए हैं।' 'ये युद्ध के नारे नहीं, बल्कि आनंद के उद्घोष हैं,' मूसा ने जवाब दिया। वे पास आए और उन्होंने लोगों को आनंद मनाते देखा, क्योंकि सिनहरा बछड़ा उन्हें प्रतर्जित देश में ले जाएगा! आप देखिए, वह बछड़ा सोने का बना था!... मूसा को बहुत क्रोध आया; उन्होंने आज्ञाओं की पट्टियाँ ज़मीन पर फेंक दीं और उन्हें तोड़ डाला।

एक आध्यात्मिक व्यक्ति क्रोधित, आक्रोशित या पुकार सकता है, लेकिन केवल किसी गंभीर आध्यात्मिक कारण से। उसके भीतर कोई बुराई नहीं होती, और वह दूसरों को कोई हानि नहीं पहुँचाता। 'क्रोध करो, पर पाप न करो'—क्या यही नहीं कहा गया है भविष्यवक्ता दाऊद द्वारा?

'मैंने स्वयं को तैयार किया और नरिश नहीं हुआ'⁶⁸

— गेरान्डा, मैं अपने क्रोध पर कैसे काबू पा सकता हूँ?

— चुनौती यह है कि इसे गुस्से के बटु तक न पहुँचने दें। दूध, अगर आप उसे समय पर आँच से न उतारें, तो वह उबलकर तुरंत छलक जाता है।

— और क्रोध के बटु तक पहुँचने से कोई कैसे बचे?

— आपको सतर्क रहने की ज़रूरत है। अपने ऊपर नज़र रखें और अपने क्रोध को रोकें, ताकि यह जुनून आपके भीतर जड़ न जमा ले। अन्यथा, भले ही आप बाद में इसे कुल्हाड़ी से काटना चाहें, यह लगातार नई कलियाँ फूटाएगा। याद करो कि भविष्यवक्ता दाऊद ने क्या कहा: 'मैंने खुद को तैयार किया और नरिश नहीं

⁶⁴ भजन संहिता 4:5

⁶⁵ नरिगमन 32:1–24 देखें

⁶⁶ माउंट सीनाई का एक और नाम, जो पुराने नियम में पाया जाता है। — संकलक की टिप्पणी।

⁶⁷ नरिगमन 11:1–3; 12:36–37 देखें। मसिर से उनके नरिगमन से ठीक पहले, इस्राएलियों ने परमेश्वर की आज्ञा पर, मसिरियों से चाँदी और सोने के बर्तन और वस्त्र उधार लिए। वे इन वस्तुओं को वापस नहीं कर सके, क्योंकि मसिरियों के पहलुओं को जल्द ही मार डाला गया; फरिश्त भयभीत हो गया और उसने यहूदियों को जल्दबाजी में मसिर से बाहर निकाल दिया। — संकलक की टिप्पणी।

⁶⁸ भजन संहिता 118:60

हुआ।' क्या आप जानते हैं कौन एक भिक्षु कैसे काम करता था? जब वह अपनी कोठरी से बाहर निकलता, तो वह खुद पर क्रॉस का नशान बनाता और कहता: 'हे मेरे ईश्वर, मुझे प्रलोभन से बचाओ।' वह प्रलोभन का सामना करने के लिए तैयार रहता था। ऐसा लगता था मानो वह पहरा दे रहा हो। वह देखता रहता था कि प्रलोभन किस दिशा से आएगा, ताकि वह उससे अपना बचाव कर सके। यदि कोई भाई उससे गलत करता था, तो वह तैयार रहता था और नम्रता और वनिम्रता से प्रतिक्रिया देता था। आप भी ऐसा ही करें।

— गेरोन्डा, कभी-कभी, जब मुझे गुस्सा आता है, तो मैं खुद से कहता हूँ, 'मैं चुप रहूँगा,' लेकिन अंत में मैं खुद को रोक नहीं पाता और मेरा गुस्सा फूट पड़ता है।

— 'मैं अपना आपा खो देता हूँ' का क्या मतलब है? और वह गुस्सा बाद में कहाँ जाता है? क्या वह जलकर खत्म हो जाता है? ऐसा लगता है कि तुममें थोड़ी नम्रता की कमी है, इसीलिए तुम एक हद तक पहुँचकर अपना आपा खो देते हो। आपको बस थोड़ी और वनिम्रता की जरूरत है। बोलने से पहले, स्पष्टता पाने के लिए, यीशु की प्रार्थना दो या तीन बार जपें। एक महिला, जब वह गुस्से में होती थी, तो पहले 'प्रेरितों की धर्मप्रामाणिकता' का पाठ करती थी और फिर ही अपना मुँह खोलती थी। सांसारिक लोग, और देखो कि वे कतिनी कोशिश करते हैं!

— अगर मुझे बहनों में से किसी एक का व्यवहार पसंद नहीं आता तो मैं क्या करूँ?

— बहन के साथ दयालुता से पेश आओ। प्रेम से उसे क्षमा करने का प्रयास करो। इससे तुम्हें स्वाभाविक रूप से एक स्थिर रूप से अच्छा आध्यात्मिक स्वभाव प्राप्त करने में मदद मिलेगी। और जब क्रोध का जुनून तुम पर हावी होगा, तो वह तुम्हारे हृदय को प्रेम से भरा हुआ पाएगा और ठहरने के लिए कोई जगह न पाकर चला जाएगा।

वनिम्रता और मौन के द्वारा हम क्रोध पर वजिय प्राप्त करते हैं

— गेरोन्डा, कोई व्यक्ति क्रोध पर कैसे काबू पा सकता है?

— हम नम्रता और मौन के माध्यम से क्रोध पर वजिय प्राप्त करते हैं। हम साँप को बुद्धिमान क्यों कहते हैं? यद्यपि उसके पास एक शक्तिशाली हथियार—उसका वषि—है और वह हमें नुकसान पहुँचा सकता है, लेकिन जैसे ही वह थोड़ी सी भी आवाज़ सुनता है, वह तुरंत सरक जाता है: वह सीधे हमला नहीं करता, बल्कि हमारे क्रोध के आगे झुक जाता है। इसी तरह, यदि कोई आपको किसी शब्द से ठेस पहुँचाता है, तो उत्तर न दें। मौन से, आप उस व्यक्ति को बेअसर कर देते हैं। एक बार, डकिस नाम की एक बिल्ली मेरे सेल में एक छोटे मेंढक को घोंटकर मारने ही वाली थी। वह छोटा मेंढक अचल बैठा रहा, और डकिस उसे अकेला छोड़कर चली गई। अपनी चुप्पी और वनिम्रता से... उस छोटे मेंढक ने बिल्ली को हरा दिया। लेकिन अगर वह थोड़ा भी हलित, तो डकिस उसे पकड़ लेती और उसे उठाकर ढोल की तरह पीटने लगती।

— जब मेरी बहन और मुझमें असहमत होती है और हम दोनों अपनी-अपनी बात पर अड़े रहते हैं, तो हम एक गतिरिध पर पहुँच जाते हैं, और अंत में मुझे चढ़ि हो जाती है।

'देखिए, दोनों में से एक को तो समझौता करके मान जाना ही पड़ता है; इसका कोई और तरीका नहीं है। अगर दो लोग एक लंबी तख्ती को छोटे दरवाजे से ले जाना चाहें, तो उनमें से एक को पहले अंदर घुसना होगा, और दूसरे को पीछे-पीछे आना होगा: वरना, वह उसमें से नहीं निकल पाएगी। जब हर कोई अपनी-अपनी बात पर अड़ा रहता है, तो यह ठीक पत्थर पर पत्थर टकराने जैसा है — सविद्य चगिरियों के कुछ नहीं उड़ता!... फ़ारस के लोग,⁶⁹ जब कोई अपनी बात पर अड़ा रहता था, तो कहते थे: 'तुम्हारी बकरी छोटी रहे और मेरी बछड़ी,⁷⁰ और इस तरह वे झगड़ों से बचते थे। मैं किसी भी मामले में, जो रास्ता देता है, वही जीतता है, क्योंकि वे एक बलदान करते हैं, और इससे उन्हें खुशी और शांति मिलती है।

⁶⁹ फ़ारस के कैपाडोसिया में एक छोटा सा शहर है, जो एल्डर पैसथिस का जन्मस्थान है। — संकलक की टिप्पणी।

⁷⁰ एक मादा बकरी का मूल्य अधिक होता है, क्योंकि वह संतान देती है। — संकलक की टिप्पणी।

— लेकिन क्या होगा अगर कोई व्यक्ति बाहरी रूप से सही व्यवहार करता है और झुक जाता है, फिर भी अपने दिल में नाराज़ रहता है?

— इसका मतलब है कि उसके भीतर का बूढ़ा आदमी अभी भी जीवित है, और वह उससे संघर्ष कर रहा है।

— लेकिन गेरोना, भले ही वह सही व्यवहार करता हो, उसे आंतरिक शांति क्यों नहीं मिलती?

— तो फिर उसके पास शांति कैसे हो सकती है? किसी व्यक्ति के पास शांति होने के लिए, उसका आंतरिक रूप से भी सही दिशा में उन्मुख होना आवश्यक है। तब क्रोध और चिंता दूर हो जाते हैं, और परमेश्वर की शांति उस व्यक्ति में प्रवेश करती है। और जब आंतरिक शांति आती है, तो यह क्रोध के वाष्प को नष्ट कर देती है, आत्मा की आँखें शुद्ध हो जाती हैं, और व्यक्ति स्पष्ट रूप से देखने लगता है। इसीलिए मसीह विशेष रूप से 'शांति बिनाने वालों' के बारे में बात करते हैं, कहते हुए कि उन्हें 'परमेश्वर के पुत्र' कहा जाएगा।⁷¹

अध्याय 3. आत्मा-वनिशकारी दुख

आनंद मसीह से आता है, लेकिन दुख शैतान से आता है

— गेरोना, मैं हाल ही में बहुत उदास महसूस कर रहा हूँ।

— तुम इतने उदास क्यों हो? क्या तुम्हारे जहाज डूब गए? तुमने उन्हें कहाँ भेजा? अटलांटिक महासागर में? क्या लोग सच में ऐसे मौसम में जहाज समुद्र में भेजते हैं? कतिने डूब गए?

— वे सभी डूब गए, जेरोंडा।

— अद्भुत, तो तुम्हारे पास कोई संपत्ति नहीं है, और तुम एक अच्छी नन बन सकती हो! तुम हर समय ईश्वर की महिमा क्यों नहीं करते? तुम्हें क्या कमी है? अगर कोई मसीह से दूर है और वह दुख महसूस करता है, तो मैं उसे समझ सकता हूँ, लेकिन अगर कोई मसीह के करीब है और वह दुख महसूस करता है, तो उसे समझना मुश्किल है। आखिरकार, भले ही तुम दर्द में हो, मसीह तुम्हारे दर्द को शांत करते हैं।

एक व्यक्ति के पास कड़वा दुख नहीं हो सकता, क्योंकि यदि वे अपना दुख मसीह के पास लाते हैं, तो वह मीठा अमृत बन जाता है। यदि किसी के पास दुख है, तो इसका मतलब है कि वे अपने दुखों को मसीह के पास नहीं ले जा रहे हैं।

आनंद मसीह से आता है, जबकि दुख शैतान से आता है। काश आप जानते कि जब मैं किसी भिक्षु को ऐसे भावों के साथ देखता हूँ जैसे किसी करिना व्यापारी को उसका मुनाफा छीन लिया गया हो, तो मैं कतिना दुखी होता हूँ। ईश्वर के लिए शोक करना एक बलिकुल अलग बात है—ऐसे आँसू जो आनंद लाते हैं। यहाँ, एक व्यक्ति आनंदित होता है। उसकी मौनता और उसका संयम उसके हृदय में शहद घोल देते हैं। जब मैं ऐसे व्यक्ति को देखता हूँ, तो मेरा मन करता है कि उसके पैरों को चूम लूँ।

— कोई व्यक्ति कैसे जान सकता है कि उसका दुख वास्तव में ईश्वर के लिए है?

— मान लीजिए कि किसी व्यक्ति ने पाप किया है और वह दुखी है। यदि वे इस बात से दुखी हैं कि उन्होंने मसीह को दुखी किया है, तो उन्हें अपने दिल में एक मीठा दर्द महसूस होता है, क्योंकि परमेश्वर उनकी आत्मा में मीठास, द्रव्य सात्वना, डालते हैं। यह परमेश्वर के लिए शोक है। लेकिन यदि कोई व्यक्ति लगातार दुख की अवस्था में रहता है, भय और नरिशा महसूस करता है, तो उसे यह एहसास होना चाहिए कि यह दुख

⁷¹ मत्ती 5:9

ईश्वर का नहीं है। ईश्वर के लिए दुख एक आध्यात्मिक आनंद है; यह हृदय को सांतवना देता है। जबकि ईश्वर से न होने वाला दुख हमेशा भय और नरिशा लाता है।

— और अगर, गेरोन्डा, कोई आध्यात्मिक व्यक्ति इस बात से परेशान है कि कोई वधिरमी उसका नाम इस्तेमाल करके लोगों को नुकसान पहुँचा रहा है तो?⁷²

— यह दुख जायज़ है; इसे महसूस करना चाहिए, क्योंकि बहुत से लोग पीड़ित हो रहे हैं। लेकिन इस स्थिति में भी, आध्यात्मिक रूप से प्रतिक्रिया देनी चाहिए। यदि कोई व्यक्ति विनिमृता से सब कुछ स्वीकार करता है और कहता है, 'हे ईश्वर, मैं नहीं चाहता कि लोग पीड़ित हों; उन्हें ज्ञान प्रदान करो ताकि वे सत्य को समझ सकें,' तो उसे शांति मिलेगी। लेकिन अगर वे चिंता करने लगें और कहने लगें, 'मैं क्या करूँ? लोग मेरे नाम का इस्तेमाल नुकसान पहुँचाने के लिए कर रहे हैं,' तो उन्हें कोई शांति नहीं मिलेगी। किसी भी हाल में, अगर कोई व्यक्ति दोषी नहीं है और उसका अंतरमन शांत है, तो भले ही दूसरे उन्हें दुख दें, उन्हें बहुत सुकून मिलेगा।

स्वार्थ हमेशा दुख और भय लाता है

— गेरोन्डा, मैं अपनी उस गलती के बारे में सोचता रहता हूँ जिससे आपको दुख पहुँचा, और मैं गहरे दुख में डूब जाता हूँ।

— इसे छोड़ो; अब यह सब अतीत की बात है। इससे तुम्हें सविय कष्ट के कुछ नहीं मिलेगा, और यह तुम्हारी किसी भी तरह से मदद नहीं करेगा। लेकिन भविष्य में अधिक सावधान रहना तुम्हारे लिए हानिकारक नहीं होगा। कड़ी मेहनत करते रहो। हर कोई गलती करता है, लेकिन हमारे पिता, परमपिता परमेश्वर, हमारी रक्षा करते हैं। इसी उद्देश्य से, उन्होंने संतों को बनाया है; इसी उद्देश्य से, उन्होंने हर व्यक्ति की रक्षा के लिए एक संरक्षक देवदूत दिया है; इसी उद्देश्य से, वे दूसरों की मदद करने के लिए आध्यात्मिक लोगों को अलग करते हैं।

— गेरोन्डा, मैं अपनी कमियों के दुख से दब गया हूँ, और मैं प्रयास करने से थकता जा रहा हूँ।

— यह स्वार्थ के कारण है। आप झुकते नहीं हैं, और इसलिए आप खुद को थका रहे हैं। न तो कोई विनिमृता है, न पश्चाताप, न ही पछतावा, लेकिन स्वार्थ है, और स्वार्थ हमेशा दुख और भय लाता है। जब किसी व्यक्ति में पश्चाताप की कमी होती है, तो वे अपने स्वार्थ, दूसरों को खुश करने की अपनी इच्छा, और इस बात से दुखी होते हैं कि वे दूसरों की नजरों में गिर गए हैं; फरि चिंता, कटुता और दर्द उनके भीतर बस जाते हैं।

— तो, अगर कोई व्यक्ति अपने पतन के बाद बहुत परेशान है, तो क्या स्वार्थ हमेशा इसका कारण होता है?

— हमेशा नहीं। यह उत्साह से भी उत्पन्न हो सकता है। जब कोई व्यक्ति ईर्ष्या और उत्साह से गहराई से परेशान होता है, तो उसे बहुत आराम मिलता है, जो न केवल आत्मा बल्कि शरीर को भी ऊँचा उठाता है।

— लेकिन मुझे कैसे पता चलेगा कि मैं उत्साह के कारण पीड़ित हूँ?

— जो व्यक्ति उत्साह के अभाव में दुखी होता है, वह हर बात का दोष खुद को देता है, जबकि जो व्यक्ति स्वार्थ के कारण दुखी होता है, वह हर बात का दोष दूसरों को देता है और दावा करता है कि उसके साथ अन्याय हो रहा है। जब उसके स्वार्थ को ठेस पहुँचती है, तो वह मुँह फुला लेता है और बात करना बंद कर देता है... अभी आज ही मैंने दो बहनों को उनकी गलती के लिए डाँटा। दोनों दुखी हो गईं और अपना सरि झुका लिया।

⁷² जिस बहन ने प्रश्न पूछा था, वह उन घटनाओं का उल्लेख कर रही थी जहाँ लोगों ने अपने स्वार्थ के लिए या दूसरों को अपने गलत विचारों को अपनाने के लिए वृद्ध पैसियों का नाम इस्तेमाल किया। — संकलक की टिप्पणी।

लेकनि एक अपनी लगन के कारण दुखी थी, क्योंकि उसकी गलती से मुझे दुख हुआ था, जबकि दूसरी अपनी स्वार्थपरता के कारण दुखी थी। पहली तो मुझे आँखों में देखने तक से भी शर्मिदा थी। दूसरी ने, हालाँकि, अपनी प्रतष्ठा बचाने के लिए, यह सोचे बिना क उसकी गलती कतिनी गंभीर थी, तुरंत बहाने बनाना शुरू कर दिया। उसने मन ही मन सोचा: 'मैंने दूसरों की नज़रों में अपनी बदनामी करा ली है; वे मुझ पर से भरोसा करना बंद कर देंगे। अब मैं अपनी प्रतष्ठा बचाने के लिए अपनी गलती को कैसे सही ठहराऊँ?' अगर वह अपनी गलती मान लेती और पूरी ज़िम्मेदारी खुद पर ले लेती, तो उसे सुकून मिलता। लेकिन उसने खुद को सही ठहराने की कोशिश की, और इसलिए उसे अपने दिल में कोई शांति नहीं मिली। जब हम अपने लिए बहाने बनाते हैं, तो हम शैतान को रास्ता दे देते हैं, जो आता है और सूक्ष्म तरीकों से हमें प्रभावित करता है, जिससे दुख होता है। लेकिन जब हम पूरी ज़िम्मेदारी लेते हैं, तो ईश्वर हमारे सभी बोझ को स्वयं उठा लेते हैं। तो, आइए हम तय करें कि क्या चुनना है: वनिम्रता, जो शांति लाती है, या स्वार्थ, जो दुख, भय और संकट लाता है?

एक कृतघ्न व्यक्ति हमेशा दुखी रहता है

— कई लोग, भले ही उनके पास सब कुछ हो, भय और दुख क्यों महसूस करते हैं?

— यदि आप किसी ऐसे व्यक्ति को देखें जो भय, संकट और दुख से ग्रस्त है, जबकि उसके पास सब कुछ है, तो जान लें कि उसके पास ईश्वर नहीं है।

जसके पास सब कुछ है—भौतिक धन और अच्छा स्वास्थ्य दोनों—फरि भी, ईश्वर का धन्यवाद करने के बजाय, ईर्ष्या, अनुचित मांगें करता है, हर छोटी बात पर बड़बड़ाता और शिकायत करता है, वह नसिंसंदेह अपने लिए नरक में जगह बना रहा है। जो व्यक्ति कृतज्ञता को जानता है, वह हर चीज़ से संतुष्ट रहता है। वे हर दिन ईश्वर द्वारा दी गई चीज़ों के बारे में सोचते हैं और उन सभी में आनंदित होते हैं। लेकिन यदि कोई व्यक्ति कृतघ्न है, तो वह हर चीज़ से असंतुष्ट रहता है, हर छोटी-छोटी बात पर बड़बड़ाता है और दुखी रहता है। मान लीजिए उन्हें सूरज पसंद नहीं है, और फरि वर्दारी,⁷³ उत्तर की हवा, चलने लगती है और ठंड लाती है... उन्हें सूरज पसंद नहीं था, इसलिए अब वे ठंड से कांप रहे हैं।

— गेरोन्डा, आप इससे क्या कहना चाहते हैं?

— मेरा मतलब है कि अगर हम ईश्वर द्वारा दी गई नेमतों की कदर नहीं करते और बदले में बड़बड़ाते हैं, तो परीक्षाएँ आती हैं जो हमें समिट कर एक गेंद की तरह बैठने पर मजबूर कर देती हैं। मैं आपसे पूरी गंभीरता से कह रहा हूँ: ऐसा स्वभाव रखने वाला कोई भी व्यक्ति, जो लगातार बड़बड़ाता और शिकायत करता रहता है, उसे जान लेना चाहिए कि उसे ईश्वर से एक थप्पड़ पड़ेगा, ताकि वह इस जीवन में अपने कम से कम कुछ कर्ज का भुगतान कर सके। और अगर थप्पड़ न आए, तो यह और भी बुरा है; उस स्थिति में, उन्हें आने वाले जीवन में एक साथ सब कुछ चुकाना होगा।

— तो, क्या बड़बड़ाना एक आदत बन सकता है?

— यह एक आदत बन जाती है, क्योंकि एक शिकायत के बाद और शिकायतें होती हैं, और एक बड़बड़ाहट के बाद और बड़बड़ाहट होती है। जो शिकायतें बोता है, वह शिकायतें ही काटता है और भय को जमा करता है। लेकिन जो प्रशंसा बोता है, वह दिव्य आनंद और आशीर्वादों का स्वाद चखता है और हमेशा के लिए धन्य हो जाता है। एक शिकायतकर्ता, चाहे ईश्वर उस पर कतिनी भी कृपाएँ बरसाए, उन्हें महसूस नहीं करता। इसलिए, ईश्वर की कृपा उससे दूर हो जाती है और परीक्षा आने लगती है। परीक्षा हर मोड़ पर उसका पीछा करती है, और उसके जीवन में सब कुछ गड़बड़ हो जाता है। लेकिन ईश्वर स्वयं कृतज्ञों का अपने उपहारों से अनुसरण करते हैं।

⁷³ वार्डारसि एक बहुत तेज़ और ठंडी हवा है जो थ्रेसलॉनीकी के उत्तर-पश्चिम में एक्सथिस नदी के किनारे चलती है। — संकलक की टिप्पणी।

कृतघ्नता एक बड़ा पाप है, जिसकी मसीह ने स्वयं नदि की। "क्या दस को शुद्ध नहीं किया गया? दूसरे नौ कहाँ हैं?"⁷⁴ — उन्होंने उस कोढ़ी से पूछा जो धन्यवाद करने आया था। मसीह को दस कोढ़ियों से कृतज्ञता की अपेक्षा अपने लिए नहीं, बल्कि उनके अपने भले के लिए थी, क्योंकि कृतज्ञता उनके लिए लाभदायक होती।

तांगलाशका हमें दुखी देखना चाहता है

— गेरोना, मेरी खुशी अचानक दुख में क्यों बदल जाती है?

— आनंद से दुख में अचानक बदलाव अक्सर प्रलोभन के कारण होता है। दुष्ट टंगलाशका मनुष्य के वरिद्ध लड़ता है, विशेष रूप से उन लोगों के वरिद्ध जो आध्यात्मिक जीवन जीने के लिए ग्रहणशील और स्वाभाविक रूप से प्रसन्नचित्त होते हैं। यही उसका काम है: वह हमें दुखी देखना चाहता है और इसमें आनंद लेता है। लेकिन आखिर हम टंगलाशका को ऐसा करने की अनुमति क्यों दें? क्या आनंद दुख से बेहतर नहीं है? और क्या प्रेम द्वेष से बेहतर नहीं है?

— लेकिन मैं कभी-कभी उदासी की स्थिति में चला जाता हूँ, और मुझे नहीं पता कि क्यों।

— टंगलाशका नहीं चाहता कि लोग खुश रहें। वह उन लोगों को भी परेशान करने का कोई न कोई तरीका ढूँढ लेता है जिनके पास परेशान होने का कोई कारण होता है और उन लोगों को भी जिनके पास नहीं होता। जहाँ तक आपकी बात है, मुझे लगता है कि वह आपको नरिशा की ओर ले जाने की कोशिश कर रहा है, आपको अपनी सूक्ष्म धागों में और अधिक उलझाता जा रहा है। खैर, अगर वह तुम्हें रस्सियों से इधर-उधर बाँध रहा होता, तो कहा जा सकता था कि दुख का कोई कारण है। लेकिन सूक्ष्म धागों के जाल में, ये बारीक धागे तुम्हें मोटी रस्सियों जैसी लगती हैं, और तुम चित्ति हो जाते हो। बनिा वजह खुद को सताओ मत, क्योंकि ऐसा करके तुम टंगलाशका को खुशी देते हो और मसीह को दुख पहुँचाते हो। क्या आप चाहते हैं कि मसीह दुखी हों?

— नहीं, गेरोन्डा, लेकिन...

— कोई 'लेकनि' नहीं! 'जाओ और दुखी हो जाओ!'⁷⁵ कहते हैं: 'दुखी हो जाओ!'

— "दुखी हो जाओ!"

दुख हमारी मानसिक और शारीरिक शक्तों को सोख लेता है।

— गेरोन्डा, मुझे अक्सर पेट दर्द होता है, और मैं अपने मठवासी कर्तव्यों को पूरा करने में कठिनाई महसूस करता हूँ।

— तुम हर समय वहीं बैठे रहते हो, अपने ही विचारों में खोए हुए, हर चीज़ को नकारात्मक दृष्टि से देखते हो और बेवजह खुद को सताते हो; इसीलिए तुम शरीर और आत्मा दोनों से पीड़ित हो। एक और ऐसे ही दौर के बाद, तुम्हारा पेट दर्द करने लगता है — तो फिर तुम आध्यात्मिक मामलों के लिए शक्ति कैसे जुटा पाओगे? तुम दर्द से राहत के लिए दवा तो ले सकते हो, लेकिन अगर तुम अपनी उदासी से छुटकारा नहीं पाओगे, तो तुम्हारा पेट फिर से दुखने लगेगा। ऐसे विचारों को मन में न लाओ जो तुम्हें नरिशा करते हों, नहीं तो तुम ईश्वर द्वारा दिए गए वरदानों को व्यर्थ कर दोगे। तुम चीज़ों को जितना सही ढंग से देखोगे, उतनी ही अधिक शांति और सुकून तुम्हारे भीतर रहेगा; तुम उतने ही स्वस्थ रहोगे, और तुम दवा लेना बंद कर दोगे।

दुख व्यक्तियों को नश्वर कर देता है। यह मन और शरीर दोनों से सारी जीवन शक्ति सोख लेता है और व्यक्तियों को कुछ भी करने से रोकता है। यह आत्मा को वषिकृत कर देता है और शरीर में अव्यवस्था लाता है। यह शरीर के सबसे संवेदनशील अंगों पर प्रहार करता है, भय पैदा करता है और व्यक्तियों को थका देता है। नरिशा का वषि न केवल कमजोर काया वाले व्यक्तियों, बल्कि बहुत मजबूत व्यक्तियों को भी गिरा सकता

⁷⁴ लूका 17:17

⁷⁵ संत जॉन क्रिसोस्टोम। पवित्र ईस्टर के लिए उपदेश।

है। यहाँ एक बहन है। क्या आप जानते हैं कि उनमें कतिनी शक्ति है? वे आध्यात्मिक रूप से समुदाय के लिए एक गौरव हैं, और जब अपने करतव्यों को नभाने की बात आती है, तो वे हर काम में उत्कृष्ट हैं! वे पूरे मठ को चला सकती हैं, लेकिन नरिशा के कारण वे कुछ भी नहीं करती; उनकी क्षमता बर्बाद हो रही है। इतनी शक्तिशाली इंजन होते हुए भी, वे व्यर्थ ही नष्टि करि खड़ी हैं।

आध्यात्मिक साहस से कमजोरी को दूर भगाएँ

— गेरोन्डा, जब मेरे आध्यात्मिक संघर्ष में एक के बाद एक कठिनाइयाँ आती हैं, तो मैं बड़बड़ाने लगती हूँ और नरिशा मुझ पर हावी हो जाती है।

— ठीक ऐसे ही कठिनाई में ही मानवीय शक्ति प्रकट होती है। जब कठिनाइयाँ उत्पन्न हों तो डरो या घबराओ नहीं। ईश्वर से आध्यात्मिक साहस माँगो, ताकि तुम अपने आध्यात्मिक मार्ग की कठिनाइयों का साहसपूर्वक सामना कर सको और बहादुरी से लड़ सको।

— हाल ही में अपनी कमजोर आध्यात्मिक स्थिति के कारण जो उदासी मैं महसूस कर रहा हूँ, वह मेरी आध्यात्मिक शक्ति को पूरी तरह से खत्म कर रही है।

— ईश्वर का धन्यवाद करें, आप उस स्थिति से आगे बढ़ चुके हैं जहाँ आप पहले थे, भले ही आप अभी उस स्थान पर नहीं पहुँचे हैं जहाँ आपको होना चाहिए। मुझे यकीन है कि आप जल्द ही अपनी क्षमताएँ दिखाएँगे, और ईश्वर की कृपा की मदद से आप आध्यात्मिक कमजोरी के अंतमि बंधनों को तोड़ देंगे, ठीक वैसे ही जैसे एक शेर मकड़ी के जाले को फाड़ देता है। आध्यात्मिक साहस से कमजोरी को दूर भगाएँ। मैं इंतजार करूँगा और प्रार्थना करूँगा। मुझे उस दिन का इंतजार है जब मैं आपकी सफलताओं पर खुशी मना सकूँ।

— गेरोन्डा, जब मैं अपने आध्यात्मिक करतव्यों की उपेक्षा करता हूँ, तो मैं उदासी की भावना से अभिभूत हो जाता हूँ।

— किसी चीज की उपेक्षा करने पर उदासी और जो कुछ हासिल हुआ है उस पर खुशी, ये स्वाभाविक बातें हैं। लेकिन यहाँ स्वार्थ भी शामिल हो सकता है, इसलिए सावधान रहें। एक अच्छी शुरुआत करें, अपने आध्यात्मिक संघर्ष का क्रम निर्धारित करें, और धीरे-धीरे आगे बढ़ें। इस तरह आप आत्मिक दृढ़ता प्राप्त करेंगे, और छद्म शत्रु द्वारा उत्पन्न ये उतार-चढ़ाव समाप्त हो जाएंगे। यदि आप अपने मठवासी प्रयास में सफल होने के लिए आत्मिक साहस के साथ अपनी शक्त का उपयोग करते हैं, तो आप बड़ी सफलता प्राप्त करेंगे। लेकिन अगर आप कमजोरी में फँस जाते हैं, तो आप खुद ही अंतहीन विलाप करेंगे, जबकि टंगलाशका लगातार तालियाँ बजाता रहेगा।

— गेरोन्डा, क्या मुझमें शक्त की कमी है?

— तुम्हें जोश, ऊर्जा का एक वसिफोट चाहिए!

— मैं वह कैसे हासिल करूँ?

— तुम्हें साहस, बहादुरी चाहिए! मुझे बेचारी नन से क्या फायदा? मुझे आध्यात्मिक योद्धाओं की जरूरत है—⁷⁶ जो आध्यात्मिक वीरता से, ईश्वर की महिमा करते हुए, टंगलाशका से लड़ें।

ईश्वर की महिमा करना नरिशा का प्रतिरोधक है

— जेरोन्डा, जब मैं अपने भीतर किसी वासना के अवशेष देखता हूँ तो मैं व्यथित हो जाता हूँ।

— कहो: 'भगवान का शुक्र है कि सबसे बुरा समय बीत गया!' अगर मैं तुम्हारी जगह होता, तो ईश्वर के महान उपहारों को देखते हुए, 'भोर से लेकर रात तक'⁷⁷ मैं दोहराता: 'महिमा तेरी हो, हे प्रभु।' यदि आप

⁷⁶ सुलीओटका: एपरिस में गाँवों के एक संघ सुली की एक महिला। सुलीओटस और सुलीओटकाओं ने अली पाशा (1792–1803) के खिलाफ संघर्ष में असाधारण वीरता का प्रदर्शन किया। — *अनुवादक की टिप्पणी*।

⁷⁷ भजन संहिता 129:5

यहाँ ही एक स्वर्गीय जीवन जीना शुरू करना चाहते हैं, तो उन दया और प्रचुर उपहारों को देखें जो ईश्वर आप पर प्रदान करते हैं, और धन्यवाद दें: 'महमि तेरी हो, हे प्रभु।' चाहे वह आपकी अपनी मेहनत से हो या दूसरों की मदद से, आपको समृद्धि में मदद करने के लिए ईश्वर की प्रशंसा करें, चाहे वह कतिनी भी कम क्यों न हो। जब कोई व्यक्ति कहता है, 'हे ईश्वर, तुझे महमि हो,' तो ईश्वर मदद करता है, क्योंकि कृतज्ञता, एक वनिम्र स्वभाव, लगन और अपने प्रयासों में उत्साह के साथ मलिकर, अनगणित स्वर्गीय शक्तियों और द्रव्य उपहारों को आकर्षण करती है।

— गेरोन्डा, क्या होगा अगर मुझे पता हो कि मैं फिर से गरि जाऊँगा?

— तुम्हें नहीं पता। तुम यह डर के मारे सोच रहे हो। तुम्हें अपनी पछिली गलती को दोहराने से डरना नहीं चाहिए, क्योंकि यही तुम्हारे ईश्वर में विश्वास को डगमगाता है। यहाँ अत्यधिक चिंता करने की कोई आवश्यकता नहीं है। यदि कोई विचार तुम्हें बताता है कि तुम बेहतर नहीं हो सकते, और तुम नरिशा में डूब जाते हो, तो तुम्हें खुद को सांत्वना और प्रोत्साहन देना चाहिए। आपको कहना चाहिए, 'भगवान का शुक्र है, आज मैं कल से बेहतर हूँ। एक हजार बार, भगवान का शुक्र है...' हालाँकि यह प्रोत्साहन असली नहीं लग सकता है, लेकिन इसमें एक बड़ी शक्ति निहित है — ईश्वर में आशा। ईश्वर में आशा ही वह उत्तोलक है जो नरिशा को पलट देती है, आत्मा को हताशा और भय से मुक्त करती है, और, कदम-दर-कदम, एक व्यक्ति की आध्यात्मिक शक्ति को मजबूत करती है, और उनके भीतर पवित्र आशावाद को जगाती है।

— गेरोन्डा, मुझे अपनी स्वास्थ्य समस्याओं की चिंता है।

— सब कुछ ईश्वर की ओर से एक महान उपहार के रूप में स्वीकार करो। ईश्वर किसी के साथ अन्याय नहीं करते। स्वर्ग में तुम्हें आराम मिलेगा। तुम्हें एक उदार पेंशन मिलेगी, बशर्ते कि तुम अपनी बड़बड़ाहट से उसे स्वयं कम न कर दो।

— लेकिन कैसे, जेरोन्डा, जब अभी मुझे अपने भीतर स्वर्ग का अनुभव नहीं हो रहा है?

— आपको स्वर्ग का अनुभव नहीं हो रहा है क्योंकि आप ईश्वर की महमि नहीं करते। जब कोई व्यक्ति प्रशंसा में जीता है, तो वह हर चीज़ में आनंदित होता है। दुनिया में ऐसे लोग हैं जो हम भिक्षुओं का न्याय करेंगे। बेदुइनों को देखो: वे कतिना कठिन जीवन जीते हैं, फिर भी वे ईश्वर का धन्यवाद करते हैं और हमेशा प्रसन्न रहते हैं।⁷⁸ वे गेहूँ से पत्थर नहीं निकालते, बल्कि उसे जैसा है वैसा ही पीसते हैं, इसीलिए उनकी रोटी पत्थरों से भरी होती है! वे जो भोजन खाते हैं उसमें आवश्यक सूक्ष्म तत्व, कैल्शियम आदिकी कमी होती है, इसीलिए उनके दाँत पूरी तरह से खराब हो जाते हैं। तुम एक बेदुइन को सिर्फ एक दाँत के साथ देखो, फिर भी वह ऐसे प्रसन्न होता है मानो वह दाँत मदर-ऑफ़-पर्ल का बना हो। किसी दूसरे व्यक्ति के लिए, एक भी दाँत के बिना ही उन्हें अपूर्ण महसूस कराने के लिए काफी है। इसका सारा मतलब यह है कि हमें दिन-रात, नरितर ईश्वर की कृपाओं के लिए धन्यवाद और स्तुतिकरनी चाहिए।

एक बशिप ने मुझे बताया कि चर्च में, जब डीकन गेरगेसा के दैत्यग्रस्त लोगों के उपचार का सुसमाचार विवरण पढ़ रहे थे,⁷⁹ बशिप की कुर्सी के पीछे खड़े एक साधारण उपस्थिति सदस्य बार-बार कहता रहा: 'महमि तेरी हो, हे ईश्वर।' डीकन शुरू करता है: 'उस समय, यीशु गेरासेनियों के प्रदेश में आए।' 'महमि तेरी हो, हे परमेश्वर,' पारशियन कहता है। 'दो दैत्यग्रस्त व्यक्ति उनसे मिले' — 'महमि तेरी हो, हे परमेश्वर।' 'वे बहुत उग्र थे' — 'महमि तेरी हो, हे परमेश्वर।' और देखो, सारी भेड़ें... समुद्र में कूद पड़ीं! — 'महमि तेरी हो, हे ईश्वर।' बशिप ने बाद में मुझसे कहा, 'मुझे एहसास हुआ कि यह साधारण व्यक्ति सिही था जो बार-बार कहता रहा, "महमि तेरी हो, हे ईश्वर," क्योंकि "महमि तेरी हो, हे ईश्वर" राक्षसों को समुद्र में डाल देता है।' और आपको लगातार दोहराना चाहिए: 'महमि तेरी, हे ईश्वर, महमि तेरी, हे ईश्वर,' जब तक कि झुंड स्वयं को समुद्र में नहीं फेंक देता...

⁷⁸ एल्डर पैसयिस उस समय के बारे में बात करते हैं जब वे सनई पर्वत पर रहते थे (1962–1964)। — संकलक की टिप्पणी।

⁷⁹ देखें मत्ती 8:28–34

धन्यवाद देना हमारे चारों ओर की हर चीज़ को पवतिर कर देता है। धन्यवाद देते समय, एक व्यक्ति कृतज्ञता में खुद को भूल जाता है, शब्द के सर्वोत्तम अर्थ में अपनी होश खो देता है, और हर चीज़ में आनंदित होता है। और जब कोई व्यक्ति सबसे छोटी चीज़ों के लिए भी ईश्वर का धन्यवाद करता है, तो ईश्वर का आशीर्वाद उस पर इतनी उदारता से आता है कि वह उसे सहन नहीं कर पाता। उस क्षण, शैतान अब और सहन नहीं कर पाता और चला जाता है।

अनुभाग 2. सद्गुण

"जो भी व्यक्ति सद्गुणों से उत्पन्न आध्यात्मिक सुंदरता का धनी होता है, वह दैवीय अनुग्रह से प्रकाशमान होता है। क्योंकि सद्गुणों को प्राप्त करने पर, एक व्यक्ति दिव्यता प्राप्त करता है और इसलिये प्रकाश बखिरता है; दैवीय अनुग्रह इसे उनमें प्रकट करता है।"

सद्गुणों का विकास

- गेरोना, एक व्यक्ति दिव्यता कब प्राप्त करता है?
- जब दिव्य कृपा उनमें प्रवेश करती है।
- तो क्या आनंद उनके भीतर वास करता है?
- उनमें केवल आनंद ही नहीं बसता, बल्कि मिहान प्रेम, वनिमृता, सांत्वना और आत्मविश्वास भी नविस करते हैं। उनमें वे गुण होते हैं जो ईश्वर में हैं; इसीलिए ईश्वर की कृपा उनमें प्रवेश करती है।
- और 'देवों के देव' का क्या अर्थ है?⁸⁰
- क्या दाऊद यह नहीं कहते: 'क्या तुम सब देवता नहीं हो, और सर्वोच्च के पुत्र नहीं हो?'⁸¹ मनुष्य को ईश्वर 'की प्रतमा में' बनाया गया है; परिणामस्वरूप, ईश्वर देवताओं के ईश्वर हैं, यानी मानव जाति के। मनुष्य को दिव्यता प्राप्त करनी चाहिए। सभी लोग ईश्वर की छवि में बनाए गए हैं, लेकिन हम में से कौन 'समानता' के मार्ग पर है? हम ईश्वर से जतिना दूर भटकते हैं, हम उतने ही कम उसकी तरह बनते हैं; यानी, हम 'समानता' के सार से उतने ही अधिक दूर हो जाते हैं।
- किसी व्यक्ति को ईश्वर के समान बनने के लिए, उसे ईश्वर की आज्ञाओं के अनुसार जीना चाहिए और अपने ऊपर काम करना चाहिए। इस प्रकार, वे वासनाओं से शुद्ध हो जाते हैं और सद्गुण प्राप्त करते हैं, और फिर वे केवल ईश्वर की 'छवि' में बनाया गया एक व्यक्ति नहीं रहते, बल्कि 'समानता' की अवस्था में प्रवेश करते हैं, क्योंकि दिव्य अनुग्रह उनके भीतर कार्य कर रहा होता है।

सद्गुण का अभ्यास करना प्रभु की आज्ञाओं का पालन करना है।⁸²

- गेरोना, मैं बहुत चाहूंगा कि मैं अपने संत को देखूं।
- और मैं चाहूंगा कि आप ईश्वर का प्रति बनने का प्रयास करें।

⁸⁰ भजन संहिता 49:1

⁸¹ भजन संहिता 81:6

⁸² उद्धृत: अब्राहम इसाक द सीरयिन के तपस्वी कथन। मॉस्को, 1993। पृ. 148

— मैं इसे कैसे प्राप्त कर सकता हूँ?

— "एक युवा अपनी राह कैसे शुद्ध रख सकता है? आपके वचन के अनुसार जीकर।"⁸³ यदि आप परमेश्वर की आज्ञाओं के अनुसार जीते हैं, तो आप परमेश्वर के प्रति बन जाएंगे।

यदि हम परमेश्वर की संतान हैं, तो हमें उसकी आज्ञाओं का पालन करना चाहिए। जब यहूदियों ने कहा, 'हमारा पिता तो इब्राहीम है,' तो मसीह ने उनसे कहा, 'तुम्हारा पिता इब्राहीम नहीं, बल्कि शैतान है; क्योंकि यदि तुम इब्राहीम की संतान होते, तो तुम इब्राहीम के काम करते।'⁸⁴

— गेरोना, जब अब्बा इसाक कहते हैं कि मसीह आज्ञाओं के पालन की नहीं, बल्कि आत्मा के सुधार की मांग करते हैं, तो उनका क्या अभिप्राय है?⁸⁵

— ईश्वर ने आज्ञाएँ क्यों दीं? क्या यह हमारे सुधार के लिए नहीं था? ईश्वर की आज्ञाओं का पालन करके, हम सदगुणों का विकास करते हैं और आत्मा के स्वास्थ्य को प्राप्त करते हैं। 'सदगुण का अभ्यास,' अब्बा इसाक कहते हैं, 'प्रभु की आज्ञाओं का पालन करना है।'⁸⁶

— जेरोंडा, बाबा इसाया कहते हैं: 'ईश्वर की आज्ञाओं का पालन करने के लिए एक मनुष्य को एक साहसी और महान हृदय की आवश्यकता होती है।'⁸⁷

— यह सच है। ईश्वर की आज्ञाओं का सटीक रूप से पालन करने के लिए, साहस, बहादुरी और संयम की आवश्यकता होती है। इसलिए, यह खोजें कि आपमें क्या कमी है और ईश्वर आपसे क्या चाहता है: इस पर विचार करें कि आपने क्या किया है और आपको क्या करना चाहिए था लेकिन आपने नहीं किया। अपने आप से कहो: 'हाँ, मुझे जो मैं कर रहा हूँ वह पसंद है, लेकिन क्या यह प्रभु को प्रसन्न करता है?' — और ईश्वर की इच्छा को पूरा करने का प्रयास करो। 'क्योंकि तेरे वचनों के प्रेम के लिये मैं धर्मियों के मार्ग पर चला हूँ।'⁸⁸ — जैसा कि पवित्र शास्त्र में लिखा है।

सदगुण तभी मूल्यवान होता है जब उसे बाहरी जबरदस्ती के बिना, स्वतंत्र रूप से अर्जित किया जाए। एक व्यक्ति को यह महसूस करना चाहिए कि सदगुण एक व्यक्तिगत आवश्यकता है और फिर उसे प्राप्त करने का प्रयास करना चाहिए। यह परमेश्वर को नहीं है जो चाहता कि हम उसकी इच्छा पूरी करें — यह हम हैं जिन्हें इसकी आवश्यकता है। हमें अपने पुराने स्व से खुद को मुक्त करने के लिए परमेश्वर की इच्छा को पूरा करने की आवश्यकता है। एक विश्वासी की सभी ऊर्जाएँ ईश्वर की आज्ञाओं का सख्ती से पालन करने की ओर निर्देशित होनी चाहिए। जब कोई व्यक्ति ईश्वर की इच्छा को पूरा करने का प्रयास करता है, तो वह ईश्वर के करीब आ जाता है और, भले ही वह इसके लिए प्रार्थना न करे, फिर भी उसे दिव्य कृपा प्राप्त होती है। दूसरे शब्दों में, वे सीधे स्रोत से पानी खींचते हैं।

सभी सदगुणों को विकसित किया जाना चाहिए

— क्या कोई व्यक्ति स्वभाव से सदाचारी हो सकता है?

— एक व्यक्ति, स्वभाव से, उदाहरण के लिए, सरल, शांत या नम्र हो सकता है। ये सभी ईश्वर द्वारा उन्हें प्रदान किए गए प्राकृतिक उपहार हैं, और उन्हें बढ़ाने के लिए, एक व्यक्ति को उनका संवर्धन करना चाहिए। आध्यात्मिक संघर्ष के माध्यम से, उन्हें आध्यात्मिक उपहार, पवित्र आत्मा के उपहार प्राप्त होंगे।

⁸³ भजन संहिता 118:9

⁸⁴ तुलना करें यूहन्ना 8:39; यूहन्ना 8:44

⁸⁵ देखें द एसेटिक सेयगिंस ऑफ़ अब्बा आइज़ैक द सरियिन। मॉस्को, 1993। पृ. 148

⁸⁶ देखें वही।

⁸⁷ उद्धृत: *द लव ऑफ़ गुडनेस*। खंड II। होली ट्रिनिटी सेंट सर्जियस लाव्रा, 1992। पृ. 427.

⁸⁸ भजन संहिता 16:4

— गेरोन्डा, तरकशकृति ईश्वर की देन है या यह एक सदगुण है जसै कोई व्यक्ति आध्यात्मिक परिश्रम से धीरे-धीरे प्राप्त करता है?

— मैं इसे इस तरह कहता हूँ: वविक एक वरदान है। लेकिन मान लीजिए कि आपके पास यह वरदान नहीं है, फिर भी आपके पास कोई और गुण है। अपने उपहार को विकसित करके, आप एक साथ वविक और अन्य सदगुणों को विकसित करेंगे, और इस प्रकार उन सदगुणों की कमी को पूरा करेंगे जिनकी आपको कमी है। जब कोई व्यक्ति उदाहरण के लिए, संयम के लिए प्रयास करता है, तो वे एक साथ मौन, एकाग्रता, प्रार्थना, वविक आदि का विकास करते हैं।

आखिरकार, सदगुण और वासनाएँ उस दिशा के आधार पर विकसित होती हैं जसमें कोई व्यक्ति काम करने का चुनाव करता है। यदि वे सदगुणों का संवर्धन करते हैं, तो सदगुण फलेंगे-फूलेंगे और वासनाओं को दबा देंगे। यदि वे वासनाओं का संवर्धन करते हैं, तो वासनाएँ फलेंगी-फूलेंगी और सदगुणों को दबा देंगी। यदि वे दोनों का संवर्धन करते हैं, तो दोनों फलेंगे-फूलेंगे, और भ्रम पैदा होगा। इसे समझने के लिए, एक ऐसे बगीचे की कल्पना करें जसमें फूल और खरपतवार दोनों हों। यदि माली खरपतवारों की देखभाल करता है, तो खरपतवार बढ़ेंगे और फूलों को दबा देंगे। यदि वह फूलों की देखभाल करता है, तो फूल फलेंगे-फूलेंगे और खरपतवारों को दबा देंगे। यदि वह दोनों की देखभाल करता है, तो समय के साथ वह फूलों और खरपतवारों में अंतर नहीं कर पाएगा।

किसी व्यक्ति को सफल होने के लिए, उसे अपने भीतर के जुनून को पहचानना चाहिए और उन्हें काटने का प्रयास करना चाहिए। उसे ईश्वर द्वारा दिए गए उपहारों को भी पहचानना चाहिए और उन्हें विकसित करना चाहिए। यदि वे इन उपहारों को वनिम्रता के साथ विकसित करते हैं, तो वे जल्द ही आध्यात्मिक रूप से समृद्ध हो जाएँगे। यदि वे अपने आध्यात्मिक विकास पर काम करते हैं, तो वे अच्छे बन जाएँगे; यदि वे इसकी उपेक्षा करते हैं, तो वे बुरे बन जाएँगे।

मैं ऐसे लोगों से मिला हूँ, जिनकी आत्मा की मट्टी उपजाऊ होने के बावजूद, उन्होंने उसे अनुपयोगी छोड़ दिया, और वह काँटों और झाड़ियों से भर गई। हालाँकि, अन्य लोग, भले ही उनके खेत में काँटे और कंटीली झाड़ियाँ उग रही थीं, उन्होंने उन सभी को उखाड़ दिया, जमीन जोती, और खेत फल देने लगा। इसका क्या फायदा अगर ईश्वर ने हमें अच्छी जमीन दी है, फिर भी हमने उसकी उपेक्षा की है, और उसे खरपतवारों से भरने दिया है? अगर हमारी जमीन गन्ना उगाने के लिए उपयुक्त है, लेकिन उस पर सरकंडों का जंगल उग आया है, और अगर हम उन सरकंडों को उखाड़कर गन्ना लगाने और उसकी खेती करने का ध्यान नहीं रखते, तो ईश्वर हमारी मदद कैसे कर सकते हैं? आप सरकंडों से केवल टोकरी ही बना सकते हैं; उनसे आपको कोई चीनी नहीं मिलेगी...

ईश्वर हम में से प्रत्येक से यह हिसाब लेगा कि क्या हमने उसे दिए गए उपहार को दोगुना किया है। यदि उसने किसी को पाँच उपहार दिए हैं, तो उस व्यक्ति को उन्हें दस में बदलना चाहिए। उनके लिए नौ अब सर्वोत्तम परिणाम नहीं है। इसलिए, हर कोई सर्वोत्तम परिणाम प्राप्त करने के लिए वनिम्रता और वविक के साथ काम करे। क्योंकि ईश्वर यह जवाब मांगेगा कि क्या किसी व्यक्ति ने एक प्रतिभा को दो, दो को चार, और पाँच को दस में बदल दिया है। परिणामस्वरूप, यदि किसी व्यक्ति ने उन्हें दिए गए प्रतिभाओं को दोगुना कर दिया है, तो ईश्वर की दृष्टि में वे उच्चतम पुरस्कार के पात्र हैं। और यदि कोई, घमंड के बजाय उत्साह से, एक प्रतिभा को दस में बदल देता है, तो वह न केवल ईश्वर को बल्कपित्थर का दल रखने वाले व्यक्ति को भी प्रभावित कर देगा।

दूसरों का सदगुण हमें मधुर सुगंध से भर देता है

— गेरोना, हमें सदगुण प्राप्त करने में क्या मदद करता है?

— उस गुण वाले व्यक्ति के साथ संगत करने से। यदि आप किसी सम्मानशील व्यक्ति के साथ समय बर्ताते हैं, तो आप स्वयं भी धीरे-धीरे सम्मानशील बन जाएंगे। यह सभी गुणों पर लागू होता है, क्योंकि दूसरों के गुण हमें अपनी सुगंध से भर देते हैं।

जब हम दूसरों के गुणों को देखते हैं और उनका अनुकरण करने का प्रयास करते हैं, तो हम संवर्धित होते हैं। लेकिन हमें उनकी कमियों को देखने से भी लाभ होता है, क्योंकि दूसरों की कमियाँ हमें अपनी कमियाँ देखने में मदद करती हैं। दूसरे व्यक्ति का सदगुण मुझे उसका अनुकरण करने के लिए प्रेरित करता है, जबकि कोई दोष मुझे यह सोचने पर मजबूर करता है कि क्या मुझमें भी वही दोष है, और यदि है, तो कसि हद तक, ताकि मैं उससे छुटकारा पाने का प्रयास कर सकूँ। उदाहरण के लिए, यदि मैं किसी में लगन देखता हूँ, तो मैं प्रसन्न होता हूँ और उस व्यक्ति का अनुकरण करने का प्रयास करता हूँ। यदि मैं दूसरे में जज्बिया देखता हूँ, तो मैं अपने भाई की नदि नहीं करता, बल्कि बारीकी से देखता हूँ कि क्या मुझमें भी जज्बिया है। और यदि मुझे पता चलता है कि मैं इससे छुटकारा पाने का प्रयास करूँगा। लेकिन अगर मैं खुद में केवल गुण और दूसरों में केवल दोष देखता हूँ, और साथ ही अपने दोषों को नज़रअंदाज़ करता हूँ या यह कहकर उनका औचित्य साबित करता हूँ 'मैं इस व्यक्ति और उस व्यक्ति और दूसरे व्यक्ति से बेहतर हूँ' — तो मैं खो गया हूँ।

दूसरे लोग हमारे लिए एक दर्पण हैं। जब हम दूसरों को देखते हैं, तो हम खुद को देखते हैं, और दूसरे हमारी कमियाँ देखते हैं; उनके अवलोकन हमारे दाग-धब्बों को धो देते हैं।

सदगुणों का अभ्यास करने में संतों का उदाहरण

— मुझे बताइए, गेराना, संतों की वशिष्ट वशिष्टताएँ क्या हैं?

— वनिमरता, सादगी और सही नरिणय क्षमता के साथ संयुक्त प्रेम — ये संतों की वशिष्ट वशिष्टताएँ हैं। यदि कोई व्यक्ति सही नरिणय क्षमता के साथ, स्वयं को संतों के जीवन का अनुकरण करने के लिए प्रेरित करता है, तो वह भी पवतिरता प्राप्त कर लेगा।

संतों का उदाहरण हमें सदगुण प्राप्त करने के हमारे प्रयास में बहुत मदद करेगा। संतों से अपनी तुलना करके, हम अपनी इच्छाओं को देखते हैं, खुद को नदित करते हैं, खुद को नम्र बनाते हैं और उन जैसा बनने के लिए उत्साह, द्रव्य उत्साह के साथ प्रयास करते हैं। हमारे पास स्थिर रहने का कोई बहाना नहीं है, क्योंकि हमारे सामने संतों का उदाहरण और उनका जीवन है। सभी संत ईश्वर की संतान हैं, और वे हम, ईश्वर के दीन बच्चों की, यह दिखाकर मदद करते हैं कि बुराई के जालों से कैसे बचना है।

संतों के जीवन का सावधानीपूर्वक अध्ययन आत्मा को गर्माहट देता है, हमें उनके उदाहरण का पालन करने के लिए प्रेरित करता है, और हमें सदगुणों को प्राप्त करने के लिए संघर्ष को सहसपूर्वक जारी रखने के लिए प्रोत्साहित करता है। प्रत्येक संत के जीवन में, वही पवतिर पागलपन स्पष्ट है, हालांकि यह प्रत्येक में अलग-अलग रूप में प्रकट होता है। एक व्यक्ति ईश्वर के प्रति उनके प्रगाढ़ प्रेम (ἔρωτας) को देख सकता है। और इस प्रकार, उनके अनुकरण की तीव्र इच्छा के साथ, एक व्यक्ति के भीतर दैवीय उत्साह की अग्नि प्रज्वलित हो जाती है।

— गेराना, किसी संत का सनिक्सारयिन⁸⁹ कतिने वर्षों तक पढ़ना चाहिए?

— जीवन भर। हालांकि साइनाक्सारयिन में बहुत कम लिखा है, एक संत की जीवन कहानी उनके पूरे जीवन को नहीं, बल्कि एक भरे हुए प्याले की कुछ बुँदें हैं जो किनारे से छलक गई हैं। संत मूर्ख होते अगर वे अपने नज़ी अनुभवों को सबके सामने उजागर कर देते। लेकिन ये कुछ शब्द हमारे लिए काफी हैं, बशर्ते वे हमारे दिलों को छू सकें, बशर्ते हम उन्हें अपने जीवन में अमल में ला सकें।

⁸⁹ सनिक्सारयिन: दनि के संत की संक्षिप्त जीवनी, जो पूजा-संबंधी मेनार्योन में शामिल है। — अनुवादक की टिप्पणी

— मुझे संतों की तरह कुछ भी करना मुश्किल लगता है। उदाहरण के लिए, संत सकिलेटिका,⁹⁰ को ही लें, उन्होंने अपने जीवन के अंत तक, यहाँ तक कि एक गंभीर बीमारी से पीड़ित रहते हुए भी, कतिना कठनि संघर्ष सहन किया! या फिर आदरणीय बारसानोफयिस,⁹¹ , उन्होंने कतिने साल पूर्ण मौन बनाए रखा!

— ठीक है, अगर आप आदरणीय बारसानोफयिस का अनुकरण करना चाहते हैं, तो कम से कम यह प्रयास करें कि जब कोई आपसे कुछ कहे तो आप उत्तर न दें। जहाँ तक संत सकिलेटिका के कारनामे की बात है, मुझे लगता है कि उसमें दोहराने के लिए आपके पास शारीरिक शक्ति नहीं होगी — आप इसे सहन नहीं कर पाएँगे — लेकिन आंतरिक रूप से, मेरी राय में, आप उनका अनुकरण कर सकते हैं, और यहाँ आपके सामने बहुत काम है। मैं प्रार्थना करता हूँ कि संत आपको कम से कम वह थोड़ा-बहुत प्रदान करें जो उनके पास स्वयं था।

आइए हम सद्गुण को उसकी अशुद्धियों से शुद्ध करें

— गेरोन्डा, आप कभी-कभी 'वषिक्त सद्गुण' के बारे में बात करते हैं। सद्गुण 'वषिक्त' कब होता है?

— 'वषिक्त' पुण्य, उदाहरण के लिए, दया है जब वह दूसरों को खुश करने की इच्छा से प्रेरित हो, या प्रेम है जब वह स्वार्थ से प्रेरित हो। जब हमारे कार्यों में नस्वार्थता और सरलता की कमी होती है, और सद्गुण में स्वार्थपरता मलि जाती है, तो वह एक विकृत सद्गुण है। तब वह एक कच्चे फल के समान है, जिसमें बेशक कुछ विटामिन भी होते हैं, लेकिन जब आप उसे चखते हैं, तो आपके मुँह में कड़वाहट का स्वाद आता है।

— क्या हो सकता है कि भिन्न सद्गुण न हो, फिर भी कोई मुझे धार्मिक समझे?

— यह बुरा है यदि आप स्वयं को धार्मिक मानते हैं।

— क्या मैं अपनी सच्ची आध्यात्मिक स्थितिको न देख पाऊँ और यह सोचूँ कि भिन्न सद्गुण है?

— हो सकता है, लेकिन अगर आप ध्यान से देखें, तो आपको महसूस होगा कि भीतर कोई मठास नहीं है, और इससे आप समझ जाएंगे कि आपकी वास्तविक आध्यात्मिक स्थिति क्या है। कभी-कभी कोई व्यक्ति यह सोच सकता है कि उसने सद्गुण प्राप्त कर लिया है, केवल इसलिए कि उसने उस सद्गुण के कुछ बाहरी संकेतों को अपना लिया है और दूसरों को धार्मिक दिखाने के लिए उनका पालन करता है। लेकिन वास्तव में, यह सद्गुण नहीं है—न ही सच्चा सद्गुण। वे इस अवस्था में लंबे समय तक नहीं रहेंगे। एक परीक्षा आएगी, और सच्चाई सामने आ जाएगी। उदाहरण के लिए, यह एक बात है कि कोई व्यक्ति दूसरों को अपने शब्दों से ठेस न पहुँचाने के लिए मौन का अभ्यास करे, और इस प्रकार धीरे-धीरे मौन का गुण प्राप्त करे। और यह बिल्कुल दूसरी बात है कि वे इसलिए नहीं बोलते ताकि दूसरे उन्हें कम बोलने वाला व्यक्ति समझें।

वह अपनी जीभ से तो चुप रह सकता है, लेकिन साथ ही वह लगातार अपने विचारों से बात कर रहा हो सकता है, और उसके भीतर के भाव उस पर हावी हो सकते हैं। बाहरी रूप से, वह एक सच्चे संत जैसा लग सकता है, लेकिन जब उसका आंतरिक स्वरूप सामने आता है, तो पता चलता है कि यह...

— गेरोना, मैं अपनी हालत से नरिंश हूँ। वास्तव में, जो अच्छाई मैंने खुद में देखी थी, वह बेकार निकली है।

— क्या ठीक-ठीक?

— जो मुझे उत्साह लगा था, वह अंत में स्वार्थ ही निकला।

⁹⁰ उनका पर्व दिवस 5 जनवरी को मनाया जाता है। — संकलनकर्ता की टिप्पणी

⁹¹ उनका पर्व दिवस 6 फरवरी को मनाया जाता है। — संकलक की टिप्पणी

— नहीं, मेरे प्रिय, यह सच नहीं है! अयस्क में कई अलग-अलग धातुएँ होती हैं। उसमें बहुत सी रेत हो सकती है, लेकिन उसमें तांबा, लोहा और थोड़ा सा सोना भी होता है... जब अयस्क को भट्टी में डाला जाता है, तभी सोना पघिलकर निकलता है। क्या कहा नहीं जाता: 'भट्टी में सोने की तरह'?"⁹²

अहंकार — सदगुणों का चोर

— गेरोंडा, मैं अपनी ही भावनाओं का कैदी हूँ। कभी मुझे आत्म-प्रेम लूट लेता है, तो कभी बाहरी चीजों की चाहत।

— अगर कोई व्यक्ति चोरों को अपनी संपत्ति लूटने दे, तो क्या वह कभी अमीर बन सकता है? और तुम, अगर अपने जुनून को खुद को लूटने दो, तो क्या तुम कभी समृद्धि प्राप्त कर सकते हो? तुम हमेशा गरीबी में रहोगे, क्योंकि जो कुछ भी तुम जमा करोगे, वह तुम खो दोगे। मैं यह समझ नहीं पा रहा हूँ कि यह 'तांगलाशका' तुम्हें कैसे लूट सकती है, जबकि तुम स्वयं स्वर्ग को लूटने में सक्षम हो!

— मैं सदगुण प्राप्त करने पर बहुत काम करना चाहूँगा, लेकिन मैं पानी में ही तैर रहा हूँ। ऐसा क्यों है?

— हो सकता है कि कोई व्यक्ति अभी सदाचार के लिए तैयार न हो। लेकिन तुम, मैं देख सकता हूँ, आध्यात्मिक परिपक्वता के करीब पहुँच रहे हो। तो ध्यान रखना: अब, जब गर्मियाँ आती हैं और अंगूर धीरे-धीरे मठिस से भरने लगते हैं, तो उन्हें कौनों — तांगलाशकास — से अच्छी तरह से बचाना, और नम्रता और सादगी से जीना।

— लेकिन मैं जो भी अच्छा करता हूँ, वह खो देता हूँ, क्योंकि मैं तुरंत ही घमंडी हो जाता हूँ।

— क्या तुम्हें पता है तुम क्या कर रहे हो? तुम शहद बनाते हो, और फिर उसे फेंक देते हो, और वह दुष्ट तांगलाशका उसे तुमसे चुरा लेता है, और तुम्हें खाली हाथ छोड़ देता है। जैसे एक मधुमक्खी पालक धुएँ से मधुमक्खियों की दृष्टि धुंधली कर देता है और फिर उनका शहद ले लेता है, वैसे ही तांगलाशका आपके मन को अहंकार के धुएँ से धुंधला कर देता है, आपका सारा आध्यात्मिक शहद चुरा लेता है, और फिर खुशी से हाथ मलता है। यह आपसे ईश्वर के कीमती उपहार चुरा लेता है, जबकि खुद आनंद मनाता है। तुम एक होशियार इंसान हो—क्या तुम सच में यह नहीं समझते? तुम उस चोर, उस धोखेबाज का हाथ क्यों नहीं पकड़ते, जो तुम्हें लूट रहा है?

— लेकिन अगर कोई व्यक्ति महसूस करता है कि उसके पास जो वरदान है, वह ईश्वर की ओर से है, तो प्रलोभन उस वरदान को कैसे चुरा सकता है?

— लापरवाही के कारण। ईश्वर हर व्यक्ति को कई उपहारों से ञ्जित है, और यद्यपि एक व्यक्ति को उनके लिए ईश्वर का धन्यवाद करना चाहिए, वे अक्सर लापरवाह रहते हैं, ईश्वर द्वारा दिए गए उपहारों को अपना समझ लेते हैं, और अपने हृदय में अहंकारी हो जाते हैं। फिर चालाक शैतान आता है और इन उपहारों को उस व्यक्ति से चुरा लेता है, क्योंकि वह एक चोर है; वह उन्हें अपने वषि से वषिकृत कर देता है और उन्हें बेकार बना देता है।

आध्यात्मिक सौंदर्य

— गेरोंडा, मैं आध्यात्मिक सुंदरता कैसे प्राप्त कर सकती हूँ?

— यदि आप द्रव्य उत्साह के साथ सदगुण प्राप्त करने का प्रयास करते हैं, तो आप आध्यात्मिक सुंदरता भी प्राप्त करेंगे। परमेश्वर की माता मैं बाहरी और आंतरिक दोनों सुंदरताएँ थीं। जो कोई भी उन्हें देखता था, वह एक अलग व्यक्ति बन जाता था। जो आध्यात्मिक कोमलता उन्होंने बखिरी, वह आत्माओं को चंगा कर देती थी।

अपनी आंतरिक सुंदरता और अनुग्रह की शक्त के माध्यम से, उन्होंने एक मशीनरी कार्य पूरा किया! और जो कोई भी आध्यात्मिक रूप से परिश्रम करता है और अपने चरित्र को परिष्कृत करता है, वह आत्मा में धन्य और सुंदर बन जाएगा।

— क्या द्रव्य अनुग्रह से युक्त व्यक्ति स्वयं इसे महसूस करता है?

— वे अनुग्रह के कुछ प्रकटीकरणों को महसूस करते हैं।

— और क्या कोई दूसरा व्यक्ति उन्हें देखकर, उनमें अनुग्रह को पहचान सकता है?

— हाँ, वे कर सकते हैं, क्योंकि अनुग्रह उन्हें प्रकट कर देता है। आप जानते हैं, सद्गुण छपाया नहीं जा सकता, चाहे कोई व्यक्ति कितना भी प्रयास कर ले। आप छलनी के पीछे सूरज को नहीं छपा सकते, क्योंकि उसकी करिणें फरि भी छेदों से होकर चमकेंगी।

जिस व्यक्ति में सद्गुणों से उत्पन्न आध्यात्मिक सुंदरता होती है, वह अनुग्रह से प्रकाशमान होता है। क्योंकि सद्गुणों को प्राप्त करके, एक व्यक्ति द्रव्यता प्राप्त करता है, और इस प्रकार भीतर से प्रकाश बखिरता है, और द्रव्य अनुग्रह उन्हें प्रकट करता है। इस प्रकार, बना चाहा या महसूस किए, एक व्यक्ति दूसरों के सामने स्वयं को प्रकट करता है, और ईश्वर की महिमा होती है।

वासनाओं से मुक्ति और आत्मा का शुद्धिकरण शरीर को भी प्रभावित करता है, जो उसी प्रकार शुद्ध हो जाता है, क्योंकि शुद्धिकरण हृदय से शुरू होता है। रक्त के माध्यम से, हृदय अपनी आध्यात्मिकता को शरीर में प्रेषित करता है, और इस प्रकार पूरा व्यक्ति पवित्र हो जाता है।

भाग 1।

एक ही सद्गुण है—नम्रता

"नम्रता स्वर्ग के द्वार खोलती है, और ईश्वर की कृपा व्यक्ति पर अवतरति होती है"

अध्याय 1.

"ईश्वर नम्र लोगों पर कृपा करता है"⁹³

वनिम्र व्यक्ति में सभी सद्गुण होते हैं

— गेरौना, कृपया वृद्धि लेते समय हमें कुछ कहिए।⁹⁴

— मैं क्या कहूँ? मैंने तो पहले ही बहुत कुछ कह दिया है!

— हमें कुछ ऐसा बताएं जिस पर हम आपके लौटने तक काम कर सकें।

— खैर, अगर आप ज़िद कर रहे हैं, तो मैं आपको बता दूँगा... एक ही गुण है — वनिम्रता — और चूंकि आप इसे नहीं समझते, मैं प्रेम को भी जोड़ दूँगा। लेकिन क्या वनिम्रता रखने वाला व्यक्ति प्रेम नहीं रखता?

— अब इसाक कहते हैं: 'जैसे सभी व्यंजनों में नमक होता है, वैसे ही प्रत्येक सद्गुण में वनिम्रता होती है।' ⁹⁵

⁹³ याकूब 4:6; 1 पतरस 5:5; नीतविचन 3:34 देखें।

⁹⁴ यह बातचीत फरवरी 1968 में हेसकिंस्टरी में एल्डर पैसगोस और पहली महिला नविसियों के बीच हुई थी। अगले दिन, एल्डर पवित्र पर्वत के लिए रवाना हो रहे थे, मठ में दो महीने के प्रवास के बाद, जहाँ वे नव-स्थापित सामुदायिक मठ में आध्यात्मिक जीवन की नींव रखने के लिए आए थे। — *संकलक की टिप्पणी*।

⁹⁵ उद्धृत: द एसेटिक सेयगिस ऑफ़ अब्राहम आइज़ैक द सीरियन। मॉस्को, 1993। पृ. 199।

— तो, नम्रता के बनिा, सदगुण... अखाद्य हैं! संत इसाक यह दखाना चाहते हैं कसिदगुणों का अभ्यास करने में नम्रता कतिनी आवश्यक है।

— गेरोन्डा, कहीं और बाबा इसाक कहते हैं कविनिम्रता तब आती है जब कोई व्यक्ति सभी सदगुणों को प्राप्त कर लेता है।⁹⁶

— शायद आपने कुछ गलत समझ लिया है? यदि किसी व्यक्ति में वनिम्रता नहीं है, तो कोई भी सदगुण उसके पास नहीं आ सकता।⁹⁷

— तो, क्या जसि व्यक्ति में वनिम्रता होती है, उसमें सभी गुण भी होते हैं?

— बेशक। वनिम्र व्यक्ति आध्यात्मिक मठास की सभी सुगंधियाँ बखिरता है: सादगी, नम्रता, असीम प्रेम, दया, द्वेष की कमी, आत्म-बलदान, आज्ञाकारिता, और इसी तरह। उसमें आत्मा की गरीबी (प्रेम की गरीबी) होती है,⁹⁸ और इसीलिए वह सभी आध्यात्मिक धन का मालिक होता है। इसके अलावा, वह धार्मिक और मौन है, और इसलिये वह परम धन्य कुंवारी मरयिम, ईश्वर की माता, जनिमें महान वनिम्रता थी, के समान स्वभाव का है। अपने भीतर अवतार धारण किए हुए ईश्वर को धारण करते हुए, उन्होंने उत्तर दिया: 'देखो, मैं प्रभु की दासी हूँ; तुम्हारा वचन मुझमें पूरा हो।'⁹⁹ उसने यह नहीं कहा: 'मैं ईश्वरपुत्र की माता बनूँगी।' वह चुप रही, चुप रही, जब तक मसीह ने तीस वर्ष की आयु में बोलना आरंभ नहीं किया।

क्रीट के संत एंड्रयू कहते हैं कवि ईश्वर के बाद ईश्वर हैं और त्रिमूर्ति के बाद दूसरे स्थान पर हैं।¹⁰⁰ एक दासी और फरि भी ईश्वर की वधू! एक कुंवारी और एक माता! ईश्वर की एक सृष्टि और सृष्टिकर्ता की माता! ये सभी महान रहस्य हैं जिन्हें समझाया नहीं जा सकता, केवल अनुभव किया जा सकता है!

— आपको माँ ईश्वर की कौन सी प्रतमा सबसे अधिक पसंद है?

— मुझे ईश्वर की माता की सभी प्रतमाएँ पसंद हैं। भले ही मैं कहीं सरिफ उनका नाम लिखा हुआ देखूँ, मैं उसे श्रद्धापूर्वक कई बार चूमती हूँ, और मेरा दिल खुशी से काँप उठता है।

जब आप इसके बारे में सोचते हैं तो यह काफी अभिभूत कर देने वाला होता है! एक छोटी लड़की कहती है: 'मेरी आत्मा प्रभु की महिमा करती है... क्योंकि उसने अपनी दासी की दीनता पर दृष्टि डाली है।'¹⁰¹ केवल कुछ ही शब्दों में इतना अर्थ! इन शब्दों के अर्थ में गहराई से उतरने से बहुत लाभ हो सकता है। संक्षिप्त, फरि भी शक्तिशाली। यदि आप इन पर मनन करेंगे, तो आप वनिम्रता से प्रेम करने लगेंगे, और यदि आप स्वयं को नम्र बनाएँगे, तो आप देखेंगे कि ईश्वर आपके भीतर आते हैं, जो आपके हृदय को बेथलहम के ताल में बदल देंगे।

ईश्वर की आत्मा नम्र लोगों पर विश्राम करती है

— बताइए, एक व्यक्ति में कौन से गुण होने चाहिए ताकि ईश्वर की कृपा उन पर अवतरति हो?

— केवल वनिम्रता ही पर्याप्त है। मुझसे अक्सर पूछा जाता है: 'दिव्य कृपा प्राप्त करने में कतिना समय लगता है?' कुछ लोग कथति तौर पर आध्यात्मिक जीवन जी सकते हैं, तपस्या आदिकर सकते हैं, फरि

⁹⁶ देखें वही, पृ. 235.

⁹⁷ जसि अंश का बहनजी ने उल्लेख किया है, वह इस प्रकार है: 'नम्रता एक निश्चित रहस्यमय शक्ति है, जो संपूर्ण दैवीय जीवन को परिपूर्ण करने पर, परिपूर्ण संतों द्वारा प्राप्त की जाती है' (उद्धृत: *द ऐसटिक सेयगिंस ऑफ़ अब्राहम आइज़ैक द सरियिन*. मॉस्को, 1993. पृ. 235)। यहाँ, अब्राहम इसाक वनिम्रता को पूर्णता की एक अवस्था के रूप में बताते हैं, जबकि एल्डर पैसियोस सदगुणों को प्राप्त करने के संघर्ष के लिए आवश्यक वनिम्रता का उल्लेख करते हैं। — *संकलक की टिप्पणी*।

⁹⁸ तुलना करें मत्ती 5:3

⁹⁹ लूका 1:38

¹⁰⁰ "Χαίροις μετὰ Θεὸν ἢ Θεός, τὰ δευτερεία της Τριάδος ἢ ἔχουσα." सेंट एंड्रयू ऑफ़ क्रीट, 5वां स्वर। थियोटोकारयिन। वोल्कोस, 1991। पृ. 107.

¹⁰¹ लूका 1:46-48

भी यह सोच सकते हैं कवि कुछ खास हैं — ऐसे लोग ईश्वर की कृपा प्राप्त नहीं करते। हालाँकि, अन्य लोग थोड़े ही समय में अनुग्रह प्राप्त कर लेते हैं क्योंकि वे स्वयं को नम्र बनाते हैं।

यदि कोई व्यक्ति स्वयं को नम्र बनाता है, तो कृपा उसे एक क्षण में प्रकाशित कर सकती है, उसे एक देवदूत में बदल सकती है, और वह खुद को स्वर्ग में पाएगा। लेकिन यदि वह अहंकारी हो जाता है, तो एक क्षण में वह एक दुर्भाग्यपूर्ण प्राणी बन जाएगा और नरक में पहुँच जाएगा। एक व्यक्ति, यदि वह चाहे, तो भेड़ बन जाता है; यदि वह चाहे, तो बकरी। बेचारी बकरियाँ—वे भेड़ बनना चाहती हैं, लेकिन नहीं बन सकती; जबकि ईश्वर ने मनुष्य को बकरी से भेड़ में बदलने की क्षमता दी है, बशर्ते कि वह ऐसा चाहता हो।

ईश्वर की कृपा केवल वनिम्र और नम्र लोगों पर ही उतरती है। ऐसे व्यक्ति पर ईश्वर की आत्मा वरिजमान होती है। क्या आपको याद है कि भविष्यवक्ता यशायाह क्या कहते हैं: 'मैं किसकी ओर देखूँगा, परन्तु नम्र और शांत व्यक्ति की ओर?'¹⁰²

ईश्वर हमसे केवल थोड़ी सी नम्रता चाहता है ताकि हम उससे संबंध स्थापित कर सकें; और फिर उसकी सभी समृद्ध देनियाँ एक के बाद एक हम पर प्रचुर मात्रा में बरसती हैं। क्योंकि ईश्वर, मानो, नम्र व्यक्ति का बड़ा ऋणी है; वह उसे एक उपहार के रूप में देता है, भले ही वह व्यक्ति स्वयं इसके लिए मांगे नहीं। ऐसा ही आध्यात्मिक नियम है। क्या सुसमाचार यह नहीं कहता: 'ईश्वर घमण्डी लोगों का वरिध करता है, परन्तु नम्र लोगों पर अनुग्रह करता है?'¹⁰³ ईश्वर का यही विधान है। 'नम्र' का अर्थ है 'अनुग्रह से युक्त'। अतः अत्यंत नम्र लोग ईश्वर से महान अनुग्रह प्राप्त करते हैं, क्योंकि एक नम्र व्यक्ति, स्पंज की तरह, द्रव्य अनुग्रह को सोख लेता है। जो नम्रतापूर्वक अपना सरि झुकाते हैं और दूसरों से प्रहार स्वीकार करते हैं, वे अपनी खामियों से स्वयं को शुद्ध करते हैं, आध्यात्मिक सुंदरता में एक देवदूत के समान बन जाते हैं, और स्वर्ग के संकीर्ण द्वार से स्वतंत्र रूप से गुजरते हैं। कोई भी सांसारिक आरोहण के माध्यम से स्वर्ग नहीं पहुँचता, बल्कि आध्यात्मिक अवरोहण के माध्यम से पहुँचता है।

वनिम्रता स्वर्ग के द्वार खोलती है, और ईश्वर की कृपा एक व्यक्ति पर आती है, जबकि अहंकार उन्हें बंद कर देता है। एल्डर टर्किऑन कहा करते थे: "एक वनिम्र व्यक्ति में कई लोगों के संयुक्त होने से भी अधिक कृपा होती है। हर सुबह ईश्वर एक हाथ से दुनिया को आशीर्वाद देते हैं, लेकिन अगर वे किसी वनिम्र व्यक्ति को देखते हैं, तो वे दोनों हाथों से आशीर्वाद देते हैं। जिसने सबसे अधिक वनिम्रता दिखाई है, वही सबसे महान है!"¹⁰⁴

सब कुछ एक वनिम्र स्वभाव पर निर्भर करता है। जब किसी व्यक्ति का स्वभाव वनिम्र होता है, तो स्वाभाविक रूप से, उसके लिए पृथ्वी स्वर्ग के साथ मलि जाती है।

नम्रता के माध्यम से, लोगों ने वह कुंजी पाई है, जिसे घुमाने पर, वे प्रेम की आध्यात्मिक लफिट पर तीसरे स्वर्ग¹⁰⁵ तक उठ जाते हैं। फिर भी कुछ कहते हैं: 'ईश्वर हमसे नम्रता की मांग क्यों करता है?' तो हो जाए! यदि कोई व्यक्ति स्वयं को नम्र नहीं बनाता है, तो वह स्वर्ग के संकरे द्वारों से नहीं गुजरेगा, और न ही उसे इस जीवन में शांति मिलेगी। मसीह ने क्या कहा? 'मेरे से सीखो, क्योंकि मैं मन से कोमल और नम्र हूँ, और तुम अपने आत्माओं को वशिराम पाओगे।'¹⁰⁶

¹⁰² यशायाह 66:2

¹⁰³ याकूब 4:6; 1 पतरस 5:5। देखें नीतविचन 3:34

¹⁰⁴ माउंट अथोस के एल्डर पैसयिोस। माउंट अथोस के फादर्स और अथोनाइट लेखन। थेसालोनिकी, 2005। पृ. 31।

¹⁰⁵ देखें 2 कुरनिथियों 12:2

¹⁰⁶ मत्ती 11:29

एक वनिम्र वचिर तुरंत ईश्वर की कृपा को गतमें ला देता है

— मुझे आश्चर्य होता है कि कैसे एक वनिम्र वचिर तुरंत ईश्वर की कृपा को गतमें ला देता है। एक बार, एक बलिली का बच्चा मेरे सेल में आ गया। बेचारी ने जाहिर तौर पर कुछ ऐसा खा लिया था जो उसे नहीं खाना चाहिए था, उसे ज़हर लग गया था, और अब वह दर्द से तड़पते हुए मदद के लिए भीख मांग रही थी, चट्टानों से टकराए हुए ऑक्टोपस की तरह इधर-उधर कूद रही थी... उसे देखना बहुत दयनीय था, लेकिन मैं क्या कर सकता था? मैंने एक बार, फिर दो बार खुद को क्रॉस किया—लेकिन कोई फायदा नहीं हुआ! "अपने आप को देखो," मैंने तब खुद से कहा, "तुम इतने सालों से एक भिक्षु हो, और फिर भी तुम एक बेचारी छोटी सी बलिली के बच्चे की मदद भी नहीं कर सकते!" जैसे ही मैंने खुद को फटकारा, वह बलिली का बच्चा, जो अपनी अंतमि सांसों ले रहा था, अचानक होश में आ गया। वह दौड़कर आया, मेरी टांगों से रगड़ने लगा और खुशी से उछलने लगा... नम्रता की यही शक्ति है! इसीलिए कहा गया है: 'अपनी नम्रता में, प्रभु हमें याद करेंगे।' ¹⁰⁷

मैंने देखा है कि एक ही वनिम्र वचिर से, एक व्यक्ति में एक प्रकार की चमक आने लगती है। जब कोई व्यक्ति सारी गलती खुद पर ले लेता है, तो ईश्वर की कृपा उस पर बरसती है। परसों, कई बच्चों वाला एक डॉक्टर मुझसे मिलने आया; उसने कहा: 'गेरोन्डा, मैं बहुत घमंडी हूँ, और मेरे घमंड के कारण मेरे बच्चे बुरा व्यवहार कर रहे हैं।' और उसने यह अपने बच्चों की मौजूदगी में, आँखों में आँसू लिए हुए कहा, फिर भी उसका चेहरा खलि रहा था! कुछ दिनों पहले मैंने यहाँ कुछ ऐसा ही देखा। कई बहनें मुझसे बात करने आईं। हमने विभिन्न बातों पर चर्चा की, और मुझे उन्हें डाँटना पड़ा। उनमें से एक पीछे हट गई, लगभग आँसू आने की हद तक। उसने अपना सर झुकाया, और बाद में उसका चेहरा प्रसन्न था। देखिए कि एक वनिम्र और पश्चात्तापी वचिर क्या कर सकता है! पल भर में, सभी कमियाँ दूर हो जाती हैं; व्यक्ति निया हो उठता है, उसका चेहरा दमकने लगता है। हालाँकि, दूसरी को कुछ भी हासिल नहीं हुआ: वह ठंडे दिल के साथ आई और ठंडे दिल के साथ ही चली गई, और वह केवल दूसरों की गलतियों के बारे में ही बात कर रही थी, वह भी बहुत वसितार से। जो लोग अपने आप पर काम नहीं करते, उनके लिए एक ही घमंडी या बदनाम करने वाला वचिर उनके चेहरे पर छाया डालने के लिए काफी है।

एक वनिम्र वचिर व्यक्ति को तुरंत ऐसी आध्यात्मिकी ऊँचाइयों पर ले जा सकता है, जहाँ वे अतमिनीय उपलब्धियों के वर्षों के बाद भी नहीं पहुँच सके।

— गेरोना, यदि कोई अहंकारी व्यक्ति में एक भी वनिम्र वचिर लाता है, तो क्या ईश्वर उसकी मदद करेंगे?

— यदि उसके मन में एक भी वनिम्र वचिर आता है, तो वह अब अहंकारी नहीं रहेगा, बल्कि वनिम्र हो जाएगा, और ईश्वर उसकी मदद करेंगे। मनुष्य चंचल होता है: एक क्षण वह एक दशा में खिंचा जाता है, अगले क्षण दूसरी दशा में, यह इस बात पर निर्भर करता है कि वह कौन सा वचिर पालता है। एक अहंकारी व्यक्ति, यदि वह मन में एक वनिम्र वचिर लाता है, तो उसे मदद मिलती है। और एक वनिम्र व्यक्ति, यदि वह अहंकार का वचिर मन में रखता है, तो वह वनिम्र नहीं रहता। वह अभिमानी हो जाता है — और ईश्वर की कृपा उससे दूर हो जाती है, और वह एक बुरे हालात में पड़ जाता है। हालाँकि, यदि वह अपने पाप को महसूस करता है और सच्चे मन से पश्चात्ताप करता है, तो नम्रता लौट आती है, और उसकी स्थिति बेहतर हो जाती है, क्योंकि नम्रता ईश्वर की कृपा लाती है। लेकिन किसी व्यक्ति के लिए नम्रता को एक स्थायी अवस्था बनाने के लिए, और ईश्वर की कृपा को उसमें बनाए रखने के लिए, आध्यात्मिक कार्य की आवश्यकता होती है।

अध्याय 2. नम्रता प्राप्त करने का श्रम

नम्रता कैसे विकसित की जाती है

— गेरुना, वनिम्रता कैसे विकसित की जाती है?

— वनिम्रता आत्म-त्याग के माध्यम से विकसित होती है और अपनी कमियों के खाद से पोषित होती है। एक आत्म-त्यागी व्यक्ति अपने पास मौजूद हर अच्छी चीज़ का श्रेय ईश्वर को देता है। वे ईश्वर की असंख्य कृपाओं को देखते हैं और महसूस करते हैं कि वे उन कृपाओं के लायक नहीं हैं; वे स्वयं को नम्र बनाते हैं और नरितर ईश्वर की महिमा करते हैं। और जितना अधिक वे स्वयं को नम्र बनाते हैं और ईश्वर की महिमा करते हैं, उतनी ही अधिक प्रचुर मात्रा में दैवी कृपा उन पर बरसती है। यही स्वैच्छिक नम्रता है। लेकिन जो नम्रता नरितर असफलताओं से उत्पन्न होती है, वह जबरन नम्रता है।

नसिंसंदेह, स्वैच्छिक वनिम्रता जबरन वनिम्रता से अधिक मूल्यवान है। यह उपजाऊ मट्टी के एक टुकड़े की तरह है जहाँ पेड़ बना उर्वरक या खाद के उगते हैं और स्वादुष्ट फल देते हैं। दूसरी ओर, जबरन की गई वनिम्रता खराब मट्टी की तरह है, जहाँ फसल उगाने के लिए उर्वरक और खाद दोनों की आवश्यकता होती है, और फरि भी, फल उतना स्वादुष्ट नहीं होगा।

— गेरुना, मुझे यह मुश्किल लगता है जब, किसी के साथ बुरा व्यवहार करने के कारण, मैं दूसरों की नज़रों में खुद को अपमानित करता हूँ और मुझे खुद को नम्र करने के लिए मजबूर होना पड़ता है।

— जबरन वनिम्रता के माध्यम से, आप कम से कम अपने पापों से उत्पन्न हुए ऋण का एक हिसा चुका रहे हैं। हालाँकि, आपको अपनी इच्छा से वनिम्र होना शुरू करना चाहिए।

— लेकिन मैं बहुत कठिन स्थिति में हूँ। मैं कामुक वचारों से पीड़ित हूँ, और मैं नरिशा में डूब जाता हूँ। मुझे डर है कि मैं इस स्थिति से कभी बाहर नहीं निकल पाऊँगा।

— हौसला रखो, मेरे अच्छे इंसान, और अंत में मसीह की वजिय होगी। गाओ: 'मेरी जवानी से ही शत्रु ने मुझे प्रलोभित किया है, उसने मुझे सुख-सुविधाओं से घेर लिया है: परन्तु मैं, हे प्रभु, तुझ पर भरोसा करके उस पर वजिय प्राप्त करता हूँ।'¹⁰⁸ सच्चाई यह है कि दोष इतना कमजोर मांस का नहीं है, बल्कि अहंकार का है। सत्य तो यह है कि आप में कई सद्गुण हैं, जो नसिंसंदेह ईश्वर की देन हैं; लेकिन कुछ लापरवाही और असावधानी के कारण, शत्रु एक अनुकूल कृष्ण पाकर आपको अहंकार की ओर ले जाता है। और ईश्वर के प्रतानंद और कृतज्ञता के आँसुओं से अपना चेहरा धोने के बजाय, आप उसे दुख और शोक के आँसुओं में डुबो देते हैं। इससे यह नषिकर्ष नकिलता है: यदि हम स्वैच्छा से स्वयं को नम्र नहीं बनाते हैं, तो हमें जबरदस्ती नम्र बनाया जाएगा, क्योंकि दिया लु ईश्वर हमसे प्रेम करते हैं। इसलिए हमिमत रखो, मेरे बच्चे, और मसीह की वजिय होगी। 'क्योंकि यदि तुम फरि से पराजित हो, तो तुम फरि से पराजित होओगे: क्योंकि ईश्वर हमारे साथ है।'¹⁰⁹ तूफान बीत जाएगा और अपने साथ बहुत अच्छाई लाएगा। आप स्वयं को बेहतर ढंग से जानेंगे, आप अपनी इच्छा के वरिद्ध वनिम्र होंगे, और, के आध्यात्मिक नियमों के अनुसार, ईश्वर की कृपा नश्चित रूप से आप पर आएगी—एक ऐसी कृपा जैसी पहले अहंकार द्वारा रोका गया था।

हम अभी तक स्वयं को जान नहीं पाए हैं। यदि हम ऐसा करते हैं, तो हमारी आत्मा आनंदित होगी और वनिम्रतापूर्वक ईश्वर की दया की याचना करेगी। आत्म-ज्ञान से वनिम्रता उत्पन्न होती है। क्योंकि कोई व्यक्ति जितना अधिक स्वयं को जानता है, उसकी आत्मा की आँखें उतनी ही अधिक खुलती हैं, और वह अपनी महान कमजोरी को उतनी ही स्पष्ट रूप से देखता है। वे अपनी नीचता और कृतघ्नता को पहचानने

¹⁰⁸ सटेपेना, स्वर 8, प्रतगिन 1।

¹⁰⁹ महान संध्या प्रार्थना से एक श्लोक।

लगते हैं, और साथ ही ईश्वर की महान उदारता और दया को भी। इसलिए, वे अंतर्मन से पश्चातापी हो जाते हैं, स्वयं को मटिटी में मिला लेते हैं, और गहराई से ईश्वर से प्रेम करने लगते हैं।

दलि की वनिम्रता ही सब कुछ है

— गेरोना, क्या किसी व्यक्ति के लिए यह संभव है कि वह मन से वनिम्र हो, लेकिन दलि से नहीं?

— अतीत में, मठों और कई घरों में, दरवाजे बहुत नीचे होते थे, और अंदर जाने के लिए, एक व्यक्ति को झुकना पड़ता था: अगर वह ऐसा नहीं करता, तो उसका सरि दरवाजे के फ्रेम से टकरा जाता। इसलिए किसी को झुकना पड़ता था और, चाहे-अनचाहे, यह ध्यान रखना पड़ता था कि अगली बार चौकन्ना रहे, कहीं खुद को चोट न लग जाए या दूसरों के सामने शर्मिंदगी न उठानी पड़े। यह उदाहरण दिखाता है कि बौद्धिक वनिम्रता केवल अपने सरि की रक्षा करने और अपनी प्रतिष्ठा बनाए रखने का काम करती है। परसों, एक बहन मेरे पास आई और बोली: 'गेरोन्डा, एबसि ने मुझसे कहा कि जब मैं गाती हूँ, तो मैं अपनी आवाज़ का दिखावा कर रही होती हूँ; तब से मैंने यह बात ध्यान में रखी है और वनिम्रता से गाने की कोशिश कर रही हूँ।' — 'क्या तुमने समझा कि एबसि ने तुमसे क्या कहा?' मैंने उससे पूछा। 'तुम्हें इस कमजोरी को महसूस करना और पहचानना होगा और इससे छुटकारा पाना चाहना होगा। क्योंकि अगर अपनी आवाज़ के बारे में डींग न हाँकने का तुम्हारा प्रयास केवल सतही है, सिर्फ इसलिए कि मिंदर सुपीरियर अब तुम पर टपिपणी न करें, तो हो सकता है कि तुम अपनी आवाज़ के बारे में डींग हाँकने से ही नहीं, बल्कि खुद पर गर्व करने तक पहुँच जाओ।'

— गेरोना, यद्यपि मैं वनिम्र विचारों को मन में लाती हूँ, मेरे भीतर गहराई में एक निश्चिंता आत्म-सम्मान है। ये दोनों एक साथ कैसे चल सकते हैं?

— आप केवल वनिम्र विचारों को मन में लाते हैं, लेकिन ये विचार आपके हृदय तक नहीं पहुँचते। यदि वे आपके हृदय को छू जाते, तो वे आपको भीतर से बेहतर बना देते, और आप अब एक देवदूत होते। दलि की वनिम्रता ही सब कुछ है। अब इसाक क्या कहते हैं? 'सच्चा वनिम्र व्यक्ति वह है जिसने अपनी बुद्धि से वनिम्र होने के तरीके खोजने की कोई आवश्यकता नहीं होती... बल्कि वह बिना किसी जबरदस्ती के अपने दलि से ही ऐसा होता है।'¹¹⁰

कर्म में नम्रता, केवल शब्दों में नहीं

— गेरोना, यदि कोई व्यक्ति स्वयं को नम्र करता है और स्वयं को डाँटता है, यह कहते हुए: 'मैं दोषपूर्ण हूँ, बेकार हूँ, एक खोई हुई आत्मा हूँ, और इसी तरह,' क्या इससे उन्हें नम्रता प्राप्त करने में मदद मिलती है?

— किसी व्यक्ति के लिए खुद को कोसना आसान होता है, लेकिन दूसरों से डाँट-फटकार स्वीकार करना उन्हें मुश्किल लगता है। वे खुद से कह सकते हैं: 'मैं दयनीय हूँ, सबसे पापी, सभी लोगों में सबसे बुरा हूँ।' फरि भी, उसी समय वे दूसरों की एक भी बात स्वीकार नहीं कर पाते। जब कोई व्यक्ति खुद ही ठोकर खाकर गरिता है, तो भले ही उसे चोट लगे, लेकिन वह बहुत परेशान नहीं होता। या अगर उसे कोई ऐसा व्यक्ति डाँटे जो उससे प्रिय करता है, तो वह फरि कहेगा: 'ठीक है, कोई बड़ी बात नहीं है।' लेकिन अगर उसे कोई ऐसा व्यक्ति खिरोँच भी दे या धक्का भी दे जिससे वह पसंद नहीं करता, तो फरि, हाँ! वह चिल्लाना शुरू कर देगा, यह दिखावा करते हुए कि उसे इतना दर्द हो रहा है कि वह उठ ही नहीं सकता!

जब मैं माउंट सनिई पर रहता था, वहाँ स्ट्रैटसि नाम का एक सामान्य व्यक्ति था। अगर आप उसे 'श्रीमान स्ट्रैटसि' कहकर बुलाते, तो वह जवाब देता, 'श्रीमान क्या? मुझे पापी, पापी स्ट्रैटसि कहो।' हर कोई कहता, ' 'कतिना वनिम्र व्यक्ति है!' एक बार वह सुबह देर तक सो गया और सेवा के लिए समय पर नहीं उठा। कोई उसे जगाने गया। 'स्ट्रैटसि, क्या तुम अभी भी सो रहे हो? वे पहले ही छठी भजनपाठ पढ़

¹¹⁰ उद्धृत: अब्राहम इसाक द सीरियन के तपस्वी कथन। मॉस्को, 1993। पृ. 236।

चुके हैं। क्या तुम सेवा में नहीं जा रहे?" वह चलिलाने लगा: 'मुझे तुमसे ज्यादा भक्ति है, और तुम मुझे चर्च जाने के लिए कह रहे हो?' वह पागलों की तरह चलिला रहा था... उसने तो खलहिन की चाबी जतिनी बड़ी दरवाजे की चाबी भी उठाई और उस आदमी पर दे मारी, क्योंकि उसका अहंकार आहत हो गया था। उसे चलिलाते सुनकर लोग दंग रह गए, क्योंकि हिर कोई उसे बहुत वनिम्र मानता था और एक आदर्श के रूप में देखता था। स्ट्राट्सि ने खुद का पूरा मजाक बना लिया। क्या आप देख रहे हैं कि क्या हो रहा है? उसने खुद को पापी कहा, लेकिन जैसे ही उसका अहंकार आहत हुआ, वह बस पागल हो गया!

एपरिस में एक दूसरे आदमी ने चर्च की कुछ मरम्मत की थी। उसने खुद कहा कि उसने कुछ खास नहीं किया था, बस इधर-उधर थोड़ा-बहुत सुधार किया था। लेकिन जब मैंने उससे कहा, 'ठीक है, "थोड़ा-बहुत सुधार किया"। आखिर तुमने कुछ तो किया ही है,' तो बस, तब उसे गुस्सा आ गया! 'जैसे कि तुम इससे बेहतर कर सकते थे,' वह कहने लगा। 'मुझे पता है कि निर्माण करना क्या होता है; मैं तुम्हारे जैसे कोई बढ़ई नहीं हूँ। मेरे पतिजी खुद निर्माण के ठेके लेते थे!'

अपने आपको नम्र बनाना आसान है, लेकिन इसका मतलब यह नहीं है कि व्यक्ति में सच्ची वनिम्रता है।

— जेरोंडा, सच्ची, वास्तविक वनिम्रता को कैसे पहचाना जाए?

— जब कोई और आपको अपमानित करता है और आप इसे स्वीकार करते हैं, तभी आपमें सच्ची वनिम्रता होती है, क्योंकि सच्ची वनिम्रता कर्म में होती है, शब्दों में नहीं। एक बार, एटोलीया के संत कोस्मास ने अपने चारों ओर इकट्ठा लोगों से पूछा: 'आप में से कौन घमंड से मुक्त है?' 'मैं हूँ,' एक आदमी ने कहा। 'आओ, तुम जो घमंडहीन हो,' संत कोस्मास ने कहा। 'अपनी मूँछ का एक बाल काटो और चौक में जाओ।' 'अरे, मैं ऐसा नहीं कर सकता,' उस आदमी ने उत्तर दिया। 'तो फिर, तुममें वनिम्रता नहीं है,' संत ने कहा।¹¹¹ इससे संत कोस्मास का तात्पर्य था कि सिक्रिय वनिम्रता आवश्यक है।

— 'ठीक है, जब मुझे उकसाया जाता है, तो मैं पलटवार करता हूँ।'

— तुममें वनिम्रता की कमी है, इसीलिए तुम पलटवार करते हो। अब्बा मूसे की वनिम्रता देखो: जब उन्हें पुरोहिती नियुक्त किया गया, तो आर्चबिशप ने उन्हें परखने के लिए पुरोहितों से कहा, 'जब अब्बा मूसे पवित्र स्थल में प्रवेश करें, तो उन्हें बाहर निकाल दो और उनका पीछा करो कि वे क्या कहते हैं।' अब्बा मूसा के पवित्र स्थल में प्रवेश करते ही उन्होंने उन्हें बाहर निकालना शुरू कर दिया: 'निकल जा, अफ्रीकी।' — 'यह तुम्हारे साथ न्यायसंगत है, तुम काले अफ्रीकी,' अब्बा मूसा ने अपने आप से कहा, 'तुम आदमी नहीं हो; तो फिर तुम लोगों के बीच क्यों घूमते हो!'¹¹² उन्होंने कोई आपत्ति नहीं की, न ही वे क्रोधित हुए।

— 'लेकिन क्या कोई व्यक्ति वनिम्रता से रहति हो सकता है, फिर भी नम्र हो सकता है और अपमानित होने पर बदला नहीं ले सकता?'

— एक वनिम्र व्यक्ति नम्र होता है। लेकिन इसका यह मतलब नहीं कि हिर नम्र व्यक्ति वनिम्र भी होता है। वनिम्रता में नम्रता का भी समावेश होना चाहिए, क्योंकि इसके बिना कोई व्यक्ति बाहर से तो नम्र दिख सकता है, लेकिन अंदर से घमंड से भरा हो सकता है और दूसरों के बारे में कह सकता है: 'वे पागल हैं; उन पर ध्यान देने का कोई फायदा नहीं—जो मन करे कहने दो!' जैसे वह भिक्षु जिस संतों ने कभी गुस्सा होते नहीं देखा और जो चढ़ाए जाने पर कभी पलटकर जवाब नहीं देता था। तो एक दिन उससे पूछा गया: 'उसके दिल में वह कौन-सा विचार हमेशा रहता है कि जब कोई उसे अपमानित करता है या ठेस पहुँचाता है, तो वह इतनी सहनशीलता दिखाता है?' इस पर उसने जवाब दिया: 'मुझे उनकी कमियों पर ध्यान क्यों देना चाहिए... वे भौंकने वाले कुत्ते हैं।'¹¹³ दूसरे शब्दों में, वह दूसरों को तुच्छ समझता था।

¹¹¹ देखें आर्चमिंड्राइट चरालाम्बोस वासिलोपोलोस। सेंट कोस्मास द एटोलियन। एथेंस, 1993। पृ. 198–199।

¹¹² उद्धृत: पवित्र और धन्य पतिओं के तपस्वी जीवन के स्मरणीय वृत्तांत। होली ट्रिनिटी सेंट सर्जियस लाव्रा, 1993। पृ. 114।

¹¹³ उद्धृत: अब्बा डोरोथीया प्रवचन, पत्र, प्रश्न और उत्तर। मॉस्को, 1991। पृ. 96–97.

जब हम ईश्वर से वनिम्रता मांगते हैं, तो हमें अपमान स्वीकार करना चाहिए

— गेरोना, सकरयि वनिम्रता प्राप्ति करने में मेरी क्या मदद करेगा?

— वनिम्रता कैसे प्राप्ति की जाती है? आप एक बात कहते हैं, लेकिन दस करते हैं? क्या आप थोड़ी सी भी फटकार नहीं सह सकते? जानो क्या, मेरे प्रिय, जब आपको खुद को नम्र करने का अवसर मिले, तो खुद को नम्र करो।

तुम्हारा इलाज पृथ्वी की तरह सरल और वनिम्र व्यवहार करने में है: अगर तुम अपने जुनून से मुक्त होना चाहते हो, तो बारिश, ओले, कचरा और थूक को स्वीकार करो। दूसरों द्वारा की गई अपमानजनक स्थितियाँ किसी व्यक्ति को उसके पुराने 'स्व' से जल्दी मुक्त होने में मदद करती हैं, यद्विह उन्हें स्वीकार कर ले।

— गेरोन्डा, मुझे बहुत नम्रता की जरूरत है।

— जाओ और कुछ खरीद लो। बहुत से लोग हैं जो वनिम्रता बेचते हैं, या इसे मुफ्त में भी दे देते हैं, जब तक तुम इसे चाहते हो...

— वे कौन हैं, जेरोंडा?

— वे वे लोग हैं, जिनमें अच्छा आध्यात्मिक स्वभाव नहीं होता, वे हमारे साथ बदसलूकी करते हैं और अपने व्यवहार से हमें अपमानित करते हैं। आप करिने की दुकान से नम्रता नहीं खरीद सकते, जैसे कयिह कोई भोजन हो। जब हम प्रार्थना करते हैं, 'हे भगवान, मुझे नम्रता प्रदान करें'—इसका यह मतलब नहीं है कि ईश्वर एक चम्मच भरकर सभी को बाँटना शुरू कर देंगे: 'तुम्हारे लिए एक कल्लो नम्रता, तुम्हारे लिए आधा कल्लो।' ईश्वर एक असभ्य व्यक्ति को हमारे सामने आने और हमारे साथ कठोर व्यवहार करने देगा, या ईश्वर किसी दूसरे व्यक्ति से अपनी कृपा वापस ले लेगा, और वह व्यक्ति हमें अपमानित करना शुरू कर देगा। यह हमारे लिए एक परीक्षा होगी, और यद्विह नम्रता प्राप्ति करना चाहते हैं, तो हमें प्रयास करना होगा। लेकिन हम यह नहीं मानते कि ईश्वर ने हमारे भले के लिए ही हमारे भाई को क्रोधित होने दिया है, और इसलिये हम उससे क्रोधित हो जाते हैं। और यद्विह ईश्वर से वनिम्रता मांगते हैं, हम उनके द्वारा हमें वनिम्रता के लिए प्रदान किए गए अनुकूल अवसरों का उपयोग नहीं करते हैं, बल्कि इसके बजाय हम परेशान और क्रोधित हो जाते हैं। ईमानदारी से कहें तो, हमें उस व्यक्ति का आभारी होना चाहिए जो हमें नम्र बनाता है, क्योंकि विह हमारा सबसे बड़ा उपकारी है। जो कोई भी प्रार्थना में ईश्वर से नम्रता माँगा है, लेकिन उस व्यक्ति को स्वीकार नहीं करता जसि ईश्वर उन्हें नम्र बनाने के लिए भेजते हैं, वह नहीं जानता कि विह क्या माँग रहा है।

जब मैं स्टोमयिन मठ में रहता था, कोनटिसा में एक पादरी थे जो मुझसे तब से बहुत स्नेह रखते थे जब मैं सामान्य व्यक्ति था। एक रविवार, मैं लटिर्जी के लिए कोनटिसा गया। चर्च खचाखच भरा था। जैसा कि हमेशा होता था, मैं पवतिर स्थल में गया और प्रवेश करते ही मैंने अपने आप से कहा: 'हे मेरे ईश्वर, इन सभी लोगों को स्वर्ग ले जाओ, और मेरे लिए, यद्विह आप चाहो, तो मुझे वहाँ कम से कम एक छोटा सा कोना दे दो।' जब कम्युनयिन का समय आया, तो पुजारी, जो आमतौर पर मुझे पवतिर स्थल में कम्युनयिन देते थे, मेरी ओर मुड़े और जोर से कहा: 'पवतिर स्थल छोड़ दो; तुम सबसे आखिर में, बाकी सभी के साथ कम्युनयिन ग्रहण करोगे, क्योंकि तुम इसके लायक नहीं हो।' मैं बनिा एक शब्द कहे पवतिर स्थल से निकल गया। मैं गायन मंडप पर खड़ा हुआ और पवतिर Communion के लिए प्रार्थनाएँ पढ़ने लगा। जब मैं सबसे अंत में Communion ग्रहण करने के लिए आगे बढ़ा, तो मैंने अपने आप से कहा: 'ईश्वर ने पुरोहित को प्रबुद्ध किया है, और उसने मुझे बता दिया है कि मैं वास्तव में कौन हूँ। हे प्रभु यीशु मसीह, इस दीन-हीन पर दया करो।' Communion ग्रहण करते ही मुझे अपने भीतर एक महान मठास महसूस हुई। जब दविय अनुष्ठान समाप्त हुआ, तो पुरोहित गहरे दुख में मेरे पास आए: 'मुझे माफ कर दीजिए,' उन्होंने कहा। 'मुझे नहीं पता यह कैसे हुआ! आखरिकार, मैंने कभी भी अपने बच्चों, अपनी पत्नी, या खुद को भी आपसे पहले नहीं रखा। मेरे साथ ऐसा कैसे हो सकता है?' वे मेरे सामने जमीन पर झुक गए, क्षमा याचना करने लगे, और मेरे हाथ चूमने की

कोशिश करने लगे। मैंने उत्तर दिया, "फादर, चिंता न करें। यह आपकी गलती नहीं है; यह मेरी है। ईश्वर ने मुझे परखने के लिए आपका उपयोग किया।" पादरी यह नहीं समझ सके कि मैं क्या कह रहा था, और, मुझे लगता है, मैं उन्हें कभी पूरी तरह से मना नहीं सका। जो हुआ था उसका कारण मेरी प्रार्थना थी।

और आप, जब देखें कि कोई बहन अपना आपा खो रही है और आपसे बदतमीजी से बात कर रही है, तो जान लें कि ज्यादातर मामलों में, इसका कारण आपकी प्रार्थना ही है। चूंकि आप ईश्वर से वनिम्रता, प्रेम आदि मांगते हैं, इसलिए ईश्वर उस बहन से अस्थायी रूप से अपनी कृपा वापस ले लेते हैं, और वह आपको अपमानित करती है और आपको परेशान करती है। इस तरह, आपको नम्रता और प्रेम की परीक्षा देने का अवसर मिलता है। यदि आप स्वयं को नम्र बनाते हैं, तो आपको लाभ होगा। जहाँ तक आपकी बहन का सवाल है, उसे दोहरा आशीर्वाद मिलेगा: पहला, क्योंकि ईश्वर ने आपको परखने के लिए उससे अपना अनुग्रह वापस ले लिया है, और दूसरा, क्योंकि वह अपने अपराध का एहसास करने पर स्वयं को नम्र करती है और ईश्वर से क्षमा मांगती है। इस प्रकार, आप नम्रता का अभ्यास करते हैं, और वह एक बेहतर इंसान बन जाती है।

"हर बात में स्वयं को नम्र बनाओ"¹¹⁴

— गेरोनडा, जब मैं पाप करता हूँ और देखता हूँ कि दूसरे मुझे इससे आगाह कर सकते थे, तो मैं उन्हें दोष देता हूँ।

— जहाँ तक आपकी अपनी सुधार की बात है, आपको केवल खुद से ही माँग करनी चाहिए। लेकिन आप एक छोटे बच्चे की तरह व्यवहार कर रहे हैं जो कुछ नहीं करता सविय माँग करने के।

— मैं कब बड़ा होऊँगा, मुझे कब एहसास होगा कि मेरी भी ज़िम्मेदारियाँ हैं?

— जब... आप स्वयं को नम्र बनाते हैं! यानी, जब आप वनिम्रता और प्रेम का संचय करते हैं।

— अब इसाक लिखते हैं: "हर बात में सभी लोगों के सामने स्वयं को नम्र करो।"¹¹⁵ इसे कैसे प्राप्त किया जा सकता है?

— एक वनिम्र स्वभाव के माध्यम से। जब, एक परिवार, एक मठ, और इसी तरह की जगहों में, आध्यात्मिक पूर्णता में स्वस्थ प्रतस्पर्धा की भावना होती है, और एक व्यक्ति दूसरे के सामने स्वयं को नम्र करता है, तो इससे सभी को लाभ होता है, ठीक वैसे ही जैसे प्रारंभिक चर्च में, जहाँ पाप-स्वीकृति सार्वजनिक होती थी, जिससे सभी को लाभ होता था। जो कोई स्वयं को नम्र बनाता है, उसे ईश्वर की कृपा प्राप्त होती है और फिर वह दूसरों की मदद करता है। एक नम्र रवैया कभी किसी को ठेस नहीं पहुँचाता, क्योंकि एक नम्र व्यक्ति हमेशा प्रेम से भरा होता है।

— मुझे यह महसूस करने में क्या मदद कर सकता है कि मैं सभी बहनों से नीची हूँ?

— सभी बहनों से खुद को नीच महसूस करने के लिए, इस बारे में सोचें कि ईश्वर ने आपको कतिने उपहार दिए हैं, फिर भी आपने उन्हें दोगुना नहीं किया है। खुद से कहें: 'मैंने तो केवल लकड़ी के हथौड़े से चोट करना ही सीखा है'¹¹⁶, फिर भी मैं अभी तक अपनी प्रतस्पर्धा को दोगुना नहीं कर पाया हूँ।'¹¹⁷

जब कोई व्यक्ति खुद को सभी से नीच, सबसे नीचे देखता है... तभी वह स्वर्ग तक उठाया जाता है। और हम क्या करते हैं? हम खुद की तुलना दूसरों से करते हैं और नषिकर्ष नकालते हैं कि हम उनसे श्रेष्ठ

¹¹⁴ उद्धृत: द अस्कैटिक सेयगिस ऑफ़ अबा आइज़ैक द सरियिन। मॉस्को, 1993। पृ. 303।

¹¹⁵ उपरोक्त।

¹¹⁶ ग्रीक मठों में अक्सर घंटी के बजाय लकड़ी का हथौड़ा (ग्रीक: τάλαντο) का उपयोग किया जाता है। मठ के नियमों द्वारा इस उद्देश्य के लिए नियुक्त एक भिक्षु, दैवीय सेवा की शुरुआत की घोषणा करने के लिए लकड़ी के हथौड़े को लकड़ी के हथौड़े से ठोकता है। — अनुवादक की टिप्पणी

¹¹⁷ देखें मत्ती 25:14-30।

हैं। "मैं इस से बेहतर हूँ" हम कहते हैं, "और उस से भी बेहतर... मैं उसकी तरह नहीं हूँ..." जैसे ही हमारे मन में यह वचन जड़ जमाता है कि कोई दूसरा हमसे नीचा है, हम स्वयं को ईश्वर की मदद से अलग कर लेते हैं।

— गेरोन्डा, जब मैं किसी अन्य के सदगुण को स्वीकार करता हूँ, तो उसमें वनिमृता है?

— बेशक, यदि आप सदगुणों वाले व्यक्तिको सम्मान और प्रेम करते हैं, तो इसका मतलब है कि आप में वनिमृता है और आप वास्तव में सदगुणों से प्रेम करते हैं। आध्यात्मिक प्रगतिको एक और संकेत यह है: आप अपने पास मौजूद अच्छी गुणों को महत्वपूर्ण नहीं मानते, जबकि दूसरे में सबसे छोटी अच्छी बात को भी अपने से कहीं बेहतर मानते हैं; दूसरे शब्दों में, आप हमेशा दूसरों में अच्छाई को महत्व देते हैं। तब ईश्वर की प्रचुर कृपा आप पर अवतरति होती है। क्योंकि जो कोई भी दूसरों को अपने से श्रेष्ठ मानता है, वह स्वयं श्रेष्ठ होता है, क्योंकि ईश्वर की कृपा उन पर बनी रहती है।

सभी लोगों में दोष होते हैं, और उनमें वे सदगुण भी होते हैं जो या तो उन्हें अपने माता-पिता से वरिसत में मिले हैं या उन्होंने अपनी मेहनत से अर्जित किए हैं: कुछ में दस प्रतशित; दूसरों में तीस; कुछ और में साठ; और कुछ में तो नब्बे। परिणामस्वरूप, हर व्यक्ति से कोई न कोई अच्छी बात सीखी जा सकती है, उससे लाभ उठाया जा सकता है और दूसरों की मदद की जा सकती है। दूसरी ओर, यही बात ठीक 'ओर्थोडॉक्स भावना' () का निर्माण करती है। मुझे छोटे बच्चों से भी लाभ होता है, हालांकि मैं इसे दिखाता नहीं हूँ, ताकि वे अहंकारी न हो जाएँ और खुद को नुकसान न पहुँचा लें।

"सभी सृष्टि से नीचे"¹¹⁸

— एक भिक्षु के लिए सर्वोच्च आह्वान क्या है, गेरोना?

— क्या तुम्हें याद नहीं कि अब्बा ससियो ने उस भिक्षु को क्या उत्तर दिया था, जिसने उनसे कहा था कि उनका मन हमेशा ईश्वर के साथ रहता है? "इसका कोई महत्व नहीं है; जो बात मायने रखती है, वह है स्वयं को 'सभी सृष्टि से नीचे' समझना।"

— गेरोना, 'सभी सृष्टि से नीचे' महसूस करना कैसे संभव है?

— एक बार मैंने यह समझने की कोशिश की कि मैं खुद को किस जानवर से तुलना करूँ और तय किया कि वह गोबर की कीड़ा है। लेकिन जब मैंने बारीकी से देखा कि वह क्या करता है, तो मुझे एहसास हुआ कि मैं उससे भी बदतर हूँ। क्या आप जानते हैं कि एक गोबर कीड़ा क्या करता है? जब उसे सड़क पर गोबर मलित है, तो वह उसे टुकड़ों में तोड़ देता है, उन टुकड़ों को गेंदों में लपेटता है, और उन्हें सड़क के किनारे ले जाता है। यही तरीका है जिससे वह सड़क को साफ करती है। यह देखकर मैंने अपने आप से कहा: 'तुम एक गोबर की दीमक से भी बदतर हो, क्योंकि वह, एक छोटा कीड़ा, सड़क से गोबर साफ करती है, जबकि तुम, जनिहें ईश्वर ने एक इंसान के रूप में बनाया है, अपने पापों के माध्यम से "ईश्वर के मंदिर" में गोबर इकट्ठा कर रहे हो।'¹¹⁹ मेरा आशय यह है कि एक व्यक्ति, ईश्वर की कृपा पर मनन करते हुए और यह महसूस करते हुए कि वह उन कृपाओं का अयोग्य है, धीरे-धीरे स्वयं को दंड का पात्र समझने लगता है; वह स्वयं को सभी अन्य लोगों से, जानवरों से, और यहाँ तक कि स्वयं शैतान से भी बदतर देखता है। वह अपने आप से कहता है: 'शैतान ने एक बार वचन में पाप किया, लेकिन मैं हर दिन वचन और भावना दोनों में पाप करता हूँ। इसलिए, मैं उससे भी बदतर हूँ।'

— क्या खुद को शैतान से भी बदतर मानना खतरनाक नहीं है?

— यह केवल उस व्यक्ति के लिए खतरनाक है जिसमें आध्यात्मिक साहस की कमी है और जो आसानी से नरिशा में पड़ जाता है। ऐसे व्यक्ति को शैतान से कहना चाहिए: 'मैं जो भी हूँ मैं फिर भी तुमसे बेहतर हूँ।'

¹¹⁸ उद्धृत: पवित्र और धन्य पितृओं के तपस्या की स्मरणीय कथाएँ। होली ट्रिनिटी सेंट सर्जियस लाव्रा, 1993। पृ. 174.

¹¹⁹ देखें 1 कुरिन्थियों 3:16; 2 कुरिन्थियों 6:16।

मसीह मुझे नहीं छोड़ेंगे; मुझे उम्मीद है कवि मुझे बचाएंगे।" लेकिन जो आध्यात्मिक साहस रखता है, वह कह सकता है: "शैतान अपना काम अच्छी तरह कर रहा है, लेकिन मैं क्या कर रहा हूँ?"

अध्याय 3. नम्रता—आध्यात्मिक जीवन की महान शक्ति

जहाँ नम्रता है, वहाँ शैतान के लिए कोई जगह नहीं है

— गेरोना, *द होली माउंटेन फादर्स* पुस्तक में आप लिखते हैं कि राक्षसों ने एल्डर इव्लोगियोस को पीटा।¹²⁰ ईश्वर ने ऐसी घटना को कैसे होने दिया?

— दलिया कसिने चखा?

— एल्डर एव्लोगियोस।

— नहीं, राक्षस! और ऐसी स्थिति में जहाँ ईश्वर एक व्यक्ति को दूसरे को पीटने की अनुमति देते हैं, और जहाँ पीटा जा रहा है वह सब कुछ वनिम्रता से स्वीकार करता है, अंततः पीटने वाला ही अपंग रह जाता है। बताइए, शैतान सबसे ज्यादा कसि चीज से डरता है?

— वनिम्रता, गेरोन्डा।

— और मुझे लगा कि वह अहंकार से ज्यादा डरता है, क्योंकि उसे लगता है... एक हीन भावना! 'वह घमंडी है, मैं घमंडी हूँ—कौन ज्यादा घमंडी है?' खैर, बेशक, बात बिल्कुल यही है: शैतान नम्रता से डरता है—यह उसे ऐसे घाव पहुँचाती है! जहाँ नम्रता होती है, वहाँ शैतान टकि नहीं सकता।

नम्रता के माध्यम से, एक व्यक्ति प्रबुद्ध होता है और अपने आध्यात्मिक पथ पर कभी नहीं ठोकर खाता; वे प्रलोभन द्वारा उनके रास्ते में डाली गई सभी बाधाओं को पार कर लेते हैं। क्या आपको संत एंथनी याद हैं, जिन्होंने पूरे पृथ्वी पर फैली दुश्मन की जालें देखी थीं? उन्होंने पुकार लगाई, "तो फरि, उनसे कौन बच सकता है?" और तुरंत उन्होंने एक आवाज़ सुनी जो उनसे कह रही थी: "नम्रता।"¹²¹

सनिई पर्वत पर, मैं संत एपिस्टिमिया की कोठरी में रहता था; वहाँ एक छोटा चरुच और एक बहुत ही साधारण कमरा था। ऊपर पहाड़ था, और नीचे चार या पाँच मीटर ऊँची दीवार थी। वहाँ मेरे पास लकड़ी का एक टुकड़ा था, जिस पर मैं नक्काशीदार आइकन के लिए छोटी-छोटी तख्तियाँ छीलता था। एक दिन, जब मैं अपनी छोटी-छोटी तख्तियों को घसि रहा था और प्रार्थना कर रहा था, तो मैंने एक आवाज़ सुनी: 'तुम बनिा किसी नुकसान के नीचे कूद सकते हो।' मैं मुड़ा और मैंने एक बड़े सरि वाली काली परछाई देखी। 'एक टंगलाशका,' मैंने सोचा। ठीक है, मैं इसे अनदेखा कर दूँगा। लेकिन वह वहीं खड़ी थी, हलि नहीं रही थी! 'तुम बनिा किसी नुकसान के नीचे कूद सकते हो,' उसने कहा। मैंने अनसुनी करने का नाटक किया। लगभग पंद्रह मिनट तक वह यही बात दोहराता रहा। फिर मैंने उससे कहा, 'ठीक है, मैं नीचे एक पत्थर फेंकता हूँ।' — 'यहाँ तक कि मसीह,' उसने कहा, 'ने भी इसके बारे में नहीं सोचा होगा!'¹²² तुम्हारा जवाब उनके जवाब से बेहतर है!" यह सुनकर मेरा गुस्सा सातवें आसमान पर चढ़ गया। मैंने उससे कहा, "मसीह ईश्वर थे, मेरे जैसे नहीं, जो यहाँ बैठकर तुम्हें घूरता रहे। अब यहाँ से निकल जाओ!" बस इतना ही काफी था। वह तुरंत ही गायब हो गया।

जब वनिम्रता होती है, तो शैतान आत्मा पर वजिय नहीं पा सकता। वनिम्र लोग गरिते नहीं, क्योंकि वे नम्रता से चलते हैं। यही बात वृद्ध अक्वाकुम के साथ हुई जब वह वगिला रेगसितान में एक तपस्वी के रूप में रह रहे थे! एक दिन, जब वह एक चट्टान पर बैठकर अपनी माला से प्रार्थना कर रहे थे, तो शैतान प्रकाश

¹²⁰ माउंट अथोस के एल्डर पैसियोस। माउंट अथोस के फादर्स और अथोनाइट लेखन। थेसालोनिकी, 2005। पृ. 41-42।

¹²¹ उद्धृत: पवित्र और धन्य पतिओं के तपस्वी जीवन की स्मरणीय कहानियाँ। होली ट्रिनिटी सेंट सर्जियस लाव्रा, 1993। पृ. 12.

¹²² यह प्रभु के उत्तर, 'तू प्रभु अपने परमेश्वर को परीक्षा में न डालना' (मत्ती 4:7), का संदर्भ है, जो उन्होंने शैतान को तब दिया था जब उसने उन्हें सोलोमन के मंदिर की छज्जे से खुद को नीचे फेंकने का सुझाव दिया था। — *संकलयक का नोट।*

के दूत' के भेष में उनके सामने प्रकट हुआ।¹²³ 'अव्वाकुम,' उसने कहा, 'ईश्वर ने मुझे तुम्हें स्वर्ग ले जाने के लिए भेजा है, क्योंकि तुम पहले ही एक देवदूत बन चुके हो। चलो, उड़ते हैं।' — 'हाँ, लेकिन तुम्हारे पास पंख हैं; मैं कैसे उड़ूँगा?' और उस "देवदूत" ने उससे कहा: 'तुम्हारे पास भी पंख हैं, लेकिन तुम उन्हें देख नहीं सकते।' तब एल्डर अव्वाकुम ने खुद पर क्रॉस का नशान बनाया और कहा: "हे परमेश्वर की माता, मैं उड़ने वाला कौन होता हूँ?" तुरंत ही यह 'देवदूत' चमगादड़ जैसी पंखों वाली एक अजीब काली बकरी में बदल गया और गायब हो गया।

क्या आप देख सकते हैं कविनिम्रता के माध्यम से हम शैतान के जालों को कैसे पहचान सकते हैं?

जहाँ महान वनिम्रता होती है, वहाँ आध्यात्मिक प्रगति होती है

— गेरोन्डा, एक व्यक्ति एक महीने में क्यों बदल सकता है, जबकि दूसरा सालों तक प्रयास करता है और कोई प्रगति नहीं कर पाता?

— आप क्या सोचते हैं? ऐसा क्यों होता है?

— मुझे ऐसा लगता है कि यदि कोई व्यक्ति स्वयं को नम्र बनाता है और ईश्वर की दया का आह्वान करता है, तो ईश्वर उसकी मदद करते हैं और वह फलता-फूलता है।

— बलिकुल सही। वनिम्रता आवश्यक है। जहाँ महान वनिम्रता होती है, वहाँ आध्यात्मिक प्रगति होती है।

जो लोग वनिम्रता के मार्ग को पा लेते हैं, वे आध्यात्मिक जीवन में जल्दी, लगातार और सहजता से प्रगति करते हैं। हमने अभी तक यह नहीं समझा है कि वनिम्रता क्या है—यह एक महान शक्ति! सारी प्रगति इसी पर निर्भर करती है। कोई व्यक्ति जितना अधिक स्वयं को नम्र बनाता है, उसे ईश्वर की कृपा उतनी ही अधिक प्राप्त होती है और वह उतना ही अधिक समृद्धि प्राप्त करता है। नम्रता में कतिनी शक्ति है, और फरि भी लोग इसका उपयोग नहीं करते!

— क्या एक वनिम्र व्यक्ति के लिए आध्यात्मिक संघर्ष आसान होता है?

— बलिकुल। क्योंकि अगर आप एक वनिम्र व्यक्ति को थोड़ी सी भी धक्का दें, तो वह आगे की ओर उड़ जाता है। एक बलियिर्ड की गेंद लें: आप इसे एक तरफ से मारते हैं, तो यह लुढ़कती है; आप इसे दूसरी तरफ से मारते हैं, तो यह फरि से लुढ़कती है; यह गोल है — इसीलिए यह अटकती नहीं है।

— गेरोन्डा, क्या ऐसा हो सकता है कि वनिम्रता प्राप्त करने के लिए, कोई व्यक्ति लगातार खुद को नम्र बनाता रहे और अंततः नरिशा में पड़ जाए?

— नहीं, क्योंकि सिच्ची वनिम्रता आशा लाती है, नरिशा नहीं। नरिशा स्वार्थ को जन्म देती है, क्योंकि स्वार्थी व्यक्ति स्वयं पर निर्भर करता है, जबकि वनिम्र व्यक्ति ईश्वर की दया पर भरोसा करता है। वनिम्रता की इस टूट-फूट में, आध्यात्मिक व्यक्ति धीरे-धीरे विकसित होता है। एक व्यक्ति का पूरा जीवन एक महान और नेक प्रयास बन जाता है, फरि भी वह हमेशा ईश्वर में बड़ी आशा के साथ आगे बढ़ता है, स्वयं से नरिशा होकर—शब्द के सर्वोत्तम अर्थ में—अर्थात्, अपने 'स्व' से नरिशा होकर।

— और क्या कोई व्यक्ति जो अच्छी आध्यात्मिक स्थिति में नहीं है, अपनी आशा ईश्वर की दया में रख सकता है?

— और कोई व्यक्ति कैसे जान सकता है कि वह अच्छी आध्यात्मिक स्थिति में है? एक व्यक्ति केवल एक बात जान सकता है — कि वह अच्छी आध्यात्मिक स्थिति में नहीं है। भले ही वह हो, वह इसे नहीं देखता, क्योंकि तब भी वह केवल अपनी ही पापी प्रकृति को देखता है। क्योंकि जो कोई भी आध्यात्मिक प्रगति के लिए प्रयास करता है, वह कभी भी अपनी प्रगति को नहीं देखता; वह केवल अपनी असफलताओं को देखता है।

नम्र लोग अपनी आध्यात्मिक संपत्तिको ईश्वर के कोष में रखते हैं

— गेरोन्डा, मुझे अनदेखा किया जाना पसंद नहीं है। शायद इसीलिए मुझे अंदर एक खालीपन महसूस होता है?

— हाँ, तुम कभी पवतिर मूर्ख नहीं बन सकते!... पवतिर मूर्ख बनने के लिए तुम्हें महान वनिम्रता चाहिए। जानती हो क्या? अगर तुम अज्ञातता से प्रेम करना सीखना चाहते हो, तो पूज्य इसडोरा का जीवन पढ़ो।¹²⁴ तुम देखोगे कि उसके पास कतिने खजाने और गुण थे। और तुम, अपनी नकली, तांबे की सद्गुण की चमक-दमक फेंक दो और अब से सोने की इकट्ठा करो; उन्हें अपने हृदय में छिपाओ और अच्छी तरह ताला लगा दो, ताकि चोर उन्हें चुरा न ले।

मसीह के लिए पवतिर मूर्खों के भीतर कोई रक्तिता नहीं है; वे द्रव्य प्रेम से लबालब भरे हैं, जो छलकता रहता है। वे महान संत हैं। वे जो बातें कहने में बेतुकी लगती हैं, वे वास्तव में सच्ची और बहुत गहरी शक्तिपूर्ण हैं। उनमें महान वनिम्रता होती है; वे स्वयं को कुछ भी नहीं मानते, और यही कारण है कि ईश्वर उन्हें पवतिर रहस्यों का ज्ञान प्रदान करता है और उन्हें महान वरदानों से अलुप्त करता है।

— गेरोना, फारस के कुछ नवासी, संत आर्सेनयिस द्वारा किए गए अनेक चमत्कारों को देखने के बावजूद, उन्हें पहचानने और लज्जति होने में कैसे असफल रहे?

— संतों ने अपनी आध्यात्मिक संपदा प्राप्त करने से कहीं अधिक प्रयास उसे छिपाने में किया। और संत आर्सेनयिस ने भी अपने गुणों को विभिन्न बाहरी आवरणों के नीचे छिपा रखा था, जो पूरी तरह से समझ में आता है। लोगों ने उन्हें उनकी असली पहचान में 'पहचाना' नहीं और वे इस बात से हैरान थे क्योंकि उन्होंने केवल बाहरी दिखावा, उनकी 'बनावटी' वचिर्ताएँ देखीं। संत आर्सेनयिस हमेशा लोगों को अपने गुण नहीं, बल्कि उनके विपरीत दिखाने का प्रयास करते थे, ताकि उन्हें पूजति होने से बचाया जा सके। बेशक, कुछ लोग फिर भी समझ गए थे कि संत ने अपने भीतर कतिनी संपदा संजो रखी थी।

मसीह के वनिम्र और सरल योद्धा दुनिया में किसी भी अन्य व्यक्ति से अधिक बुद्धिमान हैं, क्योंकि वे अपनी आध्यात्मिक संपदा को परमेश्वर के खजाने में रखने में सफल होते हैं। इसीलिए, हमें प्रसन्न होना चाहिए यदि हम अनदेखे रहें, क्योंकि हम आने वाले जीवन में परमेश्वर का मुख देखेंगे, और इस जीवन में हम लगातार उनकी उपस्थितिको महसूस करेंगे।

भाग 2। आध्यात्मिक प्रेम

"एक आध्यात्मिक व्यक्ति अपना प्रेम पहले ईश्वर को, फिर लोगों को, और अपना शेष प्रेम जानवरों और सभी जीवित प्राणियों को देता है।"

अध्याय 1. ईश्वर का अक्षय प्रेम और ईश्वर के प्रति हमारा प्रेम

¹²⁴ आदरणीय इसडोरा चौथी शताब्दी की शुरुआत में आदरणीय पाचोमयिस द्वारा स्थापित टावेनीसी मठ में रहती थीं। उन्होंने स्वयं को नम्र और दीन बनाया, मसीह के लिए पागलपन का नाटक किया। वह हमेशा नंगे पैर चलती थीं। जबकि अन्य बहनें सरि पर घूँघट पहनती थीं, इसडोरा अपने सरि को एक साधारण फटे कपड़े से ढक लेती थीं। हालाँकि हर कोई उसका अपमान करता और उसे मारता था, उसने कभी शिकायत नहीं की। उसकी पवतिर जीवन शैली महान तपस्वी पटिरिमि को एक दर्शन में प्रकट हुई। उन्होंने मठ का दौरा किया और बहनों को दिखाया कि इसडोरा, जैसी वे कोई सम्मान नहीं देती थीं, वास्तव में उन सभी की आध्यात्मिक माँ थीं। — *संकलक की टिप्पणी।*

ईश्वर के प्रेम की तीव्र अग्नि

— गेरौना, कभी-कभी मैं ईश्वर के प्रेम को बहुत तीव्रता से महसूस करती हूँ और अपनी कृतघ्नता देखकर पीड़ित होती हूँ।

¹²⁵— मैं प्रार्थना करता हूँ कि आप ईश्वर की अनेक आशीर्वादों के योग्य सिद्ध हों। 'हे प्रभु, आपकी दया मेरे पीछे-पीछे आएगी'¹²⁶ मेरे जीवन के सभी दिनों में,' दाऊद ने कहा। और आपको भी यह कहना चाहिए, क्योंकि ईश्वर की दया आपके साथ भी है। यह अच्छा है कि आप इसे पहचानें, धन्यवाद दें और ईश्वर की महिमा करें।

जब कोई व्यक्ति दिव्य प्रेम का अनुभव करता है, तो ईश्वर के प्रेम की एक 'घनी आग' उस पर उतर आती है। आपको शायद यह अभिव्यक्ति— 'घना अग्नि'— काफी अजीब लगे। लेकिन दिल से कठोरता की परत को हटाने या उसके चारों ओर बनी ग्रेनाइट की दीवार को तोड़ने के लिए, आपको सबसे शक्तिशाली वस्फोटक — दिव्य प्रेम — वाले गोले चाहिए। एक बार जब यह कठोर खोल नष्ट हो जाता है, तो हृदय ग्रहणशील हो जाता है, और व्यक्ति ईश्वर की छोटी से छोटी कृपा पर भी प्रसन्न होता है।

वह स्वयं को ईश्वर के सामने एक अदा न हो सकने वाला ऋणी महसूस करता है और लगातार कोमलता से भर जाता है, क्योंकि वह लगातार अपने कर्ज के बारे में सोचता रहता है, जबकि ईश्वर उस पर एक के बाद एक और बड़ी-बड़ी कृपाएँ भेजते रहते हैं, ताकि अंत में उसकी प्रेममयी आत्मा ईश्वर के प्रेम से घुल-मिल जाए।

— गेरौना, ईश्वर हमसे इतना अधिक प्रेम क्यों करते हैं?

— क्योंकि हम उसकी संतान हैं; मैं तुम्हें इससे अधिक कुछ नहीं बता सकता!

— और अगर कोई व्यक्ति प्रयास करता है और एक ही चीज़ पर बार-बार ठोकर खाता रहता है, तो क्या इससे ईश्वर को गुस्सा और नरिशा होती है?

— क्या ईश्वर हमसे सफल होने की उम्मीद करते हैं? नहीं। हम उनके बच्चे हैं, और वह हम सभी से समान रूप से प्रेम करता है। एक बार मैंने एक पति को देखा। उसके बच्चों में से एक थोड़ा धीमा था और अपनी बाँह पर थूक पोंछता रहता था। लेकिन पति फिर भी उसे बाकी बच्चों की तरह ही अपने सीने से लगाता, चूमता और प्रेम से सहलाता था। इसी तरह, ईश्वर, एक अच्छे पति के रूप में, न केवल अपने सुंदर बच्चों से, बल्कि उन लोगों से भी प्रेम करते हैं जो आध्यात्मिक रूप से कमजोर हैं। और वह उन लोगों की तुलना में, जो स्वस्थ हैं, उनकी ओर भी अधिक चिंता करते हैं और उनकी देखभाल करते हैं।

कोई भी यह समझ नहीं सकता कि ईश्वर किसी व्यक्ति से कतिना प्रेम करता है! उसका प्रेम अतुलनीय है! उसकी कोई सीमा नहीं है! वह इतना महान है कि यदि कोई व्यक्ति इसका एक छोटा सा अंश भी महसूस कर ले, तो उसका हृदय इसे सहन नहीं कर पाएगा और पघिल जाएगा, क्योंकि यह मटिटी का बना है।

ईश्वर अक्सर अपनी सृष्टि पर अपने प्रेम को प्रचुर मात्रा में बरसने देते हैं, और तब हमारी आत्मा को गर्माहट मिलती है; हम देखते हैं कि दिव्य प्रेम कतिना मीठा है, कतिना महान—इतना महान कि हम उसे सहन नहीं कर पाते और वनिती करते हैं: 'बस, मेरे ईश्वर! अपने प्रेम को थाम लीजिए, क्योंकि मैं इसे सहन नहीं कर सकता।' इस तरह, ईश्वर हमें यह दिखाना चाहता है कि, अपनी ओर से, वह हम पर अपना प्रेम प्रचुर मात्रा में लुटाने के लिए तैयार है, लेकिन ऐसा नहीं करता क्योंकि हमारी 'बैटरी' की क्षमता छोटी है। इसे बढ़ाने की आवश्यकता है ताकि यह ईश्वर के अधिक प्रेम को धारण कर सके, क्योंकि ईश्वर के प्रेम का प्रवाह हम तक हमारी बैटरी की क्षमता के अनुपात में आता है।

— हम 'बैटरी' की क्षमता कैसे बढ़ा सकते हैं?

¹²⁵ मंगलवार शाम के लिए प्रोकीमेनोन। तुलना करें भजन संहिता 22:6।

¹²⁶ पोइनेत: 'साथ हो' (महमामय) – अनुवादक की टिप्पणी।

— जतिना अधिक हृदय शुद्ध होता है, उसकी क्षमता उतनी ही बढ़ती है, और हम परमेश्वर के प्रेम को उतना ही अधिक ग्रहण कर पाएँगे—जो असीम, असीमय और अक्षय है।

प्रेम का उचित वितरण

— गेरौना, क्या किसी विशेष संत के प्रति मेरा प्रेम ईश्वर के प्रति मेरे प्रेम को कम कर सकता है?

— नहीं, क्योंकि जब कोई व्यक्ति किसी संत का गहरा सम्मान करता है और उनके प्रति महान प्रेम रखता है, तो इसके पीछे त्रिमूर्ति परमेश्वर और परमेश्वर की माता के प्रति और भी गहरा प्रेम नहित होता है।

जो कोई भी संतों का सम्मान करता है, वह नसिन्देह परमेश्वर की माता का और भी अधिक सम्मान करता है। ठीक उसी तरह जैसे जो कोई भी परम पवित्र थोडोकोस का सम्मान करता है, वह स्वाभाविक रूप से परम पवित्र त्रिमूर्ति का और भी अधिक सम्मान करता है। यदि आप किसी संत से गहराई से जुड़े हैं और उनके प्रति गहरी कृतज्ञता महसूस करते हैं, तो हो सकता है कि आप उस संत की खातिर अपना बलदान करने के लिए भी तैयार हों। लेकिन यदि आप किसी संत की खातिर अपना बलदान करते हैं, तो क्या इसका यह मतलब नहीं है कि आप ईश्वर की खातिर अपना बलदान कर रहे हैं?

मसीह, परमेश्वर की माता, और संतों के प्रति प्रेम — यह एक महान बात है। यह प्रेम किसी भी अन्य प्रेम के समान नहीं है। यह एक स्थिर प्रेम है जिसे बेअसर नहीं छोड़ा जाता।

— क्या ईश्वर से प्रेम करना और लोगों से प्रेम न करना संभव है?

— नहीं, क्योंकि यदि आप ईश्वर से प्रेम करते हैं, तो आप ईश्वर की प्रतिमा, यानी मनुष्यों से प्रेम का बिना नहीं रह सकते। ईश्वर के प्रति प्रेम अपने साथ पड़ोसी के प्रति प्रेम लाता है, क्योंकि जो कोई भी ईश्वर के करीब है, वह सभी लोगों के करीब है, ठीक वैसे ही जैसे संत हैं। लेकिन पड़ोसी के प्रति प्रेम के पीछे ईश्वर के प्रति एक महान प्रेम छिपा होता है।

जब कोई व्यक्ति अपना हृदय ईश्वर को अर्पित कर देता है, तो वह हर चीज़ से प्रेम करने लगता है—न केवल लोगों से, बल्कि पक्षियों, पेड़ों, यहाँ तक कि साँपों से भी। तब वह न केवल ईश्वर और संतों की श्रद्धापूर्वक पूजा करता है, बल्कि ईश्वर की प्रतिमा—अर्थात् लोगों की भी। प्रत्येक प्राणी, चाहे वह बड़ा हो या छोटा, कीमती हो या वनिम्र—कंकड़ और टहनियाँ—वह उन्हें श्रद्धापूर्वक उठाता और चूमता है, अपने सर्पट की ओर से एक आशीर्वाद के रूप में, ठीक वैसे ही जैसे वह किसी ऐसे व्यक्ति से प्राप्त किसी भी बड़ी या छोटी वस्तु को चूमता है, जिससे वह बहुत सम्मान देता है।

स्वर्ग की चढ़ाई

— गेरौना, कोई व्यक्ति ईश्वर तक कैसे पहुँचता है?

— ऐसे दो तरीके हैं जिनसे कोई व्यक्ति परमेश्वर तक पहुँच सकता है और उनसे प्रार्थना कर सकता है कि वह उतरकर उनके साथ वास करें। पहला तरीका सच्चा पश्चाताप है — यह महान पापियों पर लागू होता है। जब उन्हें अपने महान पतन की सीमा का एहसास होता है और वे गहराई से स्वयं को नम्र बनाते हैं, तो ईश्वर, उनकी महान वनिम्रता के लिए, उन पर महान प्रेम दिखाते हैं और उन्हें स्वर्ग में उठा लेते हैं। 'एक पश्चाताप करने वाले पापी के लिए स्वर्ग में बहुत बड़ी खुशी होती है,'¹²⁷ — जैसा कि सुसमाचार में लिखा है। तब, बेशक, पापी भी परमेश्वर के प्रति महान प्रेम महसूस करते हैं, क्योंकि उन्होंने उन्हें एक बड़े ऋण से बचाया है। दूसरा तरीका इस प्रकार है: जब कोई व्यक्ति धातक पापों से मुक्त रहता है, तो उन्हें बचपन से उनकी रक्षा करने के लिए दयालु परमेश्वर का धन्यवाद करना चाहिए, ताकि उनकी आत्मा का वस्त्र कलंकित न हुआ हो। और आप भी, यदि मसीह ने आपको एक नव-उड़े पक्षी की तरह अपनी पंखों के नीचे न

¹²⁷ तुलना करें लूका 15:7

रखा होता, तो आज आप दुनिया के सबसे बड़े पापी हो सकते थे। इसलिए, दनि-रात, इस महान उपहार के लिए परमेश्वर की महिमा करें, और उनके सामने आनंद और कृतज्ञता के आँसू बहाएँ। इन आँसुओं में पश्चाताप के आँसुओं के बराबर, और शायद उससे भी अधिक, शक्ति होती है। तब एक व्यक्ति स्वर्ग में उठाया जाता है, परमेश्वर के सामने आता है और स्वर्गदूतों की तरह, अवशिष्ट रूप से उनकी महिमा करता है। और यद्यपि वे पृथ्वी पर रहते हैं, ऐसा है मानो वे स्वर्ग में हों। उनका जीवन प्रशंसा का एक सतत कार्य बन जाता है, और वे प्रशंसा के साथ मृत्यु की प्रतीक्षा करते हैं, क्योंकि वे जानते हैं कि तब वे हमेशा के लिए परमेश्वर के साथ रहेंगे, जो उनका अंतिम लक्ष्य है। तब उनके भीतर सबसे बड़ी प्रशंसा जन्म लेती है: 'महिमा तेरी हो, जिसने हमें प्रकाश दिखाया है...'

आइए हम अपना प्रेम मसीह को अर्पित करें

— गेर्रोना, मुझे ईश्वर से प्रेम करने का प्रयास कैसे करना चाहिए?

— त्याग से शुरुआत करें। जब कोई व्यक्ति अपने स्वार्थों को अलग रखता है और खुद को बलिदान करता है, तो सब कुछ अपने आप सही हो जाता है: वे अपने पड़ोसी से प्रेम करते हैं, वे ईश्वर से प्रेम करते हैं। जो लोग कहते हैं कि वे ईश्वर से प्रेम करते हैं लेकिन अपने पड़ोसी के लिए खुद को बलिदान नहीं करते, उन्होंने अपने होठों से तो ईश्वर से प्रेम किया, पर अपनी जीभ से उन पर झूठ बोला।¹²⁸

— जेरोंडा, ईश्वर के प्रति प्रेम कैसे बढ़ता है?

— अपना मन लगातार ईश्वर पर लगाओ; ईश्वर के बारे में सोचो। प्रार्थना करो, ईश्वर से बात करो। जब कोई व्यक्ति ऐसे अभ्यासों में संलग्न होता है, तो शुरुआत में वे ईश्वर के प्रेम को केवल हल्के से महसूस करते हैं, लेकिन जितना अधिक वे ऐसा करते हैं, उतना ही अधिक वे इसे महसूस करते हैं। अब उनका मन लगातार ईश्वर में निवास करता है; वे किसी भी सांसारिक या व्यर्थ चीज में व्यस्त नहीं रहते। ईश्वर के प्रति प्रेम उसके हृदय में बढ़ता है, उसे भर देता है, और वह ईश्वर के अलावा कुछ भी सोचना नहीं चाहता। वह इस दुनिया की किसी भी चीज से बेपरवाह रहता है; वह नरंतर स्वर्गीय पति के बारे में सोचता है। जो लोग विज्ञान को समर्पित होते हैं, वे उसमें पूरी तरह से डूब जाते हैं। लेकिन क्या हम मसीह में डूबे हुए हैं?

— तो फिर, हम किस चीज से वंचित हैं जो हमें उसी उत्साह के साथ मसीह की खोज करने से रोकती है?

— हमारे पास सब कुछ है। हमारे पास एक मन है; हमारे पास परपिक्वता है। बाधा स्वयं हम हैं, हमारा 'स्व' है। यदि हम स्वयं को नकारते नहीं हैं, तो मसीह हम में कैसे प्रवेश करेंगे? लेकिन यदि हम स्वयं को नकार दें, और वह बेईमान करियेदार—हमारा पुराना स्व—हमारे निवास से चला जाए, तो हमारे हृदय में खाली हुई जगह में एक नया व्यक्ति, नए नियम का एक व्यक्ति, निवास करेगा। हमारा मंदिर, हमारा पूरा अस्तित्व, प्रेम से भर जाएगा, क्योंकि मसीह, जो स्वयं प्रेम हैं, हमारे भीतर वास करेंगे। तब मानव हृदय एक घंटी में बदल जाता है जो लगातार इतनी जोर से सुसमाचार की घोषणा करती है कि उसकी आवाज़ से दीवारें काँप उठती हैं—पसली का पजिरा और पसलियाँ, जो एक घर की दीवारों की तरह मट्टी के गारे से पुती हुई हैं, जो परमेश्वर की आज्ञा से मांस बन गई हैं। और यदि आप खुद को रेगसितान में पाते हैं, जहाँ कोई चर्च नहीं है, तो आपका शरीर चर्च होगा, और आपका हृदय घंटी।

जब कोई व्यक्ति अपना हृदय ईश्वर को समर्पित कर देता है, तो उसका मन ईश्वर के प्रेम से भर जाता है, और उसका हृदय आनंद से काँप उठता है। उसका सरि हल्का महसूस होता है, उसका शरीर पंख की तरह हल्का। और जब ईश्वर का प्रेम हृदय में समा नहीं पाता, तो उसके हृदय की घंटी की आवाज़ उसके आसपास के लोगों को सुनाई देती है, क्योंकि इस अवस्था में शरीर भी इसमें भाग लेता है।

कतिना छोटा दिल, फरि भी इतनी गहराई से प्यार करने में सक्षम! और अगर किसी व्यक्ति का ईश्वर के प्रति इतना प्यार है, तो ईश्वर का प्यार कतिना महान होगा! मैं मात्रा की बात कर रहा हूँ, क्योंकि गुणवत्ता के मामले में, ईश्वर का प्यार हमारे प्यार के समान ही है, बशर्ते हमारा प्यार आध्यात्मिक हो।

उन लोगों द्वारा क्या बड़ा पाप किया जाता है जो अपना प्रेम मसीह को नहीं देना चाहते, बल्कि उसे सांसारिक, खाली और व्यर्थ की चीजों पर बर्बाद कर देते हैं! भले ही हम हजार साल जीएँ और हमारे पास हजार दिल हों, तब भी मसीह के हमारे प्रति उनके महान प्रेम का बदला चुकाने के लिए यह पर्याप्त नहीं होगा, जो उन्होंने हमें दिखाया है और दिखाते रहते हैं, हमें क्षमा करते हुए, हमारे साथ धैर्य रखते हुए, और अपने द्रव्य रक्त से हमारी गंदी आत्माओं को शुद्ध करते हुए।

ईश्वर के प्रेम की आग

— गेरोनडा, मुझे ईश्वर से वैसा प्रेम क्यों नहीं है जैसा मुझे दूसरे लोगों से है? आखिरकार, जब मैं किसी से प्रेम करता हूँ, तो मैं हर समय उसके साथ रहना चाहता हूँ, है ना?

— यह संघर्ष के परिणामस्वरूप धीरे-धीरे आता है; अन्यथा, लोग ईश्वर के प्रेम से आग पकड़ लेते और जल उठते। उनके चारों ओर ठंड होती, फरि भी उन्हें लगता कि वे आग में जल रहे हैं और वे पहाड़ों की ओर भाग जाते। युद्ध के दौरान, एक सैनिक अपनी टुकड़ी छोड़कर पहाड़ों की ओर भाग गया। उसके हृदय में ऐसा प्रेम प्रज्वलित हुआ कि वह उसे संभाल नहीं सका; वह छोड़कर प्रार्थना करना चाहता था। वह सब कुछ भूल गया। उसने एक गुफा ढूँढ़ी, उसमें गया और प्रार्थना करने लगा! जब दूसरे सैनिक एक मशिन पर गए, तो उन्होंने उसे पाया और चिल्लाए: 'वदिरोही।' फरि यूनिट कमांडर ने उसे पृष्ठताछ के लिए बुलाया। 'इसे तुम क्या कहते हो?' उसने पूछा। 'मैं आग में जल रहा हूँ, सर, मसीह के लिए प्रेम की आग में। क्या आप जानते हैं कि "आग में जलना" का क्या मतलब है?' 'और क्या आपको लगता है कि मैं आग में नहीं जल रहा हूँ?' कमांडर ने पूछा। उसने दोहराया, 'मेरे अंदर आग लगी है, कमांडर, क्या आप समझते हैं या नहीं?' मानो कह रहा हो: 'अगर आप में भी आग है, तो भाग जाइए!' ईश्वर ने उसकी मदद की, और वह कोर्ट-मार्शल से बच गया। शांत काल में भी, यदि कोई सैनिक अपनी यूनिट से भाग जाता है, तो उसे कोर्ट-मार्शल का सामना करना पड़ता है—युद्ध काल में तो और भी सख्त कार्रवाई होती है!¹²⁹

— गेराना, जब कोई व्यक्ति ऐसी अवस्था में होता है, तो क्या उसे पूरे शरीर में गर्माहट महसूस होती है?

— हाँ, लेकिन सबसे ज्यादा छाती में। जब आध्यात्मिक प्रेम प्रज्वलित होता है, तो पूरी छाती आग से भर जाती है। पूरी छाती की गुहा एक लौ में बदल जाती है। एक व्यक्ति ईश्वर के प्रेम की तीव्र, मीठी आग से जलता है, ऊँचा उठता है, और सच्चे, मातृसुलभ प्रेम से प्रेम करता है।

यह आंतरिक अग्नि, जिससे स्वयं मसीह अपने प्रेम से प्रज्वलित करते हैं, किसी भी भौतिक आग से अधिक तीव्रता से शरीर को गर्म करती है। इसमें शैतान द्वारा उछाले गए किसी भी कचरे, किसी भी बुरे विचार, साथ ही किसी भी वासना और किसी भी अश्लील दृश्य को जलाकर नष्ट करने की शक्ति है। तब आत्मा द्रव्य आनंद का अनुभव करती है, जिसकी तुलना किसी अन्य सुख से नहीं की जा सकती!

कतिनी अफसोस की बात है कि यह आग अभी तक आप में प्रवेश नहीं कर पाई है! यदि यह आपके हृदय में भड़क उठती और प्रज्वलित हो जाती, तो आप किसी भी व्यर्थ चीज के प्रति आकर्षित नहीं होते। ईश्वर आपके हृदयों को अपने प्रेम से प्रज्वलित कर दे!

¹²⁹ वरिष्ठ पैसियोस, जो स्वयं हर बात में हमेशा नियम-पालक थे, अनुशासनहीन सैनिकों का यह उदाहरण देते हैं ताकि हम यह समझ सकें कि यदि किसी व्यक्ति के भीतर द्रव्य प्रेम की अग्नि प्रज्वलित हो जाती है, तो 'उस व्यक्ति का मन ईश्वर के प्रति प्रेम से भर जाता है' और वे ऐसी चीजें करने लगते हैं जिन्हें समझना या समझाना मुश्किल होता है। — संकलक का नोट।

दविय इरोस

— क्या दविय इरोस ईश्वर के प्रतप्रेम है?

— दविय इरोस ईश्वर के प्रेम से भी ऊपर है — यह पागलपन है। प्रेम-एरोस-पागलपन, ठीक वैसे ही जैसे ईर्ष्या-घृणा-हत्या। बलदान के साथ संयुक्त ईश्वर के प्रतमिहान प्रेम, , हृदय को मधुरता से प्रज्वलति करता है, और भाप की तरह, दविय एरोस फूट पड़ता है—अनयितरति—और ईश्वर के साथ मलि जाता है।

दविय इरोस कठोर हड्डियों को नरम कर देता है, जो इतनी नरम हो जाती हैं कवियकत अपने पैरों पर खड़ा नहीं रह पाता और गरि जाता है! वे गर्म जगह पर रखी एक मोमबत्ती की तरह हो जाते हैं, जो सीधी खड़ी नहीं रह पाती और पहले एक तरफ, फिर दूसरी तरफ झुक जाती है। आप उसे सीधा करते हैं, लेकिन वह फिर से झुक जाता है, फिर से गरि जाता है, क्योंकि वह चारों ओर से गर्म है, बहुत गर्म... जब कोई व्यक्ति इस अवस्था में होता है और उसे कहीं जाना हो या कुछ करना हो, तो वह नहीं कर पाता; उसे संघर्ष करना पड़ता है, वह इस अवस्था से मुक्त होने की कोशिश करता है...

— क्या दविय कामना से ग्रस्त व्यक्ति को दर्द महसूस होता है?

— अगर दर्द बहुत तीव्र हो, तो वह कम हो जाता है और सहनीय हो जाता है; अगर वह हल्का हो, तो वह गायब हो जाता है। देखिए, जब लोग प्यार में होते हैं, तो वे आनंद की ऐसी अवस्था में होते हैं कवि सोना भी भूल जाते हैं। एक भिक्षु ने मुझसे कहा: 'जेरोनडा, मेरा भाई एक जप्सी लड़की से प्यार करने लगा है; वह तो सोना भी छोड़ दिया है। आपको बस यही सुनाई देता है, 'मेरी छोटी परास्केवी, मेरी छोटी परास्केवी।' क्या उसने उसे मंत्रमुग्ध कर दिया है, या क्या हुआ है? मुझे नहीं पता! मैं इतने सालों से एक भिक्षु हूँ और मैं ईश्वर की माता से वैसा प्रेम नहीं करता जैसे मेरा भाई अपनी जप्सी लड़की से करता है! जहाँ तक मेरी बात है, मेरे दिल में बिल्कुल भी खुशी नहीं है।"

दुर्भाग्य से, कुछ आध्यात्मिक लोग हैं जो 'दैवी इरोस' शब्दों से वचिलति हो जाते हैं। वे यह नहीं समझते कि 'दैवी इरोस' क्या है, और वे इस शब्द को मेनयिन और ऑक्टेकोहोस से हटाना चाहते हैं क्योंकि यह उन्हें असहज करता है। हम उस हालत में आ गए हैं! इसके विपरीत, आम लोग जो जानते हैं कि मानवीय इरोस क्या है, जब आप उनसे दविय इरोस के बारे में बात करते हैं, तो तुरंत जवाब देते हैं: 'यह कुछ उच्चतर ही होगा।' जब मैं दविय इरोस के बारे में बात करना शुरू करता हूँ, तो मैं उन कई युवाओं के साथ जल्दी ही एक आम सहमत बिना लेता हूँ, जिन्होंने सांसारिक, मानवीय इरोस का अनुभव किया है! क्या आप कभी महान प्रेम के कारण पूरी तरह से थके-हारे, जमीन पर गरि पड़े हैं? क्या आपने कभी महसूस किया है कि आप हलि नहीं सकते, कि आप कुछ भी नहीं कर सकते?" वे तुरंत समझ जाते हैं कि यह कुछ उच्चतर है, और हम एक-दूसरे को समझना शुरू कर देते हैं। वे कहते हैं, "अगर साधारण, सांसारिक प्रेम का हम पर यह प्रभाव पड़ता है, तो हम केवल कल्पना ही कर सकते हैं कि दविय प्रेम कैसा होगा!"

पवतिर पागलपन

— गेरोना, कोई ईश्वर के प्रेम में पागल कैसे हो सकता है?

— पागल लोगों के साथ समय बताकर, ताकि वे अपनी आध्यात्मिक पागलपन से आपको संक्रमित कर सकें! मुझे उम्मीद है कि मैं आपको... ईश्वर के लिए पागल देखूँ! आमीन।

और मुझे दविय कामना से उत्पन्न आध्यात्मिक आनंद का कुछ अनुभव हुआ है। ऐसे समय में, व्यक्ति पवतिर समाधि की अवस्था में प्रवेश कर जाता है और केवल ईश्वर, पवतिर, आध्यात्मिक और दविय के अलावा कुछ भी सोचने की इच्छा नहीं रखता। दविय प्रेम की अवस्था में, वे भीतर से मधुर रूप से जलते हैं, और पवतिर भक्त की सीमाओं के भीतर, परमानंद में बाहरी रूप से स्वयं को समर्पित कर देते हैं, एक देवदूत की तरह दनि-रात अपने ईश्वर और स्रष्टा की महिमा करते हुए।

— क्या इसे ही परमानंद कहते हैं?

— हाँ, वही वह समय होता है जब कोई व्यक्ति शब्द के सर्वोत्तम अर्थ में, अपने होशो-हवास में नहीं रहता। वही तो है... 'वसिम्ति हो जाओ, स्वर्ग का भय मानो...' ¹³⁰

पवतिर पागलपन एक व्यक्ति को सांसारिक गुरुत्वाकर्षण से ऊपर उठा देता है, उसे ईश्वर के सहिसन तक पहुंचा देता है, और वह व्यक्ति अपने स्वामी के पैरों तले एक छोटे कुत्ते की तरह महसूस करने लगता है, जो खुशी और श्रद्धा से उसके पैरों को चाट रहा हो।

दिव्य मदहोशी

— गेरोना, मुझे डर है कि मैं बच नहीं पाऊँगा।

— डरो मत; हम एक साथ ऊपर जाएंगे। बस अधिष्ठात्री से कहो कि वह हमें यात्रा के लिए दो बड़ी प्लास्टिक की बोतलें दे दे। ध्यान रहे, प्लास्टिक की, कांच की नहीं, ताकि वे रास्ते में टूटें नहीं!.. हम उन्हें पानी से भर लेंगे और स्वर्ग जाते समय जब हमें थकान महसूस होगी तो उनसे पिएँगे! हम उनमें सिर्फ तीन उंगलियों जतिना पानी छोड़ेंगे, और मसीह से प्रार्थना करेंगे कि वह उसे आशीर्वाद दे और उसे शराब में बदल दे। हम उसे पिएँगे और मसीह की उपस्थिति में आध्यात्मिक रूप से मदहोश हो जाएँगे।

— गेरोना, यह किस तरह का पानी है?

— यह मसीह और हमारे भाइयों के लिए प्रेम है।

— और नशा?

— पवतिर आत्मा से नशा। पवतिर आत्मा से नशे में चूर लोग अपने पति, परमेश्वर के कोमल प्रेम में नरितर आनंदित रहते हैं।

यदि कोई व्यक्ति स्वर्गीय मदरि से आध्यात्मिक रूप से मदहोश हो जाता है, तो पृथ्वी पर उसका जीवन शहादत का जीवन बन जाता है—हालांकि एक अच्छे अर्थ में। वह दुनिया के लिए अनुपयुक्त हो जाता है; उसे सांसारिक कुछ भी परेशान नहीं करता, और वह हर चीज़ को कूड़ा और भूखी समझता है। ¹³¹ देखिए, लोग, जब वे बहुत पीते हैं, तो वे नशे में हो जाते हैं, और फिर उनके लिए कुछ भी मायने नहीं रखता। 'दादा फनासयि, आपकी झोपड़ी में आग लग गई है,' लोगों ने एक बूढ़े आदमी से चिल्लाकर कहा, जिसकी झोपड़ी में आग लगी हुई थी। 'जहननुम में जाए, जलने दो,' उसने जवाब दिया, क्योंकि उसने शराब पी रखी थी और वह नशे में था!...

एक और तरह की मस्ती—स्वर्गीय मस्ती—अच्छी है, लेकिन एक व्यक्ति को हर समय स्वर्गीय शराब के अंतहीन बैरल के पास रहना चाहिए। मैं कामना करता हूँ कि आप उस कीमती, स्वर्गीय, पवतिर नल को पाएं, जिससे आप स्वर्गीय शराब पीकर लगातार नशे में रहें। आमीन!

अध्याय 2. अपने पड़ोसी से प्रेम

प्रेम और वनिम्रता — दो बहन सदगुण

— गेरोना, जब मुझमें इतने सारे जुनून हैं तो मैं कैसे बचूँगा?

— प्रेम और वनिम्रता के माध्यम से। जैसे ही प्रेम और वनिम्रता जड़ जमा लेते हैं, अहंकार और द्वेष समाप्त हो जाएंगे और वासनाएं फीकी पड़ने लगेंगी। इस प्रकार, धीरे-धीरे, सभी वासनाएं नष्ट हो जाएंगी और

¹³⁰ महान शनिवार के कैनन की आठवीं ओड के इरमोस के शब्द। यूनानी शब्द 'εκοτηθη', जिसका चर्च स्लावोनिक में अनुवाद 'वसिम्ति हो' है, का शाब्दिक अर्थ है 'बहकाया जाना'। — अनुवादक की टिप्पणी

¹³¹ देखें फलिपियों 3:8

सभी अन्य सदगुण स्वाभाविकी रूप से आ जाएंगे। इसलिए, अपने सभी प्रयासों को प्रेम और वनिम्रता प्राप्त करने की ओर लगाएं।

सच्चा प्रेम वनिम्रता से अटूट रूप से जुड़ा होता है, जैसे दो जुड़वां भाई जो एक-दूसरे से बहुत गहराई से प्रेम करते हों। प्रेम वनिम्रता से अवभाज्य है। प्रेम में आपको वनिम्रता मिलती है, और वनिम्रता में आपको प्रेम मिलता है।

मेरे लिए, आध्यात्मिकी जीवन की नींव प्रेम और वनिम्रता है। जहाँ प्रेम है, वहाँ मसीह—प्रेम—नवास करते हैं, और जहाँ वनिम्रता है, वहाँ ऐसा लगता है कि वह अपने ही सामर्थ्य से एक व्यक्तिके भीतर ईश्वर की कृपा को धारण किए हुए है। तब ईश्वर सर्वत्र राज करते हैं और पृथ्वी स्वर्ग में परिवर्तित हो जाती है। लेकिन जहाँ प्रेम नहीं है और न ही वनिम्रता, वहाँ टंगलाशका—शत्रु—नवास करता है, और लोग, उसके साथ, पहले से ही यहाँ नरक की तरह जी रहे हैं, और आने वाले जीवन में अपनी नयितिकी दनि-ब-दनि और भी बदतर बना रहे हैं।

मोक्ष का सबसे आसान मार्ग प्रेम और वनिम्रता है। यदि हम इनसे वंचित हैं, तो हमारा न्याय कथि जाएगा। ये दो गुण ईश्वर को दयालु बनाने के लिए प्रेरित करते हैं और उनकी रचनाओं को स्वर्ग तक उठाते हैं। इन वशिष्ट चहिनों—नम्रता और प्रेम—द्वारा पवित्र स्वर्गदूत ईश्वर की संतानों को पहचानते हैं, उन्हें प्रेम से उठाते हैं, उन्हें वायुमंडल की परीक्षाओं से नडिर होकर मार्गदर्शन देते हैं, और उन्हें स्नेहपूर्वक प्रेम करने वाले पति, ईश्वर तक उठाते हैं।

सच्चा, कीमती प्रेम

— मेरी दृष्टि में, प्रेम के तीन प्रकार हैं: कामुक प्रेम, जो आध्यात्मिकी कीटाणुओं से भरा होता है; सांसारिक प्रेम—जो सतही, बाहरी, पाखंडी और तुच्छ होता है; और आध्यात्मिकी प्रेम—जो सच्चा, शुद्ध और कीमती होता है। यह प्रेम अमर है; यह हमेशा के लिए बना रहता है।

— मैं कैसे जानूँ, गेराना, कि मुझमें सच्चा प्रेम है?

— इसे समझने के लिए, आपको स्वयं की परीक्षा लेनी होगी: क्या आप सभी लोगों से समान रूप से प्रेम करते हैं, और क्या आप हर किसी को अपने से बेहतर मानते हैं?

— गेराना, ईश्वर और अपने पड़ोसी के प्रति मेरा प्रेम ठंडा पड़ गया है।

— उस प्रेम के छोटे से अवशेष को बोओ जो तुम्हारे पास है। उसे अंकुरित होने दो, बढ़ने दो, और प्रेम का फल देने दो, जसि तुम बाद में इकट्ठा करोगे। फिर तुम और भी अधिक प्रेम बोओगे और और भी अधिक इकट्ठा करोगे; धीरे-धीरे तुम्हारा भंडार भर जाएगा, ताकि तुम्हारे पास उसे रखने के लिए कोई जगह न बचे, क्योंकि तुम जतिना अधिक प्रेम बोते हो, वह उतना ही अधिक बढ़ता है। मान लीजिए एक किसान के पास बीजों का एक छोटा सा पैकेट है और वह उन्हें बोता है। फिर वह फसल काटता है और उससे एक बड़ा बोरा भर लेता है। अगर वह फिर उस बोरे से बीज बोता है, तो जब वह फसल काटेगा, तो वह पूरे गोदाम को बीजों से भर देगा। और जब उसके पास बहुत सारे बीज होंगे और वह उन्हें बोएगा, तो वह अंततः पूरे खलहान को भर देगा। लेकिन अगर वह बीजों को छोटे बैग में ही रखता है और उन्हें बोता नहीं है, तो वे कीड़ों से खाए जाएंगे। उसे बीजों को ज़मीन में बोना चाहिए ताकि वे अंकुरित हों, बढ़ें और फल दें।

मेरा मतलब यह है कि प्रियार के साथ भी यही होता है। प्रियार को बढ़ने के लिए, आपको इसे बाँटना होगा। एक व्यक्तिको अपने पास मौजूद थोड़े से प्रियार को भी नहीं बाँटना है, वह उस व्यक्तिकी तरह है जो अपने हाथ में मुट्ठी भर बीज पकड़े हुए है और उन्हें बोने से इनकार कर रहा है। ऐसा व्यक्ति एक दुष्ट दास है जिसने अपनी प्रतिभा को छपा रखा है।¹³²

¹³² मत्ती 25:25 देखें

आप जतिना प्यार देंगे, उतना ही प्यार आपको मल्लिगा। यदि आप प्यार नहीं देंगे, तो आपको प्यार नहीं मल्लिगा। देखिए, एक माँ लगातार अपने बच्चों को अपना प्यार देती है, लेकिन वह लगातार उनसे प्यार पाती भी है, और उसका प्यार बढ़ता रहता है। लेकिन जब हम केवल अपने लिए दूसरों से प्यार की मांग करते हैं, जब हम केवल दूसरों से प्राप्त करना चाहते हैं, और जब कोई अच्छा काम करते समय हम पुरस्कार के बारे में सोचते हैं, तो हमारा प्यार कीमती नहीं बल्कि सस्ता हो जाता है। तब हम ईश्वर से अपरचित हो जाते हैं और न तो ईश्वर से और न ही अन्य लोगों से कोई प्यार प्राप्त करते हैं।

जनिके पास सांसारिक प्रेम होता है, वे इस बात पर आपस में बहस करते हैं कि कौन अपने लिए सबसे अधिक प्रेम पा सकता है। लेकिन जनिके पास आध्यात्मिक, कीमती प्रेम होता है, वे इस बात पर आपस में बहस करते हैं कि कौन दूसरे को सबसे अधिक प्रेम देगा। वे यह सोचें बिना प्रेम करते हैं कि दूसरे उनसे प्रेम करते हैं या नहीं, और वे यह भी मांग नहीं करते कि दूसरे उनसे प्रेम करें। वे लगातार स्वयं और अपनी संपत्ति को देने की इच्छा रखते हैं, और यह मांग नहीं करते कि दूसरे उन्हें स्वयं या अपनी संपत्ति दें। ऐसे लोगों से हर कोई प्यार करता है, लेकिन सबसे बढ़कर ईश्वर करते हैं, जनिके साथ वे एक ही प्रकार के हैं।

बदले में कुछ भी उम्मीद किए बिना प्रेम! लाभ प्राप्त करने के लिए कोई भी पुण्य कर्म नहीं करना चाहिए। किसी को भी उत्तम, कीमती प्रेम का संवर्धन करना चाहिए, वह प्रेम जो ईश्वर को प्रिय है, न कि सस्ता, सांसारिक प्रेम, जो हर तरह की मानवीय कमजोरियों से भरा होता है।

— गेरौना, मुझे अपना प्यार ऐसे स्थान पर देना मुश्किल लगता है जहाँ उसकी सराहना नहीं होगी।

— तुम्हारे पास सच्चा प्रेम नहीं है; इसीलिए तुम्हें यह मुश्किल लगता है। जिसके पास सच्चा प्रेम होता है, उसे इस बात की परवाह नहीं होती कि उसके प्रेम की सराहना होती है या नहीं। वे शुद्ध प्रेम से अपने पड़ोसी के लिए किया गया त्याग याद भी नहीं रखते।

— मैं अपने किए हुए भले कामों को भूलना कैसे सीखूँ?

— उसे समुद्र में फेंक दो... इस तरह तुम उसे भूल जाओगे। लेकिन तुम्हें अपने साथ हुए अन्याय को भी भूल जाना चाहिए। इस तरह, बिना जाने-समझे, तुम अपने लिए आध्यात्मिक धन इकट्ठा कर लोगे।

हमारे प्रेम से 'स्व' को हटाना

— गेरौना, प्रेम का मानक क्या है?

— 'एक दूसरे से प्रेम करो: जैसे मैंने तुमसे प्रेम किया है।' ¹³³ इसके द्वारा, मसीह यह कह रहे हैं कि हमें हमेशा दूसरों के लिए अपना बलदान देना चाहिए, ठीक वैसे ही जैसे उन्होंने हमारे लिए अपना बलदान दिया।

— क्या बलदान में स्वार्थ हो सकता है?

— हाँ, हो सकता है। मुझे याद है (उस समय मैं अभी भी एक गृहस्थ था) कोनटिसा का एक आदमी जो ईस्टर की प्रार्थना सभा के बाद, हर मलिन वाले से कहता था: 'मैं पहाड़ पर मठ जा रहा हूँ, ईश्वर की माता के पास, दीपक जलाने।' लेकिन जिस तरह से वह कहता था, उससे यह स्पष्ट था कि उसके भीतर अहंकार और स्वार्थ छिपा था... वह दीपक जलाने के लिए रात में मठ के लिए निकल पड़ा—जाने में दो घंटे की पैदल यात्रा, और आने में दो घंटे। और रास्ता भयानक था! चर्च सुनसान पड़ा था, हर तरफ कूड़ा-करकट बिखरा हुआ था; आखिर वह दीयों की बत्ती और तैलीय गोले कहाँ से लाता! तो यह साबित हुआ कि उसकी सारी मेहनत व्यर्थ गई थी। और फिर भी, निश्चित रूप से, अगर किसी ने उससे प्रार्थना के बाद कहा होता, 'घर जाकर एक दीया जला लेना,' तो शायद वह एक भी नहीं जलाता! अगर वह सचमुच ईश्वर को बलदान देना चाहता, तो उसे बिना कोई हंगामा किए, बस वैसे ही दीये जलाने के लिए मठ जाना चाहिए था।

— तो, क्या कोई व्यक्ति घिमंड के कारण खुद को बलदान कर सकता है?

— क्यों नहीं? जैसा कि प्रेरति पौलुस कहते हैं, वह अपनी जान भी न्योछावर कर सकता है, फरि भी उसमें प्रेम नहीं हो सकता।¹³⁴

— क्या ऐसे बलदान का कोई मूल्य है?

— क्या आपको याद नहीं कि इससे पहले प्रेरति पौलुस क्या कहते हैं? 'परन्तु यदि भुझ में प्रेम न हो, तो मैं कुछ भी नहीं हूँ।'¹³⁵ एक बलदान परमेश्वर को प्रसन्न करने के लिए, उसे मानवीय उद्देश्यों से मुक्त होना चाहिए: स्वार्थ, अहंकार, और इसी तरह की अन्य बातें। जब कोई व्यक्ति विनिमयता से स्वयं को बलदान करता है, तो इसका मतलब है कि उसमें प्रेम है; तब वह परमेश्वर को अपनी ओर आकर्षित करता है। जब मैं प्रेम की बात करता हूँ, तो मैं सच्चे, वास्तविक प्रेम की बात कर रहा हूँ, जिसमें उदात्तता होती है। क्योंकि कोई व्यक्ति अपने इरादों के प्रति आश्वस्त हो सकता है और सोच सकता है कि उसमें प्रेम है, क्योंकि वह सब कुछ दे देता है, और फरि भी उसके पास प्रेम नहीं हो सकता, क्योंकि उसके प्रेम में उसका 'स्व' नहिती है—अर्थात्, उसका प्रेम अपने व्यक्तिगत हितों की पूर्तिकी ओर निर्देशित होता है।

हमारे प्रेम को सच्चा बनाने के लिए, हमें उसे शुद्ध करना होगा, अपने प्रेम से अपने 'स्व' को हटाना होगा। और जब हर कोई अपने प्रेम से अपना 'स्व' हटा देता है, तो प्रत्येक व्यक्ति दूसरे में मौजूद होता है, और सभी मसीह के एक ही प्रेम से एक हो जाते हैं। और मसीह में, सभी समस्याएं हल हो जाती हैं, क्योंकि मसीह का प्रेम सभी समस्याओं को समाप्त कर देता है।

सभी के लिए एक माँ का प्रेम

— गेरोन्डा, कोई व्यक्ति पूरी दुनिया को अपने दिल में कैसे समा सकता है?

— जब किसी की बाहें बहुत छोटी हों तो कोई पूरी दुनिया को कैसे गले लगा सकता है? ... किसी व्यक्ति को पूरी दुनिया को अपने दिल में रखने के लिए, उसे अपने दिल का वसितार करना होगा।

— कोई ऐसा कैसे कर सकता है, जेरोन्डा?

— प्यार। लेकिन वह भी पर्याप्त नहीं है। किसी को माँ के प्यार की जरूरत होती है। एक माँ अपने बच्चों से खुद से ज्यादा प्यार करती है। अगर कोई व्यक्ति ऐसा प्यार पा ले, तो वह न केवल उन लोगों से प्यार करेगा जो उससे प्यार करते हैं, बल्कि उन लोगों से भी करेगा जो उसे नुकसान पहुँचाते हैं, क्योंकि वह हमेशा दूसरों के लिए क्षमायोग्य परिस्थितियाँ ढूँढ़ेगा और हर चीज़ के लिए खुद को दोष देगा। भले ही उससे चोरी हो जाए, जब चोर पकड़ा जाएगा और जेल भेजा जाएगा तो उसे अपराध-बोध होगा। वह कहेगा, 'मेरी ही वजह से यह आदमी जेल पहुँचा है।' 'अगर मैंने उसे पैसे देने का कोई तरीका खोज लिया होता, तो वह आज जेल में नहीं होता।'

एक माँ का प्यार सब कुछ ढक लेता है और सभी को सुकून देता है। अगर कोई बच्चा कुछ तोड़-फोड़ करता है, कुछ नुकसान पहुँचाता है या कुछ गलत करता है, तो उसकी माँ उसे तुरंत माफ कर देती है, क्योंकि वह उसका बच्चा है। तो, यदि आप अपने पड़ोसी से एक माँ के प्यार से प्यार करते हैं, तो आप उसकी सभी कमजोरियों को क्षमा कर देते हैं और उसके अपराधों को नहीं देखते; और भले ही आप उन्हें देखें, आप उसे तुरंत माफ कर देते हैं। तब आपका दिल प्यार से भर जाता है, क्योंकि आप मसीह के अनुकरणकर्ता बन जाते हैं, जो हम सभी के साथ धैर्य रखते हैं।

— गेरोन्डा, मैं हर चीज़ को काफी संकीर्ण दृष्टिकोण से देखता हूँ। शायद मेरा कोई दिल ही नहीं है?

— क्या तुम्हारे पास दिल नहीं है? क्या तुम जानते हो कि तुम्हारा दिल किस तरह का है? लेकिन तुम अपनी संकीर्णता को उस पर हावी होने देते हो, और फरि तुम दुखी होते हो। जनिका दिल विशाल होता है वे

¹³⁴ देखें 1 कुरनिथियों 13:3

¹³⁵ 1 कुरनिथियों 13:2

कुछ भी सहन कर सकते हैं, जबकि संकीर्ण दिल वाले, जो कमजोर दिल के होते हैं, एक ही टपिपणी या किसी अप्रिय घटना से नरिशा में पड़ जाते हैं, और इसे सहन नहीं कर पाते।

— क्यों?

— क्योंकि उनकी बैटरी बस इतना ही संभाल सकती है।

— मैं अपनी बैटरी की क्षमता बढ़ाने के लिए क्या कर सकता हूँ?

— दूसरों की कमियों और खामियों को सहन करें। हर चीज़ को आध्यात्मिक रूप से, ईश्वर में आस्था और विश्वास के साथ देखें। याद रखें कि आप ईश्वर के हाथों में हैं, और अगर कुछ आपकी इच्छा या आशा के अनुरूप नहीं होता है, तो उसे कृतज्ञता के साथ स्वीकार करें।

— और क्या मेरा हृदय वसित हो जाएगा?

— अपने हृदय को और अधिक विशाल बनाने के लिए, आपको उसमें से कुछ हटाना होगा: स्वार्थपरता से छुटकारा पाएं। यदि स्वार्थपरता और संकीर्णता की वह बेल, जो आपको घुटन दे रही है, मुरझा जाए, तो आपका आध्यात्मिक वृक्ष स्वतंत्र रूप से बढ़ जाएगा। मैं प्रार्थना करती हूँ कि आपका हृदय जल्द ही पूरी तरह से मुक्त हो जाए, फल-फूल जाए और वसित हो जाए। आमीन।

क्या आप जानते हैं कि मैं अभी कैसा महसूस कर रही हूँ? मैं ऐसी मातृत्व की भावना, ऐसी कोमलता और मृदुता महसूस कर रही हूँ, जैसी मैंने पहले कभी महसूस नहीं की।¹³⁶ पूरी दुनिया मेरे भीतर समा गई है। मैं सभी को गले लगाना चाहती हूँ, मैं उनकी मदद करना चाहती हूँ। क्योंकि प्यार दिल में छिपा नहीं रह सकता। जैसे किसी माँ की छाती से दूध बहता है जसिने अपना बच्चा खो दिया हो, वैसे ही प्यार भी नकिलने का रास्ता खोजता है।

दिल कभी बूढ़ा नहीं होता

— जेरोडा, अब पाम्वो कहते हैं: 'यदि आपके पास दिल है, तो आप बच सकते हैं।' ¹³⁷ 'यदि आपके पास दिल है' से उनका क्या तात्पर्य है?

— कई संभावित व्याख्याएँ हैं। पहली, 'यदि आपके पास दिल है' का अर्थ हो सकता है 'यदि आप ईश्वर से प्रेम करते हैं'। दूसरा, 'यदि आपके पास दिल है' का अर्थ हो सकता है 'यदि आप संवेदनशील हैं और कठोर नहीं हैं'। तीसरा, 'यदि आपके पास दिल है' का अर्थ हो सकता है 'यदि आप दयालु हैं'। चौथा, 'यदि आपके पास दिल है' का अर्थ हो सकता है 'यदि आप सहिष्णु हैं'। पाँचवाँ, 'यदि आपके पास दिल है' का अर्थ 'यदि आपके पास साहस है' हो सकता है। जब हम 'दिल' कहते हैं, तो हमारा मतलब मांस का एक टुकड़ा नहीं, बल्कि आत्म-बलदान और उदात्त प्रेम की प्रवृत्ति से है।

दिल की शक्ति एक महान चीज़ है! दिल एक रचिर्जेबल बैटरी की तरह है जसि लगातार रचिर्ज किया जाता है। यह कभी थकता नहीं है या बूढ़ा नहीं होता; इसकी शक्ति कभी खत्म नहीं होती। लेकिन मनुष्य को अपने हृदय पर काम करना चाहिए। आखरिकार, मेरा एक हृदय है, और आपका एक हृदय है, लेकिन अगर हम उस पर काम न करें तो उसका क्या फायदा? यदि कोई व्यक्ति अपने हृदय पर काम नहीं करता है, तो वह एक विशालकाय होते हुए भी पूरी तरह से नडिर हो सकता है। जबकि कोई दूसरा, छोटा और कमजोर, जो हर काम अपने हृदय से करता है, वह कभी थकता नहीं है। यहाँ भी एक कमजोर बहन है, लेकिन क्योंकि वह हर काम में अपना दिल लगाती है, इसलिए उसे कोई थकान महसूस नहीं होती। वह काम से बचने के तरीके

¹³⁶ 1981 में, एल्डर पैसगिस ने कहा: "यह संभव है कि एक व्यक्ति के भीतर हमेशा दैवीय प्रेम की आग बनी रहे। मैंने लगातार इस स्वर्गीय मठास का अनुभव किया। मैं आग में जल रहा था, और मेरी हड्डियाँ जलती हुई मोमबत्तियों की तरह हो गई थीं। जब मुझे कुछ करना या कहीं जाना होता था, तो मैं खुद को इस अवस्था से बाहर नकिलने के लिए मजबूर करता था। कई बार, इस स्वर्गीय मठास के कारण, मैं ज़मीन पर गिर पड़ा। अब यह दुनिया के लिए दरद बन गया है। मुझे दुनिया के लिए दरद होता है, और दनि-ब-दनि यह दरद बढ़ता जा रहा है। मैं, सचमुच, थक गया हूँ।" — *संकलक का नोट*।

¹³⁷ टॉ गेरोन्टकिन्। एथेस, 1981। पृ. 102।

नहीं ढूँढती, बल्कि दूसरों की मदद करने के तरीके ढूँढती है। वह हर काम प्रेम से करती है, क्योंकि वह उस काम की गहराई से परवाह करती है, न कि इसलिए कि वह दूसरों के ध्यान और प्रशंसा की प्रतीक्षा कर रही है। उसमें न तो कोई आत्म-महत्व की भावना है और न ही दूसरों को खुश करने की इच्छा; वह इस तरह से जीती है कि वह अनदेखी ही रहती है, और इसीलिए उसे दैवीय कृपा प्राप्त होती है और वह ईश्वर से सहायता स्वीकार करती है।

यदि कोई व्यक्ति स्वभाव से कमजोर है या बूढ़ा हो गया है, और उसका शरीर भारी परिश्रम सहन नहीं कर सकता, फिर भी उसने अपने हृदय पर काम करना सीख लिया है, तो उसका हृदय शरीर को काम करने के लिए प्रेरित करता है। वे एक पुरानी कार की तरह हैं जिसके टायर पंचर हैं और धुरी टूटी हुई है, लेकिन जिसका इंजन शक्तिशाली है — यदि आप ऐसी कार को धक्का देते हैं, तो वह चल पड़ती है। दूसरा व्यक्ति, हालांकि, जवान और मजबूत हो सकता है, लेकिन अगर वह अपने हृदय पर काम नहीं करता है, तो वह एक नए कार की तरह है जिसका इंजन कमजोर है और जो आगे नहीं बढ़ सकता। कोई भी काम, सबसे आसान काम भी, उसे असंभव लगता है। कभी-कभी ऐसा होता है कि कोई बुजुर्ग व्यक्ति मेरी कोठरी में छतरी या बैग छूट जाता है, और मैं एक नौजवान से कहता हूँ: 'चलो, बाज, दौड़ो और उस बुजुर्ग के पास पहुँच जाओ।' मैं यह कहता ही हूँ कि वह 'बाज' जोर से आह भरता है: 'पापा, क्या वह खुद वापस नहीं आएगा?' — 'चलो अब, एक नेक काम करो,' मैं फिर से कहता हूँ। वह एक बार फिर आह भरता है। वह तो बस 'भागो' शब्द से ही थक चुका है — असली दौड़ तो दूर की बात है!

अगर कोई व्यक्ति अपने दिल पर काम नहीं करता, तो वह एक जानवर के बराबर भी नहीं रहता; वह एक मूर्त, एक स्मारक बन जाता है। उसका दिल किसी काम का नहीं रहता।

मन और हृदय का संयुक्त कार्य

— गेरोना, कभी-कभी मैं अपने मन से समझता हूँ कि मुझे किसी दूसरे व्यक्ति से प्रेम करने की जरूरत है, लेकिन मुझे अंदर कोई प्रेम महसूस नहीं होता।

— धीरे-धीरे, यह आपके मन से आपके हृदय में प्रवेश कर जाएगा, और आप प्रेम महसूस करेंगे। किसी दूसरे व्यक्ति से प्रेम करने के लिए, आपका हृदय भी काम कर रहा होना चाहिए; केवल मन पर्याप्त नहीं है। मन अधिक से अधिक यह कर सकता है कि आपको उस स्थिति में लाए जहाँ आप कह सकें: 'मुझे इस व्यक्ति को बर्दाश्त करना होगा, या मुझे खुद को काबू में रखना होगा ताकि मैं उनसे कुछ भी बुरा न कहूँ या क रूँ, और इसी तरह। इसका मतलब है कि आप दूसरे व्यक्ति से प्रेम नहीं करते हैं। आप उन्हें एक अजनबी की तरह देखते हैं; आप उन्हें एक भाई के रूप में नहीं देखते, ताकि आप उनकी परवाह कर सकें और आपका दिल उनके लिए पघिल सके।

— यदि मन और हृदय के बीच दूरी है, तो क्या मैं तार्किक तर्क का उपयोग करके हृदय को मन का अनुसरण करने के लिए मजबूर कर सकता हूँ?

— और दिल और दिमाग के बीच की दूरी क्या है? दूरी क्यों होनी चाहिए?

— क्योंकि भले ही मैं अपने मन से सही सोचता हूँ, मेरा दिल उसका अनुसरण नहीं कर पाता, क्योंकि वह वासनाओं का कैदी है।

— नदिन सही है, लेकिन यह पर्याप्त नहीं है; हमें उपचार पर ध्यान देना होगा। सभी आध्यात्मिक कार्य मन और हृदय दोनों के साथ मलिकर किए जाते हैं। मन प्रेषक है, और हृदय ग्रहणकर्ता है। कोई व्यक्ति प्रेषक को जिस भी तरंग पर सेट करता है, ग्रहणकर्ता उसी आवृत्ति पर काम करता है। यदि मन सांसारिक तरीके से काम करता है, तो यह हृदय को सांसारिक संदेश भेजता है। यदि यह आध्यात्मिक रूप से कार्य करता है, तो हृदय प्रभावित होता है और आध्यात्मिक रूप से तरसता है। उदाहरण के लिए, आप

अधिक कैसे खा सकते हैं जब आप जानते हैं कि कहीं और लोग भूख से मर रहे हैं या बेदुइन ऊंट की लीद खाते हैं?¹³⁸

— गेरोना, मुझे एहसास हुआ है कि मैं अपने दिल से नहीं, बल्कि अपने दमिग से प्यार करता हूँ। मैं अपने दिल को काम में कैसे ला सकता हूँ?

— क्या आप नहीं जानते? आजकल, दिल को काम कराने के लिए, डॉक्टर छाती चीरते हैं और उसमें... एक बैटरी डालते हैं। और हमें यह सुनिश्चित करना चाहिए कि मन दिल में कटे, उसे चालू करे और उसे काम कराए।

— कैसे?

— मुझे लगता है कि यह तीन तरीकों से होता है। या तो कोई व्यक्ति ईश्वर की कृपा के लिए कृतज्ञता महसूस करता है, जिससे वह भावनाओं में बह जाता है और ईश्वर की स्तुति करता है। या फिर वे अपने पापों का बोझ महसूस करते हैं और भारी मन से ईश्वर से क्षमा मांगते हैं। या फिर वे खुद को किसी कठिनी परिस्थिति में पड़े व्यक्ति की जगह रखकर उसके लिए सबसे स्वाभाविक तरीके से करुणा महसूस करते हैं।

— गेरोन्डा, मैं जैसा महसूस करता हूँ, वैसा ही स्वाभाविक रूप से व्यवहार करता हूँ। क्या यह ठीक है?

— देखो, जब दिल में ईश्वर के लिए शुद्ध और पूरे दिल से प्रेम होता है, तो दिल की हर सहज गति शुद्ध होती है। लेकिन जब दिल में शुद्ध प्रेम नहीं होता, तो मनुष्य को अपनी सहजता पर नियंत्रण रखना चाहिए, क्योंकि तब दिल की वह सहज गति सांसारिक वषिक पदार्थों से भर जाती है।

— अपनी सहजता को काबू में करने के लिए मुझे क्या करना चाहिए?

— क्या तुमने कभी कार नहीं चलाई? क्या कार में ब्रेक होते हैं? खैर, अब मुझे बताओ, एक इंसान... ब्रेक के बिना, उसे क्या करना चाहिए?

— तुम्हें अपने दिल पर ब्रेक लगाना होगा।

— हाँ, मन को दिल पर ब्रेक लगाना चाहिए, क्योंकि अगर दिल मन से आगे निकल जाए, तो वह व्यर्थ में दौड़ता रहता है। ईश्वर ने तुम्हें बहुत बुद्धि और एक बड़ा दिल दिया है, लेकिन तुम अपनी बुद्धि का उपयोग अपने दिल को काबू में रखने के लिए नहीं करते, और इसलिये वह व्यर्थ ही दौड़ता रहता है। कुछ भी करने से पहले — सोचो, और इस तरह ईश्वर द्वारा दिए गए अपने दिल पर, सरलता और प्रेम से काम करो।

"वंचिता से..."¹³⁹

— जेरोंडा, प्रेरति पौलस कहते हैं: 'ईश्वर प्रसन्न दाता से प्रेम करता है।'¹⁴⁰ जब मुझे कुछ देना या कोई पुण्य कार्य करना होता है, तो मैं खुद को मजबूर करता हूँ।

— हम ईश्वर की संतान हैं, और अच्छा करना हमारा कर्तव्य है, क्योंकि ईश्वर स्वयं प्रेम हैं। क्या आपको वह वधिवा याद है जिसने नबी एलिया को आश्रय दिया था?¹⁴¹ वह एक वधिर्मी थी, लेकिन उसमें कतिना प्रेम था! जब नबी आए और उससे रोटी माँगी, तो उसने कहा: 'हमारे पास थोड़ा सा तेल और आटा है; हम इसे अपने बच्चों के साथ खाएँगे और फिर मर जाएँगे।' उसने उससे यह नहीं कहा, 'हमारे पास कुछ भी नहीं है।' और जब नबी ने उसकी इच्छा की परीक्षा लेने के लिए उससे पहले उसके लिए रोटी बनाने को कहा, और फिर अपने लिए और अपने बच्चों के लिए, तो उस गरीब महिला ने तुरंत ही मान लिया। अगर उसके दिल में प्यार नहीं होता, तो उसके मन में तरह-तरह के विचार उठने लगते। 'यह पर्याप्त नहीं है,' वह सोच सकती थी, 'कि मैंने उसे बताया कि हमारे पास थोड़ा तेल और आटा है; अब वह चाहता है कि मैं पहले उसके लिए रोटी

¹³⁸ यह 1960 के दशक को संदर्भित करता है। — संकलक का नोट।

¹³⁹ लूका 21:4

¹⁴⁰ 2 कुरिन्थियों 9:7

¹⁴¹ सूखे के कारण, भविष्यवक्ता एलिया होरेब की नाली पर आए। जब वह नाली भी सूख गई, तो ईश्वर ने उन्हें सदीन में ज़रेफ़ाथ भेजा ताकि एक वधिवा उन्हें भोजन कराए (देखें 3 राजा 17:1-24)। — संकलक की टिप्पणी।

पकाऊँ!' उसकी सदभावना स्पष्ट थी, जो हमारे लिए एक उत्तम उदाहरण है। हम पवित्र शास्त्र पढ़ते हैं, उनमें बहुत कुछ पाते हैं, फिर भी हम वास्तव में उनका पालन कैसे करते हैं?

मुझे याद है कि कैसे, सन्याई पर्वत पर, बेदुइनों के बच्चे¹⁴² — जो सुसमाचार के बारे में कुछ नहीं जानते थे, मेरे द्वारा दिया गया कुछ भी आपस में बाँट लेते थे, भले ही मैंने उन्हें बहुत थोड़ा ही क्यों न दिया हो। सभी को थोड़ा-थोड़ा मिला था। और अगर आखिरी व्यक्ति के पास पर्याप्त नहीं होता, तो हर कोई अपनी हस्तिदारी में से उसे कुछ दे देता था।

यह सब आपके लिए एक उदाहरण हो। यह समझने के लिए स्वयं की जाँच करें कि आप कहाँ खड़े हैं। यदि कोई व्यक्ति इस प्रकार प्रयास करता है, तो वह न केवल संतों और तपस्वियों के उदाहरण से, बल्कि सभी लोगों के जीवन से लाभान्वित होता है, यह सोचते हुए: 'क्या मुझमें यह अच्छी गुणवत्ता है? मैं न्याय के दिने कैसे प्रकट होऊँगा?'

जो मूल्यवान है वह है जो हम अपनी सीमति साधनों से किसी और को देते हैं, चाहे वह आध्यात्मिक हो या भौतिक सहायता।

मान लीजिए मेरे पास तीन तकिए हैं। अगर मैं किसी दूसरे व्यक्ति को वह तकिया दूँ जिसका मैं उपयोग नहीं करता, तो उसमें कोई मूल्य नहीं है। लेकिन अगर मैं उसे वह तकिया दूँ जिस पर मैं खुद सोता हूँ, तो वह मूल्यवान है, क्योंकि इसमें एक बलदान शामिल है। यही कारण है कि मसीह ने वधिवा के बारे में कहा: 'इस गरीब वधिवा ने सभी से अधिक दे दिया है।'¹⁴³

अपनी पुरानी स्लेट को प्रेम की आग में फेंक दो

— मुझे दूसरों को माफ करना मुश्किल लगता है, गेरोना।

— क्या तुम नहीं चाहते कि मसीह तुम्हें क्षमा करें?

— मैं करता हूँ, गेरोन्डा। मैं कैसे नहीं करूँ?

— तो फिर आप खुद दूसरों को माफ क्यों नहीं करते? ध्यान से सोचो, क्योंकि इससे तुम मसीह को बहुत दुख पहुँचा रहे हो। उन्होंने तुम्हारा दस हजार टैलेंट का कर्ज माफ कर दिया, फिर भी तुम दूसरे का सौ डेनारी माफ नहीं करना चाहते।¹⁴⁴ अपने आप से कहो: 'यह कैसे संभव है कि मसीह, जो पापरहित हैं, लगातार मुझसे सहन करते हैं, और वास्तव में अरबों अन्य लोगों से सहन करते और उन्हें क्षमा करते हैं, जबकि मैं एक भी बहन को क्षमा नहीं करता?'

एक बार एक युवक मेरी कोठरी में आया था जो किसी से झगड़ कर अलग हो गया था, और यद्यपि दूसरे व्यक्ति ने उससे माफी मांगी थी, वह उसे माफ नहीं कर रहा था। एक दिन उसने मुझसे कहा: 'प्रार्थना करें, गेरोन्डा, कि ईश्वर मुझे माफ कर दे।' — 'मैं प्रार्थना करूँगा,' मैंने उत्तर दिया, 'कि ईश्वर आपको माफ न करे।' उसने मुझसे फिर कहा: 'मैं चाहता हूँ, गेरोन्डा, कि ईश्वर मुझे क्षमा कर दे।' — 'अगर तुम, मेरे प्रिय, दूसरों को क्षमा नहीं करते,' मैंने उससे कहा, 'तो ईश्वर तुम्हें कैसे क्षमा कर सकता है?'

ईश्वर का न्याय प्रेम और दीर्घ सहनशीलता है। इसका मानवीय न्याय से कोई लेना-देना नहीं है। हमें इसी दिव्य न्याय को प्राप्त करने का प्रयास करना चाहिए। एक बार, एक गृहस्थ पति टर्किन की कोठरी में उन्हें लूटने आया। जब उसने उस साधु को पर्याप्त रूप से प्रताड़ित कर लिया — रस्सी से उसका गला घोटकर — तो उसे एहसास हुआ कि साधु के पास कोई पैसा नहीं है और वह जाने ही वाला है। जैसे ही वह जा रहा था, फादर टर्किन ने उससे कहा: 'भगवान तुम्हें माफ कर देंगे, मेरे बच्चे।' बाद में, यह गुंडा एक दूसरे साधु की कोठरी लूटने गया, लेकिन वहाँ वह पुलिस के हाथ लग गया। उसने खुद स्वीकार किया कि वह फादर टर्किन की कोठरी में भी चोरी करने गया था। पुलिस वाले ने फादर टर्किन को पूछताछ के लिए लाने के लिए

¹⁴² एल्डर पैसियोस उस समय के बारे में बात करते हैं जब वे सन्याई पर्वत पर रहते थे (1962-1964)। — संकलक की टिप्पणी।

¹⁴³ लूका 21:3

¹⁴⁴ मत्ती 18:23-35 देखें। दस हजार टैलेंट का मूल्य एक सौ डेनारी से सात हजार गुना अधिक था। — संकलक की टिप्पणी।

एक जेंडरम भेजा, लेकिन वह जाने से इनकार कर दिया। "मेरे बच्चे," बुजुर्ग ने जेंडरम से कहा, "मैंने चोर को पूरे दिल से माफ कर दिया है।" लेकिन जेंडरम ने उनकी बात पर कोई ध्यान नहीं दिया। "चलिए, फादर, जल्दी चलो," उसने कहा। "मुझे तुम्हारे 'माफ करने' और 'आशीर्वाद देने' की कोई परवाह नहीं है।" अंत में, जब बुजुर्ग एक छोटे बच्चे की तरह रोने लगे, तो पुलिस प्रमुख को उन पर तरस आ गया और उसने उन्हें जाने दिया। जब बुजुर्ग इस घटना को याद करते, तो वे इसे बलिकूल नहीं समझ पाते थे: "मेरे बच्चे," वे कहते, "इन सांसारिक लोगों का अपना एक अलग ही कोड है; उनके पास न तो 'मुझे आशीर्वाद दो' होता है और न ही 'भगवान माफ कर देगा!'।"

— गेरोना, 'रंजशि रखना' का क्या मतलब है? क्या यह आपके साथ कए गए अन्याय को याद रखना है, या उसे करने वाले से गुस्सा होना है?

— यदि आप कए गए अन्याय को याद रखते हैं और जसिने वह अन्याय कया है, उसके साथ सब कुछ ठीक होने पर आपको दुख होता है, या उसके साथ बुरा होने पर आप प्रसन्न होते हैं, तो यह द्वेष रखना है। लेकिन यदि किसी और द्वारा आपके साथ कए गए अन्याय के बावजूद, आप उसकी सफलताओं में प्रसन्न होते हैं, तो यह द्वेष रखना नहीं है। इस मामले में आप स्वयं की परीक्षा इसी तरह कर सकते हैं।

मैं मुझ पर कए गए किसी भी अन्याय को भूल जाता हूँ। मैं पुरानी शिकायतों को प्रेम की आग में फेंक देता हूँ, और वे जलकर राख हो जाती हैं। 1944 के गृहयुद्ध के दौरान, वदिरोही हमारे गाँव आए। बहुत ठंड थी। मैंने सोचा: "शायद उनके पास खाना नहीं है। ये लोग भूखे रहेंगे। मैं उन्हें कुछ रोटी ले जाऊँगा।" जब मैं उन्हें रोटी देने गया, तो उन्होंने मुझे संदग्ध समझा और मुझे हरिसत में ले लिया। मुझे यह भी नहीं सूझा कयि वदिरोही मेरे भाइयों की तलाश में थे, जो पहाड़ों में छपि हुए थे। मसीह ने क्या कहा था? "अपने शत्रुओं से प्रेम करो और जो तुमसे घृणा करते हैं, उनके प्रति भलाई करो।"¹⁴⁵

दया के साथ प्रेम

— गेरोन्डा, आपकी कोठरी में आपके लिए यह कतिना मुश्किल होगा! मानसिक रूप से बीमार लोग और नशेड़ी आपके पास आते हैं...

— यहीं पर यह स्पष्ट हो जाता है कि हमारे भीतर सच्चा प्रेम है या नहीं। अपने भाई के रूप में हम मसीह को देखते हैं। क्योंकि जब हम किसी भाई के लिए कुछ करते हैं, तो हम स्वयं मसीह के लिए करते हैं। मसीह ने कहा, 'क्योंकि तुमने इन मेरे सबसे छोटे भाइयों में से किसी एक के लिए जो कुछ भी किया, तुमने मेरे लिए किया।'¹⁴⁶

एक बार, एक पति अपने बेटे के साथ मेरी कोठरी में आए, जो एक युवक था और जसि पर भूत सवार था। लगभग उसी समय, मेरा एक जानकार भी आ गया। मैंने उस युवक के पति को एक तरफ ले जाकर उससे बात की, क्योंकि वह ही उस लड़के के भूत-प्रेत के वश में आने का कारण था। बेचारा लड़का! वह पूरी तरह स्वस्थ था, फरि भी उसकी नाक से बलगम टपक रहा था... यह देखकर मेरा परिचित उसके पास गया, अपनी जेब से एक रूमाल निकाला, लड़के की नाक पोंछी, और फरि वही रूमाल अपनी जेब में वापस रख दिया। फरि उसने अपनी गर्दन में पहना हुआ सोने का क्रॉस उतारकर लड़के की गर्दन में पहना दिया। लेकिन मुझे जो बात प्रभावित कर गई, वह यह नहीं था, बल्कि उस प्रेम से था जसिसे उसने उसकी नाक पोंछी — और काश आप उस युवक की हालत देख पाते! उस आदमी ने उसके प्रति एक भाई के समान करुणा महसूस की। अगर वह उसे भाई के रूप में नहीं देखता, तो क्या वह इस तरह से व्यवहार करता? अगर आप किसी दूसरे व्यक्ति से भाई की तरह प्रेम करते हैं, तो आप उसके नाक को अपनी रूमाल से पोंछ सकते हैं और फरि उस रूमाल को अपनी जेब में वापस रख सकते हैं! लेकिन अगर आपमें वह भावना नहीं है, तो दूसरा व्यक्ति आपके लिए

¹⁴⁵ देखें मत्ती 5:44; लूका 6:27।

¹⁴⁶ मत्ती 25:40

एक वदिशी शरीर जैसा है, इसीलिए आप उनके किसी भी स्पर्श से सहिर उठते हैं, और अगर उनकी लार आपके ऊपर छटिक जाए, तो आप तुरंत अपना चेहरा धोने के लिए दौड़ पड़ेंगे।

चूँकि परमेश्वर ने हमें भरपूर उपहार दिए हैं और हमें कष्ट सहने नहीं दिया है, इसलिए हमें अपने उस पड़ोसी के प्रति दया महसूस करनी चाहिए जो कष्ट में है। उदाहरण के लिए, मान लीजिए कि हम किसी वकिलांग व्यक्ति को देखते हैं। यदि हम अपने मन में सोचें: 'अगर मैं वकिलांग होता और चल नहीं पाता, तो मुझे कैसा लगता?' — तो हमें उनके प्रति दया महसूस होगी। या, यदि कोई कठिनी परिस्थिति में व्यक्ति हमसे मदद मांगे, तो हमें तुरंत सोचना चाहिए: 'अगर मैं उनकी जगह होता, तो क्या मैं नहीं चाहता कि कोई मेरी मदद करे?' इस तरह हम उनके प्रति अपनी सहानुभूति दिखाएंगे। लेकिन जब कोई व्यक्ति स्वयं संकट में होता है, तब भी, यदि उसमें अपने पड़ोसी के प्रति सच्चा प्रेम और करुणा होती है, तो ऐसा व्यक्ति अपने दुख को भूलकर दूसरों की चिंता करता है। जब कोई मुझे अपने दर्द के बारे में बताता है, तो मैं अपना दर्द महसूस करना बंद कर देता हूँ, भले ही मैं कीलों पर बैठा होऊँ या टूटे काँच पर नंगे पैर चल रहा होऊँ।

— संत मार्क द एसेटिक लिखते हैं: 'एक ही जुनून है जो हमें उतना अच्छा करने से रोकता है जतिना हम करने में सक्षम हैं — आलस्य। इस जुनून का इलाज प्रार्थना और दान से होता है।'¹⁴⁷ वह इस संदर्भ में दान का उल्लेख क्यों करते हैं?

— क्योंकि दान और दया हृदय को कोमल बनाती हैं। दान हृदय पर ऐसे असर करता है जैसे जंग लगे ताले पर तेल। एक कठोर हृदय तब कोमल हो जाता है जब कोई व्यक्ति दूसरों के दुख को देखता है; वे अधिक ग्रहणशील और वनिम्र हो जाते हैं। ईश्वर ने मनुष्य को कठोर-हृदय और नरिदयी बनाने के लिए नहीं बनाया, लेकिन लोग ईश्वर द्वारा दी गई दया को वकिसति करने में वफिल रहते हैं; वे अपने पड़ोसी के प्रति सहानुभूति नहीं दिखाते हैं और, उपेक्षा के माध्यम से, धीरे-धीरे कठोर-हृदय हो जाते हैं।

— और कोई अपना दिल नरम कैसे कर सकता है?

— अपने दिल को नरम करने के लिए, किसी को न केवल दूसरे लोगों, बल्कि जानवरों और यहां तक कि साँपों की जगह खुद को रखना चाहिए। आइए, उदाहरण के लिए, इस तरह सोचें: 'अगर मैं एक साँप होता तो मेरे लिए अच्छा होता: मैं खुद को गर्म करने के लिए धूप में रेंगता हुआ निकलता, और एक आदमी लाठी लेकर मेरी ओर दौड़ता और मेरे सरि पर मारता?' नहीं, यह अच्छा नहीं होगा।' अगर हम इस तरह सोचें, तो हम साँपों के लिए भी करुणा और प्रेम महसूस करने लगेंगे। यदि कोई व्यक्ति खुद को दूसरे लोगों की—और सरिफ लोगों की ही नहीं, बल्कि जानवरों और कीड़ों-मकोड़ों की भी—स्थिति में नहीं रखता, तो वह एक सच्चा इंसान नहीं बन सकता।

करुणा एक ऐसे शक्तिशाली प्रेम को छिपाती है जो सामान्य प्रेम से परे है। यदि आप किसी के प्रति करुणा महसूस करते हैं, तो आप उससे और भी गहराई से प्रेम करने लगते हैं। जब प्रेम करुणा के साथ होता है, तो आप अपने उस भाई को गले लगाते हैं जिस पर एक राक्षस सवार है, और राक्षस उससे चला जाता है। मजबूत प्रेम—आध्यात्मिक प्रेम, जिसमें करुणा होती है—ईश्वर की रचनाओं को पवित्र सांत्वना से तसल्ली देता है, राक्षसों की कतारों पर हावी हो जाता है, आत्मा को मुक्त करता है, और उस पर प्रवाहति मसीह के प्रेम के मरहम से उसके घावों को भर देता है।

एक आध्यात्मिक व्यक्ति करुणा का एक महान कार्य होता है। वे दूसरों के लिए करुणा में स्वयं को थका लेते हैं, प्रार्थना करते हैं, और सांत्वना देते हैं। और यद्यपि वे दूसरों के दुखों को स्वयं पर ले लेते हैं, वे हमेशा आनंद से भरपूर रहते हैं, क्योंकि मसीह उनके दर्द को दूर कर देते हैं और उन्हें आध्यात्मिक रूप से सांत्वना देते हैं।

¹⁴⁷ हमारे पवित्र और ईश्वर-वाहक पिता मार्क द एसेटिक द्वारा। आध्यात्मिक कानून पर 200 अध्याय। थेसालोनिकी, 1974। पृ. 21।

प्रेम प्रकट करता है

— गेरोन्डा, मैं प्यार कैसे दिखा सकता हूँ?

— प्यार दिखाना? मैं यह नहीं समझता। यह झूठ और पाखंड है। हमारे भीतर प्यार है, और क्या वह प्यार हमें प्रकट करता है? यह समझ में आता है। सच्चा प्यार किसी भव्य प्रदर्शन के बिना स्वयं को दूसरे व्यक्ति के सामने प्रकट करता है। प्यार का मतलब है किसी के दर्द को करुणा से सुनना। प्यार का मतलब है किसी पर संवेदनापूर्ण नज़र डालना और मुश्किल के समय में किसी से कहा गया एक शब्द। प्यार का मतलब है उनके दुख को साझा करना, कठिनाई के समय में उन्हें सांत्वना देना। प्यार का मतलब है उनसे एक कठोर शब्द स्वीकार करना। यह सब कई शब्दों और दिखावटी प्रदर्शनों से कहीं अधिक उपयोगी है।

¹⁴⁸जब आप अपने दिल में किसी दूसरे व्यक्ति के लिए करुणा महसूस करते हैं, तो ईश्वर उन्हें आपकी सद्भावना और आपके प्यार से अवगत कराता है, और वे इसे बिना किसी बाहरी प्रदर्शन के समझ जाते हैं। इसी तरह, द्वेष—भले ही वह बाहरी रूप से व्यक्त न हो, पर भीतर मौजूद हो—दूसरे व्यक्ति द्वारा महसूस कर लिया जाता है। क्योंकि शैतान भी, जब वह 'प्रकाश के स्वर्गदूत' के भेष में प्रकट होता है, तो वह भ्रम लाता है, जबकि एक सच्चा स्वर्गदूत एक अकथनीय, हल्का-फुल्का आनंद लाता है।

— गेरोन्डा, मुझे दूसरों के मेरे प्रतिप्रेम का संदेश प्राप्त करने से क्या रोक रहा है?

— शायद आपने अपने भीतर प्रेम का संवर्धन नहीं किया है? जो व्यक्ति प्रेम करता है, वह दूसरे के प्रेम का संदेश प्राप्त करता है, लेकिन वह अपना प्रेम भी दूसरे व्यक्ति तक पहुँचाता है।

एक व्यक्ति यह जान सकता है कि आप सचमुच उससे प्यार करते हैं या सिर्फ दिखावा कर रहे हैं, क्योंकि प्यार उन्हें तार की तरह तेज़ी से पहुँचता है। उदाहरण के लिए, अगर हम किसी बाल गृह में जाएँ, तो बच्चे तुरंत उस मनोभाव को महसूस कर लेंगे जिसके साथ हम आए हैं। एक बार, कुछ लोग मेरे सेल में आए थे जो एक बाल गृह स्थापित करना चाहते थे। "मुख्य बात यह है," मैंने उनसे कहा, "कई बच्चों की देखभाल ऐसे करो जैसे वे तुम्हारे अपने हों—और अपने बच्चों से भी अधिक। अगर ऐसा नहीं है, तो शुरू ही न करना बेहतर है।" फिर एक डॉक्टर, जो बहुत धर्मनिरपेक्ष व्यक्ति थे, ने कहा: "आप सही हैं, गेरोना। जब हम पहली बार बच्चों के घर गए थे, तो बच्चों ने तुरंत समझ लिया था कि हमें से प्रत्येक किस लिए आया था। "यह सज्जन," उन्होंने कहा, "बस यही मलिन आए हैं; यह हमारे साथ खेलने आया है; लेकिन यह सज्जन सचमुच हमसे प्यार करते हैं।" क्या आप देख रहे हैं कि प्रेम खुद को कैसे प्रकट करता है?

प्रेम दूरियों को पाट देता है

— गेरोन्डा, लोग दूर से एक-दूसरे के साथ आध्यात्मिक रूप से कैसे संवाद करते हैं?

— वे एक-दूसरे को वॉकी-टॉकी या मोर्स कोड का उपयोग करके संदेश भेजते हैं!...

— कैसे?

— लोगों को एक-दूसरे के साथ आध्यात्मिक रूप से संवाद करने के लिए, उनका तरंगदैर्घ्य एक समान होना चाहिए। वैज्ञानिक इसे समझ ही नहीं सकते। क्या आपको *द होली माउंटेन फादर्स* पुस्तक में सुनाई गई कहानी याद है?¹⁴⁹ एक बार, एक भिक्षु काप्साला में रहने वाले दूसरे भिक्षु से मिलने के लिए निकला और यह सोचने लगा कि उसके लिए क्या उपहार ले जाए। उसने दो मछलियाँ पकड़ीं और उन्हें साफ करने लगा, उपहार के रूप में देने की तैयारी करने लगा। इस बीच, दूसरे भिक्षु को अपने भाई के आने के बारे में ईश्वर से एक दिव्य ज्ञान प्राप्त हुआ और वह सोचने लगा: 'जब मेरा भाई आएगा तो मैं उसे क्या भेंट दूँ?' जैसे ही पहला भाई मछली साफ कर रहा था, एक कौवा अचानक उड़कर आया, एक मछली छीन ली और उसे

¹⁴⁸ 2 कुरनिथियों 11:14

¹⁴⁹ देखें माउंट अथोस के एल्डर पैसयिस। माउंट अथोस और अथोनाइट लेखन के फादर्स। थेसालोनिकी, 2005। पृ. 9-10।

कापसाला के दूसरे भिक्षु के पास ले गया, जो साढ़े पाँच घंटे की यात्रा थी। क्या आप समझ रहे हैं? एक व्यक्ति यह सोच रहा था कि दूसरे को कैसे खुश किया जाए, और कौवा बीच का माध्यम बन गया!

जब किसी व्यक्ति के पास प्रेम—मसीह—होता है, तो भले ही वह मूक हो, वह अरबों अलग-अलग लोगों, किसी भी उम्र के लोगों के साथ एक आम भाषा खोज लेगा, भले ही हर उम्र की अपनी संचार भाषा होती है। एक-दूसरे से प्रेम न करने वाले दो लोगों को बगल-बगल बठाएँ और उन्हें चुप रहने को कहें—और एक-दूसरे से प्रेम करने वालों को बगल-बगल बठाकर उन्हें भी चुप रहने को कहें। प्रत्येक समूह कैसा महसूस करेगा? पहला और दूसरा दोनों ही चुप रहेंगे। हालाँकि, दूसरा समूह, चुप रहने के बावजूद, संवाद कर रहा होगा, क्योंकि उनके बीच एक बंधन है। इसके विपरीत, पहला समूह संवाद करने में असमर्थ होगा, क्योंकि वे एक-दूसरे से अलग-थलग हैं। जब प्रेम नहीं होता, तो दो लोग भौतिक रूप से करीब होते हुए भी, एक-दूसरे से बहुत दूर रह सकते हैं।

— गेरोना, मुझे खेद है कि वह दनि आ गया है जब आपको एक बार फिर हमें छोड़कर दूर यात्रा करनी होगी।

— आध्यात्मिक जीवन में, 'दूर' या 'नजदीक' जैसी कोई चीज़ नहीं होती। मसीह का प्रेम दूरी से विभाजित नहीं होता, क्योंकि मसीह, अपने प्रेम के माध्यम से, दूरी को समाप्त कर देते हैं। परिणामस्वरूप, चाहे कोई व्यक्ति दूर हो या नजदीक, जब वे मसीह के करीब होते हैं और मसीह के प्रेम के भाईचारे के बंधन से दूसरे व्यक्ति से जुड़े होते हैं, तो वे हमेशा महसूस करते हैं कि वे पास ही हैं।

मैं परमेश्वर का धन्यवाद करता हूँ कि मुझमें इस प्रकार का प्रेम है—आध्यात्मिक, दैवीय—जिससे दूरियाँ मिट जाती हैं, और मैं इस जीवन में, दूरी के बावजूद, आप दोनों के साथ संवाद करता रहूँगा, और अगले जीवन में प्रवेश करने पर भी, भले ही दूरी बहुत अधिक होगी—क्योंकि वह भी बहुत कम होगी, क्योंकि हम प्रेम—मसीह—से एकजुट हैं।

अध्याय 3. सभी प्राणियों के प्रति प्रेम

पतन से पहले और बाद में जानवरों के साथ मनुष्य का संबंध

— गेरोना, कृपया मुझे क्रिसमस की शुभकामना दें।

— मैं कामना करता हूँ कि तुम चारागाह के पास खड़े उस छोटे से मेमने की तरह मसीह और परमेश्वर की माता के करीब रहो। मुझे लगता है कि उसे शकियत करने के लिए कुछ भी नहीं है, ठीक वैसे ही जैसे बैल और गधे, जो चारागाह में लेटे मसीह को अपनी शरीर की गर्मी से गर्म करते हैं... "उस बैल ने अपना स्वामी पहचान लिया, और गधे ने अपने स्वामी का त¹⁵⁰ — यशायाह नबी कहते हैं। जिसका अर्थ है: बैल अपने स्वामी को जानता है और गधा अपने स्वामी के त¹⁵¹ को जानता है। उन्होंने पहचान लिया कि त¹⁵² में कौन लेटा था और अपनी साँस से उन्हें गर्म किया! उन्होंने अपने सृष्टिकर्ता को पहचाना! और जहाँ तक उस छोटे गधे की बात है, उसके लिए मसीह को मसिर तक ले जाना कतिना सम्मान की बात थी! शासक सोने से सजे रथों पर सवार होते थे, लेकिन मसीह किस पर सवार हुए! काश मैं वह छोटा गधा होता!

स्वर्ग में, जानवरों ने अनुग्रह की सुगंध को महसूस किया और आदम को अपना शासक पहचाना।¹⁵¹ लेकिन मनुष्य के पतन के बाद, वे भी स्वर्ग से वंचित हो गए, हालाँकि उनकी खुद की कोई गलती नहीं थी।

¹⁵⁰ यशायाह 1:3

¹⁵¹ उत्पत्ति 1:28 देखें

अब वे आदम को अपना शासक नहीं मानते थे, बल्कि उस पर झपट पड़े, उसे टुकड़े-टुकड़े करने की कोशिश करने लगे, मानो कह रहे हों: 'तुम बुरे हो; तुम हमारे शासक नहीं हो।'

अब, जब मनुष्य, ईश्वर की आज्ञाओं का पालन करके, एक बार फिर ईश्वर के समीप आता है और द्रव्य अनुग्रह से पुनः परधानि होता है, तब वह उस अवस्था में लौट आता है जिसमें वह पतन से पहले था, तो पशु एक बार फिर उसे अपना स्वामी मान लेते हैं। वह जंगली जानवरों के बीच नडिर होकर चलता है, जो जंगली नहीं रहे, क्योंकि उनके स्वामी ने उन्हें पालतू बना लिया है।

पशु उस मनुष्य के प्रेम को महसूस करते हैं

— अब इसाक कहते हैं: "एक दयालु हृदय, सभी प्राणियों के लिए किसी व्यक्ति के हृदय का दहन है..."¹⁵²

— हाँ, यह बिल्कुल सही है: जानवरों और यहाँ तक कि शिकारियों के लिए भी एक जलता हुआ प्रेम। एक आध्यात्मिक व्यक्ति अपना प्रेम पहले ईश्वर को देता है, फिर लोगों को, और अपने प्रेम का शेष हिस्सा वह जानवरों और समस्त सृष्टि () को देता है। यह द्रव्य प्रेम जानवरों को छूता है। वे उस व्यक्ति को पहचान लेते हैं जो उनसे प्रेम करता है और उनके प्रति करुणा रखता है, और वे उस व्यक्ति के पास बनी किसी डर के आते हैं। जंगली जानवर भी उन पर प्रेम करने वाले व्यक्ति और उन्हें शिकार करने वाले शिकारी के बीच अंतर कर सकते हैं। वे शिकारी से छपिते हैं, लेकिन प्रेम करने वाले व्यक्ति के करीब आ जाते हैं। मैं पहले सोचता था कि यह साँपों पर लागू नहीं होता, क्योंकि साँप एकमात्र ऐसा जानवर है जिससे लोग प्रेम नहीं करते। हालाँकि, बाद में मुझे एहसास हुआ कि साँप भी एक व्यक्ति के प्रेम को महसूस करते हैं और उनके दोस्त बन सकते हैं। यदि कोई व्यक्ति खुद को साँप की जगह रखता है और उसके लिए करुणा महसूस करता है, तो साँप तुरंत इसे समझ जाता है और एक दोस्त की तरह व्यक्ति के पास आता है। ऐसा लगता है जैसे वह कह रहा हो: 'भगवान का शुक्र है, मुझे आखिरकार एक दोस्त मिला गया!'

— शायद यह सहज प्रवृत्ति का एक प्रकटीकरण है?

— ईश्वर ने जानवरों को वह सब कुछ दिया है जिसकी उन्हें जरूरत है; उन्होंने उन्हें अंतर्ज्ञान दिया है। पाप के पतन के बाद, मनुष्य ने अपना अलौकिक उपहार खो दिया, लेकिन उसने अपनी बुद्धि और तर्क की क्षमता को बनाए रखा। उदाहरण के लिए, लोग पीपल के पेड़ देखते हैं और महसूस करते हैं कि पास में कहीं पानी है; वे खोदते हैं और उसे ढूँढ़ लेते हैं। हालाँकि, जानवर इसे एक अलग तरीके से महसूस करते हैं; ऐसा लगता है मानो उनके पास किसी तरह का रडार हो। जब रेगिस्तान में एक ऊँट को पानी पीना होता है, तो वह अपने आप उस जगह की ओर दौड़ता है जहाँ पानी होता है, जबकि ऊँट वाला बस उसका पीछा करता है। ऐसा लगता है मानो ऊँट किसी तरह का संकेत पकड़ लेता है।

पशु मनुष्यों से मदद मांगते हैं

— जानवरों के लिए, एक इंसान भगवान के समान है। जैसे हम भगवान से मदद मांगते हैं, वैसे ही वे इंसानों से मदद मांगते हैं।

माउंट अथोस पर, मैंने सेंट बेसिल की स्केट के एल्डर थियोफिलैक्ट के बारे में सुना, जो जंगली जानवरों के दोस्त थे। वे उनके प्रेम को महसूस करते थे और जरूरत पड़ने पर उनकी कोठरी में आ जाते थे। एक अवसर पर, एक हरिण जिसका पैर टूट गया था, उसकी कोठरी की खड़ियों पर आया और दयनीय रूप से कराहने लगा। वह साधु अपनी कोठरी से बाहर निकला और उसने देखा कि वह अपना टूटा हुआ पैर उसकी ओर बढ़ा रही थी, मानो यह दिखाना चाहती हो कि किहाँ दर्द हो रहा है। उसने उसे ताकत देने के लिए कुछ रूखी रोटी दी, दो सप्लिटि लाए और दूगे हुए अंग को मजबूती से पट्टी बांध दी। फिर उन्होंने हरिण से कहा: 'अब शांति से जाओ, और एक सप्ताह बाद वापस आना; मैं देख लूँगा।' इस धन्य वृद्ध ने उस जानवर से वैसे

¹⁵² उद्धृत: अब्बा इसाक द सीरियन के तपस्वी कथन। मॉस्को, 1993। पृ. 205-206

ही बात की जैसे एक डॉक्टर एक बीमार व्यक्ति से बात करता है, क्योंकि विह स्वयं ईश्वर का पुरुष बन चुके थे!

— गेरोन्डा, मैं हैरान हूँ कि आदरणीय गेरासमोस उस शेर से नहीं डरे जो उनके पास उसके पंजे से काँटा निकालने के लिए आया था।¹⁵³

— आखिरकार, वह एक संत थे, और जब जानवर संकट में होते हैं तो वे कभी भी किसी व्यक्ति को नुकसान नहीं पहुँचाते। एक बार, कुछ मजदूर मेरे आश्रम के पास खच्चरों पर लकड़ी लादकर ले जा रहे थे। अचानक, उनमें से एक खच्चर गरि गया, और लकड़ी से लदी काठी उसके ऊपर गरि पड़ी। मैं अपनी हरनया और इस तथ्य को ही भूल गया कि मेरे लिए चलना भी मुश्किल था। मैं दौड़कर गया और खच्चर से लकड़ी उतारने लगा। मैंने काठी उठाने की कोशिश की — लेकिन मैं ऐसा कर नहीं सका। मैंने उस छोटे खच्चर को एक थप्पड़ मारा, लगाम खींची और उस जानवर को आजाद कर दिया। तभी, पास में ही एक भिक्षु चिल्लाया: 'देखो, तुम्हें हरनया है — इसे और खराब मत करो।' तब मुझे याद आया कि मुझे हरनया है। मैंने उससे कहा, "ठीक है, मुझे हरनया है, लेकिन तुम मेरी मदद करने के लिए क्यों नहीं भागे?" उसने जवाब दिया, "मुझे डर था कि गिधा मुझे लात मार देगा।" — "जानते हो, मेरे प्यारे, एक जानवर भी — एक भेड़िया भी — अगर वह मुश्किल में होता है, तो वह मदद माँगता है और किसी इंसान को नुकसान नहीं पहुँचा सकता।"

जब जानवर भूख या प्यास से पीड़ित होते हैं, तो वे फरि से मदद के लिए इंसानों की ओर मुड़ते हैं, क्योंकि इंसान उनके मालिक हैं। मुझे याद है कि एक बार गर्मियों में, सेल ऑफ द होली क्रॉस¹⁵⁴ में, एक वषिला साँप छत से जमीन पर सरककर मेरे सामने एक घेरा बनाकर लपिट गया। उसने अपना सरि ऊँचा किया, जीभ बाहर निकाली और फुफकारने लगी। वह प्यास से तड़प रही थी — बहुत गर्मी थी — और मुझे धमका रही थी। उसने पानी माँगा, जैसे कि मुझे उसे पानी देना ही था। "हाँ," मैंने उससे कहा, "ऐसा व्यवहार करने से लोग तुमसे प्यार नहीं करेंगे!" फरि मैंने उसके लिए कुछ पानी डाला, और उसने मन भरकर पिया। जहाँ तक सयारों की बात है, वे सचमुच मेरा दिल पघिला देते हैं, क्योंकि जब उन्हें खाना होता है, तो वे छोटे बच्चों की तरह रोते हैं। और जहाँ तक मेरे सेल में इस समय मौजूद बलिलियों के बच्चों की बात है¹⁵⁵, वे तो सचमुच बहुत शरारती हैं। उन्हें पता चल गया है कि हरि बार घंटी बजने पर मैं आँगन में जाता हूँ और कभी-कभी उनके लिए थोड़ा खाना ले आता हूँ। तो अब, जब उन्हें खाना होता है, वे रस्सी खींचते हैं, और घंटी बज उठती है। मैं बाहर जाता हूँ, देखता हूँ कि वे रस्सी खींच रहे हैं, और उन्हें खाना खिलाता हूँ। ईश्वर ने कतिनी अद्भुत व्यवस्था की है!

— गेरोन्डा, क्या जानवर आपके सेल में आते हैं?

— हाँ, बलिकुल आते हैं! सयार और जंगली सूअर आते हैं... कभी-कभी एक छोटी सयारनी दौड़ती हुई आती है। जब बलिलियाँ चली जाती हैं, तो सयारनी दौड़ती हुई आती है। आपको गर्मियों में कोई जंगली सूअर नहीं दखिता क्योंकि वे शिकारियों से डरते हैं; आपको केवल साँप ही दखिते हैं क्योंकि लोग उनसे डरते हैं।

पक्षी झुंड में उड़ते हैं: बड़े, छोटे। मैं उन्हें कुछ भीगे हुए सूखे बसिकुट देता हूँ, और वे उन्हें खा लेते हैं। मैं टर्की डलाइट से मेवे खासकर उन पक्षियों के लिए बचाकर रखता हूँ जो वसंत के आगमन का संकेत देते हैं। ये बेचारे छोटे पक्षी, सर्दियों से ही, जब जमीन पर अभी भी बर्फ पड़ी होती है, ऐसे गाते हैं मानो वसंत आ गया हो। एक शब्द में, वे सांत्वना लाते हैं। उन्हें उन मेवों से कतिनी मोहबूबत है!

— गेरोन्डा, क्या सनाई पर्वत पर कोई जानवर थे?

— सनाई पर्वत पर, चूंक यह एक रेगसितान है, वहाँ ज्यादातर जंगली जानवर और पक्षी थे। तीतर, बटेर — बलिकुल वही जो यहूदियों ने रेगसितान में खाए थे।¹⁵⁶ वहाँ सुंदर चूहे भी थे, जो छोटे कछुओं जैसे दखिते

¹⁵³ यॉर्डन के पूजनीय गेरासमिस के जीवन में वर्णित है कि एक शेर दरद से दहाड़ता हुआ उनके पास यॉर्डन के किनारे आया, क्योंकि उसके पंजे में एक बड़ा काँटा अटक गया था। आदरणीय संत ने उस जानवर पर दया की और उसके पंजे से काँटा निकाल दिया। तब से, वह शेर एक 'वफादार शिष्य' की तरह आदरणीय संत के पीछे चलने लगा। — *संकलनकर्ता का नोट।*

¹⁵⁴ 1968 और 1979 के बीच। — *संकलक की टिप्पणी।*

¹⁵⁵ यह पनागुडा के सेल का उल्लेख है। — *संकलक की टिप्पणी।*

¹⁵⁶ नरिगमन 16:13; गनिती 11:31-32 देखें।

थे, जनिकी पूँछ नहीं थी, और उनकी पीठ पर ब्रश जतिनी मोटी सूँडियाँ थीं! मैंने उन सभी को खाना खलाया – तीतरों, बटेरों और चूहों को! मैंने उनकी खादय सामग्री को अलग-अलग पट्टियों पर रखा ताकि वे आपस में झगड़ें नहीं! वरना, जैसे ही कोई पक्षी चोंच मारना शुरू करता, एक चूहा दौड़ता हुआ आ जाता, और वह पक्षी उड़ जाता।

मैं जहाँ भी जाता, पक्षी मेरा पीछा करते। जब मैं चट्टानों पर चढ़कर गाना शुरू करता, तो वे इकट्ठा हो जाते, और मैं उन्हें थोड़ा-सा चावल फेंक देता। अगर मुझे कुछ शांति चाहिए होती, तो मुझे गाना बंद करना पड़ता, क्योंकि जैसे ही मैं गाना शुरू करता, पक्षी झुंड में आ जाते! मुझे याद है कि एक बार मेरी पीठ में अचानक ऐंठन हो गई थी और मुझे कई दिन बसिटर पर ही बताने पड़े। एक छोटा सा पक्षी सीधे मेरे कोठरी में उड़कर आ गया और मेरी छाती पर बैठ गया। वह वहीं बैठकर, मुझे घूरता हुआ और बहुत ही खूबसूरती से, लगातार कई घंटे चहचहाता रहा। यह कतिना आश्चर्यजनक था!

आइए हम जानवरों से प्रेरणा लें

— यह गुनगुनाहट की आवाज़ क्या है, गेरोना?

— मधुमक्खियों का एक झुंड मेरी खड़िकी के बाहर आकर बैठ गया है,¹⁵⁷ और अब मधुमक्खियाँ इतनी मेहनत से काम कर रही हैं कि मुझे शाम को इस सारे शोर को सहना पड़ता है! चलो, मैं तुम्हें अपना मधुमक्खी-घर दिखाता हूँ। देखो, मधुमक्खियों के साथ सब कुछ वास्तुकला की दृष्टि से कतिना सोच-समझकर बनाया गया है, जबकि उनके पास न कोई वास्तुकार है और न ही कोई नरिमाणकर्ता! मैं कामना करता हूँ कि आप भी सही ढंग से, आध्यात्मिकी रूप से परिश्रम करें, और एक ऐसा आध्यात्मिकी छतृता बनाएं जो आध्यात्मिकी मधु दे, ताकि सामान्य लोग आकर खाएं और आध्यात्मिकी रूप से तरोताजा हो सकें।

— गेरोन्डा, भजन संहिताकार का क्या मतलब है जब वह कहता है: 'हे प्रभु, तू मनुष्य और पशु दोनों को बचाता है?'¹⁵⁸

— इसका मतलब है कि ईश्वर जानवरों की भी मदद करता है। जानवरों के कतिने संरक्षक संत हैं! और जहाँ तक जानवरों की बात है—उन गरीब प्राणियों को जो कुछ सहना पड़ता है! हम मनुष्य की सेवा में जो आज्ञाकारिता वे दिखाते हैं, उसे तो हम एक सप्ताह तक भी सहन नहीं कर सकते। अगर उन्हें खाना मलिता है, तो ठीक है; नहीं तो वे भूखे रहते हैं। अगर वे अपने मालिकी की बात नहीं मानते, तो उन्हें पीटा जाता है। और वे बिना किसी इनाम के कतिनी मेहनत करते हैं! हम तो बस एक 'हे प्रभु, दया करें' कहकर स्वर्ग प्राप्त कर सकते हैं। क्या यह पर्याप्त नहीं है? तो जानवरों ने लालच न करने, धैर्य और आज्ञाकारिता में हमसे बढ़कर हैं।

जानवरों और कीड़ों के जीवन का अवलोकन करें; यह लाभदायक है। मैं देखता हूँ कि चींटियाँ बिना किसी नेता के कतिनी मेहनत और लगन से काम करती हैं। कोई भी इंसान चींटियों जैसी सूझबूझ नहीं रखता। युवा चींटियाँ छोटी टहनियाँ और ढेर सारी बेकार चीजें चींटियों के ढेर में खींच ले जाती हैं क्योंकि उन्हें अभी पता नहीं होता कि क्या जरूरी है और क्या नहीं। वयस्क चींटियाँ उन्हें रोकती नहीं हैं, लेकिन बाद में ये सारी चीजें खुद ढेर से बाहर निकाल देती हैं। समय के साथ, छोटे चींटियाँ यह देखना शुरू कर देती हैं कि वयस्क चींटियाँ ढेर में क्या ला रही हैं, और वे सीख जाती हैं। अगर हम उनकी जगह होते, तो कहते: 'अरे, तुम, यहाँ आओ—यह क्या खींच रहे हो? चल, इसे तुरंत बाहर फेंक दो!'

ईश्वर ने जानवरों को इसलिए बनाया है ताकि वे मानव जातिकी सेवा करें, और मानव जाति उनसे सीख सके। एक व्यक्ति—यदि वह सच्चा इंसान है—तो हर चीज़ से लाभ उठाता है।

¹⁵⁷ बंद जालियों के दरारों से मधुमक्खियों का एक झुंड अंदर आ गया। मधुमक्खियों ने बंद जालियों और खड़िकी के शीशे के बीच की जगह में एक छतृता बना ली। एलडर पैसियों के यहाँ, यह खड़िकी हमेशा बंद रखी जाती थी और परदा खींच दिया जाता था। (वर्णन घटना जून 1993 में हेसकिंस्टरी में हुई थी)। — *संकलक की टपिपणी*।

¹⁵⁸ भजन संहिता 35:7

ओलेट — एक मेहनती पक्षी

— आपके पछिले पत्र के साथ, आपने मुझे स्वर्ग में जानवरों के साथ आदम को दर्शाता एक आइकन भेजा था। तो मैंने सोचा कि बदले में मैं आपको एक पक्षी की तस्वीर भेजूँ, जो मेरा सबसे करीबी दोस्त है, क्योंकि अगर मैंने आपको एक साँप की तस्वीर भेजी होती, तो मुझे लगता है कि आप डर जाते। मैंने उसका नाम ओलेट रखा है, जिसका अरबी में अर्थ 'बच्चा' है। ओलेट मेरी कोठरी से पाँच सौ मीटर दूर एक पहाड़ी पर रहता है।¹⁵⁹ हर दिन दोपहर को मैं उसके लिए कुछ नाश्ता और पेय ले जाता हूँ। जब मैं उसे खाना देता हूँ, तो वह बस थोड़ा सा लेता है और उड़ जाता है। मैं उसे वापस आने के लिए पुकारता हूँ, लेकिन वह उड़ जाता है; हालाँकि, वह जल्द ही लौट आता है, चुपके से मेरे पीछे से ऊपर आकर मेरी जैकेट के नीचे छपि जाता है। जब मैं नकिलता हूँ, तो वह लगभग सौ मीटर तक मेरा साथ देता है, और यह सुनिश्चित करने के लिए कि वह मेरे पीछे और न उड़े और थक न जाए, मैं उसका ध्यान भटकाने के लिए कुछ ब्रेड के टुकड़े फेंकता हूँ, जबकि मैं तेजी से आगे बढ़ता हूँ जब तक कि वह मुझे देखना बंद न कर दे।

हाल ही में, ओलेट ने अपनी सख्त दिनचर्या छोड़ दी है और सुख-भरा जीवन जीना चाहता है! वह न तो पिसा हुआ चावल खाता है और न ही पानी में भगोए हुए सूखे बसिकुट, केवल कीड़े खाता है; और तो और, वह चाहता है कि मैं उन्हें उसे... एक थाली में — मेरे हाथ की हथेली पर — परोसूँ — और वह उसी पर बैठकर खाता है। प्रगति!

आजकल मैं ओलेट की संगत का आनंद ले रहा हूँ। कोई कह सकता है: 'आप ओलेट के लिए अपवाद क्यों कर रहे हैं? आप दूसरे पक्षियों के साथ वैसा व्यवहार क्यों नहीं करते जैसा आप उसके साथ करते हैं?' मेरा जवाब यह है: जब मैं ओलेट को बुलाता हूँ, तो वह अपने दोस्तों, दूसरे पक्षियों के साथ उड़कर आता है; दूसरे तो तुरंत खाने पर टूट पड़ते हैं, जबकि ओलेट आज्ञाकारिता और प्यार से आता है। यहाँ तक कि जब वह भूखा होता है, तब भी वह मेरे साथ काफी देर तक बैठ सकता है; फिर मैं ही उसे खाने की याद दिलाता हूँ। अब मौसम ठंडा हो गया है और ओलेट के पास खाने के लिए भरपूर कीड़े-मकोड़े और कीड़ों के लारवा हैं, लेकिन फिर भी जब मैं उसे बुलाता हूँ तो वह उड़कर आ जाता है, भले ही वह पेट भर चुका हो—वह आज्ञाकारिता के कारण आता है। मैं इस समर्पण, स्नेही पक्षी के साथ दूसरों की तुलना में अधिक खुश कैसे नहीं हो सकता?

अक्सर, बहुत प्यार के कारण, मेरा मन करता है कि मैं ओलेटा को अपनी हथेली में कसकर पकड़ लूँ, लेकिन मुझे डर है कि कहीं मैं उस बंदरिया की तरह न हो जाऊँ जो अपने बच्चों को इतनी जोर से पकड़ लेती है कि अंत में, वे दम घुटकर मर जाते हैं। इसलिए मैं अपने दिल को रोक लेती हूँ और ओलेटा को दूर से ही देखकर आनंद लेती हूँ, ताकि उसे कोई नुकसान न पहुँचे।¹⁶⁰

एक बार मैं देर हो गया, और जब मैं पहाड़ी पर पहुँचा, तो ओलेटा पहले ही उड़ चुकी थी, क्योंकि उस दिन तेज हवा चल रही थी। मैंने खाना हमेशा वाली जगह पर छोड़ दिया और चली गई। अगले दिन मैं ओलेट को बहुत सुबह देखने गई, क्योंकि मुझे चिंता थी कि कोई बाज उसे खा गया होगा। जब ओलेट ने वह खाना देखा जो मैंने उसके लिए पछिली रात छोड़ा था, तो वह 'उस वचिर से ललचा गया', मेरे सेल की दशा में उड़ गया और रास्ते में आधे रास्ते पर मेरा इंतज़ार करने लगा।

जब उसने मुझे देखा, तो वह खुशी से बावरा हो गया। मैंने उसे खाना खिलाना शुरू किया, लेकिन उसे खाने से ज्यादा मेरी संगत की चाहत थी। मैं उसकी आत्म-नियंत्रण, प्रेम और कृतज्ञता से चकित हूँ। प्रार्थना करें कि मैं उसके गुणों का अनुकरण कर सकूँ।

¹⁵⁹ यह पवित्र क्रॉस के सेल का संदर्भ है। — संकलक की टिप्पणी।

¹⁶⁰ एल्डर पैसग्रेस का जानवरों के प्रति प्रेम कोई वक़्त लगाव नहीं था, बल्कि 'दियालु हृदय' की अभिव्यक्ति थी, जिसका प्रेम सभी प्राणियों पर बरसता था। — संकलक की टिप्पणी।

मुझे नहीं लगता कि मैंने आपको नरिश कया है; मैंने ओलेट की अनुमति लिए बना, कुछ भी छपाए बना आपको सब कुछ बता दिया है। मुझे उम्मीद है कि वह परेशान नहीं होगा, हालाँकि यह बात आपको छोड़कर कोई और कभी नहीं जान पाएगा... ओलेट और मेरी ओर से आपको एक गहरी प्रणाम।

मेरी कोठरी में केवल पक्षी ही नहीं, बल्कि वहाँ आने वाले सभी जानवर हैं — सियार, खरगोश, नेवले, कछुए, छपिकलियाँ, साँप, — मेरे प्रेम की प्रचुरता से पोषित होते हैं; जब वे पोषित होते हैं तो मैं भी पोषित होता हूँ, और सब मलिकर, 'जंगली जानवर और सारी भेड़-बकरियाँ, रेंगने वाले जीव और आकाश के पक्षी'¹⁶¹ 'आओ हम प्रभु की स्तुति, धन्यवाद और उपासना करें।'¹⁶²

भाग 3. उदारता और प्रेम

'जहाँ महानता है, वहाँ मौन और वनिम्रता होती है; इसलिए, वहाँ मसीह वशिराम करते हैं और मसीह का आशीर्वाद नविस करता है'

अध्याय 1. कुलीनता — ईश्वर की महानता

कुलीनता क्या है?

— गेरोना, महान लेंट के दौरान हमें किस बात पर विशेष ध्यान देना चाहिए?

— कुलीनता पर, आध्यात्मिक कुलीनता पर।

— क्या महा उपवास मुख्य रूप से पश्चाताप का समय नहीं है?

— कुलीनता, कुलीनता, ताकि हम मसीह के साथ एक हो सकें — इसके बिना, प्रगत असंभव है। अगर आप जानते कि कुलीनता क्या लाती है, तो आप इसे दिन-रात पाने के लिए प्रयासरत रहते, यहाँ तक कि सोना भी भूल जाते। यदि कोई व्यक्ति आध्यात्मिक कुलीनता की सावधानीपूर्वक जाँच करे, तो उसे उसमें छपी परमेश्वर की महानता मिलेगी!

— सज्जनता वास्तव में क्या है?

— आध्यात्मिक कुलीनता आध्यात्मिक उत्कृष्टता, आत्म-बलदान है। एक कुलीन आत्मा केवल स्वयं से अपेक्षा रखती है, दूसरों से नहीं। यह दूसरों के लिए अपना बलदान कर देती है, और किसी पुरस्कार की कामना नहीं करती। यह भूल जाती है कि वह क्या देती है, लेकिन जो कुछ भी उसे मलित है, उसे याद रखती है। उसमें प्रेम, वनिम्रता, सरलता, नस्वारिता, ईमानदारी... ये सभी गुण होते हैं। उसमें परम आनंद और आध्यात्मिक उल्लास, हर्षोल्लास भी होता है।

आध्यात्मिक कुलीनता में ईश्वर की कृपा नहिती होती है; यह, मैं कहूँ तो कैसे कहूँ, एक दिव्य गुण है। जहाँ कुलीनता होती है, वहाँ स्थिरता और वनिम्रता होती है; इसलिए, मसीह को वहाँ वशिराम मलित है और मसीह का आशीर्वाद वहाँ नविस करता है।

आध्यात्मिक कुलीनता ही आध्यात्मिक न्याय है।

— गेरोन्डा, क्या आध्यात्मिक कुलीनता आध्यात्मिक न्याय से श्रेष्ठ है?

¹⁶¹ भजन संहिता 148:10

¹⁶² शास्त्र के गीतों से; गीत 8.

— आध्यात्मिक कुलीनता में आध्यात्मिक न्याय समाहित है, और आध्यात्मिक न्याय में आध्यात्मिक कुलीनता समाहित है; या, कहें तो, कुलीनता स्वयं आध्यात्मिक न्याय है। इसलिए, जिस व्यक्ति में आध्यात्मिक कुलीनता होती है, उसके लिए कोई कानून नहीं है: 'धर्मनिरासी को कानून के बोझ तले दबे रहने की आवश्यकता नहीं।' ¹⁶³ ऐसा व्यक्ति किसी दूसरे की हत्या करने के बजाय स्वयं मारे जाने को प्राथमिकता देगा।

— जेरोंडा, जब मुझे कुछ करने के लिए कहा जाता है, तो मैं तुरंत यह सोचने लगता हूँ कि मेरे पास करने के लिए बहुत सारा काम है, और मैं बहाने बनाता हूँ।

— यदि कोई व्यक्ति कुलीनता प्राप्त कर लेता है, तो वह उन सभी पर काबू पा लेता है। वे शुष्क तर्क के आधार पर कार्य नहीं करते, क्योंकि कुलीनता तर्क से परे है। तुम हर चीज को मानवीय तर्क और सांसारिक न्याय के अनुसार व्यवस्थित करने की कोशिश करते हो। लेकिन आध्यात्मिक न्याय कहाँ है? क्या मैंने यह नहीं कहा कि कोई व्यक्ति जितना अधिक आध्यात्मिक रूप से उन्नत होता है, इस जीवन में उसके अधिकार उतने ही कम होते हैं, और एक आध्यात्मिक व्यक्ति केवल देता है और कभी अपने लिए कुछ भी माँगता नहीं?

— तो फिर सुसमाचार में ऐसा क्यों कहा गया है: 'जो कोई माँगता है, उसे मिलता है, और जो कोई खोजता है, वह पाता है?' ¹⁶⁴

— वह अलग बात है। यदि कोई व्यक्ति किसी दूसरे के लिए प्रेम के बजाय, अपने ही लिए ईश्वर से कुछ माँगता है, तो, एक बार फिर, वह केवल अपनी ही सुविधा की परवाह कर रहा है। क्योंकि यदि उदाहरण के लिए, कोई माँ अपने बच्चे के बीमारी से ठीक होने या परिवार में सब कुछ ठीक रहने के लिए ईश्वर से प्रार्थना करती है, तो वह यह अपने लिए नहीं, बल्कि अपने घर की भलाई के लिए माँग रही है। इसी तरह सुसमाचार में बताई गई कनान की स्त्री, ¹⁶⁵ ने अपने लिए कुछ नहीं माँगा। वह मसीह के पीछे दौड़ी और उनसे अपनी बेटी की मदद करने के लिए कहा, जो एक दानव के वश में थी। तब प्रेरितों ने मसीह के पास आकर उनसे कहा: 'इस स्त्री की वनिती मान लो, ताकि वह हमारे पीछे न दौड़े और न पुकारे।' परन्तु उन्होंने उनसे उत्तर दिया: 'मैं तो केवल इस्राएल के घराने की खोई हुई भेड़ों के पास भेजा गया था।' ¹⁶⁶ लेकिन उस कनानी स्त्री ने पुकारना और मदद की वनिती करना जारी रखा। तब मसीह मुड़े और उससे कहा: 'बच्चों की रोटी लेकर कुत्तों पर फेंक देना उचित नहीं है।' ¹⁶⁷ और उसने उनसे इस प्रकार उत्तर दिया: 'हाँ, प्रभु, परन्तु कुत्ते भी अपने मालिकों की मेज से गरिने वाले टुकड़े खाते हैं।' और फिर मसीह ने उससे कहा: 'इन शब्दों के कारण तुम्हारी बेटी चंगी हो गई है।' देखो उसकी आस्था, उसकी वनिम्वता, उसकी उदारता, उसकी आध्यात्मिक श्रेष्ठता! अगर वह स्वकेंद्रित, घमंडी महिला होती, तो वह मसीह से कहती: 'मैंने नहीं सोचा था कि आप मुझे कुत्ते से तुलना करेंगे।' तुमने मुझे नरिष कया है!" और वह गुस्से में उससे मुंह मोड़कर चली जाती! और उसका अंतरमन शांत रहता, यह मानकर कि उसने बलिकूल सही और न्यायसंगत काम कया है। हो सकता है उसने अपने आप से कहा भी हो: "मुझे समझ नहीं आता कि इतने सारे लोग वहाँ बैठकर उनकी बातें कैसे सुन सकते हैं!"

— गेरोना, क्या उसके विश्वास ने उसकी मदद की?

— उसके चरित्र की कुलीनता ने उसे ऐसा विश्वास प्राप्त करने में मदद की। वह हर तरह के घमंड से मुक्त थी और उसमें कोई दिखावा नहीं था। लेकिन उसकी एक अच्छी मंशा थी: 'चूंकि ईश्वर ने इस्राएल के

¹⁶³ 1 तीमु. 1:9.

¹⁶⁴ मत्ती 7:8; लूका 11:10.

¹⁶⁵ देखें मत्ती 15:21-28; मरकुस 7:24-30।

¹⁶⁶ मत्ती 15:24

¹⁶⁷ मत्ती 15:26

लोगों के बारे में ऐसा कहा है, तो ऐसा ही है; ईश्वर जानते हैं कवि क्या कह रहे हैं। और हम एक अलग लोगों से हैं।'

महानता कैसे प्राप्त होती है

— मैं चरित्र की गरिमा कैसे प्राप्त करूँ, जेरोन्डा?

— वनिमरता से व्यवहार करें, शुद्ध उत्साह और लगन के साथ काम करें, और सम्मान के प्रेम के साथ। आध्यात्मिक ग्रहणशीलता विकसित करें। दूसरों की ओर से होने वाली चढ़ि को शांतपूर्वक स्वीकार करें और इस बात की प्रसन्नता मनाएँ कि चढ़ि उन्हें हो रही है, आपको नहीं। क्योंकि कुछ लोग ऐसे होते हैं जिन्हें इस बात की परवाह नहीं होती कि वे दूसरों को परेशानी देते हैं; उन्हें केवल इस बात की परवाह होती है कि उन्हें स्वयं परेशानी न हो। ऐसे भी लोग हैं जो स्वयं दूसरों को परेशान नहीं करना चाहते, लेकिन यह भी नहीं चाहते कि कोई और उन्हें परेशान करे। फिर कुछ अन्य कहते हैं: 'मैं एक संवेदनशील व्यक्ति हूँ; मैं कोई कठोर शब्द सहन नहीं कर सकता,' फिर भी वे स्वयं दूसरों से कठोरता से बात करते हैं। यह किस प्रकार की संवेदनशीलता है? शुद्ध संवेदनशीलता में महानता होती है।

— यदि किसी व्यक्ति में कमियाँ हैं लेकिन वह कुलीनता प्राप्त करने का प्रयास करता है, तो क्या उसे लाभ होगा?

— उत्कृष्टता दोषों को दूर कर देगी।

— क्या आध्यात्मिक स्वतंत्रता का अर्थ है वासनाओं से मुक्ति?

— आध्यात्मिक स्वतंत्रता वह कुलीनता है जिसमें मैं तुम्हें प्राप्त करने के लिए कह रहा हूँ। और किसी व्यक्ति में कुलीनता होने के लिए, उसे नीच इच्छाओं, तुच्छता, कंजूसी, आदि से मुक्त होना चाहिए। तुच्छता और कंजूसी में ईश्वर नहीं है, क्योंकि ईश्वर स्वभाव से अच्छा है।

— गेरोन्डा, क्या पीड़ा से प्रेम करना सीखने के लिए भी व्यक्ति को अपनी कुलीनता पर काम करना चाहिए?

— आह, तुमने अभी तक यह नहीं समझा कि महानता का क्या मतलब है! महानता में साहस होता है, क्योंकि जब कोई व्यक्ति महानता रखता है, तो उसका दिल जीवित होता है। यह समझने के लिए कि महानता क्या है, मसीह को देखो। मसीह ने अपने लिए क्या लिया? कुछ भी नहीं। उन्होंने सब कुछ दे दिया। उन्होंने हम सभी के लिए खुद को बलिदान कर दिया—और ऐसा करना जारी रखा है। वह हमें अपना प्रेम देता है और हमारे पापों को स्वयं उठा लेता है। दूसरी ओर, हम प्रेम प्राप्त करना चाहते हैं। देखिए कि अच्छे माता-पिता कैसे व्यवहार करते हैं। वे लगातार अपने बच्चों के लिए स्वयं को बलिदान करते हैं, भले ही उनके बच्चे कभी-कभी उन्हें मार भी देते हैं। यह जानते हुए भी कि आगे क्या है, माता-पिता फिर भी अपने बच्चों के लिए स्वयं को बलिदान करते हैं। पशु और पक्षी भी ऐसा ही करते हैं। एक गौरैया अपने बच्चों का ख्याल रखती है, लेकिन जब बच्चे बड़े हो जाते हैं, तो वे भी अपने बच्चों का ख्याल रखते हैं। ईश्वर का उदार प्रेम इसी तरह काम करता है।

ऐसी उदार महानता के माध्यम से ही एक व्यक्ति ईश्वर के साथ एकता में प्रवेश करता है

— गेरोन्डा, कोई व्यक्ति ईश्वर के समान कैसे बनता है?

— मुख्य बात यह है कि एक व्यक्ति आध्यात्मिक कुलीनता प्राप्त करे। तब वे ईश्वर के समान हो जाते हैं।

— क्या ऐसा हो सकता है कि कोई बहन अपनी कोठरी में आध्यात्मिक अभ्यास करे, और फिर सामूहिक कार्य में भाग लेने की ताकत न रखे?

— कसि तरह का आध्यात्मिक अभ्यास?¹⁶⁸ दूसरों की कीमत पर? दूसरे शब्दों में, कोई और काम करे जबकि मैं आध्यात्मिक अभ्यास में लगा रहूँ? लेकिन यह एक आध्यात्मिक दृष्टिकोण नहीं है, खासकर एक युवा व्यक्ति के लिए। एक युवा व्यक्ति को यह सोचना चाहिए कि वह अपने बड़ों की मदद कैसे कर सकता है। बस कल्पना कीजिए: युवा व्यक्ति किंथति तौर पर आध्यात्मिक अभ्यास में लगा रहेगा, जबकि बुजुर्गों को सारा काम खुद करने के लिए संघर्ष करना पड़ेगा! उसमें त्याग कहाँ है? उसमें उदारता कहाँ है? क्या मुझे पढ़ना, प्रार्थना करना है, जबकि काम दूसरों पर छोड़ देना है? यह सब खोखली बातें हैं। कई लोगों ने अभी तक आध्यात्मिक जीवन के सार को नहीं समझा है। उन्होंने अभी तक उस उत्कृष्ट, उदार परिवर्तन का स्वाद नहीं चखा है; वे केवल अपने बारे में सोचते हैं।

ऐसे समय में ही किसी व्यक्ति की परीक्षा होती है। मुझे याद है जब मैं मठ में रहता था,¹⁶⁹ मुझे अपनी कोठरी में बसितर पर पड़े रहने के लिए कहा गया था, क्योंकि मुझे लगातार रक्तस्राव हो रहा था। अचानक, मैंने खड़की से देखा कि एक वृद्ध द्वारपाल चमिनी के लिए जलाने की लकड़ी बनाने के लिए कुल्हाड़ी से एक लट्ठी को चीरने की कोशिश कर रहा था। इस वृद्ध व्यक्ति को आंतों की समस्या थी और उससे लगातार खून बह रहा था; वह पूरी तरह से कमजोर हो गया था। कल्पना कीजिए, वह अपने जूतों में ही सो जाता था क्योंकि उसके पास उन्हें उतारने की ताकत नहीं थी। मैं झटके से उठी, उसके पास भागी, कुल्हाड़ी उठाई, ठूठ पर दो-तीन वार किए, उसे चीर दिया, और फिर मेरे मुँह से खून बहने लगा। क्या आप समझते हैं? मैंने अपनी हालत के बारे में सोचा भी नहीं; मैंने अपनी भलाई के बारे में एक पल के लिए भी नहीं सोचा।

आध्यात्मिक कुलीनता और उदारता! इससे अधिक कुछ भी ईश्वर को प्रसन्न नहीं करता! यह दैवीय अनुग्रह का पात्र है। यह सब कतिना सरल है, और फिर भी हम हर चीज़ को कतिना जटिल बना देते हैं! हर काम में आध्यात्मिक कुलीनता आवश्यक है। यदि कोई व्यक्ति यह नहीं समझता है, तो वह सप्ताह में तीन रात की प्रार्थना सभाओं में जा सकता है, महीने में तीन बार लगातार तीन दिनों तक सख्त उपवास कर सकता है, घंटों तक प्रार्थना कर सकता है, और शारीरिक पवित्रता का अभ्यास कर सकता है — और यह सब व्यर्थ होगा। मैं यह नहीं कह रहा कि यह सब अनावश्यक है, लेकिन मुख्य बात यह है कि एक व्यक्ति को सबसे महत्वपूर्ण चीज़ प्राप्त करने का प्रयास करना चाहिए—आध्यात्मिक कुलीनता, जो आत्मा की पवित्रता है। ताकि उनमें कोई स्वार्थ, स्व-इच्छा, स्वार्थपरता, या दूसरों को खुश करने की इच्छा आदि न हो, ताकि ईश्वर उनमें वास कर सकें। जब ये सभी चीज़ें अनुपस्थिति होती हैं, तो एक व्यक्ति में आत्मा की पवित्रता होती है; और इसलिए, भले ही वे प्रार्थना न करें, वे ईश्वर के समान, उनके साथ एकीकृत होते हैं।

केवल महान उदारता के माध्यम से ही एक व्यक्ति ईश्वर के साथ एकाकार होता है, ईश्वर के साथ एक ही तरंगदैर्घ्य पर काम करता है; अन्यथा, उनका रसिीवर किसी अलग स्टेशन पर ट्यून होता है। तो चलिए, आपके एरियल को नए से बदलने की कोशिश करते हैं... लंबवत एंटेना और क्षैतिज एंटेना होते हैं। लंबवत एंटेना अंदर की ओर मुड़े होते हैं और उनकी रसिीप्शन खराब होती है; वे आसानी से सिग्नल खो देते हैं! दूसरी ओर, क्षैतिज एंटेना, चौड़े होकर फैले होते हैं, इसलिए उनकी रेंज अधिक होती है और वे सबसे कमजोर तरंगों को भी पकड़ लेते हैं। मेरा आशय यह है कि जो कोई भी अपने ही भीतर मग्न रहता है, उसने स्वयं को अपने 'स्व' से मुक्त नहीं किया है; उसमें कोई उदार महानता नहीं है, और इसलिए न तो ईश्वर की कृपा है, और न ही उनके पास दिव्य ज्ञान है।

एक व्यक्ति या तो कुलीनता प्राप्त करेगा या दयनीयता में फँस जाएगा

— गेरोन्डा, मुझे ईर्ष्या होती है, मैं लोगों से झगड़ता हूँ और आम तौर पर अनुचित व्यवहार करता हूँ।

¹⁶⁸ आध्यात्मिक अभ्यास — वे गतिविधियाँ जिनमें एक भिक्षु अपनी कोठरी में संलग्न रहता है (माला जपते हुए प्रार्थना करना, प्रणाम करना, शक्तिप्रद पुस्तकें पढ़ना, आदि)। — *संकलक की टिप्पणी*।

¹⁶⁹ एल्डर पैसियोस 1953 से 1955 तक एस्फ़िमेन मठ में एक भिक्षु के रूप में रहे। — *संकलक की टिप्पणी*।

— तुममें आध्यात्मिक गरिमा की कमी है, और परिणामस्वरूप, झगड़े होते हैं। आध्यात्मिक गरिमा प्राप्त करने का प्रयास करो, ताकि उसके साथ ही तुममें सही नरिणय लेने की क्षमता भी आ जाए। अब मुझे बताइए, जब आपको अन्य बहनों की तरह मुझसे उपहार में एक छोटी प्रतमा नहीं मिली, तो आपके मन में क्या विचार आए, और जब आपको किसी अन्य अवसर पर एक बड़ी प्रतमा मिली तो आपने क्या सोचा? अब, मुझे एक आध्यात्मिक विवरण दो, और मैं देखूँगा कि क्या मैंने तुम्हारे लिए लकड़ी से एक छोटा माउंट अथोस तैयार कर अथोस से भेजने का फैसला करके सही काम किया। मैं पहले से ही मठों, चट्टानों, पैदल रास्तों और पगडंडियों के साथ एक बना रहा था... लगभग बीस सेंटीमीटर आकार का। वह आधा बन चुका था, लेकिन फिर उन लड़कों ने मुझसे उसे मांग लिया। उन्होंने मेरे आशीर्वाद के लिए इतनी वनिम्रता से नविदन किया कि मुझे उन्हें वह दे देना पड़ा।

— वे जरूर बहुत अच्छे लड़के रहे होंगे...

— अगर वे अच्छे लड़के होते, तो वे थोड़ी और उदारता दिखाते और इतनी ज़िद से इसकी मांग नहीं करते! मैंने उनसे कहा: 'पहले मुझे इसे पूरा करने दो; मैं तुम्हें आधा काम नहीं देने वाला हूँ।' वे मानने को तैयार नहीं थे, और ज़िद करने लगे: 'नहीं, जैसा है वैसा ही हमें दे दो! आप इसे पूरा करने की ज़िम्मेदारी क्यों उठाएँ?' समझ रहे हैं न? उन्होंने मेरी ज़िदगी आसान बनाने का फैसला कर लिया! ये किस तरह के लोग हैं! ज़रा सोचिए, एक आदमी तो मुझसे आशीर्वाद के तौर पर एक आँख ही माँग बैठा।

— सच में, गेरौन्डा?

— हाँ, सच में! एक आँख आशीर्वाद के रूप में! लगभग तीस साल का एक युवक अपनी दृष्टि खो चुका था और ऑपरेशन की तैयारी कर रहा था। वे उसे मेरी कोठरी में ले आए। मुझे उस पर बहुत तरस आया और मैंने उससे कहा: 'कृपया चिंता मत करो; अगर ऑपरेशन गलत हो जाता है, तो मैं तुम्हें अपनी आँख दे दूँगा।' जीने के लिए मेरे लिए एक आँख ही काफी है।' कुछ ही देर में वह बहुत खुश होकर वापस आया, क्योंकि ऑपरेशन सफल हो गया था: उसकी दोनों आँखों से बिल्कुल ठीक दिखाई दे रहा था। वह आया और मुझसे बोला, 'मैं आपसे एक आँख लेने आया हूँ।' मैंने कहा, 'लेकिन तुम तो देख सकते हो, है ना?' उसने जवाब दिया, 'नहीं, मुझे यह आशीर्वाद के रूप में चाहिए।' उस समय मुझे फिर से उसके लिए तरस आया, इस बार इसलिए क्योंकि मैंने उसमें उदारता या महानता का कोई निशान भी नहीं देखा! यह एक अलग तरह का दर्द है...

— जेरौन्डा, मैंने देखा है कि जब मुझे पता होता है कि लोग मेरी कोशिशों की सराहना करेंगे, तो मैं बहुत अधिक उत्साह के साथ काम करता हूँ।

— क्या तुम जानती हो कि इस समय तुम मुझे किसकी याद दिला रही हो? स्परिडिला नाम की एक गरीब सी लड़की। लोहार उसे फूँकनी फुलाने को कहता था, और वह उससे बार-बार कहता रहता था: 'फुलाती रहो, स्परिडिला, फुलाती रहो, और मैं तुम्हें एक नई पोशाक खरीद दूँगा।' और वह बेचारी अपने छोटे-छोटे हाथ उठाकर पूरी ताकत से फूँकनी भरती थी, क्योंकि उसे एक नई पोशाक का वादा किया गया था! समझीं? अगर तुमने चरित्र की महानता नहीं पाई, तो तुम बिल्कुल स्परिडिला जैसी हो जाओगी। या तो कोई व्यक्ति चरित्र की महानता प्राप्त करता है, या फिर दरिद्रता में डूब जाता है।

— मुझे ऐसा लगता है कि तुम मुझसे कम परवाह करते हो, जितना कि तुम दूसरी बहनों से करते हो।

— हालाँकि मैंने तुम्हें बहुत कुछ दिया है, यहाँ और माउंट अथोस पर रहते हुए भी, ऐसा लगता है कि तुम उसे थामने में नाकाम रहे हो। तुमने सब कुछ बर्बाद कर दिया है, और अब तुम एक ऐसी बेबस भखारी की तरह हो गई हो जसिने अपनी सारी जमा-पूँजी खो दी हो। मैं तुम्हारी कैसे मदद करूँ? मैं प्रार्थना करूँगी कि तुम जल्द ही मसीह में समृद्ध हो जाओ, अपनी जंग लगी बर्तन-भाँड़ वाली झोपड़ी छोड़ दो, और मसीह की राजकुमारी बन जाओ।

जब मैं उन लोगों को देखती हूँ जिनमें चरित्र की महानता होती है, तो मेरे मन में कोमलता जागृत होती है। ऐसे महान चरित्र वाला व्यक्ति अपनी इच्छा से मेरे हृदय में प्रवेश करता है—न तो वे मुझसे अनुमत मांगते

हैं, और न ही मैं उनसे—और वहीं वास करता है; वे हमेशा मेरे साथ, मेरे समीप रहते हैं, भले ही वे देह में कतिनी भी दूर क्यों न हों।

अध्याय 2. दयालुता — गहरी कृतज्ञता का प्रेम

प्यार करने वाले लोग महान आत्माएँ होते हैं

— गेरोना, 'ल्यूबोचेस्टी' क्या है?

— और शब्दकोश क्या कहता है? किसी भी अन्य भाषा में 'दयालुता का प्रेम' जैसी कोई अवधारणा नहीं है। यद्यपि यूनानियों में कुछ कमियाँ हैं, लेकिन उन्हें ईश्वर से दो उपहार मिले हैं: दयालुता का प्रेम और साहस; वे हर चीज़ को प्रसन्नचित्त होकर देखते हैं।

मेरी शब्दकोश में जो लिखा है, उसे सुनो। प्रेमशीलता अच्छाई का सार है, यह महान कृतज्ञता, सभी अच्छाई और वनिम्रता से उत्पन्न प्रेम है। यह एक वनिम्र व्यक्तिका शुद्ध प्रेम है जो अपने कार्यों में किसी भी प्रकार का व्यक्तित्व लाभ नहीं चाहता। उसका हृदय आध्यात्मिक परिष्कार, ग्रहणशीलता और ईश्वर तथा ईश्वर की प्रतीति, यानी मानव के प्रतिकृतज्ञता से भरा होता है।

प्रेम करने वाले लोग ईश्वर के प्रति अपनी कृतज्ञता से भीतर ही भीतर आँसुओं तक भावुक हो जाते हैं, जैसी वे ईश्वर की संतान के रूप में, हर संभव आध्यात्मिक तरीके से व्यक्त करते हैं। चूँकि वे स्तुतिके क्षेत्र में स्वर्ग में निवास करते हैं, इसलिए वे परीक्षाओं को भी खुशी से स्वीकार करते हैं। वे उनकी, ठीक वैसे ही महिमा करते हैं जैसे वे उनके आशीर्वादों की करते हैं, और लगातार ईश्वर का आशीर्वाद प्राप्त करते रहते हैं।

प्रेम करने वाले लोग महान आत्मा होते हैं। वे दूसरों द्वारा दिखाई गई थोड़ी सी दया से भी बहुत प्रभावित होते हैं और उसका बदला चुकाने का प्रयास करते हैं, फरि भी, वे जो कुछ भी करते हैं, उन्हें लगता है कि वह पर्याप्त नहीं है। वे अपने साथ की गई दया को कभी नहीं भूलते।

— क्या कोई जो अपने उपकारी से सच्चा प्रेम करता है, इस तरह यह प्रदर्शित करता है कि उसमें प्रेमपूर्ण हृदय है?

— जो अपने उपकारी से प्रेम करता है वह कुछ भी नहीं करता। लेकिन, दुर्भाग्य से, आज वह भी नहीं है; एक आभारी व्यक्ति मिलना दुर्लभ है। लोगों में पहले कतिनी कृतज्ञता हुआ करती थी! मेरे माता-पिता ने मुझे बताया कि अदाना में रहने वाले एक ऑस्ट्रियाई व्यवसायी ने मेरे पिता को तुरकों से बचाया था। बाद में, वह दवािलिया हो गया और उसे अदाना में और अधिक रहना अपमानजनक लगा, फरि भी वह ऑस्ट्रिया लौटना भी नहीं चाहता था। तब मेरे पिता, जो यह कभी नहीं भूले कि इस आदमी ने उसकी जान बचाई थी, उसे फारस में अपने घर ले आए और उसके बुढ़ापे में उसकी देखभाल की।

— क्या दान की कोई सीमा होती है, गेरोन्डा?

— नहीं, इसकी कोई सीमा नहीं है। यह एक नरितर, महान मूर्खता है... आध्यात्मिक मूर्खता!

— गेरोन्डा, क्या दान में वविक की आवश्यकता होती है?

— प्रेम में तर्क और संवेदनशीलता, और कुलीनता होती है... इसमें सब कुछ समाहित है... एक प्रेममय व्यक्ति भोला नहीं होता; उसे अपमानित किया जा सकता है, लेकिन मसीह उसके भीतर वास करते हैं, क्योंकि सबसे अधिक अपमानित मसीह ही हैं।

मसीह हमारे प्रेम की मेहनत में आनंदित होते हैं

— जेरोंडा, कृपया यह बताइए कि मुझे कैसे प्रयास करना चाहिए।

— साहस, बहादुरी और प्रेम! प्रेम से मसीह की सेवा करो। मसीह एक ऐसे आत्मा में चुपचाप और बर्ना दखावे के काम करते हैं जो सद्भावनापूर्ण हो, जिसमें वज्रिय की इच्छा हो और जो प्रेम से परंपूर्ण हो।

— जेरोंडा, प्रार्थना मुझे संतुष्ट क्यों नहीं करती, जबकि मैं अपने सभी मठ के कर्तव्यों को सटीकता से पूरा करने का ध्यान रखता हूँ?

— यह आपको कैसे संतुष्ट कर सकता है? आपको लीवर को दूसरी तरफ मोड़ने की ज़रूरत है। विचार करें कि आप अपने आध्यात्मिक जीवन का कतिना हिस्सा अपने मन से और कतिना अपने दिल से संचालित करते हैं; आप कसि हद तक यूरोपीय समय-पालन से और कसि हद तक ऑर्थोडॉक्स उत्साह से निर्देशित होते हैं। जैसा हम 'सुसंगतता' कहते हैं, उसके पीछे कभी-कभी हमारा स्वार्थ छिपा होता है, और यह हमसे सब कुछ छीन लेता है। मैं लगातार सुसंगत देखने का दिखावा करता हूँ ताकि दूसरे सोचें कि मुझमें सब कुछ ठीक है। फरि भी, मेरा आध्यात्मिक जीवन एक बड़ी गड़बड़ी में बदल जाता है। हर चीज़ में, प्रेम के साथ काम करना चाहिए, क्योंकि मसीह, परमेश्वर की माता और संत इसी तरंग पर काम करते हैं... प्रेम के बिना, दैवीय अनुग्रह नहीं आता।

— गेरोना, निरंतर संयम थका देने वाला है...

— जब स्वार्थ पनपता है तो यह थका देने वाला हो जाता है, क्योंकि तब व्यक्ति खुद को अस्वाभाविक रूप से मजबूर करता है। लेकिन जब प्रेम मौजूद होता है, तो यह कार्य हृदय से किया जाता है, और इसलिए यह थका नहीं देता, क्योंकि यह प्रेम से मीठा हो जाता है। मुझे लगता है कि आपको यह प्रयास कठिन लगता है क्योंकि आप कहते हैं: 'मुझे यह-वह करना चाहिए।' इस प्रकार, बिना आपके एहसास के, अनुशासन स्वार्थ के द्वार खोलता है: 'बचाए जाने के लिए करना।' किसी को बचाए जाने के लिए नहीं, बल्कि मसीह को आनंद देने के लिए प्रयास करना चाहिए। यदि आप मसीह को आनंद पहुँचाने के लिए परश्रम करते हैं, तो आपका आध्यात्मिक संघर्ष आसान होगा और आप अपने भीतर दिव्य सात्वना महसूस करेंगे। हालाँकि, वर्तमान में आपका संघर्ष कठोर है, और इसमें कोई सात्वना नहीं है। मसीह एक कोमल पति हैं, न कि एक तानाशाह। मसीह हमारे प्रेम-भरे आध्यात्मिक संघर्ष में आनंदित होते हैं।

जब कोई व्यक्ति ईश्वर के प्रति प्रेम से आध्यात्मिक रूप से प्रयास करता है, तो उसे एक आंतरिक आनंद का अनुभव होता है, क्योंकि ईश्वर उन्हें आध्यात्मिक आनंद प्रदान करते हैं। यह स्पष्ट है कि जो व्यक्ति ईश्वर से प्रेम करता है, वह कभी भी आराम और सुख के लिए प्रयास नहीं करता है। और भले ही ईश्वर उन्हें स्वर्ग न दें, वे नाराज़ नहीं होंगे, क्योंकि वे यह नहीं कहते: 'मैं स्वर्ग में पहुँचने, वहाँ सुखपूर्वक रहने और पाताल लोक में कष्ट न झेलने के लिए प्रयास करूँगा,' लेकिन वह प्रेम के लिए पाप नहीं करता, क्योंकि वह नर्क में नहीं जाना चाहता और अपने उपकारी, मसीह को दुखी नहीं करना चाहता। और यदि मसीह उससे कहें कि स्वर्ग में भी उसे यातनाएँ सहनी होंगी, तब भी वह मसीह की खातिर वहाँ जाना चाहेगा।

प्रेम का शत्रु आत्म-प्रेम है

— गेरोना, क्या ईश्वर से प्रेम करने वाला व्यक्ति हिमेशा आत्म-त्याग से विशेषतापूर्ण होता है?

— यदि उसमें दूसरों के लिए शुद्ध प्रेम है, तो उसमें त्याग भी है। किसी व्यक्ति के प्रेम में जितना कम उसका अपना 'स्व' होता है, उतना ही अधिक प्रेम वह दूसरों के लिए प्राप्त करता है। जहाँ आत्म-प्रेम है, वहाँ दूसरों के लिए प्रेम नहीं होता, क्योंकि दूसरों के प्रेम का शत्रु आत्म-प्रेम है।

— जेरोंडा, भले ही मैं काम करता हूँ—कभी-कभी दिन में बारह या तेरह घंटे, ज़रूरत पड़ने पर—और मैं लगन और प्यार से काम करता हूँ, फरि भी जब मुझसे कुछ ऐसा करने के लिए कहा जाता है जिसकी मैंने योजना नहीं बनाई होती है, तो मुझे गुस्सा आता है।

— उसे दूसरों के लिए प्रेम न कहो। जो व्यक्ति दूसरों से प्रेम करता है, वह मदद माँगे जाने पर आपत्ति नहीं करता और यह नहीं बताता कि वह कतिने घंटे काम करता है। जिस मठ में मैं रहता था, वहाँ जो कोई भी दूसरों से ज्यादा मेहनत करता था, वह इसे छिपाने की कोशिश करता था। एक भाई दो बोरी जैतून इकट्ठा

करता, फरि भी कहता कऽसने सरिफ एक टोकरी इकट्ठा की है और दूसरे भाई ने कई बोरियाँ इकट्ठा की हैं। प्रेम का यही मतलब है। लेकिन यहाँ सवाल यह है: 'जैतून कसिने इकट्ठा कए?' — 'मैने,' बहन तुरंत जवाब देती है। यह बेहतर होता अगर उसने उन्हें बलिकूल भी नहीं तोड़ा होता। अगर आप प्रशंसा पाने के लिए मठ आए हैं, तो मुझे आपके लिए अफसोस है।

— जब मुझे लगता है कि हिमें बहुत सारा काम करना है, तो मैं इधर-उधर भागने लगती हूँ और अभिभूत महसूस करती हूँ।

— अगर मैं तुम्हारी जगह होता, तो मैं खुद को दूसरी बहन के लिए भी काम करने के लिए मजबूर करता। जब मैं बढई का प्रशिक्षण ले रहा था, तो गुरुजी ने मेरे साथ एक और युवक को सहायक के रूप में रखा। वह मुझसे बड़ा और मजबूत था, लेकिन आलसी था। गुरुजी हमें काम देते, लेकिन वह बस हाथ पर हाथ धरे बैठता रहता। 'क्या? क्या मुझे मालिकी के लिए पैसे कमाने हैं?' वह वरिध करता, और कुछ नहीं करता। 'सुनो,' मैं उससे कहता, 'अगर तुम्हें सीखना है, तो जो कहा जाए, वैसा करो।' लेकिन कोई फायदा नहीं था, और मुझे हम दोनों का काम करना पड़ा। "कम से कम," मैं उससे कहता, "अगर तुम कुछ नहीं करने वाले हो तो वर्कबेंच पर बैठकर तख्तों को दबाओ, और मैं उनमें आरी से काट लूँगा; कम से कम हम तख्तों को वसि में कसने में समय बर्बाद नहीं करेंगे।" लेकिन मैं उतनी ही आसानी से यह भी कह सकता था: 'मैंने अपना काम कर लिया है; बाकी की मेरी चिंता नहीं।' तब मालिक आता और मेरे सहकर्मी को डाँटना शुरू कर देता: 'तुम्हारा काम कहाँ है? उसे देखो—वह तुमसे कमजोर है, फरि भी उसने इतना सारा काम कर लिया है।' क्या मुझे किसी और को डाँटते सुनकर अच्छा लगता? अगर मुझे तारीफ मलि और किसी और को डाँटा जाए, तो मेरा क्या भला होगा? अंत में, मेरे सहकर्मी ने अपने लिए चीजों को और भी खराब कर दिया, क्योंकि उसने कभी बढईगीरी का काम नहीं सीखा, और बाद में उसे रेती के बजाय कुदाल से काम करना पड़ा। जो व्यक्ति परिश्रमी होता है, वह जहाँ भी हो, सफल होगा, क्योंकि वह जो कुछ भी करता है, परिश्रम से करता है। लेकिन जो व्यक्ति ईश्वर द्वारा दिए गए परिश्रम को विकसित करने में वफिल रहता है, वह जो कुछ भी करता है, वह बस यथास्थिति में ही रहेगा।

पहले, हम गरीब जानवरों को देखते थे, जैसे कि एक बैल या घोड़ा: एक जोड़ी में, एक जानवर मेहनती और ईमानदार हो सकता था, जबकि दूसरा आलसी होता था, और मेहनती वाला आलसी वाले को खींचता था। और अंत में, आलसी वाला कसाई की कुल्हाड़ी के नीचे आ जाता था। क्या आप जानते हैं कि मुझे एक खास भैंस के लिए कतिनी दिया लगी थी! हमने तीन भैंसों को एक साथ जोता, और उनमें से एक—जो कोई खास ताकतवर नहीं थी—ने कतिनी मेहनत की, कतिनी जोर लगाई! वह बाकी दो को अपने पीछे खींचती रही। बेचारा तनाव से पसीने से लथपथ हो गया था। और अगर मसीह तब ऐसे किसी जानवर की ओर इशारा करके कहते: 'देखो, यह दूसरे दोनों को खींच रहा था, लेकिन तुमने क्या किया?' — तो हम क्या जवाब देते? आह, समुद्र,¹⁷⁰ अपने स्वयं के उद्धार के प्रश्न को दिल से लो। आखरिकार, तुम्हारे पास इतने सारे अवसर हैं!

प्रेम करने वालों का अंतकरण शुद्ध होता है, और ईश्वर उनकी मदद करते हैं

— गेरोन्डा, क्या ईश्वर से प्रेम करने वाला व्यक्ति स्वयं यह महसूस करता है?

— क्या तुममें यह गुण है? तुम इसे सचमुच महसूस कर सकते हो, मेरे प्रिय! एक व्यक्ति को मोटे तौर पर पता होता है कि वह कौन है; वह यह महसूस करता है क्योंकि उसे आंतरिक शांति और स्थिरता का अनुभव होता है। लेकिन प्रेम होने के बावजूद, कोई व्यक्ति घिमंड नहीं करता या यह नहीं कहता, 'मुझमें प्रेम है।' आखरिकार, 'मुझे और भी अधिक प्रेम की आवश्यकता है' यह विचार हमेशा उनके मन में बना रहता है।

एक प्रेममय व्यक्ति सच्चा, नस्वार्थ, सादा और वनिम्र होता है। यह सब उसे शांति देता है, लेकिन यह दूसरों के लिए भी स्पष्ट होता है, क्योंकि उसका दूसरों के साथ एक आंतरिक जुड़ाव होता है और वह

¹⁷⁰ लटिरल: एक शशि, एक सरल-स्वभाव वाला व्यक्ति (ग्रीक); बोलचाल की भाषा में वसिमयादबोधक के रूप में प्रयुक्त। — अनुवादक की टिप्पणी

उन्हें समझता है। और यदि आप उदास महसूस कर रहे हैं, लेकिन उन्हें दुखी करने से बचने के लिए, आप कहते हैं: 'मेरे साथ सब ठीक है,' वे समझ जाएंगे कि आप अस्वस्थ हैं और आपको परेशान न करने की कोशिश करेंगे। जबकि दूसरा व्यक्ति, भले ही वह देख सकता है कि आप थके हुए और अस्वस्थ महसूस कर रहे हैं, — क्योंकि वह चाहता है कि आप उस पर ध्यान दें — कहेगा: 'गेरोन्डा, आप पछिली बार की तुलना में आज बेहतर देख रहे हैं; मुझे लग रहा है कि आप पूरी तरह से ठीक हैं!' भले ही कुछ गंभीर चल रहा हो। दूसरी ओर, एक वनिमर व्यक्ति, भले ही उसे सच में किसी चीज की जरूरत हो, केवल इतना कहेगा: "गेरोन्डा, मैं आपको परेशान नहीं करूँगा; बस मुझे आशीर्वाद दे दें।" मैं ऐसे व्यक्ति को अपने पास लंबे समय तक रखता हूँ, और मैं भावुक होकर रो पड़ता हूँ। 'अब मैं चलता हूँ, गेरोन्डा; मुझे पता है कि आप थके हुए हैं,' वह कहता है। नसिंसदेह ईश्वर ऐसे व्यक्ति की मदद करेगा?

ऐसे लोग हैं जो दूसरों के प्रतिप्रेम से प्रेरित होकर, तुरंत समझ जाते हैं कि दूसरे के लिए क्या लाभदायक है और क्या सुखद है, एक अच्छे अर्थ में, क्योंकि वे लगातार अपने बारे में सोचने के बजाय दूसरों के बारे में सोचते रहते हैं। कुछ लोग, भले ही वे मुझे जानते नहीं हैं, पर वे भांप लेते हैं कि मुझे क्या चाहिए और बिल्कुल वही पारसल भेज देते हैं जिसकी मुझे उसी समय आवश्यकता होती है। ऐसे पारसल को देखकर, उस व्यक्ति की पूरी आंतरिक दुनिया को समझा जा सकता है। उनकी चेतना की पवित्रता हर वस्तु में झलकती है।

— गेरोन्डा, क्या कभी आपके सेल में ऐसे लोग आते हैं जो थोड़े लापरवाह और शरारती होते हैं?

— हाँ, लेकिन इसका लाभ उन ईमानदार लोगों को होता है—जो संकोच के कारण मुझे परेशान नहीं करना चाहते। कुछ दिनों पहले, एक परिवार का आदमी यहाँ आया था। मैं उससे पहले भी मिल चुका था, जब वह अकेले आता था और जब वह अपनी पत्नी और बच्चों के साथ आता था। फिर, तीन दिनों बाद, वह फिर से आया। उस समय मैं किसी से बात कर रहा था, जबकि एक युवती दरवाजे के बाहर इंतजार कर रही थी; वह एथेंस से विशेष रूप से एक ऐसी बात पर चर्चा करने के लिए आई थी जो उसे परेशान कर रही थी। उसने पूछा, 'क्या आप मुझे पादरी से पाँच मिनट के लिए बात करने नहीं देंगे?' और उस युवती ने उसे अपने से पहले अंदर जाने दिया। फिर उसे उस सज्जन के बाहर आने का डेढ़ घंटा इंतजार करना पड़ा, जिसने पाँच मिनट के लिए अंदर आने को कहा था... जब वह बाहर आया, तब तक उसे पहले ही हवाई अड्डे के लिए निकलना पड़ा, और उसने मुझसे बस इतना कहा: "मुझे आशीर्वाद दीजिए, गेरोना, मैं एथेंस से एक मामले पर आपकी सलाह लेने आई हूँ, लेकिन अब मेरे पास समय नहीं है। मैंने काम से छुट्टी ली है, और मुझे अपनी उड़ान पकड़ने के लिए हवाई अड्डे पर जाना है।" ऐसे व्यक्ति को कोई कैसे भूल सकता है! अंततः एक व्यक्ति को ईश्वर से मदद केवल आत्मा की उदारता से ही मिलती है।

— गेरोन्डा, जब एक प्रेमपूर्ण व्यक्ति कठिनी लोगों के बीच रहता है, तो क्या वह कष्ट नहीं सहता?

— बात यह है कि कठिनी लोगों के साथ अपने व्यवहार में अपने प्रेम को प्रदर्शित किया जाए। सुसमाचार कहता है: 'और यदि तुम केवल उन्हीं से प्रेम करते हो जो तुमसे प्रेम करते हैं, तो तुम्हें क्या श्रेय मिलेगा...' ¹⁷¹

प्रेम करने वाले और आध्यात्मिक रूप से ग्रहणशील लोग स्वेच्छा से कठिनाइयों को सहन करते हैं, क्योंकि वे दूसरों के प्रतिप्रेम के कारण उन्हें रियायतें देते हैं, या दूसरों की धूर्तता के कारण, लेकिन वे स्वयं इस क्षणभंगुर जीवन में कभी न्याय की मांग नहीं करते। इस जीवन में ईमानदार लोग अपने सभी ऋण चुका देते हैं, फिर भी उन्हें ईश्वर से सहायता मिलती है और आने वाले जीवन में उन्हें एक महान पुरस्कार प्राप्त होगा।

भाग 4। प्रेम और वनिम्रता की संतान

"केवल मसीह की उपस्थिति में ही एक व्यक्ति को सच्ची, वास्तविकी आनंद की प्राप्ति होती है क्योंकि केवल मसीह ही सच्चा आनंद और सात्वता देते हैं।"

अध्याय 1. सरलता और पवित्रता

सरलता — वनिम्रता का पहला फल

— वनिम्रता का पहला फल सरलता है। जब किसी व्यक्ति में सरलता होती है, तो उसके पास प्रेम, आत्म-बलदान, दया और धार्मिकता भी होती है। एक सरल व्यक्ति के पास हृदय की पवित्रता और बनि किसी संदेह के ईश्वर में अटूट विश्वास होता है। पतन से पहले आदम की अवस्था सादगी की थी, जब वह सभी को शुद्ध और द्वेष-रहित देखता था, क्योंकि वह ईश्वर की कृपा से सुसज्जित था।

— गेरोन्डा, जब लोग कहते हैं, 'सौंदर्य'¹⁷² की सादगी में है,' तो क्या वे द्रव्य अनुग्रह की बात कर रहे हैं?

— स्वाभाविक रूप से। एक सरल और सच्चा व्यक्ति, जिसमें वनिम्रता हो, वह ईश्वर की कृपा प्राप्त करता है, जो स्वभाव से सरल और अच्छा है।

— लेकिन क्या कोई व्यक्ति एक ही समय में घमंडी होते हुए भी सरल व्यवहार कर सकता है?

— वह संभव नहीं है। जिसके पास सच्ची सादगी होती है, उसमें अहंकार नहीं होता।

— क्या कोई व्यक्ति बाहरी रूप से एक सरल व्यक्ति होने का दिखावा कर सकता है, जबकि वास्तव में उसमें सच्ची सरलता नहीं है?

— हाँ, और अपनी बात मनवाने के लिए साधारण होने का दिखावा करना! कुछ हासिल करने के लिए साधारण होने का दिखावा करने वाले व्यक्ति की बाहरी सादगी धोखे के सबसे कच्चे रूप को छिपाती है। यह ऐसा है जैसे कोई बूढ़ा आदमी बच्चों के मोजे पहन ले ताकि दूसरे उसकी हर मनमानी पर अमल करें, मानो वह कोई छोटा बच्चा हो! जबकि एक वास्तव में सरल व्यक्ति में स्पष्टवादिता और वविक दोनों होते हैं।

सरलता और अभद्रता दो अलग-अलग चीजें हैं

— कभी-कभी मुझे लगता है कि मैं सादगी से काम कर रहा हूँ, जबकि दूसरे कहते हैं कि मैं बेबाकी से पेश आ रहा हूँ। गेरोन्डा, कोई व्यक्ति सादगी और बेबाकी में अंतर कैसे कर सकता है?

— सरलता और अभद्रता दो अलग-अलग चीजें हैं। अभद्रता एक व्यक्ति को सांसारिक रूप से सहज महसूस करने देती है। एक व्यक्ति अभद्र व्यवहार करता है और इस प्रकार अपनी स्वार्थपरता को पोषित करता है। वे कहते हैं: 'लो, मैंने उसे उसकी औकात दिखा दी।' इससे व्यक्ति को सांसारिक दृष्टि से संतुष्टि की भावना मिलती है, लेकिन उन्हें सच्ची शांति नहीं मिलती। जबकि सरलता आध्यात्मिक आनंद लाती है — यह हृदय में एक प्रकार की हल्कापन छोड़ जाती है।

— गेरोन्डा, लोग मुझसे कहते हैं कि मैं लापरवाही से व्यवहार करता हूँ, लेकिन मुझे अभी भी लगता है कि मैं सादगी से काम कर रहा हूँ।

¹⁷² ग्रीक में 'χαρις' शब्द के दो अर्थ हैं: 'कृपा' और 'सौंदर्य'; इसलिए, इस वाक्यांश का अनुवाद 'सरलता में कृपा' के रूप में भी किया जा सकता है। — अनुवादक की टिप्पणी

— सरलता से काम करने का मतलब मूर्खतापूर्ण व्यवहार करना नहीं है। आप इन दोनों चीजों को लेकर भ्रमति हैं। आप बना सोचे-समझे बोलते हैं और कल्पना करते हैं कि आप सादगी से काम कर रहे हैं। आप में थोड़ी स्वाभाविक सादगी तो है, लेकिन आपमें सही नरिणय लेने की क्षमता नहीं है; हालाँकि आप बुद्धि से बचते नहीं हैं, पर आप बच्चों की तरह व्यवहार करते हैं। सौभाग्य से, बहनें आपको अच्छी तरह जानती हैं और इससे वे वचिलति नहीं होती।

— क्या कोई व्यक्ति वास्तव में सरल हो सकता है, फरि भी अपने व्यवहार से दूसरों को शर्मदा कर सकता है?

— अगर कोई व्यक्ति सिचमुच सरल है, तो भले ही वे कुछ ऐसा कहें या करें जो थोड़ा अनुचित लगे, दूसरे परेशान नहीं होते, क्योंकि एक सरल व्यक्ति के भीतर ईश्वर की कृपा नविस करती है और उनके कार्य दूसरों को आहत नहीं करते। जबकि जो व्यक्ति सरलता से वंचित होता है, भले ही वह सांसारिक शष्टिाचार से बात करे, उसकी शष्टिता आपके लिए कड़वी मूली से भी बदतर होती है।

बच्चों की तरह बनो¹⁷³

— गेरोंडा, स्वाभाविक सरलता वास्तव में क्या है?

— स्वाभाविक सरलता वह सरलता है जो एक छोटे बच्चे में होती है। जब कोई बच्चा बदतमीजी करता है, तो आप उसे डाँटते हैं, और वह रो पड़ता है। यदि आप फरि उसे एक खलौना कार देते हैं, तो वह सब कुछ भूल जाता है। वे यह तर्क नहीं देते कि उन्हें पहले डाँटा क्यों गया और फरि खलौना कार क्यों दी गई, क्योंकि एक बच्चा सब कुछ दिल से समझता है, जबकि एक वयस्क सब कुछ दमिग से समझता है।

— जेरोंडा, ऐसे वयस्क भी हैं जो स्वभाव से सरल हैं। क्या ऐसी सरलता एक सदगुण है?

— हाँ, लेकिन प्राकृतिक सादगी को, अन्य सभी प्राकृतिक सदगुणों की तरह, शुद्ध करने की आवश्यकता होती है। प्राकृतिक सरल व्यक्ति सौम्य और दयालु होता है, फरि भी उसमें बचकाना चालाकीपन भी होता है। उदाहरण के लिए, वे अपने पड़ोसी के प्रति कोई बुराई नहीं पाल सकते, लेकिन अगर उन्हें किसी बुरी चीज और किसी अच्छी चीज में से चुनना हो, तो वे अच्छी चीज अपने लिए ले लेंगे और बुरी चीज दूसरे के लिए छोड़ देंगे। ऐसा व्यक्ति उस सोने की तरह है जिसमें थोड़ी-बहुत अशुद्धियाँ हों। सोने को शुद्ध करने के लिए, उसे एक भट्ठी में दोबारा पघिलाना पड़ता है। यानी, उसका हृदय सभी चालाकी, स्वार्थ और इसी तरह की चीजों से शुद्ध होना चाहिए; तभी वह पूर्ण सादगी की अवस्था प्राप्त कर सकेगा।

सच्चे मसीह-सदृश प्रेम में, जो सादगी और शुद्धता की एक अवस्था है, एक बाल-सुलभ सादगी वकिसति होती है—वही गुण जिससे मसीह हमें वकिसति करने के लिए कहते हैं। वे कहते हैं, 'छोटे बच्चों के समान बनो।' लेकिन हमारे समय में, लोगों में जतिनी अधिक सांसारिक शष्टिता होती है, उनमें उतनी ही कम सादगी रहती है; सच्ची खुशी और स्वाभाविक मुस्कान दनि-ब-दनि दुर्लभ होती जा रही हैं।

मुझे याद है कि आइवर्सकी स्केट में एक एल्डर थे—पाचोमयिस। चाहे कोई भी दुख आपको अभिभूत कर रहा हो, बस उन्हें देखना ही काफी था कि दुख अपने आप ही दूर हो जाता था। उन्हें देखकर, आप तुरंत सब कुछ—अपनी सभी समस्याएँ—भूल जाते थे और सब कुछ बीत जाता था। वे एक वरष्टि थे, फरि भी वे एक बच्चे की तरह दखिते थे। उनके गाल गुलाबी थे, और वे एक बच्चे की तरह हँसते थे! जो कुछ भी हो रहा हो, वे हँसते थे। एक नरितर उत्सव! वह न तो पढ़ सकते थे और न ही लिख सकते थे, और न ही वे गा सकते थे, सवाय ईस्टर पर 'मसीह जी उठे हैं' गाने के। जब वे पर्व के दनिों में स्केट के करियिकून में आते थे,¹⁷⁴ तो वे कभी स्टैसडिया में नहीं बैठते थे; वे हमेशा खड़े रहते थे, यहां तक कि पूरी रात की प्रार्थना के दौरान भी, और यीशु प्रार्थना का जाप करते थे। वह ईश्वर से बहुत प्रेम करने वाले एक साहसी व्यक्ति थे। यदि कोई उनसे

¹⁷³ तुलना करें मत्ती 18:3

¹⁷⁴ स्केट का मुख्य चर्च, जहाँ रविवार और प्रमुख पर्वों के दनिों में स्केट के नविसियों के लिए प्रार्थना सभाएँ आयोजित की जाती हैं। — संकलक की टिपिणी

पूछता, 'फादर पाचोमयिस, वे अभी क्या गा रहे हैं?', तो वे उत्तर देते, 'भजन संहति; संतगण भजन संहति पढ़ रहे हैं।' वे हर चीज़ को भजन संहति ही कहते थे।

वह एक बहुत ही सरल एल्डर और बहुत ही अनुग्रह-पूर्ण व्यक्ति थे। वह वासनाओं से मुक्त थे; वह द्वेष रहित एक बच्चे की तरह थे। यदि कोई व्यक्ति कम उम्र से ही बचकाने स्वार्थ, बचकाने अहंकार और जदि से खुद को मुक्त नहीं करता है, और ऐसी ही शिशु जैसी अवस्था में बना रहता है, तो बुढ़ापे में उन्हें भी एक छोटे बच्चे जैसी ही शिकायतें होंगी। इसीलिए प्रेरित पौलुस कहते हैं: 'मन में बालक न बनो, पर नरिदोषता में शिशु बनो।' ¹⁷⁵

एक सरल व्यक्ति के इरादे हमेशा अच्छे होते हैं

— एक सरल व्यक्ति विशेष और कपट से मुक्त होता है। वह बुरे और कुरूप चीज़ों को भी कुछ अच्छे में बदल देता है। वह हमेशा दूसरों के बारे में अच्छे विचार रखता है। वह भोला-भाला नहीं होता; वह बस इस बात पर आश्वस्त होता है कि दूसरे भी उसी तरह तर्क करते हैं जैसे वह करता है।

— गेरोना, क्या आप हमें एक उदाहरण दे सकते हैं?

— क्या मैंने आपको फादर चरालाम्पियोस के बारे में नहीं बताया, जो कभी कुटुलमुश मठ में रहते थे? ¹⁷⁶ वह पुस्तकालय अध्यक्ष थे, लेकिन उन्हें उस पद से हटा दिया गया क्योंकि वह पुस्तकालय के दरवाज़े कभी नहीं बंद करते थे। 'आपको इन सभी तालों और चाबियों की क्या ज़रूरत है?' वह कहते थे। 'लोगों को कतिबे स्वतंत्र रूप से पढ़ने दो।' उनकी आत्मा में इतनी सादगी और पवित्रता थी कि उनके मन में यह बात कभी आई भी नहीं कि कुछ लोग कतिबे चुराते हैं।"

एक साधारण व्यक्ति, क्योंकि वह सभी के प्रति शुभ विचार रखता है और हर किसी में अच्छाई देखता है। मुझे एक अन्य वरिष्ठ, डायोनसिएट मठ के फादर थियोक्टेस्ट याद आते हैं — वे कतिने साधारण व्यक्ति थे! एक बार वह कैरीज़ के मठ के घर में एक अन्य भिक्षु के साथ रात रुकने गया था। आधी रात को किसी ने दरवाज़ा खटखटाया, और फादर थियोक्टेस्ट उसे खोलने दौड़े। "चलो," भिक्षु ने कहा, "इसे मत खोलो; देर हो गई है, अब आराम करने का समय है।" — "आपको कैसे पता, फादर, कि कौन है? हो सकता है कि मिसीह हों! हमें इसे खोलना ही चाहिए।" और वह जाकर दरवाज़ा खोलने लगा। देखिए, एक सरल व्यक्ति के मन में हमेशा अच्छे विचार होते हैं, और वह हमेशा केवल अच्छी चीज़ों की ही उम्मीद करता है।

जब आप सरल होते हैं, तो आप सहज महसूस करते हैं

— गेरोना, मुझे लगता है कि सादगी तब होती है जब कोई व्यक्ति जैसा महसूस करता है वैसा ही करता है। क्या यह सही है?

— यह इस बात पर निर्भर करता है कि वे कहाँ रहते हैं। सरलता से काम करने के लिए, एक व्यक्ति को सही माहौल मिलना चाहिए। दुनिया में, खासकर आधुनिक दुनिया में, किसी को सावधानी से काम करना चाहिए। लेकिन एक मठ या परिवार के भीतर, किसी को सरलता से जीना चाहिए। जब लोगों के बीच संबंधों में सरलता या विश्वास नहीं होता तो यह बहुत थका देने वाला होता है! फिर, किसी से कुछ भी कहने के लिए, आपको एक प्रस्तावना, एक उपसंहार, और स्पष्टीकरणों की आवश्यकता होती है।.. इस तरह जीवन एक यातना बन जाता है। लेकिन जब सादगी होती है, तो आप किसी से कह सकते हैं, 'बैठ जाओ'—और वे बैठ जाएँगे, या 'मुझे अभी आपकी ज़रूरत नहीं है, चले जाओ'—और वे चले जाएँगे, और आपको यह डर नहीं होगा कि वे आपको गलत समझेंगे। जब सादगी होती है, तो आप सहज महसूस करते हैं; जब नहीं होती, तो आप बोझिल महसूस करते हैं।

¹⁷⁵ 1 कुरिन्थियों 14:20

¹⁷⁶ देखें माउंट अथोस के एल्डर पैसियोस। फादर ऑफ माउंट अथोस और अथोस राइटिंग्स। थेसालोनिकी, 2005। पृ. 10-11।

— जेरोंडा, 'तूफ़ान से मुक्त होने के लिए अपने जीवन में स्वतंत्रता प्राप्त करना' का क्या मतलब है?¹⁷⁷

— दूसरों के साथ अपने व्यवहार में सादगी अपनाएँ, ताकि आप वचारों से अभिभूत न हों और आपके मन में भ्रम न उत्पन्न हो। जब कोई व्यक्ति बस वही व्यक्ति करता है जो वह महसूस करता है, तो वह स्वयं को मुक्त महसूस करता है और दूसरों के लिए जीवन को आसान बनाता है।

एक बार मैं एक दोस्त की कार से एथेंस जा रहा था; हमारे साथ एक और व्यक्ति था। मुझे कार में यात्रा करना काफी थकाऊ लगता है, इसलिए ड्राइवर ने खड़की खोल दी। थोड़ी ठंड थी। मैंने दूसरों से पूछा, 'तुम्हें ठंड नहीं लग रही?' उन्होंने जवाब दिया, 'नहीं, नहीं।' लेकिन कुछ देर बाद, मैंने देखा कि मेरा साथी सवारी ठंड से कांप रहा था और अपनी जैकेट के बटन बंद कर रहा था। तो मैंने कहा, 'अगर आप नहीं चाहते कि आप में से कोई बीमार पड़े, तो जब आपको ठंड लगे तो बोलिए, और अगर मुझे अचानक तबीयत खराब लगने लगे तो मैं कुछ कहूँगा।' और इस तरह हम में से कोई भी संकोच में नहीं पड़ा। लेकिन अगर मैं अस्वस्थ महसूस कर रहा होता और चुप रहता, या अगर कोई और कांप रहा होता और वह भी चुप रहता, तो हम में से कोई एक निश्चिंता रूप से एथेंस पहुँचते-पहुँचते बीमार हो जाता। तुम्हें भी एक-दूसरे से सरलता से बात करनी चाहिए। वरना, तुम यह सोचकर लगातार चिंतित रहोगे कि किहीं तुमने किसी को नाराज़ या दुखी तो नहीं कर दिया। जब ऐसा होता है, तो व्यक्ति लगातार चिंतित रहता है, बेचैन महसूस करता है और अस्वाभाविक व्यवहार करने लगता है।

— गेरोना, दूसरों के सामने मैं सबसे सरल काम भी नहीं कर पाता। क्या यह शर्म है या अहंकार?

— कभी-कभी ईश्वर किसी व्यक्ति को बुरेक के रूप में अत्यधिक शर्मीलापन देता है, ताकि उसके साथ कुछ भी बुरा न हो। आखिर, कौन जाने कि अगर किसी व्यक्ति में यह शर्मीलापन न हो तो वह सही रास्ते से कितना भटक जाए! हालाँकि, आपको थोड़ा और सचेत रहने और खुद को पूरी तरह से ईश्वर की इच्छा के हवाले कर देने की ज़रूरत है। अपने आपको रोकने और खुद को सताने की कोई ज़रूरत नहीं है, क्योंकि इस मानवीय संकोच में कुछ न कुछ स्वार्थ तो होता ही है। मुझसे देखो – मैं बिना कोई कोशिश किए, स्वाभाविक रूप से व्यवहार करता हूँ। कभी मैं दादाजी जैसा, कभी पिता जैसा, कभी बड़े भाई जैसा, और कभी बच्चे जैसा व्यवहार करता हूँ। है ना?

— मैं लगातार इस बात की चिंता करता रहता हूँ कि लोग मेरे कहे पर कैसी प्रतिक्रिया देंगे, और मुझे डर है कि वे मुझे गलत समझ सकते हैं।

— आप सरलता की कमी के कारण अलग-थलग हो जाते हैं। आध्यात्मिक रूप से उन्नत करने के लिए हृदय की सरलता विकसित करने का प्रयास करें। लोगों द्वारा कही गई बातों को बस स्वीकार कर लें और ईश्वर की सहायता से सुधारने का प्रयास करें। उदाहरण के लिए, कोई आपसे कह सकता है कि आपने जल्दबाजी में काम किया है। अगली बार, ऐसी ही किसी स्थिति में, आपको सोचना चाहिए: 'तब मुझे बताया गया था कि मैंने लापरवाही से काम किया; अब मुझे समझदारी से काम करने की कोशिश करनी चाहिए।' इस तरह, आप धीरे-धीरे अनुभव प्राप्त करेंगे, अपने व्यवहार को सुधारेंगे, विकसित होंगे और आध्यात्मिक प्रगतिक्रेंगे। इस तरह, दूसरे व्यक्ति को मार्गदर्शन मिलाता है, और आपको भी, और आप अपने आत्मा में शांति महसूस करते हैं।

सरलता, प्रेम और ईश्वर में विश्वास के गुण के साथ मलिकर, आंतरिक शांति और आनंद लाती है, और आत्मा आशा और सांत्वना से भर जाती है।

पवित्र सादगी के माध्यम से, एक व्यक्ति ईश्वर के रहस्यों को जान पाता है

— गेरोना, क्या कतिबे पढ़ना और ज्ञान ईश्वर को जानने में मदद करते हैं?

¹⁷⁷ उद्धृत: अब्राहम इसाक द सीरयिन के तपस्वी कथन। मॉस्को, 1993। पृ. 279.

— मैं जो कहने जा रहा हूँ उसे सुनो: यदकि कोई व्यक्ती आध्यात्मिक रूप से परशिरम करता है और एक सुदृढ़ आध्यात्मिक स्थिति प्राप्त करता है, तो वे द्रव्य प्रबोधन के माध्यम से, कतिबी ज्ञान के बनिा, कुछ चीजों को बहुत स्पष्ट रूप से देखने लगेंगे। वे उन्हें उन लोगों से भी अधिक स्पष्ट रूप से देखेंगे जिन्होंने बहुत सारी कतिबें पढ़ी हैं। अपनी आंतरिक पवित्रता के माध्यम से, वे अधिक स्पष्ट रूप से, और भी आगे और अधिक गहराई से देखते हैं, क्योंकि उन्होंने सांसारिक कक्षा को छोड़ दिया है और रहस्य के क्षेत्र में, एक आध्यात्मिक कक्षा में चल रहे हैं। जो लोग आंतरिक सरलता और पवित्रता प्राप्त कर चुके हैं, वे अलौकिक चीजों को भी बहुत सरलता से देखते हैं, जैसे कि वे प्राकृतिक हों, क्योंकि ईश्वर में सब कुछ सरल है। वह स्वयं सरल है और उन्होंने इसे पृथ्वी पर अपने पुत्र में, अपनी पवित्र सरलता में, हम पर प्रकट किया। उन्हें अलौकिक कार्य करने के लिए किसी बड़ी शक्त की आवश्यकता नहीं है; क्योंकि प्राकृतिक और अलौकिक दोनों के लिए, उनके पास एक ही शक्ति है।

— गेरौना, कोई व्यक्ती बिना कई कतिबें पढ़े, ईश्वर के रहस्यों को कैसे जान सकता है?

— यदकिसी के पास पवित्र सरलता हो, तो वह न केवल जान सकता है, बल्कि ईश्वर के रहस्यों में सहभागी भी हो सकता है। क्या आपको उस बहुत ही सरल भिक्षु की कहानी याद है जिसने मसीह के साथ भोजन करने का सौभाग्य मिला था? भिक्षु बनने से पहले, वह एक चरवाहा था, और उसे केवल इस बात में रुचि थी कि वह कैसे उद्धार पा सकता है। एक दिन, एक तपस्वी उन इलाकों से गुजर रहा था और उसने उससे कहा, 'यदतिम मोक्ष पाना चाहते हो, तो सीधे रास्ते पर चलो।' चरवाहे ने उसकी बात को सचमुच ले लिया। वह सड़क पर चल पड़ा और तीन दिन तक सीधा चलता रहा, जब तक कि वह एक मठ के द्वार पर नहीं पहुँच गया। मठ के मठाधीश ने, उस गड़रिय के मोक्ष के प्रति उत्साह को देखकर, तुरंत ही उसे भिक्षु की दीक्षा दे दी और चर्च में सेवा करने का काम सौंप दिया। एक दिन, जब वह चर्च की सफाई कर रहा था, मठाधीश वहाँ से गुजरे और उन्होंने उसे उसके काम के बारे में कुछ नरिदेश दिए। नरिदेशों को सुनने के बाद, भिक्षु ने सूली पर चढ़ाए गए प्रभु की मूर्त की ओर इशारा करते हुए, आचार्य से पूछा: "पतिजी, वह ऊपर कौन है? मैं इतने दिनों से यहाँ हूँ, फिर भी वह एक बार भी खाने या पानी पीने के लिए नीचे नहीं आया।" आचार्य उसकी सादगी से चकित हो गए और कहा: "यह मैं ही था जिसने उसे अपना काम ठीक से न करने के लिए दंडित किया था।" भिक्षु बिना एक शब्द कहे उनकी बात सुनता रहा। शाम को, उसने भोजनशाला से अपना भोजन लिया और चर्च में अकेले चला गया। वह करूस पर चढ़े प्रभु के पास गया और करुणापूर्वक कहा, 'नीचे आओ, भाई, चलो हम साथ में खाते हैं।' तब मसीह नीचे आ गए और उस साधारण भिक्षु के साथ भोजन किया। प्रभु ने वादा किया कि वह उसे अपने पति के घर ले जाएगा, जहाँ वह हमेशा के लिए आनंदित रहेगा। वास्तव में, कुछ ही दिनों बाद, यह वनिम्र भिक्षु प्रभु के साथ रहने के लिए शांतपूर्वक परलोक स्थित गया। देखिए, वह पूरी तरह से नरिक्षर था, फिर भी उसे अपनी महान वनिम्रता और पवित्रता का कतिना बड़ा इनाम मिला!

किसी व्यक्ती पर ईश्वर की कृपा बनी रहे, इसके लिए उनमें ईमानदारी और पवित्रता होनी चाहिए। ईश्वर स्वयं को उन लोगों के सामने प्रकट करते हैं जिन्होंने अपनी सादगी को पवित्र किया है। जब किसी व्यक्ती के पास गर्मजोशी भरा विश्वास और भक्तिके साथ सादगी और पवित्रता होती है, तो वे बिना किसी वदिवतापूर्ण ज्ञान के द्रव्य दर्शन प्राप्त करते हैं और ईश्वर के रहस्यों को जान जाते हैं। क्योंकि तब पवित्र त्रिमूर्ति उनके भीतर वास करती है। द्रव्य प्रबोधन के माध्यम से, वे द्रव्य अर्थों की कुंजियाँ आसानी से खोज लेते हैं और परमेश्वर की आत्मा के कार्यों को बहुत ही सरल, स्वाभाविक और बिना किसी बौद्धिक भ्रम के समझते हैं।

जब हम अपने कपटी हृदय को शुद्ध करते हैं, जिससे सभी बुराइयाँ उत्पन्न होती हैं,¹⁷⁸ तब हम द्रव्य अनुग्रह के शुद्ध और वनिम्र पात्र बन जाएँगे, और तब परम पवित्र त्रिमूर्ति हम में वास करेगी। मैं आपके लिए प्रार्थना करूँगा, और आप मेरी प्रार्थना करें; ईश्वर करें कि मसीह और परमेश्वर की अतिपवित्र

¹⁷⁸ तुलना करें मत्ती 15:18-19; मरकुस 7:21-23।

माता हमारे हृदयों को शुद्ध करने में सहायता करें, ताकि हम ईश्वर को देख सकें। "हृदय से शुद्ध लोग धन्य हैं, क्योंकि वे ईश्वर को देखेंगे।"¹⁷⁹ आमीन।

अध्याय 2. ईश्वर में विश्वास और आशा

आज सभी बुराइयाँ अवश्वास से उत्पन्न होती हैं

— गेरोना, मैंने देखा है कि कुछ लोग जो ईश्वर में विश्वास नहीं रखते, उनमें दुनिया देखने, यात्रा और मनोरंजन की तीव्र इच्छा होती है।

— जब कोई व्यक्ति अपने वाले जीवन में विश्वास नहीं करता है, तो वे दुनिया को देखने, इस जीवन का भरपूर आनंद लेने का प्रयास करते हैं... लेकिन इसका अंतिम परिणाम क्या होता है? उनके भीतर नरितर एक खालीपन का एहसास रहता है। लेकिन यदि वे ईश्वर में विश्वास करने लगते हैं, ईश्वर को जानने लगते हैं, तो ईश्वर भी उन्हें जानेंगे,¹⁸⁰ और वे संतुष्टि का अनुभव करेंगे।

— अगर लोग इस तथ्य पर विचार करें कि यह जीवन क्षणभंगुर है, तो क्या वे बदल नहीं जाएंगे?

— यह व्यक्ति पर निर्भर करता है। उदाहरण के लिए, अगर दुनिया का अंत आ जाए, तो एक अवश्वासी सामान्य से भी अधिक अवज्ञाकारी हो जाएगा, और खुद को बुराई और पाप के हवाले कर देगा। दूसरी ओर, एक विश्वासी खुद को संयम में रखेगा। वह कहेगा, 'मैं अपना समय तुच्छ चीजों पर क्यों बर्बाद करूँ?' 'मुझे अपनी आत्मा का ध्यान रखना चाहिए, आध्यात्मिक जीवन जीने की कोशिश करनी चाहिए, और दान-पुण्य करना चाहिए।'

आज सारी बुराइयाँ अवश्वास से ही उत्पन्न होती हैं। अतीत में, लोग विश्वास करते थे, और सबसे उदासीन व्यक्ति के दिल में भी आस्था थी, भले ही वे साधारण लोग थे और चर्च में जो कुछ भी सुनते थे, वह उन्हें समझ भी नहीं आता था। कुछ लोगों को यह भी नहीं पता था कि केवल चार सुसमाचार हैं; वे सोचते थे कि बारह हैं। लेकिन लोगों में कतिनी आस्था थी, कतिना सम्मान था! और नर्सों में कतिनी हमीम थी! उनमें से कतिनी स्वेच्छा से युद्ध में गईं! उनमें आस्था और त्याग की भावना थी; बस देखिए कि उन्होंने लोगों की कतिनी मदद की! और आज? किसी ने मुझे बताया कि कैसे एक मरीज 'अपोस्टल्स क्रीड' का पाठ कर रहा था, और जब नर्स ने उसे सुना, तो उसने उसे पीटना शुरू कर दिया—उसे लगा कि वह उसे तंत्र-मंत्र करके नुकसान पहुँचाने की कोशिश कर रहा है! लोगों को क्रीड (Creed) तक नहीं पता! हम कहाँ आ पहुँचे हैं! आप युवाओं से पूछिए: 'आप किसमें विश्वास करते हैं?' — वे जवाब देते हैं, 'मुझे नहीं पता, मैंने अभी फैसला नहीं किया है।' 'आपकी माँ-बाप किस धर्म का पालन करते हैं?' — 'मुझे नहीं पता, मैंने उनसे नहीं पूछा है।' उसने यह जानने की जहमत भी नहीं उठाई कि उसके माता-पिता किस धर्म में विश्वास रखते हैं! अगर कोई व्यक्ति इतना उदासीन है, तो कोई उसकी मदद कैसे कर सकता है?

— गेरोन्डा, निश्चिती रूप से उन देशों में जहाँ एक तानाशाही शासन था, स्थिति और भी खराब है।

— हाँ, लेकिन एक तानाशाही शासन के तहत अपने विश्वास को बनाए रखने वालों में से कतिने शहीद निकलेंगे! विदेश में रहने वाला एक रूसी व्यक्ति अंततः रूस गया, और उसने मुझसे कहा: "एक बुजुर्ग महिला जो मुझे लंबे समय से जानती थी, मेरे पास आई और पूछा: 'क्या तुम यह कोट पहनकर माउंट अथोस जाते हो?' — 'हाँ, इसी में,' मैंने जवाब दिया। उनकी आँखों में आँसू आ गए; उन्होंने कोट को लिया और, बेचारी, आशीर्वाद पाने के लिए उसे चूमने लगीं।" देखिए, आस्था: जतिना अधिक इसे दबाया जाता है, उतनी ही मजबूत यह हो

¹⁷⁹ मत्ती 5:8

¹⁸⁰ संत एंथोनी द ग्रेट कहते हैं, 'जो व्यक्ति हमेशा ईश्वर से अवभाज्य बने रहने का प्रयास करता है, वह ईश्वर को जानता है, और ऐसा व्यक्ति ईश्वर का है।' — *संकलक की टिप्पणी*/उद्धृत: *द लव ऑफ गुडनेस*। खंड 11। होली ट्रिनिटी सेंट सर्जियस लाव्रा, 1992। पृ. 92.

जाती है। यह एक स्प्रिंग की तरह है: इसे जतिना जोर से दबाया जाता है, उतनी ही जोर से यह छोड़े जाने पर वापस उछलती है। एक समय आता है जब दमनकर्ता के लिए स्प्रिंग को दबाए रखना बहुत मुश्किल हो जाता है; वे इसे छोड़ देते हैं, और स्प्रिंग वापस उछल आती है।

जब आस्था डगमगाती है

— गेरोन्डा, इतने सारे विश्वासियों ने अपना विश्वास क्यों खो दिया?

— यदि कोई व्यक्ति आस्था और पूजा के मामलों में लापरवाह होता है, तो वह धीरे-धीरे भूलने लगता है और पूरी तरह से उदासीन हो सकता है, यहाँ तक कि वह किसी भी चीज़ में विश्वास करना ही बंद कर दे।

— कुछ कहते हैं कि जब वे अच्छे लोगों को दुखी होते देखते हैं तो उनका विश्वास डगमगा जाता है।

— भले ही ईश्वर सभी अच्छे लोगों को नष्ट कर दें, तब भी किसी व्यक्ति को 'वामपंथी' विचारों को नहीं पालना चाहिए, बल्कि यह विश्वास करना चाहिए कि ईश्वर जो कुछ भी करते हैं, वह प्रेम से करते हैं। ईश्वर जानते हैं कि वे क्या कर रहे हैं। यदि उन्होंने बुराई को होने दिया है, तो इसका मतलब है कि इससे कुछ अच्छा ही निकलेगा।

— गेरोन्डा, आजकल विश्वास करने वाले बच्चे भी डगमगाते हैं, क्योंकि स्कूलों में ऐसे शिक्षक हैं जो अविश्वास सिखाते हैं।

— उन्हें क्यों संदेह करना चाहिए? संत कैथरीन उन्नीस साल की थीं, और ईश्वर के ज्ञान तथा अपनी बुद्धिमत्ता से उन्होंने दो सौ दार्शनिकों को मौन कर दिया था। यहां तक कि प्रोटेस्टेंट भी उन्हें शिक्षा की संरक्षक संत मानते हैं।

जब आस्था और मातृभूमि के प्रतियोगिता की बात आती है, तो समझौते की कोई गुंजाइश नहीं होती; व्यक्ति को अडिग और दृढ़ रहना चाहिए।

— जेरोन्डा, मैं विश्वास के साथ प्रार्थना किया करती थी, और ईश्वर ने मेरी हर माँगी हुई चीज़ मुझे दी। अब मुझमें वह विश्वास नहीं रहा। इसका कारण क्या है?

— यह तुम्हारी सांसारिक तरक-बुद्धि में है। सांसारिक तरक-बुद्धि विश्वास को कमजोर करती है। 'यदि तुम्हारा विश्वास है और तुम संदेह नहीं करते... जो कुछ भी तुम विश्वास के साथ प्रार्थना में माँगोगे, वह तुम्हें मिलेगा,' प्रभु ने कहा।¹⁸¹ यह ही आधार है। आध्यात्मिक जीवन में, हम स्वयं को चमत्कारों के क्षेत्र में पाते हैं।

एक और दो का गुणनफल हमेशा तीन नहीं होता; यह पाँच हजार, या दस लाख भी हो सकता है! सदइच्छा और एक प्रेमपूर्ण हृदय आवश्यक हैं। क्योंकि यदि किसी व्यक्ति में सदइच्छा नहीं है, तो वह कुछ भी नहीं समझता। यहाँ तक कि मसीह के सूली पर चढ़ाए जाने का वर्णन भी भविष्यवक्ताओं द्वारा इतनी वसितार से किया गया था — यहाँ तक कि उनके वस्त्रों का क्या होगा,¹⁸² यह भी बताया गया था कि विश्वासघात के लिए प्राप्त धन कहाँ जाएगा, कि उसका उपयोग अजनबियों के दफन के लिए कुम्हार का खेत खरीदने में किया जाएगा,¹⁸³ — फिर भी यहूदियों ने नहीं समझा। "पर यहूदा इसकरियोती, वह अधर्मी मनुष्य, समझना नहीं चाहता था।"¹⁸⁴

¹⁸¹ मत्ती 21:21-22

¹⁸² देखें भजन संहिता 21:19

¹⁸³ देखें मत्ती 27:7-9; यरिमयाह 18:2; 39:9।

¹⁸⁴ गुड फ्राइडे पर हमारे प्रभु यीशु मसीह के पवित्र और उद्धारकारी दुःख-क्लेश की स्मृति में आयोजित सेवा से तीसरी एंटीफोन के शब्द।

अवशिवास और वशिवास की कमी

— गेरोन्डा, एक मामूली चूक के कारण मूसा को प्रतर्जिजात देश में प्रवेश करने का अवसर क्यों नहीं मिला?¹⁸⁵

— यह कोई मामूली चूक नहीं थी; यह अवशिवास था। ईश्वर ने इस्राएलियों को लाल सागर के पार पहुँचाया,¹⁸⁶ ने सनाई की चट्टान से उनके लिए पानी निकाला,¹⁸⁷ ने उन्हें मन्ना से खलाया,¹⁸⁸ और उनके लिए इतने सारे चमत्कार किए, फिर भी जब उन्हें एक बार फिर पानी की कमी का सामना करना पड़ा, तो वे बड़बड़ाने लगे। और मूसा, जब परमेश्वर ने उनसे चट्टान पर प्रहार करने को कहा ताकि पानी बह निकले, तब उन्होंने अपनी अवशिवासिता दिखाई। 'क्या इस चट्टान से पानी निकल सकता है?' उन्होंने कहा।¹⁸⁹ इसलिए, परमेश्वर ने उनके लिए यह दंड निर्धारित किया: 'दंडस्वरूप,' उन्होंने कहा, 'तुम केवल दूर से प्रतर्जिजात देश को ही देख पाओगे।'¹⁹⁰ यदि ईश्वर ने पहले लोगों के लिए चमत्कार के रूप से चट्टान से पानी नहीं निकाला होता, तो मूसा के पास कोई बहाना हो सकता था, लेकिन अब उनका अवशिवास उचित नहीं ठहराया जा सकता था, और इसलिए ईश्वर ने उन्हें प्रतर्जिजात भूमि में प्रवेश करने की अनुमति नहीं दी।

— गेरोना, मुझे वशिवास है कि मैं अपनी ही कोशिशों से खुद को सुधार सकता हूँ, और क्या यही वजह है कि मैं प्रगति नहीं कर पा रहा?

— तुम अपने दम पर क्या कर सकते हो? जब तक कोई व्यक्ति स्वयं पर निर्भर रहता है, वह ईश्वर की दया को अपने ऊपर बरसने से रोकता है; वह पानी में ही तैरता रहता है, और कोई प्रगति नहीं करता। अगर तुम्हारे पास थोड़ी सी भी आस्था होती, तो तुम्हारा जीवन लगभग पूरी तरह बदल जाता, और अगर तुम्हारे पास थोड़ी सी भी वनिमृता होती, तो तुम ईश्वर की कृपा पा लेते। यह सब इसलिए है क्योंकि आपमें वशिवास और वनिमृता की कमी है। ईश्वर स्वयं को हाथ-पैरों से बंधा हुआ पाते हैं और आपकी मदद नहीं कर सकते, क्योंकि वे आपकी स्वतंत्र इच्छा का सम्मान करते हैं। मसीह से वशिवास माँगे — 'हमारा वशिवास बढ़ाओ'¹⁹¹ — और नम्रता का अभ्यास करें। क्योंकि भले ही कोई व्यक्ति वशिवास करता है, लेकिन यदि वह अहंकार से ग्रस्त है, तो वह वशिवास नष्ट कर ही रहता है।

सुसमाचार में उल्लेखित शतपतिको याद करें। उसके मन में कोई घमंड नहीं था, फिर भी उसकी आस्था कतिनी प्रबल थी! उसने मसीह से कहा, 'मैं यह योग्य नहीं हूँ कि आप मेरे घर में प्रवेश करें, परन्तु केवल वचन कहिए, और मेरा नौकर चंगा हो जाएगा।' और उसने उन्हें अपने घर के पास आने भी न दिया। इसीलिए मसीह ने कहा: 'सारे इस्राएल में मैंने ऐसी आस्था नहीं पाई।'¹⁹²

जो ईश्वर में वशिवास रखता है, वह किसी से नहीं डरता

— गेरोन्डा, हमें बताया गया था कि एक समय आएगा जब हमारे पास सब कुछ होगा, लेकिन हम सब कुछ खा नहीं पाएंगे। आज, लोग अधिकांश भोजन की गुणवत्ता पर संदेह करते हैं।

— हम क्या कर सकते हैं? वातावरण प्रदूषित है। लेकिन डरो मत। क्रॉस का चहिन बनाओ और डरो मत। मैं ऐसे लोगों को जानता हूँ जो अपनी ज़िंदगी को एक यातना में बदल देते हैं क्योंकि वे हर चीज़ से डरते हैं — और फिर भी वे ईसाई हैं, बपतिस्मा लिए हुए, पवित्र क्रिस्म से अभिषिक्त, जो पवित्र सहभाग ग्रहण करते हैं, सुसमाचार पढ़ते हैं, और इसके विभिन्न अंशों को ज़बानी याद जानते हैं। क्या वे सचमुच ईश्वर की

¹⁸⁵ गिती 20:1-13; व्यवस्थाविवरण 32:48-52 देखें।

¹⁸⁶ नरिगमन 14:1-31 देखें।

¹⁸⁷ नरिग. 15:22-25; 17:1-7 देखें।

¹⁸⁸ नरिगमन 16:1-36 देखें।

¹⁸⁹ गिती 20:1-13 देखें।

¹⁹⁰ गिती 20:1-13 देखें।

¹⁹¹ लूका 17:5

¹⁹² मत्ती 8:10

कृपा की शक्त को नहीं देखते? 'यदि तुम कोई घातक वस्तु पीओ, तो वह तुम्हें हानि नहीं पहुँचाएगी,'¹⁹³ — मसीह ने कहा, और यह भी: 'मैं तुम्हें साँपों और बच्छियों पर पैर रखने का अधिकार देता हूँ, और कुछ भी तुम्हें हानि नहीं पहुँचाएगा।'¹⁹⁴

यदि ईश्वर की कृपा किसी व्यक्ति के भीतर वास करती है, तो वह किसी से नहीं डरता। अतः आइए हम हमेशा ईश्वर की कृपा के लिए प्रार्थना करें, और क्रॉस का चहिन बनाएं। क्या आपको लावसाइक में उल्लिखित घटना याद है? एक भिक्षु कुएँ से पानी लेने गया और वहाँ एक वषिला साँप देखकर,¹⁹⁵ बना पानी निकाले ही डरकर भाग गया। 'हम बर्बाद हो गए, बाबा,' उसने अपने गुरु से कहा, 'हमारे कुएँ में एक साँप है!' — "ठीक है," वृद्ध ने कहा, "लेकिन अगर सभी कुओं में साँप होते, तो तुम क्या करते—प्यास से मर जाते?" वृद्ध वहाँ गए, कुएँ पर क्रॉस का चहिन बनाया, कुछ पानी निकाला और उसे पी लिया। "जहाँ क्रॉस है, वहाँ शैतान की दुष्टता कुछ नहीं कर सकती।"¹⁹⁶

— "लेकिन मुझे अपने अंदर डर महसूस हो रहा है।"

— तुम्हारा भय ईश्वर का एक आशीर्वाद है, ईश्वर की कृपा है, ताकि तुम हमेशा प्रार्थना में उनकी ओर मुड़ सको। यह तुम्हें ईश्वर से जुड़े रहने में मदद करेगा। इस पर विचार करो: यदि कोई छोटा बच्चा नहीं डरता है, तो उसे शांत करना असंभव है। प्रेम से, ईश्वर में आशा के साथ प्रयास करो, और फिर तुम किसी से नहीं डरोगे। क्या हम महान वेस्पर्स में नहीं गाते: 'हम तुम्हारे आतंक से नहीं डरेंगे, न ही नरिश होंगे: क्योंकि ईश्वर हमारे साथ है?'¹⁹⁷

‘मैंने प्रभु को मेरे सामने खड़े देखा’¹⁹⁸

— गेरोन्डा, जब नबी दानयिल ने स्वर्गदूत को देखा तो उन्होंने किस प्रकार का भय महसूस किया?¹⁹⁹

— यह एक प्रकार का भय, एक कांपना, एक पवतिर भय था। दानयिल स्वर्गदूत की आराधना करने के लिए गिर पड़ा, परन्तु स्वर्गदूत ने उससे कहा: 'दानयिल, उठ, और न डर; परमेश्वर ने तेरी प्रार्थना सुनी है।'²⁰⁰

ईश्वर का भय एक महान श्रद्धा, एक वसिमय की भावना, ईश्वर के प्रतिमिहान प्रेम से उत्पन्न होने वाली एक प्रकार की आध्यात्मिक बेचैनी है। जैसे एक व्यक्ति किसी सम्मानित व्यक्ति की उपस्थिति में एक निश्चित बेचैनी महसूस करता है, वैसे ही ईश्वर का भय रखने वाला व्यक्ति भी वही भावना अनुभव करता है, वह कहीं भी हो सकता है, क्योंकि वह हर जगह ईश्वर की उपस्थिति को महसूस करता है। क्या यह नहीं लिखा है: 'केरूबीम के सामने वसिमति होकर खड़े रहो?'²⁰¹ ऐसा सम्मान और भय शांति और आनंद को समाहित करते हैं; वे किसी व्यक्ति को पीड़ा नहीं पहुँचाते। 'प्रभु की सेवा भय के साथ करो, और काँपते हुए उसके सामने आनन्दित होओ,'²⁰² — भजनकार कहता है।

— गेरोना, क्या एक निर्मल अंतरात्मा ईश्वर के भय से जुड़ी होती है?

— यदि किसी व्यक्ति को ईश्वर का भय नहीं है, तो उसका अंतरात्मा कैसी हो सकती है? ईश्वर के भय के बिना, कोई व्यक्ति आसानी से अपने अंतरात्मा को कुचल सकता है, और फिर वह मानव नहीं रहता।

¹⁹³ तुलना करें मरकुस 16:18

¹⁹⁴ तुलना करें लूका 10:19

¹⁹⁵ एस्प — एक वषिला साँप। — संकलक का नोट।

¹⁹⁶ उद्धृत: पल्लैडियस, हेलेनोपोलिस के बशिपा लावसाइक। कोलोमना, तथि-विहीन। पृ. 6.

¹⁹⁷ द बुक ऑफ आवर्स। मॉस्को, 2004। पृ. 182। देखें यशायाह 8:12।

¹⁹⁸ भजन संहिता 15:8

¹⁹⁹ देखें दानयिल 10:8–12

²⁰⁰ उपरोक्त।

²⁰¹ ट्रायोडियन से, छठा स्वर। इरमोलोजियन। खंड II। मॉस्को, 1997। पृ. 130।

²⁰² भजन संहिता 2:11

— जेरोंडा, जब मैं किसी व्यक्ति के प्रतिकृतज्जता महसूस करता हूँ तो मैं उनके लिए कुछ भी कर सकता हूँ। लेकिन मैं ईश्वर की कृपा के लिए उतनी कृतज्जता महसूस नहीं करता।

— आप ईश्वर के प्रतिकृतज्जता तो महसूस करते हैं, लेकिन वह कोई जीवंत प्रतिक्रिया नहीं है। आप किसी व्यक्ति के प्रति अधिक कृतज्जता महसूस करते हैं क्योंकि आप उसकी उपस्थिति को महसूस करते हैं। ईश्वर की उपस्थिति को जीवंत रूप से महसूस करना शुरू करने के लिए आध्यात्मिक प्रयास की आवश्यकता होती है। यदि आप ईश्वर की उपस्थिति को महसूस करते, तो आप उसके प्रति और भी अधिक कृतज्जता महसूस करते। वर्तमान में, आप 'हमारे पति' का पाठ करते हैं और कुछ भी महसूस नहीं करते। लेकिन अगर आपको सचमुच यह एहसास होता कि ईश्वर आपके पति हैं, तो आप इन शब्दों से अडगि नहीं रह सकते थे।

एक व्यक्ति को लगातार ईश्वर की उपस्थिति का एहसास होना चाहिए। जब कोई व्यक्ति ईश्वर, देवदूतों और संतों की उपस्थिति को अनुभव करता है, तो यह एक शक्तिशाली निवारक शक्ति के रूप में कार्य करता है, जो उन्हें सही रास्ते से भटकने से रोकती है। "देखो, यही मेरे सामने है; मैं डगमगाऊँगा नहीं,"²⁰³ — दाऊद कहते हैं। यदि कुछ करते समय, हम सोचें कि ईश्वर हमें देख रहे हैं और हमारी देखभाल कर रहे हैं, तो हम इस बात के प्रति निश्चित हो सकते हैं कि हम क्या कर रहे हैं।

— गेरोंडा, ईश्वर की बौद्धिक अनुभूति हृदयस्पर्शी कैसे बनती है, ताकि हम ईश्वर को जान सकें?

— हमें अपने हृदयों को शुद्ध करना चाहिए। यदि हृदय शुद्ध हो जाता है, तो ईश्वर हमारे हृदयों में आते हैं, और हम उन्हें जान पाते हैं। अतः सभी चीजों से पहले प्रेम की मेहनत और एक प्रेमपूर्ण दृष्टिकोण होता है; केवल तभी ईश्वर की हृदयस्पर्शी अनुभूति होती है।

ईश्वर में आशा और ईश्वर में विश्वास सबसे निश्चित गारंटी है।

— जेरोंडा, मैं अभी भी हर चीज को आध्यात्मिक दृष्टिकोण की बजाय मानवीय दृष्टिकोण से देखता हूँ, और मैं चिंति महसूस करता हूँ।

— तुम अपनी योजनाओं को ईश्वर की योजनाओं से पहले रख रहे हो, और इसीलिए तुम कष्ट झेल रहे हो। सभी समस्याएँ ईश्वर में विश्वास और वनिम्रता से हल होती हैं। जो आप स्वयं कर सकते हैं, वह करें, और फिर स्वयं को दैवीय व्यवस्था और ईश्वर की इच्छा के हवाले कर दें। ईश्वर में आशा एक सुदृढ़, मजबूत विश्वास है; यह किसी व्यक्ति के लिए सबसे विश्वसनीय गारंटी है।

क्या किसी व्यक्ति के लिए ईश्वर को अपना सहयोगी बनाना एक बहुत महत्व की बात नहीं है? मुझे याद है, सेना में शामिल होने से पहले, मैंने संत बारबरा से उनकी मदद के लिए प्रार्थना की थी—मैं इस संत का बहुत सम्मान करता था क्योंकि बिचपन से ही मैं संत बारबरा के चर्च में प्रार्थना करने जाता था। मैंने वनिती की, 'मुझे युद्ध में खतरे का सामना करने दो, बशर्ते मुझे किसी को मारना न पड़े।' और देखो, प्रभु ने सब कुछ कैसे व्यवस्थित कर दिया! मुझसे बेहतर पढ़े-लिखे लोगों को आम सैनिकों के रूप में मोर्चे पर भेजा गया, जबकि मुझे, मेरी बुनियादी शिक्षा के साथ, एक सिग्नलमैन के रूप में ले लिया गया! लोग मुझसे कहते थे: 'तुम्हारे बहुत शक्तिशाली संरक्षक हैं।' — 'मेरे संरक्षक कौन हैं?' मैं जवाब देती, 'यहाँ तो मेरा कोई जान-पहचान वाला भी नहीं है।' — 'ठीक है, अब बस करो। मुझसे कहो, तुम्हारे जनरल स्टाफ में कौन है?' जब वे मुझ पर लगातार दबाव डाल रहे थे, तो मैंने जवाब दिया: "मेरे जनरल स्टाफ में मसीह हैं।" और इस तरह हुआ कि मैंने एक बार भी हथियार नहीं उठाया।

— गेरोंडा, आत्मा की सहनशक्ति कैसे बढ़ती है?

— ईश्वर में आशा और विश्वास के माध्यम से। वे एक व्यक्ति को महान शक्ति प्रदान करते हैं। मनुष्य को ईश्वर में पूर्ण विश्वास रखना चाहिए और हर परीक्षा को ईश्वर के प्रेम से भेजा गया एक

उपहार मानना चाहिए। जो व्यक्ति ईश्वर में गहरा विश्वास रखता है, वह हर बात में आनंदित होता है। चाहे वे बीमार हों, या भूखे हों, या अन्याय हुआ हो, या... या... वे हमेशा मानते हैं कि ईश्वर ने इसकी अनुमति दी है, वे ईश्वर में आशा रखते हैं और हमेशा सुरक्षित रहते हैं, ईश्वर में आशा के बंदरगाह में नविस करते हुए।

जसिके पास सच्चा विश्वास है, उसके पास सच्चा प्रेम भी है।

— गेरौना, आपने हमसे कहा था कि पहले विश्वास आता है, और फिर ईश्वर के प्रति प्रेम।

— देखिए, ईश्वर से प्रेम करने के लिए, आपको उन पर विश्वास करना चाहिए। ईश्वर के प्रति हमारा प्रेम हमारे विश्वास के समान ही है। हालाँकि मेरा मन मुझे बताता है कि एक प्रेम करने वाले व्यक्ति के लिए, ईश्वर के प्रति प्रेम विश्वास से पहले आता है। यह पूछना कुछ तुच्छ लगता है कि पहले ईश्वर आप पर स्वयं को प्रकट करें ताकि आप उन पर विश्वास कर सकें, और केवल तभी उनसे प्रेम करें। मैं पूरे दिल से ईश्वर से प्रेम करता हूँ, और फिर ईश्वर कार्य करते हैं। और जतिना अधिक मैं ईश्वर की कृपा देखता हूँ, उतना ही मेरा विश्वास और ईश्वर के प्रति मेरा प्रेम बढ़ता है। मैं सभी लोगों से भी प्रेम करता हूँ, क्योंकि वे ईश्वर की छवि में बने हैं, और सभी जानवरों और पक्षियों से, और सारी सृष्टि से, क्योंकि इसे ईश्वर ने बनाया है।

— गेरौन्डा, क्या किसी व्यक्ति के पास सच्चा विश्वास के बिना प्रेम हो सकता है?

— कोई व्यक्ति सोच सकता है कि उसमें प्रेम है, लेकिन वास्तव में ऐसा नहीं है। एक व्यक्ति को सच्चा प्रेम ऑर्थोडॉक्स धर्मशास्त्र में ही मिलता है। एक बार, दो कैथोलिक मेरी कोठरी में आए; एक पत्रकार था, दूसरा वेटकिन में सचिव था। 'आओ पहले हम "प्रभु की प्रार्थना" करें,' उन्होंने कहा। "'प्रभु की प्रार्थना" करने के लिए,' मैंने कहा, 'हमें सदिधांत पर सहमत होना चाहिए, लेकिन हमारे और आपके बीच एक बड़ी खाई है।' 'तो फिर,' एक ने कहा, 'क्या केवल ऑर्थोडॉक्स ही बचेंगे? ईश्वर सभी लोगों के साथ है।' 'बलिकुल सही,' मैंने जवाब दिया, 'लेकिन क्या आप मुझे बता सकते हैं कि कितने लोग ईश्वर के साथ हैं?' 'आईए प्रेम दिखाएं,' उन्होंने बाद में कहा। 'और पाप फैशनेबल हो गया है,' मैंने कहा। वे कहते हैं, "और यह भी प्रेम का एक हिस्सा है।" — बातचीत के अंत में मैंने उनसे कहा, "हर कोई प्रेम, शांति और सद्भाव की बात करता है, फिर भी हर कोई खुद से और दूसरों से टकराता हुआ जीता है; इसीलिए वे लगातार बड़े-बड़े बम बना रहे हैं।"

कई लोग जो शांति और एकता की बात करते हैं, स्वयं ईश्वर के साथ एकता में नहीं रहते, क्योंकि वे उनसे प्रेम नहीं करते और उनके पास सच्चा प्रेम नहीं है। सच्चा प्रेम उन लोगों में पाया जाता है जिनके पास सच्चा विश्वास है और जो ईश्वर के नजिक रहते हैं। तब ईश्वर उनके मुखमंडल में प्रतिबिंबित होते हैं, और अन्य लोग उनके मुखमंडल में ईश्वर को देखते हैं।

मैं प्रार्थना करता हूँ कि परमेश्वर उन सभी लोगों को ज्ञान प्रदान करे जिनसे हम देह से भाई हैं—आदम और हव्वा से—ताकि वे 'सत्य के ज्ञान' तक पहुँचें,²⁰⁴ और इस प्रकार आत्मा में भी हमारे भाई बन जाएँ। आमीन।

अध्याय 3. धैर्य के द्वारा उद्धार

"धन्य है वह मनुष्य जो परीक्षा में दृढ़ रहता है"²⁰⁵

— जेरौन्डा, कोई व्यक्ति प्रलोभन या महान परीक्षा को कैसे सहन करता है?

²⁰⁴ 1 तीमु. 2:4

²⁰⁵ याकूब 1:12

— सहन करके। धैर्य गंभीर और लंबे समय से चली आ रही पीड़ाओं के लिए सबसे शक्तिशाली उपचार है। अधिकांश पीड़ाएँ केवल धैर्य से ही दूर होती हैं। महान धैर्य सबसे उलझी हुई परिस्थितियों को सुलझा देता है और द्रव्य फल देता है: जहाँ आप कोई समाधान नहीं देखते, वहाँ ईश्वर सर्वोत्तम समाधान प्रदान करते हैं।

जान लो कि ईश्वर को यह बहुत प्रिय है जब कोई व्यक्ति परीक्षाओं को सहते हुए, बना किसी शकियत के, उनके पवित्र नाम का महमिमंडन करता है।

पवित्र प्रेरति याकूब कहते हैं, "धन्य है वह मनुष्य जो परीक्षा में स्थिर रहता है।" अतः आइए हम प्रार्थना करें कि दिया लुईश्वर हमें धैर्य प्रदान करें, ताकि हम बना किसी शकियत के सभी बातों को सहन कर सकें और उन्हें महमि दे सकें।

इस संसार में हमारा जीवन एक नरितर संघर्ष है, और हम में से प्रत्येक अपने-अपने संघर्ष में लगा हुआ है। बस कल्पना कीजिए कि मिसीह को अपने पृथ्वी पर जीवन के दौरान क्या-क्या सहना पड़ा! यहूदियों के हाथों उन्हें कतिना कष्ट सहना पड़ा, और फिर भी उन्होंने कुछ नहीं कहा! और प्रेरति पौलुस ने कतिना धैर्य दिखाया! यद्यपि उसे परमेश्वर से यह प्रकटवाणी मिली थी कि उसे रोम में होना है,²⁰⁶ फिर भी वह दो साल तक जेल में रहा क्योंकि राजपाल मुकदमे में देरी कर रहा था।²⁰⁷ और संत जॉन द थियोलोजियन को क्या-क्या सहना पड़ा! एक छोटी सी गुनगुनाहट के लिए, उसे जहाज के दुर्घटनाग्रस्त होने से बचकर निकलना पड़ा...²⁰⁸ देखिए, ईश्वर संतों को सबसे मामूली कारणों से परीक्षाएँ सहने की अनुमति देते हैं, ताकि हमारे पास अनुसरण करने के लिए एक उदाहरण हो, और ताकि हम परीक्षाओं को धैर्यपूर्वक, प्रार्थना में और आनंद के साथ स्वीकार कर सकें।

किसी दूसरे व्यक्ति के साथ धैर्य रखने के लिए, आपको उससे प्रेम करना चाहिए

— धैर्य कैसे प्राप्त किया जाता है, गैरोना?

— धैर्य की नींव प्रेम है। 'प्रेम... सब कुछ सहन करता है,'²⁰⁹ — कहते हैं प्रेरति। किसी अन्य के प्रति धैर्य रखने के लिए, आपको उनसे प्रेम करना चाहिए और उनकी सहानुभूति करनी चाहिए। यदि आप किसी अन्य व्यक्ति के प्रति सहानुभूति नहीं रखते, तो वे आपको थका देंगे।

— गैरोन्डा, क्या मैं आपको अपनी एक कठिनाई के बारे में बता सकता हूँ, या चुप रहना बेहतर होगा?

— यदि आप प्रेम के कारण अपनी कठिनाई के बारे में न बोलने का विकल्प चुनते हैं, ताकि किसी दूसरे व्यक्ति को मुश्किल स्थिति में न डालें, तो आप अपनी आत्मा में शांति बनाए रखेंगे। यह कठिनाई ईश्वर का आशीर्वाद लाएगी। आपके कारण किसी दूसरे व्यक्ति के लिए मुश्किल होने की तुलना में आपके लिए मुश्किल होना बेहतर है। एक बार, देर शाम को, मैं कुटलुमुश मठ में एक जुलूस से अपनी कोठरी में लौट रहा था। मैं थका हुआ और अस्वस्थ महसूस कर रहा था — उस समय मुझे अपनी कमर के नचिले हिस्से में समस्या थी। मेरी कोठरी के दरवाजे पर पचहत्तर वर्षीय एक बुजुर्ग मेरा इंतजार कर रहे थे; वे मेरे साथ रात बिताना चाहते थे। उन्होंने अपना सूटकेस नीचे ही छोड़ दिया था क्योंकि वे उसे खुद ऊपर नहीं ले जा सकते थे। मैंने उसे समझाया कि मेरे पास उसे रात बिताने के लिए कहीं ठहराने की जगह नहीं है, उसका सूटकेस कंधों

²⁰⁶ प्रेरति के काम 23:11 देखें

²⁰⁷ देखें प्रेरति के काम 24:27। प्रेरति पौलुस ने केसरिया में दो साल तक बेड़ियों में बिताए, क्योंकि रोमी राजपाल फेलिक्स रशिवत लेने की आशा में मुकदमे को बार-बार टालता रहा। बाद में, फेलिक्स के उत्तराधिकारी फस्टस ने पौलुस को रोम में मुकदमे के लिए भेजा, क्योंकि प्रेरति ने परमेश्वर से प्राप्त एक प्रकटदेश द्वारा नरिदेशति होकर, एक रोमी नागरिक के रूप में अपने अधिकारों का दावा किया और रोम में मुकदमा चलाने की मांग की। — *संकलनकर्ता का नोट।*

²⁰⁸ जब एशिया माइनर में सुसमाचार का प्रचार करने के लिए संत योहन द थियोलोजियन को पासे से चुना गया, तो वह डर के मारे कांप उठे और बड़बड़ाए, क्योंकि उस क्षेत्र के निवासी मूर्तपूजक भ्रांतियों के अंधकार में डूबे हुए थे। उनके बड़बड़ाने के कारण, ईश्वर ने उन्हें प्रलोभन में पड़ने दिया। एशिया माइनर के रास्ते में, जसि जहाज पर प्रेरति यात्रा कर रहे थे, वह जहाज तूफान में फँस गया, लेकिन जॉन स्वयं चालीस दिनों तक लहरों से संघर्ष करने के बाद बच गए। — *संकलक की टिप्पणी।*

²⁰⁹ 1 कुरिन्थियों 13:4-7

पर उठाया और उसे एक होटल में ले गई, जो पहाड़ी पर चढ़कर आधा घंटा पैदल चलने पर था; मैंने उसे खर्च के लिए पाँच सौ डराचमा भी दिए। मुझे थोड़ी असुविधा सहनी पड़ी, लेकिन बाद में मुझे शांतिमहसूस हुई, क्योंकि दूसरा व्यक्ति आराम से था।

— जब कोई बहन, जिसके साथ मैं अपने कर्तव्यों का पालन करती हूँ, रूखा व्यवहार करती है, तो मुझे उसके लिए दुख होता है और मैं उसे बर्दाश्त कर लेती हूँ। क्या मैं इस मामले में प्रेम से काम ले रही हूँ?

— आपको कैसे पता है कि उसकी असौहार्दता का कारण आप स्वयं नहीं हैं? शायद वह आपके साथ धैर्य रख रही है? यदि आप सोचते हैं कि आपकी आध्यात्मिक स्थिति उससे बेहतर है, और आप उसके साथ धैर्य रख रहे हैं, तो आपको खुद पर तरस आना चाहिए। जब किसी व्यक्ति में सच्चा प्रेम और धैर्य होता है, तो वह दूसरे को क्षमा करता है और केवल खुद को दोष देता है। वह कहता है, 'हे मेरे ईश्वर, यह मेरी गलती है; मुझे दोषी न ठहराओ, मुझे अलग कर दो और दूसरे व्यक्ति की मदद करो।' यही सही दृष्टिकोण है, जिसमें महान वनिमरता नहिती है, और इस मामले में एक व्यक्ति उदारतापूर्वक ईश्वर की कृपा प्राप्त करता है। मैं प्रार्थना करूँगा कि आप एक आध्यात्मिक सक्रियता बनें,²¹⁰ ठीक उन कांसे के सहित की तरह जो चर्च में अपने कंधों पर दीवदानी उठाए रहते हैं; वे वरिध नहीं करते, वे सुनते नहीं और वे बोलते नहीं, बल्कि बिस अपने कंधों पर भार उठाते हैं। आमीन।

मसीह ने मानव उद्धार की नींव धैर्य पर रखी

कठनिई के समय में थोड़ा धैर्य दिखाकर, एक व्यक्ति दैवीय अनुग्रह प्राप्त कर सकता है। मसीह ने हमें धैर्य के अलावा उद्धार का कोई दूसरा मार्ग नहीं दिया है। उन्होंने मानव मोक्ष की नींव धैर्य पर रखी। "जो अंत तक सहन करेगा, वह उद्धार पाएगा।"²¹¹ उन्होंने यह नहीं कहा: "जो तब तक सहन करेगा... जब तक गर्मियाँ!" गर्मियों तक सहन करना आसान है। लेकिन अंत तक?... आइए हम सावधान रहें कि अपना धैर्य न खोएं, कहीं ऐसा न हो कि अंत में हम अपनी आत्मा खो दें।

'अपने धैर्य से तुम अपनी आत्माओं को बचाओगे,'²¹² — जैसा कि सुसमाचार में लिखा है।

मैंने एक महिला द्वारा दिखाए गए धैर्य के बारे में सुना है। स्वर्गीय पुरस्कार के अलावा, इस जीवन में उसके धैर्य के लिए ईश्वर ने उसे सौ गुना पुरस्कार दिया।²¹³ उसके पति एक डॉक्टर थे; उनके तीन बच्चे थे। वह एक बहुत अच्छे डॉक्टर थे, लेकिन एक अच्छे इंसान नहीं थे, क्योंकि दुर्भाग्यवश वे कामुक वासनाओं में डूबे हुए थे। वह युवतियों को अपने घर में कथित तौर पर नर्स के रूप में काम करने के लिए लाता था। इनमें से एक 'नर्स' ने दंपति के बीच दरार डाल दी और वैध पत्नी और उसके तीन बच्चों को सड़क पर फेंकवा दिया, जबकि वह स्वयं डॉक्टर के साथ उसके घर में रहने लगी। माँ और उसके तीन बच्चों को अपने माता-पिता के घर लौटने और अपनी तथा अपने बच्चों की जीविका चलाने के लिए काम करने पर मजबूर होना पड़ा। वह बहुत प्रार्थना करती थी और सब कुछ धैर्य से सहन करती थी। रखैल ने डॉक्टर के तीन और बच्चे जने। लेकिन फिर क्या हुआ? जैसे ही तीसरे बच्चे का जन्म हुआ, डॉक्टर एक सोलह वर्षीय लड़की, ई, के मोह में पड़ गया, जिसने उसने एक कर्मचारी के रूप में भी काम पर रखा था, और उसने अपनी पूर्व प्रेमिका और उसके तीन बच्चों को घर से बाहर निकाल दिया। देखिए, यह आध्यात्मिक कानूनों का काम है: इस तरह, उसने अपने अपराध की कीमत चुकाई और ठीक उसी दर्द का अनुभव किया जो उसकी वजह से उसकी वैध पत्नी को झेलने के लिए मजबूर किया गया था। कुछ ही समय बाद, डॉक्टर बीमार पड़ गए और घर पर बिस्तर पर ही सीमति हो गए। जब तक डॉक्टर के पास पैसे थे, तब तक वह युवती उनके साथ रही, लेकिन उसने एक अव्यवस्थित जीवन जिया। वह दोस्तों को घर पर बुलाती थी, यह बहाना बनाकर कि वह खुद बाहर नहीं जा

²¹⁰ शेर (महमिमय)। – अनुवादक की टिप्पणी

²¹¹ मत्ती 10:22; मरकुस 13:13

²¹² लूका 21:19

²¹³ देखें मत्ती 19:29; मरकुस 10:30

सकती क्योंकि उसे बीमार व्यक्तिकी देखभाल करनी है। डॉक्टर उससे बहुत ईर्ष्या करते थे और उसकी बगिड़ती जीवन शैली को देखकर बहुत दुखी होते थे। अंत में, जब पैसे खत्म हो गए, तो वह उसे छोड़कर चली गई। उसकी वैध पत्नी को जब अपने पतनिकी दुर्दशा का पता चला, तो वह उसकी मदद के लिए आई। उसने घर को साफ-सुथरा रखा, उसे खाना खिलाया और अपने तथा अपने बच्चों के पैसों से उसका सहारा दिया, जो तब तक बड़े हो चुके थे और खुद काम कर रहे थे। पहली सहजीवन पत्नी, जिसने डॉक्टर ने अतीत में घर से निकाल दिया था, न केवल उसकी मदद करने से इनकार कर दिया बल्कि उसके बारे में सुनना भी नहीं चाहती थी। केवल उसकी वधिवित ववाहति पत्नी ही उसकी जरूरत के समय में उसके साथ खड़ी रही। अंत में, डॉक्टर ने पाप-स्वीकार करना चाहा और अपने शेष जीवन को पश्चाताप में बतियाया। ईश्वर ने, इस दयालु महिला और पत्नी की भक्तिको देखकर—कैसे उसने इतने वर्षों तक सहन किया, एक सदाचारी जीवन जिया और लगन से काम किया, एक ऐसे पतनिका समर्थन किया जिसने उसके साथ बहुत क्रूरता और घृणा से व्यवहार किया था—उसे पुरस्कृत किया। क्या हुआ? उसके पतनिका एक अमीर रशितेदार अमेरिका में मर गया, और उन्हें उससे एक बड़ी संपत्तविरासत में मिली। सारी संपत्तउस दयालु पत्नी और माँ को मिल गई। वह अपने बच्चों के लिए एक अच्छा जीवन सुनिश्चित कर सकी, कई गरीब लोगों की मदद कर सकी, और अपने बाकी दिन आराम से बतिा सकी। हालाँकि वह गरीबी में रहती थी, फरि भी वह एक अमीर व्यक्ती थी, क्योंकि उसके पास आध्यात्मकि धन था — और वही सबसे ज्यादा मायने रखता है।

सरदयिों में हम इस उम्मीद में सहते हैं कविसंत आएका

— गेरोन्डा, मैं देख सकता हूँ कि मैं कोई आध्यात्मकि प्रगतनिहीं कर रहा हूँ, और यह मुझे परेशान करता है।

— एक समय की बात है, एक आदमी ने कुछ बेलें लगाईं। बेलों को अभी ठीक से जड़ें जमाने का समय भी नहीं मिला था, फरि भी वह आदमी पहले से ही फल का इंतजार कर रहा था ताकि वह उसका रस निकालकर पी सके और आनंदति हो सके। तुम्हारे साथ भी ऐसा ही है। तुमने एक ही बेल लगाई है और तुरंत ही शराब पीना चाहते हो। यह ऐसा नहीं होता। आप आज अंगूर की बेल लगाकर कल शराब नहीं पी सकते। एक साल में, शायद आप दो-तीन गुच्छों का स्वाद चख पाएंगे। दो साल में, आप एक टोकरी भर अंगूर इकट्ठा करेंगे, और पांच साल में आप शराब पी रहे होंगे। यदि आप आध्यात्मकि फलों का आनंद लेना चाहते हैं तो कड़ी मेहनत करें और धैर्यपूर्वक प्रतीक्षा करें।

— मुझे इंतजार की आदत नहीं है, इसलिए मेरा धैर्य बहुत जल्दी खत्म हो जाता है।

— आपको धैर्य और वविक की आवश्यकता है। अक्सर कोई व्यक्तीभोजन पकने के लिए एक या दो घंटे इंतजार कर लेता है, लेकिन फरि दो मिनट भी ठंडा होने का इंतजार नहीं कर पाता; वह खाने लगता है और अपना मुँह जला लेता है... जब मैं माउंट अथोस लौटूँगा, तो मैं तुम्हें संत धैर्य की एक प्रतमि भेजूँगा। मुझे तीन आइकन भेजे गए थे: दो आदरणीय (Venerables) के और एक संत धैर्य (Saint Patience) का। मैंने आदरणीय के वाले आशीर्वाद के रूप में दे दिए, लेकिन संत धैर्य वाला रख लिया...

²¹⁴— गेरोन्डा, क्या आप माउंट अथोस से मेरे लिए कोई 'औषधीय जड़ी-बूटियाँ' लाए हैं?

— साल के इस समय में, ईश्वर की माता के क्षेत्र में कोई 'औषधीय जड़ी-बूटियाँ' नहीं होतीं... वसंत तो आना ही है। और वसंत के आने के लिए, तुम्हें थोड़ी देर तक धैर्य रखना होगा, जब तक कि सरदयिों बीत न जाएँ।

नतीजतन, इस समय आपके लिए सबसे अच्छा और सबसे प्रभावी 'औषधीय पौधा' धैर्य है।

— गेरोन्डा, मुझे लगता है कि मेरा हृदय आध्यात्मकि शीतकालीन अवस्था में है।

²¹⁴ 'औषधीय पौधा' शब्द से बहन का तात्पर्य आध्यात्मकि मार्गदर्शन के एक शब्द से है, जो एल्डर पैसयिोंस के पत्र 'आध्यात्मकि औषधीय जड़ी-बूटियाँ' की ओर संकेत करता है, जिसने उन्होंने 13 जनवरी 1971 को मठ को भेजा था। (देखें माउंट अथोस के जेरोटोस पैसयिोंस। पत्र। सूरोटी, थेस्सालोनिकी, 2005। पृ. 151-162)। — संकलक की टपिपणी।

— यदि आप चाहते हैं कि मौसम बदले, साफ़ और धूप वाला हो, ताकि आप खलि सकें और फल दे सकें— सद्गुण का फल—तो आपको पाले और धूप वाले दिनों दोनों में आनंदति होना चाहिए, क्योंकि दोनों ही भलाई के लिए हैं। हम आध्यात्मिक सर्दियों में धैर्यपूर्वक प्रतीक्षा करते हैं, और धैर्य आध्यात्मिक वसंत की आशा से उत्पन्न होता है। फिर, गर्मियों में, हम सर्दियों के आशीर्वादों की सराहना करते हैं, जसिने जलमार्गों को पानी से भर दिया और ओलों से सभी कीटाणुओं को नष्ट कर दिया।

दयालु ईश्वर ने हमारे मोक्ष के लिए बड़ी बुद्धिमानी से सब कुछ व्यवस्थित किया है और स्वयं एक प्यार करने वाले पति के रूप में हमारी मदद करते हैं। हमसे केवल थोड़े धैर्य की आवश्यकता है।

अध्याय 4. आध्यात्मिक आनंद

ईश्वर की माता ने संसार में आनंद लाया

— गेरोना, क्या आप हमारे लिए वह भजन गाएंगी जो आपने ईश्वर की माता के सम्मान में रचा है?²¹⁵

— आइए हम इसे एक साथ गाएँ। "हे प्रभु की माता, आप परमेश्वर की महान कृपा पाई हैं, अनुग्रह से परिपूर्ण, सचमुच अनुग्रह से परिपूर्ण, जैसा कि गिब्रियल ने घोषित किया, स्वर्गदूतों की रानी, अपने सेवकों की रक्षा करें।" और अब इस धर्मशास्त्र को सुनें: "ईश्वर की माता — कन्या और माता, दासी और रानी, संपूर्ण जगत की रानी।" क्या मानव मन इसे समझ सकता है? शुभसमाचार कुछ अलौकिक है, तरक से परे है। ईश्वर की माता आपको शुभसमाचार का आनंद प्रदान करें, और देवदूत आपको आशीर्वाद दें, ताकि आप आध्यात्मिक रूप से फलें-फूलें। आमीन।

— गेरोना, एक ट्रॉपारियन कहता है: 'हे ईव के आनंद, आनंदति हो, क्योंकि तेरी जन्मतथिसे उसकी पीड़ा मटि गई, हे पवतिर एक।'²¹⁶

— ईश्वर की माता के बारे में कोई भी व्यक्ति चाहे जतिनी भी अच्छी बातें कहे, वह उनकी महानता को व्यक्त नहीं कर सकता। उनकी आज्ञाकारिता के द्वारा, ईश्वर की माता ने हमारे लिए स्वर्ग को फिर से खोल दिया है, जो हव्वा की अवज्ञा के कारण बंद हो गया था। हव्वा ने उस संबंध को तोड़ दिया था जो हमें ईश्वर से जोड़ता था और दुनिया में दुख और पीड़ा लाई।²¹⁷ ईश्वर की माता ने उस संबंध को पुनः स्थापित किया और स्वर्ग का आनंद संसार में लाया। उन्होंने हमें ईश्वर के साथ एकीकृत किया, क्योंकि मिसीह ईश्वर और मनुष्य दोनों हैं।

महादूत गब्रियल ने संसार में यह आनंददायक समाचार लाया कि परमेश्वर की माता के द्वारा लोगों ने 'परमेश्वर की कृपा' प्राप्त की। परम पवतिर एक आनंदति हैं क्योंकि परमेश्वर का वचन देहधारी हुआ और हमें पाप से मुक्त किया। हम भी आनंदति होते हैं, क्योंकि उन्होंने हमें लज्जा के दाग से मुक्त किया है। इसीलिए हम क्रिसमस पर गाते हैं: 'मरुभूमिमिसीह को तः देती है, और हम, लोग, उसकी माता, ईश्वर की माता, अर्पति करते हैं।'²¹⁸

²¹⁵ एल्डर पैसयिस ने यह सतुत गीत लिखा और इसे पनागिया नाम की एक नन के नाम-दिन पर मठ भेज दिया, ताकि वह इसे अपनी कोठरी में गा सके। — *संकलक की टिप्पणी*।

²¹⁶ उद्धृत: लैटन ट्रायोडियन। भाग II। मॉस्को, 2002। फोलियो 196।

²¹⁷ उत्पत्ति 3:16 देखें

²¹⁸ देखें: मसीह के जन्म की पूर्व संध्या पर केवल स्वर-युक्त चौथा भजन। मेनायोन। दसिंबर। मॉस्को, 1997। पृ. 493।

जहाँ मसीह है, वहाँ सच्चा आनंद है

— गेरोन्डा, कभी-कभी मुझे खुशी महसूस करना मुश्किल लगता है, और फरि मैं सोचता हूँ कि शायद खुशी मेरे लिए नहीं है।

— तुम क्या कह रहे हो? आनंद तुम्हारे लिए नहीं है? तो फरि यह किसके लिए है? किसी टंगलाशका के लिए? तुम क्या बात कर रहे हो? आनंद तो मनुष्यों के लिए है! ईश्वर ने दुख नहीं लाया; उन्होंने केवल आनंद लाया।

— लेकिन, जेरोंडा, मैं अपने दिल में हमेशा खुशी क्यों नहीं महसूस करता?

— अगर आपका मन ईश्वर पर नहीं है, तो आप ईश्वर की आनंद को कैसे महसूस कर सकते हैं? आप मसीह को भूल जाते हैं; आपका मन लगातार काम और सांसारिक चिंताओं में उलझा रहता है, और इसीलिए आपकी आध्यात्मिक शक्ति ठप हो जाती है। प्रार्थना और मौन जप में लग जाइए, और आप एक तारे की तरह मसीह के चारों ओर घूमते हुए, आगे बढ़ेंगे।

केवल मसीह में ही एक व्यक्ति को सच्ची, वास्तविक आनंद की प्राप्ति होती है, क्योंकि केवल मसीह ही आनंद और आध्यात्मिक सांत्वना देते हैं। जहाँ मसीह है, वहाँ सच्चा आनंद और स्वर्गीय हर्षोल्लास है। जो मसीह से दूर हैं, उन्हें कोई सच्ची खुशी नहीं मिलती। वे दनि-दहाड़े सपने देख सकते हैं: 'मैं यह करूँगा और वह करूँगा, मैं यहाँ जाऊँगा, मैं वहाँ जाऊँगा'; उन्हें सम्मानित किया जा सकता है, वे मनोरंजन में लपित हो सकते हैं और इस प्रकार खुशी का अनुभव कर सकते हैं, लेकिन यह खुशी उनकी आत्मा को संतुष्ट नहीं करेगी। यह आनंद भौतिक, सांसारिक है; और सांसारिक आनंद आत्मा को संतुष्ट नहीं करता, यह व्यक्ति के हृदय में एक रक्तता छोड़ देता है। क्या आप जानते हैं कि सुलेमान क्या कहते हैं? 'मैंने घर बनाए, दाख की बारी लगाई, बगीचे बनाए, सोना इकट्ठा किया, जो कुछ भी मेरे हृदय ने चाहा वह सब प्राप्त किया, परन्तु अंत में मुझे यह ज्ञात हुआ कि यह सब व्यर्थ है।'²¹⁹

दुनियावी आनंद कुछ अस्थायी प्रदान करता है, जो केवल क्षण भर के लिए सुखद होता है; यह वह नहीं देता जो आध्यात्मिक आनंद प्रदान करता है। आध्यात्मिक आनंद एक स्वर्गीय जीवन है। जो लोग क्रूस से गुज़रे हैं और आध्यात्मिक रूप से पुनर्जीवित हुए हैं, वे पास्का के आनंद में जीते हैं। "पास्का, प्रभु का पास्का!"²²⁰ और फरि आता है पेंटेकोस्ट! और जब कोई व्यक्ति पेंटेकोस्ट तक पहुँचता है और आग की जीभें, पवित्र आत्मा, उन पर उतरती हैं, तो सब कुछ समाप्त हो जाता है...²²¹

आध्यात्मिक आनंद आध्यात्मिक परशिरम के परिणामस्वरूप आता है

— गेरोना, हमें स्वर्गीय आनंद के बारे में बताइए।

— इस जीवन में भी स्वर्गीय आनंद और स्वर्गीय प्रसन्नता होती है, और मनुष्य सोचता है कि क्या अगले जीवन में कुछ ऐसा है जो यहाँ अनुभव किए गए आनंद से भी बड़ा हो। इस आनंद को शब्दों में बयां नहीं किया जा सकता; इसे केवल अनुभव किया जा सकता है।

— कोई ऐसी अवस्था कैसे प्राप्त कर सकता है?

— उस अवस्था तक पहुँचने के लिए जहाँ आप उस आनंद को संभाल न सकें जो आप पर हावी हो जाता है और जहाँ आप शब्दों में व्यक्त न कर सकें, आपको दो बातों पर ध्यान देना होगा: साधारण जीवन जिएँ, दूसरों की ओर न देखें, और प्रार्थना करें। यदि आप ऐसा करते हैं, तो वह समय आएगा जब आपको इतनी

²¹⁹ उपदेशक 2:4-11 देखें

²²⁰ पुनरुत्थान कैनन की पहली ओड के इरमोस से। — संकलक की टिप्पणी।

²²¹ एलडर पैसगोस के ये शब्द प्रत्येक वशिवासी के आध्यात्मिक संघर्ष के अंतिम लक्ष्य को व्यक्त करते हैं, जो पवित्र आत्मा को प्राप्त करने में नहिती है। जब कोई व्यक्ति पवित्र आत्मा की दवियता प्रदान करने वाली कृपा में सहभागी होता है, तो वह दवीकरण की अवस्था प्राप्त करता है, जो 'अनंत पूर्णता' है। — संकलक की टिप्पणी।

प्रसन्नता होगी कि आप मुझसे कहेंगे: 'जेरोन्डा, मैं पागल हो गया हूँ! शायद मैं अपने होश में नहीं हूँ? मैं आखिर महसूस क्या कर रहा हूँ?' आपकी प्रसन्नता इतनी प्रचंड होगी!

— गेरोन्डा, किसी व्यक्ति को आध्यात्मिक आनंद का अनुभव करने के लिए, क्या उनका मन-स्थिति अच्छी होनी चाहिए?

— आपको कब लगता है कि एक व्यक्ति आध्यात्मिक आनंद का अनुभव करता है? जब उनके भीतर अव्यवस्था हो? आंतरिक आनंद तब आता है जब भीतर व्यवस्था स्थापित हो जाती है। यह आत्मा को पंख दे देता है। जब तक आत्मा आंतरिक कार्य से गर्म नहीं हो जाती, यह ठंडे इंजन वाली कार की तरह है; इसे चलाने के लिए आपको इसे धक्का देना पड़ता है। आंतरिक कार्य — संयम, सचेतता, शिक्षा और प्रार्थना — आत्मा को गर्म करता है; इंजन शुरू हो जाता है, और कार आगे दौड़ पड़ती है। फिर एक व्यक्ति बाहरी दुनिया पर ध्यान देना बंद कर देता है और अपने आध्यात्मिक जीवन में विशाल छलांगों के साथ आगे बढ़ता है।

— और फिर क्या प्रतिकूल वातावरण व्यक्ति को प्रभावित करना बंद नहीं कर देता?

²²²— नहीं, इसका प्रभाव नहीं पड़ता, क्योंकि वे इस वातावरण के बाहर, एक दूसरी दुनिया में रहते हैं। और चूँकि वे एक दूसरी दुनिया में रहते हैं, इसलिए यह दुनिया उन्हें कोई कष्ट नहीं देती। उसके आस-पास के लोग एक अलग भाषा बोलते हुए प्रतीत होते हैं, जो वह नहीं जानता, इसीलिए वह यह नहीं समझता कि वे क्या कह रहे हैं। और यह अच्छी ही है कि वह नहीं समझता, क्योंकि अगर वह कुछ भी—थोड़ा भी—समझ जाता, तो उसका ध्यान उन शब्दों से भटक जाता। लेकिन अब वह पूरी तरह से उस भाषा में मग्न है जैसी वह जानता है। इस तरह आंतरिक परमानंद की शुरुआत होती है। क्या आप जानते हैं कि आंतरिक उल्लास क्या है? स्वर्गदूतों के किस वर्ग के पास पंख होते हैं? केरूबीम या सेराफिम? 'छह पंख,' जैसा कि भविष्यवक्ता यशायाह कहते हैं—वे किस वर्ग से संबंधित हैं?

— सेराफिम, गेरोन्डा।

— क्या आप जानते हैं कि सेराफिम क्या करते हैं? वे एक साथ अपने पंख फड़फड़ाते हैं... ठीक वैसे ही जैसे हृदय भीतर की परमानंद की अवस्था में धड़कता है। तब जीवन उल्लास बन जाता है। लेकिन आप अभी भी अपने आप से बंधे हुए हैं; आपने अपने 'अहं' से खुद को मुक्त नहीं किया है, इसलिए आपका हृदय स्वतंत्र नहीं है और उस अवस्था तक नहीं पहुँच सकता जहाँ वह आनंद से काँपता हो। पहले इस आनंद का स्वाद चखो, और फिर वापस आओ, और हम बात करेंगे।

दिव्य आनंद तब आता है जब आप स्वयं को समर्पित कर देते हैं

— गेरोन्डा, क्या हर व्यक्ति जो ईश्वर की इच्छा के अनुसार जीता है, आध्यात्मिक आनंद का अनुभव करता है?

— बेशक! किसी व्यक्ति के पास सच्ची, आध्यात्मिक आनंद होने के लिए, उसे प्रेम करना चाहिए; और प्रेम करने के लिए, उसे विश्वास करना चाहिए। लोग विश्वास नहीं करते, इसीलिए वे प्रेम नहीं करते, स्वयं को बलदान नहीं करते और उनके पास कोई आनंद नहीं होता। यदि वे विश्वास करते, तो वे प्रेम करते, दूसरों के लिए स्वयं को बलदान करते, और फिर उनके पास आनंद होता। सबसे बड़ा आनंद आत्म-बलदान से आता है।

— क्या एक व्यक्ति को प्रेम करने पर आनंद मिलता है?

— बेशक! जब वे प्यार करते हैं, तो उन्हें आनंद मिलता है। और जब प्यार बढ़ता है, तो व्यक्ति अपने लिए आनंद की तलाश नहीं करता, बल्कि चाहता है कि दूसरे आनंद पाएँ।

— क्या इसका मतलब यह है कि आनंद किसी चीज़ से उत्पन्न होता है, जबकि प्रेम अपने आप में ही मौजूद है?

— हाँ, बिल्कुल ऐसा ही है। प्रेम अपने आप में मौजूद है, जबकि आनंद प्रेम से उत्पन्न होता है। जब आप प्रेम करते हैं, तो आनंद पीछे-पीछे आता है। एक व्यक्ति प्रेम देता है और आनंद प्राप्त करता है; उन्हें अपने प्रेम का प्रतिकूल उस आनंद के रूप में मिलाता है जो वे अनुभव करते हैं। उदाहरण के लिए, यदि किसी व्यक्ति को कुछ दिया जाता है, तो वे उस वस्तु को लेते हैं और उसी एक चीज़ में आनंद पाते हैं। दूसरा व्यक्ति सब कुछ देता है और आनंद एक चीज़ में नहीं, बल्कि हर चीज़ में पाता है। जब कोई व्यक्ति कुछ प्राप्त करता है तो जो आनंद उसे होता है, वह मानवीय आनंद है। लेकिन जब वह कुछ देता है तो जो आनंद उसे होता है, वह पवित्र, दिव्य है। दिव्य आनंद तब आता है जब आप स्वयं को देते हैं!

आध्यात्मिक आनंद ईश्वर का एक उपहार है

— गेरोंडा, कोई व्यक्ति ईश्वर के साथ अपने मेल-मिलाप का आश्वासन कैसे प्राप्त करता है?

— जो आंतरिक आनंद, दिव्य सांतवना एक व्यक्ति महसूस करता है, वह इस बात का संकेत है कि वह ईश्वर के साथ सुलह कर चुके हैं।

— लेकिन क्या किसी व्यक्ति के लिए आनंद और दिव्य सांतवना का अनुभव कभी बिना ईश्वर के साथ मेल-मिलाप महसूस करना संभव है?

— नहीं, वे ऐसा नहीं कर सकते; उन्हें फिर भी कुछ महसूस होगा। शायद उन्होंने कभी बहुत आराम का अनुभव किया था, लेकिन फिर वह आराम कमजोर हो गया, और इसलिए उन्हें लगता है कि उन्हें दिव्य आराम महसूस नहीं हो रहा है।

— गेरोंडा, ऐसा क्यों है कि कभी-कभी आप खुद को एक अच्छी आध्यात्मिक स्थिति में पाते हैं और आनंद महसूस करते हैं, और फिर अचानक वह आनंद खो जाता है?

— ईश्वर आपको आध्यात्मिक आनंद भेजते हैं, और आप आनंदित होते हैं। फिर वह उसे छीन लेते हैं, और आप उसे खोजने लगते हैं, अधिक प्रयास करते हैं और अधिक आध्यात्मिक प्रगतिकरते हैं।

— जेरोंडा, मुझे इतनी खुशी क्यों महसूस होती है? शायद मुझे अपने पापी होने का एहसास नहीं है?

— नहीं, बिल्कुल नहीं! यह ईश्वर है जो आपको एक मठाई से खुश कर रहे हैं। अब यह मठाई है, और बाद में यह उस तरह की शराब होगी, जैसी वे स्वर्ग में पीते हैं। क्या आप जानते हैं कि वहाँ की शराब कतिनी मीठी होती है? हाँ! यदि ईश्वर को थोड़ा सा भी प्रेम, थोड़ी सी भी सद्भावना दिखाई देती है, तो वे उदारतापूर्वक अपनी कृपा प्रदान करते हैं, और इस जीवन में ही आपको अपनी शराब से मदहोश कर देते हैं। जो आध्यात्मिक परिवर्तन एक व्यक्ति के भीतर होता है, और जब दिव्य अनुग्रह उन पर आता है तो उन्हें जो हृदय की आनंद की अनुभूति होती है, वह किसी भी... कार्डियोलॉजिस्ट, यहाँ तक कि सबसे महान व्यक्ति द्वारा भी नहीं दी जा सकती। जब आप इस आनंद को महसूस करें, तो इसे यथासंभव लंबे समय तक बनाए रखने का प्रयास करें।

— क्या हमें ईश्वर से आध्यात्मिक आनंद देने के लिए प्रार्थना करनी चाहिए?

— आध्यात्मिक आनंद माँगना तुच्छ है; यह अपने आप तब आ जाता है जब परिस्थितियाँ सही होती हैं। यदि आप लगातार आनंदित रहना चाहते हैं, तो ऐसी इच्छा में आत्म-प्रेम है। मसीह प्रेम के लिए अपना क्रूस उठाने के लिए संसार में आए। उन्हें पहले सूली पर चढ़ाया गया, और फिर वे पुनर्जीवित हुए।

ईश्वर की संतान स्वर्गीय पुरस्कार के लिए, न ही इस जीवन में आध्यात्मिक आनंद के लिए परिश्रम करती हैं। आखिरकार, पति अपने बच्चों को उनके श्रम के लिए भुगतान नहीं करते, क्योंकि उनकी संपूर्ण संपत्ति उनके ही लिए है। यह एक बिल्कुल अलग मामला है जब बात उन दैवीय उपहारों की आती है जो ईश्वर, एक अच्छे पति के रूप में, इस जीवन और आने वाले जीवन में प्रदान करते हैं।

आत्मकि पीड़ा ही आत्मकि आनंद है

— गेरोना, कोई व्यक्ति अपने भीतर आनंद कैसे बनाए रख सकता है?

— यदि वे हर चीज़ को आध्यात्मिक रूप से ग्रहण करें। तो बीमारी और परीक्षाएँ भी उनकी खुशी छीन नहीं पाएँगी।

— लेकिन परीक्षाओं का आध्यात्मिक रूप से सामना करने के लिए, क्या किसी व्यक्ति को पहले अपने जुनून से छुटकारा नहीं पाना चाहिए?

— भले ही किसी व्यक्ति ने अपने जुनून से छुटकारा न पाया हो, फिर भी जब उसे परीक्षाएँ और दुख आते हैं तो वह आनंद महसूस कर सकता है। यदि वह इन दुखों को अपने जुनून के लिए एक इलाज के रूप में माने, तो वह उन्हें खुशी से स्वीकार करेगा, ठीक वैसे ही जैसे एक बीमार व्यक्ति इस उम्मीद में खुशी-खुशी कड़वी दवा पीता है कि वह उसे उसकी बीमारी से ठीक कर देगी।

— लेकिन कोई व्यक्ति आनंद और पीड़ा को कैसे सामंजस्य कर सकता है?

— आध्यात्मिक जीवन में कुछ अद्भुत होता है: जब कोई व्यक्ति मसीह के प्रेम के लिए कुछ सहता है—यहाँ तक कि यातना भी—तो उसका हृदय द्रव्य आनंद से भर जाता है। यही तब भी सच है जब वे प्रभु के दुःख-कष्ट में सहभागी होते हैं। वह जतिना गहराई से इस विचार से प्रभावित होता है कि मसीह हमारे पापों के लिए सलीब पर चढ़ाया गया था, और जतिना अधिक वह पीड़ित होता है, उतना ही अधिक उसे द्रव्य आनंद का पुरस्कार मिलता है। पीड़ा ही आनंद है, पीड़ा ही आनंद है। और वे जतिना अधिक पीड़ित होते हैं, उतना ही अधिक आनंद का अनुभव करते हैं। उन्हें ऐसा महसूस होता है मानो मसीह उनके सरि पर प्यार से हाथ फेर रहे हों और कह रहे हों: 'मेरी चिंता मत करो।'

एक बहन ने कहा: 'मुझे आनंद की आवश्यकता नहीं है; मैं मसीह के लिए शोक मनाना चाहती हूँ। मसीह मेरे लिए सूली पर चढ़ाया गया; मैं कैसे आनंदित हो सकती हूँ? मसीह मुझे आनंद क्यों देता है?' वह आध्यात्मिक अवस्थाओं का अनुभव कर रही थी, और जतिना अधिक वह मसीह के कष्टों में सहभागी होती और प्रेम से भरा दुःख महसूस करती, उतना ही अधिक मसीह ने उस पर आनंद की वर्षा की। मसीह ने उसे उसकी बुद्धि से वंचित कर दिया—इस शब्द के सर्वोत्तम अर्थ में!

क्रूस पर चढ़ाए जाने की घटना हमेशा पुनरुत्थान से पहले होती है और वज्रिय लाती है। क्रूस महमा लाता है। मसीह, क्रूस के साथ गोलगोथा पर चढ़ने और क्रूस पर चढ़ाए जाने के बाद, पति के पास स्वरगारोहण कर गए। क्रूस पर चढ़ाए गए मसीह लोगों की कड़वाहट को मठास में बदल देते हैं, और क्रूस पर चढ़ाया गया व्यक्ति ईश्वर-मनुष्य यीशु की नकल करता है।

धन्य यीशु ने, संपूर्ण संसार के पापों सहित, उसकी सारी कड़वाहट स्वयं पर ले ली, और हमें वह आनंद और हरष प्रदान किया जो उन लोगों को होता है जिन्होंने अपना पुराना स्वरूप त्याग दिया है, और जिनमें अब मसीह वास करते हैं। ऐसा व्यक्ति पृथ्वी पर ही स्वरगीय आनंद का एक अंश अनुभव करता है, सुसमाचार के वचनों के अनुसार: 'परमेश्वर का राज्य तुम्हारे भीतर है।'²²³

मैं परमेश्वर का धन्यवाद करता हूँ कि उन्होंने मुझे ऐसे कई लोगों को जानने का सौभाग्य दिया है, और मैं उनसे प्रार्थना करता हूँ कि वे मेरी मदद करें ताकि मैं उन्हें दुखी करना बंद कर दूँ, भले ही मैं स्वयं उस अवस्था को प्राप्त न करूँ।

मैं कामना करता हूँ कि आपको इस जीवन में हमेशा आध्यात्मिक आनंद प्राप्त हो, और परलोक में, शाश्वत जीवन में, मसीह की उपस्थिति में नरितर आनंदित रहें।

अध्याय 5. वविक — गुणों का मुकुट

हमारी आध्यात्मिक स्थिति हमारे वविक में परलक्षित होती है

— गेरोना, पवतिर पति यह क्यों कहते हैं कि वविक की सदगुण सभी सदगुणों में सबसे महान है?²²⁴

— वविक केवल एक गुण नहीं है; यह गुणों का मुकुट, गुणों का शखिर है।

हमारी आध्यात्मिक स्थिति जैसी भी हो, हमारे गुणों की गुणवत्ता जैसी भी हो, हमारी वविक बुद्धि भी वैसी ही होती है। यदि हमारे गुण कागज के बने हैं, तो गुणों का मुकुट—अर्थात् वविक बुद्धि—भी कागज का ही होगा। यदि हमारे गुण कांसे के हैं, तो मुकुट भी कांसे का होगा। यदि वे सोने के हैं, तो मुकुट भी सोने का होगा। यदि हमारे गुणों में हीरे हैं, तो गुणों के मुकुट पर भी हीरे होंगे—वविक।

— गेरोना, वविक क्या है?

— वविक ही आध्यात्मिक दृष्टि है। और आध्यात्मिक दृष्टि उस व्यक्त के पास होती है जिसके मन को शुद्ध किया गया हो; ऐसे व्यक्त की आत्मा में स्पष्टता और ईश्वर से प्रबुद्धता होती है।

— सेंट जॉन कलाइमक्स कहते हैं: 'हम अपनी दो आँखों से भौतिक चीजों को देखते हैं, लेकिन वविक से हम आध्यात्मिक चीजों को देखते हैं।'²²⁵

— बिल्कुल सही। देखिए, अगर हमारी आँखें स्वस्थ हैं, तो हम अच्छी तरह देखते हैं, लेकिन अगर वे बीमारी से ग्रस्त हैं, तो हम ठीक से नहीं देख पाते। हमारी दृष्टि की तीक्ष्णता हमारी आँखों के स्वास्थ्य पर निर्भर करती है। यही बात आध्यात्मिक जीवन पर भी लागू होती है। हमारी आध्यात्मिक दृष्टि—वविक—इस बात पर निर्भर करती है कि हम आध्यात्मिक रूप से कितने स्वस्थ हैं।

— गेरोना, आध्यात्मिक आँखें कैसे खुलती हैं?

— क्या मसीह ने एक स्पर्श से अंधे आदमी की आँखें नहीं खोलीं?²²⁶ लेकिन हमारी आत्मा की आँखें खुलने के लिए, हमें पाप की गंदगी, मैल और अशुद्धि को दूर करना होगा। क्या यह लिखा नहीं है: 'क्या उसने बुद्धिमिनों की आँखों से कीचड़ नहीं झाड़ा?'²²⁷ यदि हम अपने 'स्व' का त्याग नहीं करते और स्वयं को अपनी पुरानी प्रकृति से मुक्त नहीं करते, बल्कि आत्म-प्रेम, स्वार्थ और दूसरों को खुश करने की इच्छा हममें बनी रहती है, तो हमारी आध्यात्मिक दृष्टि स्पष्ट नहीं होगी।

जैसे-जैसे कोई व्यक्ति आध्यात्मिक जीवन में आगे बढ़ता है, वैसे-वैसे उसकी आत्मा की आँखें और अधिक खुलती जाती हैं। मन शुद्ध हो जाता है; व्यक्ति अपनी कमियों को और अधिक स्पष्ट रूप से पहचानने लगता है और ईश्वर की अनेक कृपाओं को देखने लगता है; वह वनिम्र हो जाता है, आंतरिक रूप से पश्चातापी होता है — और ईश्वर की कृपा और दयित्व प्रबोधन स्वाभाविक रूप से आते हैं, और वह वविक प्राप्त कर लेता है। तब, हर परिस्थिति में, वे स्पष्ट रूप से देखते हैं कि ईश्वर की इच्छा क्या है और वे अपने आध्यात्मिक पथ पर नहीं ठोकर खाते। क्योंकि वविक वह स्टीयरिंग व्हील है जो उन्हें सुरक्षित रूप से मार्गदर्शन करता है, उन्हें सीधे रास्ते से भटकने से रोकता है, न तो दाईं ओर और न ही बाईं ओर।

— गेरोन्डा, जब कोई व्यक्ति अपनी मर्जी से कुछ अच्छा करना शुरू करता है, लेकिन फिर अतविद की हद तक चला जाता है और अंत में बुराई करने लगता है, तो क्या इसका मतलब है कि उसमें वविक की कमी है?

²²⁴ पवतिर पतिओं में से एक, दमास्कस के जॉन द्वारा। एक आत्मा-पोषक और अद्भुत प्रवचन। पवतिर नेप्टिक पतिओं की फलिकैलिया। खंड II। एर्थेस, 1975। पृ. 237.

²²⁵ सनाई के जॉन। सीढ़ी। एर्थेस, 1970। पृ. 145.

²²⁶ यूहन्ना 9:6 देखें

²²⁷ पेंटेकोस्ट के याम्बिक कैनन की पहली ओड के इरमोस से। — संकलक का नोट।

— शुरुआत अच्छी हो सकती है, लेकिन अगर कोई व्यक्ति लापरवाह है, तो स्वार्थ उस मामले में समा जाता है और वे सही मार्ग से भटक जाते हैं। जब हमारे 'स्व', हमारा अहंकार, हमारे कामों में मलि जाता है, तो वासनाएँ उत्पन्न होती हैं, और शैतान उसका लाभ उठाता है। इसलिए, आंतरिक सजगता और वनिमृता के साथ जीने का प्रयास करें, चुपचाप काम करें, ताकि आपको दिव्य ज्ञान प्राप्त हो सके। जो लोग एक आंतरिक जीवन जीते हैं, वे वनिमृतापूर्वक मानव तुच्छता, कट्टरता आदि पर काबू पा लेते हैं, और शब्द के सर्वोत्तम अर्थ में, उत्साही बन जाते हैं।

— गेरोना, मुझे यह समझना मुश्किल लगता है कि प्रत्येक विशिष्ट मामले में क्या सही है।

— आपको शुद्धिकरण की आवश्यकता है ताकि आध्यात्मिक धारणा की स्पष्टता उत्पन्न हो सके। *लावसाइक*, *लमोनारी*, *यादगार कहानियाँ*, और बाबा वरसोनोफयिस के लेखन पढ़ें; आध्यात्मिक अंतर्ज्ञान विकसित करने के लिए उन्हें अपने ऊपर लागू करें। तब आप सोने और तांबे में अंतर कर पाएंगे, और आप आध्यात्मिक मामलों में एक सच्चे जौहरी बन जाएंगे।

प्रत्येक सदगुण के लिए वविक की आवश्यकता होती है

— जेरोंडा, बाबा इसाक लिखते हैं: 'ईश्वर सदगुण²²⁸ को सही नरिणय से जोड़ता है।'

— वास्तव में ऐसा ही है। हमारा प्रत्येक कर्म, यदविह ईश्वर को प्रसन्न करना चाहता है, और प्रत्येक सदगुण, यदविह वास्तव में सदगुण है, तो उसे वविक की आवश्यकता होती है। वविक सदगुणों का नमक है। इसीलिए मसीह सुसमाचार में कहते हैं: 'हर बलदान नमक से सीजन किया जाएगा।'²²⁹ उदाहरण के लिए, तपस्या के प्रयासों के मामले में कतिनी वविकशीलता की आवश्यकता होती है! एक व्यक्ति को अपनी ताकत, अपनी आध्यात्मिक स्थिति, आदि को ध्यान में रखना चाहिए। यदि वे हृदय से ज्यादा आगे बढ़ जाते हैं, तो वे खुद को कुछ भी करने में असमर्थ पाएंगे, और यह उनके पूरे आध्यात्मिक जीवन के लिए हानिकारक होगा। इसीलिए चर्च के पति कहते हैं: 'जो कुछ भी माप से परे है, वह शैतान से आता है।'²³⁰ उदाहरण के लिए, पैसियोस महान, जो बीस दिन तक बिना भोजन के रह सकते थे, उनके लिए नियमिति रूप से तीन-दिन के उपवास करना अतशियोक्त नहीं होता। लेकिन एक ऐसे व्यक्ति के लिए जिसकी टाँगें कमजोरी से काँपती हैं और जो साल में एक बार मुश्किल से ही तीन दिन का उपवास कर पाता है,²³¹ अपने ऊपर लगातार ऐसे उपवास थोपना एक अतशियोक्ति होगी, और चरमपंथ, जैसा कि हमने कहा है, शैतान से आते हैं।

— गेरोन्डा, मैं समझता हूँ कि तपस्या में वविक की आवश्यकता होती है, लेकिन मुझे यह समझना मुश्किल हो रहा है कि अन्य सदगुणों में इसकी आवश्यकता क्यों है। क्या आप हमें एक उदाहरण दे सकते हैं?

— उदाहरण के लिए, आपको ही ले लेते हैं। आपका दिलि माँ जैसा है, और... क्या मैं और बताऊँ?

— बोलिए, जेरोंडा।

— लेकिन आपके व्यवहार... एक दुष्ट सौतेली माँ जैसे हैं। आपमें बहुत त्याग, बहुत आत्म-संयम, बहुत दया है, लेकिन वविक नहीं है। आप इस बात पर कोई ध्यान नहीं देते कि आपसे कौन बात कर रहा है या वे क्या चाहते हैं; आप इस बारे में नहीं सोचते कि आपको उनके प्रति कैसा व्यवहार करना चाहिए, लेकिन आप उनके चारों ओर एक गुड़िया की तरह घूमने लगते हैं। लेकिन एक व्यक्ति जो आपका दिलि नहीं देख सकता, केवल आपका बाहरी व्यवहार देख सकता है, वह नरिश हो जाता है।

²²⁸ उद्धृत: अब्राहम इसाक द सीरियन के तपस्वी कथन। मॉस्को, 1993। पृ. 423। रूसी अनुवाद में, 'सदगुण' के बजाय 'सत्य' शब्द का उपयोग किया गया है। — *अनुवादक की टिप्पणी*।

²²⁹ मरकुस 9:49

²³⁰ देखें: पवित्र और धन्य पतिओं के तपस्वी जीवन के स्मरणीय वृत्तांत। होली ट्रिनिटी सेंट सर्जियस लाव्रा, 1993। पृ. 152.

²³¹ तीन-दिवसीय उपवास: महा-लेंट के पहले तीन दिन, जिन दौरान ऑर्थोडॉक्स ईसाई भोजन और पानी से परहेज करते हैं। — *संकलक की टिप्पणी*।

— मैं क्या करूँ, गेरोन्डा?

— परमेश्वर से ज्ञान प्राप्त करने के लिए प्रार्थना करो, ताकि तुम हर चीज़ को वविक से देख सको। धैर्य और प्रार्थना से स्वयं को सुसज्जित करो, और तुम धीरे-धीरे वविक प्राप्त कर लोगे।

और प्रेम में भी वविक की आवश्यकता होती है

— अब पमिन कहते हैं: 'पता लगाओ कि तुम्हारा भाई क्या चाहता है और उसका मन शांत करो।' ²³² इसका वास्तव में क्या मतलब है?

— उनका मतलब है कि मिनुष्य को अपने भाई, अपने पड़ोसी की ज़रूरत को समझना चाहिए, और उसी के अनुसार, अच्छे तरीके से, उसे सांतवना देनी चाहिए। क्योंकि प्रेम में भी वविक की आवश्यकता होती है। उदाहरण के लिए, यदि कोई व्यक्ति खाने का लालची है, तो उसे लगातार स्वादपिष्ट व्यंजन नहीं खिलाना चाहिए, क्योंकि इससे उसे नुकसान होगा। जिसकी भूख कम हो, उसके लिए स्वादपिष्ट भोजन तैयार किया जाना चाहिए। यदि किसी व्यक्ति को मधुमेह है और आप उसे कुछ मीठा देते हैं, तो क्या वह वास्तव में प्रेम है?

— गेरोन्डा, कोई व्यक्ति वविक के साथ प्रेम करते हुए भी सभी से समान रूप से प्रेम कैसे कर सकता है?

— वह सभी से समान रूप से प्यार करता है, लेकिन अपना प्यार अलग-अलग तरीकों से दिखाता है। वह एक व्यक्ति से दूरी बनाकर प्यार करता है, क्योंकि उस व्यक्ति को दूर रखने की ज़रूरत है, और दूसरे से पास रहकर: जो भी उनके लिए सबसे अच्छा हो। कुछ लोगों से उसे बिल्कुल भी बात करने की ज़रूरत नहीं होती; दूसरे से उसे कुछ शब्द कहने होते हैं; तीसरे से उसे लंबी बात करनी पड़ती है।

— क्या प्यार दिखाते हुए किसी को नुकसान पहुँचाना संभव है?

— यदि किसी व्यक्ति का स्वभाव सनेही है और आप उसे बहुत सारा प्यार दिखाते हैं, तो वह बेहतर हो जाता है और हर तरह से आपका अहसान चुकाने की कोशिश करता है। लेकिन एक अभिमानी व्यक्ति, यदि आप उसे बहुत प्यार दिखाते हैं, तो वह और भी अभिमानी हो जाता है, क्योंकि बहुत प्यार दयालु-सज्जन को और अधिक दयालु-सज्जन बना देता है, और अभिमानी को और अधिक अभिमानी। इसलिए, जब आप देखते हैं कि आपका प्यार कोई भला नहीं कर रहा है, तो आप इसे वविकपूर्ण ढंग से कम कर देते हैं, लेकिन यह आप प्यार के लिए ही करते हैं।

— गेरोन्डा, क्या ऐसा हो सकता है कि मैं शुद्ध इरादों से बलदान दूँ और अंत में मुझे क्रोधति महसूस हो?

— हाँ, और यही कारण है कि त्याग को वविक से नरिदेशति किया जाना चाहिए। सावधान रहें कि आप अपनी सीमाओं से आगे न जाएँ, क्योंकि शारीरिक शक्त की भी अपनी सीमाएँ होती हैं। जब आप अपनी शारीरिक सीमाओं से आगे बढ़ जाते हैं, तो अगर कोई आपसे कहे, 'आपने आज सुबह से कुछ भी नहीं किया है', तो आप सोच सकते हैं, 'कतिना कृतघ्न व्यक्ति है! मैं सुबह से बना रुके काम कर रहा हूँ, और वह कहता है कि मैंने कुछ भी नहीं किया!' और इस तरह आपकी सारी मेहनत व्यर्थ हो जाएगी।

— अगर मुझे अंदर से एक पल के लिए भी गुस्सा आए, और फिर तुरंत एहसास हो कि ऐसा इसलिए हुआ क्योंकि मैं शुद्ध इरादों से काम नहीं कर रहा था, तो क्या उस स्थिति में भी मैं सब कुछ खो देता हूँ?

— उस मामले में, वह नन्हा शैतान आपको धक्का देता है, और आप उसे थप्पड़ मारकर जवाब देते हैं। तो नन्हा शैतान अपना थप्पड़ खाता है और भाग जाता है।

²³² द गेरोन्टिकॉन। एथेस, 1981। पृ. 93.

तरक में कोई सीमाएँ या नयिम नहीं है

— गेरोन्डा, क्या तरक करने की कोई वशिष सीमा होती है?

— नहीं, वविक का कोई नश्चिती मापदंड नहीं है; इसके लिए कोई सीमा या नयिम नहीं है। हाँ है, नहीं है, बहुत है, और थोड़ा है। जसि बहन के पास वविक होता है, उसे यह बताने की आवश्यकता नहीं होती कि क्या करना है या क्या कहना है। वह हमेशा सही ढंग से कार्य करती है, क्योंकि वह हमेशा आध्यात्मिक रूप से तरक करती है। वह दविय प्रकाश से प्रबुद्ध होती है और उसके पास आध्यात्मिक अंतरज्ञान होता है।

— गेरोन्डा, आपने एक बार मुझसे कहा था कि मैं संकीर्ण-दृष्टिवाली हूँ। आपका क्या मतलब था?

— आप चीजों को संकीर्ण दृष्टिकोण से देखती हैं: आप केवल व्यवस्था को लेकर चिंतित रहती हैं और व्यक्तियों में कोई रुचि नहीं रखती। उदाहरण के लिए, सेवा में, आप कहती हैं: 'अमुक बहन को वहाँ खड़ा होकर अमुक गीत गाना चाहिए।' आप इस पर विचार नहीं करती कि उसमें खड़े रहने की ताकत है या वह उसे गा सकती है या नहीं। सबसे पहले, आपको यह विचार करना होगा कि इस 'करना चाहिए' को कहाँ और कैसे लागू किया जाए, और केवल तभी इसके पालन की मांग करें। आपमें वविक की कमी है; इसीलिए आप हर चीज को इतने सूखे, औपचारिक तरीके से करते हैं।

किसी व्यक्ति के लिए चर्च के नियमों को सही ढंग से और दूसरों के लाभ के लिए लागू करने के लिए, उसे आध्यात्मिक होना चाहिए और आध्यात्मिक वविक रखना चाहिए। अन्यथा, वे कानून के अक्षर से बंधे रहते हैं, और कानून का अक्षर 'मारता' है।²³³ कोई आपसे कहता है: 'यह *Kormcha*²³⁴ में लिखा है', और इसे ठीक वैसे ही लागू करता है जैसे वह किताब में देखता है, जबकि उन्हें प्रत्येक मामले का अलग से विश्लेषण करना चाहिए। जैसा कि मैंने व्यवहार में देखा है, एक ही मामला हजारों अन्य मामलों को छुपा सकता है। उदाहरण के लिए, प्रायश्चित्त व्यक्ति, उसकी स्थिति, उसके द्वारा किए गए अपराध, उसके द्वारा दिखाए गए पश्चाताप के अनुरूप होना चाहिए, और इसमें कई, कई अन्य कारकों को ध्यान में रखना चाहिए। यहाँ कोई एक सूत्र नहीं है, कोई एक नियम नहीं है जो जीवन की सभी परस्थितियों पर लागू हो।

सभी मामलों में, सबसे महत्वपूर्ण चीज वविक, दविय ज्ञान है। इसीलिए मैं हमेशा प्रार्थना करता हूँ कि ईश्वर लोगों को ज्ञान भेजे। मैं कहता हूँ, "हे मेरे मसीह, हमने अपना घर और वहाँ जाने का रास्ता खो दिया है। हमें ज्ञान प्रदान करें, ताकि हम अपना घर, अपने पति को पा सकें। हमें दविय मार्गदर्शन प्रदान करें।"

सकारात्मक चिंता

"यदि हम यह न भूलें कि पृथ्वी पर हमारा उद्देश्य परमेश्वर के राज्य को प्राप्त करना है, तो एक अच्छी बेचैनी हम पर हावी हो जाएगी। देर-सवेर, यह बेचैनी हमारी आत्मा को आध्यात्मिक क्षेत्र में ले जाएगी, जहाँ उसे प्रचुर मात्रा में ऑक्सीजन मिलेगी, वह जीवंत हो उठेगी और ऊँचा उड़ान भरेगी।"

अच्छी बेचैनी — एक 'नेक काम' के लिए एक सकारात्मक चिंता²³⁵

— गेरोन्डा, एक अच्छी बेचैनी क्या है?

²³³ 2 कुरिन्थियों 3:6

²³⁴ कोरमचाया (ग्रीक में Κορμάγια — अनुवादक की टिप्पणी) — ऑर्थोडॉक्स चर्च के कैनों का एक संग्रह, जिसमें सार्वभौमिक परषिदों के पवित्र कैनेन, पवित्र प्रेरितों के कैनेन, साथ ही चर्च के पवित्र पितृओं के कैनेन, उनके संक्षिप्त भाष्य के साथ शामिल हैं। इस संग्रह को 1793 में माउंट एथोस के संत निकोडेमस और भिक्षु अगापियोस द्वारा संकलित किया गया था। — संकलक की टिप्पणी।

²³⁵ देखें 1 तिमोथी 6:12

— एक अच्छी बेचैनी 'एक अच्छे प्रयास' के लिए एक अच्छी चिंता है। एक व्यक्ति प्रयास करता है, खुद पर नज़र रखता है, पता लगाता है कि उसकी आध्यात्मिक प्रगति में क्या बाधा डाल रहा है, चिंतन करता है, यदि आवश्यक हो तो मदद मांगता है, और आध्यात्मिक श्रम करता है। उदाहरण के लिए, यदि वे देखते हैं कि किसी विशेष स्थिति में उन्होंने अहंकार से व्यवहार किया, तो वे तुरंत सोचते हैं: 'अहंकार पर कैसे विजय प्राप्त की जाए? विनिम्रता से। तो, विनिम्रता की आवश्यकता है।' चट, चट—वे कुल्हाड़ी से अहंकार को काट डालते हैं। संक्षेप में, एक व्यक्ति आध्यात्मिक प्रगति की तलाश करता है और आध्यात्मिक कार्यों में संलग्न रहता है। एक ऐसे छात्र पर विचार करें जो प्राथमिक विद्यालय का पहला वर्ष पूरा करता है, फिर दूसरे वर्ष में चला जाता है, प्राथमिक विद्यालय पूरा करता है, माध्यमिक विद्यालय में जाता है, और फिर आगे बढ़ाई करता है। यदि वे अपनी पढ़ाई में संघर्ष कर रहे हैं, तो वे विश्वविद्यालय में प्रवेश पाने के लिए मदद मांगेंगे या अतिरिक्त ट्यूशन लेंगे। फिर वे अपनी डिग्री प्राप्त करने के लिए कड़ी मेहनत करते हैं। उसके बाद, वे मास्टर डिग्री में दाखिला ले सकते हैं, फिर स्नातकोत्तर कार्यक्रम में; यदि वे अपनी पढ़ाई जारी रखना चाहते हैं, तो वे विदेश जा सकते हैं। और वे यह सब विद्वता में उत्कृष्टता प्राप्त करने के लिए करते हैं। आध्यात्मिक जीवन में तो और भी अधिक—जो एक आध्यात्मिक विज्ञान है—एक व्यक्ति को अपनी आध्यात्मिक प्रगति के बारे में चिंता होना चाहिए!

एक सकारात्मक चिंता उत्साह और आकांक्षा की एक लहर है। यह आत्मा को साहस और ऊर्जा से भर देती है; यह भय या दुख नहीं, बल्कि सांतवना लाती है। यह न तो तनाव है और न ही चिंता, बल्कि वीरतापूर्ण कार्यों के लिए एक जोश है। आप कभी-कभी एक निश्चिंत ठहराव प्रदर्शित करते हैं। आप कहते हैं: 'मैं इस तरह प्रयास कर रहा हूँ, मैं इस स्थिति में हूँ'—और फिर भी आप वहीं बने रहते हैं जहाँ आप थे। ऐसे मामले में एक संत कैसे व्यवहार करेगा? आप में वह प्रेरणा, वह आकांक्षा नहीं है। आपके भीतर कोई आंतरिक परिवर्तन नहीं है, क्योंकि आपको जहाँ आप खड़े हैं वहाँ से हटाने के लिए आपके भीतर सकारात्मक बेचैनी का उत्प्रेरक अभी तक सक्रिय नहीं हुआ है।

आइए हम अपनी आत्मा के मोक्ष के प्रश्न को हृदय से लें

— एल्डर हजी-जॉर्ज के जीवन में, आप लिखते हैं: 'आत्मा के उद्धार में रुचि शरीर को विनिम्र बनाती है और वासनाओं को मार डालती है।'²³⁶ मुझमें यह रुचि नहीं है...

— मुख्य बात यह है कि आपका मन और हृदय इस बात में व्यस्त न हों। मन और हृदय का ध्यान लगातार इस बात पर केंद्रित होना चाहिए कि परम लक्ष्य, जो स्वर्ग का राज्य है, तक कैसे पहुँचा जाए। जब हृदय आत्मा के उद्धार के लिए तड़पता है, तो मन उस पीड़ा के पीछे चलता है। यह सब पीड़ा के बारे में है। जब आपको दर्द होता है, तो आप खाना या सोना नहीं चाहते। जो लोग एक धार्मिक चिंता पालते हैं, वे हर बात को दिल पर लगा लेते हैं। ऐसा लगता है कि आपने अभी तक स्वर्ग को अपना लक्ष्य नहीं बनाया है; आपका लक्ष्य पृथ्वी है। आपने अभी तक अपनी आत्मा के उद्धार के प्रश्न को दिल पर नहीं लिया है। लेकिन अगर आप इस प्रश्न को दिल पर नहीं लेते हैं, तो आप किस बात की आशा कर सकते हैं?

हम अपनी आत्मा के उद्धार के प्रति उदासीन नहीं हो सकते। हमें लगातार इस बारे में सोचना चाहिए कि कैसे मोक्ष प्राप्त किया जाए। यदि हम इसके बारे में नहीं सोचते हैं, तो हम सांसारिक चीजों से जुड़े रहेंगे और लगातार एक ठहराव की स्थिति में रहेंगे। यदि हम यह न भूलें कि पृथ्वी पर हमारा उद्देश्य परमेश्वर के राज्य की खोज करना है, तो हममें एक सकारात्मक बेचैनी घर कर जाएगी। देर-सवेर, यह बेचैनी हमारी आत्मा को आध्यात्मिक क्षेत्र में ले जाएगी, जहाँ उसे प्रचुर मात्रा में ऑक्सीजन मिलेगी, वह जीवंत हो उठेगी और महान ऊँचाइयों तक उड़ान भरेगी।

ईश्वर ने मनुष्य को मन इसलिए नहीं दिया कि वह लगातार इस बारे में सोचे कि एक प्रकाश के बंदी से दूसरे तक यात्रा करने का सबसे तेज़ तरीका क्या है, बल्कि इसलिए दिया कि वह, सबसे पहले और सबसे

²³⁶ माउंट अथोस के एल्डर पैसघिस। एल्डर हतज़सि-जॉर्ज जि द अथोनाइट। सूरती, थेसालोनिकी, 1986। पृ. 34।

महत्वपूर्ण रूप से, इस बारे में सोचे कसिबसे ज़रूरी क्या है: परम लक्ष्य को कैसे प्राप्त किया जाए—ईश्वर तक पहुँचना, सच्चे देश, स्वर्ग को प्राप्त करना।

"ज्जानी को शराब दो, और वह और भी बुद्धिमान हो जाएगा"²³⁷

— एक उदासीन व्यक्ति के लिए आध्यात्मिक जीवन जीने की शुरुआत करने के लिए क्या प्रेरणा का काम कर सकता है?

— कई चीज़ें प्रेरणा दे सकती हैं, अगर वह स्वयं आगे बढ़ना चाहे। लेकिन अगर वह नहीं चाहता, तो वह बस घावों से ढक जाएगा, जैसे एक बैल जिससे तेज़ चलने के लिए कोड़े से गोदा जाता है, फरि भी वह हलिता नहीं; वह कोड़े के घावों से ढक जाता है, लेकिन सब बेकार।

— गेरोन्डा, अगर किसी व्यक्ति की इच्छा अच्छी है और आप उसे एक धक्का देते हैं, तो क्या ईश्वर उसे कुछ हासिल करने में मदद नहीं करेंगे?

— हाँ, ईश्वर मदद करेंगे, लेकिन उसे उस धक्का से भागना चाहिए। अन्यथा, उसे धक्का देने वाला भी थक जाएगा। जब कोई व्यक्ति हमेशा पानी में ही तैरता रहता है क्योंकि वह खुद को सुधारना नहीं चाहता, तो उसे मदद करने की कोशिश करने वाला बहुत थक जाता है।

यदि किसी व्यक्ति में वह स्वस्थ बेचैनी नहीं है जो उसे आगे बढ़ने और आध्यात्मिक कार्य करने में सक्षम बनाए, तो वह कोई आध्यात्मिक प्रगति नहीं करेगा; वह एक चौकोर पहिये की तरह होगा जिससे हर समय धकेलने की आवश्यकता होती है। आप उसे धकेलते हैं — वह लड़खड़ाता है, फरि रुक जाता है। आप फरि से धक्का देते हैं, यह आगे बढ़ता है, फरि रुक जाता है। क्या ऐसे यात्रा करना संभव है? अगर आगे लंबी यात्रा हो, तो क्या उसे ऐसे ही रुक-रुक कर धक्का देकर पूरा किया जा सकता है? और आध्यात्मिक मार्ग लंबा है: सौ या दो सौ मीटर का नहीं।

— गेरोन्डा, एक सकारात्मक बेचैनी कैसे उत्पन्न होती है?

— मान लीजिए मैं एक ऐसी कतिब पढ़ रहा हूँ जो आत्मा को पोषण देती है और मैं एक ऐसे अंश पर रुकता हूँ जो मुझ पर गहरा प्रभाव डालता है — जैसे कि मुझे कोई कीमती पत्थर मिला गया हो और मैं यह देखना चाहता हूँ कि यह किस प्रकार का पत्थर है, इसलिए मैं इसकी जाँच करता हूँ। मैं इसे अपने ऊपर लागू करता हूँ, फरि पूछता हूँ कि क्या मैंने इसे सही ढंग से समझा है और इसे अपने जीवन में अभ्यास में लाने की कोशिश करता हूँ। फरि मैं खुद से पूछता हूँ कि क्या मैं इसे सही ढंग से अपने जीवन में उतार रहा हूँ। इस तरह, धीरे-धीरे, मैं आध्यात्मिक जीवन में सही मार्ग पर चलना सीखता हूँ। किसी ने मुझसे अब्बा इसाक के बारे में कभी नहीं कहा था, लेकिन एक दिन एक करिने वाले ने मेरे लिए *सवेतोगोरस्काया बबिलियोतेका* पत्रिका के एक पन्ने में एक हेरगि लपेट दी। जब मैंने उसे खोला, तो मेरी नज़र कागज़ पर छपे कुछ अक्षरों पर पड़ी। यह सेंट आइज़ैक का लिखा था। मैंने वह कागज़ लिया, उसे धूप में सुखाया, पढ़ा और उससे बहुत प्रभावित हुआ। मैंने उस पाठ के साथ एक साल बताया: मैंने उस अंश को बार-बार पढ़ा और मुझे सेंट आइज़ैक से बहुत लगाव हो गया। तब मैं सोचने लगा: क्या उनकी कोई कतिब है? मैंने उसे खोजा, फरि भी उसे खोजकर अपने हाथों में लेने से डर रहा था। और आप इतना कुछ पढ़ते हैं — निश्चिती रूप से जो कुछ भी आप पढ़ते हैं, उसका आप पर कोई प्रभाव नहीं पड़ता? जो बात आपके मन में विशेष रूप से घर कर जाए, उसे लिख लें। अगर आप उसे लिख लें और लगातार उसके बारे में सोचते रहें, तो आप उसे आसानी से भूल नहीं पाएंगे और उसे अपने जीवन में उतार लेंगे।

कुछ लोगों से आप बस दो-तीन शब्द कहें, और उनकी आँखें तुरंत चमकने लगती हैं। वे जो सुनते हैं उसे कागज़ के एक टुकड़े पर लिख लेते हैं, उसे व्यवहार में लाते हैं और आगे बढ़ते हैं। क्या सुलैमान ने नहीं कहा था: 'ज्जानी को दाखमधु पलाओ, और सबसे बुद्धिमान और अधिक बुद्धिमान हो जाएगा'?²³⁸ हालाँकि, दूसरे,

²³⁷ नीतविचन 9:9

²³⁸ नीतविचन 9:9

इतना कुछ सुनने और पाने के बावजूद, कुछ नहीं करते, क्योंकि उनमें एक स्वस्थ बेचैनी जड़ नहीं पकड़ पाई है। वे आते हैं और आध्यात्मिक प्रयास के संबंध में किसी भी स्वस्थ बेचैनी के बिना, बस अपनी स्थिति का वर्णन मेरे सामने करते हैं। यह एक बहुत ही सतही रवैया है। मुझे समझ नहीं आता! क्या उनके आध्यात्मिक जीवन में सब कुछ वास्तव में स्पष्ट है? क्या उनके मन में बलिकुल भी कोई सवाल नहीं है?

जैसे ही कोई व्यक्ति इस अच्छी बेचैनी को महसूस करता है, वह यह ध्यान देना शुरू कर देता है कि उसमें क्या कमी है, पूछता है कि उसे कैसे प्राप्त किया जा सकता है, और आध्यात्मिक लाभ प्राप्त करता है। बिना पूछे कोई कैसे जान सकता है? एक बार मैं एक विवाहित जोड़े के साथ यात्रा कर रहा था; उनके साथ एक छोटा बच्चा भी था। वह नन्हा बच्चा पूरे सफर में अपने पति को चैन से नहीं रहने देता था, एक के बाद एक सवाल पूछता रहा: 'पापा, वह क्या है? पापा, वह क्या है?' — 'उसे अकेला छोड़ दो, तुम पापा को सरिंदर दे रहे हो,' उसकी माँ उससे कहती। — 'उसे पूछने दो,' पतिजी कहते, 'अगर वह पूछेगा नहीं तो सीखेगा कैसे?' आध्यात्मिक मामलों में भी यही बात है।

एक अच्छी बेचैनी वाले व्यक्ति की आध्यात्मिक प्रगति को बेहतर ढंग से समझने में आपकी मदद करने के लिए, मुझे आपको बताना चाहिए कि यहाँ की एक बहन किस तरह के प्रश्नों में व्यस्त है। मैं उसे देखती हूँ और प्रसन्न होती हूँ। उसके द्वारा मुझसे पूछे गए प्रश्नों में से एक का भी उत्तर देने के लिए— जो अच्छी बेचैनी से पूछे गए हैं, न कि बिकार की जिज्ञासा से— एक पूरी कापी भरनी पड़ेगी। उसे एक बड़ी और सच्ची चिंता है; वह कई बातों को समझती है और उत्साहपूर्वक प्रयास करती है, और इसीलिए उसे बड़ी कृपा मिलती है। जब कोई व्यक्ति अपनी कमियों को खोजने का प्रयास करता है और उन्हें सुधारने की कोशिश करता है, खुद को नम्र बनाकर, तो ईश्वर की कृपा आती है, और उस क्षण से वे सीधे रास्ते पर चलने लगते हैं।

यह अच्छी बेचैनी कभी खत्म नहीं होती

— गेरोन्डा, मुझे चिंता है कि मैं उतनी कोशिश नहीं कर रही हूँ जितनी करनी चाहिए।

— क्या तुम्हें डर लगता है?

— नहीं, लेकिन मुझे यह चिंता क्यों है?

— मेरे प्रिय, एक शांत बेचैनी और एक बेचैन स्थिरता होती है। हमारे अंदर हमेशा यह अच्छी बेचैनी होनी चाहिए; अन्यथा, कोई भय नहीं होगा। यदि कोई व्यक्ति पसंदीदा जीवन का सही अभ्यास करता है, तो वह कभी भी खुद से संतुष्ट नहीं होता; उनके भीतर हमेशा एक निश्चिंत बेचैनी रहती है, जो उनके सच्चे प्रयासों से उत्पन्न होती है।

— गेरोन्डा, क्या कभी ऐसा समय आता है जब प्रयास कर रहा व्यक्ति इस सकारात्मक बेचैनी का और अधिक आवश्यकता महसूस नहीं करता?

— नहीं, क्योंकि यह सकारात्मक बेचैनी इस जीवन में कभी खत्म नहीं होती। प्रेरति पौलुस कहते हैं, 'दौड़ो, कि तुम प्राप्त कर सको' (239)। एक व्यक्ति तब तक दौड़ता रहता है जब तक वह जीवित रहता है, मसीह को खोजने के लिए, और कभी नहीं रुकता। वे दौड़ते हैं और थकान नहीं, बल्कि आनंद महसूस करते हैं।

इसे और स्पष्ट करने के लिए, मैं आपको एक उदाहरण देता हूँ: एक अच्छी शिकारी कुत्ता, खरगोश की गंध पकड़ लेने के बाद, शिकारी के बगल में नहीं खड़ी रहती, बल्कि कार्रवाई में कूद पड़ती है, खरगोश के पीछे दौड़ती और खोजती है। वह दौड़ती है, फरि थोड़ी देर के लिए रुकती है, हवा को सूँघती है, और फिर से दौड़ती है। वह स्थिर नहीं रह सकती। उसका मन खरगोश को खोजने पर केंद्रित होता है। वह बेकार इधर-

उधर नहीं देखती। उसके लिए, स्थिर खड़े रहने की तुलना में दौड़ने में अधिक आनंद है। उसके लिए, जीवन दौड़ने और खोजने के बारे में है।

हमें इस तरह की स्पष्टता की आवश्यकता है। हमारे मन को लगातार मसीह की ओर प्रयासरत रहना चाहिए, क्योंकि वही हमारा लक्ष्य है। और फिर भी, भले ही हमने सही राह पकड़ ली है, भले ही हम जानते हैं करिस्ता क्या है और मसीह से मिलने कहाँ जाना है, हम अक्सर स्थिर खड़े रहते हैं और आगे नहीं बढ़ते। अगर हम रास्ता नहीं जानते होते, तो हमारे स्थिर खड़े रहने का औचित्य होता।

मुझे याद है कि मेरे पिता के पास कोनटिसा में दो अच्छी तरह प्रशिक्षित ग्रेहाउंड कुत्ते थे। एक अवसर पर, सेंट आर्सेनयिस चर्च के कैंटर प्रोड्रोमस कोर्ट्सनोग्लू ने अपनी भेड़ों की रखवाली के लिए उसी नस्ल का एक पलिला माँगा। मेरे पिता ने उन्हें एक पलिला दे दिया। और प्रोड्रोमस ने कुत्ते को प्रशिक्षित किया कि जब कोई भेड़िया पास आए तो वह भौंके। कोर्ट्सनोग्लू के पड़ोसी एक उत्साही शिकारी थे, लेकिन उनका कुत्ता बीमार पड़ गया था, और वह शिकार पर न जा पाने के विचार से बहुत परेशान थे, । प्रोड्रोमस को यह पता चला और उन्होंने उनसे कहा: "चिंता मत करो, मैं तुम्हें अपना कुत्ता दे दूँगा; यह एज़नेपडिसि की ही नस्ल का है।"²⁴⁰ पड़ोसी बहुत खुश हुआ, कुत्ते को लेकर शिकार पर चला गया। वह जंगल में पहुँचा और शिकारी की तरह हाथ हिलाया, जिससे कुत्ता खोजने का संकेत पाता है, लेकिन भागने की बजाय कुत्ता उसके चारों ओर चक्कर लगाने लगा, उसकी टाँगें चाटते हुए और उसकी हथेली को टटोलते हुए, रोटी की तलाश में! देखिए, वह कुत्ता एक अच्छा, शुद्ध नस्ल का कुत्ता था, लेकिन उसे खरगोश का शिकार करने के लिए प्रशिक्षित नहीं किया गया था, इसीलिए वह शिकारी के चारों ओर घूमता रहा।

लेकिन आप, मुझे लगता है, सुराग पा चुके हैं; आप मसीह की खोज में दौड़ते रहेंगे, जब तक कि आपका हृदय उनसे इतना भर न जाए कि उसमें और जगह न बचे, और आप खुद को यह वनिती करते हुए पाएँगे: 'हे मेरे परमेश्वर, बस बहुत हुआ, मैं और सहन नहीं कर सकता।'

²⁴⁰ एल्डर पैसियस के पिता का उपनाम। – *संकलक की टिप्पणी*।