

# दाऊदको आत्मदया

राजा शाऊलले दाऊदलाई हत्या गर्ने मनसायले हप्तैपिच्छे, महिनैपिच्छे खेदे । यसको अध्ययन हामीले अधिल्लो पाठमा गरिसकेका छौं । दाऊद एक भगुवाको जीवन बिताउन बाध्य भएका थिए । कतिपटक उनी गुफाहरूमा वा अन्य गोप्य स्थानहरूमा लुक्न जान्थे । त्यसरी बाँच्नु सजिलो कुरा थिएन ।

भगुवा हुनु सट्टा कुरो हो, तर निर्दोष भएर भगुवा हुनु अर्को । दाऊदले कसैलाई कुनै खराबी गरेका थिएनन् । उनको कुनै दोष थिएन (हेर्नुहोस् १ शमूएल २६:१८) । यदि दाऊदले राजाकै छोराको हत्या गरेका भए अथवा राजाको ढुकुटी लुटेका भए कुरा बेग्लै हुनेथ्यो, तर दाऊद निर्दोष थिए । उनी बिनाकारण खेदिँदै थिए ।

तब दाऊदले के गरे ? उनले सट्टा गलत काम गरे । उनले आफ्ना आँखाहरूलाई प्रभुतर्फ लगाइरहनुको सट्टा उनी आफ्ना निम्ति फिक्री गर्न थाले र दुःखित बन्न थाले: "दाऊदले यस्तो विचार गरे, 'एक न एक दिन त शाऊलले मलाई \_\_\_\_\_ । यसकारण पलिशतीहरूको इलाकामा भागिजान मेरो लागि असल होला'" (१ शमूएल २७:१) । दाऊद आफ्ना निम्ति ज्यादै पीर गर्न थाले र उनी आफ्नो फिक्रीमा चुर्लुम्म डुबेर बस्ने निर्णय गरे । विगतमा उनलाई देखेरख गर्नुहुने परमेश्वरले भविष्यमा पनि उनलाई देखेरख गर्न सक्नुहुन्छ भन्ने कुरालाई उनले बिर्सिँ । यसरी उनलाई लामो समयसम्म आत्मदया भइरह्यो र फलस्वरूप उनले धेरै हन्डर खाए, तर अन्तमा उनले आफ्ना आँखाहरूलाई फेरि प्रभुतिर फर्काए (हेर्नुहोस् १ शमूएल ३०:६) ।

दाऊद हामीभन्दा फरक थिएनन् । कतिपटक हामी दाऊदले गरेजस्तै गछौं । त्यस्ता समयहरू आउँछन् जब हामी हाम्रा आँखा प्रभुदेखि फर्काउँछौं अनि आफ्ना निम्ति दुःखित बन्न थाल्छौं । यसलाई **आत्मदया** (SELF-PITY) भनिन्छ अनि यस पाठमा हामी यस कुराको अध्ययन गर्न चाहन्छौं ।

## आत्मदया के हो ?

"**दया गर्नु**" को अर्थ हुन्छ, "टिठाउनु, दुःख मान्नु, कसैको निम्ति दुःखित बन्नु, फिक्री गर्नु, सहानुभूति राख्नु (अर्काको दुःखमा आफू पनि उनीहरूसितै दुःखित बन्नु)" । **दया** असल कुरा हो । परमेश्वर हामी दयालु भएको चाहनुहुन्छ । अर्काको दुःखमा हामीले पनि दुःख "भोगिदिएका", निजको गहिरो वास्ता र फिक्री गर्दै निजसँगै समान अनुभूति गरेको परमेश्वर मन पराउनुहुन्छ ।

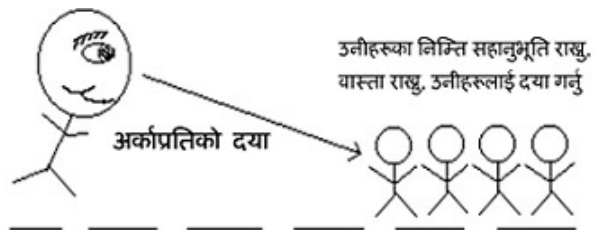
परमेश्वरले विश्वासी जनलाई अरूलाई **दया** गर्न आज्ञा नै दिनुभएको छ: "अन्तमा, तिमीहरू सबै एकै मनका होओ एक-अर्काप्रति \_\_\_\_\_ राख्ने होओ, भाइ-भाइलाई प्रेम गर्ने होओ, \_\_\_\_\_ होओ, विनयी होओ" (१ पत्रुस ३:८) ।

हाम्रा परमेश्वर दया र सहानुभूतिका परमेश्वर हुनुहुन्छ । उहाँ **कृपा**का परमेश्वर हुनुहुन्छ र उहाँ \_\_\_\_\_का परमेश्वर हुनुहुन्छ (रोमी ९:१५) । मानिसहरूका भीडहरूलाई देख्नुहुँदा प्रभु येशू कुन कुराले भरिनुहुन्थ्यो (मत्ती ९:३६) ?

हामीसँग यस्तो मुक्तिदाता हुनुहुन्छ जो हाम्रो दुःखमा दुःखित बन्नुहुन्छ, हामीप्रति सहानुभूति राख्नुहुन्छ, हामीले भोगिरहेको कुरा बुझ्नुहुन्छ । हाम्रो एक महापुजाहारी हुनुहुन्छ (प्रभु येशू ख्रीष्ट) जो हाम्रा दुर्बलताहरूमा दुःखित हुन सक्नुहुन्छ (हिब्रू ४:१५) । स्वर्गमा एक परमेश्वर हुनुहुन्छ जो पृथ्वीमा भएका मानिसहरूप्रति दया राख्नुहुन्छ ।

## गलत प्रकारको दया

दया अति असल कुरा हो । दया परमेश्वरले दिनुभएको एक भावना हो । तर जब दया **आफ्नो निम्ति** गर्न थालिन्छ, तब त्यो घृणित, पापमय र हानिकारक बन्दछ:



सहानुभूति, दया र वास्तालाई बेठीक दिशामा (आफूतिर) लक्षित गर्नु आत्मदया हो। दया त अरूहरूतिर लक्षित हुनुपर्दछ। आत्मदयाले स्वस्वरूपमा अर्काको फिक्री कुनै हालतमा पनि गर्दैन। जुन विश्वासी आत्मदयामा डुबिरहेको हुन्छ त्यो, परमेश्वरले उसको जीवनमा आउन दिनुभएको कुराहरूको सम्बन्धमा, गनगन गरिरहेको हुन्छ।

## मनलाई अमिलो नपार

बाइबलमा "आत्मदया" भन्ने शब्द त पाइँदैन तर उस्तै अर्थ भएको अर्को शब्द भने पाइन्छ, त्यो हो "मनलाई अमिलो पार्नु"। आत्मदयाले ग्रस्त भएको व्यक्ति नै मनलाई अमिलो पार्ने व्यक्ति हुन्छ।

भजनसङ्ग्रह ३७:१ लाई विचार गरौं- "दुष्ट कर्म गर्नेहरूको कारणले \_\_\_\_\_ नपार; न ता कुकर्महरूलाई तिमीले डाहा गर!" "मनलाई अमिलो पार्नु" को अर्थ हो, "रिसाउनु, आवेगमा आउनु, तात्तिनु, आफ्नो निम्ति अति दुःखित बन्नु (आत्मदया) जसको फलस्वरूप खिन्न र उदास बन्नु"। यो शब्द भजनसङ्ग्रह ३७:७-८ मा पनि पाइन्छ: "दुष्ट युक्तिहरू पूरा गर्ने मान्छेको कारणले \_\_\_\_\_ नपार" (पद ७)। मनलाई अमिलो पार्ने व्यक्ति त्यो हो जो पूरै तात्तिन्छ, जल्दछ, शोकिन्छ र विचलित हुन्छ। यो व्यक्ति उत्तेजित हुन्छ, उसलाई औडाहा र छटपट हुन्छ (अत्र कुट्ने मीलको चालु कल पुर्जालाई विचार गर्नुहोस्)।

भजनसङ्ग्रह ३७:१ मा परमेश्वरले हामीलाई दुइटा काम नगर्नलाई भन्नुभएको छ:

१) \_\_\_\_\_ नपार २) \_\_\_\_\_ नगर

यी दुई शब्दहरूले उस्तै-उस्तै अर्थ दिन्छन्:

मनलाई अमिलो पार्नु	डाहा गर्नु
"तात्तिनु, आवेगमा आउनु"	"डाहाले जल्नु" (अर्काको फाइदा वा फलिफाप भएको देखेर आफ्नो निम्ति दुःखित बन्नु)


## सही प्रकारको दया

सही प्रकारको दया त्यो हो जसले आफ्ना समस्याहरू समाधान गर्छ, आफ्ना सुधारनुपर्ने कुराहरूलाई सुधार अनि अर्काको पीर-मर्कामा सहारा दिन खोज्छ। रकातिर सही प्रकारको दया र शोक छ भने अर्कोतिर गलत प्रकारको दया र शोक पनि छ।

२ कोरिन्थी ७:९-१० मा दुई किसिमको शोकको बारेमा पढ्छौं। कुनचाहिँ शोक स्वस्थ किसिमको हो? कुनचाहिँ शोक अस्वस्थ किसिमको हो? सही किसिमको शोकको परिणामस्वरूप म अरु राम्रो किसिमको व्यक्ति बन्दछु। त्यसले मलाई मेरो समस्या समाधान गर्नतर्फ डोच्याउँदछ। त्यसले साँचो पश्चात्तापमा डोच्याउँदछ (पश्चात्ताप भन्नाले मस्तिष्क र हृदयको साँचो परिवर्तन हो जसको फलस्वरूप जीवनमा साँचो परिवर्तन आउँछ)। गलत किसिमको शोक (सांसारिक शोक) ले केवल \_\_\_\_\_ (२ कोरिन्थी ७:१०) उत्पन्न गर्दछ। मत्ती २७:३-५ पढ्नुहोस्। के यहूदाले शोक गरे? \_\_\_\_\_। के उनको शोक सही किसिमको थियो? \_\_\_\_\_। के उनले साँच्ची नै आफ्नो समस्याको समाधान गरे? \_\_\_\_\_। के उनी साँच्ची नै प्रभुतिर फर्के? \_\_\_\_\_। उनी आफ्ना निम्ति यतिसम्म दुःखित बने कि उनले आफ्नो ज्यानसमेत लिए। सांसारिक शोकले मृत्यु उत्पन्न गर्छ।

## दुष्टको समृद्धि

हामी भजनसङ्ग्रह ३७ मा फर्कौं। दुष्टको समृद्धि देखेर हामीले आफ्नो मनलाई अमिलो पार्नु हुँदैन (पद १ र ७)।



"म आफ्नो निम्ति दुःखित छु। म ठीक जीवन बिताउन खोज्दैछु, परमेश्वरको आज्ञापालन गर्न खोज्दैछु। मेरो छिमेकीलाई भने परमेश्वरको वास्तै छैन। तर आशिष भने मलाई होइन उसलाई नै बढी छ। उसको नयाँ घर छ, नयाँ गाडी छ अनि उसका रक-रक खाँचोहरू पूरा भएका छन्। यो त अन्याय भयो! आशिष पाउनुपर्ने व्यक्ति त म पो हुँ किनकि ठीक जीवन जिउने प्रयास गर्ने त म हुँ नि!"

अमिले कान्छा


आफ्नो छिमेकीको बारेमा अमिले कान्छाले महसुस गर्नुपर्ने सट्टा कुरा के हो (भजनसङ्ग्रह ३७:२)

----- । **अमिलो बन्नुको** सट्टामा अमिले कान्छाले गर्नुपर्ने काम के-के हुन् (भजनसङ्ग्रह ३७:३,४,५,७) ?

- १) -----
- २) -----
- ३) -----
- ४) -----

के अमिले कान्छाले आफ्नो निम्ति खासै दुःख मान्नुपर्छ र (भजनसङ्ग्रह ३७:९) ? ----- । अमिले कान्छाले वास्तवमा कसको निम्ति दुःख मान्नुपर्छ (भजनसङ्ग्रह ३७:१०,१३,१७,२०) ? -----

भजनसङ्ग्रह ७३ मा हामी अर्को व्यक्तिको बारेमा सिक्छौं:



**डाहिल्ले दाइ**

"म आफ्नो निम्ति अति दुःखित छु । दुष्टहरूको उन्नतिको कुरा गरी साथै छैन (पद ३) । मलाई अनेकौं समस्याहरू आइपर्छन् तर तिनीहरूलाई भने, अहँ (पद ५) । बरू दुष्ट बन्नु नै बढी उत्तम रहेछ किनकि तिनीहरूसँग तिनीहरूलाई चाहिएको भन्दा बढी नै छ (पद ७) । तिनीहरूको सम्पत्ति बढेको बढै छ तर मलाई भने घरको भाडा तिर्न समेत धौ-धौ परिरहेको छ (पद १२) । तिनीहरूजस्तै हुनु नपाएकोमा मलाई निकै खेद छ!"


दुष्टहरूको फलिफाप भएको देख्दा र आफू चाहिँ दुःखमा परेको देख्दा डाहिल्ले दाइ विचलित हुन्छन्, तीता बन्छन् र तात्तिन्छन् ! उनी आफूमै डुब्दै भन्छन्, "उनीहरूलाई ऐस-आरामा छ, किन उनीहरूलाई मलाईभन्दा बढी सुख छ ?" डाहिल्ले दाइ **आत्मदयाले** **ग्रस्त** छन् । तर सट्टा कुराले उनको आत्मदयाको अन्त हुन्छ:

जबसम्म म परमेश्वरको पवित्रस्थानभिन्न गइनँ; तब मैले तिनीहरूको \_\_\_\_\_ बुझें" (भजनसङ्ग्रह ७३:१७)  
-- "अन्त" भन्नाले "उनीहरूलाई जे पछि हुनेछ" ।

डाहिल्ले दाइले ती व्यक्तिहरूलाई अब रक्कासी परमेश्वरको दृष्टिकोणबाट देख्छन् ! ती व्यक्तिहरू कस्तो गन्तव्यतिर जाँदैछन् भनी उनले देख्छन् ! अनि यस कुराले उनको हेराइलाई पूरै बदलिदिन्छ । आफ्नो निम्ति दुःखित बन्नुको सट्टामा उनी बरु ती दुष्टहरूका निम्ति दुःखित बन्न थाल्छन् । दुष्टहरूका निम्ति उनी किन दुःखित बन्छन् (भजनसङ्ग्रह ७३:१८-१९) ?

## मोशा

आत्मिक व्यक्तिहरू पनि आत्मदयामा फस्न सक्छन् । दाऊदलाई यस्तै भएको थियो । गन्ती अध्याय ११ मा मोशालाई पनि यस्तै भयो । पद १०-१५ मा मोशाको **आत्मदया**को विषयमा पढ्न सक्नुहुन्छ ।



**मोशा:** "प्रभु मलाई अति नै भार भयो । इस्राएलका यी सन्तानहरू हठी छन्, अनाज्ञाकारी छन्, अविश्वासी छन् । म यिनीहरूको देखेरै ख गर्न सकिदैन । यो अति नै भयो!"

मोशा परमेश्वरसित आफ्नो गुनासो पोख्दै थिए । उनले परमेश्वरलाई देख्न छाडे र केवल भार र समस्या मात्र देख्न सके । मोशाले

परमेश्वरसित समाधानको निम्ति प्रार्थना गरे कि केवल समस्याको गुनासो मात्र गरे ?

----- । आफ्नो आत्मदयाको चरमबिन्दुमा उनले यतिसम्म भने, "----- मारिदिनुहोस्" (पद १५) । स्मरण होस्, परमेश्वर हाम्रो आत्मदयामा हामीसित कहिल्यै, कुनै भाग लिनुहुन्न !

## खोइ, कहाँ गयो मेरो अधिकार?

आत्मदयाले सधैं आफ्नो व्यक्तिगत हक-अधिकारलाई मुख्य विषयवस्तु बनाउने गर्दछ । आत्मदया त्यो हो जब मेरा विचारहरू आफ्नै वरिपरि घुमिरहन्छन् र आफ्नै अधिकारको कुरामा केन्द्रित हुन्छन्:

"स्वस्थ हुनु मेरो आफ्नो अधिकारको कुरा हो!"	(आज मलाई सज्यो नभएकोमा म आफ्नो निम्ति दुःखित छु)
"मलाई साथी चाहिन्छ, यो मेरो आफ्नो अधिकारको कुरा हो"	(म आफ्ना साथीहरूमा मित्रभावको कमी देखेर दुःखित छु)
"सुखी हुनु मेरो आफ्नो अधिकारको कुरा हो"	(त्यसैले कतिपय समय म दुःखी हुनुपरेकोमा म दुःखित छु)"
"मैले गरेको कामको खातिर मैले प्रशंसा पाउनु मेरो आफ्नो अधिकारको कुरा हो"	(त्यसैले कसैबाट मैले जस नपाएकोमा म दुःखित छु)

हाम्रा मनहरूमा यस्तै अरू "अधिकारहरू" सम्बन्धी हामीलाई के-कस्ता विचारहरू आउने गर्छन् ?

-----  
-----  
-----

हाम्रा यी सब हक-अधिकारका कुराहरूका विषयमा हामीले गर्नुपर्ने काम के खास हो ? लूका ९:२३ मा येशूले उहाँको पीछि आउन चाहने व्यक्तिले "----- इन्कार गरोस्" (आफूलाई "नाइँ" भनोस्, आफ्नो व्यक्तिगत हक-अधिकारलाई "नाइँ" भनोस्) भन्नुभयो । लूका ९:२४ पढ्नुहोस् । साँचो हक पाउन चाहनेले आफ्नो हकहरूलाई त्याग्नुपर्छ । आफ्ना हकहरूलाई दावी गर्न नछाड्नेले तिनलाई गुमाउनेछन् । आफ्ना हकहरू गुमाउनुभयो भने तिनलाई प्राप्त गर्नुहुनेछ । हामीले यो महसुस गर्न आवश्यक छ: "ममाथि परमेश्वरको सम्पूर्ण हक लाग्छ र मैले उहाँलाई मसित जुनसुकै तरिकामा र जुनसुकै समयमा जेसुकै गर्न दिनुपर्दछ ।" मेरो लागि सर्वोत्तम कुरा उहाँ नै जान्नुहुन्छ !

परमेश्वरको इच्छालाई मेरो इच्छाले माथ गर्छ भने र उहाँको चाहना भन्दा मेरो चाहना नै ठूलो बन्छ भने यसको नतीजा के हुनेछ ? मैले परमेश्वरलाई भन्दा आफ्नो हक-अधिकारलाई नै रोजें र मैले उहाँको इच्छालाई इन्कार गरें भने यसको नतीजा के हुनेछ ? परमेश्वरको वचन र परमेश्वरको इच्छालाई म कुन दृष्टिले हेर्दछु ? मेरा हक-अधिकारको बाधकका रूपमा ? मेरो इच्छा पूरा गर्नदेखि मलाई बाधा दिने तत्त्वको रूपमा ? त्यसो हो भने त म ठूलो समस्यामा जेलिएको हुनेछु । त्यस्तो अवस्थामा म निरन्तर आत्मदयाको शिकार बन्न पुग्नेछु ! अनि आत्मदयाको समस्याको समाधान गरिस्न भने त्यसले मलाई क्रमिक रूपमा पापको दलदलेमा रून् रून् फसाउनेछ (रिस, डाहा, निरुत्साह, डर, पीर) । फिक्री भनेको समय नआउँदै आफ्नो निम्ति दुःखित बन्नु हो !

आत्मदयाको समाधान परमेश्वरले फिलिप्पी ४:६ मा दिनुभएको छ ! दाऊदले अपनाएको उपाय के यही नै थियो (१ शमूएल ३०:६) ? ----- । के तपाईंले यही उपाय अपनाउने गर्नुहुन्छ ? के तपाईंले यस उपायलाई अपनाउन आवश्यक छ ?

थप नेपाली बाइबल अध्ययन सामग्री पाइने वेबसाइट: [www.wordoftruth.com.np](http://www.wordoftruth.com.np)

यस लेखको नेपाली रूपान्तरको सर्वाधिकार सुरक्षित प्रकाशकमा - © WordofTruth Publishing (2010)