

महत्वपूर्ण रोग प्रतिबंधक की आपके विचार,
भावनाओं को सुरक्षित रखे और इस महामारी पर प्रभुता करे

कोरोना पर राग प्रतिबंधक

मारियो कश्चेल सिमोस
आंतरराष्ट्रीय लेखक और प्रचारक

कोरोना पर रोग प्रतिबंधक

महत्वपूर्ण रोग प्रतिबंधक की आपके विचार,
भावनाओं को सुरक्षित रखे और इस महामारी पर प्रभुता करे

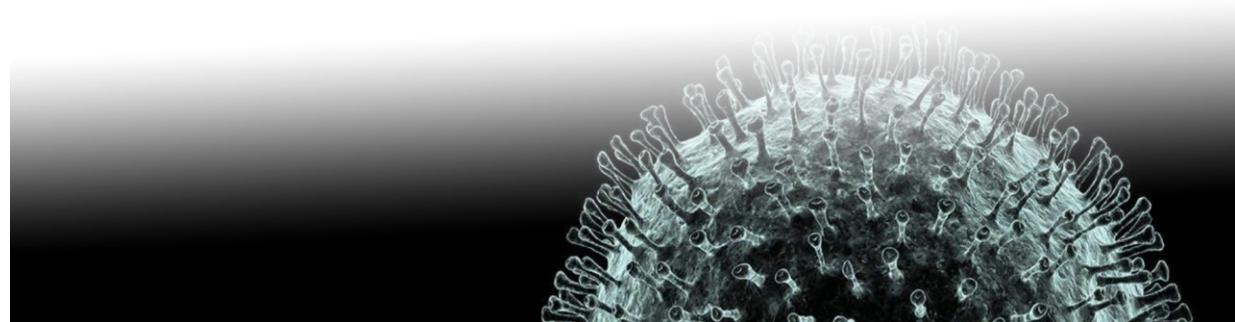
आज, मैंने हमारे कंपनी के आयटी मैनेजर से बात की, मैंने पूछा: “क्या आपने स्टाफ पर रोग प्रतिबंधक उपयोग किया हैं ?” उन्होंने उत्तर दिया, “नहीं, केवल मशीन का उपयोग किया हैं।”

क्या यह बढ़िया नहीं होगा की रोग प्रतिबंधक यह लोगों पर उपयोग किया जाए ?

जब मैं यह पुस्तक लिख रहा हूं, दुनिया के विज्ञानी कार्यरत हैं की कोविड-१९ पर प्रभुता करने के लिए एक प्रतिबंधक विकसित करे।

इस महामारी ने दुनिया भर में हजारों लोगों को मौत की चपेट में लिया हैं, हालांकि, इस छोटे से विषाणु का प्रभाव लोगों के स्वास्थ्य पर प्रभाव करने से बढ़कर ह। यह विषाणु हमारी शांति, खुशी अणि सामाजिक मेलमिलाप को चुरा रहा है। इसने डर और वर्तमान समय में शक और भविष्य के विषय में अनिश्चितता लाई हैं।

एक टीका यह विषाणु के लिए छोटे से प्रमाण का डोस होता हैं, जो बाद में शरीर में एक सकारात्मक क्रिया करता हैं रोगप्रतिबंधक कोशिका के बढ़ने की निश्चिती करता हैं की प्रतिरक्षी तंत्र को बढ़ाएं की दृष्ण के बुरे प्रभाव पर प्रभुता करे।



नाम कोविड-१९ यह इन तीन शब्दों से आता हैः कोरोना विषाणु रोग और १९ यह वर्ष (२०१९) का संदर्भ देता हैँ जब यह विषाणु फैलने लगा ।

इस पुस्तक में हम इस विषाणु को दिए गए पाच शब्दों पर विचार करेंगे: COVID, ऐसा होवे की यह अक्षरबद्ध कविता यह आपके आत्मा के लिए एक प्रभावकारक टीका समान हो और आपके जीवन में एक प्रेरणा का साधन हो ! अंक १९ उतने मिनिट का संदर्भ देता हैँ जो आपको इस पुस्तक को पढ़ने में लायेंगा ।

ज्यादा सावधानी

यह छुट्टी या खेलने का समय नहीं हैँ । इसके विरोध में, यह बहुत ही सावधानी का समय हैँ !

अलग रहना

गले लगाने का समय और गले से दूर रहने का भी समय होता हैँ । (सभा-उपदेशक ३:५)

ब्राह्मिक लोग दुनियाभर में बड़े-दिलवाले और मिलनसार लोग ऐसे जाने जाते हैं । यद्यपि, इस संकट के क्षण में, गले मिलना, चूमना यह कोरोना विषाणु के तेजी से फैलने में सहायता करेगा ।

“बहुत ही कठिन परिस्थिति में कुछ समय, किसी को अपना प्रेम दिखाना यह उससे दूर रहना हैँ ।”

मारियो कशचेल सिमोस

जैसे की इस समय के जैसा, अंतिम बात कि कोई अनजाने में किसी को रोग से प्रभावित करे । दुर्भाग्य से, इटली में बहुत सी मौतें यह जवान लोगों द्वारा उनके परिवार के बुजुर्ग लोगों को इस विषाणु को प्रसारित करने से मिल गई । जवान, जो अच्छी सेहत में थे, उनमें कोई लक्षण नहीं दिखे । फिर भी, उन्होंने उसे बुजुर्ग लोगों को प्रसारित किया, जिनके सेहत को जोखिम में डाल दिया ।

इसलिए, सूचनाओं का पालन करें: घर पर ही रहिये ! यह महामारी जल्दी ही निकल जाएगी और सभी सामान्य स्थिति में आ जाएंगे, फिर भी एक अलग सामान्य स्थिति में ।

आपके शरीर की देखभाल करो

स्वास्थ्यपूर्ण तरीके से खाओ ताकि आपके प्रतिरक्षी तंत्र को बढ़ाते रहो। जो स्वास्थ्यपूर्ण है, उनकी रोगप्रतिबंधक शक्ति बढ़ते जाएगी और विषाणु द्वारा संक्रमित होने का खतरा कम रहेगा। प्रत्यक्ष में, लाखों लोग यह इस विषाणु से दूषित होंग। यद्यपि, सुदृढ़ प्रतिरक्षी तंत्र के कारण उनमें लक्षण नहीं दिखाई देंगे।

किसी की रोगप्रतिकारक शक्ति को बढ़ने का अच्छा मार्ग यह क्लीटयामीन सी लेने से होगा। इसे संतरा, लिंबू, चेरी रस या दवाई गोली में। दूसरा मार्ग यह एक पौधे के साथ मध और बहुतसारे क्लीटयामीन को लेना। क्योंकि हर कोई अपने भोजन में सभी क्लीटयामीन प्राप्त नहीं करता, यह महत्वपूर्ण हैं की इसे बहुतसारे क्लीटयामीन के साथ पूरा किया जाए। हमारा परिवार इस क्लीटयामीन को पिछले तीस वर्ष से ले रहा है, और इससे हमारे संपूर्ण स्वास्थ्य जीवन पर प्रभाव हुआ है।

अगर संभव हैं, तो १५-२० मिनिट धुप में ठहरो, खास करके सुबह के समय में। यह आपके शरीर में क्लीटयामीन डी को कार्यरत करेगा, जो विषाणु के संक्रमण को और दूसरी बीमारियों को हराने में बहुत ही महत्वपूर्ण हैं।

यह अलग रहने के समय को आराम और नींद के लिए उपयोग कीजिए। यह एक स्वाभाविक मार्ग हैं जिसमें शरीर हररोज तरोताजा होता जाता है।

शारीरिक कसरत के लिए कुछ समय निकालिए। आपके रहने के घर को एक व्यायामशाला में परिवर्तित कीजिए। इन्टरनेट पर यहां पर बहुत सारे विडिओ हैं जो लोगों को सिखाते हैं की कुर्सिया, सीढ़िया या घर की वस्तुओं का उपयोग करके कसरत करें। कसरत करने से पहले और उसके बाद में अंगड़ाई ल।



नवीकरण के लिए अवसर

आप याद करते हो यह सोचकर: “यह करना मुझे पसंद हैं !” “ओह, अगर मेरे पास समय होता, मैंने वह किया होता !” “एक दिन, जब कभी मैं व्यस्त नहीं हूं, मैं वह दूसरा काम करूँगा ।”

ठीक, वह दिन आ गया हैं ! अचानक, आप अपने आपको घर में पाते हो, बाहर नहीं जा सकते। प्रश्न यह है की यह बहुमूल्य समय जो आपके हाथ में हैं उसका आप क्या करोगे ?

एड्झु बात हैं की आपका टीवी देखते हुए, रेडिओ सुनते, और सामाजिक माध्यम में डूबते हुए आपको यह समय खर्च नहीं करना चाहिए। गलत समाचार में अधिक समय बिताने से व्यक्ति की भावनाएं और विचारों पर हानिकारक सामर्थ्य होता ह। आप आपका खाली समय कैसे खर्च करे ? यहां पर कुछ सुचनाएं हैं।

आपके परिवार में अच्छा समय बिताएं

अब तक कितना समय हो गया हैं जबसे आपने आपके परिवार के साथ खेला, बाते की, या एकसाथ मिलकर भोजन किया हैं ? अगर आपको बच्चे हैं, तो उनके साथ व्यक्तिगत रीतिसे या एकसाथ मिलकर ज्यादा समय व्यतीत करो। पुराने फोटो अल्बम को देखो, विडिओ देखो जब बच्चे छोटे थे, आपके भूतकाल को फिरसे याद करके जिए, और आपके जीवन में आपके बच्चों के महत्व को अधिकता से समझ।

आपके जोड़ीदार को समय दीजिए

इस समय का लाभ लीजिए कि आपका विवाह, परिवार, बच्चे, और सपने और भविष्य के लिए योजना के विषय में बाते करे। ध्यान में लीजिए की क्या अच्छा नहीं हैं और उसे बदले, और बहुत ही स्पष्ट और सरल बने।

साथ में मजेदार कार्य करें: पकाएं, कसरत करें, एक-दूसरे को मसाज करें और फिर एक बार प्रेम में पड़। इसके अलावा, एक-दूसरे के प्रति अपने समर्पण और अपने विवाह की प्रतिज्ञाओं को फिरसे नये तौर पर लागु कर। एकसाथ मिलकर आप इस महामारी पर विजय प्राप्त करेंगे, और जब सब कुछ निकल जाएगा, आप और भी प्रबल होंगे और पहले से भी ज्यादा नये हो जाओगे।

घर पर पाठशाला

आपके बच्चे छुट्टी पर नहीं हैं ! विडिओ गेम और नेटफिक्स देखने की अनुमति ना दे, जो आपके परिवार के समय को निकालने का जरिया हैं। हररोज के कार्य इस रीतिसे आयोजित करे कि आपके बच्चे पढ़ाई, पढ़ना और सीखने को समय समर्पित करे। बहुत सारे पाठशालाओं ने ऑनलाइन वर्ग शुरुवात किए हैं और इन्टरनेट से सिखना बड़े आसानी से उपलब्ध हैं। बड़े क्रियाशील बनो और बच्चों को पूछे की उन्होंने जो सिखा हैं उसे आपको सिखाएं। ऐसा ज्ञात कराएं की तुम पाठशाला में हो और उसका मज़ा ले !

आप भी छुट्टी पर नहीं हो, इसलिए, आपके व्यक्तिगत विकास के लिए समय को समर्पित करे।

नये प्रकल्प बनाए

नयी बाते जो आप करना चाहते हो उनके विषय में सोचो, परंतु उसके लिए तुम्हारे पास समय नहीं था: घर को ठीक से सुव्यवस्थित करो, कौसी बात को ठीक या पेंट करो, किसी संगीत साधन का प्रयास करो या कोई भाषा सीखो। ऑनलाइन पूर्वस्नातक या स्नातक पढाई शुरू करने के विषय में कैसा रहेगा, या उस पुस्तक को लिखे जिसके विषय में आपने कभी सपना देखा होगा? आपने सोचा है कि आपके व्यवसाय को बढ़ाए, या कोई नया व्यवसाय शुरू करे, या कोई नयी कल्पना विकसित करे ?

इस पुस्तक को लिखने की जब शुरू में मुझे कोई कल्पना आई, मैंने विचार किया की आपको कुछ तो प्रेरणादायी और व्यवहारिकता के साथ प्रोत्साहित करने का यह मार्ग हो सकता हैं। मैंने इंटरनेट अधिकार प्राप्त किया, पुस्तक के लिए वेबसाइट विकसित की, सबकुछ लिखा, उसे फिरसे जांचा, कवर निर्माण किया, उसकी रचना की, कला की रचना बनाई, और वह पुस्तक यह है: कार्य पूरा किया !



आपके विषय में क्या? आप आपकी क्रियाशीलता, दान और वरदान का उपयोग कैसे कर सकते हो कि आपके घर के और बाहर के लोगों के लिए उससे सहायता करे?

“प्रत्येक संकट यह नया अवसर हैं और जो उसे देखते हैं और उसका लाभ उठाते हैं वे इस नये प्रत्यक्षता में नेता होंगे!” मारियो कशचेल सिमोस

मेरे मित्र, शिक्षक, और व्यवसाय सलाहकार, डॉ. कलौडीनी फूलमैन इस शीर्षक पर विचार प्रकट किए हैं:

“हमें प्रत्यक्षता का सामना करना चाहिए, जो कुछ भी वह हैं, और इसलिए नहीं की वह क्या हो सकती हैं या हम चाहते की वह कैसी होनी चाहिए? घर पर हो इसका अर्थ बेकार हैं ऐसा नहीं, इस समय दौरान में यहाँ बहुत कुछ किया जा सकता हैं जब तक हम सामान्य स्थिति में नहीं आ जाते।

हम इस ठहरे रहने के समय को समझ सकते हैं जब हम संगीत में क्या हो रहा हैं उसे देखते हैं: ठहरे रहना यह समय के अंतराल हैं जहां पूरी तरह से खामोश हो जाना हैं। गीत के कुछ निश्चित “भाग” में, किसी भी धुन को बजाना नहीं हैं। संगीत में ठहरना और मनोवैज्ञानिक चिकित्सा में खामोश रहना इन दोनों में जो आगे आने जा रहा हैं उसकी तयारी करने का कार्य हैं। जब यहां पर आवाज हैं तब खामोशी नहीं हैं; खामोशी के बगैर आवाज को जन्म देना संभव नहीं हैं।

इसका हमारे जीवन के धुन के विषय में संबंध हैं। संगीतकार होने के नाते, हमें पता हैं कि ठहरे रहने का अर्थ धुन खत्म हो गई ऐसा नहीं है। जीवन में एक ठहराव महत्वपूर्ण हैं कि समन्वय के लिए फिरसे शुरू करे, उसपर सोचे, योजना बनाए और खोजे।”

किसे पता हैं कि सपने जिन्हें “तख्ते” में रखा गया हैं या आपका कोई नया प्रकल्प एक नये समय की शुरुवात नहीं होता हैं जहां आप बहुत सारे लोगों की आवश्यकता की पूर्ति करते हो, केवल अभी ही नहीं, परंतु भविष्य में भी !

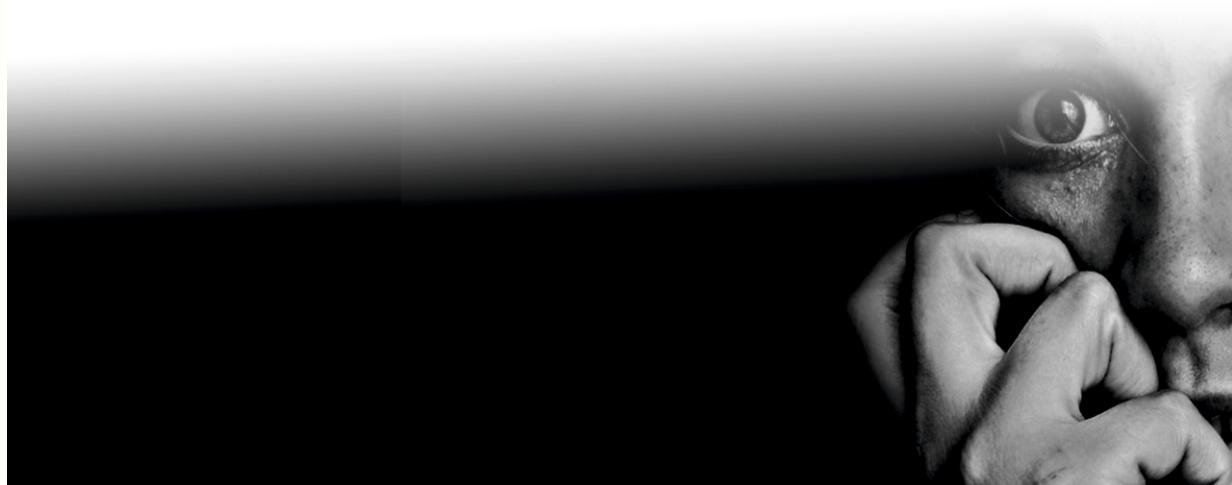
विजयी प्रतीक्षा

हम जानते हैं कि समाचार, इन्टरनेट और सामाजिक माध्यम से सभी समय जुड़े रहना यह हानिकारक हो सकता है। मृत्यु, रोग, संकट और आर्थिक गड़बड़ी के विषय में निरंतर जानकारी यह आपके जीवन पर बहुत ही नकारात्मक होगी। अगर अपने गवाने का अनुभव किया हो, मैं मेरा पुस्तक पढ़ने की पुष्टि करूँगा: “धीरज छोड़ देना यह पर्याय नहीं हैं!” ऐसे समय में यह बेशक प्रेरणा का एक बड़ा स्रोत होगा।

कोविड-१९ से हजारों लोग संक्रमित हुए हैं; यद्यपि, दुनियाभर में लाखों लोगों पर इस महामारी के नकारात्मक परिणाम से उनके मन और हृदय संक्रमित हुए हैं। आत्मा के बुरे लक्षण ये: डर, निरुत्साह, चिंता, घबराना, निराशा और आशाहीनता।

बहुत सदियों पहले, अद्यूब, पूरब में एक सबसे अमीर व्यक्ति, जो असामान्य संकटों में से गुजरा। उसने उसका धन, संपत्ति, बच्चे और उसके स्वयं की सेहत भी गवा दी।

उसने घोषणा की: “जिसका मुझे भय था वह मुझ पर आया” (अद्यूब ३:२५)। दूसरे शब्दों में, अद्यूब ने स्वयं-पूरी होनेवाली भविष्यवाणी की, इसका अर्थ, जिसका उसने भय रखा, वह हो गया। भय में बहुत ही विनाशकारी सामर्थ्य हैं।



मेरी पुस्तक: “जीतनेवाले का मार्ग” में मैं इस शीर्षक के विषय में बोलता हूँ।

“आप जिसपर विश्वास रखते हो वह आप जो सोचते हो उसे निश्चित करता है। जो आप सोचते हो उसे जो आप कहते हो उसके द्वारा व्यक्त करना चाहिए। आप क्या कहोगे यह आप जो करोगे उसपर प्रभाव करेगा और उसके परिणामस्वरूप, आप जो करते हो वह आपका अंतिम स्थान निश्चित करेगा।” मारियो कश्चेल सिमोस

यह अनुक्रम परिणाम निर्माण करता है, जो अच्छा या बुरा होगा, जैसे आप उसे उपयोग में लाते हो उसपर निर्भर होगा।

विश्वास करना, सोचना, बोलना और करने के तुम्हारे मार्ग को भय को निश्चित करने ना दो। इसके विरोध में, आपके विश्वास का कार्य करा। विश्वास करो, सोचो और जीवन के वचन को घोषित करो, स्वास्थ्य, सुरक्षा और आपके परिवार, घर और व्यवसाय पर आशीष।

ध्यान में रखो भय का अर्थ (FEAR): फॉल्स एवीडन्स अपिएरिंग रियल (गलत प्रमाण सच्चे नजर आते हैं)

जिन आवाहनों का उसने सामना किया, उस कारण से अद्यूब ने बहुत सारे सबक सीखे। उसका मित्र एलीपज ने आगे दिए गए सिद्धांत बताएः:

“जिस बात का तुम निश्चय करोगे, वह तुम्हारे द्वारा सफलतापूर्वक पूरी होगी। तुम्हारा मार्ग प्रकाश

से आलोकित होगा।” (अद्यूब २२:२८)

कुछ समय बाद में, अद्यूब ने उस संकट दौरान जो कुछ गवांया था उसके दुगुना प्राप्त किया। क्या तुम विश्वास करते हो की यह संभव है? जल्द ही, कोरोना विषाणु संकट यह समाप्त होगा, परंतु प्रश्न वैसे ही रहता है: “आप इस संकट में से कैसे जाओगे?” यह महत्वपूर्ण निर्णय आपको करना चाहिए।

दुनिया बहुत ही गंभीर नुकसान से गुजर रही हैं। मेरे पुस्तक, “जीवन के ४ समय” में मैंने स्पष्ट किया हैं कि गिरना यह एक मौसम हैं जिसमें पत्ते ये पेड़ पर से गिर जाते हैं। दूसरे शब्दों में, गिरना यह नुकसान का समय हैं: स्वास्थ्य, जीवन, पैसा, व्यवसाय में नुकसान ही केवल नहीं, परंतु उम्मीद को गवा देना भी हैं। गिरना यह समय हैं जब सबकी परीक्षा होती है।

प्रश्न यह हैं: क्या आप इस संकट से मान्य या कटु आलोचना के साथ बाहर आओगे?

आप इस चुनौती का किस तरह से मुकाबला करते उसपर यह निर्भर हैं। खुशखबरी यह हैं कि कोई भी समय हमेशा रहता नहीं, ना ही अच्छा या ना बुरा।

“कामयाबी मिलती हैं जब अवसर तयारी के साथ हो जाता है।” जीग जिग्लार

कोरोना विषाणु के प्रभाव से बहुत लोग बीमार होंगे और कुछ लोग मरेंगे। बहुत सी कंपनियों को नुकसान उठाना होगा और कुछ पूरी तरह से नष्ट हो जाएगी, इस महामारी के आर्थिक प्रभाव के कारण। फिर भी, बहुत सारे इसका शिकार होंगे, तो और यह विजयी होंगे। इसे ध्यान में लो कि इन दोनों शब्दों में VICT यह सामान्य है, VICTim और VICTors।

दूसरे शब्दों में, लोग समान परिस्थितियों में से गुजरेंगे, फिर भी चुनौतियों के प्रति उनके प्रत्युत्तर यह निश्चित किए जाएंगे कि वे कैसे इस संकट से उभरेंगे।

जितने जल्दी कोई बदलने और कार्य करने को सीखता हैं, उतने ही जल्दी वह जीवन के इस शीतकाल को पीछे छोड़ देगा।



शीतकाल के बाद में वसंतऋतु आता हैं, जो तयारी का मौसम हैं। इस मौसम दौरान किसी ने नये कार्य करने की योजना करना हैं, नये बीज बोना हैं, और नये भविष्य के लिए नयी कल्पनाए तयार करना हैं। तब, कोई प्रबल और प्रोत्साहित होगा कि उनके काम को शुरू करे। यह इतना आसान नहीं होगा, परंतु यह संभव होगा !

यह महत्वपूर्ण हैं कि आपने इस संकट के समय में अच्छे रहना हैं ताकि आपके आसपास जो भी हैं उन्हें सकारात्मक रीतिसे प्रभावित करे। प्रेम, आशा और जीवन के आपके शब्दों को उपयोग करे की दूसरों को प्रोत्साहित करे, इस महामारी के नकारात्मक प्रभाव के विरोध में उन्हें टीका लगाएं।

“भयभीत हृदयवालों से यह कहो: ‘साहसी बनो; मत डरो। देखो, तुम्हारा परमेश्वर आएगा; वही प्रतिशोध लेगा; वह बदला लेगा; वह निस्संदेह आएगा, और तुम्हे बचाएगा।’” (यशायाह ३५:४)

प्रेरणा यह आवश्यक हैं

आपके शरीर की देखभाल करने के सिवाय, यह आवश्यक हैं कि स्वस्थ प्रेरणा के साथ आपके आत्मा की देखभाल करे, क्योंकि आत्मा यह किसी के विचार और भावनाओं के लिए जिम्मेदार हैं।

अगर कोई कार को पानी, सोडा, द्राव, या लौंड्री डीटरजंट से भरता हैं तब क्या होगा ? पहले, तो कार चलेगी नहीं। दूसरा, वह हमेशा के लिए ख़राब हो जाएगी उसी समान, आपको बहुत ही सावधान रहना हैं कि आप आपके मन और हृदय में क्या भरते हो।

एक बार के व्यक्ति नकारात्मक समाचार को निरंतर पढ़ता और सुनता है, उसका व्यवहार ये ज्यादा नकारात्मक और आशाहीन होने की ओर मुड़ता हैं, जो कि उसके निराशावादी बोलने और कार्य से प्रमाणित होता हैं।

यद्यपि, प्रोत्साहित करनेवाली बातों को सुनना और देखना यह एक व्यक्ति को पूरी तरह से बदल देता हैं, क्योंकि सकारात्मक शब्द वह जो कहता हैं और आशावादी रीतिसे वह जब आचरण करता हैं इसके द्वारा यह दिखाता हैं !

“निरुत्साहित व्यक्ति यह संक्रामक हो सकता हैं, फिर भी प्रोत्साहित व्यक्ति
यह रोग फैलानेवाला हो सकता हैं!” मारियो कश्चेल सिमोस

फैलानेवाले व्यक्ति हो, संक्रामक व्यक्ति नहीं! जिनके बीच में आप रहते हो आप आपके प्रोत्साहन और आपके आचरण के अप्रत्यक्ष प्रभाव के लिए जिम्मेदार हैं।

“आप पाच वर्षों में कहा होंगे यह जो मित्र आपको हैं, संदेश जो आप सुनते हो,
पुस्तके जो आप पढ़ते हो इसका यह सरल परिणाम हैं।” चार्ल्स जोन्स

कितना महत्वपूर्ण हैं कि अच्छे मित्र हो, महान संदेशों को सुने और अद्भुत पुस्तके पढ़े! यह आपके जीवन बड़ा फरक लाएगा!

अपने आपको विकसित करो

इस अवसर का लाभ उठाओं की अच्छी पुस्तके पढ़े और इंटरनेट पर पॉडकास्ट और संदेशों को सुने। ऑनलाइन कोर्स करो और अपने आपको विकसित करो।

“अपने आपको विकसित करने के लिए आप किंमत चुकाते हो, यद्यपि, आप बड़ी किंमत चुकाते हो कि जैसे हैं वैसे ही रहो!” मारियो कश्चेल सिमोस

अब यहाँ पर समय हैं कि रखा जाए, यहाँ पर कोई बहाने नहीं! आप अपने सपनों को साकार करने के लिए सबसे महत्वपूर्ण जिम्मेदार व्यक्ति हो। इसलिए, आपकी बढ़त और विकास में निवेश कीजिए।



सकारात्मक आचरण

विकटर फ्रैंकल, एक जानामाना यहूदी ऑस्ट्रेलियन मनोरोग चिकित्सक जो दूसरे महायुद्ध के दौरान बंदी-शिविर के अत्याचार से बच गया था, जिसने लिखा:

“मनुष्य के पास एक बात को छोड़ के सब कुछ लिया जा सकता हैं:

मनुष्य के मुक्तता की अंतिमता-दिए गए किसी भी परिस्थितियों में किसी के आचरण को छुना।”

यह केवल उनका महान रहस्य नहीं था परंतु मानवी इतिहास में उस संकट के समय से बचे हुए बहुतों का भी था। घर में अलग किए जाना यह युद्ध के समय में बंदी-शिविर में बंद किए जाने से बहुत ही बेहतर है।

इसलिए, हररोज सकारात्मक आचरण रहे इसका निर्णय करे, क्योंकि यह निश्चित करेगा कि जो अच्छा जीवन तुम्हे मिलेगा।

“दुनिया में यहां पर तीन प्रकार के लोग हैं। वे जो बातों को होने देते हैं, वे जो बाते होंते देखते हैं, और वे जो आश्चर्य करते हैं। क्या हुआ?”

केवल वे ही जिन्हें सकारात्मक आचरण हैं वे बातों को होने देंगे, अब और भविष्य दोनों में भी। यह मत भूलो कि आपका आचरण यह जो आपके आसपास हैं उनके जीवन में बड़ा प्रभाव करेगा।

“हमारा जीवन यह शायद दूसरों के लिए निराशा की बालटी, या प्रेरणा का झरना है!”

मारियो कश्चेल सिमोस

आपके जोड़ीदार, आपके बच्चे, आपके सहोदर या मां-बाप इनके जीवन आप आपका कौनसा आचरण देखना चाहते हो? वही तो आचरण आपको व्यक्त करना है। सकारात्मक, आनंदी, और आशावादी रहा। जो कुछ आप वर्तमान में बोते हो आप भविष्य में उसे काटोग।

डॉक्टर, नर्स, पोलिस ऑफिसर, वैज्ञानिक, सैनिक, विमानचालक, विमान में साहाय्यक, शिक्षक, पत्रकार, व्यवसायिक, कामगार, नेते, अधिकारी और सार्वजनिक अधिकारी ये सब जो आज अब कर रहे हैं इनके लिए आज दुनिया के सब लोग कृतज्ञ हैं। वे हररोज उनके जीवन को जोखिम में डाल रहे हैं कि हमारे समाज के कल्याण के लिए अपने कर्तव्य को पूरा करें।

हम परमेश्वर का धन्यवाद करते हैं उनके लिए वे जो तीसरे स्थान में रख रहे हैं, दूसरे स्थान में दूसरों को रख रहे हैं, और इस प्रकार, परमेश्वर, जो पहला है, जिसके द्वारा स्थापित उद्देश्य को पूरा कर रहे हैं।

दैवी उपस्थिति

मनुष्यों के संपूर्ण इतिहास में, यहां पर कोरोना विषाणु जैसे कोई महामारी नहीं आई था। इस ग्रह पर किसी ने भी ऐसे आवाहन का सामना नहीं किया था जिसका आज हम सामना कर रहे हैं। इस महामारी से पीड़ित और मरनेवालों की संख्या हररोज बढ़ते जा रही है।

प्रश्न जो खामोश नहीं होगा वह यह है: "इस वैश्विक संकट में परमेश्वर कहा है?"

हमने अब तक इस पुस्तक में रोग प्रतिबंधक सिद्धांत देखे हैं जो सहायता करेंगे की आपके शरीर (शारीरिक स्वास्थ्य) और आपके जीव (भावनात्मक और मानसिक स्वास्थ्य) को सुरक्षा देंगे। फिर भी, यहां पर आपके जीवन को तीसरा घटक हैं जो आपकी आत्मा हैं। यह आपके परमेश्वर के साथ के संबंध को जिम्मेदार हैं, जो इस विश्व का और आपके जीवन का निर्माता हैं।



चलो, अब हम उस रोगप्रतिबंधक के विषय में बात करे जो आपके आत्मिक स्वास्थ्य के सुरक्षा को सक्षम है।

यीशु मसीह, परमेश्वर का पुत्र जिसने भविष्यवाणी की:

“इस संसार में तुम कष्ट पाओगे; पर धैर्य रखो, मैं संसार पर विजयी हुआ हूँ।” (यूहन्ना १६:३३)

पीड़ा, जंग, आपदा, महामारी, जख्म, कठिनाइया ये सब इस जीवन का हिस्सा हैं। सभी लोग बहुत सारे चुनौतियों का मुकाबला करते हैं, फिर भी फरक यह नहीं की क्या सहा है, परंतु किसके साथ यह सहा है। दूसरे शब्दों में, आप किसके साथ हो यह जानना बहुत ही महत्वपूर्ण है और यह निश्चित करेगा आप इस पर कैसे प्रभुता करोग।

यीशु ने कहा, “मैंने तुम्हे यह बाते बता दी हैं ताकि मुझमे तुम्हे शांति मिले।”

संकट के बीच में यह बहुत ही आवश्यक है कि शांति प्राप्त करे! इससे भी बेहतर यह जानना है कि यीशु मसीह यह "शांति का राजकुमार है!"

बहुत वर्ष पहले मुझे एक सार्वजनिक सभा में बोलने के लिए आमंत्रित किया गया था। मेरा एक गहरा दोस्त, डॉ। रॉबर्ट यिल्मर ने भी वही आमंत्रण पाया, और मुझ पूछा: “क्या तुम वहा जानेवाले हो?” मैंने उत्तर दिया: “नहीं” क्योंकि मेरे पास पहले ही कुछ और काम था। तब उसने उत्तर दिया, “अगर तुम नहीं जर रहे हो, तो मैं भी नहीं जाऊंगा।” मुझे कबूल करना चाहिए की उन शब्दों से मैं आश्चर्य में था।

“अगर वह जो उपस्थित नहीं है, तो क्या इसे कोई अर्थ नहीं हैं।” मारियो कश्चेल सिमोस

मेरे दोस्त के लिए, अगर मैं वहां नहीं हूँगा, परिषद् का समान अर्थ नहीं होगा। मेरे लिए, अगर मेरी पत्नी प्रिसिल्ला उपस्थित नहीं हैं, मेरे विवाह को कोई अर्थ नहीं हैं। अगर मेरे पुत्र फेलिपे और डेवी, ये उपस्थित नहीं हैं, तब मेरे परिवार को वही अर्थ नहीं हैं। सबसे महत्वपूर्ण, अगर परमेश्वर उपस्थित नहीं हैं, जीवन को कोई अर्थ नहीं हैं।

परमेश्वर अद्भुत रीतिसे कितना दयालु हैं, कि वह संबंध में उसके अपने मार्ग को जबरदस्ती नहीं डालता। वह सभ्य पुरुष हैं, नये संबंध शुरू करने के लिए वह आमंत्रित करने के लिए रुकता हैं।

परमेश्वर को सब कुछ पता हैं हमारे गृह पर क्या हो रहा हैं, उसे आपका जीवन पता हैं और उसके नियंत्रण कुछ भी छुट्टा नहीं।

“संपूर्ण पृथ्वी पर प्रभु की दृष्टि यहां से वहां दौड़ती रहती हैं ताकि वह अपने उन भाक्तों को अपनी सामर्थ्य दिखा सके जो निष्कलंक हृदय से प्रभु पर विश्वास करते हैं।” (२ इतिहास १६:९)

परिस्थितियों के विषय में ध्यान देने के अलावा, परमेश्वर लोगों के लिए ध्यान देता हैं। वह उनके लिए रुका हैं यह पहचानने के लिए की वे उनके अपने बल पर संकट सहन नहीं कर सकते। उन्हें पिता की मदत की आवश्यकता हैं।

“तुम मुझे ढूँढोगे, और मैं तुम्हे मिलूँगा। जब तुम मुझे सच्चे हृदय से खोजोगे
तब मुझे पाओगे।” (यिर्मयाह २९:१३)

मुझे आपको चुनौती देना हैं पहले कभी नहीं किया ऐसे परमेश्वर को खोजे। परमेश्वर से बाते करने के लिए कुछ समय अलग से निकाले। तुम्हारे बाईंबिल पढ़ने से पहले, आगे दी गई प्राथना कीजिए: ‘परमेश्वर, मैं पहचानता हूं कि यह पुस्तक मेरे लिए तेरा वचन हैं, इस पढ़ने में मुझसे बाते कर।’

राजा दाऊद हमें प्रोत्साहन देता हैं: “शांत हो, और जान लो, कि मैं परमेश्वर हूं।” (भजन संहिता ४६:१०)



इस समय का उपयोग करो कि परमेश्वर को और ज्यादा पहचानो। उसके प्रेम, उसके सामर्थ्य और उसकी शिक्षा के विषय में सीखो।

आपको परमेश्वर से बातें करना हैं, और कुछ समय से वह चाह रहा हैं कि आपसे बातें करें।

निष्कर्ष

विषाणु का संक्रमण पर वर्चस्व करने के लिए उत्तम मार्ग यह कि रोगप्रतिबंधक टीका ले लेना हैं।

(COVID) कोविड-१९ के विरोध रोगप्रतिबंधक के ये कार्यकारक घटक हैं:

सबसे अधिक सावधानी ले - Caution

नवीकरण के लिए अवसर-Opportunity

विजयी प्रतीक्षा -Victorious

प्रेरणा यह आवश्यक हैं- Inspiration

दैवी उपस्थिति-Divine

यह सामर्थ्यशाली रोगप्रतिबंधक किसी के शरीर, जीव और आत्मा को शक्तिशाली करने में बहुत ही प्रभावी हैं।

“जो कोई परमेश्वर की आज्ञा के अनुसार चलता हैं उसे आशीषमय जीवन मिलेगा ! जो कोई उसकी आज्ञा का उल्लंघन करेगा, उसे बहुत ही कष्टमय जीवन मिलेगा।” मारियो कश्चेल सिमोस

इस पुस्तक कम से कम छह बार पढ़ो। प्रत्येक समय जब तुम इसे पढ़ते हो, तुम कुछ तो नया सीखोगे !

जैसे हम हानिकारक बाते देख सकते हैं, जैसे की यह विषाणु, बड़ी तेजी से फैल गया और बगैर किसी प्रयास के। यद्यपि, अच्छी बाते, शिक्षा, टीका और बहुत सारी समस्याओं के लिए दूसरे उपाय स्वाभाविक रीतिसे फैलते नहीं। उन्हें जानबूझकर प्रसारित करना पड़ता है।

इसलिए मैं तुम्हे चुनौती देता हूं कि इस वेबसाइट को आपके मित्र और पहचानवालों को भेज दें: *antivirus-coronalcom* तो उन्हें भी यह मुफ्त ई-बुक मिल सके। आपके समान, उन्हें भी और भी मूल्यवान स्रोत मिल सके !

मेरी इच्छा और प्रार्थना यह हैं कि आप और वे सब इस पुस्तक को पढ़ते हैं आपको परमेश्वर द्वारा आशीष भरा और सुरक्षात्मक जीवन मिले। ऐसा होवे कि जो सिद्धांत यहां उल्लेख किए गए हैं वे आपके जीवन के लिए नयी शुरुवात हो !

मैं इस पुस्तक को, डॉ। रॉबर्ट यिल्मेर मनोरोग चिकित्सक, और अगुवाई के विषय में पी। एच डी।:

“अपनी अर्थव्यवस्था यह गंभीर हो गई है, उसके साथ हमारी व्यक्तिगत आमदनी भी। हमारी नोकरी अनिश्चित हैं, परंतु हमारा जीवन यह इससे बहुत बड़ा हैं। महान साम्राज्य जिसे हम आज देखते हैं वे जंग के शरणार्थी, प्रलय से बचे हुए लोग, और लोग जिन्होंने अपनी भूमि छोड़ी हैं क्योंकि मृत्यु यह वहा निश्चित थी उनके द्वारा बनाएं गए हैं। प्रश्न यह नहीं कि कल क्या होगा परंतु इस बड़े हलचल के बाद में हम कौन होंगे। लोग जो उनके बचने में ज्यादा से ज्यादा स्वार्थी हैं वे लोग जो बड़े ही अटल और ढाँगी नहीं हैं, जो एक जीवन जी सकते हैं जो कम भारग्रस्त हो और ज्यादा उदार हैं।”

निरंतर बढ़ते रहो की एक अद्भुत व्यक्ति हो जाओ जिसे परमेश्वर ने बनाया हैं !

ऐसा होवे की परमेश्वर आपको बहुतायत से आशीष दे !

मारियो



लेखक: मारियो कश्चेल सिमोस

अनुवादक: फेलिपे गट्स सिमोस

संपादक: रॉजर और एस्टर श्रेज

ई-बुक: @ मार्च २०२०

लेखक, और उनकी पुस्तके और अन्य साधनों की जानकारी के लिए:

www.mariosimoes.com

