एपी फोटो / नताचा पसिरेंको

विषय-वस्तु

2. **जेनी रीड**, अमेरिका
4. **निक विलिस**, न्यूज़ीलैंड
6. **डेबी फ्लड**, ग्रेट ब्रिटेन
8. **ओसे कोलिंसौ**, फिजी
10. **शेलिंडा जानसेन**, श्रीलंका
12. **ज़ान बुइस**, दक्षिण अफ्रीका
14. **जैनीन बेकी**, कनाडा
16. **जर्मन सेंचेज**, मेक्सिको
18. **मेलिसा ब्लो**, कोलंबिया
20. **सिया कोलिसी**, दक्षिण अफ्रीका
22. **एरियल ऑर्टेगा**, जापान
24. **ईसाई धर्म संदेश**

जेनी रीड

विश्वास का उदार प्रदर्शन

***जेनी रीड** एक अमेरिकी सॉफ़्टबॉल आउटफ़ील्डर हैं जो टीम USA के लिए खेलती हैं। तीन बहनों में से सबसे छोटी, पर सबसे अधिक पुरस्कार जीतने वाली जेनी की शादी एक पेशेवर अमेरिकी बेसबॉल खिलाड़ी से हुई है और दोनों खेलों से बेहद प्यार करते हैं। उनका लक्ष्य महिलाओं के खेलों में बदलाव लाना और पूरी दुनिया को सुसमाचार सुनाना है।*

बचपन में मैं कभी-भी कोई असाधारण खिलाड़ी नहीं थी। मैं कोई ऐसी लड़की नहीं थी जिसे देख कर लोग कहें कि, "एक दिन इस लड़की को ओलिम्पिक्स में खेलने का मौका मिलेगा।" ओलिम्पिक के पूर्व-परीक्षणों में घुसना डराने वाला काम था। ऐसी प्रतिस्पर्धा में घुसना मुश्किल होता है जो आपके और आपके टीम सदस्यों के बीच हो। ओलिम्पिक टीम में चुने जाने का लक्ष्य रखते हुए, मुझे अक्सर खुद को यह याद दिलाना पड़ता था कि मैं टीम के 18 खिलाड़ियों में से एक खिलाड़ी बनने के लिए प्रतिस्पर्धा कर रही हूं, न कि किसी ख़ास इंसान के विरुद्ध।

पूर्व-परीक्षणों से पहले वाली रात को, हम में से कुछ ने हमारे सभी टीम सदस्यों को एक प्रार्थना सभा में आमंत्रित किया जो हर साल पूर्व-परीक्षण शुरू होने से पहले आयोजित की जाने लगी है। टीम की 29 लड़कियों में से 20 लड़कियां सभा में आईं। यह परंपरा हम सभी के लिए बेहद मददगार रही है। हम सभी टीम में चुने जाने की कोशिश करने की एक जैसी स्थिति में होते हैं, और ऐसे में हम एक-दूसरे को यह याद दिला पाते हैं कि हम जिस असाधारण दबाव से गुजर रहे हैं उसमें हम एक-दूसरे की मदद करने के लिए मौजूद हैं। एक-दूसरे की रुकावट बनने की बजाय, हम एक-दूसरे की मदद करने का विकल्प चुन रहे हैं।

पूर्व-परीक्षणों की आख़िरी सुबह, मेरा दिल बैठा जा रहा था; मुझे लग रहा था कि अब बस, यही वह सुबह है – यही मेरा सॉफ़्टबॉल खेलने

"किन्तु तुम तो चुने हुए लोग हो याजकों का एक राज्य, एक पवित्र प्रजा एक ऐसा नर-समूह जो परमेश्वर का अपना है, ताकि तुम परमेश्वर के अद्भुत कर्मों की घोषणा कर सको। वह परमेश्वर जिसने तुम्हें अन्धकार से अद्भुत प्रकाश में बुलाया। एक समय था जब तुम प्रजा नहीं थे, किन्तु अब तुम परमेश्वर की प्रजा हो। एक समय था जब तुम दया के पात्र नहीं थे, किन्तु अब तुम पर परमेश्वर ने दया दिखायी है।" – 1 पतरस 2:9-10

फोटो सौजन्य: USA सॉफ़्टबॉल

का आख़िरी मौका है ... फिर कभी नहीं। मुझमें टीम में चुने जाने वाली बात है इसे ओलिम्पिक समिति को दिखाने का मेरा मौका लगभग ख़त्म हो चला था और मैं जानती थी कि मैंने अपना सर्वश्रेष्ठ खेल नहीं खेला है। मैं हार मानने को तैयार नहीं थी। इन विचारों के भूत को अपने कंधे पर टांगे हुए मैंने अपनी एक टीम सदस्य को प्रार्थना करने के लिए बुलाया। हम दोनों ने प्रार्थना की और फिर ऊपर देखा तो पाया कि हमारी टीम की दो और सदस्य भी प्रार्थना कर रही थीं। इस टीम में हमें जो अविश्वसनीय समुदाय मिला था उससे मैं बेहद प्रभावित हुई। जब हममें से कोई निराश या निरुत्साह होता है, तो परमेश्वर हमें एक ऐसा टीम सदस्य देता है जो हमारा हौसला बढ़ाता है।

किस्मत से, चयन समिति किसी खिलाड़ी के बस इन चार दिनों के प्रदर्शन पर ही विचार नहीं करती, बल्कि वे पूरे साल आपका खेल देखते हैं। और पूर्व-परीक्षण इकाई में मौजूद शानदार प्रतिभाओं के बीच, एक भी खिलाड़ी ऐसा नहीं था जो किसी दूसरे को पराजित करने जा रहा हो। जब मैंने देखा कि लिस्ट लग गई है और फिर मैंने पाया कि उसमें मेरा नाम है, तो मैंने खुद को बेहद विनीत महसूस किया।

जब मैंने उस लिस्ट में मेरा नाम देखा, तो मुझे याद आया कि परमेश्वर सच में मुझे अपनी शक्ति से यहां लाए हैं; यह मेरा खुद का कर्म नहीं था। मैंने उन पूर्व-परीक्षणों तक पहुंचने के लिए बहुत कड़ी मेहनत की थी – मैंने कई हफ़्तों तक बिना किसी छुट्टी के हर रात कई-कई घंटे अभ्यास किया था। यदि मैं उन चार दिनों में बेहद अच्छा खेली होती और टीम में चुन ली जाती, तो मैं इस बात का अधिकांश श्रेय खुद को ही देती। पर यह सब जिस तरह हुआ, उससे परमेश्वर मुझे दिखा रहे थे कि बिल्कुल शुरू से ही वे मेरे सफ़र पर अपना कृपा-हस्त बनाए हुए थे।

हाल ही में मैं एक किताब पढ़ रही थी जिसमें लेखक यह कह रहा था कि परमेश्वर में हमारा विश्वास होने का मूल अर्थ यह है कि हम परमेश्वर के साथ-साथ चलें, यह जाने बिना कि वे कदम हमें कहां ले जा रहे हैं। ऐसा करने के लिए, हमें विश्वास का उदार प्रदर्शन करना होगा। मैं शारीरिक रूप से खुद को जिस तरह तैयार करती हूं उससे सीधे-सीधे फ़ील्ड पर मेरा आत्मविश्वास प्रभावित होता है। परमेश्वर के सामने मेरे हृदय पर भी यही बात लागू होती है। मैं अपने हृदय को परमेश्वर में विश्वास के लिए जितना अधिक तैयार करती हूं, मुझे उतना ही अधिक विश्वास हो जाता है कि घटनाओं की लगाम परमेश्वर के हाथों में है। जैसा कि इस किताब के लेखक ने लिखा है, हमें इस बात की अधिक परवाह करनी होगी हम किसके साथ नाच रहे हैं, बजाय इसके कि हम कैसा नाच रहे हैं।

ओलिम्पिक पूर्व-परीक्षणों में पहुंचने पर, मैंने पाया कि मैं परमेश्वर की बजाय मेरे प्रदर्शन की अधिक परवाह कर रही थी। जल्द ही मुझे एहसास हो गया कि परमेश्वर के लिए मुझे इन सब चीज़ों को घाटा मानना होगा। इनमें से कुछ भी, कभी-भी मेरा था ही नहीं! सॉफ़्टबॉल का कौशल मुझे उपहार में मिला था; वह परमेश्वर का है, मेरा नहीं। मुझे परमेश्वर को मान देना होगा – वही हैं जिनके साथ मैं इस जीवन-यात्रा से गुजर रही हूं – और इस बात की परवाह करनी छोड़नी होगी कि वे मुझे कहां ले जा रहे हैं। वे चाहे मुझे जहां भी ले जाएं, मुझे उनके साथ-साथ जाना होगा। यहां ज़रूरी बात यह है कि तर्कवाद को छोड़ दिया जाए और विश्वास पर ध्यान लगाया जाए।

मेरे हृदय की यह गहन इच्छा है कि जो भी मेरी ओलिम्पिक यात्रा को देखे वह उसे परमेश्वर में विश्वास के उदार प्रदर्शन के रूप में बयां करे।

निक विलिस

मुफ़्त उपहार खोलिए

निक विलिस न्यूज़ीलैंड के एक मध्यम दूरी के धावक हैं जिन्होंने 1500 मीटर में दो ओलिम्पिक पदक जीते हैं – 2008 बीजिंग गेम्स में रजत पदक और 2016 रियो गेम्स में कांस्य पदक। निक और उनके भाई स्टीव न्यूज़ीलैंड की वह इकलौती बंधु-जोड़ी है जिसने चार मिनट से कम में एक मील की दौड़ पूरी की है।

पसंदीदा आयत | “देख! मैं द्वार पर खड़ा हूँ और खटखटा रहा हूँ। यदि कोई मेरी आवाज़ सुनता है और द्वार खोलता है तो मैं उसके घर में प्रवेश करूँगा तथा उसके साथ बैठकर खाना खाऊँगा और वह मेरे साथ बैठकर खाना खाएगा।” – प्रकाशित वाक्य 3:20

जब मैं 4 साल का था तभी मेरी मां की मौत कैंसर से हो गई थी। मैं भ्रमित था, गुस्से में था, और मुझमें ज़िंदगी अपने हिसाब से, अपनी शर्तों पर जीने की इच्छा थी। मेरे विचार में मैं बस खुद पर ही भरोसा कर सकता था।

20 सालों तक मैंने हर वह चीज़ आजमाई जो मेरे विचार में मुझे ख़ुशियां और आनंद दे सकती थी। दौड़ों में मिली सफलता से मुझे बहुत से अच्छे मौके मिले, पर मेरे आत्मकेंद्रित लक्ष्यों के परिणामस्वरूप मैंने कई हानिकारक फ़ैसले लिए और कई हानिकारक कदम उठाए। मेरी ज़िंदगी में इससे काफ़ी कुछ बड़ी चीज़ की कमी थी।

मैंने तब तक जो कुछ हासिल किया था वह मेरी मां को खो देने के सामने कुछ भी नहीं था, मैं अपनी मां की असमय मृत्यु के लिए परमेश्वर को (यदि वह होता हो तो) दोषी ठहराता रहता था। अवसाद में, मुझे लगा कि मेरे पास और कोई रास्ता नहीं है। मुझे एक वास्तविक उद्देश्य के साथ मार्गदर्शन और निर्देशन चाहिए था।
मेरे दिल को कोई चीज़ बार-बार छूने लगी, जो मुझसे कह रही थी कि मेरी मां स्वर्ग से मेरे जीवन को देख रही हैं। मैंने और भी ज़्यादा शराब पीकर और रातों को देर तक बाहर रह कर इसे भुलाने की कोशिश की, पर मेरे दिल पर यह दस्तक और तेज़ होती गई। उसे अनदेखा करना नामुमकिन हो गया। मुझे पता था कि परमेश्वर मेरे पीछे-पीछे चल रहे हैं, और वह भी कई सालों से। आख़िरकार, मैंने फ़ैसला किया कि मैं उनसे अब और नहीं भागूंगा।

AP फोटो/ चार्ली नीबरगॉल, मैरी श्वॉल्म, किन चेउंग

तो अक्तूबर 2003 में, मैंने अपने गुस्से के लिए, परमेश्वर की अवज्ञा के लिए, और अब तक मैंने जितने भी लोगों को ठेस पहुंचाई थी उसके लिए यीशु से माफ़ी मांगी। वे मेरे दिल में उतर आए और उसे स्वच्छ कर दिया। मेरी मां की मौत के प्रति मेरे दिल में जितना भी गुस्सा और कड़वाहट थी वह सब चली गई, और मैं अपनी ज़िंदगी की एक नई शुरुआत करने के लिए तैयार हो गया।

मेरी ज़िंदगी हमेशा के लिए बदल चुकी है, और मैं कभी-भी दोबारा ख़ालीपन या असंतुष्टि महसूस नहीं करूंगा – तब तक नहीं जब तक मैं परमेश्वर की “कॉल” को “वेटिंग” पर न डाल दूं। परमेश्वर सच में हैं, और वे हर दिन मेरे साथ-साथ चलते हैं। जब मैं राह भटकता हूं तो वे मुझे समझाते हैं, और जब मैं अकेला होता हूं तो मुझसे प्रेम करते हैं। पर सबसे बड़ी बात, उन्होंने मुझे अपना यह वचन दिया है कि जब यहां पृथ्वी पर मेरा समय पूरा हो जाएगा तो मैं उनके स्वर्ग राज्य में प्रवेश पाऊंगा, और मेरी मां और परिवार के साथ ख़ुशियां मनाऊंगा।

मैंने अपनी पूरी ज़िंदगी में ऐसा कुछ नहीं किया है जो मुझे इस लायक बनाता हो। मेरी स्वार्थपूर्ण मौजूदगी इस बात का सबूत है कि परमेश्वर हर किसी को क्षमा कर सकते हैं और करना चाहते हैं। हमें बस क्षमा मांगनी है।

यीशु वह एकमात्र मनुष्य हैं जिन्होंने आदर्श जीवन जिया है। उन्होंने कभी-भी किसी के भी साथ कुछ ग़लत नहीं किया, पर फिर भी उन्हें उन अपराधों के लिए मारा-पीटा गया और अपमानित किया गया जिनमें वे निर्दोष थे। इस सारी सज़ा के दौरान चुप रहने के बाद, उन्हें सलीब पर लटका कर मार डाला गया – यह एक ऐसी सज़ा थी जो केवल सबसे बुरे अपराधियों को दी जाती थी। तीन दिन बाद, यीशु फिर से जीवित हो उठे जिससे यह सिद्ध हुआ कि वे परमेश्वर के पुत्र थे, और यह कि उन्होंने वे सभी भविष्यवाणियां पूरी कर दीं जिनमें कहा गया था कि एक मसीहा आएगा जो सभी लोगों की ग़लतियों की कीमत चुकाएगा। उन्होंने स्वर्ग के दरवाज़े खोल दिए।

यीशु कोई धर्म नहीं हैं। वे एक जीवित परमेश्वर हैं जो हमारे जीवन का भाग बनना चाहते हैं। वे जानते हैं कि हमने हमारा जीवन बिगाड़ लिया है और हम विभिन्न प्रलोभनों में फंस कर संघर्ष कर रहे हैं। वे हमें आज़ाद करने में मदद करना चाहते हैं, ताकि हम जीवन का पूरी तरह आनंद ले सकें, और कठोर नियम-कायदों से बंधा
नीरस जीवन न जिएं।

यीशु ने अपना जीवन हमें एक मुफ़्त उपहार के रूप में दिया है। यह हम पर है कि हम हमारा इंतज़ार कर रहे इस उपहार को खोलते हैं या नहीं। मैं प्रार्थना करता हूं कि आप उसे खोलें और देखें कि अंदर आपको क्या मिलता है।

न्यूज़ीलैंड

डेबी फ्लड

परमेश्वर ने मुझे अपने हाथों में संभाला हुआ है

*ग्रेट ब्रिटेन की **डेबी फ़्लड** जेल अधिकारी बनने के प्रशिक्षण के दौरान नौकायन के खेल के प्रति आकर्षित हुई थीं। उन्होंने तीन ओलिम्पिक खेलों में भाग लिया, दो ओलम्पिक पदक जीते और तीन विश्व चैंपियनशिप स्वर्ण पदक जीते। पर उनके लिए इस सब की शुरुआत आसान नहीं थी। फ़्लड बता रही हैं कि तमाम उतार-चढ़ावों से भरे उनके करियर में, कैसे ईसा मसीह में उनका विश्वास उनकी ताक़त बन कर उनके साथ है।*

जब मैं मेरे खेल जीवन को मुड़ कर देखती हूं तो पाती हूं कि कैसे परमेश्वर मुझे एक अनूठी राह पर ले गए हैं जहां मुझे ऐसे लोग और हालात मिले जिनकी मैंने उम्मीद नहीं की थी। जब मुझे पता चला कि मैं 2000 सिडनी ओलिम्पिक्स में नहीं जा रही हूं, तो मेरी तो मानो दुनिया ही उजड़ गई। मैंने परमेश्वस से सवाल किया कि, “हे परमेश्वर, मैं यहां क्यों हूं? मेरे जीवन के दो साल व्यर्थ हो गए, आख़िर इससे मुझे क्या मिला?” तब मैं बेहद उदासी में थी पर मेरा वह साल कमाल का रहा। अब मैं पीछे मुड़ कर देख सकती हूं कि परमेश्वर मुझे कहां ले जा रहे थे।

लड़कपन में, मुझे खेलों से प्यार था और मैंने बहुत से खेल आजमाए। मैं ओलिम्पिक देखा करती थी और सोचती थी कि खिलाड़ियों के पास कोई सुपरपॉवर होती है। मैं सोचा करती थी कि क्या कभी मैं इस लायक बन पाऊंगी कि मुझे मेरे देश का प्रतिनिधित्व करने और ओलिम्पिक खेलों में जाने का सम्मान मिले। मैंने बहुत से खेल आजमाए और मुझे प्रतिस्पर्धा से प्यार था। मैंने जूडो आंशिक रूप से आत्मरक्षा के लिए सीखा, क्योंकि मेरा स्कूल थोड़ा ख़राब इलाके में था, और आंशिक रूप से इसलिए कि मैं जेल अधिकारी के रूप में करियर बनाना चाह रही थी। हमारे प्रशिक्षण का एक हिस्सा रोइंग (नौकायन) मशीन पर था और मुझे वह अच्छा लगा क्योंकि वह नया था। मैंने कड़ा प्रशिक्षण लिया।

एलेमी फोटोज़: एंड्र्यू मैथ्यूज़, पीए वायर

पसंदीदा आयत | *“अपने पूर्ण मन से यहोवा पर भरोसा रख! तू अपनी समझ पर भरोसा मत रख; उसको तू अपने सब कामों में याद रख। वही तेरी सब राहों को सीधी करेगा।”*
– नीतिवचन 3:5-6

एक दिन एक व्यक्ति मेरे पास आया और उसने पूछा कि क्या मैं रोअर हूं (नौकायन करती हूं)। मैं कभी किसी नाव पर नहीं चढ़ी थी और मुझे कोई अनुमान नहीं था कि रोइंग (नौकायन) रैली क्या होती है। उसने कहा कि मैं रोइंग मशीन पर सच में काफ़ी अच्छा प्रदर्शन कर रही थी, तो इसलिए मैं एक छोटे से ब्रेक के तौर पर रोइंग का कोर्स करने चली गई। और हालांकि मेरा पहला हफ़्ता अधिकतर पानी में गिरते-गिरते बीता पर वहां से मैंने पीछे मुड़ कर नहीं देखा। दो साल बाद, मैं विश्व चैंपियन बन चुकी थी।

किसी के प्रोत्साहन के कुछ शब्दों और मेरे कोच से मुझे मिले समय ने मेरा जीवन पूरी तरह बदल दिया। मेरे कोच ने मुझे नौकायन करना सिखाया, पर इसमें समय लगा। मैं सिडनी ओलिम्पिक्स के जूनियर ट्रायल्स में 100 में से अधिक लोगों में आख़िरी स्थान पर आई। एक महीने बाद किंग्स्टन ट्रायल्स में मैं 14वें स्थान पर रही, और फिर इसके कुछ महीनों बाद मैंने फ़ाइनल ट्रायल्स जीत लिए।

मैंने मेरे जीवन में यह योजना बनाई थी कि मैं स्कूल पूरा करूंगी, फिर दो सालों तक पूर्णकालिक प्रशिक्षण लूंगी, सिडनी ओलिम्पिक्स में जाऊंगी और फिर एक पशु चिकित्सक के रूप में जीवन बिताऊंगी। मैं घर से दूर रहने लगी; मैं मेरे कोच के अलावा और किसी को नहीं जानती थी। मैं सिडनी सिंगल स्कल्स में जाने का लक्ष्य रखे थी, और सलेक्शन ट्रायल्स में मेरा एक सिंगल रेस-ऑफ़ था। मैं 2000 मीटर की रेस में शुरुआती 1500 मीटर के दौरान आगे थी, पर आख़िरी 500 मीटर में, मेरी प्रतिस्पर्धी मुझसे आगे निकल गई और मैं रेस हार गई। रेसर के तौर पर सिडनी ओलिम्पिक्स जाने का मेरा सपना टूट गया।

पर मेरे कोच ने मुझे अभ्यास करते रहने के लिए प्रेरित किया। मुझे सिडनी गेम्स में अतिरिक्त खिलाड़ी के रूप में बुलाया गया, पर मैं अतिरिक्त खिलाड़ी नहीं बनना चाहती थी। इसके बजाय, मैंने अंडर-23 वर्ल्ड चैंपियनशिप्स में हिस्सा लिया, और यह प्रतियोगिता जीतने वाली पहली ब्रिटिश नागरिक बन गई। वह साल ख़त्म होने को था जब मैंने सोचा कि, “कमाल है, मेरा यह करने का कोई इरादा तो नहीं था, पर यदि मुझे सब कुछ दोबारा से करने का मौका मिले, तो मैं इसे ही करूंगी।” उस समय मैं ओलिम्पिक्स लायक योग्य नहीं थी, पर फिर भी मेरा साल कमाल का रहा। मेरे लिए, बात जीतने की नहीं थी, बल्कि यह एहसास होने की थी कि परमेश्वर ने सच में मुझे अपने हाथों में संभाल लिया है और उनके पास मेरे लिए एक योजना है।

मैं अक्सर बाइबिल में अपने पसंदीदा पद्य में वापस आती हूं जो कहता है, “अपने पूर्ण मन से यहोवा पर भरोसा रख! तू अपनी समझ पर भरोसा मत रख; उसको तू अपने सब कामों में याद रख। वही तेरी सब राहों को सीधी करेगा” (नीतिवचन 3:5-6)। मेरे लिए वह साल एक शिक्षाप्रद अनुभव था। हम यीशु में हमारे विश्वास के साथ हमेशा सीख रहे होते हैं। मेरा जीवन एक ऐसा मंच है जिस पर मुझे परमेश्वर को और खुद को जानने का मौका मिला है।

यीशु का अनुयायी बनना और यह समझना कि परमेश्वर कोई स्वचालित वस्तु नहीं हैं, यह एक ऐसा चुनाव था जो मुझे मेरे लिए करना ही था। मैंने परमेश्वर को मेरे जीवन में आने को कहने और उनसे संबंध बनाने के लिए यह चुनाव किया। हम सभी में कोई-न-कोई कमी होती है; हम अधिकतर समय परमेश्वर को हमारे जीवन में सर्वप्रथम नहीं रखते हैं। इससे हमारे सृजनकर्ता से हमारा संबंध टूट जाता है। पर जब हम यीशु का नाम सुनते हैं और यह बात समझते हैं कि इसी प्रकार परमेश्वर ने हमें उन तक वापस लौटने का मौका दिया है – यानि इस विश्वास के माध्यम से कि परमेश्वर ने अपने पुत्र यीशु को सलीब पर मृत्यु को प्राप्त होने और हमारे द्वारा की गईं सभी ग़लतियों को हमसे दूर ले जाने के लिए भेजा था – तभी हम उस टूटे संबंध को पहले जैसा कर सकते हैं। हम अभी-भी रोज़ाना ग़लतियां करते हैं, पर यीशु के साथ संबंध होने से, और मेरे जीवन में उनके मौजूद होने से, सब कुछ बदल गया है।

मैं परमेश्वर के साथ ही होना चाहती हूं, इसलिए मैंने प्रार्थना की कि, “हे यीशु, मेरे जीवन में आओ।” यह जीवन के प्रति मेरे नज़रिए की शुरुआत थी, और यही नज़रिया मेरे खेल में भी आ गया। मेरे विश्वास ने मुझे यह अडिग आधार दिया है और खेल की अजीबोगरीब दुनिया में मुझे टिकाए रखा है। तो देखा आपने कि यह मुझे कहां ले आया?

ग्रेट ब्रिटेन

ओसे कोलिनिसौ

मेरे सारे आनंद का स्रोत

***ओसी कोलिनिसौ** फ़िजी के एक पेशेवर रग्बी खिलाड़ी हैं जो 2016 रियो ओलिम्पिक्स में अपने देश के ध्वजवाहक थे। वे फ़िजी सेवन्स टीम के कप्तान भी थे और उनकी कप्तानी में टीम ने स्वर्ण पदक हासिल किया – यह ओलिम्पिक गेम्स में फ़िजी का अब तक का पहला पदक था। कोलिनिसौ अमेरिका में मेजर लीग रग्बी के साथ पेशेवर स्तर पर खेलते हैं।*

मेरे रग्बी करियर में मैं आज जहां हूं वहां तक पहुंचने में मुझे ढेर सारी कड़ी मेहनत और प्रशिक्षण से गुजरना पड़ा है। मैं अपने पिता से मिली सीखों और सहयोग के लिए उनका शुक्रगुजार हूं। मेरे पिता एक पादरी थे और उन्होंने मुझे सिखाया कि कड़ी मेहनत और ईसा मसीह में विश्वास के साथ, कुछ भी असंभव नहीं है। मैंने अपने खुद के जीवन में इस बात को फलीभूत होते देखा है। मैं जानता हूं कि मुझमें जो कौशल है वह यीशु ने ही मुझे दिया है और उनकी प्रतिष्ठा के लिए उन्होंने मुझे इस कौशल के उपयोग के जो मौके दिए हैं उनके लिए मैं उनका शुक्रगुजार हूं।

2016 रियो ओलिम्पिक्स में जाना एक अविश्वसनीय अनुभव था। जब मुझे बताया गया कि मैं अपने देश का ध्वज लेकर चलूंगा, तो मेरे लिए यह बहुत बड़ी बात थी। इससे पहले जब भी मैं ओलिम्पिक का उद्घाटन समारोह देखता था, तो मैं सारी रोशिनियां, परेड करते खिलाड़ियों, और विभिन्न देशों के ध्वजों को देखा करता था। यह जान कर मैं भावुक हो गया कि दुनिया के सबसे महान खेल आयोजनों में से एक में मैं यह ध्वज लेकर चलूंगा। रग्बी, फ़िजी का नंबर 1 अंतरराष्ट्रीय खेल है। मुझे गर्व है कि मैं न केवल खुद का और अपनी टीम का, बल्कि अपने परिवार और अपने देश का भी प्रतिनिधित्व कर सका। यह एक बहुत बड़ा सम्मान था।

ओलिम्पिक्स में होने से मुझे एक बिल्कुल ही अलग स्तर का आनंद मिला। इससे पहले, जब

AP फोटोज़/कामरान जेब्री, थेम्बा हाडेबे

पसंदीदा आयत | **“यहोवा ने मुझे गर्भ ही में से बुलाया, जब मैं माता के पेट में था, तब ही उसने मेरा नाम बताया।” – यशायाह 49: 1**

हमारा राष्ट्रीय गान बजता था तो मेरी आंखों में हमेशा आंसू आ जाते थे। पर ओलिम्पिक गेम्स में, मैं खुद को मुस्कुराने से रोक न सका।

लोग मुझसे पूछते, “तुम इतना क्यों मुस्कुरा रहे हो?” और मैं जवाब नहीं दे पाता था। मैं बस हंसना चाहता था क्योंकि मेरे अंदर आनंद के बुलबुले उठ रहे थे।

पर अपने देश का प्रतिनिधित्व करने से भी बड़ी बात यह है कि मुझे परमेश्वर के राज्य का प्रतिनिधित्व करने का सौभाग्य मिला है। उसके आगे कोई चीज़ नहीं ठहरती! आप स्वर्ण पदक जीत सकते हैं, पर यह जानना सबसे बड़ा पुरस्कार है कि आप परमेश्वर की संतान हैं। यह जानना किसी भी व्यक्ति का सबसे बड़ा लक्ष्य होना चाहिए कि यीशु उसके अपने भगवान और उद्धारक हैं।

रग्बी के खेल के लिए मुझमें जो आनंद है वह मुझे परमेश्वर से मिला है। वही मेरे सारे आनंद का स्रोत हैं। मेरे अंदर यीशु के होने से, मैं एक ऐसी शांति और स्थिरता का अनुभव करता हूं जिसे समझाया नहीं जा सकता है। मेरे टीम सदस्य और मैं यह सुनिश्चित करते हैं कि हम हमारे हर खेल से पहले और उसके बाद प्रार्थना करें और परमेश्वर के साथ समय बिताएं। सुबह हम साथ मिल कर प्रार्थनाएं करते हैं और फिर प्रशिक्षण के बाद दोबारा से हम प्रार्थनाएं करते हैं। हम सभी जानते हैं कि ईसा मसीह ही वह कारण हैं जिसके चलते हम यह खेल खेलते हैं। वह जिसने हमें मृत्यु से बचाया और अपनी मृत्यु एवं पुनर्जीवन के माध्यम से हमें जीवन दिया वह हमारे पक्ष में है।

जब मैं रग्बी से संन्यास लूंगा, तो मैं उम्मीद करता हूं कि लोग पीछे मुड़ कर मेरे खेलने के तरीके को देखेंगे और महसूस करेंगे कि मैं अलग था – इसलिए नहीं कि मैंने क्या किया, बल्कि इसलिए कि मैं किसमें विश्वास करता हूं। जब लोग देखते हैं कि आज मैं कहां हूं, तो मैं चाहता हूं कि वे जानें कि मैं यहां केवल और केवल यीशु के कारण पहुंचा हूं।

यदि मेरे जीवन में यीशु न होते, तो मैं वह इंसान न होता जो मैं आज हूं। मैं ओलिम्पिक पदक न जीता होता। मुझे ख़ुशी है कि परमेश्वर ने प्रतिस्पर्धा करने और जीतने के लिए मुझे चुना, पर मुझे इससे भी ज़्यादा ख़ुशी इस बात की है कि मैं उनके राज्य का एक भाग हूं, जो सोने से कहीं अधिक कीमती है।

फ़िजी

शेलिंडा जानसेन

ईसा मसीह के बिना कुछ भी नहीं

***शेलिंडा जानसेन** एक श्री लंकाई धावक हैं जो 100 मीटर और 200 मीटर दौड़ों में विशेषज्ञता रखती हैं। 2018 साउथ एशियन जूनियर गेम्स में उन्होंने 100 मीटर और 200 मीटर में कांस्य पदक जीता था और उनकी टीम ने 4x100 मीटर रिले में स्वर्ण पदक जीता था। उसी साल वे आर्जेंटीना में हुए यूथ ओलिम्पिक गेम्स में 200 मीटर दौड़ में नौवें स्थान पर रहीं जिसमें उन्होंने 200 मीटर दौड़ 24.07 सेकंड में पूरी की जो उनका व्यक्तिगत कीर्तिमान था।*

मैं 8 साल की थी और अपनी पहली खेल प्रतियोगिता में भाग ले रही थी; वहीं एक पादरी ने मेरे माता-पिता से मेरे बारे में भगवान का एक शब्द कहा। वह पादरी श्री लंका आए थे, और हालांकि मैं इतनी छोटी थी उनकी कही बात समझ नहीं पा रही थी, पर मेरे माता-पिता उनकी कही बात पर टिके रहे: कि एक दिन मैं श्री लंका का नाम रोशन करूंगी; कि एक दिन मैं श्री लंका के लिए पदक जीतूंगी।

हममें से कोई नहीं जानता था कि परमेश्वर ने मुझे दौड़ने के कौशल से नवाजा है। मुझमें इस कौशल को सबसे पहले मेरी मां ने देखा; वही हैं जो मेरे जीवन के तमाम उतार-चढ़ावों में हमेशा मेरे साथ रही हैं।

मैं पहले एक तैराक थी; मुझे एथलेटिक्स में कभी कोई रुचि नहीं थी। मुझे तैराकी से प्यार था और मैंने कभी सोचा भी नहीं था कि मैं तैराकी छोड़ दूंगी, पर मेरे माता-पिता मुझे मुझसे बेहतर जानते थे, इसलिए मैंने एथलेटिक्स में हिस्सा लेना शुरू किया। मैंने एथलेटिक्स जारी रखा और जल्द ही मैं श्री लंका में अंडर-9 चैंपियन बन गई। मैंने अपने कोच के साथ व्यक्तिगत प्रशिक्षण शुरू किया और मेरा प्रदर्शन बेहतर होने लगा।

17 साल की उम्र में मैंने 2018 साउथ एशियन जूनियर गेम्स में पहली बार श्री लंका का प्रतिनिधित्व किया, जहां मैंने 100 मीटर और 200 मीटर दौड़ों में कांस्य पदक और 4x100 मीटर रिले में स्वर्ण पदक जीता। तब से मेरा जीवन बदल गया है।

AP फोटोज़/कामरान जेब्रीली, थेम्बा हाडेबे

पसंदीदा आयत | **"जो मुझे शक्ति देता है, उसके द्वारा मैं सभी परिस्थितियों का सामना कर सकता हूँ।" – फिलिप्पियों 4:13**

मेरी सबसे यादगार प्रतिस्पर्धा थी 2018 यूथ ओलिम्पिक गेम्स जो ब्यूनस आयर्स, आर्जेंटीना में हुई थी। वह 200 मीटर दौड़ का मेरा पहला वैश्विक आयोजन था और मैं बहुत डरी हुई थी। प्रतिस्पर्धा के पहले चरण में मैं बहुत घबराई हुई थी और मेरा शरीर दबाव में ठीक से प्रतिक्रिया नहीं दे रहा था। मैंने उस दौड़ में पांचवां और विश्व में 16वां स्थान हासिल किया।

मेरा दिल टूट गया क्योंकि मैं मेरा खुद का व्यक्तिगत कीर्तिमान भी नहीं तोड़ पाई थी, पर मैंने हिम्मत नहीं हारी। मुझे श्री लंका में मेरे लोगों से बहुत समर्थन मिला और मैं जानती थी कि मेरे कोच हमेशा मेरे पीछे होंगे, मुझे सहारा देंगे। मैं यह भी जानती थी कि मेरे माता-पिता मुझे आगे बढ़ाने की अपनी कोशिशें कभी नहीं छोड़ेंगे। पर सबसे बड़ी बात, मैं जानती थी कि यीशु नहीं चाहते थे कि मैं वह छोड़ दूं जो मैंने शुरू किया है। वे चाहते थे कि मैं भविष्यवाणी को सच होते देखूं।

मैंने हार नहीं मानी; बल्कि, मुझे तो और ऊपर उठना था। मुझे खुद को शांत और सामान्य रखना था और भगवान तथा उनके सही समय पर सही कदम में विश्वास रखना था। अंतिम दौड़ वाले दिन, मैं दौड़ी और मैंने न केवल वह दौड़ पहले स्थान पर पूरी की बल्कि 24.07 सेकंड का नया व्यक्तिगत कीर्तिमान भी बनाया! मुझे 200 मीटर दौड़ में दुनिया की नौवीं सबसे तेज़ जूनियर का स्थान मिला – एशिया और दक्षिण एशिया में सबसे तेज़, और श्री लंकाई जूनियर एथलेटिक्स के इतिहास में ओलिम्पिक खेल चुकीं सुशांतिका जयसिंघे और दमयंती दर्शा के बाद सबसे तेज़! मैं जानती थी कि ये परमेश्वर की भविष्यवाणी थी, जो उस पादरी के मुख से बोली गई थी।

मैं ईसा मसीह के बिना कुछ भी नहीं हूं और मुझे उनका नाम पुकारने में कभी शर्म महसूस नहीं होगी। आज मैं जो हूं उस पर मुझे गर्व है, पर मुझे यह भी पता है कि अभी बहुत लंबा सफ़र बाकी है। यह तो बस शुरुआत थी। मुझे आशा है कि एक दिन मैं दुनिया की सर्वश्रेष्ठ धावक बनूंगी और मेरे यीशु को, मेरे देश को, मेरे परिवार को और मेरे कोचों को मुझ पर गर्व होगा।

श्री लंका

डाइन बुइस

एक उद्देश्य से निर्मित

__डाइन बुइस__ दक्षिण अफ़्रीका के एक पैरालिम्पिक धावक और लंबी कूद खिलाड़ी हैं। सेरेब्रल पाल्सी के हल्के प्रभाव से ग्रस्त बुईस, T38 क्लास में प्रतिस्पर्धा करते हैं। रियो डि जेनेरो में हुए 2016 पैरालिम्पिक्स में उन्होंने पुरुषों की 400 मीटर दौड़ में स्वर्ण पदक हासिल किया जिसमें उन्होंने 49.46 सेकंड का व्यक्तिगत कीर्तिमान बनाया था।

जब मैं पहली बार अशक्तताओं से ग्रस्त, राष्ट्रीय व अंतरराष्ट्रीय स्तर के खिलाड़ियों के लिए आयोजित शिविर से जुड़ा, तो मुझे अचानक ज्ञान हुआ। मुझे महसूस हुआ कि परमेश्वर ने मुझे ऐसा क्यों बनाया है – ताकि मैं उनके नाम का प्रताप और बढ़ा सकूं।

कुछ लोगों को किसी आघात के बाद सेरेब्रल पाल्सी हो जाती है, वहीं कुछ लोग इसके साथ जन्म लेते हैं। मैं इस अशक्तता के साथ जन्मा था – इसमें जन्म से पहले मेरे मस्तिष्क में ऑक्सीजन की कमी ने मेरे शरीर के बायें भाग को जाने वाले संदेशों को कमज़ोर कर दिया था, मानो मेरे शरीर का बायां भाग थोड़ा सुन्न पड़ गया हो – इसलिए मैं नहीं जानता कि इससे मुक्त जीवन कैसा होता है। चूंकि मैंने मेरी पढ़ाई एक सामान्य स्कूल से पूरी की है, अतः मैंने खेलों में उन बच्चों से प्रतिस्पर्धाएं की हैं जिनमें कोई अशक्तता नहीं है। मुझे लगता है कि यही कारण है कि मैं हमेशा से इतना प्रतिस्पर्धी रहा हूं – मैं हर किसी के सामने, और खुद के सामने यह साबित करना चाहता था कि मैं उनसे प्रतिस्पर्धा कर सकता हूं।

मुझे खेलों में कभी चुना नहीं गया; हाई स्कूल में मुझे किसी भी टीम में चुना नहीं गया क्योंकि लोगों ने अपने मन से यह मान लिया था कि मैं ठीक से दूसरों का सामना नहीं कर पाऊंगा या उनके समान स्तर पर नहीं खेल पाऊंगा। पर ट्रैक में और मैदान में, टीम में जगह हासिल करने के लिए आपको बस एक जीत चाहिए होती है, और मैंने वही हासिल की। ओलिम्पिक्स में हिस्सा लेने के मेरे सपने हाई स्कूल में जन्मे थे, पर 2010 में जाकर मुझे मेरी जैसी अशक्तताओं से ग्रस्त अन्य लोगों के साथ खेलों में प्रतिस्पर्धा करने का मौका मिला।

AP फोटोज़/कामरान जेब्रीली, थेम्बा हाडेबे

पसंदीदा आयत | *"'क्योंकि मैं उन अपनी योजनाओं को जानता हूँ जो तुम्हारे लिये हैं,' यह सन्देश यहोवा का है, 'तुम्हारे लिये मेरी अच्छी योजनाएं हैं, मैं तुम्हें चोट पहुँचाने की योजना नहीं बना रहा हूँ, मैं तुम्हें आशा और उज्जवल भविष्य देने की योजना बना रहा हूँ।'" – यिर्मयाह 29:11*

ऐसे भी मौके आए जब मैं निराश या निरुत्साह हो जाता था। ईसा मसीह को मेरा अपना भगवान और उद्धारक मान लेने और अपना जीवन उन्हें सौंप देने के बाद, मेरे मन में यह प्रश्न था कि, "ऐसा क्यों परमेश्वर? मैं इस अशक्तता से ग्रस्त क्यों हूं?" मैं जानता था कि यदि परमेश्वर चाहें तो मुझे चंगा कर सकते हैं, पर उन्होंने ऐसा किया नहीं था। जब मैं अशक्तताओं से ग्रस्त, राष्ट्रीय और अंतरराष्ट्रीय स्तर के खिलाड़ियों के एक शिविर में गया, तब जाकर परमेश्वर ने मेरे सामने यह बात साफ की कि उन्होंने मेरे लिए एक ख़ास उद्देश्य सोच रखा है। मैंने यूहन्ना की किताब के अध्याय 9 में बाइबिल की एक कहानी पढ़ी थी जिसमें एक जन्म से अंधे आदमी के बारे में बताया गया है। लोग यीशु से पूछते हैं, "यह आदमी अंधा क्यों जन्मा? क्या वह पापी है, या उसके माता-पिता पापी हैं?" बाइबिल में लिखा है कि यीशु ने कहा कि, "न तो यह आदमी और न उसके माता-पिता पापी हैं, बल्कि यह तो इसलिए हुआ है ताकि परमेश्वर के कार्य उस आदमी में प्रदर्शित हो सकें।" इस कहानी ने मुझे और भी कठिन प्रतिस्पर्धा करने के लिए प्रेरित और प्रोत्साहित किया। मैं उसी पल जान गया कि मेरी यह स्थिति, परमेश्वर के प्रताप को बढ़ाने के लिए है।

यदि आप उस छोटे से कस्बे को देखते जो मेरा पैतृक स्थान है, तो आप कहते कि ऐसे इलाके के किसी व्यक्ति के पैरालिम्पिक्स तक पहुंचने की बात सोचना भी मुश्किल है। और आप सही होते। पैरालिम्पिक्स में जाना मेरे कस्बे के लोगों के लिए सबसे बड़ी उपलब्धियों में से एक है! मैं ऐसा केवल इसलिए कर पाया क्योंकि परमेश्वर ने मेरे दिल में यह सपना पैदा किया। उनके पास मेरे जीवन के लिए एक योजना थी और वे ही मुझे वहां लेकर गए। जब मैं स्टेडियम में जाता हूं, तो मुझे उनकी मौजूदगी का एहसास होता है।

मैंने इस सपने को साकार करने की राह में कई चुनौतियों का सामना किया है। एक बार मैं इतने मुश्किल वित्तीय हालात में फंस गया कि मुझे और मेरे परिवार को किसी और व्यक्ति के अहाते में जा कर रहना पड़ा – फिर परमेश्वर ने मुझे स्टेलेनबॉश नामक कस्बे में मेरे खेल में प्रशिक्षण के लिए मुझे छात्रवृत्ति से नवाजा, जहां मुझे और मेरे परिवार को पेट भरने के लिए अच्छा भोजन और रहने के लिए अच्छी जगह मिली, और मैं प्रशिक्षण ले पाया। एक दूसरे साल में, जब मेरा प्रदर्शन सबसे ख़राब रहा था, मैंने परमेश्वर के प्यार और आलिंगन को इन हालात में इस तरह से अनुभव किया जैसा पहले कभी नहीं किया था। अब मैं देख पाता हूं कि कैसे परमेश्वर हर वह कोशिश करना जारी रखते हैं जो मुझे उस आदमी में बदलने के लिए ज़रूरी है जो बनने के लिए उन्होंने मेरी रचना की है – एक ऐसा आदमी जो उनके उद्देश्य और उनके शब्दों के अनुसार हर कार्य करे।

हालांकि मैं अभी-भी यह जानता हूं कि परमेश्वर मुझे पल भर में चंगा कर सकते हैं, पर उनके पास खेलों की दुनिया में मेरे लिए अभी-भी एक योजना है – मुझे उनका प्रताप बढ़ाना है और अशक्तताओं से ग्रस्त लोगों की ओर से खेलों में समानता लाने के लिए लड़ना है। मेरी अशक्तता और खेलों की दुनिया में मेरी यात्रा के जरिए परमेश्वर ने मुझे एक बेहतर इंसान और एक अधिक विनीत यीशु-अनुयायी बनाया है। जब मेरे खेल के लिए मेरा इंटरव्यू लिया जाता है, तो मैं दूसरों को बता पाता हूं कि कैसे परमेश्वर मुझे प्रेरित करते हैं और मेरी मदद के लिए हमेशा मौजूद रहते हैं।

यह खेल परमेश्वर का कार्य और अनुष्ठान कार्य करने का एक अच्छा मंच बन चुका है। मैं एक छोटे से कस्बे का एक छोटा सा लड़का मात्र हूं जो एक पूरे राष्ट्र को प्रेरित करता है। परमेश्वर ने मुझे जो मिशन दिया है और मुझे जिस यात्रा में डाला है मैं उसके लिए उनका शुक्रगुजार हूं।

दक्षिणी अफ़्रीका

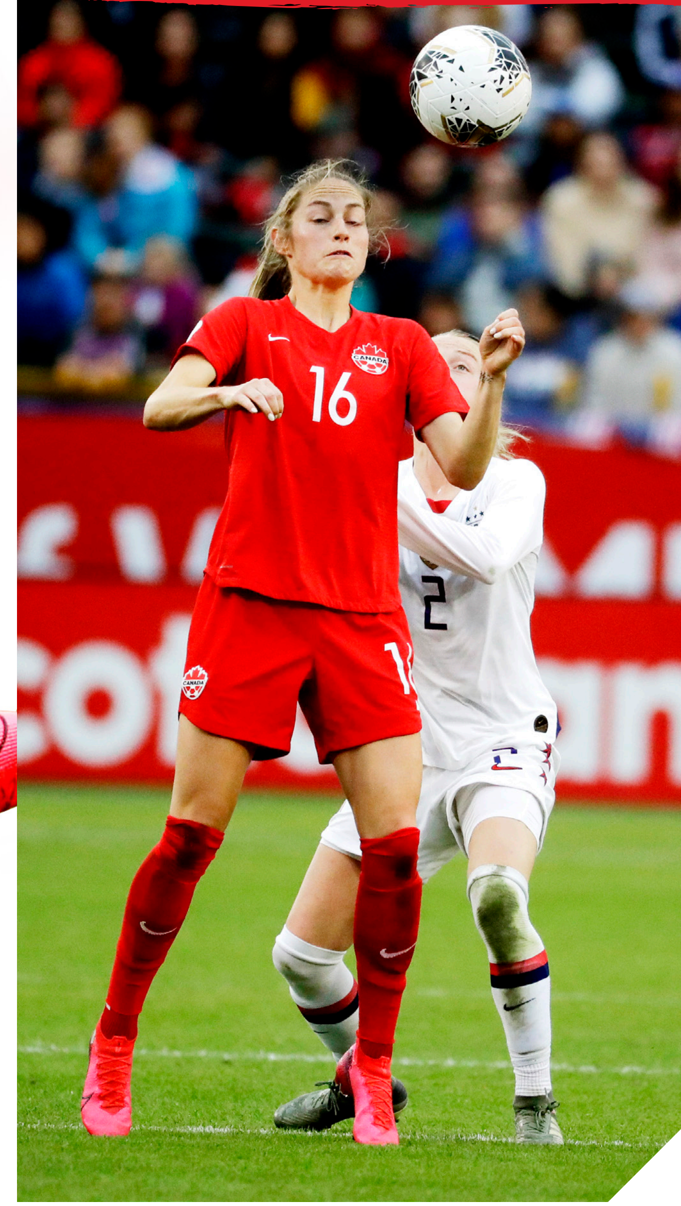
जैनीन बेकी

अधिकतम संभव यीशु के दर्शन कराना

जैनीन बैकी *एक पेशेवर सॉकर खिलाड़ी हैं जो कनाडा की महिला राष्ट्रीय टीम के लिए खेलती हैं। जैनीन के पास अमेरिका और कनाडा की दोहरी नागरिकता है और उनका जन्म अमेरिका के कोलोरैडो में हुआ था पर वे अब कनाडा में रहती हैं। वे 2016 रियो डि जेनेरो ओलिम्पिक्स में कांस्य पदक जीतने वाली कनाडाई टीम का हिस्सा थीं, जहां उन्होंने तीन गोल किए थे और एक को छोड़ बाकी सभी गेम्स की शुरुआत की थी।*

AP फोटोज़/क्रिस कार्लसन, एंडी जैकबसन

पसंदीदा आयत | ***"[ले]किन वे जो ईश्वर में आशा रखते हैं उनकी शक्ति का नवीकरण होगा। जैसे किसी गरुड़ के फिर से पंख उग आते हैं; ये लोग बिना विश्राम चाहे निरंतर दौड़ते रहते हैं, ये लोग बिना थके चलते रहते हैं।"*** **– यशायाह 40:31**



मैंने 2015 विश्व कप जाने वाली टीम में चुने जाने के लिए बहुत कुछ बलिदान कर दिया था। मैंने उस साल की शुरुआत में मेरा देश, मेरा परिवार, मेरे दोस्त और मेरा स्कूल छोड़ दिया था। मैंने प्रतिस्पर्धा की तैयारी और प्रशिक्षण में अनगिनत घंटे बिताए थे, पर विश्व कप से पहले की अंतिम छंटाई में मुझे और एक अन्य लड़की को टीम से निकाल दिया गया। मैं जिस टीम के साथ प्रशिक्षण लेती आ रही थी उसे मैंने अपने सोफे पर बैठ कर विश्व कप में कनाडा का प्रतिनिधित्व करते देखा।

हालांकि मेरा लालन-पालन चर्च में हुआ है और मैंने एक किशोरी के रूप में अपना जीवन यीशु को सौंप दिया था, पर मैं अभी-भी यह पता लगाने की कोशिश कर रही थी कि यीशु का अनुयायी होने का क्या अर्थ है। मुझे मेरे खेल से मेरी पहचान को अलग करने में मुश्किल हो रही थी। जब आप किसी एक चीज़ पर ध्यान केंद्रित करके इतना समय गुजारते हैं – खाया, पीया, अभ्यास किया और फिर यही सब दोहराया – तो उससे ध्यान हटाना कठिन हो जाता है। तिस पर यह कि मैं एक पराये शहर में थी जहां मेरा कोई क़रीबी दोस्त या परिजन नहीं था। ऐसे में मुझे परमेश्वर पर और उनमें मेरे विश्वास पर अधिक निर्भर करना चाहिए था, पर मैंने ऐसा नहीं किया। तो जब छंटाई में मुझे अलग किया गया, तो मेरी तो मानो दुनिया ही उजड़ गई।

पर ईसा मसीह में मेरे विश्वास के कारण, मैं जानती थी कि यह मार्ग का अंत नहीं है; मेरी कहानी इस तरह तो नहीं ही लिखी गई होगी। अब मैं देख पाती हूं कि परमेश्वर के पास मेरे लिए एक अन्य अवसर था। अगले साल मैं 2016 रियो ओलिम्पिक्स में कनाडा का प्रतिनिधित्व करने वाली टीम में चुन ली गई, जहां हमने कांस्य पदक जीता!

मुझे मेरा कौशल एक आशीष के रूप में मिला है और मैं खुद को अधिकतम स्तर तक श्रेष्ठ बनाने के लिए कड़ी मेहनत करती हूं। परमेश्वर की प्रक्रिया पर विश्वास जमाए रख कर, और उन्होंने मुझे जो योग्यता दी उसे विकसित करके, मैंने उन्हें मेरे दिल में और मेरे करियर में काम करते देखा है।

2015 विश्व कप टीम से छंटाई में अलग कर दिए जाने से मैंने जो सबसे बड़ा सबक सीखा वह था विनय। मेरा लालन-पालन एक ऐसे माता-पिता ने किया था जिन्होंने मुझे और मेरे भाई-बहनों को विनीत खिलाड़ी होना सिखाया था। मेरा मानना है कि यीशु के हर अनुयायी की एक बड़ी भूमिका यह है कि वह अधिकतम संभव यीशु जैसा दिखे। जब भी मैं किसी ऐसे हालात में होता हूं जहां मुझे कोई फ़ैसला लेना होता है, तो मैं खुद से पूछता हूं, "मैं मेरे टीम सदस्यों या मेरे कोच के मन में क्या दीर्घकालिक छाप छोड़ना चाहता हूं?"

मैं चाहता हूं कि अन्य लोग मुझे एक ऐसे टीम सदस्य के रूप में याद करें जो दयालु, करुणामय और अच्छा होने के साथ-साथ मैदान में परिश्रमी और अथक भी है। मुझे लगता था कि ये दो चीज़ें एक साथ कभी मौजूद नहीं हो सकती हैं – मैदान में उग्र ढंग से खेलना और मैदान से बाहर दयालु होना – पर मैं जानता हूं कि परमेश्वर ने मुझमें प्रतिस्पर्धा की भावना एक कारण से दी है। आप प्रतिस्पर्धी हुए बिना खेलों में ज़्यादा आगे नहीं जा सकते।

जैसे-जैसे मैं एक खिलाड़ी के रूप में बढ़ूंगा और ज़्यादा से ज़्यादा ट्रॉफियां जीतूंगा, वैसे-वैसे मेरा मंच बढ़ता जाएगा और ज़्यादा से ज़्यादा लोगों का ध्यान उस ओर जाएगा। मैं अधिकतम संभव लोगों को अधिकतम संभव यीशु के दर्शन कराना चाहता हूं।

मेरा पसंदीदा पद्य यशायाह 40:31 है, जो कहता है, "[कि]न्तु वे लोग जो यहोवा के भरोसे हैं फिर से शक्तिशाली बन जाते हैं। जैसे किसी गरुड़ के फिर से पंख उग आते हैं; ये लोग बिना विश्राम चाहे निरंतर दौड़ते रहते हैं, ये लोग बिना थके चलते रहते हैं।" मुझे यह आयत अच्छी लगती है क्योंकि यह मुझे यह ज़रूरी बात याद दिलाती है कि मैं हर चीज़ अपनी खुद की शक्ति से करने के लिए ज़िम्मेदार नहीं हूं। मुझे मेरी शक्ति यीशु में मिल सकती है। यह मुझे यह बात याद दिलाती है कि मैं परमेश्वर की एक संतान हूं – एक ऐसी बात जिसके प्रति उसके अनुयायियों के रूप में हमें और अधिक जागरुक होना चाहिए। जब हमें जवाब नहीं मिलता है या जब हमारे पास पर्याप्त शक्ति नहीं होती है, तो हम परमपिता के पास जा सकते हैं और वे हमें नवीकरण देंगे।

क
ना
डा

जर्मन सैंचेज

उन्हें मुझमें और मुझसे होकर काम करने देना

__जर्मन सांचेज़__ एक मेक्सिकन गोताखोर हैं जिन्होंने 2008, 2012 और 2016 ओलिम्पिक्स में हिस्सा लिया है। उन्होंने 2012 में अपने पार्टनर, इवान गार्सिया के साथ सिंक्रोनाइज़्ड 10 मीटर प्लेटफ़ॉर्म प्रतिस्पर्धा में रजत पदक जीता था। 2016 में सांचेज़ ने एकल 10 मीटर प्लेटफ़ॉर्म प्रतिस्पर्धा में एक और रजत पदक जीता, और उन्हें व गार्सिया को सिंक्रोनाइज़्ड 10 मीटर प्लेटफ़ॉर्म में पांचवां स्थान मिला। सांचेज़ एकल और सिंक्रोनाइज़्ड, दोनों प्रतिस्पर्धाओं में ओलिम्पिक पदक जीतने वाले इकलौते मेक्सिकन गोताखोर हैं।

2012 लंदन ओलिम्पिक्स के दौरान मेरा जीवन पूरी तरह बदल गया – यही वह समय है जब मैंने यीशु के बारे में जाना था। ओलिम्पिक ग्राम के अंदर एक व्यक्ति प्रार्थना करने के लिए आया और उसने हमें परमेश्वर के शब्द बताए। पहले मैं हर चीज़ अपनी शक्ति से किया करता था, और ऐसा करना एक भारी बोझ हो सकता है। पर जब मैं यीशु से मिला और मैंने उन्हें मुझमें और मुझसे होकर काम करने दिया, तो चीज़ें पहले से आसान हो गईं।

एक खिलाड़ी होने के नाते, और एक इंसान होने के नाते, जब आप हारते हैं, चोटिल होते हैं, या चीज़ें आपकी उम्मीद के मुताबिक नहीं होतीं तो आपके दिल में दर्द उठता है। एक दिन, मेरे पादरी ने मुझे यह सच बताया: “याद रखो, यीशु को सलीब पर चढ़ा दिया गया था और वे तीन दिनों तक कब्र में रहे थे, पर तीसरे दिन वह जीवित हो उठे थे।” हम इस कठिन समय से गुजर जाएंगे। जो लोग ईसा मसीह में विश्वास करते हैं उनके लिए यह आशा मौजूद है कि अच्छे दिन आएंगे। मेरे जैसे खिलाड़ी के साथ जो सबसे बुरी चीज़ हो सकती है वह है ओलिम्पिक गेम्स के लिए क्वालिफ़ाई नहीं होना। पर यदि ऐसा हुआ होता तो भी इससे मेरा जीवन, मैं क्या हूं और यीशु में मेरा जो उद्देश्य है इनमें कोई बदलाव नहीं आता।

मैंने जो सबसे अच्छे सबक सीखे हैं उनमें से एक मैंने 2013 में सीखा था। एक प्रतिस्पर्धा में, यदि मुझे 2.5 पॉइंट और मिल जाते तो हम जीत सकते थे, पर हमें वे पॉइंट नहीं मिले और हम जीत नहीं पाए। परमेश्वर ने मुझे बाइबिल में फिलिप्पियों की किताब के चौथे अध्याय की 13वीं आयत याद दिलाई जो कहती है कि, “मैं उसके जरिए यह सब कुछ कर सकता हूं, वह मुझे शक्ति देता है।” उस पल मैंने महसूस किया कि मैंने पिछली यानि 12वीं आयत पर कभी ध्यान ही नहीं दिया था जो कहती है कि, “मैं जानता हूं कि ज़रूरतमंद होना क्या होता है, और मैं जानता हूं कि संपन्न होना क्या होता है। मैंने हर हालात में संतुष्ट रहने का रहस्य जान लिया है, चाहे मेरा पेट भरा हो या खाली, चाहे मैं संपन्नता में रह रहा होऊं या विपन्नता में।” चैंपियन बनने के लिए, आपको हर सत्र/मौसम का मजा लेना आना चाहिए, जिसमें हारना और जीतना, दोनों शामिल हैं।

AP फ़ोटो/विल्फ्रेडो ली, सर्गेइ ग्रिट्स, वोंग माये-ई

पसंदीदा आयत | **“यीशु ने उन्हें देखते हुए कहा, ‘यह मनुष्यों के लिये असम्भव है किन्तु परमेश्वर के लिये नहीं। क्योंकि परमेश्वर के लिये सब कुछ सम्भव है।’”** – मरकुस 10:27

जब मुझे एड़ी में एकिलीज़ चोट लगी तो मैं एक और आजमाइश से गुजरा। उस दौरान मैं रोया और परमेश्वर से इस सवाल के साथ शिकायत की कि, “इस समय क्यों? मैं ही क्यों? मैं क्या ग़लत कर रहा हूं?” और फिर मुझे वह समय याद आया जब मैं नहा रहा था और मैंने परमेश्वर से कहा था, “मैं चाहता हूं कि आप मेरे जीवन का उपयोग करें। मैं खेलों के जरिए आपके प्रताप के लिए मेरा जीवन आपको समर्पित करता हूं।” ऐसा केवल जीत के जरिए ही नहीं होता है। परमेश्वर ने मुझे यह समझने में मदद की कि ऐसा विफलता के दौरान भी हो सकता है।

अब मैं हार का सामना इसी तरह करता हूं। इस बड़ी चोट के बाद जाकर मैंने अन्य खिलाड़ियों के साथ बाइबिल के अध्ययन का साहस जुटाया। मैंने उन्हें मेरे घर आकर मेरे साथ प्रार्थना करने का आमंत्रण भेजा। वे यह सोचते हुए आए कि वे वहां मुझे प्रोत्साहित करने के लिए आ रहे हैं, पर मैंने इस अवसर का उपयोग उन्हें परमेश्वर का उद्देश्य बताने के लिए किया, क्योंकि मेरे जीवन का उद्देश्य कोई ओलिम्पिक पदकधारी बनना नहीं बल्कि परमेश्वर से डरने वाला व्यक्ति बनना है।

जब मैं हमारी राष्ट्रीय टीम में आया था तब मैं यीशु का अनुयायी नहीं था। यीशु से मेरी मुलाकात होने के बाद, मैं सुविचारित ढंग से एक अच्छे साक्षी का आचरण करने लगा। जब मेरे टीम सदस्य, जो अन्य मतों के अनुयायी हैं, यह जानते हैं कि मैं यीशु में विश्वास रखता हूं और वे मुझे प्रार्थना करते देखते हैं, तो वे इस बात का सम्मान करते हैं। और कभी-कभी वे मुझे अपने साथ प्रार्थना करने देते हैं। लोगों को उनकी धार्मिक निष्ठा के बारे में राजी करना मेरी भूमिका नहीं है, पर मैं मेरे जीवन में यीशु जैसा बनने की कोशिश कर सकता हूं, ताकि वे मुझमें यीशु को देख सकें।

मेरा जीवन जीने का तरीका, दूसरों को यीशु के बारे में बताने में एक मुख्य भूमिका निभाता है। मैं आदर्श तो नहीं हूं, पर मैं अपनी कथनी से ज़्यादा अपनी करनी से लोगों को प्रभावित कर सकता हूं। लोग अक्सर मुझसे पूछते हैं कि, “तुम सकारात्मक रवैया कैसे रख लेते हो?” या, “तुम इन प्रतिस्पर्धाओं के दबाव में भी इतना आत्मविश्वास कहां से लाते हो?” जब वे परामर्श के लिए मेरे पास आते हैं, तो मैं उनके साथ यीशु का प्यार बांटता हूं।

मैं यह बात समझता हूं कि दूसरों की सेवा और मदद करने के लिए यीशु में विश्वास करना अत्यंत महत्वपूर्ण है। मैं उनके बिना अपने जीवन की कल्पना भी नहीं कर सकता हूं।

मेक्सिको

मेलिसा ब्लो

परमेश्वर के साथ आत्मीयता की खोज

__मेलिसा ब्लो__ (उर्फ़ गोंज़ालेज़) के पास अमेरिका और कोलम्बिया की दोहरी नागरिकता है और वे कोलम्बियाई राष्ट्रीय टीम के लिए एक ट्रैक व फ़ील्ड एथलीट के रूप में अंतरराष्ट्रीय प्रतिस्पर्धाओं में हिस्सा लेती हैं। टेक्सास यूनिवर्सिटी में तेज़ छोटी दौड़ों और बाधा दौड़ों में हिस्सा लेने के बाद, वे एक पेशेवर खिलाड़ी के रूप में बाधा दौड़ों में विशेषज्ञता रखती हैं।

मैं कभी नहीं जानता था कि मेरे खेल से मेरे लिए कॉलेज की छात्रवृत्ति का दरवाज़ा खुल जाएगा। हमारे माता-पिता की हम चार संतानें हैं, और मुझे नहीं पता था कि मैं उच्चतर शिक्षा कैसे हासिल कर पाऊंगा। मुझे ट्रैक पर दौड़ने और बाधा दौड़ों में हिस्सा लेने से बेहद प्यार था; मैंने सोचा कि जब तक मुझे कोई पारंपरिक नौकरी नहीं मिल जाती तब तक मैं इनमें हिस्सा लेता रहूंगा। हाई स्कूल के मेरे दूसरे साल में जाकर मुझे यह एहसास हुआ कि जिस चीज़ से मुझे प्यार है – यानि ट्रैक पर दौड़ना – वह मेरे लिए एक उज्ज्वल भविष्य का दरवाज़ा खोल सकती है। और मुझे यह भी लगभग नहीं ही पता था कि कॉलेज में मैं जो संबंध बनाऊंगा वे मेरे शाश्वत दृष्टिकोण को ही बदल देंगे।

टेक्सास यूनिवर्सिटी में ट्रैक पर दौड़ने के लिए छात्रवृत्ति का मिलना एक शुभाशीष था। वहां होने के दौरान, मैं कुछ विभिन्न कैंपस मिनिस्ट्रियों के साथ शामिल हो सका जो ईसा मसीह पर और उनके नज़दीक पहुंचने के तरीके पर फ़ोकस करती थीं। मैंने 13 साल की उम्र मैं एक समर कैंप में मेरे जीवन में यीशु को स्वीकार लिया था और तभी मुझे एहसास हुआ था कि यीशु के साथ संबंध कोई ऐसी चीज़ नहीं है जिसके लिए मुझे लगातार मांग करती रहनी पड़े। मुझे यीशु से मेरे दिल में आने को बस एक बार कहना पड़ा और फिर वे वहां बस गए।

उसी उम्र से, मैंने एक अच्छा इंसान बनने की ठान ली। मेरे पास कोई यीशु-केंद्रित समुदाय नहीं था, और न ही ऐसे ईश्वरीय धर्मात्मा थे जो मुझे दिखाते कि यीशु का अनुसरण करना असल में कैसा होता है। मैंने बाइबिल नहीं पढ़ी थी; रविवार को चर्च में बिताया गया समय ही परमेश्वर के साथ बिताया मेरा एकमात्र समय होता था। अचानक कॉलेज में मुझे ऐसे पुरुष व महिलाएं

एलेमी फोटो/लेवनडीरा जूनियर/EFE. फोटो सौजन्य: मेलिसा ब्लो (पृष्ठ 19)

पसंदीदा बाइबिल अंश | ***होशे की कहानी: मुझे इस कहानी की यह अन्योक्ति पसंद है कि कैसे हम लगातार परमेश्वर से मुंह मोड़े रहते हैं और फिर भी वे हमेशा हमारे पीछे-पीछे चलते हैं। जब हम परमेश्वर की ओर नहीं मुड़ रहे होते तब भी वे हमारे – यानि अपनी संतानों के – पीछे-पीछे आते हैं।***

दिखे जिन्होंने यीशु के साथ एक व्यक्तिगत और आत्मीय संबंध दर्शाया। ये लोग यीशु के पीछे-पीछे चल रहे थे और दूसरों को ऐसा करने में मदद दे रहे थे।

यहीं आकर मैं अन्य यीशु-अनुयायियों की शिष्यता ग्रहण करने लगा। मैं अकेले और अन्य आस्तिकों के साथ समुदाय में परमेश्वर के साथ समय बिताने का महत्व समझने लगा। मैंने इस प्रकार की जीवनशैली के साकार उदाहरण पहले कभी नहीं देखे थे; शुरुआत में, मेरे लिए परमेश्वर के साथ एक दैनिक संबंध बनाने के विचार को समझना कठिन था। मेरे लिए यह अब तक सप्ताह में एक बार, रविवार की सुबह वाली दिनचर्या तक सीमित था। पर मैंने इन यीशु-अनुयायियों से ये सवाल पूछने शुरू किए कि परमेश्वर के साथ समय बिताना क्यों ज़रूरी है और मैं मेरे लिए यह कार्य कैसे कर सकता हूं। इन्हीं पुरुषों और महिलाओं की बदौलत मैं यह जानता हूं कि परमेश्वर से आत्मीयता होने का क्या अर्थ है।

अब, जब मैं कोलम्बियन राष्ट्रीय टीम में खेलते हुए अंतरराष्ट्रीय स्तर पर प्रतिस्पर्धा करता हूं, तो मुझे ऐसे फ़ैसले लेने होते हैं जो मुझे सबसे अलग दिखा सकें। मैं जिस किसी के भी साथ होता हूं, चाहे वे मेरी टीम के सदस्य हों, मेरे सगे भाई-बहन या कोई और, मैं सबके साथ यीशु जैसा उदाहरण बनने की कोशिश करता हूं। तो जब मेरी टीम के सदस्य मुझसे पूछते हैं कि मैं उनके साथ शराब पीने या क्लब्स में क्यों नहीं जाता, तो मेरे पास उन्हें परमेश्वर के प्यार और उनके सत्य के बारे में बताने का एक मौका होता है। हालांकि मेरी टीम के कुछ सदस्य मेरे चुनावों को नहीं समझते, पर वे उनका सम्मान करते हैं। मुझे आशा है कि जब हम, हम में से हर एक के लिए क्या महत्वपूर्ण है इस बारे में बातचीत करते रहेंगे, तो परमेश्वर आध्यात्मिक चर्चाओं के दरवाज़े खोल देंगे।

मैं मेरे विश्वासों से समझौता करने को तैयार नहीं हूं। बेशक़, मेरी टीम के सदस्य जो कुछ कर रहे हैं उसे उनके साथ-साथ करते जाना कहीं अधिक आसान और आरामदेह हो सकता है, पर ये वे कार्य नहीं हैं जिन्हें करने का आह्वान हम यीशु-अनुयायियों से किया गया है। हमें किसी आरामदेह जीवन का वचन नहीं दिया गया है। बल्कि, हमें तो यह वचन मिला है कि यदि हम यीशु के अनुसरण का विकल्प चुनते हैं तो हमारा विरोध और उत्पीड़न होगा। उदाहरण के तौर पर, सबसे अलग खड़े होने के लिए आपके टीम के सदस्य आप पर हंस सकते हैं, या फिर यीशु के पक्ष में खड़े होने के कारण आपके जीवन को ख़तरा भी हो सकता है। पर चाहे जो भी कीमत चुकानी पड़े, यीशु के साथ शाश्वत जीवन महंगा नहीं है।

आज यीशु के साथ मेरा जो संबंध है वह यीशु के उन अनुयायियों के कारण है जिन्होंने मुझे वह प्रदान करने में अपना समय लगाया। मुझे मेरी यूनिवर्सिटी में एक महिला का ख़्याल आता है जो मुझे चुनौती देने, प्रोत्साहित करने, और मुझे सिखाने के लिए मेरे साथ समय बिताती थी, जो कभी-कभी कुछ पलों का ही होता था। उसने मुझे कभी-भी इस तरह चुनौती नहीं दी कि मुझे लगे कि वह मुझ पर हमलावर है, बल्कि वह ऐसा मेरे लिए प्रेम के चलते करती थी। यीशु के एक अनुयायी के रूप में मेरे विकास के लिए इस प्रकार की जवाबदेही और संरक्षण अत्यंत महत्वपूर्ण थे।

इन दिनों भी मैं यीशु के ऐसे बुज़ुर्ग और बुद्धिमान अनुयायियों की खोज में लगा रहता हूं जो यीशु के साथ-साथ चलने में मुझे और अधिक गहराई तक विकसित कर सकें। मैं उन दूसरे लोगों की भी तलाश करता हूं जिन्हें मैं शिष्यता पाने में मदद कर सकता हूं। मेरी टीम के साथियों के साथ संबंध विकसित करने और उन्हें हमारे खेल से बाहर जानने के लिए समय निकालने के कारण, मैं यह खोज पाया हूं कि यीशु से व्यक्तिगत रूप से साक्षात्कार करने में उनकी मदद कैसे की जा सकती है। ट्रैक और मैदान के अलावा उन्हें और किस चीज़ में आनंद मिलता है? उनके सपने क्या हैं? वे किस प्रकार की मत (विश्वास) यात्रा से आते हैं?

यदि आप सवाल पूछते हैं और सच में सुनते हैं, तो लोग आपसे अपनी बातें साझा करेंगे। उदाहरण के तौर पर, आप किसी को कॉफ़ी के लिए पूछ कर उनके साथ यीशु का प्यार बांट सकते हैं। यह छोटा सा, पर बारंबार किया जाने वाला कार्य उन्हें ईसा मसीह से प्रेम करने वाला और संजोने वाला व्यक्ति बनाने का कारण हो सकता है। ऐसा मेरे लिए तो था।

कोलम्बिया

सिया कोलिसी

यीशु की उद्धारक शक्ति की खोज

दक्षिण अफ़्रीकी रग्बी खिलाड़ी ***सिया कोलिसी*** *ने 2011 में सीनियर लेवल पर पदार्पण किया था, और 2018 में उन्हें दक्षिण अफ़्रीकी राष्ट्रीय टीम का कप्तान चुना गया; वे स्प्रिंगबोक्स की रग्बी यूनियन टीम के 126 साल के इतिहास में पहले अश्वेत कप्तान थे। 2019 में उन्होंने रग्बी विश्व कप चैंपियनशिप में दक्षिण अफ़्रीका का नेतृत्व किया।*

मैं दक्षिण अफ़्रीका के ज़्वाइड नामक एक दरिद्र कस्बे में पला-बढ़ा हूं जहां मेरा लालन-पालन मेरी दादी ने किया क्योंकि मेरे माता-पिता की उम्र इतनी कम थी कि वे मेरी देखभाल नहीं कर सकते थे। जहां तक मुझे याद है, रग्बी मेरे जीवन का एक बड़ा हिस्सा रहा है। मेरे पिता और चाचा-ताऊ यह खेल खेलते थे, और 8 साल की उम्र में जैसे ही मैं इसे खेलने लायक हुआ, मैंने भी इसे खेलना शुरू कर दिया।

झुग्गियों में रहते हुए हमें गुजारा करने के लिए मशक्कत करनी पड़ती थी। हम स्कूल की फ़ीस और संबंधित ख़र्चे नहीं उठा सकते थे, पर मैं हर रोज़ स्कूल जाता था क्योंकि वहां मुझे दिन का एक बार का भोजन मिलता था। शाम को मैं हमारे दो बेडरूम वाले घर लौटता था जहां हम सात लोग रहते थे, सोफे से कुशन उतारता था और फ़र्श पर सो कर रात गुजारता था।

मुझे हमेशा से रग्बी में आनंद मिलता था; मैंने एक-एक दिन इसका प्रशिक्षण लिया है। रग्बी मेरे चारों ओर चल रही बहुत सी ख़राब चीज़ों से मुझे दूर रखता था। जब मैं मेरे खेल में सर्वश्रेष्ठ बनने पर फ़ोकस कर रहा था तब मेरे दोस्त ग़रीबी के संघर्षों और प्रलोभनों का शिक़ार हो रहे थे और इस तरह मैंने मेरे बहुत से दोस्त खो दिए। मैं ख़ुद को किसी भी अवसर के लिए तैयार करने के रास्ते पर था, हालांकि मुझे पता नहीं था कि वह अवसर क्या हो सकता है।

AP फ़ोटोज़/थेम्बा हाडेबे, रुई विएरा

पसंदीदा आयत | "जब तुझ पर विपत्तियाँ पड़ती हैं, मैं तेरे साथ रहता हूँ। जब तू नदी पार करेगा, तू बहेगा नहीं। तू जब आग से होकर गुज़रेगा, तो तू जलेगा नहीं। लपटें तुझे हानि नहीं पहुँचायेंगी। क्योंकि मैं तेरा परमेश्वर यहोवा हूँ। मैं इस्राएल का पवित्र तेरा उद्धारकर्ता हूँ।" – यशायाह 43:2-3

जब मैं 12 साल का था, तो मैं सीज़न के हमारे पहले गेम में मेरी स्कूल टीम के साथ खेलने के लिए मैदान पर गया। बढ़िया कोच वाले एक पड़ोस के स्कूल का सामना करते हुए हम 50 पॉइंट्स से हारे। गेम के बाद विपक्षी टीम के कोच मेरे पास आए और बोले कि मुझ में प्रतिभा है। उन्होंने मुझे उनके स्कूल के लिए खेलने को आमंत्रित किया। वहां से, उस कोच ने मुझे अपनी छत्रछाया में ले लिया और वे मेरे लिए पिता समान बन गए। वे जानते थे कि यह अवसर मेरे लिए कितना मायने रखता है और मैंने उसका पूरा लाभ उठाने के लिए कड़ी मेहनत की। वे मुझे मेरे पहले प्रांतीय ट्रायल में ले गए, जहां मैंने बॉक्सर्स में खेल खेला क्योंकि मेरे पास रग्बी शॉर्ट्स खरीदने के पैसे नहीं थे। जल्द ही, मेरा चयन प्रांतीय टीम में हो गया, और मैंने प्रतिस्पर्धाओं में जाकर वह खेल खेला जो मुझे सबसे अजीज़ है।

19 साल की उम्र में मैं एक पेशेवर खिलाड़ी बन गया। 2012 में, मेरे 21वें जन्मदिन वाले वीकेंड पर मैंने दक्षिण अफ़्रीकी राष्ट्रीय टीम के साथ मेरा पहला खेल खेला।

2015 रग्बी विश्व कप में खेलने का मौका मिलना एक बड़ा सौभाग्य था, पर मैंने उसके केवल 30 मिनट खेले। चार साल बाद, स्प्रिंगबोक्स के कप्तान के रूप में मुझे विश्व कप में मेरे देश का प्रतिनिधित्व करने का सम्मान मिला और मैं अत्यंत रोमांचित था। मैं जानता था कि मैं जैसा इंसान हूं उसके कारण मुझे इस टीम का कप्तान चुना गया है – वह सर्वोच्च स्थान जो कोई खिलाड़ी इस खेल में हासिल कर सकता है। इसलिए मैं जो हूं, सच्चे मन से वही बने रहने की कोशिश करता हूं और छोटी-छोटी बातों को अपने सिर नहीं चढ़ने देता। मैं खेलते समय दूसरों के लिए एक अच्छा उदाहरण बनने की कोशिश करता हूं।

परमेश्वर मुझे इस जैसे समय के लिए तैयार करते आ रहे हैं। मैं बचपन में मेरी दादी के साथ चर्च जाया करता था, फिर पिछले कुछ सालों में मेरा यह क्रम बनता और बिगड़ता रहा, और हाल ही में जाकर मैंने सच्चे अर्थों में मेरा जीवन यीशु को सौंपा है। व्यक्तिगत रूप से बहुत सी चीज़ों – प्रलोभनों, पाप और जीवनशैली संबंधी विकल्पों – से संघर्ष करते हुए, मैंने जाना कि मैं खुद को यीशु का अनुयायी कहता हूं पर मेरा जीवन जीने का तरीका वैसा नहीं है जैसा यीशु के किसी अनुयायी का होना चाहिए। मैं बस गुजारा कर रहा था, पर मैंने खुद को ईसा मसीह के प्रति पूरी तरह समर्पित करने और उनके तरीके के अनुसार जीना शुरू करने का फ़ैसला नहीं किया था।

ऐसा तब तक चला जब तक मेरे व्यक्तिगत जीवन से एक ऐसी बात जनता के सामने नहीं आ गई जिससे मैं संघर्ष कर रहा था। उस बिंदु तक, मैं जिन भी चीज़ों से लड़ रहा था वे सब छिपी हुई थीं, पर जब मेरा पाप उजागर हो गया तो मैं जान गया कि या तो मुझे मेरा जीवन बदलना होगा, या फिर मैं सब कुछ खो बैठूंगा। मैंने मेरा जीवन खोने और उसे यीशु में पाने का फ़ैसला लिया।

एक आध्यात्मिक गुरु के साथ-साथ चलते हुए, मैं यीशु के सत्य और उनकी उद्धारक शक्ति को एक बिल्कुल ही नए तरीके से खोजने में सफल हो पाया हूं। इस नए जीवन ने मुझे मेरे दिल में एक ऐसी शांति प्रदान की है जो मुझे पहले कभी नहीं मिली थी। अब जबकि मैंने मेरा सब कुछ परमेश्वर को दे दिया है, तो मुझे कोई भी दूसरी चीज़ प्रभावित नहीं करती है। अब मैं आज़ादी के इस एहसास के साथ जीता और खेलता हूं कि उनकी योजनाएं हमेशा साकार हो कर रहेंगी और आख़िरकार, मुझे केवल इसी की तो परवाह है!

मुझे जीवन में सब कुछ समझने की ज़रूरत नहीं है, और ऐसी बहुत सी चीज़ें हैं जो मैं नहीं समझता हूं, पर मैं जानता हूं कि परमेश्वर के हाथों में उन सब की लगाम है। मेरा काम बस इतना है कि मैं मेरा सर्वश्रेष्ठ प्रयास करूं और मैं बाकी सब कुछ उस परमेश्वर के हाथों में छोड़ सकता हूं। जब मैं मेरे पाप के बीच में सच में काफ़ी संघर्ष कर रहा था, तो मैंने बाइबिल की यशायाह की किताब में एक आयत पढ़ी जिसने मुझे सच में बेहद आकर्षित किया। यशायाह 43:2-3 कहता है, "जब तुझ पर विपत्तियाँ पड़ती हैं, मैं तेरे साथ रहता हूँ। जब तू नदी पार करेगा, तू बहेगा नहीं। तू जब आग से होकर गुज़रेगा, तो तू जलेगा नहीं। लपटें तुझे हानि नहीं पहुँचायेंगी। क्योंकि मैं तेरा परमेश्वर यहोवा हूँ। मैं इस्राएल का पवित्र तेरा उद्धारकर्ता हूँ।" मैं कई दिनों तक उसे बार-बार पढ़ता रहा।

यदि परमेश्वर इतिहास में ऐसे अनगिनत लोगों के लिए आ सकते हैं जो दुनिया के सामने बेहद ख़राब हालात में थे, तो वे मेरे लिए भी ऐसा कर सकते हैं।

दक्षिण अफ़्रीका

एरियल ऑर्टेगा

एक शक्तिमान परमेश्वर की सेवा

*अपने स्वदेश, आर्जेंटीना में पेशेवर खेल खेलते हुए फ़ुटबॉल खिलाड़ी **एरियल ओर्टेगा** ने पढ़ा कि जापान में 12-15 साल के युवाओं में आत्महत्या की दर दुनिया में सबसे अधिक है। परमेश्वर ने ओर्टेगा के दिल में एक दुख पैदा किया।*

जब वे बच्चे थे, तो उनकी मां उन्हें बाइबिल में पूर्व विधान की यहोशू की किताब के अध्याय एक की नौवीं आयत से एक सच सुनाती थीं जिसमें परमेश्वर कहते हैं कि, "क्या मैंने तुम्हें आदेश नहीं दिया है? हियाव बान्धकर दृढ़ हो जा भय न खा, और तेरा मन कच्चा न हो; क्योंकि जहां जहां तू जाएगा वहां वहां तेरा परमेश्वर यहोवा तेरे संग रहेगा।"

बाइबिल के अध्ययन से ओर्टेगा को पता था कि परमेश्वर ने साधारण लोगों का उपयोग किया था, बशर्ते वे जाने के लिए उपलब्ध हों। ओर्टेगा को महसूस हुआ कि परमेश्वर चाहते हैं कि वह फ़ुटबॉल के लिए अपना स्वदेश छोड़ दे और जापानी युवाओं के दिलों और ज़रूरतों का एक पुल बने। उनके पास सिखाने के लिए बस उनका फ़ुटबॉल कौशल था, और कुछ नहीं। तो वे योकोहामा, जापान चले गए और ओर्टेगा-सान बन गए। उनकी कहानी इस प्रकार है।

एपी फोटो/नताचा पिसारेंको

पसंदीदा आयत

"क्या मैं ने तुझे आज्ञा नहीं दी? हियाव बान्धकर दृढ़ हो जा भय न खा, और तेरा मन कच्चा न हो; क्योंकि जहां जहां तू जाएगा वहां वहां तेरा परमेश्वर यहोवा तेरे संग रहेगा।" – यहोशू 1:9

मैंने जापानी भाषा बिल्कुल नहीं बोली। वहां कोई भी फ़ुटबॉल का मैदान नहीं था जिसे फ़ुटबॉल स्कूल में इस्तेमाल किया जा सके। मैंने इस विश्वास के साथ मेरा परिवार छोड़ दिया कि हमें शक्तिशाली और साहसी होना है। यीशु के रूप में हम एक सबल और शक्तिमान परमेश्वर की सेवा करते हैं जो चमत्कार संभव बना देते हैं। हमें योकोहामा में एक चर्च मिला जिसके पीछे वाले हिस्से में मौजूद खेल के मैदान में झाड़-झंखाड़ उगे हुए थे। वहां घास ज़रा भी नहीं थी, बस एक धूल भरा मैदान था। जब पादरी और मैंने बात की, तो उस साझा सपने का जन्म हुआ जिसे आज एस्परेंज़ा सॉकर क्लब के नाम से जाना जाता है।

युवा जापानी खिलाड़ी कड़ी मेहनत करते हैं और अनुशासित होते हैं, क्योंकि उनका प्रशिक्षण सख़्त होता है। समय के साथ, मुझे जापानी युवाओं से प्यार हो गया है और वे मुझे प्यार करते हैं। हम जापान के चोटी के क्लब्स के लिए और राष्ट्रीय टीम के लिए खिलाड़ी तैयार करने पर काम कर रहे हैं। एक-एक कदम करके बढ़ते हुए, हमने मैदान को घास से ढक दिया है जहां युवा आज़ादी से और ख़ुशी से दौड़-भाग कर सकते हैं। और हमारी कड़ी मेहनत के चलते, सुविधाओं में लगातार सुधार हो रहा है।

हमने कदम उठाने में विश्वास रखा और एक सपना साकार हो गया। हमने जाना कि खेल – चाहे वह फ़ुटबॉल, बास्केटबॉल, क्रिकेट आदि कुछ भी हो – दुनिया की भाषाएं हैं। मेरे जैसे खिलाड़ियों के पास एक पुल है जिसे हम युवाओं को कोचिंग देकर, उन्हें प्रभावित करके और उनकी सेवा करके उपयोग में ला सकते हैं। यीशु में विश्वास करने वाले शुरुआती लोग वे पुरुष और महिलाएं थे जिन्होंने यात्रा और सेवा की। यह उदाहरण दिखाता है कि हमारे आर्जेंटीनियाई कोचिंग स्टाफ़ ने जापान में सेवा के लिए क्या किया है।

युवा खिलाड़ियों को यह सिखाया जाता है कि एक शक्तिमान परमेश्वर है जो चाहता है कि वे उसके समीप पहुंचें और इंसानों के रूप में विकसित हों। मैं युवाओं से मेरे जीवन, मेरे काम, और बाइबिल के उपदेशों के बारे में बात करता हूं। यदि परमेश्वर दिलों को बदलना चाहता है और कुछ लोग यह समझते हैं कि यीशु ही ईश्वर हैं, तो यह परमेश्वर की भूमिका है, मेरी नहीं। पर हम यह ज़रूर चाहते हैं कि वे जानें कि एक शक्तिमान परमेश्वर है, और यह कि अपने जीवन के सबसे कठिन समयों में वे परमेश्वर को पुकार सकते हैं। यदि जापानी युवा खिलाड़ियों के रूप में विकसित होते हैं पर अच्छे इंसानों के रूप में नहीं, तो हम यहां जो कर रहे हैं वह बेमतलब है।

मैं जानता हूं कि फ़ुटबॉल स्कूल महत्वपूर्ण है क्योंकि यदि हम परमेश्वर के कार्य के प्रति खुले हुए हैं तो वे हमारे जीवन में महान और प्रबल चीज़ें करते हैं।

जा
पा
न

ईसाई धर्म संदेश

यीशु का अनुयायी बनना और यह समझना कि यीशु कोई स्वचालित वस्तु नहीं हैं, यह एक ऐसा चुनाव था जो मुझे मेरे लिए करना ही था। मैंने परमेश्वर को मेरे जीवन में आने को कहने और उनसे संबंध बनाने के लिए यह चुनाव किया।

हम सभी में कोई-न-कोई कमी होती है। हम अधिकतर समय परमेश्वर को हमारे जीवन में सर्वप्रथम नहीं रखते हैं। इससे हमारे सृजनकर्ता से हमारा संबंध टूट जाता है। पर जब हम यीशु का नाम सुनते हैं और यह बात समझते हैं कि इसी प्रकार परमेश्वर ने हमें उन तक वापस लौटने का मौका दिया है – यानि इस विश्वास के माध्यम से कि परमेश्वर ने अपने पुत्र, यीशु, को सलीब पर मृत्यु को प्राप्त होने और हमारे द्वारा की गईं सभी ग़लतियों को हमसे दूर ले जाने के लिए भेजा था – तभी हम उस टूटे संबंध को पहले जैसा कर सकते हैं। हम अभी-भी रोज़ाना ग़लतियां करते हैं, पर यीशु के साथ संबंध होने से, और मेरे जीवन में उनके मौजूद होने से, सब कुछ बदल गया है।

मैं परमेश्वर के साथ ही होना चाहती थी, इसलिए मैंने प्रार्थना की कि, “हे यीशु, मेरे जीवन में आओ।” यह जीवन के प्रति मेरे नज़रिए की शुरुआत थी, और यहीं नज़रिया मेरे खेल में भी आ गया। मेरे विश्वास ने मुझे यह अडिग आधार दिया है और खेल की अजीबोगरीब दुनिया में मुझे टिकाए रखा है। क्या आप भी यही प्रार्थना करेंगे?

– डेबी फ़्लड, ग्रेट ब्रिटेन की तीन बार की ओलिम्पिक रोअर (नौकायन खिलाड़ी)