विद्यार्थीहरूलाई अगुवाई गर्न आवश्यक साधनहरू

विद्यार्थीहरूलाई आत्मिक परिपक्वता तर्फ डोऱ्याउन युवाहरूलाई सुसज्जित गर्नु

ब्यारी सेन्ट क्येएर

विषयसूचि

अगुवाई गर्न आवश्यक साधनहरू

परिचय

भाग १ - आफ्नो उद्देश्य पत्ता लागाउने

भाग २ - आफ्नो व्यक्तिगत लक्ष्यहरू निर्धारण

भाग ३ - आफ्ना सम्बन्धहरू सुमधुर पार्ने

भाग ४ - आफ्नो सेवकाईको रुपांकन

भाग ५ - समयको बुद्धिमानी सधुपयोग

भाग ६ - कर्यतालिका अनुसार चल्ने (सामूहिक कार्य)

भाग ७ - आफ्नो आत्मिक वरदानहरू पत्ता लगाउने

भाग ८ - ख्रीष्टसम्म विद्यार्थीलाई डोऱ्याउने

भाग ९ - नयाँ विश्वासीलाई हुर्काउने

भाग १० - चेलापनका लागि चुनौती

भाग ११ - विद्यार्थीहरूलाई परामर्श

भाग १२ - सानो झुन्डको अगुवाई

छलफलका लागि निर्देशन

परिचय

यस किताबका श्रृंखलाहरू, हामीलाई अगुवापनको तीन छेत्रहरूमा बड्दै जानका लागि सहायता पुराउन लेखिएका हुन् -

१) येशू खीष्टसँगको व्यक्तिगत सम्बन्धमा - ***येशूसँगको व्यक्तिगत हिँडाई***

२) हाम्रो जीवन र सेवकाईको दर्शनमा - ***जीवन र सेवकाईका लागि दर्शन***

३) विद्यार्थीहरूसँग काम गर्नको लगि सीपहरूमा - ***विद्यार्थीहरूलाई अगुवाई गर्न आवश्यक साधनहरू***

यी तिन किताबहरूलाई तपाईको मण्डलीका कार्यक्रमहरूसँग सजिलै मिलाएर लैजान सकिन्छ । यो श्रृंखलामा भएका हरेक किताबहरू १२ हप्ता लागाएर प्रयोग गर्न सकिन्छ जसमा ११ वटा छलफलका पाठहरू छन् भने एउटा सामूहिक अभ्यासको पाठ छ ।

येशूसँगको व्यक्तिगत हिँडाईले आत्मिक विकासमा जोड दिन्छ । हामीले यस किताबमा कसरी खीष्टसँगको सम्बन्धमा विश्वस्त हुने, आत्मिक अगुवापनको चरित्र विकास गर्ने, सधैं पवित्र आत्माद्वारा हिँड्ने र परमेश्वरसँग बाईबल अध्यन, प्रार्थना र बाईबलका पदहरू कण्ठ पार्दै एकान्तको समय बिताउने बारे हेर्छौं ।

जीवन र सेवकाईका लागि दर्शनले विद्यार्थीहरू माझ सेवकाई गर्नको लागि जग बसाल्दछ । हामीले यस किताबमा, अगुवा टोलीको विकास गर्ने, विद्यार्थीहरूलाई चेलापनद्वारा परिपक्व बनाउने, उनिहरूको समाज र संस्कृतिको मर्म बुझ्ने र उनिहरूलाई आफ्नो साथीभाई माझ आत्मिक रूपमा प्रभाव पार्न सुसज्जित बानाउने येशू केन्द्रित सेवकाईका रणनितीको विकास गर्न सिक्छौं ।

विद्यार्थीहरूलाई अगुवाई गर्न आवश्यक साधनहरूले व्यावहारिक सीपहरूको तालिम दिन्छ। हामीले यस किताबमा युवा सेवकाईका लागि सीपहरूको विकास गर्दछौं, जस्तै आफ्नो जीवन र सेवकाईका लागि दर्शनहरू देख्ने, समयको सदुपयोग गर्ने, आफ्नो आत्मिक वरदान बुझ्ने र चलाउने, विद्यार्थीहरूलाई खीष्टमा डोर्याउने र आत्मिक जीवनमा हुर्काउने, चेलापन झुन्डहरूको अगुवाई गर्ने, विद्यार्थीहरूलाई परामर्श दिने र अभिभावक र मण्डलीका अगुवाहरूसँग सम्बाद गर्ने ।

हामीले यी तिन किताबहरू हेर्दै जाँदा, दुवै व्यक्तिगत र सामूहिक अध्ययन र समूहिक छलफल पाउँदछौं । व्यक्तिगत रूपमा हामीले हरेक भागलाई हेर्नेछौं र सिकेका कुराहरू आफ्नो जीवन र सेवकाईका भिन्न क्षेत्रहरूमा लागु गर्नेछौं । त्यस पछि समूहले हप्तामा एक दिन अरू युवा अगुवाहरूसँग (अगुवा टोली) भेटेर, एक अर्कालाई उत्साह दिनेछन्, पाठ बारे छलफल गर्दै प्रार्थनाका साथ सिकेका कुराहरू व्यवहारमा उतार्नेछन् । ओहो ! यो सबै गर्न निकै समय र परिश्रम चाहिन्छ !

<u>अगुवा टोलीको उद्देश्य</u>

तलका कुराहरूका लागि युवा अगुवाहरूलाई तालिम दिने:

१. खीष्टमा समर्पित

२. एक-अर्का प्रति समर्पित, र

३. पवित्र आत्माको शक्तिद्वारा परमेश्वरको महिमाका लागि विद्यार्थीहरू माझको सेवकाईमा समर्पित (यूहन्ना १७:२०-२६ हेर्नुहोस्)

यो किताबको अध्ययनबाट सक्दो फाइदा कसरी लिने ?

- हामी सुरूदेखि नै येशू ख्रीष्टसँग आफ्नो व्यक्तिगत सम्बन्ध छ भनेर पक्का हुनुपर्दछ । (यो विषय बारे केहि प्रश्नहरू भएमा अगुवासँग सरूमा नै कुरा गर्नुहोस् ।)
- यो अगुवा समुहको अभ्यासमा सम्पुर्ण ह्दयले समर्पित होऔं । यो किताबमा समय बिताउदै जाँदा परमश्वरले महान् कामहरू गर्नुहुन्छ भनेर आशा गर्नुहोस् ।
- दुवै विश्वासी र अविश्वासी विद्यार्थीहरूसँग प्रभावकारी रूपमा काम गर्नका लागि परमेश्वरसँग प्रष्ट बोलावट र सुदृढ इच्छा माग्नुहोस् ।

यी किताबहरू इमानदार भएर अध्ययन गर्दा, हामीले आफू भित्र ठूलो परिवर्तन पाउनेछौं, युवा सवकाईका लागि दर्शन पाउँनेछौं र हाम्रा विद्यार्थीहरूलाई ख्रीष्टलाई पछ्याउने र आत्मिक रूपमा परिपक्व बनाउनका लागि साधनहरू पनि पाउँनेछौं ।

भाग १

आफ्नो उद्देश्य पत्ता लागाउने

नोटः हामीले पहिलेका सत्रहरूमा आत्मिक अगुवा हुनका लागि के चाहिन्छ भनेर पत्ता लगायौँ । हामीले परमेश्वरसँगको सम्बन्ध अझ बलियो बनाउदै जाने जीवनशैली जीउने निधो गर्यौं र त्यति मात्र नभई, हामीले विद्यार्थी, अभिभावक, र स्वयमसेवकहरूलाई प्रभाव पार्ने सेवकाईको रणनीति तयार पर्यौं ।

अबका १२ भागहरूमा हामीले विद्यार्थीहरूलाई अगुवाई गर्नका लागि चाहिने साधन र सीपहरू विकास गर्ने विषयमा ध्यान दिनेछौं । यो सत्रहरूमा हामीले जीवनशैली, सेवकाईको रणनीति र सीपहरूलाई मिलाएर लैजानका लागि आफैले आफैलाई चुनौती दिऔं । यसो गर्दै जाँदा हामीले आफैलाई पर्मेश्वरको "शक्तिशाली साधनहरू" हुँदै गएको पाउनेछौं ।

मैले टिम (नाम परिवर्तन गरिएको)लाई स्कूलमा भेटैं । उ अग्लो, गहुँगोरो, सुन्दर र हेर्दै ज्ञानि र आकर्षक थियो - स्वभाविक अगुवा । त्यति मात्र होईन, उसको प्रेमिका पनि सारै सुन्दरी थिईन् । मानिसहरूले उनिहरूको जोडी देखेपछि भन्नेगर्दथे, "हेरन, टिम कस्तो टिपटप छ र उसको प्रेमिका पनि कति सुन्दरी । पक्कै पनि परमेश्वरले यो जोडीलाई ठूलो प्रकारले चलाउनुहुनेछ ।"

दश वर्ष पछि टिमको जीवन पुरै खत्तम भयो । उसले आफ्नो प्रेमिकालाई बिहे गर्‍यो, सेवकाईमा लागिपर्‍यो तर पछि उसको आफ्नो श्रृमतीसँगको सम्बन्ध बिग्रिएर गयो र उसले अरू स्त्रीसँग व्यभिचार गर्न पुग्यो । यो घटना पछि उसको जीवन भत्कन थाल्यो - उसको विवाह सफल भएन र उसले आफ्नो सेवकाई र घर छोडेर गयो ।

मनिसहरू यस्तो कसरी हुन्छसक्छ भनेर सोच्ने गर्दछन् । यसको उत्तर खोज्न हामीले सतह मुनि खोताल्नु पर्दछ । टिमका सबै समस्याहरू, उसले सम्पुर्ण जीवन आफ्नै आवश्यकतामा केन्द्रित गरेको कारणले उत्तपन्न भएका हुन् ।

मेरो अर्को साथी पनि यस्तै समस्याबाट भएर गयो । क्रेग (नाम परिवर्तन गरिएको) लाई सानो छदा पोलियो रोग लागेको थियो । उसको कम्मर तलको भाग काम नलाग्ने थियो र उ भय र असुरक्षामा जीवन जीवन जीउँदै थियो । आफ्नो शारीरिक अशक्तताको बारे अरूले के सोच्लान् भनेर उसले आफ्नो जीवनको बाँकी सम्पुर्ण क्षेत्रहरूमा सफल हुने प्रयास गर्यो । उसले आफ्नो शरीरको माथिल्लो भाग बलियो भनायो र एउटा शानदार 'सुपर' खीष्टियन भयो । तर सबै राम्रो भएर देखाउछु भनेर दृढ संकल्प गर्दा(गर्दै, क्रेगको आफू जस्तो शानदार सुप्पर खीष्टियन जीवन जीउन नसक्नेहरू प्रति हेर्ने दृष्टिकोण कठोर भएर गयो र उ आलोचनात्मक भएर प्रस्तुत हुनेगर्दथ्यो ।

तब क्रेगको जीवनमा एउटा यस्तो मोड आयो, जब उसले परमेश्वरलाई आफ्नो ह्रदय जाँच गर्न र निको पार्न दियो । त्यस पछि उसलाई कलेजका विद्यार्थीहरूसँग संगती सुरू गर्न मन लाग्यो । तर उसको मनमा विद्यार्थीहरूले उसको शारिरिक अशक्तता देखेपछि के सोच्लान् भनेर डर थियो ।

यो आन्तरिक द्वन्द्वको घडीमा, क्रेगले परमेश्वर तिर फर्कदै गम्भीर भएर सोध्यो, "प्रभु, तपाईको मेरो जीवनका लागि उद्देश्य के हो ?" । जब परमेश्वरले बिस्तारै आफ्ना योजनाहरू खोल्दै जानुभयो, क्रेगको जीवन परिवर्तन हुनथाल्यो । उसको मनमा विद्यार्थीहरू माझमा सुसमाचारको आवश्यकताको भार भयो र यसले उसको "अरूले के भन्लान् ?" भन्ने आफै प्रति केन्द्रित चिन्ता हराएर गयो । परमेश्वरले उसमा भएको कठोर र आलोचनात्मक स्वभावलाई उल्ट्याएर प्रेम र दयामा परिवर्तन गरिदिनुभयो । क्रेगको परमेश्वरसँगको गहिरो सम्बन्ध उसको वरीपरीकाहरूले प्रष्ट थाहा गर्न लागे । उसको सेवाकाई विद्यार्थीहरू माझको एउटा प्रभावकारी सेवकाई हो भनेर चिनियो । खासमा भन्नुपर्दा, उसको सेवकाई यति प्रभावकारी थियो कि, एक महिना भित्रमा नै, १५० भन्दा बडी विद्यार्थीहरू ख्रीष्टमा आए ।

टिम र क्रेग दुवै जना आफ्नो इच्छा पुरा गर्न लागिपरेकाले गर्दा, उनिहरूले आफ्नो जीवनका लागि परमेश्वरको उद्धेश्य देख्न सकेनन् (वा देख्न चहान्थेनन्) । यसको परिणाम स्वरूप, एक जनाले जीवनमा गहिरो दुस्ख भोग्नु पर्यो भने, अर्कोले परमेश्वरको इच्छा खोजेर परिणाम स्वरूप भरिपूर्ण र फलिफलाउ सेवकाई पायो ।

परमेश्वरको उद्देश्य खोज्नु

येशूले यस विषयमा प्रष्ट भएर भन्नुभयो, "यसैले म तिमीहरूलाई भन्दछु, बाँच्नलाई के खानु पर्ने भन्ने विषयमा तिमीहरू चिन्तित हुनु हुँदैन । तिमीलाई शरीरको निम्ति चाहिने वस्त्रका विषयमा फिक्री नगर । खानेकुरा भन्दा जीवन धेरै मूल्यवान छ । अनि लुगाफाटा भन्दा शरीर धेरै मूल्यवान छ । आकाशका चरा चुरुङ्गीलाई हेर, तिनीहरूले नता कहिले बीऊनै छर्छन्, न अन्नको फसल काट्छन् न भकारीहरूमा बटुल्छन् । तर तिमीहरूका स्वर्गका पिताले तिनीहरूलाई खुवाउनु हुन्छ । तर तिमीहरूलाई थाहा छ ती चराचरुङ्गीहरू भन्दा तिमीहरू बहुमूल्य छौ । यसर्थ फिक्री गर्दै यसो नभन, 'हामी के खाउँला?' 'के पिउँला?' वा हामी 'के लगाउँला?' परमेश्वरमा विश्वास नगर्नेहरूले मात्रै यी कुराहरू पाउने इच्छा गर्दछन् । यसकारण फिक्री नगर, किनभने स्वर्गमा बस्नुहुने पिताले तिमीहरूलाई यी सबै थोकको आवश्यक छ भनी जान्नुहुन्छ । तिमीहरू अरू थोकभन्दा परमेश्वरको राज्य र उहाँको धार्मिकताको विषयमा इच्छा गर। तब उहाँले तिमीहरूलाई तिमीहरूले चाहेका यी जम्मै कुराहरू दिनुहुनेछ ।" (मत्ती ६:२५-२६, ३१-३३)

परमेश्वरले हरेका जीवनका लागि विशेष र अनुपम उद्देश्य राख्नुभएको छ तर आफ्नै इच्छामा केन्द्रित भएका कारणले, त्यो उद्देश्य हामीले देख्नसक्दैनौ । हुनसक्ने जति सबै क्षमता हामीसँग होला । रूपियाँ-पैसा, योग्यता, लोकप्रियता, परिवारको सहायता, इत्यादीले हामीले ठूलो सफलता हासिल गर्नसक्छौं । तर क्षमता र व्यक्तिगत सफलता परमेश्वरको नजरमा सफलता होईन ।

परमेश्वरको हाम्रो जीवनका लागि राखिदिनुभएको उद्देश्यमा सहभागी नहुनुभनेको मुर्खता हो । यो एउटा महंगो नलेख्ने कलम किनेर, "ठिकै छ, यसले नलेखे पनि के भयो र ? मैले त यो राम्रो देखिन्छ भनेर मात्र किनेको हुँ ।" भन्नु जस्तै हो ।

त्यो कलमको चाहे १० रुपियाँ परोस् वा ५००० रुपियाँ परोस्, त्यस कलमले लेख्दैन भने, त्यो केहि कामको हुदैन । किनकी कलमको उद्देश्य भनेको लेख्नु हो ।

जब परमेश्वरको हाम्रो लागिको उद्देश्य हामीले थाहा पाउदछौं, तब हामी त्यो उद्देश्यलाई व्यवहारमा उतार्न सक्दछौं । क्रेग जस्तै हामीले हाम्रो जीवनमा परमेश्वरको योजना पत्ता लगाएर त्यस अनुसार हिड्यौं भने, हामीले पनि भरिपुर्ण र फलफलाउने जीवन जीउनसक्छौं ।

परमेश्वरको उद्देश्य पत्ता लगाउनु

उत्पत्तिको पुस्तकमा परमेश्वरले विभिन्न थोकहरू, जस्तै जनावारहरू, समुद्र, घाम, इत्यादी सृष्टी गर्नुभएको हामीले पाउँदछौं । तर परमेश्वरले मानिसलाई भने आफ्नै स्वरूपमा बनाउनुभयो । मानिसको विशेष उद्देश्य छ । यशैया अगम्वक्ताले मानिको उद्देश्य बारे यसो भन्दछन्स

"परमप्रभु परमेश्वरका आत्मा ममाथि छ, किनभने गरीबहरूलाई सुसमाचार सुनाउनका निम्ति परमप्रभुले मलाई अभिषेक गर्नुभएको छ । मन भाँचिएकाहरूको हृदयलाई बाँध्न, कैदमा परेकाहरूलाई स्वतन्त्रता दिन र बन्धनम परेकाहरूलाई छुटकाराको घोषणा गर्न उहाँले मलाई पठाउनुभएको छ । परमप्रभुको प्रसन्नताको वर्ष र हाम्रा परमेश्वरको बदला दिने दिनको घोषणा गर्न, सबै विलाप गर्नेहरूलाई सान्त्वना दिन, र सियोनमा विलाप गर्नेहरूलाई खरानीको सट्टा सुन्दरताको मुकुट र शोकको सट्टा आनन्दको तेल लगाइदिन, निराश मनको सट्टा प्रशंसाको पोशाक पहिराइदिन । उहाँका गौरवको प्रदर्शन होस् भनेर परप्रभुले नै रोप्नुभएको धार्मिकताका फलाँटहरत्र तिनीहरू कहलाइनेछ् ।" (यशैया ६१:१-३)

परमेश्वरले उहाँको गौरव प्रदर्शन गर्नका लागि हामीलाई उद्धार गर्नुभयो । येशूले मानिसको निम्ति परमेश्वरको उद्देश्य बुझ्रेर प्रार्थना गर्नुहुन्छः "म तिनीहरूमा, अनि तपाईं ममा, र तिनीहरू पूरण रूपले इक होऊन्, र तपाईंले मलाई पठाउनुभएको हो, अनि मलाई प्रेम गर्नुभएकोजस्तो तपाईंले तिनीहरूलाई पनि प्रेम गर्नुभयो भनी संसारले जानोस् ।" (यूहन्ना १७:२३) ।

पावलले पनि मानिसका लागि परमेश्वरको उद्देश्यमा प्रकाश पर्दै यसरी भन्छन्, "हामी सबै घुम्टो हटाइएको मुहारले प्रभुको महिमा प्रतिबिम्बित गर्दछौं, अनि एउटा महिमादेखि अर्को महिमातिर उक्लँदै उहाँको रूपमा बद्लिँदैजान्छौं ।..." (२ कोरिन्थी ३:१८)

प्रकाशको पुस्तकमा यूहन्नाले हामीले कसरी अनन्तकालसम्म परमेश्वरको महिमा गर्नेछौं भनेर बताउँदछः

"तब मैले हेरें, अनि सिंहासन, जीवित प्राणीहरू र धर्म-गुरुहरूका वरिपरि धेरै स्वर्गदूतहरूका आवाज सुनें । तिनीहरूको संख्या लाखौं र करोडौं थियो । तिनीहरू चर्को सोरले यसो भनुरहेका थिए, 'मारिएका थुमा सामर्थ्य, वैभव, बुध्दि, शक्ति सम्मान, महिमा, र स्तुति ग्रहण गर्ने योग्यका हुनुहुन्छ ।' अनि स्वर्गमा। पृथ्वीमा, पृथ्वीमुनि, समुद्र र त्यहाँ भएको हरेक प्राणीले यसो भनिरहेको मैले सुनें, 'सिंहासनमा विराजमान हुनुहुनेलाई र थुमालाई स्तुति, सम्मान, महिमा, र सामर्थ्य सदासर्वदा होस् ।'" (प्रकाश ५:११-१३)

परमेश्वरको उद्देश्यभित्र प्रवेश गर्नु

हामी खीष्टयनहरूको उद्देश्य, परमेश्वरलाई महिमा दिनु र उहाँको रूप संसारलाई प्रदर्शन गर्नु हो । त्यसैका लागि परमेश्वरले हामीलाई सृष्टि गर्नुभयो र उद्धार पनि गर्नुभयो । तर 'परमेश्वरको महिमा प्रकट गर्दै' हामी कसरी जीउने त ? पाउवले भन्दछ, ''हामी सबै घुम्टो हटाइएको मुहारले प्रभुको महिमा प्रतिबिम्बित गर्दछौं, अनि एउटा महिमादेखि अर्को महिमातिर उक्लँदै उहाँको रूपमा बद्लिँदैजान्छौं'' (२ कोरिन्थी ३:१८) । रोमीहरूलाई आफ्नो पत्रमा पावलले थप्दछ, ''यो संसार बनाउन भन्दा अघिदेखि नै परमेश्वरले ती मानिसहरूलाई जान्नुहुन्थ्यो । अनि परमेश्वरले तिनीहरू आफ्नै पुत्र जस्तै होउन् भन्ने निर्णय गर्नुभयो।'' (रोमी ८:२९)

पावलले हाम्रो उद्देश्यलाई एकदम व्यवहारीक रूपमा परिभाषा गर्दछन्, '' यसकारण तिमीहरू खाऊ, पिऊ, जे सुकै गर, तर त्यो परमेश्वरको महिमाकोलागि गर।'' (१ कोरिन्थी १०:३१) । हामीलाई हरेक दिन येशू जस्तै हुन मौका मिल्दछ । अनि जब पवित्र आत्माले हामीमा काम गर्नुहुन्छ, तब हामीले हाम्रो जीवनद्वारा उहाँको महिमा गर्दछौं !

अबका केही पाठहरूमा हामीले हाम्रो जीवनको उद्देश्यमा ध्यान दिनेछौं र त्यसले कसरी हाम्रो परमेश्वरसँगको र अरू मानिसहरूसँगको सम्बन्धहरूलाई असर पार्दध भनेर हेर्नेछौं ।

कार्य बुँदा - भाग १

१. तपाईंको जीवनको निम्ति परमेश्वरको योजना टिसर्टमा अटाउने गरी छोट्करीमा लेख्नुहोस् ।

२. एफिसी १:३-१४ अध्ययन गर्नुहोस् र खीष्टसँगको सम्बन्धको कारणले तपाईं को हुनुहुन्छ भनेर एउटा अनुच्छेदमा लेख्नुहोस् ।

३. फिलिपी १:६ अध्ययन गर्नुहोस् र परमेश्वरले तपाईंको जीवनमा 'असल काम सुरू गर्नु भएर' उहाँको उद्देश्य पुरा गर्न थाल्नु भएको देखाउने दुईटा मिल्दो उदाहरणहरू दिनुहोस् ।

४. यर्मिया २९:११-१३ मा परमेश्वरले विशेष रूपमा हाम्रो लागि उज्वल भविष्य राखिदिनुभएको छ भनेर भन्नुहुन्छ । कुनै पनि रोक नभए, तपाईंको सबै भन्दा ठूलो सपाना के हुनेछ ? त्यो सपनाद्वारा परमेश्वरले आफ्नो महिमा कसरी लिन सक्नुहुन्छ ?

५. अबका ४ पाठहरूमा, यो सपानाको बारे सोच्नुहोस् र त्यो सपानालाई विपना बनाउने तरिकाहरूका बारे पनि सोच्नुहोस् ।

६. १ कोरिन्थी १०:३१ लाई कन्ठ पार्नुहोस् र पर्मेश्वरसँग सधै समय बिताउदै जानुहोस् ।

भाग २

आफ्नो व्यक्तिगत लक्ष्यहरू निर्धारण

विश्वासी भएको डेढ वर्ष पछि म डेभिड्सन् कलेजको मेरो कोठामा बसिरहेको थिए । मेरो मनमा यस्तो विचार आयो, ‘‘व्यारी, तैँले बास्केटबल खेल्नुहुदैन होला ।’’ त्यस पछि मेरो मनमा आर्को विचार आयो, ‘‘सेन्ट क्येएर, त्यो तैँले सोचेको सबैभन्दा मुर्ख विचार हुनुपर्दछ ।’’

म एक कक्षादेखि नै बास्केटबल खेल्दै आएको थिए । कक्षा ४ देखि त म टिममा खेल्न थालिसकेको थिए । जाडो महिनाको बेला घरको आगनमा रहेको बास्केटबल कोर्टमा भएको हिँउ सफा गरेर म पन्जा लगाएर बास्केबल खेल्ने गर्दथे । कक्षा १२ मा जानु अगि आर्को गेमका लागि सक्दो तयार हुनका लागि म महिनौ अगिदेखि दैनिक ८ घण्टा अभ्यास गर्दथे ।

मेरो जीवनमा बास्केटबल वरिपरी घुम्दथियो । मलाई कजेलमा (स्नातक तह) बास्केटबल खेल्नु र अझ मिल्यो भने त राष्ट्रिय स्तरमा खेल्नु बाहेक अरू कुनै कुरा पनि चाहिँदैन थियो । बास्केटबल खेल्न बन्द गर्न म सोच्न पनि सक्दिन थिएँ । त्यसैले यस्तो विचार आउने बित्तिकै म त्यसलाई हटाईहाल्द थिए ।

तर पनि यो विचार मेरो मनमा खेलि बस्यो, ‘‘तैले बास्केटबल खेल्नुहुँदैन होला । ‘‘म एक दिन बाईबल पढ्दै थिए र मेरो आँखा मत्तीको सुसमाचार ६:३३ मा पर्‍यो: ‘‘तिमीहरू अरू थोकभन्दा परमेश्वरको राज्य र उहाँको धार्मिकताको विषयमा इच्छा गर । तब उहाँले तिमीहरूलाई तिमीहरूले चाहेका यी जम्मै कुराहरू दिनुहुनेछ ।’’

‘‘परमेश्वर के चाहानुहुन्छ, त्यसको खोजी गर’’, यो पद मेरो मनमा रहिरह्यो । अनि मैले स्वीकार गर्दै आफैलाई यो भन्नुपर्यो, ‘‘व्यारी, तँ डेढ वर्षका लागि विश्वासी भईस् तर तैँले अहिलेसम्म पनि बास्केटबल परमेश्वरलाई दिएको छैनस् । बास्केटबल तेरो लक्ष्य हो, परमेश्वरको होईन ।‘‘

परमेश्वरले मलाई यसरी पश्न गर्नुभएको जस्तो लाग्यो, ‘‘तँ मेरो लक्ष्य पछ्याउन चाहान्छस् कि आफ्नै लक्ष्य पछ्याउन ?’’ कलेजमा हुँदा बास्केटबल खेल्न छोड्नु मेरो लागि परमेश्वरको लक्ष्य पछ्याउने क्रमको पहिलो गह्रो कदम थियो । जब म परमश्वरको मेरा लागि लक्ष्यहरूको ज्ञानमा बढ्दै गए, मैले नयाँ नियमको एउटा मुख्य शिक्षासँग परिचित हुन पाए । जब येशूलाई सबैभन्दा ठूलो आज्ञा के हो भनेर सोधियो, उहाँले जवाफ दिँदै भन्नुभयो: ‘‘तिमीले आफ्ना परमप्रभु परमेश्वरलाई प्रेम गर्नुपर्छ । आफ्नो सम्पूर्ण हृदयदेखि, सम्पूर्ण आत्मादेखि र सम्पूर्ण मनदेखि प्रेम गर्नुपर्छ । यहीनै पहिलो र सबै भन्दा महान आज्ञा हो। दोस्रो आज्ञा पहिलो जस्तै छ, आफूलाई जस्तै अरू मानिसलाई पनि प्रेम गर्नु।‘‘ (मत्ती २२:३६-३९, वा लुका १०:२७)

परमेश्वरालाई प्रेम गरेर उहाँको महान आज्ञा पुरा गर्नु मैले मेरो लक्ष्य बनाए भने, मद्वारा आफ्नो महिमा लिने परमेश्वरको मेरो जीवनका लागि उद्देश्य पुरा हुने रहेछ। उहाँले परमेश्वरलाईस

- सारा ह्रदयले (आत्मिक रूपमा)
- सारा प्राणले (सामाजिक रुपमा)
- सारा समजले (मानसिक रूपमा)
- सारा बलले (शारिरिक रूपमा)

प्रेम गर्नु भनेर भन्नुहुन्छ।

यी ४ क्षेत्रहरूले नै परमेश्वरले हाम्रो लागि राख्नुभएका लक्ष्यहरूलाई समेट्दछ। यिनीहरूले हामीलाई परमेश्वरको उद्देश्य नजिक लिएर जाँदछ।

परमेश्वरलाई आत्मिक रूपमा प्रेम गर्नु

परमेश्वरलाई सारा ह्रदयले प्रेम गर्न सिक्नका लागि अनुशासन चाहिन्छ। किनभने परमेश्वर प्रतिको प्रेम आज्ञाकारितामा आफै दर्सिन्छ। यदि हामीले परमेश्वरलाई प्रेम गर्छौं भने, हामीलाई उहाँले भन्नु भएका कुराहरू गर्न मनपर्छ। अङ्गेजीमा, विशेष गरी खेलकुदमा, चलाईले भनाई छ, “नो पेन, नो गेन” वा नेपालीला “दुखाई बिना लाभ आउदैन”। आत्मिक अनुशासन भनेको पालन गर्नुपर्ने नियमहरू होईन तर स्वतन्त्रताका ढोकाहरू हुन्। यसले परमेश्वरको उपस्थितीमा हामीलाई प्रवेश गराउँदछ। यसले हामीलाई यस्तो ठाँऊमा लिएर जाँदछ, जहाँ परमेश्वरले हामीलाई उहाँको उद्देश्य अनुसारको मानिस बनाउन सक्नुहुन्छ।

एउटा महान मुर्तिकारले आफ्नो शिष्यलाई भन्यो, “तिमीले त्यो सँगमरमर ढुङ्गाको ढिस्को देख्दछौ ? त्यो सँगमरमर ढुङ्गाको ढिस्को खासमा एउटा घोडा हो। मेरो काम चाँहि घोडाको नमिलेको भागहरू खोपेर निकाल्ने हो।” जब हामी परमेश्वरलाई चिन्दै र उहाँलाई अझ बडि प्रेम गर्दै जान्छौं, हाम्रो आज्ञापालनले उहाँ जस्तै हुनबाट रोक्ने सबै कुरालाई छाट्न परमेश्वरलाई सजिलो बनाउँदछ।

परमेश्वरलाई सामाजिक रूपमा प्रेम गर्नु

कलेजमा भएको दाजुभाईको समुहमा रहँदा मलाई मेरो समाजिक जीवनमा धेरै कठिन निर्णयहरू लिनपर्‍यो। मेरो दाजुभाईको समुहमा धेरै जना रक्सी पिउन र मोज(मज्जा गर्न मनपराउँदथे। मैले मेरो दाजुभाईसँगको सम्बन्ध ठूलो कि परमेश्वरले मेरो जीवनबाट चाहाने कुरा ठूलो हो भनेर निर्णय गर्नपर्दथ्यो। किनकी मैले ती समबन्धहरू कायम राख्न आफ्नो विश्वासलाई घात पुग्ने रितीले सम्झौता गर्नुपर्ने हुन्थियो। मैले यस्तो समझौता नगर्ने निर्णय गरे। फलस्वरूप परमेश्वरले मलाई उहाँ स्वयमनै मेरो मित्र बन्नुहुने र मलाई ख्रीष्टिय जीवनमा साहस दिने र सहायता पुर्‍याउने साथीहरू ल्याईदिनुहुने कुरा देखाउनुभयो। यो निर्णय लिए पछि, मेरो समाजिक जीवनको सम्पुर्ण क्षेत्रमा परमेश्वरलाई प्रेम गर्न मैले परमेश्वर तिर हेर्न थाले।

मेरो कलेजका दाजुभाईको समुहमा रहेको अनुभवबाट मैले असल मित्र हुने र साँचो मित्रता कायम राख्ने क्षमता विकास गर्ने लक्ष्य आयो । यो मित्रता अरूले मेरो लागि के गर्छन् भनेर थिएन तर मैले अरूहरूको वास्ता कसरी गर्न सक्छु भनेर थियो । परमेश्वरले मत्रिताहरू विकास गर्नुभएर हामीलाई आफ्नो उद्देश्य तिर उनमुख गराउनुहुन्छ । यो तब हुन्छ, जब हामीले हाम्रो लक्ष्य परमेश्वरलाई सारा प्राणले प्रेम गर्ने भनाउदछौं ।

परमेश्वरलाई मानसिक रूपले प्रेम गर्नु

स्नातक तहको (कलेज) पढाई गर्दा म ११-१२ कक्षामा जस्तै सफल हुन सकिन । मैले कलेजमा 'बी' ग्रेड ल्याउनेछु भनेर सोचेको थिए । कलेज को पहिलो परिक्षा मेरो मुख्य विषय (मेजर) ईतिहासबाट थियो । मैले टुप्पी कसेर पढेको थिए तर परिक्षाको नतिजा आउदा मैले ७४ अङ्क मात्र पाए । यो भनेको 'ग्रेडिङ् सीस्टम'मा 'डी' हो । मेलै जीन्दगीमा कहिले पनि 'डी' पाएको थिइन !

यसै कारण मैले अर्को परिक्षाको लागि अझ बडि मेहनत गरेर पढ्ने निधो गरे । मैले सक्दो समय त्यस परिक्षाको लागि तयारी गर्नमा दिएँ । दोस्रो परिक्षामा मैले ७४ त के हुनु, ४७ पाँए ! मेरो शैक्षिक लक्ष्यहरू छिट्टै तहसनहस हुँदै थियो । मैले भरपर्ने मेरा सबै आधारहरू मबाट खोसिदै थिए । मसँगै कोठामा बस्ने साथी 'फुलव्राईट स्कलर' र मेरो समूहमध्देको एक जना 'रोड्स्स स्कलर' थिए र यो कुराले पनि मलाई झन गाह्रो भएको थियो ।

कलेजमा राम्रो गर्न नसकेको कारणले म मानसिक रूपमा आफूलाई निकै निचो मान्दथे । तर केहि समय पछि परमेश्वरले रोमी १२:२ को सत्य मेरो जीवनमा प्रष्ट पार्दै जानुभयो । त्यहाँ लेखिएको छ, "सांसारिक स्तरमा आफूलाई परिवर्तन नगर । तर विचारको नयाँ बाटो अप्नाएर आफूलाई आन्तरिक रूपले परिवर्तन गर ।" येशू खीष्टलाई पाए पछि मलाई खीष्टको मन दिईएको रहेछ भनेर मैले थाहा पाए (फिलिपी २:५) । मेरो असाधारणता ध्यानमा राख्दै मलाई उहाँको कामका लागि चलाउनलाई परमेश्वरले मेरो मन उहाँको इच्छा अरूसार सृष्टि गर्नु भएको रहेछ भनेर मैले थाहा गरे ।

"परमेश्वरलाई सारा मनले प्रेम" गर्न मेरो लक्ष्य भनेरको परमेश्वरका विचारहरू सोच्नु हो र परमेश्वरका विचारहरू मेरा विचारहरूभन्द धरै उच्च छन् । (यशैया ५५:८-९) । परमेश्वरको वचन निरन्तर अध्ययन गरेर, वचनलाई जीवनमा उतार्नु र सिकेका कुराहरू अरूहरूलाई बताउनु नै परमेश्वरलाई मानसिक रूपमा प्रेम गर्नु हो ।

परमेश्वरलाई शाररिक रूपमा प्रेम गर्नु

सानै देखि खेलकुदमा रूचि भएकोले मलाई आफ्नो शरीरलाई तन्दुरुस्त राख्न मलाई कुनै समस्या भएन । तर स्नातक तहको पढाई सकेपछि मैले मेरो शरीरको रेखदेख गलत कारणका लागि गरिरहेको रहेछु भनेर मलाई थाहा भयो । त्यो कारण खेलकुद थियो । परमेश्वरले मलाई शारीरिक रूपमा चुस्ट राख्नुभएकोको कारण त अर्कै रहेछ भनेर उहाँले मलाई देखाउनुभयो । मैले आफ्नो शरीरको राम्रो रेखदेख गरेको परमेश्वर चाहानुहुन्छ किनकि मेरो शरीर परमेश्वरको मन्दिर हो (१ कोरिन्थी ६:१९) ।

शारीरिक अनुशासन महत्वपुर्ण हुन्छ । हाम्रो शरिरबाट परमेश्वरले आफ्नो महिमाको निम्ति सक्दो काम गरून् भनेर, व्यायम, राम्रो खानेकुरा र प्रयाप्त विश्रामद्वारा हामीले हाम्रो शरीरलाई तन्दुरुस्त राख्नसक्छौं ।

यी चारै क्षेत्रका लागि लक्ष्यहरू निर्धारण गर्ने काम हामीलाई दुख दिने वा दोष लगाउनका लागि होईन । यो त परमेश्वरले हाम्रो जीवनको उद्देश्य पुरा गर्ने बाटोमा हामीलाई हिँडाउन (कहिले काहिँ दौडाउन) का लागि उहाँले राख्नुभएको तरिका हो ।

कार्य बुँदा - भाग २

१. यर्मिया २९:११ १३ मा चिन्तन गर्नुहोस् । अगाडीको पाठमा (कार्य बुँदा प्रश्न ४) तपाईंले देख्नुभएको सपनालाई सम्झनुहोस् । परमेश्वरलाई सक्दो महिमा दिने तपाईंको सपानासँग यस पाठमा परमेश्वरलाई सारा हृदयले, प्राणले, मनले र बलके प्रेम गर्नु भनेर सिकेका कुराहरू कसरी मेल खानसक्छ भनेर विचार गर्नुहोस् । तपाईंका विचारहरू तल लेख्नुहोस् ।

२. तपाईंलाई जीवनकालका लागि लक्ष्यहरू निर्धारण गर्दा अप्ठ्यारो लाग्दछ ? यी लक्ष्यहरू स्थापित गरे पछि ती पुरा गर्न नसकिने हो की भनेर तपाईलाई डर लाग्ला । तर यस्ता लक्ष्यहरूले हाम्रो सपानालाई विपनामा परिवर्तन गर्नसक्दछ । अबका लक्ष्य निर्धारण अव्यासहरूले तपाईंको सपनाहरूलाई नाप्नसकिने साना भागहरूमा विभाजन गर्न सहायता गर्नेछ। जीवनकालका लक्ष्यहरू नाप्नमिल्ने हुनुपर्दैन तर तपाईलाई 'जीवनकालका लक्ष्यहरू' भनेर सोच्न तपाईं सक्नुहुन्न भने अबको दश वर्ष पछिका लागि सोच्नुहोस् । यो कार्य गर्दा तपाईं आकुलव्याकुल नहुनुहोस् । यसमा हामी अझ काम गर्नेछौं र पछि नाप्न मिल्ने एक वर्षीय लक्ष्यहरूमा विभाजन गर्नेछौं । अन्त्यमा तपाईंले आप्नो जीवनकालका लक्ष्यहरू दिनदिनै पुरा गर्नुहुनेछ ।

३. तल दिईएको तालिकामा आफ्ना आत्मिक, समाजिक, मानसिक र शारिरिक क्षेत्रहरूलाई विचार गर्दै हरेक क्षेत्रका लागि कम्तिमा एउटा लक्ष्य लेख्नुहोस्। यो कार्य प्रार्थना गर्दै र विचार गर्दै गर्नुहोस्। तपाईंले लेख्नुहने लक्ष्यहरू तपाईंलाई साच्चै गर्न मनलाग्ने कुराहरू हो भनेर निस्चित हुनुहोस्।

	व्यक्तिगत लक्ष्यहरू
१. आत्मिक	
२. सामाजिक	
३. मानसिक	
४. शारिरिक	

४. मत्ती २२:३६-३८ कण्ठ पार्नुहोस्। तपाईंको मर्कुसको सुसमाचारबाटको दैनिक बाईबल अध्ययन जारी राख्नुहोस्।

भाग ३

आफ्ना सम्बन्धहरू सुमधुर पार्ने

स्कूल पढ्दा मेरो 'साथी' थुप्रै थिए तर मैले धेरै जसो उनिहरूलाई आफ्नो स्वार्थी इच्छाहरू पुर्ती गर्न प्रयोग गर्दथिए । म उनिहरूलाई साँचो प्रेम गर्दिन थिए । येशू ख्रीष्टसँग भेट भएपछि मेलै उहाँको प्रेम बारे बुझ्न थाले र पवित्र आत्माको सहायताले परमेश्वरको महान आज्ञा मेरो जीवनमा अपनाउन थाले । त्यस पछि मेरो अरूहरूलाई गर्ने व्यवहार परिवर्तन भयो । विस्तारै येशूको माहान आज्ञाको दोस्रो भागले मेरो जीवनमा जरा गाडेको मैले थाहा गरे । मैले मेरो छिमेकीलाई आफैलाई जस्तै प्रेम गर्न थाले (मत्ती २२:३९) । यो कुरा मैले मेरो आमाबुवा, दिदी-बहिनी र वरीपरि भएका महिलाहरूसँगको समबन्धहरूमा प्रष्ट रूपमा थाहा गरे ।

परमेश्वरलाई महिमा दिने विषयमा महान आज्ञाको दोस्रो भाग पहिलो भाग जस्तै महत्वपुर्ण छ । एक-अर्का प्रतिको गर्ने प्रेमले हामी उहाँका हऔं भनेर प्रमाणित गर्दछ भनेर येशू भन्नुहुन्छः "म तिमीहरूलाई एउटा नयाँ आज्ञा दिन्छुः एकअर्कामा प्रेम गर । तिमीहरूले मैले जस्तो एकाअर्कामा प्रेम गर्नु पर्छ । यदि तिमीहरूले आपसमा प्रेम गर्यौ भने यस तरिकाबाट सबै मानिसहरूले जान्नेछन् कि तिमीहरू मेरा चेलाहरू हौ ।" (यूहन्ना १३:३४-३५) येशूले यहाँ वर्णन गर्नुभएको प्रेम परमेश्वर-केन्द्रित प्रेम हो ।

हामीले परमेश्वरको प्रेम कसरी व्यवहारमा प्रदर्शन गर्नसक्दछौं भनेर पावल बताउदछन्ः "जब केही कुरो गर्छौ, स्वार्थ वा मूर्खताको गर्वमा नगर । नम्र होऊ र आफूलाई भन्दा अरू अझ सम्मान योग्य भएको मान । आफ्नै लागि मात्र रूचि नराख, तर अरूहरूको जीवनमा पनि रूचि राख्ने गर।" (फलिपी २:३-४)

अगाडी बढ्न भन्दा पहिले, आफूलाई भन्दा अरूलाई अझ सम्मान योग्य भएको मान्न र उनिहरूको चाहानालाई आफ्नोभन्दा महत्वपूर्ण ठान्न परमेश्वरसँग चाहिएको नम्रता मागौं । अरू प्रतिको हामी भित्र यस्तो प्रेम सृजना गर्नुहुने परमेश्वर मात्रै हुनुहुन्छ ।

छिमेकीलाई प्रेम गर्नुः परिवार

छिमेकीलाई प्रेम गर्ने कार्य घरबाट सुरूहुन्छ । हामीले आफ्नो घर-परिवारमा परमेश्वरको प्रेम दर्साउन सकेका छैनौ भने घर बाहिरकालाई कसरी दर्साउन सक्दछौं र ? तर धेरै जसो घरमा यो प्रेम देखाउन सबैभन्दा गाह्रो हुनेगर्दछ । त्यसो भए, आफ्नो घर-परिवारलाई कसरी परमेश्वरको प्रेम दर्साउने ? श्रीमानहरूले आफ्ना श्रीमतीहरूलाई ख्रीष्टले मण्डलीलाई प्रेम गर्नुभए जस्तै गरी प्रेम गर्ने सौभाग्य पाएका हुन्छन् (एफिसी ५:२४) । श्रीमतीहरूले आफ्नो श्रीमानलाई आदर र सम्मान गरेर प्रेम गर्दछन् (एफिसी ५:२३-२४) । आमाबुवाले छोरा-छोरीहरूलाई प्रभुको अनुशासन र शिक्षामा हुर्काएर आफ्नो प्रेम देखाउँदछन् (एफिसी ६ः४) । छोरा-छोरीहरूले पनि आफ्नो आमाबुवाको आज्ञा पालन गरेर आमाबुवा प्रति आफ्नो प्रेम दर्साउदछन् (एफीसी ६:१-३) ।

अविवाहित मनिसहरूले आफ्नो प्रेम आमाबुवा, दिदीबहिनी र दाजुभाईमा केन्द्रित गर्दछन् । अनाथहरू (परिवार नभएको)लाई मण्डलीमा कसैले रेखदेख गर्नुपर्दछ ।

हाम्रो घर-परिवारमा प्रमे दर्साउदै जादाँ, हामीले आफैलाई व्यवहारिक र निश्चित (स्पेसिफिक) हुन जोड दिऔँ । जस्तै, म एक पति र बुवा हुँ, र मेरो परिवारका लागि म एक 'पुजारी' हुँ भनेर बाईबलले भन्दछ । पुजारी भएको नाताले म मेरो परिवारका लागि प्रार्थना गर्दछु । त्यसैले मेरो लक्ष्य मध्य एउटा "सक्रिय भएर मेरो परिवारको हरेक सदस्यका लागि सधैं प्रार्थना गर्नु" हो । यसरी निश्चित लक्ष्यहरू निर्धारण गर्दा, प्रेम दर्साउन मैले के गर्नुपर्छ भन्ने चुरो कुरामा मेरो ध्यान जाँदछ ।

छिमेकीलाई प्रेम गर्नु: साथीहरू

अब हाम्रा परिवार बाहिरका सम्बन्धहरूलाई केलाऔं । परिवार बाहिरका मानिसहरू पनि येशूको छिमेकीलाई आफूलाई जस्तै प्रेम गर्नु भन्ने आज्ञा भित्र नै पर्दछन् ।

हामीले दाऊद र जोनाथनको कथाबाट असल मित्रताको एउटा महान उदाहरण पाऊदछौं (१ शमूएल १८:१-४) । उनिहरूको मित्रताबाट हामीले एउटा गहिरो सम्बन्धको चार तहहरू भेटाउँदछौं:

१. आकर्षण - एक-अर्कालाई चिन्ने पहिलो कदम (१ पद)

२. स्नेह - साझा लक्ष्यहरूबाट निर्माण भएका साझा अनुभवहरूको आदान-प्रादान (१ पद)

३. जावफदेहीपन - एउटा यस्तो गहोरो समन्ध जसले अरूलाई ढाडस दिन्छ, विचार गर्न बाध्य गराउदछ, र परमेश्वरकोमा अरूलाई अझ नजिक ल्याउदछ । (३ पद)

४. अगापे - अर्काको लागि मर्न पनि तयार हुने । (४ पद)

अर्थपूर्ण मित्रताहरू माथिका चार तहमध्ये कुनै पनि तहमा निर्माण गर्न सकिन्छ । जब दुई व्यक्ति एक(अर्का प्रति परमेश्वरको प्रेम देखाउन केन्द्रित हुन्छन्, तब उनिहरूको सम्बन्ध मित्रताको एउटा तहबाट आर्को तहमा जाँदछ ।

जीवनाका गम्बीर विषयहरूमा छलफल गर्नसकिने हामीसँग कम्तिमा पनि दुई वटा साथीहरू हुनुपर्दछ । हाम्रो मित्रताहरू बारे विचार गर्दा, यी प्रश्नहरू आफैलाई सोधौं:

१. मेरा साथीहरू को हुन् ? मलाई थप साथीहरू चाहिन्छ ? उनिहरूलाई भेट्ने उत्तम ठाँउ काहाँ हुनसक्दछ ?

२. के म मेरो मित्रताहरू अझ प्रघाड बनाउनका लागि तयार छु ?

३. के मेरो अहिलेका साथीहरू र ममा "साझा लक्ष्यहरूबाट निर्माण भएका साझा अनुभवहरू" छन् ?

४. के म मेरो साथीहरूको लागि आफ्नो जीवन दिन तयार छुँ ?

मित्रताको महत्व र मूल्यको कहिले पनि अल्पानुमान नगर्नुहोस् । यो थाहा गर्नुहोस् कि हामीले भेट्ने हरेक व्यक्ति मित्र बनाउनका लागि ईस्वरिय मौका हो । जब हामी हाम्रो परिवार र साथीहरूमा केन्द्रित लक्ष्यहरूको पछि लाग्दछौं, हामीले एक प्रकारको पुर्णता महसुस गर्दछौं । यो अनुभवलाई परमेश्वरसँग रहदा थाहा गरिने प्रेमले मात्र जित्नसक्दछ ।

कार्य बुँदा - भाग ३

१. गलाती ५:१३-१४ ले कसरी परिवार र साथीहरूलाई प्रेम गर्दा परमेश्वरको अधिकतम महिमा हुन्छ भनेर प्रष्ट पर्दछ । परिवार र साथीहरूलाई प्रेम गर्ने कार्य, तपाईंको जीवनका लक्ष्यहरूसँग कसरी मेल खान्छ तल लेख्नुहोस् ।

२. परिवार प्रति प्रेम दर्साउने, तपाईंको जीवनकालका लक्ष्यहरू तल लेख्नुहोस् ।

परिवार बारे लक्ष्यहरू
१
२
३
४

३. मित्रताहरू बारे, तपाईंको जीवनकालका लक्ष्यहरू तल लेख्नुहोस् ।

मित्रता बारे लक्ष्यहरू
१
२
३
४

४. यूहन्ना १५:१३ लाई कण्ठ पार्नुहोस् र परमेश्वरसँगको एकान्तको समय दिनदिनै बिताउनुहोस् ।

भाग ४
आफ्नो सेवकाईको रुपांकन

लि एउटा व्यपारी हो । उसकी श्रीमती शू एक गृहिणी र आमा हुन् । दुवै जना आफुले गर्ने कामहरूसँग खुसी छन् र परमेश्वरले नै यी जिम्मेवारीहरूसम्म डोर्‍यानुभएको हो भनेर उनिहरूलाई लाग्दछ । दुवै जना विद्यार्थीहरूलाई प्रेम गर्दछन् । दिउसो कामबाट समय निकालेर, लिले स्कूलमा खेलकुद हेर्न जान्छ र खेलाडिहरूलाई प्रोत्साहन गर्दछ । शूले मण्डलीमा युवाहरूको संगतीको अगुवाई गर्दछिन् । उनिहरूले सँगै एउटा अगुवाको टोलीको नेतृत्व गर्दछन् र विद्यार्थीहरू माझ चेलापनका समूहहरूमा काम गर्दछन् ।

काम र सेवकाईलाई सँगै लिएर जाने कुरा समयको अभावका कारणले असम्भव देखिन्छ, तर लि र शुले यी दुवै कुराहरूलाई सरल तरिकाले मिलाएका छन् । उनिहरूले यो कसरी गर्दैछन्, र हामीले पनि यस्तै कसरी गर्नसक्छौं ?

लि र शू साधारण मानिसहरू हुन् । तर उनिहरू येशूले छोड्नुभएको महान आदेश विद्यार्थी माझमा पुरा गर्नका लागि जे पनि गर्न तयार थिए । येशूले हाम्रोलाई दिनुभएको महान आदेश यो थियो: “यसकारण जाऊ र सबै देशका मानिसहरूलाई मेरा चेलाहरू बनाऊ । तिनीहरूलाई पिता, पुत्र, र पवित्र आत्माको नाममा बप्तिस्मा देओ । जे जे मैले तिमीहरूलाई आज्ञा गरें, ती सबै पालन गर्न तिनीहरूलाई सिकाओ । अनि जगतको अन्तसम्म म सदैव तिमीहरूका साथमा हुनेछु” (मत्ती २८:१९-२०) । महान आज्ञा हाम्रो लागि पहिलो मुख्य लक्ष्य हो भने, महान आदेश चाहिँ हाम्रो लागि परमेश्वरको दोस्रो ठूलो लक्ष्य हो ।

सुसमाचारका ४ वटा नै किताबहरू र प्रेरितहरूको पुस्तकले महान आदेशको अभिलेख रख्दछ । यो कुरा धेरै नै महत्वपूर्ण हुनुपर्दछ ! प्रेरितहरूको पुस्तकमा येशूले यसलाई यसरी व्यक्त गर्नुहुन्छ: “तर पवित्र आत्मा तिमीमाथि आउनु हुनेछ अनि तिमीहरूले शक्ति पाउनेछौ । तिमीहरू मानिसहरूबीच मेरो गवाही हुनेछौ । पहिले तिमीहरू यरूशलेमका मानिसहरूका निम्ति गवाही हुनेछौ । तब तिमीहरूले यहूदियामा, सामरियामा अनि संसारका प्रत्येक ठाउँका मानिसहरूलाई बताउनेछौ ।” (प्रेरित १:८) । हाम्रो लागि यरूशलेम सबैभन्दा नजिकको ठाँउ हो । याहाँ हामी सबैभन्दा धेरै समय बिताउँदछौं । हामी धेरैले घर बाहेक, हाम्रो हाम्रो काम र मण्डलीमा बडी समय बिताउनेगर्दछौं । पहिले यही दुई क्षेत्रमा हामीले महान आदेशलाई व्यवहारमा उतार्नुपर्दछ ।

हामीले परमेश्वरको महान आदेश दुई तरिकाले पुरा गर्नसक्दछौं । पहिलो, हामीले हाम्रो काम र मण्डलीका सेवकाईहरूमा उत्कृष्टता देखाउनसक्दछौं । बाईबाले हामीलाई उत्कृष्टताका लागि चुनौती दिदछन् “काम जस्तो सुकै होस, तिम्रो योग्यताले भेटे सम्म राम्रो गर । प्रभुको सेवा गर्दछौ त्यस प्रकारले गर, अनि मानिसलाई होइन । याद राख, परमप्रभुले तिमीहरूलाई पुरस्कार दिनुहुनेछ । उहाँले आफ्ना मानिसहरूलाई के दिने प्रतिज्ञा गर्नु भएको छ त्यो तिमीलाई दिनु हुनेछ । तिमीहरूले प्रभु खीष्टको सेवा

गर्दैछौं'' (कलसी ३:२३-२४) । महान आदेश पलना गर्ने दोस्रो तरिका भनेको, हाम्रो काम र मण्डलीका सेवकाईहरूलाई, येशू ख्रीष्टको निम्ति अरूलाई प्रभाव पार्ने कुराहरू बनाएर हो । यसको मत्लव हामी जहाँ छौं, त्यहाँ परमेश्वरको प्रतिनिधी भएर जिउँदछौं । यो कसरी गर्ने भनेर पाउव यसरी बताउदछ: ''यसर्थ हामी ख्रीष्टको पक्षमा बोल्न पठाइएका छौं । यो मानिसहरूलाई परमेश्वरले हामी मार्फत बोलाउनु भएको जस्तै हो । हामी ख्रीष्टको निम्ति बोल्छौं अनि परमेश्वरसित शान्ति कायम गर्न तिमीहरूलाई विन्ती गर्छौं'' (२ कोरिन्थी ५:२०) । हाम्रा काम र मण्डलीका सेवकाईहरू महान आदेशका लागि चलाउनका लागि तल दिईएका सुजावहरू हेरौं ।

पेशा वा कार्यजीवन लक्ष्यहरू

१. प्रार्थना गर्ने: हाम्रो काम वा पेशाका लागि प्रार्थना गर्दा, परमेश्वले हामीलाई हाम्रो कामहरू उत्कृष्टताका साथ गर्ने, हाम्रो सहकर्मीहरूलाई सेवकाई गर्ने र हाम्रो कार्यलयमा हुने कार्यक्रम र गतिविधिलाई सकारात्मक प्रभाव पार्ने सामर्थ दिनुहुन्छ ।

२. अध्ययन गने:स कार्यजीवनका लागि लक्ष्यहरू समय निकालेर निर्धाण गर्दा, हिमीले हाम्रा दैनिक कामहरू एकाग्र भई, विचारपूर्वक र संवेदनशील भएर गर्नसक्छौ ।

३. अगुवाई गर्ने: जब हामी अरू मानिसहरूसँग काम गर्दछौं, हामीले उनिहरूलाई सफलता हासिल गर्नका लगि विभिन्न तरिकाले उत्साह दिनसक्दछौं । हाम्रो कार्यलयमा अरूहरूलाई अगुवाई गर्ने काम, कठोर ह्रदयद्वारा आउने कर्तव्य निर्भारण नभई, वास्ता र माया-दयाद्वारा हुनुपर्दछ ।

४. सेवकाई गर्ने: विश्वासी वा अविश्वासीसँग काम गर्दा हामीले उनिहरूको वास्ता गर्नसक्दछौं । चाहे त्यो अविश्वासीहरूलाई सुसमचार सुनाउने होस् वा विश्वासीहरूलाई ख्रीष्टमा बड्नका लागि चुनौती दिनेहोस्, हामीले आफुलाई सेवकाई गर्ने मानिसहरू हुँ भनेर ठान्नुपर्दछ । यो सेवकाई हामीले, साधारण रूपले उत्साहका वचन बोलेर, वा अझ प्रत्यक्ष रूपले बाईबल अध्ययन सुरू गरेर गर्नसक्दछौं ।

हामीले हाम्रो पेशालाई सेवकाईको रूपमा लिनसक्यौं भने, हाम्रो कार्यसमय उत्साहपूर्ण हुनेछ ।

सेवकाईका लक्ष्यहरू

१. प्रार्थना गर्ने: हामीले अगुवा भएर रेखदेख गर्ने युवाहरूका लागि नाम लिएर प्रार्थना गर्नुपर्दछ । त्यसै गरी, हामीले हाम्रो सहकर्मी युवा अगुवाहहरू र युवाहरू बीच हुने कार्यक्रमहरूका लागि पनि प्रार्थना गर्नुपर्दछ । तपाईंले 'परमेश्वरसँगको एकान्त समय' नोट कापीमा निश्चित प्रार्थनाका विषयहरू लेख्नसक्नुहुन्छ र हरेक दिन फरक फरक विषयहरूका लागि प्रार्थना गर्नुहोस् ।

२. अध्ययन गर्ने: हाम्रा निश्चित कर्तव्यहरू पुरा गर्नका लागि आफैलाई तयार गर्न, हामीले समय छुट्टयाएर यी कर्तव्यहरू बारे विचार गर्नुपर्छ, योजनाहरू बनाउनुपर्छ, र हाम्रा प्रतिबद्धताहरू उत्कृष्टताका साथ पुरा गर्न सहायता गर्ने लक्ष्यहरू निर्धारण गर्नुपर्दछ ।

३. अगुवाई गर्ने: चाहे साना झुन्डको अगुवाई गर्नेहोस् वा संगतीहरूको बेलामा खाना पकाउने होस्, हामीले अगुवाका जिम्मेवारीहरूका लागि लक्ष्यहरू निर्धारण गर्नसक्दछौं ।

४. सेवकाई गर्नु: ठूलो भेलाको अगाडी बोल्दा, वा सानो झुन्डको अगुवाई गर्दा, वा व्यक्तिगत रूपमा एक-एक जनासँग भेट्दा, हामीले सधैं आफैलाई सोध्नपर्छ, "यी मानिसहरू आत्मिक रूपमा काहाँ छन् ?" "मैले उनिहरूलाई कसरी कदम बडाउन सहायता गर्नसक्दछु ?" । जब अरूहरूलाई हामी सेवकाई गर्दछौं र उनिहरूलाई खीष्टमा उच्चतम क्षमता हासिल गर्न सहायता गर्दछौं, तब हामीले पनि खीष्टमा उच्चतम क्षमता हासिल गर्नसक्दछौं ।

येशूले दिनुभएको महान आदेशको सत्यता हामीले बुझ्न सकौं भनेर परमेश्वरसँग प्रार्थना गरौं । यसलाई महान आज्ञासँग मिलाएर जानुहोस् । यसो गर्दा, हामीले काम र सेवकाईलाई सँगसंगै लिएर जानसक्दछौं र परमेश्वरलाई महिमा दिदैं वरिपरी हुनेहरूलाई आशिष पुर्याउन सक्दछौं ।

कार्य बुँदा - भाग ४

१. कलसी ३:२३ ले हामीलाई कसरी हाम्रो पेशा र मण्डलीमा गरिने सेवकाई हाम्रो सपनासँग मेल खान्छ भनेर प्रष्ट पार्दछ। त्यो पदलाई आधार बनाउँदै, कसरी यी दुई क्षेत्रहरू मिल्नसक्दछ भनेर तपाईंको विचार तल लेख्नुहोस् ।

२. तपाईंको काम वा कार्यजीवनका जीवनकालका लक्ष्यहरूमा कन्द्रित हुनुहोस् ।

काम वा कार्यजीवनका लक्ष्यहरू
१
२
३
४

३. त्यसै गरी अब तपाईंको जीवनकालका लागिको सेवकाईका लक्ष्यहरूमा केन्द्रित हुनुहोस् ।

सेवकाईका लक्ष्यहरू
१
२
३
४

४. भाग २, ३ र ४ का कार्य बुँदाहरूमा तपाईंले भर्नुभएका जीवनकालका लक्ष्यहरूलाई पुनरावलोकन गर्नुहोस् । त्यस लक्ष्यहरूलाई अर्को पानामा रहेको 'मेरो जीवनकालका लक्ष्यहरू' शिर्षक भएको पानामा सार्नुहोस् । यो गरी सकेपछि, त्यो पानालाई फोटोकपी गरेर तपाईंले दोर्होयाएर हेर्नसक्नुहुने ठाँउमा राख्नुहोस् ।

५. प्रेरित १:८ कण्ठ गर्नुहोस् । पहिलेका पाठहरूमा कण्ठ पार्नुभएका पदहरूलाई पनि बारम्बार स्मरण गर्नुहोस् र तपाईंको दैनिक बाईबल अध्ययन र प्रार्थनालाई निरन्तर्ता दिनुहोस् ।

मेरो जीवनकालका लक्ष्यहरू

उद्देश्य: परमेश्वरको महिमाको निम्ति (१ कोरिन्थी १०:३१)

लक्ष्य १: महान आज्ञा पुरा गर्ने (मत्ती २२:३६-३८)

व्यक्तिगत लक्ष्यहरू
१. आत्मिक
२. समाजिक
३. मानसिक
४. शारिरिक

परिवार बारे लक्ष्यहरू
१
२
३
४

मित्रता बारे लक्ष्यहरू
१
२
३
४

लक्ष्य २: माहन आदेश पुरा गर्ने (मात्ती २८:१८-२०)

काम वा पेशाका लक्ष्यहरू
१
२
३
४

सेवाकाईका लक्ष्यहरू
१
२
३
४

भाग ५

समयको बुध्दिमानी सदुपयोग

दिक्क भएको हावामा सामानहरू फ्यालेर हातले खेलाउने चटकेजस्तै (जगलर), हामीले हाम्रो व्यक्तिगत जीवन, परिवार, साथीहरू, काम र मण्डलीलाई मिलाउन खोज्छौं । सबै कुरालाई सन्तुलनमा राख्नका हामीले दिनदिनै लडाई गर्नुपर्दछ । तर सनतुलनमा राख्ने काम असम्भव भने छैन । येशूले पनि एउटा सन्तुलित जीवन जीउनुभयो । उहाँ "बुद्धिमा, कदमा र परमेश्वर र मानिसहरूको अनुग्रहमा बढ्दैजानुभयो" (लुका २:५२) ।

परमेश्वरले हामी सन्तुलित जीवन जीएको चाहानुहुन्छ । एउटा सत्नुलित जीवन तब सुरूहुन्छ, जब हामी परमेश्वरले लैजान चाहानुहुने ठाँउ पत्तालगाउछौं, त्यस ठाँउसम्म लैजाने उहाको योजना थाहा पाउछौं र त्यो योजना कसरी पुरा गर्ने भनेर पत्तालगाउछौं । हामीले अघिल्लो पानामा लेखेका लक्ष्यहरू कसरी पुरा गर्ने भनेर हामी अन्योलमा छौं होला ।

सन्तुलित जीवन हासिल गर्नुभनेको क्यामेराले फोटो खिच्दा 'फोकस' मिलाउनु जस्तै हो । क्यामराको 'लेन्स्' फोकसमा छैन भने हामीले क्यामराको दुलो (भिउफाईन्डर) बाट हेर्दा अगाडीको दृष्यलाई दुईटा वा तिरीमिरी देख्छौं । फोटो खिच्न अगि लेन्सलाई बिस्तारै घुमाएर हामीले फोकस मिलाउछौं, र त्यो तरिमिरी र दुईटा देख्ने दृष्यलाई एउटै स्पष्ट दृष्य बनाउदछौं । पहिलेका ४ पाठहरूमा हामीले आफ्नो जीवनबाट परमेश्वरलाई उच्चतम महिमा दिने कुराहरूमा केन्द्रित भयौं । अबको पाठमा हामीले हाम्रा उद्देश्य र लक्ष्यहरू कसरी हाम्रो व्यवहारीक दैनिक जीवनमा ल्याउने भनेर छलफल गर्नेछौं । अथवा समयको उपयोग ।

समयको बुद्धिमनीपुर्वक सदुपयोग

पावलले भन्दछन्: "यसकारण तिमीहरू कसरी जिउँछौ त्यस बारे खुबै सतर्क होऊ । मूर्खहरू जस्तो नबाँच तर बुद्धिमानीपूर्वक बाँच । हामीले बाँचेका दिनहरू खराब छन्, यसर्थ आफ्नो समयलाई सुकर्म गर्नमा लगाऊ" (एफिसी ५:१५-१६) । पावले "खुबै सतर्क होऊ" भन्नुको अर्थ, हामीले हाम्रो जीवन जिउने तरिकालाई ठिकसँग र सहि तरिकाले नाप्नुपर्दछ भन्ने हो । यो हामीले "समयको पूरा सदुपयोग" गरेर गर्नसक्दछौं । त्यसैले हामीले हाम्रो समय जस्तो पवित्र उपयोग्य वस्तुको बुद्धिमानी सदुपयोग गर्नुपर्दछ ।

पैसा-रूपैयाँको उपयोग गर्ने कुरो भन्दा, हामीले कसरी आफ्नो समयको उपयोग गर्दछौं भन्ने कुरो महत्वपूर्ण हुन्छ । हामीले पैसालाई बचाएर, लगानी गरेर त्यसबाट उठेको नाफालाई फेरी पूर्णलगानी गर्नसक्दछौं । तर समयलाई भने बचाएर राख्न सकिन्न । त्यो त खर्च गर्न मात्रै मिल्दछ ।

परमेश्वरले हामीहरूलाई हाम्रो समयको असल कारिन्दा हुनका लागि बोलाउनुभएको छ । समयको बुद्धिमानी सदुपयोग गर्नुका फाइदाहरू धेरै छन्:

१. हामीले हाम्रो कामकाजहरू छिटो सकाउनसक्दछौं, जसले गर्दा हामीसँग अरू कुराहरू गर्नका लागि समय हुनेछ ।

२. हामीलाई काम पुरा गरेको सन्तुष्टि हुन्छ र समय खेर फालेकोमा दुख हुँदैन ।

३. हामीलाई ‘अब के गर्ने ?” भन्ने प्रश्नले पिरोल्दैन ।

४. हामीले हतासमा भन्दा, विचार पुराएर निर्णयहरू लिनसक्दछौं ।

५. हामीले आफ्नो समय कसरी चलाउने भनेर अरूमा भर नपरी आफै निर्णय गर्नसक्दछौं ।

६. हामीले ठिक मार्गमा हिँडाउने योजना अनुसार काम गर्दछौं ।

७. हामीले हाम्रा विकल्पहरू प्रष्ट देख्नेछौं ।

८. हामी धेरै काम गरेर आउने मानसिक वा शारिरिक थकाईबाट जोगिन्छौ ।

समयको सदुपयोग गर्ने एउटा विकास हुँदै जाने सीप हो । हामीलाई एकैचोटी हाम्रो समयको ठिक व्यवस्थापन गर्न आउदैन । तर जब हामी समयको बुद्धिमानी सदुपयोग गर्ने कुरामा केन्द्रित हुन्छौं, हामीले कसरी समयको व्यवस्थापन गर्ने भनेर बुझ्दैजानेछौं । हामीसँग भएका साधनहरू पत्तालाउदै जादाँ, हामीले हाम्रो समयको प्रयोगमा अझ छुटकारा र स्वतन्त्रता पाउनेछौं । हामीलाई समयको बुद्धिमानी सदुपयोग गर्न सहयता पुर्याउने दुई मुख्य साधनहरू, हाम्रा एक-वर्षिय लक्ष्यहरू र कार्यतालिका हुन् ।

एक-वर्षिय लक्ष्यहरू - अगिल्लो पाठमा हामीले “मेरो जीवनकालका लक्ष्यहरू” तयार पर्यौं । अब हामी त्यस जीवनकालका लक्ष्यहरूलाई एक-वर्षिय लक्ष्यहरूमा परिवर्तन गर्नेछौं । हरेक जीवनकालका लक्ष्यहरू एकएक गरि हेर्नुहुँदा, आफैलाई यो प्रश्न सोध्नुहोस्, “यो वर्ष मैले के गरेको परमेश्वरले चाहानुहुन्छ ?” । हाम्रा एक-वर्षिय योजनाहरूलाई नाप्न मिल्ने बनाउनुहोस् र पुरा गर्नुपर्ने मितिको पनि राख्नुहोस् ।

कार्यतालिका - धेरै जनालाई कार्य-तालिका अनुसार हिड्न मनपर्दैन तर फेरी, ती नै व्यक्तिहरूलाई कार्य-तालिका चाहिनेहुन्छ । कार्यतालिकाहरूले हामीलाई हाम्रो समय बुद्धिमान भएर उपयोग गर्न बाध्य बनाउँदछ । यो हाम्रो गन्तब्यसम्म पुग्नका लागि मार्ग देखाउने मानचित्र जस्तो हो । त्यो गन्तब्य चाहिँ परमेश्वरको महिमा हो ।

१. तपाईंको *खास* कार्यतालिका (तपाईलाई मन लाग्ने होईन) यस भागको अन्तिममा रहेको “दैनिक समय अभिलेख र आदर्श साप्ताहिक कार्यतालिका” मा एक हप्ताका लागि ३०-३० मिनेटको खण्डमा तायार पार्नुहोस् ।

२. हरेक हप्ता नियेमित भैरहने र दोहोरिरहने हाम्रा काम-कार्यहरू चिन्ह लगाएर राख्नुहोस् ।

३. यो प्रश्न आफैलाई सोध्नुहोस्, “हरेक लक्ष्यका लागि प्रयाप्त समय राखिएको छ ?”

४. तपाईंको साप्ताहिक कार्यतालिकालाई लक्ष्यहरू अनुसार संशोधन गर्दै जानुहोस् । एक हप्ताको लागि त्यसलाई पालना गर्नुहोस् र चाहिएमा फेरबदल गर्नुहोस् । त्यस पछि हरेक हप्ता 'आदर्श साप्ताहिक कार्यतालिका'लाई आधार भनाएर योजनाहरू बनाउनुहोस् ।

५. आफुसँग दैनिक कार्यतालिका र पात्रो राख्नुहोस् । (तपाईंले फोनमा कार्यतालिका एपहरू राखेर काम गर्नसक्नुहुन्छ ।) दैनिक कार्यतालिकाले तपाईंलाई आफ्नो तत्कालका लक्ष्यहरू पुरा गर्न सहायता गर्दछ ।

६. तपाईंको कार्यतालिका बारे आफ्नो परिवारसँग पनि कुरा गर्नुहोस् । तपाईंको कार्यतालिकालाई उनिहरूको आवश्कता अनुसार फेरबदल गर्नुहोस् ।

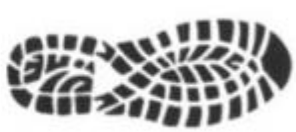
७. दिनभरि गर्नुपर्ने ५ वटा कुराहरूलाई प्राथमिकता अनुसारको एउटा सूचीमा राख्नुहोस् । यो सूचीलाई "टु डु" वा "गर्नु पर्ने कामहरू" भनेर शिर्षक दिनुहोस् ।

८. केहि कुरा वा व्यक्तिलाई पर्खदाको खालि समयको सदुपयोग गर्नुहोस् । सधैं आफ्नो साथमा साना-तिना कामहरू राख्नुहोस् । तपाईं पर्खिरहेको समयमा केहि कुरा नोट गर्न, फोन गर्न, कण्ठ गरेका पदहरू स्मरण गर्न वा किताब पढ्न सक्नुहुन्छ ।

९. तल भएका समय बर्बाद गर्ने कुराहरूसँग सतर्क हुनुहोस्:

- अव्यवस्था
- टिभी
- राम्रोसँग प्रत्यातोजन नगर्ने
- अनावश्यक हस्तक्षेपहरू
- अनावश्यक बैठकहरूमा भाग लिने
- भोलि-भोलि भन्ने बानी
- थकान
- काम नलाग्ने कुराहरू (ईन्टरनेटमा) पढ्ने
- समयमा काम नगर्ने वा नपुग्ने

याद राख्नुहोस्: समय नै जीवन हो ! हामीले दुवै चाहिने र नचाहिने कुरा गर्दा समय खर्च गर्दछौं । परमेश्वरले हाम्रो जीवनका लागि राख्नुभएको योजनाहरू पुरा गर्न समय चलाएको परमेश्वर चाहानुहुन्छ ।



कार्य बुदाँ - भाग ५

नोटःयो पाठको अन्तिममा राहेको 'दैनिक समय अभिलेख र आदर्श साप्ताहिक कार्यतालिका'को ३-४ प्रती फोटोकपी गरेर बनाउनुहोस् । यसरी तपाईंले ती अभिलेख र कार्यतालिकालाई हप्ता भरि आफैसँग राख्नुहोस् ।

१. परमेश्वरको वचनले समयको सदुपयोग बारे हामीलाई के चुनौती दिदछ ?

भजन ९०:१ -२, १२

एफिसी ५:१५-१६

कलस्सी ४:५-६

२. अगाडीको पाठबाट तपाईंका जीवनकालका लक्ष्यहरू पुनराबलोकन गर्नुहोस् र तल रहेको एक-वर्षिय लक्ष्यहरूको पाना भर्नुहोस् । तपाईंका हरेक जीवनकालका लक्ष्यहरूलाई नाप्न मिल्ने एक-वर्षिय लक्ष्यमा मिलाएर उतार्नुहोस् । हरेक लक्ष्यको पुरा गर्ने अन्तिम मिति तोक्नुहोस् । (जस्तै तपाईंको सेवकाईको जीवनकालको लक्ष्य "सुसमाचार सुनाउने कुरालाई प्राथमिकता दिने" हो भने एक-वर्षिय लक्ष्य चाहिँ "हरेक हप्ता कम्तिमा एक जानालाई येशूको बारे भन्ने" हुनसक्दछ ।) एक-वर्षिय लक्ष्यहरू बनाउनका लागि निकै समय लाग्दछ र धेरै विचार पनि पुर्‍याउनुपर्छ तर यी लक्ष्यहरू तयार गरेपछि हामी अझ बढी फलवान हुनसक्दछौं ।

३. यो हप्ता दैनिक समय अभिलेख राख्नुहोस् । तपाईंले खासमा कसरी आफ्नो समय बिताउदै हुनुहुन्छ भनेर यसले देखाउँदछ । तपाईंको एक-वर्षिय लक्ष्यहरू सम्बन्धित कुनै गतिविधि आफ्नो दैनिक समय अभिलेखमा भेट्नुभयो भने त्यसको छेउमा टिक (✓) लगाउनुहोस् ।

४. एफिसी ५:१५-१६ कण्ठ पार्नुहोस् । परमेश्वरसँगको एकान्तको समय बिताउन नछोड्नुहोस् ।

मेरा एक-वर्षिय लक्ष्यहरू

उद्देश्यः परमेश्वरलाई महिमा गर्ने (१ कोरन्थी १०:३१)

लक्ष्य १: महान आज्ञा पुरा गर्ने (मत्ती २२:३६-३८)

व्यक्तिगत लक्ष्यहरू	पुरा गर्नुपर्ने अन्तिम मिति	लाग्ने अनुमानित समय
१. आत्मिक		
२. सामाजिक		
३. मानसिक		
४. शारिरिक		

परिवार बारे लक्ष्यहरू	पुरा गर्नुपर्ने अन्तिम मिति	लाग्ने अनुमानित समय
१.		
२.		
३.		
४.		

मित्रता बारे लक्ष्यहरू	पुरा गर्नुपर्ने अन्तिम मिति	लाग्ने अनुमानित समय
१.		
२.		
३.		
४.		

लक्ष्य २: माहान आदेश पुरा गर्ने (मत्ती २८:१८-२०)

पेशा वा कार्यजीवनका लक्ष्यहरू	पुरा गर्नुपर्ने अन्तिम मिति	लाग्ने अनुमानित समय
१.		
२.		
३.		
४.		

सेवकाईका लक्ष्यहरू	पुरा गर्नुपर्ने अन्तिम मिति	लाग्ने अनुमानित समय
१.		
२.		
३.		
४.		

ककक

भाग ६

कर्यतालिका अनुसार चल्ने (सामूहिक कार्य)

यो पाठको लक्ष्य भनेको यसभन्दा अगिको पाठको कार्य बुदाँहरूमा काम गर्दै, त्यसलाई अफ बढाउनु हो । तपाईंको व्यक्तिगत कार्यतालिकालाई आफै भर्नुहोस् र आफ्नो समूहमा रहेर, युवा सेवकाई तालिका निर्माण गर्नुहोस ।

तपाईंको व्यक्तिगत तालिकाको विकास

१ - यसभन्दा अगिको पाठमा तयार पार्नुभएको तपाईंको एक-वर्षिय लक्ष्यहरूलाई १५ मिनेट लिएर समिक्षा गर्नुहोस् र तपाईंले गत हप्ता राख्नु भएको दैनिक समय अभिलेखसँग दाज्नुहोस् । तपाईंले आफ्नो कार्यतालिका हेर्दै गर्दा, परमेश्वरसँग केही समय प्रार्थनामा बिताउँदै ज्ञान माग्नुहोस् ।

२ - तपाईंले युवा सेवकाईमा पुरा गर्नुपर्ने जिम्मेवारीहरूका लागि प्रयाप्त समय दिनुभएको छ वा छैन भनेर, आफ्नो कार्यतालिकाको मुल्यांकन गर्नुहोस् ।

याद राख्नुहोस्:

- धेरै जसो हामीले केही कुरा गर्दा, सोचेको भन्दा धेरै समय लाग्नेगर्दछ ।
- विभिन्न रोकावटहरूलाई मध्यनजर गर्दै, तपाईंको कार्यतालिकालाई लचिलो भनाउनुहोस् ।
- समयको बुध्दिमानी सदुपयोग गर्ने काम चलि रहने कार्य हो, त्यसैले तपाईंको लक्ष्यहरू र कार्यतालिकालाई सुधार गर्दै जानुहोस् ।
- तपाईंको कार्यतालिका पुस्तक भित्र, तपाईंका लक्ष्यहरू बोकेर हिँड्नुस् ।

युवा सेवकाई कार्यतालिकाको विकास

१ - तपाईंको लक्ष्य र कार्यतालिक निर्धारण सीपको विकास गर्नका लागि, तपाईंको समूहको अगुवाको लक्ष्य र कार्यतालिका मुल्यांकन गर्नुहोस् ।

२ - तपाईंको अगुवाले युवा सेवकाईको लक्ष्यहरू दिनुहुनेछ । ती लक्ष्यहरूलाई व्यवहारिक र नाप्न मिल्ने बनाउनुहोस् । यसले तपाईंको दर्शन र रणनीति दर्साउनुपर्दछ ।

३ - तपाईंको समूहको अगुवाले तत्काकको लागि तपाईंलाई दुईटा युवा सेवकाई तालिकाहरू, एक वर्षको लागि र हरेक हप्ताको लागि, दिनेछन् । यो कार्यतालिकाहरूले तपाईंको युवा सेवकाईका लक्ष्यहरू दर्साउछ कि दर्साउदैन, मुल्यांकन र संशोधन गर्नुहोस् ।

४ - तपाईंको व्यक्तिगत लक्ष्यहरू युवा सेवकाईका लक्ष्यहरूसँग र तपाईंको कार्यतालिका युवा सेवकाईको कार्यतालिकसँग, कसरी मिल्छ भनेर निर्धारन गर्नुहोस् । तपाईंले पत्तालगाउनु भएका कुराहरू समूहमा बाड्नुहोस् ।

भाग ७

आफ्नो आत्मिक वरदानहरू पत्ता लगाउने

तपाईंको आत्मिक वरदान के हो ? यो प्रश्नको प्रतिक्रियाहरू धेरै थरिका हुनसक्छन् । तपाईंको प्रतिक्रिया के हुन्छ ?

१. “म यसको उतर दिन चाहाँन्न । आत्मिक वरदानहरूको कुरा गर्न थालियो भने, सर्प खेलाउने जस्ता विचित्रका कुराहरू गर्नेसम्म पुगिन्छ ।”

२. “मलाई शनिवार चर्चमा किबोर्ड बजाउन मनपर्छ ।”

३. “मलाई यसको बारेमा केहि पनि थाहा छैन ।”

४. “म अन्य भाषा बोल्दछु । यो नै सबै भन्दा महत्वपूर्ण आत्मिक वरदान हो ।”

अहिले मण्डलीमा भएका कम्जोरीहरू मध्य आत्मिक वरदानहरूको विषयमा ज्ञानको कमिनै सबैभन्दा गम्भीर कम्जोरी हुनुपर्दछ । तपाईंलाई आत्मिक वरदानहरूके हो भनेर थाहा छैन भने चिन्ता नगर्नुहोस्, किनकी तपाई एक्लै हुनुहुन्न । तपाईंले आत्मिक वरदानहरूको भुमिकालाई चाहिने भन्दा बडी प्राथमित्का दिनुहुन्छ भने पनि तपाई एक्लै हुनुहुन्न । आफ्नो आत्मिक क्षमताको शिखरमा रहेर विद्यार्थीहरूलाई सेवकाई गर्नको लागि, आत्मिक वरदानहरूको बारे सन्तुलित र बाईबलिय दृष्टिकोण पत्ता लगाउन एक्दमै महत्वपूर्ण हुन्छ ।

कुनै निश्चित पृष्टभुमीबाट आएको कारणले तपाईंलाई आत्मिक वरदानहरूको बारे कुरा गर्न अप्ठ्यारो लाग्नसक्छ, वा तपाईंले मलाई आत्मिक वरदानको बारे सबै कुरा थाहा छ भनेर ठान्नुहुन्छ होला । जे भएता पनि, आत्मिक वरदानहरू मण्डलीको सेवकाईको लागि शक्ति हो । यसैकारण हाम्रा दुराग्रहहरू र तर्कहरूलाई एकातिर पन्छ्याएर, बाईबलले आत्मिक वरदानहरूका बारे के भन्छ भन्ने कुरा सिकौं ।

आत्मिक वरदानहरू किन ?

आत्मिक वरदानहरू परमेश्वरले हामीलाई यस पृथ्वीमा उहाँको सेवाकाई पुरा गर्न प्रधान गर्नुहुने श्रोत-साधन मद्धे पर्दछन् । यो मानिसको खुबी र सीपहरू जस्तो होईन । केही मानिसहरूसँग महान खुबी र सीपहरू हुन्छन्, जुन चाँहि त्यस खुबीहरू धारण गर्ने व्यक्तिमा नै केन्द्रित हुन्छ । तर आत्मिक वरदानहरू भने सैब विश्वासीहरूलाई प्रभु येशूलाई ग्रहण गर्दा र उहाँमा आफ्नो जीवन समर्पण गर्दा प्रधान गरिन्छ (रोमी १२:५-८ र १ कोरन्थी १२:७ हेर्नुहोस् ।) । आत्मिक वरदानहरू आफू तिर सबैको ध्यान आकर्षण गर्न प्रधान गरिएका होईनन्, तर यी वरदानहरू त अरूहरूको सेवाका लागि प्रयोग गर्नलाई प्रधान गरिएका हुन् । यी वरदानहरू त पर्मेश्वरले विश्वासीलाई, उहाँको काम पुरा गर्न दिनुहुने अलौकिक दान हो ।

आत्मिक वरदानहरू के-के हुन् ?

पावलले १ कोरिन्थी १२:४-६मा आत्मिक वरदानहरूलाई तिनवटा वर्गहरूमा छुट्याएको छ । "वरदानहरू *विभिन्न किसिमका छन्,* तर पवित्र आत्मा एउटै हुनुहुन्छ । *सेवाहरू धेरै थरीका हुन्छन्,* तर प्रभु एउटै हुनुहुन्छ । *कामहरू धेरै किसिमका छन्,* तर उनै परमेश्वरले हरेकलाई ती काम गर्ने प्रेरणा दिनुहुन्छ ।" (लेखकद्वारा प्रष्टपार्न उजागर गरिएको)

पावलले छुट्टा-छुट्टै उद्देश्य भएका तिन वरदानहरूका समूहलाई उद्रित गर्दछ ।

१. "वरदानहरू विभिन्न किसिमका छन्" भन्ने वाक्यांशमा, वरदानहरू भन्ने शब्द *च्यारिस्* वा अनुग्रह हो । अनुग्रहका वरदानहरूले हामीलाई सेवकाई गर्न प्रेरणा दिन्छ । यो वरदान परमेश्वरले आफ्नो पवित्र आत्माद्वारा मण्डली निर्माणका लागि हेरक विश्वासी भित्र हालिदिनुहुने प्रेरणा हो । अनुग्रहको वरदानहरूको सुची रोमी १२:४-८ मा पाउनसकिन्छ ।

२. "सेवाहरू धेरै थरीका हुन्छन्" भन्ने वाक्यांशले, सेवाका वरदानहरूको बारे हामीलाई अवगत गराँउदछ । हामीले यी वरदानहरू, अरूको सेवा गर्नका लागि आफ्नो सेवकाईलाई अझ बलियो बनाउन प्रयोग गर्दछौं । यी वरदानहरूको सुची एफीसी ४:११ र १ कोरन्थी १२:२७-३१ मा पाउनसकिन्छ ।

३. "कामहरू धेरै किसिमका छन्" भन्ने वाक्यांशले व्यवहारिक कार्य-वरदानहरूलाई जनाउदछ । यी वरदानहरू पवित्र आत्माले हाम्रो जीवनमा काम गर्नुभएको फल स्वरूप आउने अलौकिक अभिव्यक्तिहरू हुन् । कार्य-वरदानहरूको सुची १ कोरिन्थी १२:७-११ मा पाउनसकिन्छ ।

समग्रहमा हाम्रो प्रेरणा वरदान (अनुग्रह वरदान)ले हामीलाई अरूलाई सेवकाई गर्न प्रेरणा दिन्छ, र यो वरदानलाई प्रयोग गर्दा हामीलाई ठूलो आनन्द पनि प्राप्त हुन्छ । परमेश्वरको वचनले हरेक विश्वासीले एउटा प्रेरणा (अनुग्रह) वरदान पाउँछन् भनेर पुष्टी गर्दछ (१ कोरिन्थी ७:७, १ तिमोथी ४:१४-१५, २ तिमोथी १:६, १ पत्रुस ४:१०) । यदि केही व्यक्तिहरूले दुई वा दुईभन्दा बडी वरदान परमेश्वरबाट पाए र केहीले चाँहि एउटा मात्रै पाए भने, पहिलो समूहकाहरू आत्मिक रूपमा घमण्डी हुने गर्दछन् । तर सबैले एउटा मात्रै वरदान पाए भने, सबै विश्वासीहरूले बराबर आशिस पाउँदछन् र सबैको खीष्टको मण्डलीमा सेवा गर्न, उहाँ शरीरमा उत्तिकै आवश्यक्ता हुन्छ । एक व्यक्तिभन्दा अर्को व्यक्ति बडी महत्वपूर्ण भएन भने, हामी सबै एक-अर्कामा भरपर्नसक्दछौं । हरेक विश्वासीको अनुग्रह वरदानबाट थुप्रै थरिका सेवा र सेवकाईका निम्ति वरदानहरू उत्तपन्न हुनसक्दछ । कसैले सेवाको वरदान प्रयोग गर्दा, सेवाकाईका लागि मौकाहरूका रूपमा, थुप्रै कार्य-वरदानहरू प्रकट हुनसक्दछन् । हामीलाई हाम्रो सेवकाईहरूमा प्रेरणा दिने अनुग्रह वरदानहरूलाई हेर्यौं ।

अनुग्रह वरदानहरू के-के हुन् ?

रोमी १२:४-८ को अनुसार कम्तिमा पनि सातवटा वरदानहरू अनुग्रह वरदानहरू भित्र पर्दछन्:

१. *अगमवाणीले* सत्यको धोषणा गर्दछ, अधर्मी प्रवृत्ति र रबैयाहरूलाई प्रकट गर्दछ र परमेश्वरको सत्य प्रस्तुत गर्दै, पछि हुने कुराहरूको भविष्यवाणी गर्दछ । (१ कोरिन्थी १४:६-१२ हेर्नुहोस् ।)

२. *सेवाको कामले* मानिसहरूको व्यवहारीक आवश्यक्ताहरू पुरा गर्दै, प्रेम देखाउँदछ । (गलाती ५:१३)

३. *शिक्षा दिनेले* प्रस्तुत भएका सत्यलाई प्रष्ट पार्ने, वा प्रमाणित गर्ने काम गर्दछ । (कलस्सी ३:१६)

४. *अर्ती दिनेले* अरूको विश्वासलाई जगाउँदछ । (हिव्रू ३:१३)

५. *दान दिनेले* सेवकाईको विस्तारको निम्ति उदार चित्तले श्रोत-साधन अरूको जिम्मा लगाउँदछ । (२ कोरिन्थी ९:६-८)

६. *शासन गर्नेले* साझा लक्ष्यहरूको प्राप्तिका लागि, अरूहरूको कार्यनिर्धारण गर्दछ । (हिव्रू १३:१७)

७. *कृपाको काम गर्नेले* पीडामा हुनेको समस्या बुझ्दै, उनिहरूलाई सन्त्वना दिँदछ । (लुका ६:३६)

हामीले आफ्नो प्रेरणाको वरदान पत्ता लागएर त्यसलाई प्रकट गरेको परमेश्वर चाहानुहुन्छ ! तर परमेश्वरले हामीलाई कुन वरदान हुनु भएको छ भनेर कसरी पत्ता लगाउने त ?

कसरी आफ्नो आत्मिक वरदान पत्ता लगाउने ?

आत्मिक वरदान वा वरदानहरू पत्ता लगाउने काममा पाँचवटा तत्वहरूले मुख्य भुमिका खेल्दछन्:

१. *विश्वास:* परमेश्वरले हामीलाई उहाँको प्रतिज्ञा अनुसार वरदान दिनुभएको छ भनेर विश्वास गर्नुपर्दछ । (यूहन्ना १५:१६) हामीलाई हाम्रो वरदान के हो भनेर थाहा भए पछि, हामीले विश्वासद्वारा विभिन्न मौकाहरूको फाइदा लिँदै, हाम्रो वरदान प्रयोग गर्नसक्दछौं ।

२. *प्रार्थना:* परमेश्वरसँग हाम्रो वरदानहरूको निम्ति ज्ञान र चेतना मागौं । यो काम आत्मिक वरदानहरू बारे अध्ययन र प्रार्थना गरेर गर्यौं । (याकुब ४:२)

३. *जिम्मेवारी:* आत्मिक वरदानहरूसँगसँगै जिम्मेवारी पनि आउँदछ । यसै कारणले, आफ्नो आत्मिक वरदानहरू पत्ता लगाउनुभन्दा पहिले, वारदानहरूसँग जोडिएका विशेष जिम्मेवारीहरू निर्धारण गर्न हामी तयार हुनुपर्दछ । (प्रेरित ६:२-८, ८:६, १२-१३, २१:८)

४. *खुल्लापन:* परमेश्वरले राखिदिनुभएका कुराहरूका लागि, हामीले आफ्नो ह्रदय र मनलाई खुल्ला राख्नुपर्दछ । डरले गर्दा, हामीले बिगतका अनुभव वा अज्ञानतालाई हेर्दै, वरदानहरू ईन्कार गर्दछौं र वरदानहरूले दिने संतुष्टीबाट बन्चित हुन्छौं । हामीले दाउदले गरेको जस्तो प्रार्थना गर्नपर्नेहुनक्दछ: "मेरा आँखा खोलिदिनुहोस् र म तपाईंको व्यवस्थाका उदेकका कुराहरू देख्न सकूँ ।" (भजन ११९:१८)

५. *निश्चयता:* हाम्रा मनोरथहरू, अनुभव, र अरूले दिने अर्तीहरू, सबै वरदान पत्ता लगाउने क्रममा समावेश भएकाहुन्छन् । हामीले यी कुराहरूलाई चलाएर, परमेश्वरले हाम्रो आत्मिक वरदान वा वरदानहरूका बारे के देखाउदैहुनुहुन्छ भनेर निश्चय हुनसक्दछौं ।

आत्मिक वरदानको युनानी शब्द करिज्माको अर्थ परमेश्वरले हामीलाई उहाँको इच्छा पुरा गर्न चाहाना र शक्ति दिनुहुन्छ भन्ने हो । करिज्माको साधितशब्द च्यारिसको अर्थ चाँहि आनन्द हो । हामीले

आफ्नो आत्मिक वरदान पत्ता लगाएर त्यसलाई प्रयोग गर्नथाल्यौं भने, विद्यार्थीहरूलाई सेवकाई गर्दा हामीले निम्नतम थकान र हताशपन, तर अधिकतम प्रभावकारिता र संतुष्टीको अनुभव गर्दछौं ।

यो पाठ एकदमै महत्वपूर्ण विषयको सानो परिचय मात्रै हो, तर आशा गरौं हामीलाई आफ्नो वरदानहरू चिन्न, प्रयोग गर्न र अध्ययन गर्न ज्ञान मिलेको छ ।

(यो पाठमा भएका थुप्रै विचारहरू डन क्रसल्यान्डको प्रकाशन नभएको "आत्मिक वरदानको विषयमा एक अध्ययन" भन्ने लेखबाट लिईएको हो ।)

कार्य बुँदा - भाग ७

१. *येशूसँगको व्यक्तिगत हिँडाई* किताबको भाग १० मा सिक्नुभएको बाईबल अध्ययन पद्धतिहरू प्रयोग गरेर तल दिईएका खण्डहरू राम्रोसँग अध्ययन गर्नुहोस् ।

रोमी १२:३-९ एफिसी ४:११ १ कोरिन्थी १२:२७-३१ १ कोरिन्थी १२:७-११

यी खण्डहरूमा भएका विभिन्न वरदानहरूलाई अन्तिममा रहेको तालिकाको मिल्ने ठाँउमा राख्नुहोस् ।

२. अनुग्रह (प्रेरणा) वरदानहरू मद्धे तपाईंसँग कुन चाँहि वरदान छ जस्तो लाग्दछ ? किन ?

३. तपाईंको प्रेरणा वरदानलाई जवानहरू माझको सेवकाईमा प्रयोग गर्नमिल्ने तरिकाहरूको सुची बनाउनुहोस् । एकदम स्पष्ट हुनुहोस् ।

४. १ कोरिन्थी १२:११ कण्ठ पार्नुहोस् । मर्कूसको सुसमचारबाट तपाईंको दैनिक बाईबल अध्ययनलाई निरन्तर्ता दिनुहोस् ।

अनुग्रह वरदानहरू (प्रेरणा)	**सेवा वरदानहरू** (सेवकाई)	**कार्य वरदानहरू** (प्रकटीकरण)
रोमी १२:६-८	एफिसी ४:११ १ कोरिन्थी १२:२८	१ कोरिन्थी १२:७-११

भाग ८

खीष्टसम्म विद्यार्थीलाई डोर्याउने

यो पाठ पढिरहेकाहरू सबैले नै सुसमाचार प्रचार र महान आदेशमा विश्वास गर्दछन् भनेर म भन्नसक्दछु। तर खासमा, धेरैले आफूले विश्वास गर्ने कुराहरू व्यवहारमा गर्दैनन्। धेरै नै कमै मनिसहरूले हराएका विद्यार्थीहरूसँग येशूको बारेमा कुरा गर्नेगर्दछन्। किन ? सात वटा बाधा-अर्चणहरू हामी बारम्बार देख्दछौं:

बाधा	अभिव्यक्ति	समाधान
दोषी भावना	“मेरो जीवनमा धेरै खराब कुराहरू छन्। म कपटी हुन चाहान्न।”	पाप स्वीकार्नु (रोमी ८:१, १ यूहन्ना १:९)
शंका	“म आफै त खीष्टसँगको सम्बन्धमा पक्का छुईन। म अरूलाई कसरी बताउँ ?”	निश्चयता (यूहन्ना ५:२४, १ यूहन्ना ५:११- १३)
असफलता	“म असफल हुन्छु भनेर डर लाग्छ।”	पवित्र आत्माको शक्ति (यूहन्ना २०:२१-२२)
उदासीनता	“मलाई धेरै घुलमिल हुन डर लाग्छ।”	ठिक उद्देश्य (मर्कूस ४:१९)
अपमान हुन्छ भन्ने	“मैले कसैको निजी मामिलामा दख्खल दिन्छु होला।”	वास्ता (१ थेसलोनिकी २:८)
ज्ञानको कमी	“मलाई के भन्ने भनेर आउदैन। मैले उत्तर दिन नसक्ने प्रस्न आयो भने ?”	चेलापन (१ पत्रुस ३:१५-१६)
अस्वीकार	“अरूले के भन्लान् भनेर मलाई डर लाग्छ।”	खीष्टमा अत्मविस्वाश (कलस्सी १:२७-२९)

यी बाधाहरूलाई हामी फुकाउनसक्दछौं। तर यसो गरे पनि हामीले विद्यार्थीहरूलाई येशू खीष्टको बारे बताउँदा सुसमाचार के हो, र कसरी सुसमाचार प्रस्तुत गर्ने भनेर जान्नुपर्दछ। हामीलाई खीष्टको बारे बताउन चाँहिले साधनहरू के-के हुन् त ?

हामीलाई चाँहिने साधनहरू

१. *संवादः* सुसमाचार सुनाउने बारे सबैभन्दा मुख्य प्रश्न नै, ‘‘कसरी विद्यार्थीसँग कुराकानी सुरूगर्ने ?’’ भन्ने हुनेगर्दछ । सबै भन्दा मुख्य कुरा, हामी उनिहरूको साथी हुनुपर्दछ । उनिहरूको जीवन बारे हामीलाई साँच्चै चासो छ भने, कुराकानी त सजिलै हुनसक्दछ । तल रहेका केही कुराहरूलाई हामीले कुराकानीको विषय बनाउनसक्दछौः

परिवार, मनोरञ्जन, रूचिहरू, पढाई, आवश्कताहरू, उद्देश्य

अर्को प्रश्न भने यस्तो हुन्छ, ‘‘मैले अरू विषय बारे कुरा गर्दैगर्दा येशूको बारे कुरा गर्न चाँहि कसरी सुरू गर्ने ?’’ कुराकानीको कुनै मिल्दो भागमा हामीले यसो भन्न सक्दछौं, ‘‘तिमीले येशू ख्रीष्टको बारे केही विचार गरेका छौ ?’’ वा ‘‘कुनै बेलामा म तिमीलाई येशू ख्रीष्टले मेरो जीवन कसरी परिवर्तन गर्नुभयो भनेर भन्नसक्छु ?’’ यी उदाहरणहरू हुन् । परमेश्वरलाई यस्ता प्रश्नहरू सोध्नसकुँ भनेर साहस माग्नुहोस् । यो पाठको अन्तमा रहेको ‘‘कसरी मित्रताको पुल बनाउने ।’’ नक्शा कण्ठ पार्नुहोस् । यो नक्शाको साहयताले हामीले स्वतह ठिक प्रश्न सोध्ने र ठिक उत्तर दिने तिर हाम्रो संवादहरूलाई लैजानसक्दछौं ।

२. *गवाहीः* हाम्रो गवाही भनेको हाम्रो कथा हो । यसलाई कसैले नकार्न सक्दैन । भाग ४ को कार्य बुँदामा हामीले लेखेका कुरालाई मुल्यांकन गरौं र तलका निर्देशनलाई प्रयोग गरौं । यसले हामीलाई हाम्रो कथा अझ प्रभावकारी रुपमा बताउन साहयता गर्नेछ ।

- हाम्रो व्यक्तिगत अनुभवले स्रोताको ध्यान खिच्न सक्नुपर्दछ ।
- गवाहीलाई छोटो र विषय वस्तुमा केन्द्रित राख्नुहोस् ।
- तपाईंको आफ्नो बारे र तपाईंको परमेश्वरसँगको सम्बन्ध बारे चर्चा गर्नुहोस् ।
- सकेसम्म निश्चित विवरण दिनुहोस् ।
- तपाईंले भनेको कुराहरूमा विश्वास गर्नुहोस् ।
- सकारात्मक हुनुहोस् ।
- तयार राहनुहोस् ।
- तपाईंको मनमा आफ्नो गवाही प्रष्टसँग रहेको होस् ।

३. *सुसमाचारः* हाम्रो गवाही बाँडे पछि हामीले यस्तो प्रश्न सोध्नसक्दछौं, ‘‘तपाईंले येशू ख्रीष्टलाई आप्नो जीवनमा बोलाउने बारे सोच्नु भएकोछ ?’’ उसले सोचेको छु भन्यो भने, यो प्रश्न सोध्नुहोस्, ‘‘तपाईंलाई म त्यो कसरी हुनसक्छ भनेर थोरै समय लिएर बताउनसक्छु ?’’ उसले हुन्छ भन्यो भने, सरलरूपमा सुसमाचार उसलाई बताउनुहोस् । लेखेर तयार पारिएको सुसमाचार बताउने र प्रश्न सोध्न

लगाउने, सुसमचार सुनाउने सबैभन्दा प्रभावकारी तरिका मद्धे पर्दछ । "येशूजस्तो कोही छैन" पर्चा विद्यार्थीहरूका लागि सुसमाचार सुनाउन तयार पारिएको एकदमै राम्रो पर्चा हो । पर्चाहरूको सहायताबाट हामीले सुसमाचारको खाका प्रष्टरूपमा मनमा राख्नसक्दछौं ।

४. *निम्तोः* सुसमाचार बताएपछि वा पर्चाबाट पढे पछि, यो प्रशन सोध्नुहोस्, "येशू खीष्टलाई अहिले नै ग्रहण गर्नबाट रोक्ने केही कारणहरू छन् ?" पवित्र आत्मको स्वर सुन्न तयार हुनुहोस् र त्यस व्यक्तिको भित्र आत्मिक युद्ध चलिरहेको छ भनेर थाहा गर्नुहोस् । कुराकानी गर्दैगर्दा विद्यार्थीका लागि प्रार्थना पनि गर्नुहोस् । उसलाई येशूलाई ग्रहण गर्ने मौका दिनुहोस् ।

उसले त्यही बेला खीष्टलाई ग्रहण गर्छ की गर्दैन भन्ने कुराको धेरै चिन्ता नलिनुहोस् । याद राख्नुहोस् खीष्टलाई ग्रहण गर्ने भनेको सुसमाचार सुन्ने र सानो प्रार्थना गर्ने मात्र नभई, एउटा जीवनको महत्वपूर्ण निर्णय हो । यसको निम्ति तयार बनाउने काम पवित्र आत्माको हो र उहाँले आफ्नो समयमा यो काम गर्नुहुन्छ ।

५. *अनुगमनः* कुनै विद्यार्थीले येशूलाई ग्रहण गयो भने उसलाई तुरून्तै अनुगमन गर्नुपर्दछ । नयाँ विश्वासीको खीष्टसँगको हिँडाईको सफल्ताका लागि अनुगमन आवसेक हुन्छ । एउटा भर्खर जन्मिएको बालक जस्तै नयाँ विश्वासीहरूलाई प्रेम, पोषण, सुरक्षा र अभ्यास चाहिँन्छ । हुनसक्छ भने, सोहि दिन वा भोलि पल्ट भेट्ने समय मिलाउनुहोस् । यो तपाईं फोनबाट पनि गर्नसक्नुहुन्छ ।

भोलिपल्टको कुराकानीमा निम्न विषयहरूमा कुराकानी गर्नुहोस् -

- सुसमाचारः सुसमाचार के हो भनेर फेरी एकचोटी कुरा गर्नुहोस् र प्रश्नहरूको उत्तर दिनुहोस् ।
- निर्णयः फेरी उसँग प्राथना दोहोराउनुहोस् र येशूसँग सम्बन्ध सुरू गर्नु के हो भनेर उसललाई बुझाउनुहोस् ।
- निश्चयताः बाईबलका खण्डहरूसँगै पढ्नुहोस् । जस्तै यूहन्ना १:१२, १०:२७-२८ र १ यूहन्ना ५:११-१३ ।
- हुर्किने प्रक्रियाः *येशू जस्तो कोहि छैन* भन्ने पर्चाले यसको बारे केही बताउदछ । त्यस किताब पछि, तपाईंको साथीलाई *सुरूवात* भन्ने पर्चा वा खिष्टियन जीवनमा हुर्कना सहायता पुग्ने पर्चाहरू प्रधान गर्नुहोस् ।
- मण्डलीः उसलाई लाएक पर्ने सेवासँगतीमा आउन निम्तो दिनुहोस् ।

एउटा व्यक्तिगत रणनिती

विद्यार्थीहरूलाई साक्षी बन्न सिकाउनुभन्दा पहिले, आफ्नो विश्वास अरूहरूलाई बाड्ने कार्य हामीले आफ्नो जीवनमा गरिरहेको हुनुपर्दछ । तल भएका कदमहरूले यसो हुनका लागि सहायता गर्दछः

- एउटा शक्तिशाली प्रार्थनाको समूह बनाउनुहोस् । अरू दुई अगुवाहरूसँग भेटेर (हुनसक्छ भने हप्ताको तीन पटक) विश्वास नगर्ने विद्यार्थीहरूका लागि प्रार्थना गर्न सुरुगर्नुहोस् ।

- विश्वास नगर्ने विद्यार्थीहरूसँग मित्रता गाँस्नुहोस् र उनिहरूसँग कम्तिमा पनि हप्ताको एक पटक भेट्नुहोस् ।
- तपाईंले विश्वास नगर्ने विद्यार्थीहरूसँग समय बिताउँदा, तापाईका विश्वासी विद्यार्थीलाई प्रशिक्षणका लागि सँगै काहिले काँहि लिएर जानुहोस् ।
- हरेक विद्यार्थीसँग भट्ने समय मिलाउनुहोस् । भेट्ने समयमा कुराकानी गर्न मिल्ने कुनै एउटा शान्त ठाँउमा जानुहोस् । यस पाठमा भएका साधनहरू प्रयोग गरेर हरेकलाई आफ्नो विश्वास बारे बताउनुहोस् ।
- तपाईंको विश्वासी विद्यार्थीलाई पनि उसको विश्वास अरूलाई बताउने कार्यका लागि अभ्यास गर्ने मौका दिनुहोस् । पहिले उसलाई आफ्नो गवाही बाँड्ने मौका दिनुहोस् र उसलाई सजिलो लाग्न थालेपछि बिस्तारै उसलाई नै सम्पुर्ण कुराकानीको जिम्मा दिनुहोस् ।

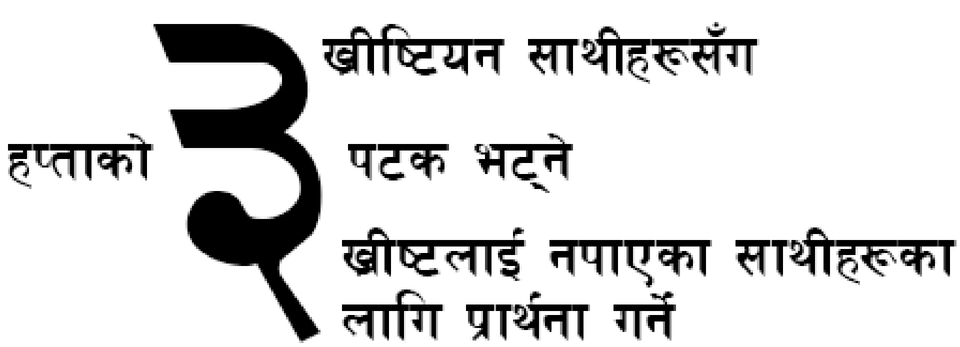
(नोटः तपाईंलाई अझ सिक्न मन लागेमा, सुसमाचार सुनाई बस्ने व्यक्तिसँग सोध्नुहोस् ।)

कार्य बुँदा - भाग ८

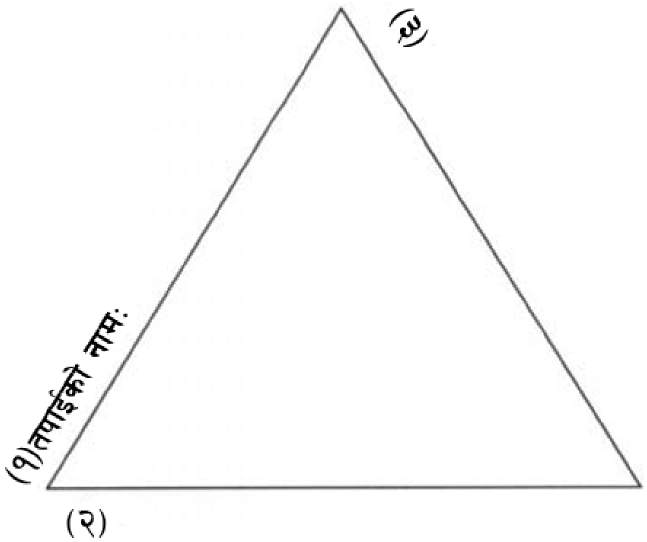
१. सुसमाचार सुनउन नदिने तपाईंको सबैभन्दा ठूलो बाधा के हो ? किन ?

२. तलको नक्शा चलाएर तपाईंको शक्तिशाली प्रार्थन समूहको निर्माण गर्नुहोस् । समूहसँग र समूहमा रहेका लागि प्रार्थना गर्नुहोस् । पछि तपाईंका विद्यार्थीहरूले शक्ति प्रार्थना समूहमा रहेर कसरी प्रार्थना गर्ने भनेर सिक्नेछन् । यसको रणनिती मत्ती १८:१८-२० मा रहेको येशूको शिक्षामा आधारित छ ।

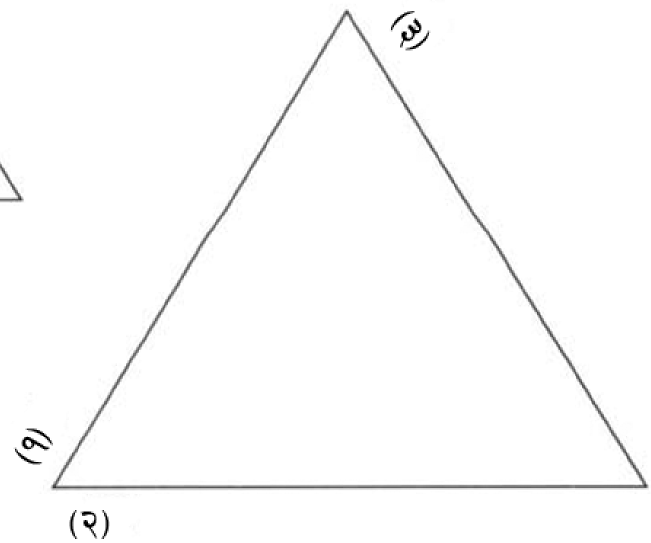
समूहमा भेटेर निम्न कुराहरूका लागि प्रार्थना गर्नुहोस्:



तपाई को-को विश्वासी साथीहरूसँग प्रार्थना गर्नुहुन्छ ?



तपाई को-को विश्वास नगर्ने साथीहरूका लागि प्रार्थना गर्नुहुन्छ ?



येशू चाँहिने विश्वास नगर्ने साथीहरू				
नाम	आत्मिक अवस्था	मैले लिन सक्ने कदम	प्रार्थनाको अनुरोध	प्रतिक्रिया
१				
२				
३				

३. तपाईंका अविश्वासी साथीहरूसँग यस पाठको सुरूमा रहेको विषयहरू (परिवार, मनोरञ्जन, रूचिहरू, पढाई, आवश्कताहरू, उद्देश्य)मा कुराकानी गर्नुहोस् । संवादको नतिजा तल लेख्नुहोस् ।

४. तपाईंको जीवन गवाही तलको खाका अनुसार लेख्नुहोस् (यस कार्यको लागि छुट्टै पाना चलाउनहोस)

१) येशूलाई पाउनु अगि मेरो जीवन कस्तो थियो

२) येशूलाई मैले कसरी पाए

३) येशूलाई पाए पछि मेरो जीवन कसरी परिवर्तन भयो

तपाईंले यस अगि पनि आफ्नो गवाही लेख्नुभएको छ भने त्यसलाई अझ निखार्नुहोस् । तपाईंको गवाहीलाई २ वा ३ मिनेटमा भन्नसकिने किसिमले तयार पार्नुहोस् ।

५. तपाईंले आफ्नो विश्वासको बारे अरूलाई अझ प्रभावकारीरूपमा बताउनका लागि कसबाट सिक्न चाहानुहुन्छ ?

६. तपाईंको सुसमाचार सुनाउने कार्यमा साथदिने शिष्यका लागि प्रार्थना गर्नुहोस्। यो व्यक्ति को हुनसक्दछ ?

७. लुका १९:१० कण्ठ गर्नुहोस् । परमेश्वरसँगको दैनिक एकान्तको समय बिताउन नछोड्नुहोस् ।

मित्रताको पुल

विद्यार्थीसँग कसरी मित्रता बडाउने

बाधाहरू हटाउने	आत्मिक रूचि बडाउने	कुराकानीलाई मोड्ने
- "यो विषयमा तिम्रो धारणा के हो ?" - "यस कुरामा तिमी सहमत छौ ?" - "यो कुराको बारे तिम्रो विचार के छ ?" - "यो कुरा तिमीलाई कस्तो लाग्छ ?"	- "तिम्रो बारे मलाई बताउ ।" - "तिमी मण्डलीमा हुर्केका हौ ?" - "तिमी कहिले काँही आत्मिक कुराहरूको बारे सोच्दछौ ?" - "आत्मिक कुराहरूको बारे तिम्रो रूचि कतिको प्रगाड छ ? १ देखि १० सम्म कुन नंबर दिन्छौ ?"	- "मेरो जीवनमा भएको सबै भन्दा महत्वपूर्ण कुरा म तिमीलाई बताउँ ?" (तपाईंको गवाही बाड्नुहोस् ।) - "तिमीलाई आफू पक्का येशूको चेला हुँ भनेर निश्चयता छ, वा तिमी चेला हुने क्रममा छौ?" (सुसमाचार सुनाउनुहोस् ।)
यो पुल हामीले एउटा मात्रै भेटमा तर्न सक्दछौं वा यसको लागि केही समय लाग्न पनि सक्दछ ।		

भाग ९
नयाँ विश्वासीलाई हुर्काउने

बच्चा भएपछि जुनै पनि मान्छेको जीवन परिवर्तन हुँदछ ! बच्चालाई नौ महिना गर्वमा राखेर यस संसारमा लाउने काम सँगसँगै, अरू थुप्रै कामहरू गर्नुपर्दछ । बच्चा ठूलो नभएसम्म उसको हेरचहा गर्ने, र पैसा-रूपैँया खर्च गर्ने दायित्व पनि हामीले निर्वाह गर्नुपर्दछ !

आत्मिक नानीहरूलाई पनि त्यहि हेरचाह चाहिन्छ । बाईबले हामीलाई भन्दछ, नयाँ विश्वासीहरू "नयाँ जन्मेको बालक जस्तै, शूद्ध आत्मिक दूधको तृष्णा" गर्दछन् (१ पत्रुस २:२) । नयाँ विश्वासीहरूको केही आवश्कताहरू हुन्छन् जुन उनिहरू आफै पुरा गर्नसक्दैनन् । नयाँ जन्मेको बालकजस्तै उनिहरूलाई 'अविभावक'को खाँचो हुन्छ, जसले उनिहरूको, प्रेम, पोषण, सुरक्षा र अभ्यासको आवश्कतालाई पुरा गर्नसक्दछन् ।

प्रेम: नयाँ विश्वासीहरूलाई हामीले प्रेम र वास्ताबाट आउने सुरक्षाको अनुभव गराउनुपर्दछ । प्रेम बोलीलेभन्दा पनि व्यवहारले देखाउनसक्नुपर्दछ । ख्रीष्टले हामीलाई यसको चुरो कुरो सिकाउनु भएको छ, "मैले तिमीहरूलाई जसरी प्रेम गरें, तिमीहरूले एक-अर्कालाई त्यसरी नै प्रेम गर ।" (यूहन्ना १५:१२) येशूको चेलाहरूप्रतिको प्रेम यसैमा देखिन्थियो कि उहाँ दिनका लागि सधैं तयार हुनुहुन्थियो । येदि हामीले येशूको जस्तो प्रेम नयाँ विश्वासहरूलाई गर्ने हो भने, हामीले पनि आफ्नो, समय, श्रोत(साधनहरू र आफैलाई पनि दिन तयार हुनुपर्दछ । नयाँ विश्वासीका लागि भने यस्तो प्रेम उनिहरूसँगको मित्रताबाट सुरु हुन्छ ।

पोषण: नयाँ जन्मेको बालकजस्तै नयाँ विश्वासीहरू पनि खानाखानका लागि अरूमा भरपर्दछन् । नयाँ विश्वासीले आफै खानसक्दछ भन्नु, नयाँ जन्मेको बालकले भान्साकोठामा गएर खानापकाएर खान्छ भन्नुजस्तै हो । अरू कसैले उसलाई खुवाएर तदरूष्ट राख्नुपर्दछ । यो चाँहि तब हुन्छ, जब उनिहरू, "असल सिद्धान्त र विश्वासको वचनमा पुष्ट भएर" हुर्कन्छन् । (१ तिमोथी ४:६)

सुरक्षा: नयाँ ख्रीष्टियनहरू, बालकहरू र भेडाहरूमा धेरै कुराहरू मिल्दछ । उनिहरू आफ्नो सुरक्षा आफै गर्नसक्दैनन् । नयाँ विश्वासीहरूको हामीले सुरक्षा गर्नुपर्दछ किनकी, "दियाबलस कसलाई भेट्टाउँ र खाइहाँलू भनी गर्जने सिंहझैं खोजिहिँड्छ ।" (१ पत्रुस ५:८) नयाँ विश्वासीहरूलाई कसरी शैतानको आक्रमणको सामना गर्ने भनेर थाहा हुँदैन । पवित्र आत्माको शक्तिमा रहेर जीवन जीउँन नसिकेसम्म, उनिहरूलाई सहायता चाहिन्छ ।

प्रशिक्षण: बुवा-आमाले आफ्ना नानीहरूलाई जीवनका चुनौतीहरूको सामना गर्न तयार गरेजस्तै, आत्मिक अविभावकहरूले पनि आफ्नो नानीहरूलाई, "उहाँमा जरा गाडिएका र निर्माण भएका र विश्वासमा दह्विला" बनाउन प्रशिक्षण दिनुपर्दछ (कलस्सी २:७) । नयाँ विश्वासीहरूलाई आधारभुत कुराहरूमा प्रशिक्षण चाहिन्छ, जस्तै येशू उनिहरू भित्र जिउनुहुन्छ भनेर निश्चयतामा, परमेश्वरसँग प्रार्थना र बाईबल अध्ययनमा समय बिताउदै गहिरो सम्बन्ध विकास गर्न, परमेश्वरको प्रेम र क्षमाको अनुभव गर्न, सम्बन्धहरूमा आनन्द लिदैं अरू विश्वासीहरू प्रति जवाफदेही हुन, कसरी आफ्नो विश्वास अरूलाई बाड्ने विषयमा र येशू खीष्टको आज्ञापान गर्दै जीवन जिउनुमा । यसरी नयाँ विश्वासीलाई कसैले हेरचाह गर्दै हुर्काउछ भने, उसलाई खीष्टमा परिपक्वहुन सहज हुन्दछ ।

उत्कृष्ट जिम्मेवारी

नयाँ विश्वासीलाई हुर्काउन प्रतिवद्धता, समय र तयारी चाहिन्छ । त्यसो भने, हामीले यो उत्कृष्ट जिम्मेवारी समाल्न किन सहमत हुने त ? तल भएका ४ असल कारणहरूलाई विचार गर्नुहोस् ।

१. हामी उनिहरूको आत्मिक जन्मसँग सम्बन्धी भएका छौं । कसैलाई खीष्ट चिनाउदैमा हाम्रो काम पुरा हुँदैन । त्यस व्यक्तिलाई विश्वासमा परिपक्व हुन हाम्रो सहायता चाहिन्छ । यो कसरी हुन्छ भनेर राम्रो उदाहरण प्रेरित १४:२१-२२ मा रहेको छ । त्यहाँ पावलले प्रचार गरिसके पछि नयाँ विश्वासीहरूको आत्मालाई सुदृढ गराउन र विश्वासमा रहिरहने अर्ती दिन आफ्नो समय दिँदछ र जिम्मवारी पुरागर्दछ ।

२. खीष्टको शरीरको अंग भएको कारणले, यो हाम्रो दायित्व बन्दछ । कुनै नयाँ विश्वासीले हेरचाहा पाएको छैन भने, उसलाई हेरचाह गर्ने हाम्रो जिम्मेवारी बन्दछ । पावलले यो कुरा एफिसी ४:११-१६ मा प्रष्ट पारेको छ ।

३. हामीले येशूलाई प्रेम गर्दछौं । खीष्टका मानिसहरूको हेरचाह गर्ने कार्यले येशूलाई हामीले प्रेम गर्छौं भन्ने कुरालाई प्रमाणित गर्दछ । यूहन्ना २१:१५-१७ मा येशूले पत्रुसलाई, उहाँका भेडाँहरू (विश्वासी दाजुभाई दिदिबाहिनीहरू)लाई खुवाएर आफ्नो प्रेम देखाउनु भनेर भन्नुहुन्छ ।

४. यो येशूको आज्ञा पनि हो । येशूले आफ्नो महान आदेशमा "सबै देशका जातिहरूलाई चेला बनाओ" भनेर भन्नुहुन्छ (मत्ती २८:१८-२०) । येशूले प्रयोग गर्नुभएको शब्दलाई हेर्नुहोस् । उहाँ सबै जातिहरूलाई 'विश्वासी' बनाओ भन्नुभएन । हामीले त 'चेला' बनाउनुपर्दछ, जसले येशूलाई सधैँ पछ्याउनेछ ।

यो हाम्रो कस्तो ठूलो सौभाग्य, हामीले परमेश्वरका छोरा(छोरीहरूको हेरचाहा गर्नसक्दछौं । कलस्सी १:२८ मा जस्तै "प्रत्येक मानिसलाई खीष्टमा परिपक्व बनाई प्रस्तुत गर्ने" उहाँको लक्ष्यमा हामी सहभागी हुनसक्दछौं ।

के गर्ने

कसैलाई खीष्ट चिनाउने महत्वपूर्ण काम हो, तर यो त खालि पहिलो कदम मात्रै हो । यो भन्दा ठूलो चुनौती त उनिहरूलाई परिपक्व हुनका लागि सहायता गर्नु हो । नयाँ विश्वासीहरूले आफै हिन्न नसिकेसम्म, उनिहरूलाई हाम्रो सहायता चाहिन्छ ।

नयाँ विश्वासीहरूलाई परिपक्व बनाउन तल दिएका निर्देशनहरू पलान गर्नुहोस् -

१. उसले खीष्टलाई ग्रहण गरे पछि सकेसम्म चाँडो भेट गर्नुहोस् । अध्ययनहरूले यो देखाउँदछ, खीष्टलाई ग्रहण गरेको ४८ घण्टा भित्रमा नयाँ विश्वासीलाई कसैले भेटिदियो भने, त्यो नयाँ विश्वासीलाई खीष्टसँगको सम्बन्धमा हुर्कन सजिलो हुन्छ ।

२. कुनै व्यक्तिले खीष्टलाई ग्रहण गरेपछि, उसँग कम्तिमा पनि हप्ताको चार पटक भेट्नुहोस् । (यो हप्ताको पाठको अन्त्यमा भएको सामाग्री तपाईंले भेटमा चलाउनसक्नुहुन्छ । वा अरू चेलापनको लागि तयार पारिएको किताबहरू चलाउनसक्नुहुन्छ ।)

३. उसले तपाईंलाई प्रश्न सोध्यो र त्यसको उत्तर तपाईंलाई थाहा छैन भने, उसलाई, "मलाई थाहा भएन" भन्नुहोस् । आफ्नो हिसाबले उत्तर बनाएर उसलाई नदिनुहोस् तर अर्को पल्टको भेटमा म यसको उत्तर खोजेर ल्याउँछु भनेर भन्नुहोस् ।

४. तपाईंले अपेक्षा गर्नुभएको जस्तै प्रतिक्रिया पाउनुभएन भने निराश नहुनुहोस् । हुर्किने कामको लागि समय चाहिन्छ । तपाईंले उसलाई प्रेम, हेरचाहा, सुरक्षा र प्रशिक्षण दिँदै जानुभयो भने, उसको आत्मिक विकाश पक्कै हुन्छ ।

येशूले बीउ छर्नेको दृष्टान्त (मत्ती १३) मा भन्नुभएको छ, कोही वचन पाएर पनि हुर्किदैनन् तर अरू धेरै चाँहि फड्को मारेर हुर्कन्छन् । तपाईंको काम चाँहि पवित्र आत्माको शक्तिमा उनिहरूलाई अनुगमन गर्ने हो, र उनिहरूको प्रतिक्रिया कस्तो हुन्छ भन्ने चाँहि परमेश्वरको हातमा हुन्छ । यो याद राख्नुहोस् - "रोप्ने केही होईन, न पानी हाल्ने केही हो, तर परमेश्वर मात्र, जसले वृद्धि दिनुहुन्छ । रोप्ने र पानी हाल्ने एकै समान हुन् । हरेकले आफ्ना-आफ्नै मेहनतअनुसार आफ्नो ज्याला पाउनेछ ।" (१ कोरिन्थी ३:७-८)

याद राख्नुहोस्, नयाँ विश्वासीहरूलाई हुर्कन सहायता गर्ने कार्य येशूलाई पछ्याउने यात्राको एउटा महान साहसिक काम हो !

कार्य बुदाँ - भाग ९

१. यूहन्ना २१:१५-१७ अध्ययन गर्नुहोस् र येशूको भेडाँहरूलाई खुवाउने काममा तपाईंको भुमिका के हुनसक्दछ, लेख्नुहोस् ।

२. अन्तमा रहेको "नयाँ विश्वासीहरूका लागि अनुगमन"को अध्ययन गर्नुहोस् । चार वटै पाठको अध्ययन गर्नुभएपछि, हरेक पाठको खाका एउटा ३ ईन्च चौडा र ५ ईन्च लामो कार्डमा लेख्नुहोस् । यो कार्डलाई विद्यार्थीहरूसँग अनुगमनमा भेट्दा प्रयोग गर्नुहोस् ।

३. कुनै एउटा नयाँ विश्वासी विद्यार्थीलाई सम्भनुहोस् । उसलाई भेट्ने समय मिलाउनुहोस् । अब आउने चार हप्ताका लागि तल भएका चारवटा पाठहरू विद्यार्थीहरूसँग बाँड्नुहोस् ।

४. १ पत्रुस २:२ लाई कण्ठ पानुहोस् र मर्कुसबाटको तपाईंको दैनिक बाईबल अध्ययन र प्रार्थनलाई निरन्तर्ता दिनुहोस् ।

छवटा पाठहरू भएकको *सुरूवात* पर्चा नयाँ विश्वासीलाई दिनसकिन्छ । यो पर्चा उनिहरूका लागि विश्वासमा हुर्कन वैकल्पिक साधन हुनसक्दछ ।

नयाँ विश्वासीहरूको लागि अनुगमन

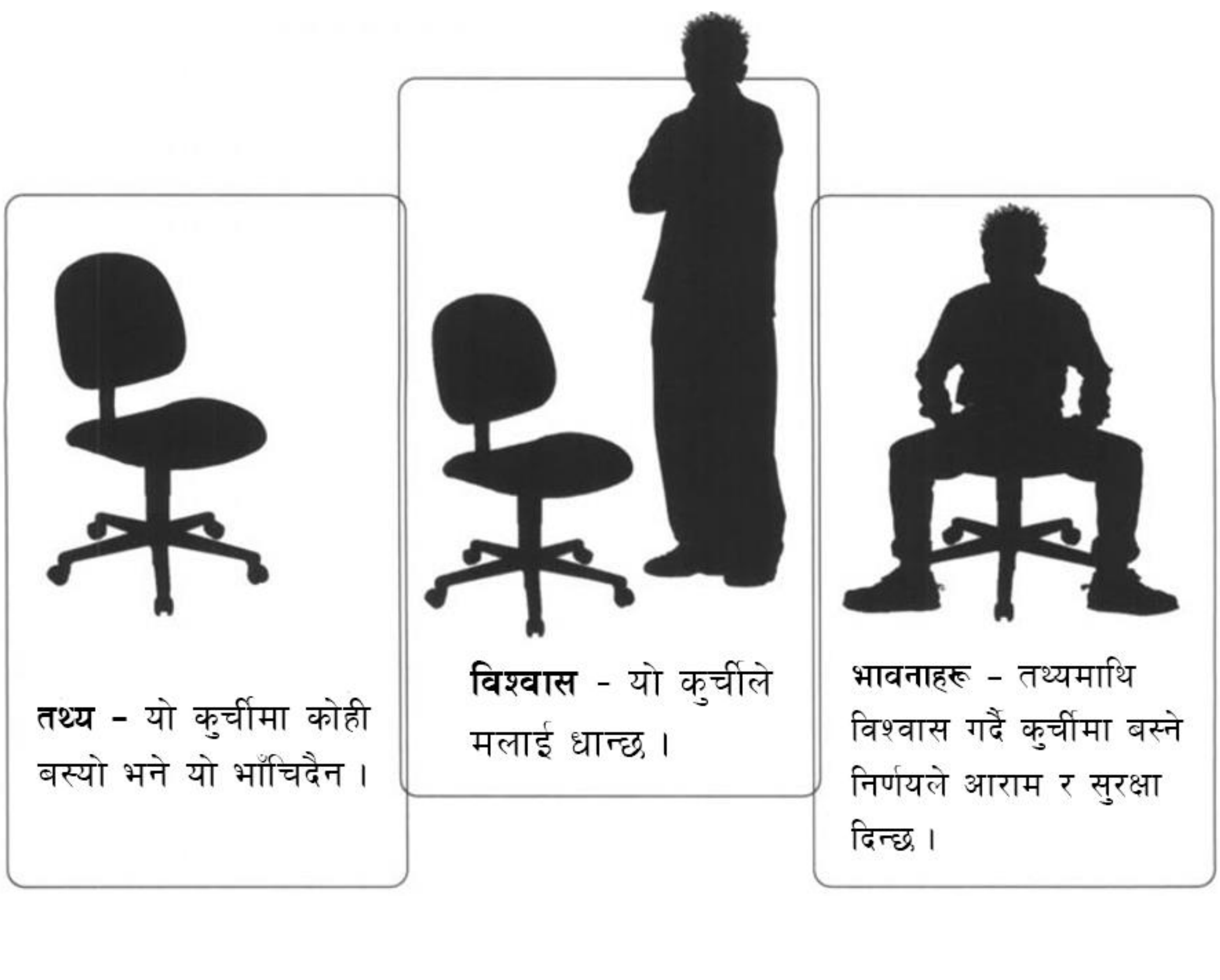
सुरूवात (भाग १)

१. कुनै विषयमा मित्रजस्तै भएर कुराकानी सुरु गर्नुहोस् । तपाईंले परिवार, मनोरञ्जन, रूचिहरू, पढाई, आवश्कताहरू र उद्देश्य, जस्ता विषयहरूमा कुराकानी गर्नसक्नुहुन्छ ।

२. "येशू जस्तो कोही छैन" प्रर्चासँगै पढ्नुहोस् ।

३. खीष्ट उसको जीवनमा हुनुहुन्छ भनेर विद्यार्थीलाई बुझाउनुहोस् । तल भएका बाईबलका खण्डहरू पढेर, त्यसको अर्थ पनि बताउनुहोस्: १) २ कोरिन्थी ५:१७ (एउटा नयाँ विश्वासले खीष्टसँग यस्तो एउटा सम्बन्धको सुरूवात गर्छ, जसलाई नयाँ नियमले "नयाँ जन्म" भनेर भन्दछ ।), २) १ यूहन्ना ५:११-१३ (हामीमा जीवन छ भनेर हामीले जान्नसक्दछौं), र ३)रोमी ८:३८-३९ (परमेश्वरको प्रेमबाट हामीलाई केहीले पनि अलग गर्नसक्दैन ।)

४. यो प्रश्न सोध्नुहोस् - "हाम्रो भावनाहरूले के जनाउदछन् ? मलाई कुनै दिन, येशू मेरो जीवनमा हुनुहुन्छ भनेर लागेन भने ? के यो भनेको, उहाँले मलाई छोड्नुभएको हो त ? यो कुरा प्रष्ट पारिदिनुहोस् कि, खीष्टयनहरू भावनामा भर परदैनन् । तल भएको नक्शाले तथ्य (परमेश्वर र उहाँको वचन), विश्वास (हाम्रो भरोसा) र भावना (भरोसाको नतिजा) बीचको सम्बन्धलाई देखाउँछ ।



५. खीष्टमा हुर्कदै जाने व्यवहारिक तरिकाहरूमा ध्यान दिनुहोस् । “येशू जस्तो किही छैन” को अन्तिम भागलाई फेरी हेर्नुहोस् ।

६. प्रश्नहरू सोध्नको लागि उत्साह दिनुहोस् । तपाईंलाई ती प्रश्नहरूको उत्तर थाहा नभए, थाहा छैन भन्नुहोस् र अर्को भेटघाटमा ती प्रश्नहरूको उत्तर खोजेर भन्नुहोस् ।

७. उसलाई अर्को भेटमा मर्कूस १-४ पढेर र १ यूहन्ना ५:११-१२ कण्ठ गरेर आउन अनुरोध गर्नुहोस् ।

८. अर्को पल्ट कहिले भट्ने भनेर समय मिलाउनु भएपछि, प्रर्थना गरेर छुट्नुहोस् ।

पाप स्वीकार्नु (भाग २)

१. केही बेरको कुराकानी पछि, उसलाई खीष्ट पाए पछिको जीवन कस्तो छ भनेर सोध्नुहोस् । उसको केही आवश्यकताहरू छन् भने, ती पत्ता लगाउन खोज्नुहोस् ।

२. यो प्रश्न सोध्नुहोस् - “के तिमीलाई यो निश्चय छ, तिम्रा पहिलेका, अहिलेका र भविष्यका पापहरू क्षमा भएका छन् ?”

३. उसलाई यो भन्नुहोस्, हामीलाई येशूले कहिलै छोड्नुहुन्न, तर धेरै पटक हामी येशूलाई हाम्रो जीवन सन्चालन गर्न नदिएर आफै जिउन खोज्दछौं । यसले हामीलाई पापमा पुराउदछ ।

४. यो प्रष्ट पारिदिनुहोस्, येशूले हामीलाई पापको सजाय र शक्तिबाट मुक्त गर्नुभएको छ, तर हामी अझ पापको उपस्थितिमा छौं । खीष्टियनहरूले इमान्दार भएर आफ्नो पापहरू परमेश्वर अगि स्वकारेर पाप क्षमाको अनुभव गर्दछन् ।

५. १ यूहन्ना १:८-१० पढ्नुहोस् र उसलाई यो भन्नुहोस्, पाप स्वीकार्नु भनेको परमेश्वरसँग हामीमा पाप छ भनेर सहमत हुने हो । पाप कुनै कार्यका साथसाथै, उदासिन वा परमेश्वरसँग बिद्रोह गर्ने रबैया पनि हुनसक्छ । हामीले यो मान्दछौं, हाम्रो पाप गतल छ, र खीष्टले हामीलाई आफ्नो मृत्युद्वारा क्षमा दिनुभएको छ । पाप स्वीकार्दैमा हामीले अझ बडी क्षमा पाउने होईन, तर यसले हामीलाई परमेश्वरको अगि आफ्नो पाप स्वीकार्न, र उहाँको क्षमादान प्रति आभारी हुन लगाउँदछ । पाप स्वीकार्ने कार्यले हामीलाई येशूसँगको नजिकको संगतीमा राख्दछ ।

६. अर्को भेटघाटका लागि मर्कूस ५-८ पढ्न लागाउनुहोस् ।

७. अर्को पल्टको भटका लागि समय मिलाउनुभएपछि प्रर्थना गरेर छुट्नुहोस् ।

पवित्र आत्माको भरपुरी (भाग ३)

१. कुराकानी गर्दागर्दै यो कुरा सोध्नुहोस्, “गएको हप्ता परमेश्वरको क्षमादानको अनुभव गर्नुभयो ?”

२. परमेश्वरले हाम्रो जीवन उत्साहपूर्ण भएको चाहानुहुन्छ । यो जीवन प्राप्त गर्न हामी पवित्र आत्माको शक्तिमा जिउनुपर्दछ । बाईबलका खण्डहरू पढेर यसको पुष्टी गर्नुहोस् - यूहन्ना १०:१०, प्रेरित १:८, गलाती ५:२२-२३, र एफिसी ५:१८ ।

३. रोमी ८:९-११ पढ्नुहोस् र येशूलाई ग्रहण गर्ने हरेकमा पवित्र आत्मा बास गर्नुहुन्छ भनेर बताउनुहोस् । तर पवित्र आत्मा हरेक विश्वासीमा बास गर्नु भएता पनि, उहाँले हरेक विश्वासीलाई नियन्त्रन भने गर्नुहुन्न ।

४. पवित्र आत्माको नियन्त्रनमा बस्ने कार्य एउटा आज्ञा हो भनेर भन्नुहोस् । यूहन्ना २०:२२ पढ्नुहोस् ।

५. १ यूहन्ना ५:१४-१५ पढ्नुहोस् । उसलाई यो भन्नुहोस् पवित्र आत्माद्वारा भरिन, हामीले परमेश्वरसँग बिन्ती गर्न सक्दछौं । तपाईंको साथीलाई पवित्र आत्माद्वारा भरिनका लागि प्रार्थना गर्न लगाउनुहोस् ।

६. यो बताउनुहोस्, एउटा खीष्टियनले आफ्नो पाप स्वीकार्दै, पवित्र आत्माद्वारा एक दिनमा बारम्बार भरिनुपर्न सक्दछ । यी दुइ कुरा, पाप स्वीकार र पवित्र आत्माद्वारा भरिएर, एउटा खीष्टियनले उत्कृष्ट जीवन जीउनसक्दछ । यो कुरालाई तल दिईएको उदाहरण प्रयोग गरेर बताउनुहोस् - "श्वास-प्रश्वासमा दुईटा सरल भागहरू हुन्छन् । सास फ्याल्ने कार्यले हाम्रो फोक्सोमा भएको अशुद्ध हावा बाहिर निकाल्छ, र सास भित्र लिने कार्यले शुद्ध अक्सिजनलाई भित्र लैजान्छ ।" आत्मिक श्वास -प्रश्वास पनि यस्तै हुन्छ । हामीले पाप स्वीकार गरेर सास बाहिर फाल्दछौं (१ यूहन्ना १:९) र त्यसपछि, परमेश्वरसँग पवित्र आत्माले भरिन आग्रह गर्दै सास भित्र लिँदछौं (एफिसी ५:१८) । यो दिनदिनै गर्न अति महत्वपूर्ण छ भनेर भन्नुहोस् । आउने हप्ता दिनदिनै आत्मिक श्वास-प्रश्वास गर्न उसलाई चुनौती दिनुहोस् ।

७. अर्को हप्ताका लागि मर्कूस ९-१२ पढ्न लगाउनुहोस् र एफिसी ५:१८ सँगै कण्ठ गर्नुहोस् ।

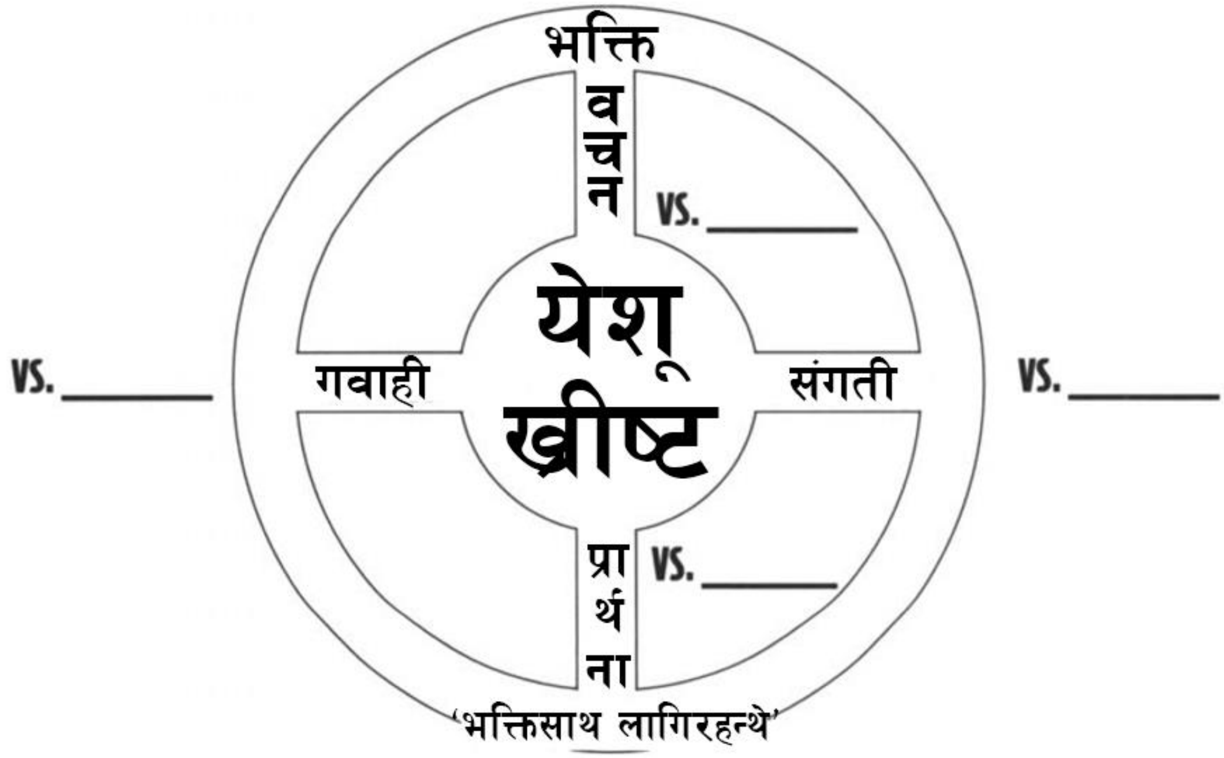
८. अर्को पल्टको भटका लागि समय मिलाउनुभएपछि प्रार्थना गरेर छुट्नुहोस् ।

परमेश्वरलाई चिन्नु (भाग ४)

१. कुराकानी गर्दैगर्दा यो प्रश्न सोध्नुहोस्, "आत्मिक श्वास-प्रश्वासले तिमीलाई गएको हप्ता कसरी सहायता गर्यो ?"

२. प्रेरित २:४२ मा आधारित "पांग्राको नक्शा" देखाउनुहोस् । हरेक खण्डलाई व्याख्या गर्दा तल रहेको पदहरू हेर्नुहोस् ।

येशू नै केन्द्रविन्दु	(२ कोरिन्थी ५:१७, गलाती २:२०)
येशू प्रति आज्ञाकारिता	(यूहन्ना १४:२१, रोमी १२:१)
वचन	(यहोशू १:८, २ तिमोथी ३:१६)
प्रार्थना	(यूहन्ना १५:७, फिलिप्पी ४:६-७)
संगती	(मत्ती १८:२०, हिब्रू १०:२४-२५)
गवाही दिने	(मत्ती ४:१९, रोमी १:१६)



३. परमेश्वरसँग समय बिताएर दैनिकी सरूगर्ने कुराको बारेमा चर्चागर्नुहोस् । फिलिप्पी ३:१० पल्टाएर, किन परमेश्वरसँग समय बिताउने भन्ने कुरा हेर्नुहोस् । मर्कूस १:३५ मा यसको उदाहरण हेर्नुहोस् । 'बाईबल रेस्पन्स् सिट' (भाग १० मा भएको जस्तो) र 'प्रार्थना एक्सन सिट' (भाग १२ मा भएको जस्तो) प्रयोग गरेर परमेश्वरसँग एकान्तको समय बिताउनुहोस् । गलाती २:२० मा केन्द्रित हुनुहोस् । यो कार्यलाई व्यक्तिगत, व्यवहारिक र नाप्न मिल्ने बनाउनुहोस् ।

४. लगातार १० दिनसम्म परमेश्वरसँग समय बिताउनका लागि, उसलाई चुनौती दिनुहोस् । प्रश्न २ मा भएको बाईबल पदहरूको सुचीबाट पदहरू चलाएर यो कार्य गर्न लगाउनुहोस् ।

५. उसलाई मर्कूसको सुसमाचार पढेर सक्न (१३-१६ अध्याय) लगाउनुहोस् ।

६. पानीको बप्तिस्माको बारेमा उसँग कुरा गर्नुहोस् । युवा संगतीमा उसलाई बोलाउनु भएको छैन भने, त्यसो गर्नुहोस् ।

७. ब्यारी सेन्ट क्येएरको 'येशूलाई पछ्याउने' भन्ने किताब चलाएर उसलाई चेलापनको समूहमा राख्नुहोस् । यो किताब उसलाई उपाहार स्वरूप दिनुहोस् ।

८. सँगै प्रार्थना गर्नुहोस् ।

भाग १०

चेलापनका लागि चुनौती

युवा संगती पछि एउटा विद्यार्थीले, ''म परमेश्वरले चाहाना गर्नुभएको जस्तो हुनुचाहान्छु, तर त्यो के हो भनेर मलाई थाहा छैन ।'', भनेर प्रश्न सोध्छ भने, तपाईं कसरी उत्तर दिनुहुन्छ ? उत्तर दिन अघि, अलि कति तपाईंको कल्पनाशक्तिलाई चलाउनुहोस् । तपाईंको विद्यार्थी एउटा ८ कक्षामा पढ्ने विद्यार्थी हो भनेर सम्झनुहोस् । अब उसलाई १२ कक्षा पुग्दासम्म खीष्टसँगको हिँडाईमा परिपक्व हुन, के-कस्ता गुणहरूको विकाश गर्नुपर्दछ ? उनमा त्यो गुणहरू विकाश भयो भने, उ कस्तो मानिस हुनेछ भनेर कल्पना गर्नुहोस् । त्यस्तो मानिस बन्नका लागि, तपाईं एउटा अगुवाको नाताले उसलाई के सहायता गर्नुहुन्छ, कल्पनागर्नुहोस् ।

चेलापनमा हुर्केको विद्यार्थी

भाग लिने विद्यार्थीहरूको आत्मिक वृद्धि होस् भनेर, युवा कार्यक्रमहरू, मिसन ट्रिप, विशेष संगतीहरू, क्याम्प र रिट्रिटहरू आयोजना भएका हुन्छन् । तर उनिहरूको यी कार्यक्रमहरूले आत्मिक वृद्धि भने विरलै हुनेरगर्दछ । किन हुँदैन त ? किनकी हुर्किने त एउटा प्रक्रिया हो, र माथिका कुराहरू त कार्यक्रमहरू मात्रै हुन् । बास्केटबल सिकाउने क्याममा गएर हाईट बढ्दैन, त्यसै गरी हाम्रा विद्यार्थीहरूको आत्मिक वृद्धि पनि यस्ता कार्यक्रमहरुबाट हुनसक्दैन । चेलापन प्रक्रिया हो भने, यस्ता कार्यक्रमहरू त हुर्कने प्रक्रियालाई ठेवा दिने कुराहरू मात्रै हुन् !

पावल प्रेरितले चेलापनमा हुर्केको विद्यार्थीको यसरी परिभाषा गर्दछन्:

''प्रत्येक मानिसलाई चेताउनी दिँदै, र प्रत्येक मानिसलाई सारा बुद्धिमा सिकाउँदै हामी उहाँलाई घोषणा गर्दछौं, यस हेतुले कि प्रत्येक मानिसलाई खीष्ट परिपक्व बानाई प्रस्तुत गर्न सकौं । मेरो अन्तस्करणमा उहाँले नै जोडसँग प्रेरणा दिनुभएको शक्तिअनुसार म यसैको निम्ति कठोर परिश्रम गर्दछु ।'' (कलस्सी १:२८-२९)

विद्यार्थीहरूलाई ''खीष्टमा परिपक्व'' बनाउन चेताउनी दिनु र सिकाउनु, हामी युवा अगुवाहरूको ठूलो सौभाग्य हो । एउटा परिपक्व विद्यार्थी चाँहि कस्तो हुन्छ त ?

परिपक्वता: हाम्रो आवश्यकताहरूका लागि येशूबाट पर्याप्त पाउने र अरूहरूका आवश्यकताहरूका लागि पर्याप्त बाँकि राख्ने ।

सुरूवात

विद्यार्थीहरूलाई यस्तो परिपक्वता तर्फ लिएर जाँदा, तल दिएका कुराहरू मनमा राख्यौं ।

- विद्यार्थीहरूलाई आफै हुर्कन दिनुहोस् । तपाईंले उनिहरूलाई हुर्कनका लागि उत्साह दिनसक्नुहुन्छ, तर जबरजस्ती भने गर्नसक्नुहुन्न ।
- विद्यार्थीहरू जीवन भरी नै परिपक्व हुँदै जान सकुन् भनेर, उनिहरूलाई चाहिने जगहरू बसालिदिनुहोस् । तपाईंले चेलापनमा हुर्काउनु भएको विद्यार्थीले कक्षा १२ पुरा गर्ने समयमा ऊ पूर्ण परिपक्व भएको देख्न आशा नगर्नुहोस् । परिपक्व हुने क्रम त कहिले रोकिदैन । तपाईंको विद्धार्थी तुरून्तै परमेश्वरले चाहानुभएको जस्तो हुन्छ भनेर पनि आशा नगर्नुहोस् ।
- विद्यार्थीहरू तिनवटा वातावरणमा परिपक्व हुँदैजाँदछन् - ठूलो समूहमा, साना झुन्डमा र दुई-दुई जानाको जोडी । यी तिनै वातावरणहरूको आ-आफ्नै महत्व छ ।
- यो कुरा जानिराख्नुहोस्, विद्यार्थीहरूलाई हुर्कन सहायता गर्न तपाईं लगाएत उनिहरूको अभिभावक, शिक्षकहरू, मण्डलीका अरू सदस्यहरू, परिवारजन र साथीहरूको पनि भुँमिका हुन्छ । यी सबै मानिसहरूले कसरी यो हुर्किने प्रक्रियामा सहभागी हुनसक्छन् भनेर विचार गर्नुहोस् ।

परिभाषा र संशोधन

परिपक्व विद्यार्थी कस्तो हुन्छ भनेर परिभाषा गर्न, परमेश्वरको वचनमा समय बिताउनुहोस्, उहाँको स्वर सुन्नुहोस् र कस्तो विद्यार्थी तपाईंको युवा सेवकाईले निर्माण गरेको देख्न चाहानुहुन्छ, त्यसको निम्ति प्रार्थना गर्नुहोस् । तपाईंका विचारहरू यो पाठको अन्त्यमा भएको "एउटा चेलाको वर्णन" मा नोट गर्नुहोस् । तपाईंले यो वर्णन तयार पार्नु भएपछि त्यसलाई तलका बुँदाहरू प्रयोग गरेर संशोधन गर्नुहोस् ।

- यसलाई वास्तविकतामा आधारित गर्नुहोस् । समय सीमा र परिपक्वताको आधिकतम सीमाहरूलाई ध्यानमा राख्नुहोस् । परमेश्वरले जीवन परिवर्तन गर्नुहुन्छ भनेर सधैं विश्वास गर्नुहोस् तर तपाईंले निर्माण गर्नुहुने वर्णनलाई वास्तविकतामा सीमित गर्नुहोस् ।
- नबुझिने शब्द र वाक्यहरू स्पष्ठ गरी व्याख्या गर्नुहोस् । हरेक गुणको व्याख्या तपाईं लगाएत तपाईंको विद्यार्थीले बुझेको हुनुपर्दछ ।
- हरेक गुणलाई व्यवहारिक र नाप्न मिल्ने बनाउनुहोस् । पवित्र आत्माको शक्तिमा ती गुणहरू हासिल गर्न तपाईंको विद्यार्थीलाई उपाय पनि दिनुहोस् ।
- त्यस वर्णनलाई तपाईंको सामु राख्नुहोस् । यसले तपाईंलाई कार्यनिर्धारण गर्न र प्रगती नाप्न सहायता मिल्नेछ । यो वर्णनलाई तपाईंसँगै राख्दा, विद्यार्थीहरूको लागि तपाईंको दर्शन अरूहरूलाई बताउन सजिलो हुनेछ ।

चेलापनमा हुर्केको विद्यार्थी कस्तो हुन्छ भनेर तपाईं प्रष्ट हुनुभयो भने, तपाईंले आफ्नो युवा सेवकाईमा रहेका विद्यार्थीहरूको लागि परमेश्वरले के चाहानुहुन्छ भनेर प्रष्टसँग पत्ता लगाउनुहुनेछ ।

कार्य बुँदा - भाग १०

१. १ थेसलोनिकी १ अध्ययन गर्नुहोस् र चेलापनमा रहेको विद्यार्थीका गुणहरू पत्ता लगाउनुहोस् ।

२. १ थेसलोनिकी २ अध्ययन गर्नुहोस् र चेलापनमा विद्यार्थीहरूलाई हुर्काउनेका गुणहरू पत्ता लगाउनुहोस् ।

३. तपाईंले अहिले चेलापनमा हुर्काउदै गर्नुभएको वा हुर्काउन चाहानुहुने एउटा विद्यार्थीको नाम तल लेख्नुहोस् । तल रहेको ''चेलापनको वर्णन''लाई प्रयोग गर्दै, खीष्टमा विद्यार्थीलाई कसरी परिपक्व बनाउने भनेर यउटा चित्र मनमा राख्नुहोस् । तपाईंले चेलापनमा हुर्काउदै गर्नुभएको हरेक विद्यार्थीका लागि यो ''वर्णन'' प्रयोग गर्नुहोस् । यसले तपाईंलाई, म के गर्न खोज्दैछु भनेर प्रष्ट हुन सहायता गर्दछ । ''चेलापनको वर्णन''लाई पुनरावलोकन गरेर तपाईंले एउटा प्रश्नावली तयार गर्न सक्नुहुन्छ । यो प्रश्नावली हरेक विद्यार्थीलाई दिनुहोस् । उनिहरूको विचारलाई समाबेश गर्दै, तपाईंले उनिहरूका लागि आफ्ना लक्ष्यहरू व्यवहारिक र पुरा गर्नसकिने बनाउन सक्नुहुन्छ ।

४. तपाईंले यो वर्णन निर्माण गर्न पुरा गर्नुभए पछि, यसलाई नियमितरूपमा परिमार्जन गर्दै जानुहोस् । यसो गर्दा, तलका कुराहरू छुटेका छन् कि भनेर जाँच्नुहोस्:

- उसको जीवनबाट परमेश्वरको महिमा गर्ने इच्छा (१ कोरिन्थी १०:३१)
- सन्तुलित व्यक्तिगत जीवन जीउने इच्छा (मत्ती २२:३६-३८)
- उसको परिवारसँग जिम्मेवार र सकरात्मक भएर सम्बन्ध राख्ने इच्छा (एफिसी ६:४)
- सम्पूर्ण कुराहरू परित्याग गरेर, अहिले र भविष्यमा येशू खीष्टको सेवा गर्ने इच्छा (हितोपदेश ३:५-६)

५. कलस्सी १:२८-२९ कण्ठ गर्नुहोस् र परमेश्वरसँगको एकान्तको समय निरन्तर बिताउनुहोस् । (तपाईंले यो हप्ता मर्कूसको सुसमचार सिध्याउनुभएको हुनुपर्दछ !)

एउटा चेलाको वर्णन

....का लागि वर्णन   मिती:.................................

१ तिमोथी ३:२-७, १ पत्रुस ५:१-७, प्रेरित ६:३-५ र तितस १:७-९ को अध्ययन गर्नुहोस् । यी पदहरू र १ थेसलोनिकी १ र २ प्रयोग गरेर तलका प्रश्नहरूको उत्तर खोज्नुहोस् । तपाईंको उत्तरमा कम्तिमा पनि एउटा पदको प्रयोग गर्नुहोस् ।

- यो चेलाको निम्ति परमेश्वरको जीवनकाल लक्ष्यहरू के हुन् ?

- परमेश्वरले उसको जीवनमा के-कस्ता व्यक्तिगत चरित्रहरू (आत्मिक, मानसिक, शारीरिक, र सामाजिक) भएको चाहानुहुन्छ ?

- परमेश्वरले उसलाई आफ्नो परिवार (बाबु-आमा, दाजुभाई-दिदिबहिनीहरू) सँग कस्तो सम्बन्ध राखेको चाहानुहुन्छ ?

- परमेश्वरले उसलाई आफ्ना साथीहरूसँग कस्तो सम्बन्ध राखेको चाहानुहुन्छ ?

- परमेश्वरले उसलाई विपरित लिङ्गका मानिसहरूसँग कस्तो सम्बन्ध राखेको चाहानुहुन्छ ?

- यस चेलाका लागि परमेश्वरका आशाहरू र सपनाहरू के हुन् ?

भाग ११

विद्यार्थीहरूलाई परामर्श

तपाईंको युवा झुन्डको एक जाना विद्यार्थीले तपाईलाई राती फोन गर्दछ। ऊ एकदम दुखीजस्तो सुनिन्छ, र उसले आफ्नो बुवासँगको झगडा बारे तपाईंलाई भन्दछ। रिसको झोंकमा ऊ घरबाट नजिकैको होटेलमा बियर पिउन जान्छ। बियरले माते पछि घर फर्कने क्रमा, उसको गाडी रूखमा ठोकिन पुग्छ। त्यसपछि उसले आफ्नो बुवालाई लिन आउनुस् भनेर बोलाउँदछ। डराएको र अलमलिएको मुद्रामा उसले तपाईंलाई सहायताका लागि फोन गरेको हुन्छ। तपाईंले यस्तो परिस्थितिमा के गर्नुहुन्छ ?

माथि दिईएको उदाहरण जस्तै आवस्था, र अरू विभिन्न समस्यहरूमा भएका विद्यार्थीहरूलाई कसरी परामर्श दिने भनेर, आधारभुत सिद्धान्तहरू र व्यवहारिक सुजावहरू हेरौं। हामीले निश्चय पनि परामर्शको बारेमा सबै कुराहरू एउटा पाठमा सिक्नसक्दैनौ, तर परामर्श दिने कामको लागि, हामीले आधारभुत कुराहरू भने सिक्नसक्दछौं।

परामर्शको उद्देश्य

येशूले यो प्रतिज्ञा गर्नुभयो, उहाँलाई हामीले पछ्यौं भने हामीले भरिभराउ र संतुष्ट जीवन जीउनसक्दछौं (यूहन्ना १०:१०)। तर उहाँले ख्रीष्टियन जीवन चाँहि सजिलो हुन्छ भनेर भन्नुभएन। हामीहरू सबैले दुख, संकट, कठिनाई र मानसिक कष्ट अनुभव गर्दछौं। कुनै-कुनै परिस्थितीहरू झेल्न त हामीलाई असम्भव जस्तो लाग्नसक्छ। एक जना किशोर मानिसको जीवनमा यस्ता परिस्थितिहरू बारम्बार आउनसक्छ।

परामर्शका लागि आउने विद्यार्थीहरू धेरै जसो खुसी खोज्दछन्। ("मलाई यो परिस्थितिबाट छुटाउनुहोस् ताकि म खुसी हुनसकुँ।") तर हाम्रो लागि, परमेश्वरको अझ ठूलो लक्ष्य त, हामी पवित्र भएको देख्नु हो। पावल प्रेरितले भन्दछ, परमेश्वरको इच्छा हामीलाई उहाँको "पुत्रको रूपसमान बनाउने" हो (रोमी ८:२९)। परामर्शदाताको लक्ष्य चाँहि, विद्यार्थीहरूलाई येशूजस्तै हुन सहायता गर्ने हो, ताकि उनिहरू पवित्र हुनसकुन्। त्यस पछि, आशा गरौं, खुसी त स्वतह आउनेछ।

विद्यार्थीहरूको आधारभूत आवश्कताहरू

विद्यार्थीहरूको आधारभूत आवश्कताहरू नबुझी, उनीहरूलाई परामर्श दिनु, खुट्टा काट्नु पर्ने ठाँउमा, हेन्डीप्लास्ट मात्रै लगाउनुजस्तै हो।

विद्यार्थीहरूको आधारभूत आवश्कताहरू, *सुरक्षा* र *महत्वको अनुभुति* हो।

आवश्कताहरू बुझ्नका लागि, हामी संसारको सरूमा जाऔं। अदनको बगैंचामा आदम र हव्वाको व्यक्तिगत मुल्य-महत्व (पर्सनल वर्थ्) थियो। परमेश्वरले उनिहरूको यसरी हेरविचार गर्नुभएको थियो कि, उनिहरू सुरक्षीत र आफैलाई महत्वपूर्ण ठान्दथे। यी दुई गुणहरूका कारण, उनिहरूले आफ्नो व्यक्तिगत मुल्य-महत्वको अनुभव गर्दथे। मनिसको पतनपछि, उनिहरूले यो सुरक्षा र महत्वको आनुभव गुमाए। उनिहरू परमेश्वरसँग डराए, र एक-अर्कालाई दोष दिन थाले (असुरक्षा)। त्यसपछि उनिहरूलाई परमेश्वरले बगैंचाबाट निकाल्नुभयो, र उनिहरूले आफ्नो आत्मा-सम्मान गुमाए (महत्वहिन आवस्था)।

सुरक्षा र महत्वको अनुभव जस्ता आधारभुत आवश्कताहरू जोखिममा पर्दा, समस्याहरू उत्पन्न हुन्छन् । मानिसहरूले यस्ता आवश्कताहरू विभिन्न तरिकाले पुरागर्न खोज्दछन् । तल भएका प्रतिक्रियाहरू र त्यसका नतिजाहरूलाई हेर्नुहोस् ।

प्रतिक्रिया	नतिजा
मानिसको आधारभुत आवश्कताहरू *ख्रीष्टमा* पुरा भए ।	महत्व, सुरक्षा
मानिसको आधारभुत आवश्कताहरू *ख्रीष्टविना* पुरा भए ।	घमण्ड, विलास
मानिसको आधारभुत आवश्कताहरू केही पनि पुरा नभए ।	हिंसा, अनैतिकता

येशू ख्रीष्टमा विद्यार्थीहरूको मुल्य-महत्व स्थापना गरेर, उनिहरूको सुरक्षा र महत्वको अनुभवका आवश्कताहरू परामर्शद्वारा पुरा गर्ने हाम्रो इच्छा हो ।

विद्यार्थीहरूलाई समस्याहरू समाधान गर्न सहायता गर्ने

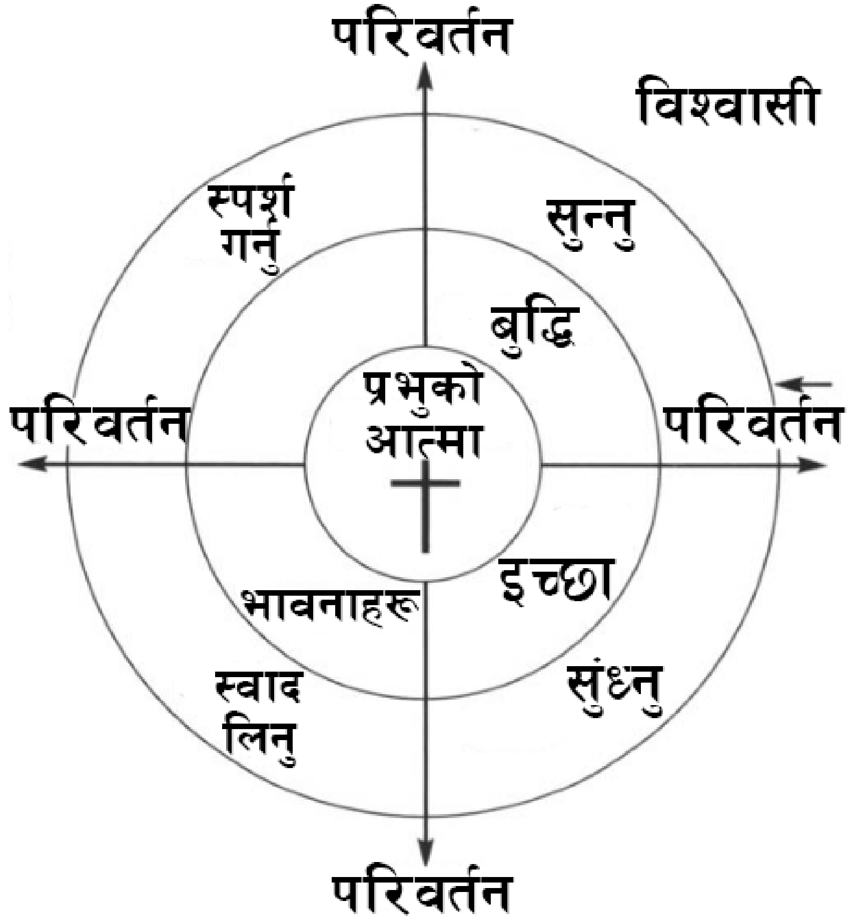
विद्यार्थीहरूलाई सहायता चाँहिने समस्याहरू के हुन्, र त्यो समस्याहरूको समाधान के हो भनेर बाईबलले व्याख्या गर्दछ । परामर्शमा आउने हरेक विद्यार्थीको, अन्तत एउटै समस्या हुनेगर्दछ, त्यो हो स्वार्थ । पावलले यस समस्यालाई ‘‘पुरनो स्वभाव’’ भनेर भन्दछ (एफिसी ४:२२) । जब एउटा विद्यार्थीले बाटो बिराउँदछ, उसको ‘‘पुरानो स्वभाव’’ले उसलाई नियन्त्रण गरेको हुन्छ । तल रहेको नक्शाले यो कस्तो हुन्छ भनेर भन्दछ ।

'पुरानो स्वभाव' भ्रष्ट भएको कारणले, यस पुरानो स्वभावलाई नहटाई मानिस कहिलै परिवर्तन हुनसक्दैन । यसकारण हामीले विद्यार्थीहरूलाई परामर्श दिँदा, पहिलो कदम, उनिहरूले येशू खीष्टलाई चिन्दछन् भनेर पक्का गर्नु हो । यो कुरा पक्का गरेपछि, उनिहरू यस्तो सम्बन्धमा प्रवेश गर्दछन्, जुन सम्बन्धले उनिहरूलाई पुरानो स्वभाव (स्वर्थ) त्यागेर, खीष्टमा भरोषा (महत्वको अनुभव र सुरक्षा) गर्ने बनाउँदछ ।

जब पुरानो स्वभाव शक्ति केन्द्रबाट हटाईन्छ, र पवित्र आत्मा आएर त्यहाँ बास गर्नुहुन्छ (रोमी ८:९), तब मानिसलाई परिवर्तन हुनसक्दछ । तलको नक्शाले यो कस्तो हुन्छ भनेर देखाउँदछ ।

यसैकारण, परामर्शका लागि विद्यार्थी आउँदा, हामीले येशूले उसको जीवनमा राज्य गर्नसक्नुहुन्छ, र यसले उसको जीवन परिवर्तन हुनसक्दछ भनेर बताउनुपर्दछ । यदि हामी समस्याको जड (पुरानो स्वभाव)सम्म पुग्न सकेनौं भने, हामी समस्याको सतहमा मात्रै सिमित हुँदछौं ।

यसको मतलव खीष्टयनहरूलाई कहिलै समस्या हुनुहुन्न भन्ने हो त ? होईन ! पुरानो स्वभावको पराजित भएता पनि, त्यसका अवशेषहरू भने बाँकी हुन्छन् । हामीले खीष्टियन विद्यार्थीहरूलाई यी समस्याहरूलाई सामना गर्न सहायता गर्नुपर्दछ ।



जड र फल

विद्यार्थीहरूले आफ्ना समस्याहरूको व्याख्या गर्दा सधैं जसो यी समस्याहरूको 'फल'का बारेमा कुरा गर्दछन्, जुन फल सतहमा हुन्छ । हामीले सतहमा रहेको समस्याको फललाई मात्रै सम्बोधन गर्दा, हामीले उनिहरूलाई सहायता गर्नसक्दैनौं । हामी समस्याको 'जड'मा जानुपर्दछ । समस्याको जडमा जानु भनेको, परामर्श प्रक्रियाको सबैभन्दा ठूको चुनौती हो । यो जड सधैं 'पुरानो स्वभाव'बाट आउँदछ । पुरानो स्वभावलाई पालनपोषन गर्दा विद्यार्थीको जीवनमा सधैं नकारात्मक प्रभावहरू पर्दछन् ।

"बियरले मातेर मैले बुवाको गाडीमा नोक्शानी पुर्याए ।", भन्ने विद्यार्थीले समस्याको 'फल'मा मात्रै आफ्नो ध्यान केन्द्रित गरेको हुन्छ । समस्याको पक्का समाधान त सतहभन्दा तल हुन्छ । हुनसक्छ उसको बुवाले उसलाई महत्व दिँदैनन्, उसका कुराहरू सुन्दैनन् र उसँग समय बिताउँदैनन् । करिब ९०% अवस्थामा विद्यार्थीहरूको समस्याको जड कसैबाट अस्वीकार गरिनु हुनेगर्दछ । विद्यार्थीको व्यवहार (फल) बाट केलाउदै गएर, हृदयको समस्या (जड) पत्ता लगाउनुहोस् ।

उदाहरणका लागि तल हर्नुहोस् ।

पुरानो स्वभाव (एफिसी ४:२२)

- *समस्याजन्य व्यवहार:* "बियरले मातेर मैले कारमा नोक्सानी पुर्याए ।" (गतल व्यवहार)
- *समस्याजन्य भावनाहरू:* "मैले मेरो बुबाले भन्नुभएको कुरा कहिले गर्नसक्दिन ।" (आफ्नो महत्व नभएको जस्तो भावनाहरू)
- *समस्याजन्य विचारहरू:* "मेरो बुवाले मलाई मनपराउनु हुँदैन । यदि उहाँले मलाई मनपराउने भए, मैले उहाँबाट गाली खादिन थिएँ । उहाँले मसँग नजिक हुनका लागि समय छुट्टाउनु हुनेथियो ।" (अस्वीकार गरिनु)
- *समस्याको जड:* "म बेकम्मा व्यक्ति हुँ ।" (व्यक्तिगत महत्व हराएको)

समस्याहरूलाई जरैबाट उखेल्ने

हामीले समस्याहरू कसरी पत्ता लगाउने भनेर हेर्यौं । अब विद्यार्थीका समस्याहरूलाई कसरी जरैबाट उखेल्ने भनेर थाहा गर्न एफिसी ४:२२-२४ मा फर्केर जाऔँ ।

"नयाँ स्वभावलाई धारण" गरेर सुरुगर्नुहोस् (२४ पद) । हामीले खीष्टलाई ग्रहण गरेको दिनदेखि, कपडाहरू पहिरिए जस्तै, नयाँ स्वभाव धारण गर्ने कार्य दिनदिनै गर्नुपर्दछ ।

"आफ्नो भित्री वर्तावमा नयाँ" कसरी हुने भनेर विद्यार्थीहरूलाई बुझाउनुहोस् (२३ पद) । हामीले मनमा नयाँ हुनका लागि केही व्यवहारीक कदमहरू विद्यार्थीहरूलाई दिन सक्दछौं ।

पापी सोच-विचारहरूको पहिचान गर्ने । उनिहरूलाई इमान्दार भएर आफ्नो दिमागमा नराम्रा सोच-विचार आउँदा स्वीकार्नलाई चुनौती दिनुहोस् ।

पापी सोच-विचारलाई ईन्कार गर्ने । उनिहरूले यस्ता खराब सोच-विचार दिमागमा आउँदा परमेश्वर सामु गएर यो कुरा स्वीकार्न सक्दछन् भनेर भन्नुहोस् ।

पापहरू किटान गर्दै स्वीकार्न, उनिहरूलाई उत्साह दिनुहोस् । परमेश्वर अगि देखाईने ईमान्दारिताले, समस्याको जडमा असर गर्नपुग्दछ । यो कुरा पनि उनिहरूलाई बताउनुहोस्, हामीले हाम्रा पापहरू अरूहरूको सामुने स्वीकार गर्दा निकोहुवाईको काम सुरुहुन्छ (याकूब ५:१६) । अझ समस्या नहोस् भनेर, पुरुषहरूले पुरुषहरूको सामु र महिलाहरूले महिलाहरूको सामु आफ्ना पापहरू स्वीकार्नुहोस् । १ यूहन्ना १:९ लाई उद्रित गर्दै, विद्यार्थीहरूलाई यो भन्नुहोस्, हाम्रा पापहरू हामीले स्वीकार गर्यौं भने, हामीले क्षमादान पाउँदछौं, किनकी येशूले यसको निम्ति क्रुसमा आफ्नो रगत बगाउनुभएको छ ।

- *गलत सोच-विचारलाई ठिक सोच-विचारले पुनस्थापित गर्ने ।* बाईबलबाट उनिहरूको समस्या प्रति परमेश्वरको धारणा के छ भनेर देखाउनुहोस् । उनिहरूले कुनै पद कण्ठ पारे भने, यसले उनिहरूलाई त्यो समस्याको सामना गर्न बल दिनेछ । उदाहरणका लागि, तपाईंको विद्यार्थीले उसको अभिभावकबाट ईन्कार गरिएको अनुभव गरेकोछ भने उसलाई यूहन्ना १५:१६ देखाउनुहोस् र परमेश्वरले हामीलाई कहिलै ईन्कार गर्नुहुन्न भनेर भन्नुहोस् । त्यसपछि कलस्सी ३:२० मा गएर, अब उसले आफ्नो बुवा-आमालाई कस्तो प्रतिक्रिया दिनुपर्दछ भनेर पत्ता लगाउनुहोस् । यी दुई पदहरू मध्ये एउटा कण्ठ पार्न उसलाई लगाउनुहोस् । उसलाई परमेश्वरको वचनमा लिएर जानुहोस् । तपाईंलाई समस्याको समाधान बाईबलमा काहाँ छ भनेर थाहा भएन भने, अरू कुनै अगुवा कहाँ गएर सोध्नुहोस् । समाधान पत्ता लगाउनुभए पछि विद्यार्थी काहाँ सकेसम्म चाँडो त्यो समाधान लिएर जानुहोस् ।
- ठिक सोच-विचारमा चिन्तन गर्ने । तपाईंका विद्यार्थीहरूलाई, मनमा रहन नहुने सबै कुराहरू शल्यक्रिया गरे जसरी ननिक्लिएसम्म, परमेश्वरको वचनमा ध्यान गर्न उत्साह दिनुहोस् । नकारात्मस सोच मनमा आउन खोज्दा, त्यसलाई सकारात्मक सोचमा परिवर्तन गर्न उसलाई चुनौती दिनुहोस् । उसलाई "जे कुरो सत्य छ, जे कुरो आदरणीय छ, जे कुरो न्यायसङ्गत छ, जे कुरो शुद्ध छ, जे कुरो प्रेम-योग्य छ, जे कुरो कृपामय छ, यदि केही श्रेष्ठता, प्रशंसाको योग्य केही छ भने यी नै कुराका विचार गर्न" सिकाउनुहोस् । (फिलिप्पी ४:८)

यसको नतिजा: विचार परिवर्तन गरे पछि सकारत्मक भावनहरू आउनेछन् । उनिहरूले *महत्व* र *सुरक्षा*को अनुभव गर्नेछन् । खीष्टमा रहेको "नयाँ स्वभाव", सोच्ने नयाँ तरिका, र नयाँ किसिमका भावनाहरू उनिहरूमा भएपछि, विद्यार्थीहरूले "पुरानो स्वभाव"लाई पन्छ्याएर, नयाँ स्वभाव सजिलै धारण गर्नसक्दछन् । *परमेश्वरले यो गर्नुहुनेछ !*

सारंशमा, विद्यार्थीहरूलाई परामर्श दिँदा हामीले समस्याजन्य व्यवहार (फल) बाट सुरू गर्छौं र त्यस भित्र गहिराईमा गएर, समस्याको जड (पुरानो स्वभावले प्रभाव पारेका जडमा भएका सोच-विचारहरू) लाई पत्ता लगाउदछौं । जब यो जडलाई हामीले नयाँ स्वभावले पुनस्थापित गर्दछौं, तब समयमा सकारात्मक विचारहरू र सकारात्मक भावनाहरू सिर्जना हुन्छन् जसले सकारात्मक व्यवहार उत्पन्न गराउँदछ ।

नयाँ स्वभाव (एफिसी ४:२४)

- *समाधानको जड:* "नयाँ स्वभावलाई धारण गर, (ख्रीष्ट)" - एफिसी ४:२४ (व्यक्तिगत मुल्य-महत्व)
- *सकारात्मक सोच-विचार:* "आफ्नो भित्री वर्तावमा नयाँ होओ ।" - एफिसी ४:२३ (मनमा नयाँ हुने)
- *सकारात्मक भावनाहरू:* "...र परमेश्वरको स्वरूपमा साँचो धार्मिकता र पवित्रतामा सृष्टि भएको..." - एफिसी ४:२४ (महत्व र सुरक्षाको भावना)
- *सकारात्मक व्यवहार:* "यस कारण झुट त्यागेर..." - एफिसी ४:२५ (ठिक व्यवहार)

विद्यार्थीहरूलाई परामर्श दिने कार्य सजिलो छैन ! यसको लागि समय र परिश्रम चाहिन्छ । तर जब हामीले समस्याको जडमा गएर, बाईबलिय आधार चलाएर समस्यालाई जरैबाट उखेल्छौँ, हाम्रा विद्यार्थीहरूको जीवनमा ठूलो परिवर्तन आउँदछ ।

कार्य बुँदा - भाग ११

१. तपाईलाई परामर्श दिनका लागि, मण्डली भित्रबाट तपाईं कसलाई विश्वास गर्नुहुन्छ ? त्यो व्यक्ति काहाँ जानुहोस् र तपाईंलाई परामर्श दिनका लागि उहाँलाई आग्रह गर्नुहोस् ।

२. समस्या भएको एउटा विद्यार्थीको नाम लेख्नुहोस् ।

३. तपाईंले नाम लेख्नुभएको विद्यार्थीलाई यस हप्ता भेट्ने समय मिलाउनुहोस् । यदि परिस्थितीले दियो भने, उसँग बिस्तारै समस्याको 'फल' र 'जड'का बारेमा कुरा गर्नुहोस् । विद्यार्थी तयार छ भने, उसँग समस्याको समाधान कसरी गर्ने भनेर हेर्नुहोस् ।

४. तपाईंको भेटघाटको परिणाम तल लेख्नुहोस् । विद्यार्थीको समस्याको 'फल' के हो ? रूखको नक्शा चलाएर विद्यार्थीको समस्याको 'फल' देखि 'जड'सम्मा जानुहोस् । अब फेरी रूखको नक्शा प्रयोग गरेर त्यस विद्यार्थीलाई उसको समस्या समाधान गर्नका लागि एउटा खाका तयार गर्नुहोस् ।

५. तपाईंको परामर्शदाता, अगुवा वा अगुवा समूहमा भएकासँग प्रश्ना ४ मा लेख्नुभएका कुराको मुल्यांकन गर्नुहोस् । तपाईंले उहाँहरूसँगको कुराकानीबाट के सिक्नुभयो ?

६. एफिसी ४:२२-२४ कण्ठ गर्नुहोस् ।

७. परमेश्वरसँगको दैनिक संगती गर्न नछोड्नुहोस् । (तपाईंले मर्कूसबाट बाईबल अध्ययन गर्ने केही छुटाउनु भएको छ भने यो हप्ता मर्कूस पढेर सिध्याउनुहोस्) तपाईंले मर्कूसको किताब पढेर सिध्याउनुभएको छ भने अर्को कुनै बाईबलको किताब पढ्न सुरूगर्नुहोस् वा तपाईंलाई अर्थपूर्ण लाग्ने बाईबलका खण्डहरू छानेर दिनदिनै पढ्नुहोस् । तपाईं अब आफै यो कुरा गर्नसक्नुहुन्छ । परमेश्वरसँग दिनदिनै समय बिताउने सकारात्मक व्यवहार तपाईंले निर्माण गर्नु भएकोछ !

भाग १२
सानो झुन्डको अगुवाई

तपाईं सानो झुन्डको अगुवाई गर्नुहुन्छ, तर तपाईंका विद्यार्थीहरू तपाईंका भनेका कुरा सुन्दैनन्, उनिहरूमा उत्साह छैन, र उनिहरू त्येस झुन्डमा रहन चाहँदैनन् । तपाईंले यस्तो एउटा मत्लव नै नराख्ने झुन्डलाई, कसरी जीवनका महत्वपूर्ण विषयहरूमा रूचि राख्ने बनाउनसक्नुहुन्छ ?

येशूले संसार बदल्ने आफ्नो योजना प्रकट गर्नुहँदा, उहाँले आफ्नो अधिकांस समय १२ जना चेलाहरूसँग बिताउनुभयो । उहाँले उनिहरूसँग मित्रता गाँस्नुभयो, आफ्नो हृदय र जीवन उनिहरूलाई दिनुभयो, र उहाँलाई पछ्याउनलाई उनिहरूलाई चुनौती दिनुभयो । येशूले विभिन्न तरिकाहरू र घटनाहरू प्रयोग गरेर, उनिहरूको आत्मिक ज्ञानलाई विस्तारै विकाश गर्नुभयो ।

आफ्नो चेलाहरूसँग समय बिताउने काम येशूको सेवकाईका लागि प्राथमिकता थियो । हो, उहाँले धेरैलाई सुसमाचार सुनाउनुभयो, रोगीहरूलाई निको पार्नुभयो र भुतहरू धपाउनुभयो, तर उहाँको मुख्य लगानी भनेको उहाँका चेलाहरूमा थियो । यो सानो झुन्डलाई उहाँले भन्नु भयो, "सारा संसारमा गएर सारा सृष्टिलाई सुसमाचार प्रचार गर ।" (मर्कूस १६:१५) र एउटै उद्देश्यमा एक भएका, र एउटै प्रेमले उत्साहित भएका ती चेलाहरूद्वारा परमेश्वरले मानव इतिहास नै परिवर्तन गर्नुभयो ।

नयाँ नियमले यो भन्दछ, हामीले येशूको जस्तै सेवकाई पाउँनसक्दछौं । उहाँले हामीलाई सुसमाचार प्रचार गर्नु, रोगीलाई निको पार्नु र भुत धपाउनु मात्र भन्नु भएन ! हामीले एक-अर्काको भार उठाउनुपर्दछ (गलाती ४:२), एक-अर्कालाई उत्साह दिनुपर्दछ (हिब्रू १०:२४-२५), अरूहरुको हित खोज्नुपर्दछ (फिलिप्पी २:४), र एक-अर्काको भलाई गर्ने चेष्टा गर्नुपर्दछ (१ थेसलोनिकी ५:१५) । यस्ता कुराहरू, ठूला(ठूला सभा वा झुण्डमा बिरालै हुनेगर्दछ । विश्वासीलो, समर्पित, र आत्मिकरूपमा परिपक्व चेलाहरू बनाउनका निम्ति गहिरा समन्धहरू उत्तपन्न हुने सानो झुन्ड चाहिन्छ भनेर येशूलाई थाहा थियो ।

येशूका दिनहरूका साना झुन्डहरू भन्दा, अहिलेका साना झुन्डहरू केही कमका छैनन् । जीवन परिवर्तन गर्ने साना झुन्डहरू ठिक तरिकाले चले भने, विद्यार्थीहरू येशू ख्रीष्ट र एक-अर्का प्रतिको प्रेममा परिपक्व हुँदै, गहिराईतामा जानेछन् ।

साना झुन्डहरूका लागि व्यवहारीक सिद्धान्तहरू

तल भएका आधारभुत सिद्धान्तहरूले हामीलाई मत्लव नराख्ने साना झुन्डहरूलाई, जीवित झुन्डमा परिवर्तन गर्न सहायता गर्नेछन् ।

झुन्डको उद्देश्य निर्धारण गर्नुहोस् । येशूले आफ्ना चेलाहरूलाई बोलाउनु हुँदा, उहाँले दुईटा उद्देश्य मनमा राखेर बोलाउनुभयो, १) उनिहरूले उहाँलाई पछ्याउनुपर्ने । २) उनिहरू "मानिसहरूका जालहारी" हुनुपर्ने । (मर्कुस १:१६-१७) । साना झुन्डहरू सुरू गर्दा वा अगुवाई गर्न सुरू गर्दा, हामीले यी दूई उद्देश्यहरूलाई मनमा राख्नुपर्दछ ।

ठूला कुराहरूको आशा गर्नुहोस् । धेरै जसो समूहमा ठूला कुराहरू तबसम्म हुँदैनन्, जबसम्म अगुवाले समूहको ध्यान सधैं अतिन्मको प्रतिफलमा राख्दैनन् । यसले समूहलाई सहि मार्गमा राख्दछ । मानिसहरू भेडा जस्तै हुन्छन् - सहि मार्ग निर्देशन बिना उनिहरू हराउँदछन् । परमेश्वरको उदेश्व हाम्रो मनमा प्रष्टसँग भयो भने हामीले झुन्डलाई ठूला कुराहरू तिर लिएर जानसक्दछौं । पवित्र आत्मा नै साँचो अगुवा हुनुहुन्छ भनेर सम्झनुहोस् । उहाँलाईसँग सहायता माग्नुहोस् र उहाँले झुन्डलाई शक्ति र उद्देश्य दिनुहुन्छ भनेर आशा गर्नुहोस् ।

झुन्डका सदस्यहरूलाई उत्साहा दिनुहोस् । चेलाहरू अलमल र निरउत्साहित हुँदा, येशूले उनिहरूलाई अलग्यै लैजानुहुन्थियो, र उहाँले गर्न खोज्नुभएको कुराहरू उनिहरूलाई बताउनुहुन्थियो । उनिहरू खुसी हुँदा, उहाँ पनि उनिहरूसँग खुसी हुनुहुन्थियो । उनिहरू निराश हुँदा, उहाँले ढाडस दिनुहुन्थियो । साना झुन्डहरू उत्साह दिनको लागि राम्रा ठाँउहरू हुन् । बाईबलले हामीलाई सिकाउँदछ, "एकभन्दा दुइ असल हो, किनभने तिनीहरूले आफ्नो कामको असल फल पाउनेछन् । यदि एउटा लोट्यो भने त्यसको मित्रले त्यसलाई उठाउन सहायता गर्छ । तर लोट्दा पनि उठाउने कोही साथी नहुने बिचरा !" (उपदेशक ४:९-१०)

झुन्ड भेटघाटको लागि तयारी

साना झुन्डहरू त्यसै चलदैनन् । हामीहरूले यसको सफलताका निम्ति प्रयाप्त तयारी गर्नुपर्दछ । तयारीका लागि तल भएका आधारभुत कुराहरुलाई हेर्नुहोस् ।

प्रार्थनासाथ तयारी गर्नुहोस् । तपाईले झुन्ड सुरू गर्न अगि, परमेश्वरले तपाईलाई ठिक व्यक्तिहरू दिउन् भनेर प्रार्थना गर्नुहोस् । झुन्ड सुरू गर्नुभएपछि, त्यहाँ भएका सबैका लागि लगातार प्रार्थना गर्नुहोस् । उनिहरूको आवश्यकताहरू ध्यानमा राखेर, उनिहरूको नाम लिएर प्रार्थना गर्नुहोस् । झुन्ड भेटघाटका बारे विचार गर्नुहुँदा, यो प्रश्न आफैलाई सोध्नुहोस्, "यो कसरी राम, हरी, सितासँग सम्बन्धीत छ ? उनिहरूसँग म कसरी सबैभन्दा प्रभावकारी रूपमा संवाद गर्नसक्दछु ?"

विस्तृतरूपमा तयारी गर्नुहोस् । झुन्डको भेटघाटका लागि योजना लेख्नुहोस् । हरेक मिनेट(मिनेटमा के गर्ने भनेर तयार गर्नुहोस् ताकी समय खेर नजाओस् । काहाँ भेट्ने भनेर पनि सोच्नुहोस् र भेटघाटका लागि सकेसम्म सकारात्कम वातावरणको सृजना गर्नुहोस् ।

विद्यार्थीहरूको व्यक्तित्वलाई ध्यानमा राखेर तयारी गर्नुहोस् । पूरै झुन्डलाई एकैचोटी भन्दा पनि, झुन्डका हरेकलाई व्यक्तिगतरूपमा वास्ता गर्नुहोस् । तपाईको आत्मियता र उत्साहले नै असल वातावरणको सृजना गर्दछ । उनिहरूले उप्ठ्यारो र डर मान्नुका साट्टो, त्यहाँ भएकोमा उनिहरू आनन्दित हुनेछन् । तपाईले उनिहरूलाई व्यक्तिगतरूपमा वास्था गर्नुहुन्छ भनेर उनिहरूले जान्नेछन् ।

समयमा रहने गरि तयारी गर्नुहोस् । यो भेटघाट कम्तिमा पनि एक घण्टाको हुनुपर्दछ तर दुइ घण्टा भन्दा लामो हुनुहुँदैन । समयको राम्रोसँग ख्याल गर्नुहोस् । समयको सकेसम्म धेरै फाइदा लिनुहोस् र निर्धारीत समयभन्दा बडी नजानुहोस् ।

झुन्ड भेटघाटका बेला

भेटघाट सुरू भएपछि, यी लक्ष्यहरू मनमा राख्नुहोस् ।

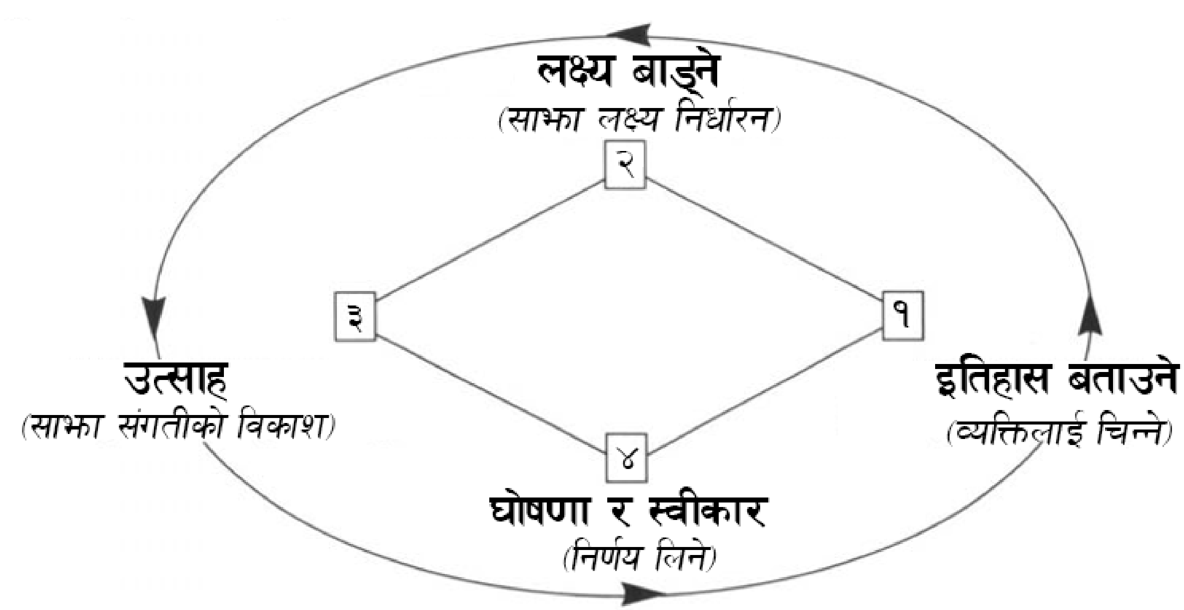
झुन्डका सदस्यहरूलाई इमान्दार हुन उत्साह दिनुहोस् । उदाहरण बसालेर अगुवाई गर्नुहोस् । तपाईं इमान्दार हुनुभयो भने उनिहरू पानि इमान्दार हुनेछन् । झुन्डमा तपाईंका कमजोरीहरू, असफलताहरू र चोटहरू साथ(साथै जीवनका सकारात्कम घटनाहरू र उदाहरणहरू बाँड्नुहोस् ।

व्यक्तिगत आवश्यकताहरूलाई ध्यान दिनुहोस् । धेरै जसो समूहमा रहेकाहरूले एक-अर्कालाई सहायता गर्दछन् । तर समूहको कोही एकदमै गाह्रो अवस्थामा छ (र उसले समूहको धेरै समय लिदैंछ) भने, उसलाई अरू सदस्यहरू प्रति पनि संवेदनशील हुनलाई सहायता गर्नुहोस् । उसको समस्याका बारे कुरा गर्न छुट्टै समय मिलाएर भेट्नुहोस् । यसो गर्नुभयो भने समूह, हप्ता भरीका लागि आफ्नो लक्ष्यहरूबाट अन्यथ जाने छैन ।

सदस्यहरूलाई व्यवहारिक निर्देशनहरू दिनुहोस् । हरेक पाठले विद्यार्थीहरूलाई आफूले सिकेका कुराहरू व्यवहारमा उतार्नका लागि सहायता गर्दछ । उदाहरणका लागि, तपाईंहरूले परमेश्वरसँग समय बिताउने बारे कुरा गर्दैहुनुहुन्छ भने, उनिहरूलाई तपाईंले कसरी परमेश्वरसँग समय बिताउनुहुन्छ भनेर उदाहरणहरू दिनुहोस्, प्रार्थनामा के गर्नुहुन्छ भनेर भन्नुहोस्, वा परमेश्वरको वचनमा कसरी चिन्तन गर्नुहुन्छ बताउनुहोस् । एक हत्पताका लागि हरेक दिन परमेश्वरसँग समय बिताउनका लागि उनिहरूलाई चुनौती दिनुहोस् । उनिहरूलाई हरेक हप्ता येशूलाई पछ्याउनका लागि सहायता हुने केही व्यवहारीक कुराहरू गर्न दिनुहोस् ।

समूहको प्रक्रिया

बेसबल खेलमा अंक हासिल गर्न खेलाडीले बललाई हिर्काएर चारवाट 'बेस'हरू वरिपरी दौडनुपर्दछ । सानो झुन्डमा पनि त्यतै चुनौती हाम्रो अगाडी हुँदछ । येशू खीष्टसँगको सम्बन्ध बारे महत्वपूर्ण निर्णयहरू लिएर अंक हासिल गर्दै, हामीले विद्यार्थीहरू र झुन्डको प्रगति गर्नुपर्दछ । तल रहेको नक्शाले यस प्रक्रियालाई व्याख्या गर्दछ ।



समूह भित्र बलियो व्यक्तिगत सम्बन्धहरूको विकाश

आत्मिकरूपमा परिपक्व हुँदैगर्दा समूहका सदस्यहरूले एक(अर्कासँग मित्रताको विकाश पनि गर्नुपर्दछ। तलका उपायहरूले उनिहरूलाई गहिरो मित्रताहरू विकाश गर्न सहायता गर्नेछ।

समूहिक लक्ष्यहरू र प्रतिवद्धताहरूको स्थापना गर्नुहोस् । मित्रताको एउटा राम्रो अर्थ भनेको “साझा लक्ष्यहरूबाट निर्माण भएका साझा अनुभवहरूको आदान-प्रादान” हो। जब लक्ष्यहरू पुरा हुन्छन् र प्रतिबद्धताहरू कायम राखिन्छन् , तब मित्रताहरू पनि फस्टाउँदछ।

एक-अर्कासँग समय बिताउनुहोस् । समूहमा रमाईलो गर्नुहोस्। झुन्डका सदस्यहरूका स्कूलका कार्यक्रमहरूमा भाग लिएर उनिहरूसँग व्यक्तिगत समय बिताउनुहोस्। तपाईंसँग कुनै सानो काममा उनिहरूलाई लिएर जानुहोस्, घुम्न जानुहोस् र विभिन्न क्रियाकलापहरू उनिहरूसँग गर्नुहोस्।

सुरूवातकर्ता हुनुहोस् । तपाईंको झुन्डकाहरूलाई उनिहरूको बारे प्रश्नहरू सोध्नुहोस, उनिहरूको रूचिहरू पत्ता लगाउनुहोस् र उनिहरूको क्रियाकलाप बारे जानकारी लिनुहोस्। तपाईंको बारेमा पनि यी कुराहरू बाड्नुहोस्। उनिहरूले के गर्दैछन् थाहा पाउनुहोस्। पहिले मित्र र दोस्रो अगुवा भएर, कुनै पनि अपेक्षाहरू बिना उनिहरूलाई स्वीकार गर्नुहोस्।

नजिक बस्नुहोस् । तपाईंले भेटघाट गर्नुहुने ठाँउलाई ध्यान दिनुहोस्। टाँसिएर बस्नुपर्ने कोठा भयो भने तपाईंहरूले अझ आत्मियताको अनुभव गर्नुहुनेछ।

शरीरको भाषालाई (अमौखिक संचार) बुझ्नुहोस् । मानिसहरूले हात बाँधेर बस्दा, खुट्टा चलाएर बस्दा, चनचलगर्दा, तपाई तिर नहेरेर अर्कै तिर फर्कदा, वा आँखा नचाउदा उनिहरूको रूचि हरायो भनेर बुझ्नपर्दछ। तर उनिहरूले ध्यान दिएर सुन्दा, अलि नजिक आँउदा, र आँखामा आँखा मिलाएर हेर्दा, उनिहरूलाई रूचि छ भनेर बुझ्नुपर्दछ। शरीरिक भाषालाई ध्यान दिनुहोस् र त्यस अनुसार तपाईंको शिक्षाको तरिका समायोजन गर्नुहोस्।

छल्नुपर्ने खतराहरू

समूहमा रहँदा यी खतराहरूलाई छल्नुहोस्। यदि यी मद्धे कुनै देखापरेमा, इमान्दार भएर त्यसको सामना गर्नुहोस्।

गुटबन्दीबाट बच्नुहोस् । साना झुन्डहरूमा गहिरो मित्रताको विकाश हुनेगर्दछ, तर एउटा स्वस्थ झुन्ड भने झुण्ड बाहिरकाहरूसम्म पनि पुग्दछ। नयाँ सदस्यहरूलाई समूहमा ल्याउन नसकेता पनि, विद्यार्थीहरूले आफ्ना साथीहरूलाई अरू कार्यक्रमहरूमा ल्याउनसक्दछन्।

चिन्ता नगर्नुहोस् । समूह सुरू हुने बेलाको उत्साह घट्दै गए पछि सदस्यहरूमा निराशा पलाउनसक्दछ। यस्तो हुँदा तपाईंले समूहलाई मुल्यांकनको समय दिनसक्नुहुन्छ। झुन्डको अवस्थाको बारेमा प्रश्नहरू सोध्नुहोस् र दुवै सकारात्मक र नकारात्मक प्रतिक्रियाहर दिनका लागि सबैलाई उत्साह दिनुहोस्। त्यस्तो अवस्थालाई मिलाउनका लागि के गर्ने भनेर सोध्नुहोस्। उनिहरूको सुजावहरू लागु गर्नुहोस्।

नआत्तीनुहोस् । तपाईंले समाधान गर्न नसक्ने कुनै समस्याको सामना गर्नुर्पयो भने, तपाईंको भ्रुन्डलाई भन्नुहोस्, ‘‘मैले यसको बारे विचार गरेर भन्नेछु ।‘‘ त्यस पछि तपाईंको पास्टर, युवा अगुवा, वा सक्षम व्यक्तिसँग समस्याको बारे परामर्श लिनुहोस् ।

सानु भ्रुन्डको अगुवाई गर्ने भनेको एकदमै चुनौतीपूर्ण, तर फलदायक अनुभव मद्धे पर्दछ। समूहमा रहदा विकाश भएका मित्रताहरू, र भ्रुन्डका सदस्यहरू जीवनमा आएका चुनौतीहरूले तपाईंलाई ठूलो सन्तुष्टी र आनन्द दिनेछ । पावल प्रेरितले यसलाई यसरी व्याख्या गरेको छ, ‘‘हाम्रा प्रभु येशू जब आउनुहुन्छ, त्यस बेला आनन्द वा गर्वको मुकुट तिमीहरू नै होइनौ र ? निश्चय हाम्रो गौरव र आनन्द तिमीहरू नै हौ ।’’ (१ थेसलोनिकी २:१९-२०)

कार्य बुदाँ - भाग १२

१. तपाईंले सानो भ्रुन्डको अगुवाई गर्दै हुनुहुन्छ भने, तपाईंलाई सहायता हुने पाँच सुजावहरू यस पाठबाट छान्नुहोस् । तिनीहरूलाई तल नोट गर्नुहोस् । आउने हप्ता तपाईंको भ्रुन्डमा कम्तिमा पनि एउटा सुजाव लागु गर्नुहोस् । नतिजाहरूलाई तल नोट गर्नुहोस् । हरेक हप्ता नयाँ सुजाव थप्नुहोस् । तपाईंले सानो भ्रुन्डको अगुवाई गर्नुभएको छैन भने, तपाईंलाई सानो भ्रुन्ड सुरू गर्न र अगुवाई गर्नका लागि सहायता हुने एउटा खाका तयार गर्नुहोस् । यसो गर्नुभएपछि तपाईं मौका आउँदा तयार हुनुहुनेछ ।

२. यस पाठ र यसभन्दा पहिलेको पाठमा भएका कुरा पुनरावलोकन गर्नुहोस् र आफैलाई यो सोध्नुहोस् - "मैले अगुवा भएर के कुरा सहि गर्दै छु ?" "मैले अझै सुधार गर्नुपर्ने कुराहरू के-के हुन् ?"

३. हिब्रू १०:२४-२५ कण्ठ गर्नुहोस् र बाईबल अध्ययन र प्रार्थनामा परमेश्वरसँग विश्वासयोग्य भएर दिनदिनै समय बिताउनुहोस् ।

छलफलका लागि निर्देशन

भाग १

१. परमेश्वरले मण्डलीको युवा संगतीको दर्शन बारे के भन्दै हुनुहुन्छ भनेर तपाईंको झुन्डलाई सोध्नुहोस् । यसको बारे हामीले के गरेको परमेश्वर चाहानुहुन्छ भनेर सोध्नुहोस् ।

२. हरेक सदस्यलाई कार्य बुदाँको प्रश्न २ को प्रतिक्रिया पढ्न लगाउनुहोस् । परमेश्वरले हामी को हौँ भनेर भन्नुहुन्छ ?

३. यो सोध्नुहोस्, *परमेश्वरको तपाईंका लागि उद्देश्यका कुन-कुन पक्षहरू, आम ख्रीष्टियनहरूका लागि पनि मिल्ने पक्षहरू हुन् ?*

४. हरेकलाई उनिहरूको जीवनको उद्देश्य पढ्न लगाउनुहोस् । यो सोध्नुहोस्, *तपाईंको जीवनको उद्देश्य अरूहरूको भन्दा कसरी फरक छ ?*

५. यो सोध्नुहोस्, *तपाईंद्वारा परमेश्वरले आफ्नो महिमा लिनुहुने सपना देख्नुहुँदा, तपाईंले कस्तो सपना देख्नुहुन्छ ?*

६. यो भन्नुहोस्, *परमेश्वरले तपाईंको जीवनमा आफ्नो उद्देश्य पुरागर्न थाल्नुभएको छ भनेर देखाउने एउटा उदाहरण दिनुहोस् ।*

भाग २

१. यर्मिया २९:११-१३ पढ्नुहोस् । "परमेश्वरलाई आफ्नो सारा हृदयले, आफ्नो सारा प्राणले र आफ्नो सारा शक्तिले प्रेम गर्नु", कसरी परमेश्वरले उनिहरूलाई "एउटा भविष्य र आशा" दिने कुरासँग मेल खान्छ भनेर हरेकलाई सोद्धनुहोस् ।

२. यो सोध्नुहोस्, *तपाईंको जीवनमा परमेश्वरको योजना वा आफ्नो योजना बीचमा छान्नु परेको कुनै त्यस्तो घटनाको बारेमा बताउनसक्नुहुन्छ ? तपाईंको प्रतिक्रिया कस्तो रह्यो ? व्यक्तिगत र विस्तृत हुनुहोस् ।*

३. यो सोध्नुहोस्, *येशूले सबैभन्दा ठूलो आज्ञा परमेश्वरलाई आफ्नो सारा हृदय, प्राण, मन र शक्तिले प्रेम गर्नुहो भनेर किन भन्नुभयो होला ?*

४. हरेकलाई आफ्नो वक्तिगत लक्ष्यहरूबाट आफ्नो आत्मिक लक्ष्यहरू बाँड्न लगाउनुहोस् । अरू लक्ष्यहरू (समाजिक, मानसिक, र शारीरिक) पनि बाड्न लगाउनुहोस् । तपाईंको समूह ठूलो छ भने, समय बचाउन, साना झुन्डहरूमा विभाजन गरेर काम गर्नुहोस् ।

५. जोडी मिलाएर यस हप्ता आफ्नो व्यक्तिगत लक्ष्यहरू पुरा गर्नका लागि पहिलो कदम के हो बताउन लगाउनुहोस् ।

६. जोडी मिलाएर आफ्ना समपूर्ण लक्ष्यहरूका लागि प्रार्थना गर्नुहोस् ।

भाग ३

१. यो सोध्नुहोस्, *येशूले आफ्नो छिमेकीलाई आफैलाई जस्तै प्रेम गर्नु दोस्रो ठूलो आज्ञो हो भनेर किन भन्नुभयो होला ?*

२. हरेकलाई आफ्नो परिवारका लक्ष्यहरू बाड्न उत्साह दिनुहोस् । त्यस पछि मित्रताका लक्ष्यहरू बाड्नुहोस् । यसो गर्न धेरै समय लागेमा, झुन्डलाई, साना झुन्डहरूमा विभाजन गर्नुहोस् ।

३. गत हप्ताको जोडीसँग रहनुहोस् । हरेकलाई पालै-पालो परिवार र मित्रताका लागि लक्ष्यहरू पुरा गर्न पहिलो कदम बाड्न लगाउनुहोस् ।

४. जोडीमा मिलेर आफ्ना समपूर्ण लक्ष्यहरूका लागि प्रार्थना गर्नुहोस् ।

भाग ४

१. हरेकलाई आफ्नो काम वा कार्यजीवनका लक्ष्यहरू बाड्न लगाउनुहोस् । त्यसपछि युवा सेवकाईका लक्ष्यहरू बाड्नुहोस् ।

२. गत हप्ताको व्यक्तिसँग जोडी मिलाउनुहोस् । हरेकलाई पालै-पालो काम र सेवकाईका लक्ष्यहरू पुरा गर्नका लागि पहिलो कदम बाड्न लगाउनुहोस् ।

३. यी लक्ष्यहरूका निम्ति सँगै प्रार्थना गर्नुहोस् ।

४. अब आउने पाठहरूका लागि सधैँभन्दा बडी समय लाग्नेछ भनेर जानकारी दिनुहोस् । हप्ताको सुरू देखिनै आउने पाठहरूमा काम गर्न उत्साह दिनुहोस् ।

भाग ५

१. छलफल गर्नुहोस्, *सन्तुलित जीवन जिउँदा केकस्ता चुनौतीहरू भोग्नुहुन्छ ?*

छोटकरीमा भन्नुहोस्, *सन्तुलित जीवन जिउने चुनौतीपूर्ण काम हो । र हामीले जीवनका लक्ष्यहरू, एक(वर्षिय लक्ष्यहरु निधार्ति गरेर, र त्यस लक्ष्यहरूलाई हाम्रो दैनिक कार्यतालिकाहरूमा नउतारेसम्म, हाम्रो लागि सन्तुलित जीवन एउटा सपना मात्रै हुनेछ ।*

२. आफ्नो एक(वर्षिय लक्ष्यहरूमा कसरी काम गर्ने भनेर आफ्नो झुन्डलाई देखाउनुहोस् । वाईट बोर्ड वा कुनै बोर्ड चलाएर, तपाईंले जीवनका लक्ष्यहरूलाई वार्षिक लक्ष्यहरूमा परितन गर्न लिनुभएका कदमहरूको खाका प्रश्तुत गर्नुहोस् ।

३. हरेकलाई आफ्नो जीवनकाल लक्ष्यहरूबाट तयार गरिएको एक(वर्षिय लक्ष्यहरू पुनरावलोकन गर्न समय दिनुहोस् र सुधार गर्नुपरेमा सो गर्न मौका दिनुहोस् ।

४. फेरि पनि पहिले कै जोडीमा बस्नुहोस् । सबै लक्ष्यहरू हेर्न समय नहुनेहुँदा, हरेकलाई तीन वा चार वटा लक्ष्यहरू बाड्न लगाउनुहोस् । हरेक लक्ष्य पछि यो सोध्नुहोस्, *के यो परमेश्वरको इच्छा हो ? यसलाई नाप्न सकिन्छ ? यो एक वर्षमा पुरा गर्नसकिन्छ ?*

५. यी लक्ष्यहरू पुरा गर्न, एक-अर्काका लागि उत्साह र शक्तिका लागि प्रार्थना गर्नुहोस् ।

भाग ६ (सामूहिक अध्यास)

युवा पास्टर वा मुख्य समूहको अगुवाले भेटघाट अघि तलका कुराहरू गर्नुपर्दछः

१. युवा सेवकाईका लागि दिर्घकालीन लक्ष्यहरू लेख्ने ।

२. दिर्घकालीन लक्ष्यहरू प्रयोग गरेर युवा सेवकाईका लागि एक-वर्षिय योजनाहरू तयार गर्ने ।

३. आउने वर्षका लागि कार्यक्रमहरू पात्रो चलाएर निर्धारन गर्ने । पात्रोमा एक-वर्षिय योजनाहरू कसरी पुरा गर्नुहुन्छ भनेर नक्शा कोर्नुहोस् । (याद राख्नुहोस्ः तपाईंले यी कुराहरूलाई पात्रोमा राख्नुभएको छैन भने, हुनसक्छ ती कुराहरू तपाईंले पुरा गर्नसक्नुहुन्न ।)

४. तपाईंले तयार गर्नुभएको पात्रो अनुसार एउटा तत्कालको लागि हप्ते कार्यतालिका तयार गर्नुहोस् ।

५. आउने हप्ताका लागि प्रस्तावित कार्यतालिका तयार पार्न सहयोग मिल्नका लागि दैनिक समय अभिलेख र आदर्श हप्ते कार्यतालिकाहरूको केही प्रतिहरू तयार गर्नुहोस् ।

समूहको भेटघाटको बेला

१. गएको हप्ता तयार गरिएका दिर्घकालीन लक्ष्यहरू, एक-वर्षिय लक्ष्यहरू र पात्रोको बारे छलफल गर्नुहोस् ।

२. उनिहरूलाई प्रेरणा दिने एउटा लक्ष्यका बारे बताउन हरेकलाई लगाउनुहोस् । त्यस लक्ष्यको छेउमा उसको नाम लेख्नुहोस् ।

३. हरेक व्यक्तिलाई आफ्नो युवा सेवकाईका लागि हप्ता भरिको कार्यतालिका कस्तो हुन्छ बताउन लगाउनुहोस् ।

४. उनिहरूको योजनाहरू पुरा गर्न तपाईंले के दिन सक्नुहुन्छ भनेर सोध्नुहोस् ।

भाग ७

१. गएको हप्ताको अभ्यासको सबैभन्दा रमाइलो पक्षको बारेमा बताउनुहोस् ।

२. आत्मिक वरदानहरूका बारेमा हरेकलाई एउट(एउटा बाईबलको खण्ड दिनुहोस् । उनिहरूलाई त्यो खण्ड पढेर वरदानहरू के-के हुन संक्षिप्तमा भन्न लगाउनुहोस् ।

३. आत्मिक वरदानहरूका बारे छलफल गर्नका लागि समय छुट्याउनुहोस् । धेरैले आत्मिक वरदानहरू बुझ्दैनन् । प्रश्नहरू सोध्न उत्साह दिनुहोस् । बाईबलमा केन्द्रित हुनुहोस् ।

४. हरेकलाई यी प्रश्नहरूको उत्तर दिनलगाउनुहोस्, *तपाईंलाई आफ्नो प्रेरणा (अनुग्रह) वरदान के हो जस्तो लाग्छ ? तपाईंको वरदान हाम्रो युवा सेवकाईमा कसरी प्रयोग गर्नसकिन्छ ? तपाईंले यो वरदानको अधिकतम प्रयोग कसरी गर्नसक्नुहुन्छ ?*

५. आफ्नो देब्रेमा भएको साथीका लागि प्रार्थना गर्न लगाउनुहोस् । हरेकको आत्मिक वरदान परमेश्वरका महिमाका लागि युवा सेवकाईमा प्रयोग गरियोस् भनेर प्रार्थना गर्नुहोस् ।

भाग ८

(नोटः दुइ जनालाई बोलाउनुहोस् र उनिहरूलाई नाटक गर्न लगाउनुहोस् । नाटकमा एक जनाले अर्कोलाई ख्रीष्टसम्म डोराएको हुन्छ ।)

१. हरेकलाई सुसमाचार सुनाउने कार्यमा उनिहरूको सबैभन्दा ठूलो बाधा के हो बाड्न लगाउनुहोस् र उनिहरूलाई यो किन बाधा हुनपुग्यो भनेर उसलाई भन्नुहोस् ।

२. कुनै अविश्वासी विद्यार्थीसँगको संवाद कस्तो थियो भनेर भन्न सबैलाई उत्साउ दिनुहोस् ।

३. दुइ जनालाई नाटक गर्न लगाउनुहोस् जसमा एक जना अविश्वासीले ख्रीष्टलाई ग्रहण गर्दछ । (तपाईंले *येशू जस्तो कोही छैन* भन्ने पर्चा चलाउन सक्नुहुन्छ ।)

४. जोडी बनाउनुहोस् र यो नाटक बारे छलफल गर्नुहोस् ।

५. अब जोडीहरू फरिदिनुहोस् । नयाँ जोडी बनाउदा, सुसमाचार सुनाउने काममा अनुभवी भएको र अनुभव नभएकोलाई जोडी बनाईदिनुहोस् । यस जोडीलाई उनिहरूको “प्रार्थना शक्ति समूह” सूचीमा भएको कोहीलाई भटेर कुरा गर्न लागि, आउने हप्ता समय मिलाउन लगाउनुहोस् ।

६. दुइ-दुइ जनाको समूहमा उनिहरूको “प्रार्थना शक्ति समूह सूची”को ख्रीष्ट चाहिने कसैका लागि प्रार्थना गर्नुहोस् । यस हप्ता भट्न सकिने कसैका लागि प्रार्थनामा केन्द्रित हुनुहोस् ।

भाग ९

१. छलफल गर्नुहोस्: *नयाँ विश्वासीहरूलाई अनुगमन गर्दा हाम्रो भुमिका के हुनुपर्दछ ?*

२. एउटा अनुगमनको कक्षाको नक्कल गर्नुहोस् । दुइ जनाको समूहमा बस्नुहोस् । पहिले एक जनाले कक्षाको अगुवाई गर्नुहोस् र दोस्रो चोटि अर्को व्यक्तिले अगुवाई गर्नुहोस् । अनुगमनमा बस्नेले अगुवाई गर्नेलाई नयाँ विश्वासीले सोध्न सक्ने प्रश्नहरू सोध्नुहोस् ।

३. यो सोध्नुहोस्: *नयाँ विश्वासीलाई अनुगमन गर्नका लागि, तपाईंलाई यो समाग्री प्रयोग गर्न सजिलो लाग्छ ? लाग्दैन भने, किन लाग्दैन ?*

४. अविश्वासी विद्यार्थीहरूलाई ख्रीष्टमा ल्याउने र अनुगमन गर्ने प्रभावकारी योजना तपाईंको युवा सेवकाईमा छ वा छैन छलफल गर्नुहोस् । यदि छैन भने, ब्यारी सेन्ट क्लेएरको *सुरूवात* भन्ने किताब र “परिपक्वता तिर बड्दै” श्रीङ्खला चलाउनुहोस् । अनुगमका लागि समाग्रीहरूको नमुनाहरू उपलब्ध गराउनुहोस् ।

भाग १०

१. तपाईंको समूहमा यस्तो एउटा विद्यार्थीलाई सम्झनुहोस् (जसलाई धेरैले चिन्नुहुन्छ), जो ११-१२ कक्षा पढ्दा तपाईंको मण्डली जाँद थियो र अहिले १२ कक्षा पास गरिसक्यो । छलफल गर्नुहोस, *तपाईंको विचारमा उ ''चेलापनमा हुर्किएको'' विद्यार्थी हो ? तपाईं कुन आधारले हो वा होईन भन्नुहुन्छ ?*

२. १ थेसलोनिकी १ को अध्ययनबाट समूहलाई चेलापनमा हुर्किएको विद्यार्थीको गुणहरूको सूची बनाउन लगाउनुहोस् ।

३. १ थेसलोनिकी २ को अध्ययनबाट समूहलाई चेलाहरूलाई हुर्काउने अगुवाको गुणहरूको सूची बनाउन लगाउनुहोस् ।

४. 'चेलाको वर्णन'बाट तपाईंको युवा संगतीले विद्यार्थीहरुको जीवनमा विकाश भएको देख्न चाहाने, पाँच वटा गुणहरूको सूची बनाउनुहोस् । तपाईं ती पाँचवटा गुणहरू किन छान्नुभयो ? समूहमा छलफल गर्नुहोस् ।

५. छलफल गर्नुहोस्, *हाम्रा युवा संगतीका विद्यार्थीहरूमा ती गुणहरूको विकाश गर्नका लागि अगुवा टोलीले र व्यक्ति-व्यक्तिले के गर्नुपर्दछ ?*

भाग ११

(नोटः यो पाठ अगुवाई गर्न, तपाईंले मान गर्नुहुने ख्रीष्टियन परामर्शदातालाई बोलाउनसक्नुहुन्छ ।)

१. एउटा काल्पनिक वा सत्यमा आधारित परामर्श दिनुपर्ने आवस्थाको नाटक गर्नुहोस् । (उदाहरणका लागिः एउटा केटी गर्ववती छिन् र उसले तपाईं काहाँ आएर गर्वपतन गर्ने वा नगर्ने भनेर सोध्छ ।)

२. त्यस केटीलाई कसरी परामर्श दिने भनेर समूहलाई सोध्नुहोस् । तल दिएका प्रश्नहरू चलाउनुहोस्स

यस समस्याको "फल" के हो ?
हामीले उसको समस्याको "जड" कसरी पत्ता लगाउने ?
उसको समस्याको समाधानहरू के-के हुनसक्दछ ?
तपाईंले उसलाई एउटा समाधान देख्न र त्यो लागु गर्न कसरी सहायता गर्न सक्नुहुन्छ ?
उसलाई समस्याबाट निस्कनका लागि कसरी सहायता गर्न सक्नुहुन्छ ?
समस्याको समाधान भयो भनेर तपाईंलाई कसरी थाहा हुन्छ ?
उसलाई दिर्घकालीन सहायता चाहिन्छ ?

३. यशैया ११:१-३ एक-अर्काका लागि प्रार्थना गर्नुहोस् । विद्यार्थीहरूलाई परामर्श दिनका लागि येशूमा भएको जस्तो आत्मा दिनुहोस् भनेर परमेश्वरसँग प्रार्थना गर्नुहोस् । ''फल'' बाट समस्याको ''जड'' सम्म जानका लागि परमेश्वरले तपाईंलाई ज्ञान र समज दिउन् भनेर प्रार्थना गर्नुहोस् ।

नोटः अर्को हप्ताको तयारीका लागि छलफलका प्रश्नहरू अहिले नै हेर्नुहोस् । सबैले एक-अर्काका लागि मायाको चिनो स्वरूप उपहार ल्याउने हो भने, सो गर्न यहि हप्ता भन्नुहोस् ।

भाग १२

१. तल भएका पात्राहरूलाई एक अगुवाले शिक्षा दिन कोशिश गरिराखेको एउटा नाटक खेल्नुहोस्स

नर्स नेली (कसैले आफ्नो समस्या बाँड्दा उसले हरेक चोटी "ठिकै छ" भनेर भन्दछ ।)

उत्तर एन्डी (उसँग हेरक प्रश्नको उत्तर छ ।)

शान्त स्याम (उसले कहिलै केही बोल्दैन ।)

दबाउने ड्यानी (उ जहिले बोली बस्दछ ।)

यी पात्रहरू चलाएर केही बेर नाटक गर्नुभए पछि, हरेक पात्रलाई कसरी सम्हाल्ने, छलफल गर्नुहोस् ।

२. यो हप्ता सानो झुन्डको अगुवाई गर्दा, तपाईंले पाउनुभएको "तीन उत्कृष्ट अन्तर्दृष्टिहरू" के हुन् ?

३. हरेकलाई यस सानो झुन्डमा रहेर पाएका दुइ ठूला फाइदाहरू के-के हुन् भनेर सोध्नुहोस् ।

४. एक जनालाई छान्नुहोस् र अरूहरू सबैलाई उसको बारेमा सबैभन्दा असल कुरा के हो भनेर भन्न लगाउनुहोस् । यसरी समूहका सबै जनाले पालै-पालो छानेर आशिष पाउने मौका दिनुहोस् । (तपाईंले यो बल चलाएर पनि गर्नसक्नुहुन्छ । पहिलो व्यक्तिले उसले कुरा गर्न लागेको व्यक्तिलाई बल पास गर्छ र कुरा सकिसके पछि बल क्रमश अर्को व्यक्तिको मा जान्छ ।)

५. एउटा विकल्पः सबैलाई सानो मायाको चिनो स्वरूप उपहार ल्याउन लगाउनुहोस् र आफूलाई उत्साह दिने कसैलाई त्यो उपाहर दिन लगाउनुहोस् । एक जनाले एउटा मात्रै उपहार पाउँदछ ।

६. प्रार्थना गर्दा हरेक माथि हात राखेर परमेश्वरको आशिस मागिदिनुहोस् । एफिसी ३:१४-१९ र फलिपी १:९-११, दुवै खण्ड वा दुइ मद्धे एक उनिहरूको निम्ति प्रार्थना गरिदिनुहोस् । उनिहरूले सिकेका कुराहरू चलाएर आफ्नो युवा सेवकाई अझ प्राभावकारी भएको होस् भनेर परमेश्वरसँग प्रार्थना गरिदिनुहोस् ।

७. यो सोध्नुहोस्, *अब हामी यहाँबाट काहाँ जाने ?*