शिष्यता के अनिवार्य तत्व

आत्मिक अगुवाई के लिए अनिवार्य तत्व
अध्ययन कुँजी

छोटे समूहों की अगुवाई करना
अध्याय 4: छोटे समूहों में स्वस्थ व आपसी सम्बन्धों को प्रोत्साहित करना

परिचय

छोटे समुहों की अगुवाई करना नामक यह अध्याय शिष्यता के अनिवार्य तत्व मॉड्यूल का एक भाग है। इन अध्यायों का उददेश्य विकासशील अगुवों को कौशल व समझ द्वारा तैयाद करना है ताकि वे सफलता पूर्वक छोटे समूहों की अगुवाई कर सकें। छोटा समूह बाइबल अध्ययन या शिष्यता का समूह, या कोई दूसरे प्रकार का लधु समूह हो सकता है जिसे शिष्यता या सेवा के लिए इस्तेमाल किया जाता है। एक छोटे समूह के अगुवे के रूप में तैयार होने से दूसरों को सिखाने की योग्यता में आपको फायदा होगा और साथ ही साथ सभी लोगों को इस काम में बहुत मज़ा आएगा। यह मॉड्यूल वर्तमान काल में कलीसिया की अगुवाई में शामिल लोगों या छोटे समूह के सदस्यों के लिए तैयार किया गया है। कौन जाने कि एक छोटे समूह का सदस्य किसी दूसरे समूह की जिम्मेदारी का कार्य भार सम्भाले।

अध्ययन कुँजी का निमार्ण एक अगुवे के रूप में आपकी सहायता करने के लिए तैयार किया गया है। इन अध्यायों की रूपरेखा को www.dehindi.org पर प्राप्त "शिष्यता के अनिवार्य तत्व की अन्य सामग्री" के साथ उपयोग किया जा सकता है।

बाइबल के हवालों को पवित्र बाइबल, बाइबल सोसाइटी ऑफ इण्डिया (बी.एस.आई.) से लिया गया है। इन हवालों को प्रकाशित करने की अनुमति ली गयी है। इसके सारे अधिकार आरक्षित हैं।

अन्य सभी सामग्री © 2019 ट्रांस वर्ल्ड रेडियो कनाडा है, और इसका उपयोग किसी भी तरह से किया जा सकता है, जब तक आप इसका उपयोग मसीह के लिए दुनिया तक पहुंचने के उद्देश्य से करते हैं और सामग्री के उपयोग के लिए शुल्क नहीं लेते हैं। अधिक लाइसेंस विवरण देखें: www.discipleshipessentials.org/licensing

छोटे समूहों की अगुवाई करना

अध्याय 4: छोटे समूहों में स्वस्थ व आपसी सम्बन्धों को प्रोत्साहित करना

यह किस बारे में हैं

इस अध्याय का उददेश्य रिश्तों को सशक्त करने के द्वारा स्वस्थ छोटे समूह का निर्माण करना सीखना, तथा समूह में उत्पन्न होने वाले आपसी मुददों को सुलझाना है।

ताकि आप जान पाएं.....

बहुत सी कलीसियाएं कहेंगी कि उनके छोटे समूह 'स्वस्थ सम्बन्धों' को स्थापित करने के लिए ही ठहराये गये हैं। लेकिन इसका वास्तव में क्या अर्थ है? कैसे लोगों का एक छोटा समूह मिलकर धनिष्ठ मित्रता को स्थापित करता है? यह अध्याय आपको ऐसे ही कुछ प्रश्नों के उत्तर प्रदान करेगा। बाइबल हमें बताती है कि लोहा लोहे को तेज करता है–इसका अर्थ है कि हमारी संगति में पाये जाने वाले लोगे हमें बेहतर व्यक्ति बनने में सहायता कर सकते हैं। यह छोटे समूह की ताकत है– परन्तु किसी भी छोटे समूह की कमजोरी भी हो सकती है। 'एक हाथ दो और एक हाथ लो' की नियती के बगैर रिश्ते कमजोर और क्लेश, भय, और असुरक्षा उत्पन्न करने वाले बन सकते हैं। सबसे महत्वपूर्ण बात यह है कि हम एक दूसरे का बोझ उठाएं और एक दूसरे से प्रेम करें। इससे एक स्वस्थ समूह का पोषण होगा और उस मकसद को पूरा करेगा जिसके लिए वह समूह संगठित किया गया था।

शुरूआत करना

1. अपने सबसे घनिष्ठ मित्र के बारे में सोचें। आपके जीवन में ऐसी कौन सी घटना घटी जिसके कारण आपकी नज़दीकियां बढ़ गयी? अब आप उन नजदीकियों को बनाये रखने के लिए क्या कर सकते हैं?

2. क्या आप नये लोगों से दोस्ती करना पसन्द करते हैं, या आप अपने मित्रों के साथ में अपने जीवन की निजी बातों को साझा करते समय सतर्क रहते हैं? आपको कुछ और नये दोस्तों से क्या फायदा हो सकता है?

अध्ययन

➢ दूसरों के साथ संगति करना : कुछ ऐसे शब्द व वाक्य हैं जिन्हें मसीही जगत में नियमित तौर पर इस्तेमाल किया जाता है, लेकिन उनका मतलब संसार की समझ से बिल्कुल अलग होता है। 'संगति' ऐसा ही एक शब्द है,लेकिन यह बहुत जरूरी है कि जब हम मसीही सम्बन्धों के बारे में बात चीत करें तो उसके मतलब को भी समझें।

➢ प्रेरितों 2:42 पढ़ें और उन चार बातों को पहिचाने,जिनके प्रति शिष्यों ने अपने आप को समर्पित किया था:

➢ आपके विचार से शिष्यों ने ऐसा क्यों सोचा कि इन चार क्षेत्रों के प्रति समर्पित होना बहुत ज़रूरी है? 'सर्मपण' शब्द का अर्थ केवल शामिल होने से बढ़कर है; उन्हें इन बातों को करने की धुन सवार थी।

➢ आपके लिए संगति के क्या मायने हैं? यदि आप संगति करने के लिए समर्पित होते तो आपका जीवन कैसा होता?

सच्ची मसीही संगति समाज में बनाये गये सम्बन्धों का ही परिणाम है। संगति ऐसे मसीही लोगों का समूह है,जहां सभी को एक सी ही मान्यता मिली है और उनमें हर वस्तु साझे की है। इसके अर्न्तगत अपने भावनाओं और अनुभवों को आपस में साझा करना, दूसरों के बोझ उठाना, सामान्य लक्ष्य के लिए मिलकर काम करना, और अपनी चिन्ता करने से पहले समूह की भलाई की चिन्ता करना। संगति का अर्थ कलीसिया के सदस्यों के बीच में दोस्ती उत्पन्न करना, और उनके साथ एक परिवार के रूप में व्यवहार करना है। कलीसियाई देह बढ़ने पर, सारे सदस्यों के साथ धनिष्ठ सम्बन्ध बनाये रखना काफी कठिन काम बन जाता है। छोटे समूह का एक हिस्सा बनने से हम मण्डली के अन्य सदस्यों के साथ करीबी रिश्ते बना पाते हैं।

❖ **स्वस्थ सम्बन्ध:** यदि रिश्ते मज़बूत व स्वस्थ हों तो,एक छोटा समूह हमारे आत्मिक जीवन को धनी बनाने वाला स्रोत हो सकता है। यदि हमें पता चल जाये कि हमें समझाने वाला हमसे प्रेम करता है तो हम उसकी सलाह और सुझाव को मानने के लिए हमेशा तैयार हो जाते हैं। जब हम लोगों को गहराई से जान जाते हैं, तो यीशु का अनुसरण करते हुए हम उनके अनुभवों से सीखने लगते हैं।

➢ निम्नलिखित वचनों को पढ़कर बताएं कि वे स्वस्थ सम्बन्धों के बारे में क्या कहते हैं:

इब्रानियों 10:24-25	

नीतिवचन 27:17	
याकूब 5:16	
गलातियों 6:10	
कुलुस्सियों 3:11-13	

- **विश्वासियों की एकता:** एक समूह तभी सफल होगा जब उन्हें एक दूसरे संगति में आनन्द आएगा। यह एकता व खुशहाल संगति अगुवे के द्वारा एक लक्ष्य साध कर उत्पन्न की जा सकती है। निम्नलिखित तरीकों पर ध्यान दें जिनके द्वारा संगति को समूह का एक भाग बनाया जा सकता है:
  - **साझा किये गये कामः** कोई भी सामान्य योजना या लक्ष्य समूह की नजदीक आने में मदद करेगी। काम को बांटने के लिए सुझावः
    - किसी सेवकाई या योजना की सहायता करना(इमारत की मरम्मत करना, सेवा में सहायता करना)
    - अपने समान की सेवा करना (बीमारों या कैदियों से मिलने जाना, खाना बनाना, कपड़े बांटना, विधवाओं और बुजुर्गो की सुधि लेना)
    - सुसमाचार प्रचार सभा में सहायतार्थ सम्मिलित होना।
    - बाइबल की एक किताब को याद करना।

  ➢ इब्रानियों 13:16 एक दूसरे के साथ काम बांटने के बारे में क्या कहता है?

  ➢ क्या आप किसी और गतिविधी के बारे में सोच सकते हैं जो आपका समूह एक साथ मिलकर किसी ही सहायता करने को दर्शाने के उद्देश्य से कर सकें?

  ➢ **विरोधः** जब हम अपनी परेशानियों को आपस में बांटते हैं, तो हमें एक दूसरे के साथ धनिष्ठता महसूस होती है। यदि राजनैतिक या सामाजिक ताकतें आपके समाज में मसीहियों के लिए कठिनाई उत्पन्न कर रही हैं, इसका अर्थ है कि आप पहले से ही विरोध का सामना कर रहे हैं। बहुत से तरीके हैं जिनके द्वारा आप किसी मसीही साथी पर हो रहे सताव या विरोध के बारे में बता सकते हैं:
    - संसार भर में सताव सहने वाले मसीहियों के लिए प्रार्थना करना
    - समूह के अन्य लोगों के साथ बोझ व प्रार्थना निवेदन बताना।

- जिन सदस्यों को बिमारी है, नुकसान हुआ है, या किसी और प्रकार का बोझ है, उन लोगों के लिए व्यवहारिक सहायता करना
- ऐसी सेवकाईयों की सहायता करना जो पीड़ित तथा खतरनाक परिस्थिति में पाये जाने वाले लोगों की देखभाल करते हैं

➢ याकूब 1:2–4 पढ़ें और लिखें कि आप परेशानियों को बांटने के बारे में क्या सीखते है।

➢ और कौन से तरीके हैं जिनके द्वारा आप परेशानियों को आपस में बांट सकते हैं?

➢ **आनन्द मनाना:** जब हम किसी के साथ मिल खुशी को मनाते हैं तो इसका अर्थ है कि हम अपनी खुशी में एक दूसरे को शामिल कर रहे हैं। हमें हमारे समूह के सभी सदस्यों के गुणों, आशीषों व जीवनों के लिए आनन्द मनाना चाहिए।

ध्यान दें:

- सामुहिक रूप में जन्मदिन, शादी की वर्षगांठ, ग्रैजुएशन समारोह इत्यादि को मनाना।
- एक साथ मिलकर राष्ट्रीय या धार्मिक अवकाश का आनन्द लें।
- अलग अलग उपलक्ष्यों पर मिलकर भोजन करना– कोई व्यक्ति लोगों को खाने पर बुलाकर मेज़बानी का आनन्द उठा सकता है, या सब लोग अपने अपने घर से भोजन लाकर एक साथ बैठकर खा सकते हैं।
- मनोरजंन से भरपूर किसी गतिविधी में शामिल होकर एक दूसरे को बेहतर ढंग से जानना।

1 कुरिन्थियों 10:31 क्या कहता है ?

➢ एक समूह के रूप में आप और किन तरीकों से आनन्द मना सकते हो?

➢ **सराहना करना:** हम सभी को सराहना की ज़रूरत होती है, इसलिए समूह के लोगों को एक दूसरे की सराहना करनी चाहिए। यह बहुत ज़रूरी है कि हम एक दूसरे को स्वीकार करें व एक दूसरे को प्रोत्साहित करने वाले शब्दों के साथ सराहें।

- समूह में सहयोग देने के लिए एक दूसरे का धन्यवाद करें।
- हर एक सदस्य के वरदान को पहिचाने, और समूह में उन वरदानों को इस्तेमाल करने का मौका प्रदान करें।

- कोई जन दूसरे जन की किस बात में तारीफ करता है, उसे प्रगट करने का मौका प्रदान करें।

➢ निम्नलिखित वचन सराहना व प्रोत्साहन को प्रगट करते हैं। इनका क्या परिणाम हुआ?

प्रेरितों 15:30-32	
1 **थिस्लुनिकियों** 5:11	
फिलिप्पियों 4:8	

➢ आप आज किस व्यक्ति को प्रोत्साहित कर सकते या सराह सकते हैं?

❖ **लेन देन करें:** किसी भी स्वस्थ रिश्ते में आदान प्रदान की प्रक्रिया काम करती है। आदान प्रदान करने की क्रिया बराबरी की होनी चाहिए–कई बार हम बोलते हैं और दूसरा हमारी बात सुनता है लेकिन जब वे बोलें तो हमें सुनना जरूरी है। कई बार जब हमें जरूरत होती है तो वे हमारी जरूरतों को पूरी करते हैं, लेकिन बाद में हमें भी अवसर मिलता है कि हम भी अपनी उनकी सहायता कर सकें।

➢ जब कोई व्यक्ति कठिन समय से होकर गुजरता है, और उसकी जरूरतें बढ़ती ही चली जाती है, उस समय पर एक स्वस्थ समूह अधिकाई से देना पसन्द करता है।

➢ हमारे मन उन लोगों की वजह से कठोर हो जाते हैं जो जीवन भर लेते तो रहते हैं परन्तु देते कभी नही। हमें कठिन समयों पर एक दूसरे को प्रेम करना सिखाने के साथ साथ, जितना सम्भव हो सकते रिश्तों में सन्तुलन बनाये रखने के लिए भी प्रोत्साहित करना चाहिए।

➢ एक मजबूत व स्वस्थ समूह को एक दूसरे के प्रति स्वभाव, भरोसे व अनुग्रह से पहिचाना जाता है। उदाहरण के लिए, आकर्षक समूह के निम्नलिखित लक्षण होगें:

- वे अपने विचारों में सच्चे व ईमानदार होते हैं
- दूसरों की सुनते हैं
- अपने परेशानियां बताते हैं तथा कमज़ोरियों तथा पापों का अंगीकार करते है।
- क्षमा मांगते व क्षमा करते हैं।
- बिना रक्षात्मक रवैय्या धारण किये संशोधन को स्वीकार कर लेते हैं।
- वे अपने व्यवहारिक कामों के द्वारा प्रेम प्रगट करते हैं तथा अपने प्रति आपके प्रेम व देखरेख को स्वीकार करते हैं।
- दूसरों के अधीन हो जाते हैं
- परमेश्वर पर निर्भर रहते हैं
- उत्तरदायी होते हैं तथा दूसरों को उत्तरदायी रखते हैं।
- जोखिम उठाकर, कुछ नया करने का प्रयास करते हैं।

- जब लेन देन के मामले में रिश्तों में कोई सन्तुलन नहीं होता, तो उन रिश्तों में जल्दी ही खटास आ जाती है। जिसके परिणाम स्वरूप समूह का सदस्य लगातार तनाव, भय उत्पन्न करने वाला या लगातार विरोध करने वाला व्यक्ति बन जाता है। अगर आप ऐसा होते देखते हैं तो अगुवे के लिए यह बिल्कुल उचित समय है कि वह आकर व्यवहार में परिवर्तन लाने के लिए लोगों को प्रोत्साहित करें।

❖ **अस्वस्थ रिश्तों के साथ निपटना :** यदि कोई जन आपके समूह में अनुचित व्यवहार कर रहा है तो एक अगुवा होने के नाते यह आपकी जिम्मेदारी है कि उस परिस्थिति में अपने अधिकार का इस्तेमाल करें। याद रखें कि जिन लोगों के साथ यह अनुचित व्यवहार किया जा रहा है उन्हें प्रेम किये जाने की जरूरत है, क्योंकि हो सकता है कि इस व्यवहार की वजह से लोगों को दूसरे रिश्तों में भी चोट पहुंची हो।

- **अस्वस्थ सम्बन्ध को दर्शाने वाले कुछ लक्षणः** आपका लक्ष्य ऐसे सकारात्मक रिश्तों को प्रोत्साहित करना है जहां लोग सुरक्षित महसूस होने वाले माहौल में सीखकर बढ़ सकें। जब वह आजादी खतरे में पड़ जाती है तो समूह की सक्रियता खत्म हो जाती है। इन लक्षणों पर नज़र रखें:

  - समूह के लोग एक व्यक्ति को नज़रअन्दाज़ करने लगते हैं।
  - समूह के लोग अपने व्यक्तिगत विचारों को साझा करने में रूची नहीं लेते।
  - समूह में लोगों की उपस्थिति कम होने लगती है
  - सामूहिक सभा को जिस मकसद से प्रारम्भ किया गया था उस पर कोई बात न होकर, एक ही व्यक्ति की समस्याओं पर चर्चा हो रही है।
  - चर्चा का समय ज्यादातर बहस या वाद विवाद में बदल जा रहा है।

- कौन से ऐसे व्यवहार हैं जो समूह में भरोसे को नाश करके, रिश्तों को मुश्किल बना सकते हैं?

- **सलाह :** कई बार लोगों के साथ गलत व्यवहार करने वालों का सामना करना जरूरी हो जाता है। जब यह बात स्पष्ट हो जाए कि वे सहयोग देने से कहीं ज्यादा मांग करते हैं, या उनकी वजह से समूह की सेहत पर बुरा असर पड़ रहा है, तो उनके साथ निजी तौर पर मिलना अच्छा है।

  - उनके लिए प्रार्थना करें।
  - दोष लगाने की बजाय प्रश्न करते हुए मुददे पर चर्चा करें।
  - उनके इस व्यवहार के परिणाम के बारे में जरूर बताएं
  - उन्हें उनकी सीमाओं के बारे में भी जरूर बताएं।
  - उनकी समस्या को बाइबल आधारित समाधान बताएं।
  - यदि बात बहुत बढ़ जाए तो ऐसे हाथों में उनको सौंप दें जो वास्तव में उनकी सहायता कर सके
  - यदि आप उनके व्यवहार में कोई सुधार देखें तो सराहें व सहयोग दें।

- **कठिन निर्णय लेनाः** अगुवा होने के नाते आपको समूह तथा उसमें पाये जाने वाले प्रत्येक व्यक्ति का ख्याल रखना जरूरी है। लेकिन जब यह बात आपके सामने स्पष्ट हो जाए कि किसी एक व्यक्ति के कारण समूह को चला पाना मुश्किल हो रहा है तो आप उस व्यक्ति से समूह छोड़कर जाने के लिए कह सकते हैं। यह कदम केवल तब उठाया जाना चाहिए जब उस व्यक्ति को समूह की तरफ से काफी सहयोग मिला हो और उसको समझाने के लिए किसी अन्य पासबान या सलाहकार की सहायता ली जा चुकी हो, और फिर भी उनमें बदलने के कोई आसार नज़र न आ रहे हों। (उदाहरण के लिए, यदि वे लगातार बाइबल की सच्चाई के खिलाफ बहस करते रहें और उनमें बदलने की इच्छा नजर न आये, तो उनके लिए बाइबल अध्ययन में बैठने से कोई लाभ नहीं है।)

- **महत्वपूर्ण व सुरक्षित महसूस करना:** दूसरे लोगों के साथ संगति करने के लिए हमें सुरक्षित और महत्वपूर्ण महसूस होना जरूरी है। यह भावना हमें अपनी असली पहिचान बताने तथा उन मुददों को साझा करने में मदद करती है जिससे हम संघर्ष कर रहे होते हैं। जब हम अकेले होते हैं तो यह दिखावा करना आसान होता है कि पाप हम पर प्रभुता नहीं कर रहा है, लेकिन जब हम नियमित तौर पर दूसरों के साथ मिलना पसन्द कर देते हैं, तब धीरज व स्वेच्छा के साथ हमारा त्यागपूर्ण ढंग से प्रेम करना परखा जाता है। छोटा समूह परमेश्वर के ज्ञान व मसीह की समानता में बढ़ने के लिए उपयुक्त स्थान है। इस बढ़ौत्तरी के लिए सही माहौल बनाने से हमें बहुतायत से फल प्राप्त होता है।

साराषं

- संगति मसीही जीवन का एक महत्वपूर्ण भाग है। सच्ची मसीही संगति समाज में पाये जाने वाले रिश्तों का ही परिणाम होता है।
- छोटे समूह के लिए स्वस्थ सम्बन्धों को प्रोत्साहित करना महत्वपूर्ण है। लोग बहुत से अनुभवों की वजह से एक दूसरे के साथ जुड़ते हैं जैसे काम को साझा करना,विरोध, आनन्द मनाना और सराहना।
- अच्छे सम्बन्धों में लेन देन की प्रक्रिया सक्रिय रहती है। यदि कोई जन बिना सहयोग किये हमेशा दूसरों से लेता ही रहता है, उसका परिणाम अस्वस्थ सम्बन्ध होगा।
- एक समूह का अगुवा होने के नाते, हमें अपने समूह की सेहत पर नज़र रखनी चाहिए और जरूरत पड़े, तो किसी व्यक्ति को दूसरों के साथ अपने रिश्ते सुधारने के लिए सलाह भी दी जा सकती है।

चिन्तन करें

1. हमारे लिए छोटे समूह का भाग बनना क्यों जरूरी है? हम समूह में ऐसा क्या खास सीखते हैं जो हम कभी अकेले नहीं सीख सकते ?

2. आपके जीवन का कौन सा भाग अस्वस्थ हो रहा है? आप उन्हे स्वस्थ बनाने के लिए क्या कर सकते हैं?हर एक रिश्ते को बहाल कर पाना हमेशा सम्भव नहीं है, परन्तु प्रार्थना, धीरज और प्रेम बहुत तरीकों से हमारी सहायता कर सकता है।