

जीवन आदर्श

उस हृदय से जीना जो आपको यीशु ने दिया

मसीही जीवन के आवश्यक तत्व

दोहराना 2000 - R

द्वारा

जेम्स जी. फ्राइसन, पी.एच. डी. ई. जेम्स विल्डर, पी.एच.
डी., ऐन्नी एम. बैयरलिंग, एम. ए, रिक कोपेक, एम.ए.,
एण्ड मेरिबेथ पूल एम. ए.

YWAM
पब्लिशिंग

YWAM पब्लिशिंग यूथ विद ए मिशन की पब्लिशिंग सेवकाई की एक शाखा है। यूथ विद ए मिशन एक अन्तर्राष्ट्रीय संस्था है जो कि मसीहों की विभिन्न धाराओं से आती है जो कि यीशु मसीह को इस पीढ़ी में प्रस्तुत करने के लिये समर्पित है। इस उद्देश्य की पूर्ति के लिये YWAM में तीन क्षेत्र हैं। विशेष प्रयत्न किया है। वे हैं ट्रेनिंग, इवेन्जिलिसम और मर्सी मिनिस्ट्री।

YWAM Publishing

P.O. box 13001, St. Thomas Mount,
Chennai 600 016

Tamilnadu, South India

उस हृदय से जीना जो आपको यीशु ने दिया

जेम्स जी. फ्राइसन, पी एच डी.ई जेम्स विल्डर, पी. एच. डी.,
ऐन्नी एम. बैयरलिंग, एम. ए., रिक कोपेक, एम.ए. और
मेरिबेथ पूल एम.ए.

First Hindi Edition

Copyright @ 2009 shepherd 's house, Inc.

ISBN:

Published by

YWAM Publishing

P.O. box 13001. St. Thomas Mount, Chennai 600016

Tamilnadu, South India

इसमें पवित्र बाइबल से पद लिये गये हैं: जो कि बेन्गलूर स्थित
बाइबल सोसायटी आफ इन्डिया के द्वारा प्रकाशित की गई है।

Printed at: Sunitha Printers, Chennai - 14

जीवन आदर्श क्या है?

शेपर्ड हाउस एक मसीही काउन्सलिंग क्लीनिक है जो कि दक्षिण कैलिफोर्निया में स्थापित है जो कि पिछले 30 सालों से 1970 से कार्यरत है। हमने टूटे, ताकतवर, रचनात्मक, डरे हुये, उलझन में पड़े और बुद्धिमान लोगों को हमारे ऑफिस में आते हुये देखा है। हमने सदमों के भयानक प्रभाव को भी देखा है। तो परमेश्वर के पुनःस्थापित करने की अद्भुत सामर्थ को भी देखा है। उसके परिणाम स्वरूप हमे जीवन की “बड़ी तस्वीर” के कुछ महत्वपूर्ण सत्यों को सीखने के भी अवसर प्राप्त हुये हैं।

जीवन आदर्श ने इन सभी सत्यों को एक साथ पिरोकर समझने में आसान एक ढांचे में ढाला है। यह जन्म से मृत्यु तक के मनुष्य के अनुभव को नापता है। और प्रायोगिक मार्गदर्शन देता है कि हम जीवन के हर स्तर है किस प्रकार भरपूरी प्राप्त कर सकते हैं। और किस प्रकार हम उन बाधाओं के प्रभाव को कम कर सकते हैं जो हमें भरपूर जीवन जीने हैं हमे बाधा पहुंचाती है।

जीवन आदर्श एक सिद्धान्त केवल नहीं है- यह एक नमूना या आदर्श है। जीवन आदर्श केवल बढ़ने के बारे में बात नहीं करता है। यह परिपक्व होने के लिये प्रायोगिक कदम भी सुझाता है। जीवन आदर्श बहाली को केवल प्रोत्साहित न ही करता है। बल्कि यह सदमों से ठीक होने के तरीकों को पहचानता है। और अन्त में जीवन आदर्श केवल एक पाठ्य सामग्री नहीं है। यह आपको बदलने और बढ़ने की चुनौती देती है, जिसके लिये आपको सृजा गया है।

यदि मसीही जीवन का कोई अर्थ निकलता है। तो वह दूसरों की सेवा करने और लोगों के साथ जीवनदायी रिश्ते बनाने हैं और उनके जीवन में परमेश्वर की सामर्थ को स्थापित करने में है। आप जैसे-जैसे इस पुस्तक को पढ़ते जायेंगे, परमेश्वर की बुद्धि और मार्गदर्शन को मांगिये और प्रार्थना-पूर्वक सोचिये कि यह सामग्री किस प्रकार आपके और आपकी कलीसिया समुदाय में लागू होती है। परमेश्वर से मांगियें कि वह आपको अपना छुटकारा दे, जब आप अपनी परिपक्वता के लिये प्रयत्नशील है। जैसे-जैसे आप आगे के पृष्ठों में सीखेंगे कि दो तत्व ऐसे हैं जो आपके व्यक्तिगत जीवन को हर दिन धनी बनायेंगे और दूसरों की सेवा करने में आपकी क्षमता को और प्रभावशाली बनायेंगे।

लेखकों के विषय में

जेम्स जी. फैराइसेन, पी एच.डी एक लाइसेन्स प्राप्त मनोचिकित्सक है। और साथ ही लाइसेन्स प्राप्त मिनिस्टर है। जिन्हें 18 वर्ष का क्लीनिकल अनुभव है। जिन्हें बहुआयामी व्यक्तित्व विकार और विच्छेदन विकारों के इलाज में पथ-प्रदर्शक माना गया है। जिम एक अन्तर्राष्ट्रीय वक्ता और तीन पुस्तकों के लेखक भी है। अनकवरिंग द मिस्ट्री ऑफ एम. पी. डी., मोर दन सरवाइवर, कन्वरज़न विद मल्टीपल पर्सनालिटी क्लाइन्ट और टूथ एबाउट फाल्स मेमोरी सिन्ड्रोम। वह 27 वर्षों से अपनी विवाहित है। उनकी पत्नी माउरिन है। साथ ही वे दो युवा बच्चों के पिता भी है।

इ. जेम्स विलडर, पी. एच. डी. एक लाइसेन्स प्राप्त मनोचिकित्सक है। और साथ ही एक अभिषिक्त मिनिस्टर है। जिन्हें 17 सालों का क्लीनिकल अनुभव है। उन्हें परिपक्वता के क्षेत्र में और पुरुषों के विषयों एवं पिता की भूमिका के ज्ञान का निपुण माना जाता है। जिम भी अन्तर्राष्ट्रीय वक्ता है। जिन्होंने तीन पुस्तकें लिखी हैं: स्टेजस आफ मैन्स लाइफ, ए गाइड फार मैन और विमन; राइट आफ पैसेजस, द रेड ड्रगन कास्ट आउट। वह और उनकी पत्नी 27 वर्षों से विवाहित है। उनके जो अपने बच्चे और दो आत्मिक दत्त बच्चे हैं और एक पोता भी।

ऐन्नी एम. (सोरेनसन) बैयरलिंग एम. ए. एक रजिस्टर्ड विवाह और परिवार थेरेपिस्ट इन्टर्न है। जिनको काउन्सलिंग में दस साल का अनुभव है। उन्होंने परिपक्वता, सदमा बहाली और वैवाहिक काउन्सलिंग में विशेषज्ञ है। ऐन्नी कान्फ्रेन्स और वर्कशाप के लिये

सब की पसन्दीदा वक्ता है। कुछ समय पहले तक वह हाई स्कूल की अध्यापिका और एडमिनिसट्रेटर थी। वह अभी दो छोटे बच्चों की मां और वह और उनके पति रेन्डी सात वर्ष से विवाहित है।

रिक कोपेक एम. ए. एक विवाह और परिवार के लाइसेंस प्राप्त थेरेपिस्ट है। जिन्हें 12 वर्षों का अनुभव प्राप्त है। उन्होंने पुरुष की पहचान सम्बन्धित विषयों में यौन लत, डिप्रेशन, पितृत्व और पुनः परवरिश के ऊपर विशेषज्ञता हासिल की है। रिक एक बहुत ही रूचिकर वर्कशाप और रिट्रीट प्रस्तुतकर्ता है। वह और उनकी पत्नी 27 सालों से विवाहित है। उनके दो खुद के बच्चे और बहुत से आत्मिक दत्त लिये बच्चे हैं।

मेरीबेथ पूल एम. ए. एक पास्टरल काउन्सलर है जिन्हें 15 वर्षों का तर्जुबा है। आप शैतानिक विधि विधान से उत्पन्न होने वाले उत्पीडन, बहाली, विच्छेदित पहचान के विकार और घनिष्ठता की विशेषज्ञ है। मेरीबेथ एक प्रसिद्ध वर्कशाप और कान्फ्रेंस प्रस्तुतकर्ता है। वह नाइजीरिया के एक मिशनरी परिवार में बड़ी हुई है। और बाद में उन्होंने किशोर लड़कियों के आवासीय समूह में डायरेक्टर के रूप में काम किया है। उन के दिल में वास्तव में जखमी लोगों के लिये बोझ है और वह उनके बीच में काम करने का वरदान उन्हें प्राप्त है।

Shepherd House
P.O Box 40096
pasadena CA 91114 USA
Telephone 626 794- 3670

विषय सारणी

किसे पढ़ना चाहिये	11
आप कहाँ बढ़ रहे हैं	12
अध्याय 1: पूर्णता	15
हमें काउन्सलर की जरूरत क्यों है	15
चिकित्सा काफी नहीं है	20
परिवार और समाज विफल हो सकते हैं	23
लोगों को चंगा होने के लिये लोगों की जरूरत है	24
परमेश्वर का भाग और हमारा भाग	25
हृदय, जीव, और मस्तिष्क एक साथ काम करते हैं	26
पूर्णता शीघ्र नहीं पाई जा सकती है	27
अतीत की बातों को पीछे छोड़ देना	30
एक टूटे संसार में, पूर्णता को प्राप्त करना	34
आनन्द की सामर्थ	35
आनन्द का निर्माण करना	37
बहाली और जीवन	39
सारांश	40
प्रेम बन्धन बनाम भय बन्धन	42
अध्याय 2: परिपक्वता	45
भय बन्धन और प्रेम बन्धन	47
भय बन्धन को प्रेम बन्धन में बदलना	49

एक गाँव और एक परिवार	52	दत्त लिये जाने के स्तर	129
परिपक्वता के स्तर	52	आत्मिक दत्त की समस्याओं के लिये तैयार रहना	133
विभिन्न स्तरों के बीच का अवस्थान्तर	61	आत्मिक दत्त लिया जाना कैसा दिखाई देता है	137
वृद्धि, टूटापन और परिवर्तन चक्र	62	यह सेवकाई में कैसे लागू होता है	139
लोग कैसे परिपक्व होते हैं	65	अपनेपन को सुधारने के लिये निर्देश	140
परिपक्वता सूचक सारणी	67		
परिपक्वता, बहाली और अपनापन एक साथ काम करते हैं	76	अध्याय 5: आपका हृदय	141
आपके परिपक्वता प्रक्रिया में फंसने की स्थिति से बाहर निकलना	79	सच्चा ज्ञान और झूठा ज्ञान	142
अध्याय 3: बहाली	81	एक स्वस्थ हृदय	144
हमारा मस्तिष्क सदमों में किस प्रकार हमारी मदद करता है	83	अपने हृदय की विशेषताओं को जानना	145
आनन्द की नींव डालना	84	मानवीय जन्मजात कमी	148
सदमों के प्रकार	94	हृदय और सार्क	151
आवश्यक अच्छी बातों की अनुपस्थिति: पहले प्रकार के सदमे	94	अपने सार्क से लड़ाई जीतना	154
पहले प्रकार के सदमे	97	कब आप अपने हृदय को जानेंगे	158
बुरी बातें जो घटी - दूसरी प्रकार के सदमे	99	अपने हृदय से जीना	159
जख्म में चंगाई	102	एक नजर डालें कि आप कहाँ हैं	161
विभिन्न प्रकार की दरार	105	अध्याय 6: जीवन आदर्श को जीना	163
अपने विच्छेदन को जांचना	109	जीवन आदर्श के अनुसार एक कलीसिया कैसे दिखाई देती है	163
आत्मिक हस्तक्षेप	111	परमेश्वर के परिवार में जीना	169
झूठ की सार्मथ को तोड़ना	114	जीवन आदर्श के लिये बाईबल के आधार पद	171
बहाली में थम न जाने के लिये निर्देश	119		
अध्याय 4: अपनापन	121		
आत्मिक दत्त लिया जाना	123		
जीवन परिवर्तन करने वाला प्रकाशन	128		

यह किसे पढ़ना चाहिए

यह कलीसिया के अगुवों के लिए और कलीसिया समुदाय के जख्मी लोगों के लिए है। हम अगुवों को लक्षित करते हैं क्योंकि किसी भी मजबूत अगुवे को यह जानना जरूरी है कि किस प्रकार सेवा की जानी चाहिए। सेवा करने के लिए, एक अगुवे को लोगों को समझना जरूरी है और यह कि कितनी आसानी से लोगों के हृदय को चोट पहुंचती है। यीशु ने लोगों की सेवा करने को अपने जीवन का प्रथम ध्येय माना। उसने उनके साथ बातें की, उनके साथ चला, उनके साथ खाया, उनके साथ रहा। वह उनके चोटों का जानता था। और उनके टूटे हृदयों को चंगा करने के लिए उसने हकीकत में अपना जीवन भी दे दिया। वह अगुवों का भी बड़ा अगुवा था। हमारे अगुवों को उसके उदारहण का अनुसरण करना और पीड़ितों और बलहीनों की त्याग के साथ सेवा करनी चाहिए।

हम पीड़ितों के लिए भी लिखते हैं। यह वह समूह है जिनकी लम्बे समय तक अनदेखी की गई और जिन्हें बुरी तरह से नकारा गया। इनके लिए हम हार्दिक चिन्तित हैं क्योंकि इस वजह से कई खूबसूरत आत्माओं को तिरस्कृत किया गया और यह ही कलीसिया की बड़े पैमाने में पतन का कारण हुआ। आप जैसे इस पुस्तक का अध्ययन करते हैं। आप पायेंगे कि *आदर्श जीवन* एक भिन्न वातावरण को उत्साहित करता है। यह वह वातावरण है जहाँ पीड़ित को भी एक व्यक्तित्व को दर्जा दिया जाता है जो कलीसिया के दिन-प्रतिदिन के जीवन है। अपना योगदान दे सकते हैं।

शैपर्ड हाउस में हमारी हार्दिक इच्छा यह है कि हम कलीसिया समुदाय को और भी अधिक प्रभावशाली होते हुए देख सकें। यह जानने के लिए कि कलीसिया पीड़ित लोगों के लिए क्या कर रहा है। हमने देशीय स्तर पर एक सर्वेक्षण का आयोजन किया और कलीसियाओं के नमूनों को चुना। हमने पाया कि जब वे पीड़ित लोगों के लिए अलग से कार्यक्रम चलाते हैं, जो कुछ दिनों के बाद बन्द हो जाते हैं और फिर खत्म हो जाते हैं। लेकिन जब कलीसिया पीड़ित लोगों को अपने ठोस परिवार में खींच लेती है। और उन्हें अपना लेती है तो एक अदुभुत वातावरण विकसित हो जाता है। जिसे “सहक्रियता” कहते हैं। सहक्रियता उसे कहते हैं जब दो तत्व मिलते हैं और वे एक दूसरे की प्रभावशालिता को बढ़ते हैं। कलीसिया में लोग को शक्ति नई स्तर तक बढ़ जाती है। जब बलवन्त और बलहीन दोनो मिल जाते हैं। कलीसिया को पीड़ित की जरूरत है और पीड़ितो को कलीसिया की। सहक्रियता और भी अधिक बढ़ जाती है, जब दोनों समूह यीशु के दिये हुए हृदय से जीवन जीते हैं।

आप कहाँ बढ़ रहे हैं

आप परिपक्वता की ओर कहीं तो पहुँच रहे हैं। वहाँ पर निसंदेह अनजानी परेशानियाँ होंगी लेकिन आप को और भी आगे जाना है। लेकिन निराश न हों क्योंकि आपकी मंजिल आज आपकी सोच से कहीं ज्यादा उत्तम होगी।

यदि आप अपने हृदय से जीवन जीते हैं, उस हृदय से जो यीशु ने आपको दी है। तो आपकी यात्रा अच्छी होगी।

जब आप अपने चोटों में जी रहे हैं तो आप अपने हृदय के विशिष्टताओं को नहीं समझ पायेंगे। जैसे परमेश्वर आपकी चोटों को चंगा करता है। और जब वह आपके जीवन के सभी क्षेत्रों में निर्मात्रित होता है। तब आप अपने हृदय के विशिष्टताओं को खोज पायेंगे। जो लोग आपको परमेश्वर की दृष्टि से देखते हैं, वे आपको बता सकते हैं कि आपका हृदय कैसा है। इसलिए इस बात पर गौर

करें कि वे आपके हृदय के बारे में क्या कहते हैं। और इसे आप अपने जीवन के मार्गदर्शिका के रूप है। उपयोग करें। जब आप अपने हृदय से जीते हैं तो आप वे बन जाते हैं जो आप वास्तव में है। आनन्द बढ़ जाता है और भय घट जाता है। जब आप अपने दैनिक गतिविधियों में बढ़ते हैं।

“स्वतन्त्रता” इस शब्द का उपयोग अक्सर यह प्रदर्शित करने के लिए किया जाता है कि अपने हृदय से जीने का अनुभव कैसा होता है और आपको परिपक्वता के मार्ग में आगे बढ़ने के लिए निश्चय ही स्वतन्त्रता की आवश्यकता है।

और जब आप उस मार्ग पर चल रहे हैं तो यह जरूरी है कि आप अकेलेपन या अलगाव से दूर रहें, आप जीवन की कठिनाईयों पर अकेले जीत नहीं पा सकते हैं। जब आप परिपक्वता में उन्नति करते हैं, तब आप दूसरों को भी मदद कर सकते हैं कि वे भी खोज निकालें कि किस प्रकार वे भी अपने हृदय से जीवन बिता सकते हैं। यह बहुत ही संतुष्ट करने वाला अनुभव होता है। आप उन लोगों को परिपक्वता में बढ़ने में सहायता कर बहुत ही गर्व अनुभव करेंगे और यह आपका भी विश्वास बढ़ायेगा कि आपकी खुद की यात्रा भी सही मार्ग पर है। आप पायेंगे कि दूसरे भी बढ़ रहे हैं जैसे आप बढ़ रहे हैं।

परमेश्वर को अनुभव करना, एक दूसरे को प्रेम करना और एक-दूसरे का बोझ उठाने में आप और भी अधिक धनी और स्वभाविक बन जायेंगे जब आप जीवन स्वीकार करना और दूसरों को देना सीख जायेंगे। *जीवन आदर्श* जीवन स्वीकार करना और देना, ऊँचे स्तर की परिपक्वता प्राप्त करना, उन घटनाओं के सदमे से चंगाई प्राप्त करना जिन्हें टाला नहीं जा सका, और परमेश्वर के आनन्द के संचालन के अधीन अपने जीवन को लाने के विषय में है। यह प्रक्रिया अकेले प्राप्त नहीं की जा सकती है। आगे के पृष्ठों में आप देखेंगे कि इसके लिए हमें परिवार और हमारे समाज की आवश्यकता है।

लोगों को यह जानने की जरूरत है कि वे कौन हैं। उन्हें उन लोगों के द्वारा जो उन्हें प्यार करते हैं और उन्हें जानते हैं। हमेशा याद दिलाते रहने की जरूरत है कि वे कौन हैं। उन्हें सुधार की जरूरत है, ताकि वे उस हृदय से जी सकें जो परमेश्वर ने उन्हें दिया है। यह ही इस टूटे संसार में पूर्णता को प्राप्त करना है। इसके लिए एक समाज का भाग बनना जरूरी है। इसके लिए परिपक्वता के क्षेत्र में कार्य करना जरूरी है। जब लोग फंस जाते हैं तो उनकी हिम्मत बढ़ाने के लिए परमेश्वर के हाथों को थामना जरूरी है। इसमें एक जीवनकाल लग जाता है।

सम्पूर्णता प्राप्त करने के लिए कुछ आधार-भूत घटक हैं। एक परिवार का भाग होना, जीवन प्राप्त करना एवं देना, सदमें के प्रभाव से बाहर निकलना, और समाज में अपना योगदान देना। ये उन घटकों में कुछ एक ही है जो लोगों को यह जानने में सहायता करते हैं कि वे कौन हैं। लेकिन जब इनमें से किसी भी हिस्से में कमी रह जाती है। तो लोग फंसे रह जाते हैं और अपने हृदय से नहीं जी पाते हैं। वह सच्ची पहिचान है जो परमेश्वर ने उन्हें दी है।

हमें काउन्सलर की क्यों आवश्यकता है

किसी काउन्सलर की आवश्यकता ही नहीं होती यदि पाप और

गिरावट के कारण सब लोगों को क्षति नहीं हुई होती। तब से सारी सृष्टि भी कर रहा रही है और कोई भी मनुष्य परमेश्वर की योजना के अनुसार सही और सच्चे तरीके से नहीं बढ़ पाया है। केवल परमेश्वर के एकलौते पुत्र प्रभु यीशु के अलावा। यीशु मसीह के द्वारा हमें उद्धार मिला है जो अन्ततः पाप के सारे नुकसान को भी ठीक कर देगा। यह उद्धार का कार्य हमारे जीवन में परमेश्वर प्रत्यक्ष रूप से और उसके लोग- परमेश्वर के लोग- उसकी कलीसिया के द्वारा अप्रत्यक्ष रूप से भी करता है। परमेश्वर ने उद्धार को केवल स्वर्ग का एक टिकट नहीं बनाया है। जब तक इस पृथ्वी पर हमारा अस्तित्व बना हुआ है। तब तक हम जो उसके अनुयायी हैं, हमको प्रतिदिन पाप के परिणामों पर जयवन्त होने के लिए उसके साथ सहयोग करना चाहिए। हमारे हृदय और जीवन में यह परिवर्तन छुटकारे और शुद्धिकरण का कार्य है। एक बार अपने पापों के पश्चाताप और क्षमा के द्वारा उद्धार पाने पर हमें इस प्रकार हमारा जीवन बिताना चाहिए मानो परमेश्वर का राज्य आ गया है और उसकी इच्छा पृथ्वी पर इस प्रकार पूरी हो रही है। जैसे स्वर्ग में अभी तक हम उद्धार को इस प्रकार लेते हैं कि इसका प्रभाव आने वाले जीवन में होगा न कि यह एक जीवन शैली है जो अनन्त काल तक बनी रहेगी। इस पृथ्वी पर हमें कुछ ऐसे कार्य करने हैं जिनकी परमेश्वर हम से अपेक्षा रखता है। यह कार्य हमें उद्धार नहीं दिलाते हैं। बल्कि यह प्रकट करते हैं कि हम नई सृष्टि हैं। यह हमारा काम है कि हम अन्य सन्तों के साथ बढ़ें और परिपक्वता को हासिल करें। इस लक्ष्य को पाने के लिए हमें हमारे हृदय से जीना होगा, निरन्तर पवित्रता में बढ़ना होगा, चंगाई प्राप्त करनी होगी, बुराई से स्वतन्त्र होकर केवल परमेश्वर के द्वारा चलाये जाना होगा। इसे हम उद्धार पाना और उद्धार है, बढ़ना कहते हैं।

धर्म काउन्सलर अन्य परिपक्व विश्वासियों के समान ही परमेश्वर के साथ सहयोग करते हैं, दूसरे लोगों को अपना जीवन ठीक करने में सहायता देकर- जो कि हमारे उद्धार की दिन-प्रतिदिन की अभिव्यक्ति है। सदमा, जिसका हम यहाँ उल्लेख करेंगे, वे वह चोट या घाव

है जो हमारी पहिचान को उससे भी कम करके पेश करती है जो परमेश्वर के हृदय में हमारे लिए थी, जब उसने हमें बनाया था। सदमा हमारे विकास को रोक देती है। सदमा हमारे उचित परिपक्वता को रोक देती है या उसको धीमा बना देती है। सदमे के घाव हमारे जीवन में कुछ ऐसा जोड़ देती है जो हमारे जीवन में नहीं होना चाहिए- जैसे कारतूस जब हमारे शरीर में लगता है जो वह अपने प्रभाव को हमारे शरीर में छोड़ देता है। सदमे के घाव हमारे जीवन में उस वस्तु की अनुपस्थिति ला सकती है जिसकी हमारे जीवन में जरूरत है- जैसे कुपोषण शरीर को अपंग बना सकती है। सदमा केवल चोट या दर्द ही नहीं लाती है। बल्कि सदमा परिपक्वता की प्रक्रिया को रोक देती है। या उसे धीमा बना सकती है। जब सदमे में पड़ा व्यक्ति उम्र में बहुत ही छोटा होता है। तो यह रुकी हुई या धीमी परिपक्वता, सही परिपक्वता की वृद्धि को और पहिचान के सामान्य धारणाओं को कुंठित, बदसूरत बना सकती है और उन्हें रोक सकती है। जब भी परिपक्वता धीमी पड़ जाती है या फंस जाती है तो कारण ये दो प्रकार के सदमे ही होते हैं।

पाप वह जोड़ देता है जिसे हमारे जीवन में नहीं होना चाहिए और उन्हें चुरा लेता है जिसे होना चाहिए। पाप यह तीन तरीकों से करता है। (संसार, शरीर और दुष्ट आत्माएं) पाप परिपक्वता को रोक देता है। मसीही सलाहकार को इन बुराईयों को सम्बोधित करना चाहिए पर मानुषिक शक्ति से नहीं, मानुषिक बुद्धि से नहीं, और न ही मानुषिक योजना से। यह परमेश्वर के छुटकारे का काम है और वह अकेले ही इसे निर्देशित कर सकता है। और वह ही हमारे उद्धार के स्वर्गीय उद्देश्य को पूरा कर सकता है। यह कार्य आत्मा के जीवन से ही हो सकता है और उन हृदयों में जो परमेश्वर द्वारा जीवित किये गये हैं। परमेश्वर के उद्धार को व्यवहारिक बनाने के लिए अधिकतर पासबान, सलाहकार, और कलीसिया योजना बनाते हैं, मार्गदर्शन करते हैं, कार्यक्रम बनाते हैं और नियंत्रित करते हैं। उसके परिणाम भी वही होते हैं जो शरीर के कामों के परिणाम होते हैं।

एक तीसरी समस्या यह भी है जिन्हें सलाहकारों को सम्बोधित करना चाहिए। हमें हमारी उन्नति को और पवित्रता को रोकने वाली बाधाओं का हटाना है। और आत्मा में सम्पूर्ण और भरपूर जीवन के लिए जिन अच्छी बातों की कमी है उन्हें जोड़ने के लिए परमेश्वर के मार्गदर्शन का अनुसरण करने के विषय को ही नहीं बल्कि काउन्सलर को गलत निर्देशित वृद्धि को भी सम्बोधित करना है। जिम विलडर के घर में तीन पौधे एक साथ उग रहे थे। पर उनके तने एक साथ गुथ गये जब वे नन्हे पौधे थे और बहुत ही कोमल थे। इसी प्रकार लोग भी गलत तरीके से परिपक्व होते हैं क्योंकि जो उनकी बढ़ोतरी के मार्गदर्शक थे उन्होंने उन्हें गलत रास्ता दिखाया। शायद उन्हें एक पुरुष या स्त्री या माता-पिता या मसीह होने का गलत नमूना दिखाया गया हो।

शायद उन्हें यह सिखाया गया हो कि जो रोते हैं उन पर हंसें, जो उन्हें गाली देते हैं। उन्हें वे भी गाली दें या जो उनसे बदला लें जो उन्हें धोखा देते हैं या शनिवार और छुट्टी वाले दिन अपने मित्रों के साथ शराब पी सकते हैं, अन्य स्त्री या पुरुष के पीछे लालसा से लगे रह सकते हैं। जब कुछ उनकी इच्छा के अनुसार नहीं होती है। तब दूसरों को धमकियों से, गुस्से से नियन्त्रित करने का प्रयत्न कर सकते हैं। इन आदतों का लम्बे समय तक बने रहने से और अति गहराई में उतरने से यह उनका चरित्र बन जाता है। निश्चय ही परमेश्वर नहीं चाहता है कि हम इस प्रकार बढ़ें।

एक धर्मी सलाहकार को उन लोगों के जीवन से जिनकी वह चरवाही करता है, उन बातों को बाहर निकालने का प्रयत्न करता है, जो दिखाई तो नहीं देती लेकिन बहुत ही खतरनाक है और वह उनके जीवन में उन अनुपस्थित विटामिनों को और पोषण को घोलना चाहता है जो उनके जीव में और आत्मा में स्वस्थ परिपक्वता को उत्पन्न करेगा। वहाँ भी जहाँ शुरुवात ही बुरी और कुटिल है।

इस प्रकार के गलत निर्देशित वृद्धि को सम्बोधित करते समय पासबानों और सलाहकारों को परमेश्वर के वचन में दिये गये निर्देशों का पालन करते हुए उन त्रुटियों को और हमारी वृद्धि के लिए

परमेश्वर की सच्ची इच्छा को प्रकट करें। पहले पश्चाताप, अंगीकार और क्षमा में उनका मार्गदर्शन करें और फिर उन्हें चंगाई, छुटकारा, और परमेश्वर के साथ एंव उसके लोगों के साथ आत्मिक सम्बन्ध में बढ़ना जहाँ पर प्रार्थना, स्तुति-आराधना हो और आत्मा के फल एक धार्मिक चरित्र को जन्म दे सकें। अब सच्ची परिपक्वता बढ़ना आरम्भ कर सकती है। लेकिन परिपक्वता परमेश्वर के परिवार के साथ ही बढ़ सकती है। परिपक्वता की राह में खड़े होने वाली दो रुकावट को हटा कर और गलत निर्देशित परिपक्वता को सम्बोधित करने के बाद जो कि परमेश्वर की आत्मा की अगुवाई से उनके हृदय में बढ़ने लगी है। अब मसीही सलाहकार मानुषिक सलाह के हिस्से का कार्य करने के लिए तैयार है- मार्गदर्शन करना, अगुवाई करना, उत्साहित करना, और सच्ची परिपक्वता के लिए जिस चीज की कमी है। उसकी पूर्ति करना। स्पष्ट है कि बढ़ती कलीसिया (संगति) में एक परिपक्व विश्वासी का कर्तव्य भी यह ही है। सच्ची परिपक्वता मसीह जीवन के हर क्षेत्र में बढ़ना, हमारे छुटकारे के लिए परमेश्वर के हर प्रबन्ध को प्राप्त करना, वचन की हर शिक्षा, पवित्रात्मा की हर अभिव्यक्ति को पूर्ण रूप से पाना। हमारे पूर्ण हृदय, जीव और शक्ति- के द्वारा सम्पूर्ण समर्पण और प्रयत्नों को भी जोड़ देते हैं।

अपरिपक्वता को 1 कुरिन्थियों 3:1-3 और इब्रानियों 5:11-14 में एक समस्या के रूप में सम्बोधित किया गया है। इफि 4:11-15 में हमें बताया गया है कि यीशु के वरदान में कि कुछ को प्रेरित, तो कुछ को भविष्यवक्ता, तो कुछ को सुसमाचार प्रचारक, तो कुछ को पासबान और कुछ को शिक्षक नियुक्त गया है कि पवित्र लोगों को हम सेवकाई के काम के लिए तैयार कर सकें, ताकि हम मसीह की देह को बना सकें जब तक कि हम सब विश्वास की एकता को प्राप्त न कर लें और परमेश्वर के पुत्र के ज्ञान में न बढ़ जायें, कि मानवता को परिपक्व बनायें जिससे मसीह की पूर्णता की लम्बाई और चौड़ाई में बढ़ सकें। ताकि हम आगे को बच्चे न रहे... और हम हर प्रकार से उसमें बढ़ सकें, मसीह में जो

कि सिर है।” फिर “हम सिद्ध, पूर्ण हो जायेंगे जिनमें कोई कमी नहीं होगी”। याकूब 1:4 और याकूब बताता है कि इस प्रकार कि पूर्णता “क्लेशों की निरन्तरता से आती है।” “जब तुम नाना प्रकार की परिक्षाओं में पड़ो तो इसे पूरे आनन्द की बात समझो, यह जानकर, कि तम्हारे विश्वास के परखे जाने से धीरज उत्पन्न होता है।” 2-3 यह एक भेद की बात है कि किस प्रकार सदमा आनन्द, स्थिर चरित्र, और उस परिपक्वता में बदल जाता है। जिस में कोई कमी नहीं रह जाती है। इसी विषय पर हम इस छोटी पुस्तक में विचार करेंगे। यही वह मार्ग है। जिसका मसीही सलाहकार को अच्छा ज्ञान होना चाहिए ताकि शरीर और साथ ही शरीर के अवयव भी “हर प्रकार से मसीह में बढ़ सकें जो कि सिर है।”

इसे क्रियान्वित करने की सबसे प्रसिद्ध सलाह थेरैपी ही है। आखिरकार लोगों को जीवन के फंसे हुए स्थान से निकालने का काम तो मनोचिकित्सा है, ही होना चाहिए।

चिकित्सा काफी नहीं है

लेकिन पारंपरिक चिकित्सा में क्या होता है? रहस्यों को उजागर किया जाता है। मरीज से कहा जाता है कि यह वह स्थान है। जहाँ उन्हें सच कहना चाहिए, उनसे कहा जाता है कि जब वे ईमानदार होना सीख लेते हैं और चिकित्सक के सामने सच कहते हैं तो वे बाहर भी सच का समाना करने में सक्षम हो जाते हैं। लेकिन जिस दुनिया में वे रहते वहाँ सच बोलना इतना आसान नहीं क्योंकि उन्हें उस सच के लिए सजा मिलेगी। यदि लोग यह बताना शुरू कर दें कि वे कितने निराश हैं या उनके हृदय में दूसरों से एक सच्चा रिश्ता बनाने की हार्दिक इच्छा है, या वे किस प्रकार अनसुलझे संघर्ष से झूझ रहे हैं तो उन्हें वहाँ बाहर की दुनिया में दंडित होने का जोखिम उठाना पड़ेगा। अपनी समस्याओं के बारे में चिकित्सक के ऑफिस में ईमानदार होने से कोई फायदा नहीं है यदि वह ही एक ऐसी जगह है जहाँ इसकी अनुमति है। यदि ईमानदार और सच्चा होना केवल चिकित्सा कक्ष तक सीमित रहेगा तो चिकित्सा पद्धति विफल हो जायेगी।

मनोचिकित्सा पद्धति की कमियाँ आसानी से पहचान में आ रही है। जैसा की हमारी संस्कृति समाजिक जीवन शैली से बहुत दूर चली जा रही है। जिसका हम पहिले आनन्द उठाते थे। मनोचिकित्सा उन्हीं परिस्थिति में ही अधिक कारगर साबित होती है। जब मरीज एक समाज का अंग है। जहाँ उनके जीवन को पोषण मिलता है। जीवनदायी समाज में लोग आसानी से जीवन की दुभाग्य-पूर्ण परिस्थिति में से आगे बढ़ने की हिम्मत जुटा लेते हैं। वे अपने हृदय पर आधारित होकर अपनी पहचान को ढाल लेते हैं। वे अपने हृदय से जीने की हिम्मत जुटा लेते हैं। लेकिन तो भी हमारे आधुनिक जगत में एक-दूसरे की परवाह करने वाले समाज का निर्माण करना एक चुनौती है। जब यह प्रयत्न विफल हो जाता है तो मनोचिकित्सा सफल नहीं हो सकती है।

मनोचिकित्सा की एक ध्यान आकर्षित करने वाली समस्या तब होती है। जब चिकित्सक सिद्ध व्यक्ति की भूमिका निभाता है और मरीज को असिद्ध व्यक्ति की भूमिका लेनी होती है। सच्चाई यह है कि चिकित्सक को भी जीवन की कठिनाईयों का सामना करना पड़ता है। लेकिन कईयों को तो चिकित्सक की भूमिका निभाना सिखाया जाता है। जिसका अर्थ है कि वे अपने संघर्ष को अंगीकार नहीं कर सकते हैं। कई चिकित्सक को जीवन के ज्ञान का प्रशिक्षण दिया जाता है। लेकिन चिकित्सा समय में जीवन में भाग लेने की अनुमति नहीं है- उन्हें केवल चिकित्सक की भूमिका निभानी ही होती है। उन परिस्थितियों में जब चिकित्सक केवल अपनी भूमिका निभाता है, चिकित्सा जीवनदायी नहीं हो सकती है। एक सच्चा चिकित्सक होने के लिए हिम्मत की जरूरत है और यह ही सफल उपचार की नींव है।

सच्चे होने का अर्थ यह है कि वास्तविकता को पहचानने की इच्छा रखना। एक व्यक्ति ने घर में चल रहे बाइबल अध्ययन में इस प्रकार कहा “क्या आश्चर्य नहीं होता कि इतने लोगों को समस्या है।” हाँ, यह आश्चर्य की बात है। लेकिन शायद यह कोई आश्चर्य की बात नहीं है। आखिरकार हम सभी को जीवन में एक समान

चुनौतियों का सामना करना पड़ता है। सच्चे होने से तात्पर्य यह है कि ईमानदारी से उन चुनौतियों का सामना करना जो हम सभी अनुभव करते हैं। हम सभी टूटे हुए हैं। हम सभी जख्मी, दूसरों से अलग, अकेले और सताये हुए हैं।

लोग थेरापी में यह जानने के लिए शामिल होते हैं कि वे कौन हैं और किस प्रकार जीवन प्राप्त कर सकते हैं। थेरेपी उन्हें सही दिशा में तो ले जाती है। लेकिन वह उन्हें यह नहीं बता सकती कि वे कौन है और यह उन्हें जीवन नहीं दे सकती है। जब तक की वे क्षेत्र जिनमें वे जीवन बिताते है। उनके घर, कार्य-स्थल और कलीसिया मिलकर उन्हें पूर्ण रूप से उनकी चिकित्सा में सहायता न करें। यद्यपि थेरेपी लोगों को उन स्थानों को पहिचानने में मदद करती है। जहाँ वे फंस गये हैं। लेकिन यह अकेले उन में से बाहर निकलने की सामर्थ नहीं दे सकते है। *परिवार और समाज को ही कुछ सामर्थ उन्हें देनी होगी।* यही पर लोगो को ढूँढना चाहिए कि वे कौन है और यह ही वह स्थान है जहाँ से उन्हें फंसे हुए स्थानों से निकलने में सहायता मिलेगी। यहीं से उन्हें जीवन मिल सकता है।

जो भी हो कई बार हमारे जैविक माता-पिता इस प्रक्रिया में असहायक सिद्ध होते है। कई बार तो वे विनाशकारी भी होते हैं। जब परिस्थिति इस प्रकार हो तो यह परमेश्वर की योजना यह होती है कि वह उस व्यक्ति के जीवन में आत्मिक परिवार को ले आये। यह वह परिवार के सदस्य है जो जीवनदायी बन जायेंगे जिस प्रकार उनका जैविक परिवार उनका प्रबन्ध नहीं कर पाया। इस आत्मिक प्रबन्ध को अध्याय 4 में चर्चित किया गया है। “आत्मिक दत्त लेना” शीर्षक के अधीन। इस बिन्दु पर यह स्पष्ट करना अति-आवश्यक है कि *जीवन आदर्श* लोगों को फंसी अवस्था से निकलने के लिए अपने अस्त-व्यस्त, उपेक्षा करने वाले और शोषण करने वाले परिवारों में लौटने के लिए नहीं कहता है। इसकी अपेक्षा हम परमेश्वर से प्रार्थना करते हैं कि परमेश्वर हमें हमारे विस्तारित आत्मिक परिवार में एक ऐसे व्यक्ति को खोजने में मदद करें जो उसके मन में हमारे लिए है।

परिवार और समाज विफल हो सकते हैं

क्यों आज समाज उतना प्रभावकारी नहीं है। जितना वह कभी हुआ करता था? आज की दुनिया में ऐसा क्या है जो आज हमें अपने आस-पास के लोगो से दूर कर हमें अकेलेपन में धकेल देता है?

- टी. वी. के सामने घण्टों बिताना।
- कम्प्यूटर के सामने और भी कई घण्टें बिताना।
- मित्रों और परिवारों का दूर हो जाना।
- पड़ोसी मित्रों की अपेक्षा अनजान बने रहते हैं।
- कलीसिया स्वयं को परमेश्वर का परिवार कहते हैं लेकिन उस प्रकार रहते नहीं हैं।
- कोई भी आकस्मिक आनन्द में भाग लेने नहीं आते हैं।
- दुख की घड़ी में कोई सहायता के लिए नहीं आता है।
- खाने को जल्दी जल्दी निगल लिया जाता है। और बातचीत करने का वह अनोखा अवसर चूक जाता है।
- एक ही परिवार के सदस्य अलग-अलग समय पर खाना खाते हैं। खाने के समय एक साथ नहीं होते हैं।
- कई कामों को “अभी ही” करने की जरूरत।
- कार्यधिकता से भरी समय सारणी जिसके बाद खाली समय बचता ही नहीं है।
- माता-पिता जो बहुत से प्रतिबद्धता से पहिले से ही घिरे हुए हैं।

इन में से प्रत्येक अलग करने वाले कारकों के रूप में काम करते हैं। उन लोगों के लिए जिन्हें जीवनदायी समाज की आवश्यकता है। वहाँ पर जहाँ लोग एक-दूसरे का ध्यान रखते हैं और उसे दिखाते भी हैं- लोगों जो एक-दूसरे से प्रेम के बन्धन को पनपने देते हैं। ख्याल रखने वाले समाज की कमी ने देशीय स्तर पर पहिचान की संकटकालीन परिस्थितियों को जन्म दिया है। लोगों को यह बात कि वे कौन है, वही समाज सिखा सकता है। जिसमें वे बढ़े होते हैं। एक परिवार और समाज का उद्देश्य यह ही है

कि वे लोगों को प्रेम भरे सम्बन्धों में एक दूसरों को मिलायें जो उनकी मदद करें यह समझने में कि वे कौन हैं। जीवनदायी परिवार और रिश्तों के अभाव में विशेषकर परमेश्वर पर आधारित परिवारों के अभाव में लोग परमेश्वर द्वारा दी गई उनकी पहचान को खोजने में असफल हो जाते हैं। वे अपने हृदय से जीना तो चाहते हैं लेकिन नहीं जानते हैं कि वे कैसे जी सकते हैं बल्कि उनका जीवन उनकी चोटों से निर्देशित होते हैं।

उदारहण के लिए, एक स्त्री के जीवन में यौन सम्बन्धित सदमे हो तो उसे पुरुषों पर भरोसा रखने में परेशानी हो सकती है। लेकिन यदि उसका समाज उसकी चोटों को चंगा करने में सक्षम न हो सका और उसके चारों ओर सुरक्षित लोगों यानी सुरक्षित पुरुषों को भी इकट्ठा नहीं कर पाया तो वह असंतुष्ट करने वाले रिश्तों में फंसी रह जायेगी। हो सकता है कि उसका हृदय बहुत ही संवेदनशील है और दूसरों की परवाह करने वाला हो लेकिन वह अपने हृदय की संवेदनशीलता और परवाह करने वाले हृदय से नहीं जी पायेगी क्योंकि वह अभी भी अपने दर्द में जी रही है।

जब परिवार और समाज लोगों को उनके सदमों का सामना करना और जीवन में रुकावट लाने वाली परिस्थितियों से आगे निकलने के लिए उनकी सहायता करते हैं तो वे समझ पाते हैं कि वे कौन हैं और वे अपने हृदय से जीना सिखते हैं।

लोगों को चंगा होने के लिए लोगों की ही जरूरत है

एनी बेयरलिंग के लिए प्रोफेशनल अनुभवों ने इस सत्य को स्थापित किया था। जब वह क्रिश्चियन स्कूल में असिस्टेंट प्रिन्सिपल और आत्मिक डायरेक्टर थी तब उसे राष्ट्रीय स्तर के कर्मी-दल में भाग लेने के लिए बुलाया गया जो यह अध्ययन कर रहे थे कि विद्यार्थी किस प्रकार अपने विश्वास में बढ़ते हैं। इस अध्ययन के परिणामों से यह निष्कर्ष निकला कि विद्यार्थी के विश्वास पर धर्मी शिक्षकों, प्रशिक्षकों, माता-पिता और बड़ों के साथ सच्चे रिश्तों से असर पड़ता है। दो साल के बाद वह शेपर्ड हाउस में स्टाफ

के रूप में जुड़ गई। 25 साल के क्लिनिकल अनुभवों से उन्होंने यह सीखा कि लोग सच्चे परमेश्वर प्रधान रिश्तों और परिवारों में लोग जल्दी ठीक होते हैं। लोग इन संसाधनों के बगैर या तो बहुत ही धीरे-धीरे ठीक हो पाते हैं या कभी ठीक नहीं हो पाते हैं। दो साल के बाद जब उन्हें लीडरशिप टीम में भाग लेने का निमन्त्रण मिला जो देशीय स्तर के चर्च कन्सलटेन्ट के द्वारा चलाई जा रही थी, उन्होंने जाना कि लोग मसीह में भी तभी ज्यादा इच्छुक होकर आते हैं। जब उन्हें परिपूर्ण करने वाले रिश्ते मसीह लोगों से मिलते हैं इसलिए हर जगह चाहे वह पार्किंग स्थान की डिजाइन हो या बच्चों की सण्डे स्कूल हो सभी के लिए सच्चे रिश्ते के पनपने की आवश्यकता है।

तीन प्रोफेशनल अनुभव- एक जोरदार निष्कर्ष: विद्यार्थी रिश्तों में अपने विश्वास में बढ़ते हैं, पीड़ित रिश्तों में चंगे होते हैं और अविश्वासी भी रिश्तों से ही प्रभु के पास आते हैं।

वृद्धि, सुधार परिपक्वता और विश्वास, यह सब रिश्तों से जुड़े हैं। लोगो को इस टूटे संसार में पूर्णता को प्राप्त करने के लिए लोगों की ही जरूरत है।

परमेश्वर का भाग और हमारा भाग

मसीही जगत में यह बात स्पष्ट है कि हमें ठीक होने के लिए परमेश्वर की आवश्यकता है। लेकिन यह विषय बहुत ही पेचीदा और गड़बड़ी लाता है। जब मसीही यह नहीं समझ पाते हैं कि परमेश्वर का कार्य क्या है और हमारा कार्य क्या है।

उसके कार्यों में सभी छुटकारे के कार्य सम्मिलित हैं। उद्धार, पवित्रकरण, छुटकारा, चंगाई और आत्मिक दत्त लेना सब परमेश्वर के अधिकार में आने वाले कार्य हैं। यद्यपि परमेश्वर इन कार्यों में हमें भी एक पात्र के रूप में इस्तेमाल कर सकता है। लेकिन अन्ततः परमेश्वर ही है जो हमें उद्धार दे सकता है, पवित्र कर सकता है, बुराई से छुड़ा सकता है, और हमें सही परिवार में आत्मिक रूप से दत्त ले सकता है।

जब हम परमेश्वर को अपना काम करने देते हैं तो वे बातें बहुत ही अच्छे तरीके से होती हैं। लेकिन जब हम जानबूझ कर उसके क्षेत्रों के कार्य को अपने हिस्से में ले लेते हैं तो सब चीजें शीघ्रता से टूटने और बिखरने लगती हैं।

लेकिन परिपक्व होने का विषय बिल्कुल ही अलग है। निश्चय ही परमेश्वर हमारे परिपक्वता की अगुवाई और आशिष निर्धारित करता है। लेकिन परिपक्व होना अदन के बगीचे से ही हमें दी गई जिम्मेदारी है। परिपक्वता कोई आत्मिक वरदान नहीं और न ही यह उद्धार पाने पर आने वाला दूसरा परिणाम है। यह ऐसा कुछ है। जिस पर हम मसीहों को जीवन भर काम करना होगा।

परमेश्वर का काम- हमारा काम। जीवन और भी अधिक फलप्रद हो जाता है। जब हम परमेश्वर को उसके क्षेत्रों में शासन करने देते हैं और हमारे परिपक्वता का उत्तरदायित्व हम खुद उठाते हैं।

हृदय, जीव और मन एक साथ काम करते हैं

जब परमेश्वर के वचन में परमेश्वर को अपने सम्पूर्ण मन, आत्मा प्राण के साथ प्रेम करने को कहता है। (मत्ती 22:37) जो कि हमारे पूरे व्यक्तित्व को दर्शाता है। हृदय हमारी आत्मिक आँखों को दर्शाता है जो कि आत्मिक सच्चाई को देखता है। (सभोपदेशक 11:9) अक्षराक्ष हृदय वे आँख और कान है जो परमेश्वर को पहचानते हैं। हृदय वह स्थान है जहाँ समझ रहती है। और यहाँ ही आत्मिक परख का उद्गम है। यह विशेषकर एक व्यक्ति की आत्मिक पहिचान के अहसास को आकार देने में प्रभावकारी होता है। “उस हृदय से जीवन बिताना जो यीशु ने आपको दिया।” वह शीर्षक है जो हमारी पहचान को आत्मिक वास्तविकता के साथ समाने ले आती है। यह शीर्षक हमें यह सुझाता है कि हम सभी को परमेश्वर ने एक खास व्यक्ति बनाया है। जिनकी अपनी खास विशेषताएं हैं। जब हम उस हृदय से जीवन बिताते हैं जो यीशु ने हमें दिया तब हम वह व्यक्तित्व बनते हैं। जिसको उसने एक विशेष योजना से सृजा है। हमारे मन जहाँ हमारी भावनाएं हैं, हमारा दिमाग जहाँ हम सोचते हैं, हम सब में एकसार होकर जीते हैं।

हमारे हृदय के बारे में बात करते समय हमें यह ध्यान रखना है कि हृदय हमारी भावनाएं नहीं हैं। अपने हृदय से जीने का अर्थ हमारी भावनाओं पर आधारित होकर जीना नहीं है। यह तो मूर्खता होगी। हमारे हृदय से जीने का अर्थ है कि हमारे ही अन्दर एक निर्देशन है। यदि वह परमेश्वर की आत्मा से चलाया जाए तो वह हमें आत्मिक रूप से उस मार्ग पर बनाये रखता है जो हम हैं। और जिस मार्ग पर परमेश्वर हमें चला रहा है। जब हमारा हृदय परमेश्वर पर केन्द्रित होता है तो हम जान पाते हैं कि हम कौन हैं और हमें क्या करना चाहिए।

परमेश्वर का वचन हमें याद दिलाता है कि हम सब का हृदय बहुत ही बीमार है। (यिर्मयाह 17:9) और हम सब को परमेश्वर की चंगाई की आवश्यकता है। वह हृदय जो हमें यीशु देता है। वह पुर्नजन्म पाया हुआ हृदय है। वह हृदय जिसमें यीशु रहता है। वचन में कई जगह परिवर्तित हृदय के बहुत से उदारहण हैं। एक भाग इफिसियों की पुस्तक में है। जहाँ प्रेरित पौलुस इफिसियों की कलीसिया के नये विश्वासियों के लिए प्रार्थना करता है। वह अपनी महिमा के धन के अनुसार तुम्हें यह दान दे कि तुम उसके आत्मा से अपने भीतरी मनुष्यत्व में सामर्थ पाकर बलवन्त होते जाओ।

और विश्वास के द्वारा मसीह तुम्हारे हृदय में बसे। (इफिसियों 3:16-17) परमेश्वर हमारे हृदय में रहना चाहता है। जब वह हमारे अन्दर होता है तो हमें वह व्यक्तित्व होने के लिए स्वतन्त्रता और शक्ति अनुभव होती है जिसके लिए उसने हमें सृजा है।

पूर्णता जल्दी से हासिल नहीं की जा सकती है

ऐसा कहा जाता है कि परमेश्वर कोई महान जादूगर नहीं लेकिन वह महान चिकित्सक है। यह कहावत इस प्रश्न को सम्बोधित करता है। जिसके बारे में लोगों को स्पष्ट रूप से सोचना चाहिए कि क्या परमेश्वर चुटकियों में परेशानियों को हल कर देता है। लोग अपने दर्द से जल्द बाहर आने के रास्ते ढूँढते हैं जिसे समझा जा सकता है। दर्द पर निश्चय ही शीघ्र ध्यान दिया जाना चाहिए लेकिन अधिक परिपक्व

तरीका यह होगा कि दर्द के बीच में परमेश्वर के छुटकारे को खोजा जाए। उससे मांगें कि वह हमारी चोट में चंगाई ले आए जो कि एक धीमी प्रक्रिया है। परमेश्वर हमारे जीवन में अपना काम करता है। वह दर्द के मध्य में भी हमें पूर्णता की ओर ले चलता है। लेकिन यह केवल उसका कार्य नहीं है यह हमारा भी कार्य है। पूर्णता को प्राप्त करने के लिए हमारी परिपक्वता और दृढ़ निश्चय की भी आवश्यकता है और इसका अर्थ है निरन्तर हमारे दर्द पर कार्य करते रहना।

ऐसे समय भी हो सकते हैं जब हम ऐसे स्थान पर हो जहाँ हम दर्द से छूटे नहीं हों। लेकिन तब भी हम परमेश्वर की अद्भुत छुटकारे को अनुभव कर सकते हैं। 2 कुरि. 12 अध्याय जिसका जिक्र अक्सर किया जाता है। जहाँ पर प्रेरित पौलुस ने यह मुख्य पाठ सीखा कि जब वह तंग करने वाली समस्या में फंस गया जो उससे हट नहीं रही थी, यहाँ तक कि उसने परमेश्वर से तीन बार प्रार्थना भी की तब उसे वह उत्तर मिला जिसकी उसने आपेक्षा नहीं की थी कि परमेश्वर हमारी कमजोरियों से भी काम करता है। क्या ही बड़ी खोज थी यह, उसने कमजोरियों में, बदनामियों में, कठिनाईयों में, सताव में, और मुश्किलों में आनन्दित होना सीख लिया था। अच्छा संदेश यह है कि परमेश्वर हमारी संघर्षों के बीच में भी हमारे संग होना चाहता है। यह ही वह स्थान है जहाँ वह हम में अपनी सामर्थ का अभ्यास करना चाहता है। पौलुस ने सीखा कि परमेश्वर को नियन्त्रण दे दें और उसने अपनी कठिनाईयों को खत्म करने की मांग छोड़ दी। परमेश्वर की सामर्थ उसमें से बहने लगी क्योंकि उसने अपना नियन्त्रण रखना छोड़ दिया। उसने परमेश्वर को अपने ऊपर हावी होने दिया और फिर परमेश्वर ने उसे अधिक प्रभाविक तरीके से इस्तेमाल किया। पौलुस अपने कष्टों में आनन्दित हो सका क्योंकि उसने पाया कि यही वह अवसर है जिसके द्वारा परमेश्वर का सामर्थ उसके द्वारा काम करेगा।

मसीही अनुभव का केन्द्र यह अपरिवर्तनीय विश्वास है कि परमेश्वर हर बात को भलाई में बदल देता है उनके लिए जो उससे प्यार करते हैं। (रोमि. 8:28)

इसका अर्थ है कि सारी बातें, वह खास उन समय में भी हमारे जीवन में काम करता है। जब हम दर्द में डूबे होते हैं जो अनन्त और अर्थहीन जान पड़ते हैं। समय का मान रखने वाले मसीह यह समझते हैं कि दर्द में से पूर्णता प्राप्त करने में हमारा भी भाग है। और परमेश्वर का भी भाग है उसका कार्य हर सदमें से जिन्होंने हमें तोड़ दिया है, से छुटकारा दिलाना है। और हमारा काम उस परिपक्वता की ओर प्रयत्नशील रहना जो की पूर्णता की ओर जाती है। “छुटकारा” इस शब्द को समझ पाना कई बार कठिन होता है। क्योंकि कई संदर्भ में इस शब्द का उपयोग किया जाता है। लेकिन *जीवन आदर्श* में यह इस प्रकार उपयोगित हुआ है कि परमेश्वर बुराई में से अच्छाई को निकाल लाता है जो कि पूर्णता की ओर अग्रसर करती है। और यह परमेश्वर की अद्भुत सामर्थ को अनुभव करना भी है। *छुटकारे का अर्थ है कि हमारे सबसे बड़े दर्द में से हमारे जीवन का सबसे ठोस व्यक्तिगत दर्शन आ सकता है।*

पूर्णता की पूरी समझ को हम बाइबल के अनुसार याकूब की पुस्तक के पहिले अध्याय से प्राप्त कर सकते हैं, हमें बताया गया है कि हम इसे पूरे आनन्द की बात समझें जब हम नाना प्रकार के क्लेशों से होकर गुजरते हैं क्योंकि यह हमें पूर्णता की ओर बढ़ाती है। कठिनाईयां हमारे विश्वास को परखती है और हमारी सहनशीलता को बढ़ाती है ताकि हम परिपक्व हो सकें और पूर्ण हो सकें न कि बिखरे हुए। लेकिन इस पूरी तूफानी प्रक्रिया में याकूब हम से परमेश्वर से बुद्धि मांगने का आग्रह करता है। वह सम्पूर्ण विश्वास की मांग करता है कि हम पूरा भरोसा रखें कि परमेश्वर हमें इस तूफानी प्रक्रिया से पार लगायेगा नहीं तो हम उससे कुछ भी नहीं पा सकेंगे। परमेश्वर पर सम्पूर्ण विश्वास के बिना हम दो मन वाले हो जाते हैं— *विभाजित* (पद 8) पूर्णता जब आती है जब हम उसे कठिनाईयों में हमारी अगुवाई करने देते हैं।

हमें दुखों का स्वागत करना चाहिए क्योंकि यह हमारे टूटे जीवन की दीवारों को ढाह देते हैं। ताकि हम परिपक्व और पूर्ण हो सकें।

(पद 4) परमेश्वर की इच्छा यह है कि वह हमारे जीवन के पीड़ित और टूटे स्थानों में छुटकारा लाना चाहता है। ताकि हमारी कमजोरी हमारी सामर्थ बन जायें। यह तभी हो सकता है जब हम ईमानदारी से हमारे दर्द को सम्बोधित करेंगे। यदि हम इन्हें गले लगा लें तो निश्चय ही यह हमारे समय और सहनशीलता की मांग करेगी लेकिन इनके लाभ भी बहुत गुणकारी होंगे।

अतीत की बातों को पीछे छोड़ देना

कई मसीह मानते हैं कि हमें अपने दर्दों को भूलने के लिए हमें वह करना जो बाइबल कहती है- बीती हुई बातों को पीछे छोड़ देना। हर कोई यह मानता है कि अतीत के दुखों को सुलझाना अच्छा है लेकिन हमारे दर्दों को पीछे छोड़ देने के विषय में नहीं है। जिसके बारे में बाइबल फिलिप्पियों के तीसरे अध्याय में कहती है। यही वह पद है जिसका हवाला दिया जाता है। पौलुस जिस विषय में यहाँ बात करता है वह व्यक्तिगत उपलब्धियों के घमण्ड के विषय में है। वह लिखता है कि उसे घमण्ड करने के बहुत से कारण हैं। लेकिन उसके अतीत की उपलब्धियों को वह पीछे छोड़ देना चाहता है। वह मसीह की अवर्णनीय महिमा को जानने, और उसके पुनःरुत्थान की सामर्थ और उसकी दुःखों में भागीदार होने की तुलना में अब उन्हें व्यर्थ समझता है। (पद 10) पौलुस इस अध्याय में लोग अपने जीवन के बीते दुखों को भूलाने का सरल रास्ता नहीं सुझा रहा है। यहाँ पर मसीहों से पौलुस बुलन्द शब्दों में यह निवेदन कर रहा है कि किसी भी बाधा को हमें मसीह को जानने से नहीं रोकनी चाहिए। और वह विशेष करके दुःखों को भी उस में शामिल कर रहा है।

सदमों से बाहर निकलना अक्सर कठिन होता है, लेकिन इसकी अवहेलना नहीं की जानी चाहिए। इसके लिए कई बार केन्द्रित प्रयत्नों की आवश्यकता होती है और यह कार्य उन लोगों के द्वारा निर्देशित होना चाहिए जो इसमें प्रशिक्षित हों और अनुभवी हों। सदमे से बहाली थरेपी का एक प्रमुख कार्य है। एक व्यक्ति के चोटों के विशिष्ट प्रकृति को खोजना बहुत ही जरूरी है, ताकि चंगाई के लिए उपयुक्त

कदम उठाये जा सकें। सदमों को दो सुस्पष्ट श्रेणियों में बांटा गया है। पहिले प्रकार के सदमों में उन अच्छी बातों की अनुपस्थिति होती है। जिनकी हमें आवश्यकता होती है। इन सदमों से रिश्तों में समस्या होती है या इन पहिले प्रकार के सदमों के उपचार के लिए प्रेम-पूर्ण रिश्तों की ही आवश्यकता होती है। दूसरे प्रकार के सदमे वे बुरे सदमे होते हैं जिन्हें कभी हमारे जीवन में कभी घटना नहीं चाहिए था। वे भय उत्पन्न करते हैं। उन दुर्घटनाओं का फिर से मुआइना करने की जरूरत है। और भयों को निष्क्रिय करने की आवश्यकता है ताकि जीवन बिना भय के आगे बढ़ सकें। अध्याय 3 पूर्ण रूप से सदमे से ठीक होने के विषय का परिचय देगा। लेकिन यहाँ पर भी बहाल होने के सीधे प्रयत्नों का वर्णन करना भी अति आवश्यक है जो कि इन दोनों प्रकार की बहाली के लिए आवश्यक है। यदि कोई उपचार किसी विशेष प्रकार के घाव को लिए उचित नहीं है जो चंगाई कभी नहीं हो सकती है। पहिले प्रकार के सदमों से ठीक होने के लिए सहारा देने वाली प्रेम-पूर्ण रिश्तों की उपलब्धता बहुत ही जरूरी है जो कि सदमे में गिरे व्यक्ति को परिपक्वता में रुक जाने की अवस्था से बाहर निकाल कर बढ़ने में सहायता करेगा। भरोसा की स्थापना करना और मन में छिपे गहरी बातों को बाहर जाहिर कर पाना ही घनिष्ठ रिश्ते का ढांचा है। यह शीघ्रता से हो जाए ऐसी आशा नहीं की जा सकती है। इसके लिए समय और प्रेम से भरे परिवार की जरूरत है। दूसरे प्रकार के सदमे से निकलने में भी समय लग सकता है। हालांकि प्रार्थना पर आधारित थरेपी इसकी गति को बढ़ा सकता है। दोनों प्रकार के सदमों में रफ्तार पर नहीं हल पर ज्यादा जोर दिया जाना चाहिए। एक घाव का हल यह है कि उसे “अतीत में छोड़ दिया जाए” उसके लिए इतनी परिपक्वता चाहिए कि हम उस घाव को अपना सकें और परमेश्वर की चंगाई को निमन्त्रित कर सकें।

मसीहो ने सही पहचाना है कि परमेश्वर चाहते हैं कि हम हमारे अतीत को हमारे पीछे छोड़ दें, ताकि इस दुनिया में हमें उसके

प्रेम को अनुभव करने में कोई भी बात बाधा न बन सके। इसके लिए जो आसान तरीका अपनाया जाता है कि बीते जीवन के दर्दों को भुला दिया जाए और आज को और आने वाले कल पर हम केन्द्रित हो जाए। लेकिन यह गम्भीर दमन है जो कि निश्चय ही विफल हो जायेगा। एक मरीज ने इसे स्पष्ट किया कि जब अतीत के दुःखों का कोई समाधान नहीं होता है तो वह हर दिन इससे संघर्ष करता है। उस पल यह बीती हुई बात नहीं होती है। बल्कि यह वर्तमान होता है। अतीत का दर्द अतीत में ही नहीं रहता जब तक की यह चंगाई प्राप्त न कर ले। इस विचार पर विशेष ध्यान देना होगा कि सदमों से बाहर निकलना अति आवश्यक है। बीता दर्द जब तक बीत नहीं जाता जब तक कि उस विषय को सुलझाया नहीं गया हो कि वह अब उस व्यक्ति की वर्तमान समस्या न रह जाए। प्रेम भरे रिश्ते और बुरी घटनाओं पर फिर से काम करना पहिले और दूसरे दोनों प्रकार के सदमों के लिए जरूरी है। परमेश्वर के मार्ग-दर्शन और सामर्थ से बहाली की प्रक्रिया अच्छी चल सकती है। परमेश्वर चंगा करता है और छुड़ाता है। लेकिन साधारणतया इसके लिए अतीत पर जय घोषणा ही काफी नहीं है। इसके लिए सही मार्ग-दर्शन और उचित हस्तक्षेप की आवश्यकता होती है नहीं तो दर्द वर्तमान में भी एक बाधक बन कर खड़ा रहेगा। शेपर्ड हाउस के एक मरीज ने एक विश्लेषण की यह उपमा दी कि अतीत के दर्दों को भुला देना इस बात ने किस प्रकार उसके जीवन को अपंग बना दिया। अपने अतीत से नहीं निपट पाने से दूसरों के साथ और परमेश्वर के साथ उसके रिश्तों रुकावट आ गई और इसने उसे दर्दनाक अकेलेपन में धकेल दिया है।

मेरा जीवन घास-पात के एक बगीचे जैसा था। खुशी की सुन्दरता और बचपन का निर्दोश-पन बहुत पहिले ही खो चुका था। फिर मैंने परमेश्वर का वचन सुना। वे बीज जो उसने मेरे हृदय के बाग में बोये थे वे फलने-फूलने लगे और बहुत ही खूबसूरत बन गये। उस आनन्द और प्रेम से भर गये जो मसीह के द्वारा आती है। मेरा बाग एक नई सृष्टि थी।

लेकिन मैं अपने बाग की देखभाल नहीं कर रही थी। मैं यूँ ही सोच रही थी कि वह अपने आप बढ़ेगा और फलेगा। फिर अचानक से बिना किसी चेतावनी के फूल सूखने लगे। बहुत ज्यादा नहीं कि कोई भी ध्यान दे पाए। लेकिन धीरे-धीरे अन्तर बढ़ने लगा जैसे कोई खूबसूरत कालिन पर बड़ा से छेद हो। बाहर से आने वाले शायद इस अन्तर को देख पाते होते लेकिन अन्दर आने की अनुमति किसी को नहीं थी। वे केवल गेट पर से देख सकते थे। जहाँ से सब कुछ ठीक ही दिखाई दे रहा था। उन छेदों से समस्या ठीक से दिखाई पड़ती थी। घास अभी भी वहाँ थी। इन सब के बजाय बाग फिर भी बढ़ रहा था। लेकिन यह सुन्दरता को नाश कर रहे थे और दम घुट रहा था।

वे परमेश्वर के प्रति मेरे प्रेम को ठण्डा कर रहे थे। अब मैं उसे अपने बगीचे में नहीं बुलाती हूँ। केवल वह बाहर से ही बीज डालता है। अब मैं उससे बात नहीं करती हूँ। उसके घर नहीं जाती हूँ। न ही उसके खत पढ़ती हूँ और अब मैं उसके बिना एकदम अकेली हूँ। अब मैं ही वह गेट खोल कर उसे अन्दर आने दे सकती हूँ की वह उन जंगली घास को पहिचानने में और उन्हें दूर करने में मेरी मदद करें ताकि मेरा जीवन फिर से फलने लगे। (सभी जानकारी मरीज की अनुमति द्वारा लिए गये हैं।)

हम कभी भी अपने दर्द को भूलने का प्रयत्न भी न करें, नहीं तो यह परमेश्वर और परिवार जो परमेश्वर ने हम दी है। उनके साथ हमारे रिश्तों में बाधाएं ला सकती हैं।

हम सबसे पहिले दर्द से अपने आप को काटने का छोटे स्तर पर प्रयास कर सकते हैं। उदारहण के लिए यदि हम जानबूझ कर व्यस्त बने रहे तो हम हमारी भावनाओं को महसूस नहीं करेंगे। लेकिन व्यस्त रहने का अर्थ है कि अपने मित्र को खो देना। और अन्त में हम एकदम अकेले छूट जायेंगे यदि हम अपने दर्द के ऊपर कार्य करने में आनाकानी करें। केवल जब हम अपने दर्दों को अपना लेते हैं। तभी हम उन्हें सफलता-पूर्वक अतीत में धकेल

सकते हैं। ताकि हम दूसरों और परमेश्वर के पास वास्तविक रूप में आ सकें।

एक टूटे संसार में पूर्णता को प्राप्त करना

संसार टूटा है। परमेश्वर ने इसे जितनी बारिकी से समायोजित बनाया था अब उसका एक अंश भी शेष नहीं रहा। हमारे लिए भी यही कहा जा सकता है कि हम टूटे और गिरे हुए हैं। गिरे हुए स्वर्गदूतों के हाकिम और सृष्टि-कर्ता के मध्य तो युद्ध छिड़ा हुआ है। यह आत्मिक युद्ध निरन्तर और हर जगह फैला हुआ है। हम में से कोई भी इसके प्रभाव से बच नहीं सकते हैं। हम सब संवेदनशील हैं और यह दुनिया जीवन भर किसी न किसी तरीके से हमें तोड़ती रहती है। इसके परिणाम-स्वरूप हम दुर्घटनाओं को टाल नहीं सकते हैं जिन में से कुछ हमारे ऊपर लम्बे समय तक के लिए घाव के निशान छोड़ जाते हैं।

विशेष कर जब ये घाव बचपन में लगते हैं तो उनके दुष्परिणाम बहुत ही बढ़ जाते हैं। यहाँ तक की बहुत ही ध्यान रखने वाले माता-पिता भी अपने बच्चों को सभी नुकसान से नहीं बचा पाते हैं। बच्चे किसी न किसी कारण से सदमें के शिकार हो जाते हैं। कई लोग अपनी जवानी अपने बचपन के चोट के प्रभाव को कम करने में ही बीता देते हैं। जिन्हें अक्सर पहिचाना नहीं जाता है। क्योंकि यह जीवन भर एक संघर्ष का रूप ले लेता है। आत्म उन्नति के ऊपर एकदम नई पुस्तकें पढ़ना, किसी बुरी आदत के साथ संघर्ष में फंस जाना यह सब सदमे के प्रभाव को बदलने का प्रयास है। लेकिन उन सदमों की तरफ नहीं देखा जाता है जहाँ से यह लक्षण उत्पन्न हुए हैं। यह ही सबसे बड़ी समस्या है। यदि यह गलत निर्देशित हो तो आत्म उन्नति विफल हो जाती है साथ ही विश्व-व्यापी बच्चों के साथ हो रहे दुर्व्यवहार को भी गम्भीरता से अनदेखा किया जाता है।

अध्ययन के ऊपर अध्ययन ने इसी निष्कर्ष को ही सिद्ध किया है। हमसे हर तीसरा बच्चा शारिरिक या यौन उत्पीड़न का शिकार

हुआ है। और भी कई अच्छी चीजों के अभाव में रहे हैं जो भावनात्मक परिपक्वता के लिए अति आवश्यक थे और सहायता हमेशा उपलब्ध नहीं रही थी। स्कूल में असफलता, डिप्रेशन, चिन्ता, आत्म-सम्मान में कमी, निरन्तर शारीरिक बिमारियाँ, रोष-पूर्ण व्यवहार और अस्वभाविक लैंगिक इच्छाएं इत्यादि बचपन की दुर्घटनाओं के सामान्य परिणाम हैं। जब इन पर ध्यान नहीं दिया जाता है। तो बच्चे इन बुरे प्रभावों को अपने साथ जवानी में भी ले जाते हैं। घाव, विभाजन, अकेलापन, और पीड़ा कुछ ऐसे परिणाम हैं जो सदमों पर ध्यान नहीं देने से और उपचार न करने से उत्पन्न होते हैं। बहुत से लोग इन परिणामों से जीवन भर दुःख उठाते रहते हैं क्योंकि आरम्भिक दुरुपयोग पर किसी ने ध्यान नहीं दिया।

उन्हें वास्तव में उन लोगों की जरूरत है जो उन से प्रेम करते हैं। और जो उन्हें यह ढूँढने में मदद करे कि उनका दर्द कहाँ से आता है। और कोई जो बहाली के रास्तों में चलने के लिए उनका साथ दे। उनके चारों ओर ख्याल रखने वाले समाज के बगैर, उनके घाव विभाजन, अकेलापन और पीड़ाओं से बाहर निकल कर पूर्णता पाने में बाधक हो जाएगा।

आनन्द की ताकत

जैसा की हमने देखा कि यह संसार टूटा हुआ है। और हम में से हर कोई इस दुनिया की बुराई से कुछ हद तक टूटे हुए हैं। फिर भी हम सब में एक जुनून है कि हम इस दुनिया की दुर्व्यवहार के समाने दृढ़ता से खड़े हो सकें। और वह व्यक्ति बन सके जो हमें बनाया गया है। परमेश्वर ने हमें ऐसे मस्तिष्क के साथ बनाया है जो कि स्वतः ही पूर्ण बनना चाहता है। पूर्णता के प्रति हमारे आग्रह को बढ़ावा हमारे बचपन में अद्भुत रीति से आनन्द से मिलता है।

बच्चे के पहिले दो साल में प्रेम-पूर्ण रिश्तों का आनन्द अनुभव करने की इच्छा जीवन की प्रबल इच्छा होती है। कुछ न्यूरोलोजिस्ट तो यहाँ तक कहते हैं कि मनुष्य की आधार-भूत आवश्यकता किसी की आखों की चमक बनना। जब आप एक बच्चे की एक झलक

देखते हैं जो कि अपने इन्तजार कर रहे माता-पिता की ओर छोड़ती है और उनके गले लग जाती है। उस आनन्द से जिसे रोका नहीं जा सकता है। उस पल में आप उस सामर्थ की गवाह बन रहे हैं जो किसी की आखों की चमक होने से आती है। जब यह आनन्द एक बच्चे के जीवन में बहुत ही प्रबल होती है। तब उसके जीवन का अर्थ निकलता है। क्योंकि बच्चे उस पल के लिए ताकते रहते हैं जब वे इस आनन्द से फिर से जुड़ जायेंगे यानी अपने प्रेम करने वालों के साथ होंगे।

आश्चर्य की बात है कि वह निर्दोष, शुद्ध इच्छा जो बचपन में शुरू होती है वह जीवन भर बनी रहती है। जीवन का अर्थ तभी निकलता है और यह आनन्द की सामर्थ से तब भर जाता है। जब लोग रिश्तों में होते हैं। उन लोगों के साथ जो उन से प्यार करते हैं और वास्तव में उनके साथ होने में खुश होते हैं।

क्योंकि आनन्द सम्बन्धों से आता है और यह एक से दूसरों में फैलता है। आनन्द तब आता है जब कोई मुझे देख कर खुश होता है। जो मेरे अन्दर आनन्द को घोलता है। जब आनन्द लौटता है। और देने वाले को भी आनन्दित करता है। इस अनुभव का आदान-प्रदान बहुत ही तीव्रता से होता है। छः चक्र एक सैकण्ड में, हाव-भाव से, चहरे के भावों से - इन सभी पलों में दोनों जनों के बीच में आनन्द बढ़ता जाता है।

आनन्द परमेश्वर के साथ सम्बन्ध में रहने से भी आता है। सम्पूर्ण बाइबल में यह स्थापित किया गया है कि परमेश्वर के साथ सम्बन्ध रखने से एक बड़ा आनन्द आता है, परमेश्वर जो मेरे बारे में सब कुछ जानता है। और फिर भी मेरे साथ होने में आनन्दित होता है। प्राचीन बाइबल के लेखको ने परमेश्वर की प्रेरणा से और इक्कीसवीं सदी के न्यूरोलोजिस्ट ने अपने ज्ञान से यह सिद्ध किया है कि आनन्द मजबूत रिश्तो से आते हैं और हम यह जानते हैं कि इसमें कुछ खास बात है जिसे हमें सीखना चाहिए।

जबकि आनन्द की सामर्थ को जब मुझ में ठीक से डाली जाती है तो यह ज्ञान ही कि कोई मेरे साथ होने में आनन्दित होगा मुझमें

आनन्द लौटाती है। हालांकि वह व्यक्ति भले ही उस पल शारीरिक रूप से उपस्थित ही क्यों न हो। लोगों के चेहरे, हमारे प्रति उनका अच्छा व्यवहार और परमेश्वर की उपस्थिति की याद ही काफी है, हम में उस आनन्द को लौटाने के लिए।

लोगों के आनन्द की अनुभूति जिसको इस टूटे संसार ने नुकसान पहुंचाया है, जब वह जुड़ जाती है। तो वे अपने सभी रिश्तों में एक नई सामर्थ और जीवन को अनुभव करते हैं। हमारे मस्तिष्क की बनावट हमें नुकसान करने वाली दुनिया से बचाती है। जो हम 2 और 3 अध्याय में देखेंगे। उस नुकसान को ठीक कर पाना बहुत ही कठिन कार्य है। यदि यह ठीक से कार्य करे तो हमारा परिवार और हमारा समाज की बनावट कुछ इस प्रकार से है कि वे हमारे मस्तिष्क की सहायता कर सकते हैं कि वह हमारी रक्षा और सुधार का काम कर सकें।

विशेष करके यह उन लोगों के लिए जो बहाली की प्रक्रिया में है। यह बहुत जरूरी है कि वे विश्वसनीय और खुशी प्रदान करने वाले रिश्तों में हो जो उनके अन्दर आनन्द की सामर्थ पैदा करे और उन्हें आनन्द में लौटने में सहायता करें। यदि एक व्यक्ति बहाली के दौरान आनन्द से परिपूर्ण नहीं है तो यह असम्भव है कि वह बहाली के दर्द से गुजर पाये। जबकि आनन्द की सामर्थ दर्द के मात्र से अधिक होनी चाहिए। इसलिए जीवनदायी सम्बन्धों से आनन्द का निर्माण करना बहाली का पहला चरण है।

आनन्द विकसित करना

आनन्द के निर्माण का अर्थ परमेश्वर और दूसरे लोगो के करीब जाना है। हालांकि यह एक विश्वसनीय प्रक्रिया है। जिसे काल्पनिक नहीं बनाया जा सकता है। यहाँ पर कुछ आनन्द विकसित करने के उपाय दिये गये हैं। जिन्हें हम पहिले अपने परिवार और फिर चोट खाए समाज में अमल करें।

1. जब भी आप उन्हें मिलते हैं जिन्हें आप प्यार करते हैं तो उन्हें देखकर मुस्कराएं और सच्चे स्वर में बात करें।

2. ऐसे प्रश्न पूछें जिनके द्वारा दूसरे आपको सच्चाई से यह बता पाएं कि वे कैसे हैं और वे क्या सोच रहे हैं। बिना दखल दिये उनकी बात ध्यान से सुनें।
3. दूसरों को जानने में सच्ची रूचि रखें। उनके भय, खुशी, इच्छा, योग्यताएं और दर्द को समझने का कठिन प्रयत्न करें।
4. आपस में एक दूसरे से आदर और सम्मान से पेश आएँ। जब कोई चर्चा का अन्त करें तो दोनों समूह के लोगों की प्रशंसा करें।
5. सही संदर्भ में स्पर्श का उपयोग करें। हाथ थामे, बाहें डाले, गले मिलें, शारीरिक अभिव्यक्ति को जितना प्रभावशाली बना सकें उतना बनायें।
6. पता लगायें कि एक व्यक्ति को क्या चीजें खुश करती हैं। बातचीत करने का समय, प्रोत्साहन से भरे नोट्स, सहायता करने के लिए बढ़ा हाथ या शाम के समय साथ में टहलने जाना, क्या है जो उस व्यक्ति के जीवन में खुशी ले आएगा।
7. उन्हें छोटे-छोटे सरप्राइस दें जिन से उनकी आंखें चमक उठें। और उन्हें खुश देख कर आपकी आँखें भी चमक उठें। आँखों में देखने से आनन्द यहाँ वहाँ दो जनों के बीच में बढ़ता रहता है।
8. बच्चों को अपने मन में संजोए और अपने शब्दों और कामों से उन्हें यह अहसास दिलायें कि आप उनके साथ होने में बहुत खुश हैं।

आवश्यकतानुसार आनन्द के सामर्थ्य का होना एक व्यक्ति के स्वास्थ्य के लिए बहुत जरूरी है। हम जानते हैं कि आनन्द का केन्द्र मस्तिष्क के दांयी आरबिटल आगे के कारटेक्स में होता है जो कि हमारे सारे भावनात्मक प्रणाली को संचालित करता है। यह भावनाओं को, दर्द निवारक को और प्रतिरोधक क्षमता को नियन्त्रित करता है। यह हमें हमारे तरीके से काम करने के लिए मार्ग-दर्शन

देता है। यह डोपामिन और सेरोटिन नामक न्यूरो प्रेशकों को स्रावित करता है। और यह ही मस्तिष्क का वह भाग है जो मुख्य लालसाओं को जैसे भोजन और यौन उत्तेजनाओं और भय और क्रोध जैसे भावनाओं को नियन्त्रण से बाहर कर देता है।

बहाली और जीवन

एक परिवार का अंग बनना। जीवन पाना और जीवन प्रदान करना, सदमों के प्रभाव से बाहर निकल पाना और समाज में सहयोग देना, इनमें जीवन काल का समय लगता है। लोग तब नहीं फंसते हैं। जब उनके परिवार और समाज सरलता-पूर्वक उनकी इन मूल जरूरतों को पूरी करते हैं तो वे परिपक्वता में बढ़ते हैं और परमेश्वर के छुटकारे से अपने दर्दों पर सामर्थ्य प्राप्त करते हैं। लेकिन यदि परिपक्वता थम जाती है तो *जीवन आदर्श* लोगों को वह थमे हुए स्थान ढूँढने में सहायता करता है। थरेपी भी मददगार है। जब वह एक विश्वसनीय थरेपिस्ट से आती है। और यदि मरीज के जीवन का वातावरण सहयोग करते हैं। यह लोगों को प्रेम बन्धन में जीने में मदद करता है। ताकि वे पूर्णता के राह में बिना फंसे चल सकें। *जीवन आदर्श* मानवीय परिस्थितियों के लिए बाइबल के सत्यों को अमल करता है ताकि हम इस प्रकार जिए कि हम परमेश्वर और उसके आनन्द को पूर्ण रूप से अनुभव कर सकें। *जीवन आदर्श* को समझने से हम यह बता सकते हैं कि हम कहाँ गलत गये हैं और यह वास्तविक फलवन्त हलों को सुझायेगा जो जीवन भर बने रहेंगे। हालांकि प्रक्रिया की रफ्तार शायद उतनी तेज न हो। कुछ चिकित्सा तरीके ढूँढे गये हैं जो परिणामों के रफ्तार को बढ़ा सकते हैं। अक्सर टूटे जीवन के लिए इन्हें तुरन्त लाने वाले हल के रूप में प्रस्तुत किया गया है। बड़े हल बहुत ही उपयोगी है। लेकिन आगे भी हमारा जीवन पड़ा हुआ है। बड़े हलों को उस बड़े चित्र में एक राडार लक्ष्य से बढ़ कर देखना अदूरदर्शिता होगी। *जीवन आदर्श* सम्पूर्ण चित्र प्रदर्शित करता है। यह थरेपी को सफल बनाने के प्रयत्न से भी बढ़कर है। यह लोगों के ऐसे समूह बनाने के विषय में है ताकि उन सबका जीवन एक साथ अर्थ-पूर्ण हो।

और यह उन लोगों की बहाली के विषय में है जो भयानक रूप से घायल हुए हैं ताकि वे भी अपने समाज के धागे में गुथे जा सकें और अपने हृदय से समाज में सहयोग दे सकें।

सारांश

जिन्दगी हम सब के जीवन में ऐसे अपरिहार्य सदमों को लाती है जो परिपक्वता को रोक देती है। परमेश्वर का छुटकारा हमारे पास दो तरीकों से आता है। वह हमे हमारे सदमों से चंगा करता है और हमें अपने परिवार में दत्त लेता है। दोनों ही तरीके मिल कर परिपक्वता के बाधाओं को हटा कर हमें पूर्णता की ओर ले जाता है। इन दोनों की सहायता से हम हमारे हृदय से जीवन बीता सकते हैं जो परमेश्वर ने हमें दिया है। तब हमारी सच्ची पहचान उभर कर आएगी और हमारे परिवार और समाज में हमारे रिश्ते आनन्द से परिपूर्ण हो जाएंगे।

कई बार सदमे से बहाली से पहिले परिवारों और समाज में मजबूत रिश्ते बनाना बहुत जरूरी होता है। तो कई बार पहिले सदमे से बाहर निकलना जरूरी हो जाता है ताकि हमे सच्चे रिश्ते स्थापित कर सकें। कई बार सदमों पर कार्य करने से पहिले ज्यादा परिपक्वता हासिल करना ज्यादा जरूरी होता है। लेकिन कुछ समय सदमों से हल तुरन्त प्राप्त करना इसलिए भी जरूरी होता है ताकि हम परिपक्वता की ओर चलते हुए फंस न जाएं। कोई स्थिर फार्मूला नहीं है। सब कुछ गलत हो जाता है तो परिपक्वता, सदमों से बहाली, विभाजन, परिवार और समाज के सहयोग और आत्मिक जरूरत को पहचाने और प्रार्थना करें कि जहाँ कही भी त्रुटि पाई गई है, परमेश्वर छुटकारे का प्रबन्ध करे।

यह पुस्तक *जीवन आदर्श* का परिचय है। जैसे आप इस अध्ययन सामग्री में आगे बढ़ते हैं। आप बहुत से व्यवहारिक प्रयोग पायेंगे: एक पूरे समाज को परिपक्वता हासिल करने की सहायता (अध्याय 2 में परिपक्वता सूचक चार्ट देखें) किसी की बहाली की आवश्यकता

को समझना। (अध्याय 3) जीवन-दायी परिवारों की स्थापना। (अध्याय 4) लोगों को परमेश्वर द्वारा दिए गये पहिचान में जीने में मदद करना। (अध्याय 5) ऐसी कलीसियाओं की स्थापना करना जहाँ सभी को लाभ होता है। क्योंकि सब परमेश्वर के परिवार के रूप में जीते हैं। (अध्याय 6) बाइबल कहती है कि परमेश्वर का राज्य शब्दों से नहीं सामर्थ से है। (1 कुरि 4:20) यहाँ पर प्रस्तुत विचार उतने ही अच्छे हो सकते हैं। जितने अच्छे उनके परिणाम होंगे। यदि यह प्रभावकारी हुआ तो जीवन आदर्श आपको परमेश्वर की उस सामर्थ जो आपके लिए उपलब्ध है। उसके प्रति आप में एक नया आभार होगा। इसका उद्देश्य आपको ऐसा जीवन जीने की चुनौती देना जो यीशु ने आपको दिया है। और इसका अर्थ है कि आपको एक भरपूर जीवन मिले। इसके लिए आपके प्रयत्न और परमेश्वर की सामर्थ की आवश्यकता है। और इसमें समय भी लगेगा। जब आप इस जीवनदायी प्रक्रिया से होकर गुजरते हैं, शेपर्ड हाउस के हम थैरेपिस्ट आपको परमेश्वर के सर्वोत्तम की शुभकामना देते हैं।

यदि अभी तक की यह अध्ययन सामग्री आपके लिए उलझन पैदा करने वाली या आपके दर्द को उभारने वाली है। तो कृपया इसे पढ़ना बन्द न करें। यदि आप परिपक्वता, बहाली और अपनापन और जीवन आदर्श के बाकि भाग को पढ़ें तो हम विश्वास करते हैं कि सब कुछ आपके लिए और भी स्पष्ट हो जायेगा। और हम आशा करते हैं कि अन्त में यह आपको और आपके समाज को भी आशिषित करेगा।

रिश्तो में प्रेम के बन्धन
और डर के बन्धन

प्रेम बन्धन	डर बन्धन
<p>1. प्रेम पर आधारित है और सत्य से, घनिष्ठता, आत्मीयता, आनन्द, शान्ति, धीरज और विश्वसनीय देन से चरित्रार्थ है।</p> <p>2. यह बन्धन इच्छा से आती है। (मैं आप से बन्धा रहना चाहता हूँ क्योंकि मैं आपके साथ रहना चाहता हूँ।)</p> <p>3. डर का बन्धन या तो पास आने से बढ़ता है। या फिर दूर जाने से बढ़ता है। (जितना मैं पास आता हूँ उतना मैं डरता हूँ इसलिए मैं दूर भागता हूँ और जब मैं दूर भागता हूँ तोभी मैं डरता हूँ। इसलिए मैं गलत तरीकों से पास आने की कोशिश करता हूँ।)</p> <p>4. हम नकारात्मक और सकारात्मक दोनों भावनाओं को व्यक्त कर सकते हैं। इस प्रकार का बन्धन सच्ची भावनाओं के आदान-प्रदान से पनपते हैं।</p> <p>5. दोनों साथियों को इस बन्धन से लाभ होता है। सब को जैसे वह है वैसे ही रहने के लिए प्रोत्साहित किया जाता है।</p> <p>6. सच्चाई इस बन्धन में व्यापत होती है।</p>	<p>1. भय पर आधारित है। दर्द, लज्जित करना, वंचित करना, शर्मिन्दगी, दोष बोध और तिरस्कार करने का, छोड़ देने का भय और अन्य नुकसादायक परिणाम</p> <p>2. यह बन्धन दूर करने की इच्छा से आती है। (मैं आप से बन्धे रहना चाहता हूँ क्योंकि मैं नकारात्मक भावनाओं को और दर्द से दूर रहना चाहता हूँ।)</p> <p>3. प्रेम बन्धन ज्यादा मजबूत होता है। जब हम एक-दूसरे के करीब आते हैं और जब एक-दूसरे से दूर जाते हैं। (जब मैं आपके करीब आता हूँ तब मैं आपको और भी अधिक जानता हूँ और जब मैं आप से दूर जाता हूँ तब भी मैं आपकी यादों से आशिषित होता हूँ।)</p> <p>4. हम सकारात्मक और नकारात्मक दोनों भावनाओं को व्यक्त नहीं कर सकते हैं। (नकारात्मक या सकारात्मक भावनाओं की अवहेलना करने से) या केवल नकारात्मक या केवल सकारात्मक भावनाओं से ही यह सम्बन्ध पनपता है।</p>

प्रेम बन्धन	डर बन्धन
<p>7. प्रेम के बन्धन निरन्तर बढ़ती और परिपक्व होती रहती है। लोगों को उनके हृदय को ढूँढने में प्रोत्साहित करती है।</p> <p>8. प्रेम बन्धन मस्तिष्क के आगे वाले हिस्से से कार्य करती हैं। जो आनन्द पर आधारित है और इस बात को नियन्त्रित करती है कि "मैं किस प्रकार अपने जैसा व्यवहार करूँ।"</p>	<p>5. केवल एक ही साथी को लाभ मिलता है। यह बन्धन लोगों को जैसे वे हैं। वैसे होने से रोकता है।</p> <p>6. धोखा और नकलीपन की जरूरत होती है।</p> <p>7. भय बन्धन के रोक एवं धमकियां निरन्तर बढ़ती रहती हैं। लोगों को अपने हृदय को ढूँढने से रोकती है।</p> <p>8. भय के बन्धन मस्तिष्क के पिछले हिस्से से कार्य करती है। और इस बात को नियन्त्रित करती है कि "मैं कैसे वह प्राप्त करूँ जो मैं प्राप्त करना चाहता हूँ।"</p>

परिपक्वता

परिपक्वता से अर्थ परमेश्वर द्वारा दिए गये अन्तर-निहित योग्यताओं को प्राप्त करना है। इसका अर्थ हमारी योग्यताओं, विशिष्टताओं में उत्तमताओं को प्राप्त करना है और हमारी व्यक्तित्व की बनावट के अनुसार पूर्ण कुशलता में बढ़ते हुए उन्हें प्रभावशाली रूप से उपयोग में लाना भी है।

परिपक्वता के ऊपर इस अध्याय में दिये हुई सूचना 20 वर्ष के पर्यवेक्षण, सर्वेक्षण और अनुभव का परिणाम है। शुरु में जिम विडलर इस बात से खेदित रहता था कि कुछ ही लोग ऐसे हैं जो परिपक्व होने के आधारभूत प्रयत्नों को वास्तविकता में समझ पाये हैं, और जो समझ पाये हैं। वे इन्हें शब्दों में ढाल कर दूसरों को सिखाने में असमर्थ थे। लेकिन हमारी भलाई के लिए वह बाइबल ज्ञान, चिकित्सा विज्ञान, स्नायु-विज्ञान, मनोविज्ञान सभी में उपलब्ध परिपक्वता के ज्ञान से उन्होंने प्रेरणा पाई। इस प्रकार अध्ययन और सभी क्षेत्रों का मिश्रण शुरु हुआ। और अभी जो आपके सामने है वह उन खोजों का एक परिचय है।

पहला अध्याय हम इस विचार से अवगत कराता है कि आवश्यक आनन्द की सामर्थ अन्य सभी परिपक्वता और वृद्धि के लिए नींव डालता है। रूचिकर बात यह है कि गलत नींव पर बना हुआ घर भी बाहर से कई सालों तक सुन्दर दिख सकता है। लेकिन

कुछ समय के बाद, मौसम और कठिन परिस्थितियां घर की खामियों को प्रकट कर देंगे। और घर भी धीरे-धीरे गिरावट की प्रक्रिया से होकर गुजरता है। उसी प्रकार लोग भी होते बिना आनन्द की सामर्थ्य के अर्थात् अविकसित आनन्द का केन्द्र जो कि मस्तिष्क के दांयी तरफ स्थित है। पहिले 20 या 30 सालों तक बिल्कुल ठीक जान पड़ता है। लेकिन जीवन के क्लेश और कष्ट-त्रुटि-पूर्ण निर्माण को प्रकट कर देंगे। और दर्दनाक गिरावट की प्रक्रिया शुरु हो जायेगी।

बिना मजबूत नींव के एक घर आंधी तूफान या भूकम्प के झटकों को सहन नहीं कर सकता है और न ही घर के रूप-रेखा की बदलावट के दबाव को भी वहन नहीं कर सकता है। उसी प्रकार एक व्यक्ति आनन्द की मजबूत नींव के रिश्तों के टूटने और नुकसान सह नहीं पायेगा। न ही उन्नति और परिपक्वता के दबाव को वहन कर पायेगा।

जैसा की आप देखते हैं कि नींव डालना एक बहुत ही जरूरी कार्य है। कोई भी वास्तुकार जानता है कि किसी भी निर्माण में एक मजबूत नींव ही एक बिल्डिंग को मजबूती और लम्बे समय तक टिकाये रहती है। तो उन लोगों का क्या होगा जिनकी आरम्भ से ही ठीक से नींव नहीं पड़ी शायद आप पूछेंगे। क्या उनके लिए बहाली और परिपक्वता की सारी सम्भावनाएँ खत्म हो गई हैं?

खैर यह हमारा सौभाग्य है कि पिछले पाँच सालों से न्यूरोसाइन्स ने इस संवेक्षण में कई कड़ियां जोड़ दी हैं जो हमारे इस प्रश्न का उत्तर देते हैं। जैसे हम उभरते विज्ञान में और विकसित सर्वेक्षण से सीखते हैं। तो हम परमेश्वर की अनन्त महिमा और प्रताप के सामने ठहर जाते हैं। अपनी सर्व बुद्धि में परमेश्वर जानता है कि कमियां तो रहेंगी इसलिए उसने मस्तिष्क को इसकी भरपाई करने की क्षमता के साथ बनाया है। जब मस्तिष्क के सभी भाग एक समय के बाद बढ़ना बन्द कर देते हैं तो भी मस्तिष्क का आनन्द का केन्द्र जो कि दांये कक्ष प्रिफोन्टल कोरटेक्स में स्थित है। यह ही केवल वह भाग है जिसमे बढ़ने की क्षमता कभी खत्म नहीं

होती है। हमारे मस्तिष्क का यह भाग ऐसा है। जिसकी बढ़ने की क्षमता जीवन भर बनी रहती है। जिसका अर्थ है। आनन्द की सामर्थ्य हमेशा विकसित हो सकती है।

आप पूछ सकते हैं कि यह कैसे बढ़ता है? यह सच्चे आनन्द से भरे रिश्तों के प्रति-उत्तर में बढ़ता है। हम यहाँ पर खोखले और छिछले रिश्तों की बात नहीं कर रहे हैं। जब लोग विश्वसनीय, घनिष्ठ रिश्तों में बन्ध जाते हैं जो वास्तविक आनन्द लाते हैं। मुझे तुम्हारे साथ होने में खुशी है। मस्तिष्क का यह भाग कभी भी बढ़ सकता है। हालांकि यह भाग अनुकूल विकास के समय-काल में धीरे-धीरे ही बढ़ता है। लेकिन इसका निष्कर्ष यही है कि इसकी नई नींव कभी भी डाली जा सकती है और टूटी नींव की मरम्मत की जा सकती है। और भंग हुई परिपक्वता को उसी हालत में रहने की आवश्यकता नहीं है।

भय बन्धन और प्रेम बन्धन

परिपक्व होने के लिए लोगों के बीच में घनिष्ठता की आवश्यकता है। ये ही वह नींव है जिस पर परिपक्वता का निर्माण होता है। घनिष्ठता वह सम्पर्क है जो हमें शक्ति प्रदान करता है, हमारे कार्य को प्रेरणा देता है और हमारी पहिचान को स्थापित करता है। हमारे रिश्तों में जो हम पाते हैं और देते हैं वह ही निर्धारित करता है कि हमारे लिए महत्वपूर्ण क्या है। दो प्रकार के सम्बन्ध होते हैं जो एक-दूसरे से बिल्कुल अलग और अतुलनात्मक होते हैं। एक भय पर आधारित होता है और एक प्रेम पर आधारित होता है। भय का बन्धन नकारात्मक भावनाओं और दर्द को दूर रखने की इच्छा से बनाये जाते हैं। प्रेम बन्धन उन लोगों की इच्छा और आनन्द और उनके साथ रहने की इच्छा से बनाये जाते हैं जो हमारे लिए महत्वपूर्ण है। भय बन्धन लोगों को, दर्द से दूर रखने की सामर्थ्य देता है। जैसे- तिरस्कार, डर, शर्मिन्दगी, लज्जित होना, छोड़ दिये जाना, दोष भावना और यहाँ तक की शारीरिक प्रताड़ना। प्रेम बन्धन लोगों को सच्चाई में, नजदीकी में, आनन्द, शान्ति, धीरज, दया और सच्चे दान देने आदि के लिए प्रेरित करता है।

जब लोग प्रेम बन्धन में होते हैं तो एक विशेष प्रकार की शक्ति उन दोनों के बीच में बहती है। जैसे उनकी नजरें मिलती हैं। वहाँ ऐसी चमक उत्पन्न होती है जो दोनों को शक्ति प्रदान करता है। वे एक दूसरे के साथ होने के पलों को इन्तजार करते हैं क्योंकि उनमें उस नजदीकी की चाहत होती है। जिसे वे एक दूसरे के साथ बांटते हैं। जब सम्बन्ध में भय राज करता है। एक साथ होने के समय का इन्तजार भी चिन्ता से भर जाता है। दूर होने से भी व्याकुलता बढ़ जाती है।

हमारे बढ़ने की उम्र में जो प्रेम बन्धन और भय बन्धन हम अनुभव करते हैं। वे ही निर्धारित करते हैं कि हम स्वयं को किस प्रकार प्रेरित करेंगे। जब भय हमें प्रेरित करता है तो हम स्वयं को धमकी देते हैं कि क्या होगा। यदि मैं समय पर न जाऊँ, पतला न बनूँ, धन न बचाऊँ, अपने साथी को गुस्से से न बचाऊँ। हम उन बातों के लिए सोचते हैं जो गलत हो सकती हैं। हम चिन्ता करते हैं। दोषी अनुभव करते हैं, शर्मिन्दा होने से दूर भागते हैं और दूसरों पर दोष लगाते हैं। हम भावनात्मक रूप से निलम्बक्य हो जाते हैं। हम हमारी योग्यता के बहुत नीचे स्तर पर काम करते हैं।

लेकिन दूसरी ओर प्रेम बन्धन हमें दबाव में भी विश्वास-योग्य बने रहने के लिए प्रेरित करता है। ताकि हम दूसरों की मदद कर सकें ताकि वे भी वे बन सकें जिन्हें होने के लिए परमेश्वर ने उन्हें सृजा है। जिनसे हम प्यार करते हैं। उनके नजदीक होने के लिए तैयार रहना, दुःख उठाने के लिए भी तैयार रहना और जब हमे उनके कारण चोट पहुंचती ही तब उन्हें यह बताने के लिए भी तैयार रहना। हम यही सोचते हैं कि परमेश्वर उन्हें कैसे देखता है। हम भय से नियन्त्रित नहीं होते हैं। क्योंकि हम जानते हैं कि उन बातों से जो हमारा ध्यान और समर्पण मांगती है। कुछ और बातें भी हैं जो महत्वपूर्ण हैं। प्रेम में भय नहीं है क्योंकि सिद्ध प्रेम भय को दूर कर देता है।

भय बन्धन और प्रेम बन्धन एक ही परिवार में एक ही व्यक्ति में हो सकता है। अन्त में एक भय बन्धन या एक प्रेम बन्धन प्रबल हो जायेगा। वह भय बन्धन या प्रेम बन्धन इतना बढ़ जायेगा कि वह एक व्यक्ति या पूरे परिवार पर हावी हो जाता है। जैसे हम बढ़ते हैं और मन में चंगाई प्राप्त करते हैं। हम भय बन्धन को पीछे छोड़ देते हैं और उनके स्थान पर प्रेम बन्धन को स्थापित करते हैं। हमें हमारे उन लक्ष्यों से चलते हैं जिनकी हम इच्छा करते हैं न कि उन खतरों से जिन से हम डरते हैं, एक ही भय है जिससे कोई भी भलाई हो सकती है, वह है परमेश्वर का भय। क्योंकि यदि हम भय से भी हमारी आखें उस पर लगाये रखते हैं जो हम हमेशा यही पाएंगे कि वह हमसे प्यार करता है।

भय बन्धन को प्रेम बन्धन में बदलना

एक तरीका जिससे आप पहचान सकते हैं कि आप प्रेम बन्धन में है या नहीं वह है कि आप उस व्यक्ति के साथ होने के बाद कैसा अनुभव करते हैं। यदि आप उस व्यक्ति के साथ होने से स्वयं को संतुष्ट, शक्ति-वर्धक, सुरक्षित और आत्म-विश्वास से भरा हुआ महसूस करते हैं जो सम्भवतः आप प्रेम बन्धन में है। प्रेम बन्धन हमें शक्ति प्रदान करता है और हमारी उत्तमता को बाहर लाता है। लेकिन यदि किसी व्यक्ति के साथ रह कर आप व्याकुल, चिन्ता, उलझन और थका हुआ अनुभव करते हैं तो सम्भव है कि आप भय बन्धन में है।

यद्यपि यह कठिन है। लेकिन भय बन्धन को प्रेम बन्धन में बदलना सम्भव है। जब आप यह सफलता-पूर्वक कर लेते हैं जो दोनों लोग को आनन्द के अनुभव करना और आनन्द को लौटने की सम्भावनाएं और भी बढ़ जाती है। इस महत्वपूर्ण परिवर्तन को लाने के लिए आपको पहले अपने विषय में इन दो प्रश्नों का उत्तर देना होगा। 1. क्या मैं अपने आप को जानता हूँ? यदि मैं जो हूँ उसके अनुरूप व्यवहार करूँ तो कैसा होगा? 2. क्या मैं इस रिश्ते में अपने होने के सच्चे अहसास को बनाये रख सकता हूँ?

भय बन्धन को प्रेम बन्धन में बदलने के लिए जरूरी कदम

1. स्वयं को जानिए और आनन्द उठाइए

एक प्रेम सम्बन्ध के लिए जरूरी है दो व्यक्ति जो स्वयं के सच्चे रूप को पहचानते हैं। इसलिए किसी भी घनिष्ठ रिश्ते में प्रवेश करने से पहिले यह जानना जरूरी है कि आप कौन है। और अपनी खूबियों में खुश होना भी है। उदाहरण के लिए आपको सबसे ज्यादा क्या संतुप्त करता है? अपने व्यक्तिगत विशेषताओं में से कौन सी विशेषताओं के लिए आप गर्व अनुभव करते हैं? वे कौन सी बातें हैं जिनसे आप आनन्द अनुभव करते हैं? क्या आप दुखी करने वाली भावनाओं से इस प्रकार लौट पाते हैं, जिनके लिए आपको फिर पश्ताना न पड़े? क्या आपको ऐसा लगता है कि आपको दूसरों के द्वारा पसन्द किये जाने के लिए किसी पदवी या धन-दौलत की जरूरत है? आप के अभी के रिश्ते क्या प्रेम से या जरूरत के कारण या भय के कारण हैं? क्या आप अपने रिश्ते में वास्तविक रूप में है या कुछ और जो आप नहीं हैं? क्या आप दूसरे लोगो को अनुमति देते हैं कि वे भी अपने वास्तविक रूप में आपके साथ रहे?

जब आप सच्चाई से इन प्रश्नों का उत्तर ढूंढते हो और आप अपने वास्तविक रूप को अपने रिश्तों में जाहिर करते हो तो आपको कई भय और रुकावटों का सामना करना पड़ सकता है। याद रखें की हम सभी के लिए आरम्भिक परिवर्तन आसान और सुविधाजनक नहीं है। लेकिन यदि आपको विश्वास और धैर्य रखने का साहस है, तो आप वास्तविक रूप का आनन्द उठायेंगे और दूसरों के साथ प्रेम सम्बन्ध बनाने की सम्भावनाएं बढ़ जाएंगी।

2. स्वयं के कर्म और भावनाओं की जिम्मेदारी लें

भय बन्धन में लोग सोचते हैं कि उन्हें खुद समझना पड़ेगा कि अगला व्यक्ति क्या सोच रहा है और कैसा महसूस कर रहा है। और फिर उन्हें वे तरीके ढूंढने पड़ेंगे की उन्हें कैसे नाराज

होने से बचाया जाए। हो सकता है कि हम दूसरों के मन को पढ़ पाएं लेकिन हम इस बात को नियन्त्रित नहीं कर सकते हैं कि वे कैसे प्रतिक्रिया करेंगे। न ही यह हमारी जिम्मेदारी है। हम केवल अपनी प्रतिक्रिया के लिए उत्तरदायी हैं। उन्हें ही हम नियन्त्रित कर सकते हैं। हम अपने रिश्ते में भय डाल रहे हैं। जब हम नियन्त्रण करते हैं, अपनी इच्छा पूरी करने के लिए गुमराह करते हैं या अपने आप को अगले व्यक्ति से काट लेते हैं ताकि अगले व्यक्ति को यह अन्दाजा लगाना पड़े कि हम क्या सोच रहे हैं और कैसा अनुभव कर रहे हैं। जब हम अपने आप की जिम्मेदारी लेते हैं और दूसरों को नियन्त्रित करने की कोशिश नहीं करते हैं तो हम यह संदेश दे रहे हैं कि हम भय या निराशा से प्रभावित होकर काम नहीं कर रहे हैं और न ही उन्हें ऐसा करने की जरूरत है।

3. अपने रिश्तों में मौजूद भय बन्धन को पहिचानें

अक्सर हम उन भयों से अवगत नहीं होते हैं जो हमारे रिश्तों को प्रेरित करती है। विशेष रूप से भय बन्धन निम्न भय के चारों ओर बनी होती है।

- अ. तिरस्कार का भय “मुझे वह सब कुछ करना होगा जो है कर सकता हूँ ताकि यह रिश्ता बना रह सके।”
- ब. क्रोध का भय “मैं किसी के क्रोध के सामने खड़े नहीं रह सकता हूँ।”
- स. शर्मिन्दगी का भय “मैं नहीं चाहता कि कोई मेरी कमियों को या गलतियों को जाने।”

4. परिणामों को नियन्त्रित करना छोड़ दें

प्रेम बन्धन आनन्द में आपके लौटने की क्षमता पर आधारित है। इसलिए यह दूसरों के व्यवहार और प्रतिक्रिया पर आधारित नहीं है। जबकि यह इस बात पर निर्भर करता है कि आप हर परिस्थिति में वास्तविक बने रहें और यह जानें कि आप ऐसे व्यक्तित्व हैं जिसे सब पसन्द करते हैं। यह बहुत ही रूचिकर है कि जब आप

रिश्तों को नियन्त्रण करने की आवश्यकता को और दूसरे के व्यवहार की जिम्मेदारियों को छोड़ देते हैं और केवल स्वयं पर ध्यान केंद्रित करते हैं जो आप वे सब नतीजे देखेंगे जिसकी आप आशा कर रहे हैं।

एक गाँव और एक परिवार

एक समाजिक जीवन तब अच्छा होता है। जब लोग जीवनदायी रिश्तों में अपने जीवन के हर स्तर पर रहते हैं। शिशुओं को अपने चारों तरफ बढ़ें बच्चे, युवा, माता-पिता और बुजुर्गों की जरूरत होती है ताकि वे जीवन के अगले स्तर में पहुंचने के पाठ सीख सकें। यही बात सभी उम्र के लोगों के लिए सही है। बुजुर्गों को बच्चों की जरूरत होती है। जितना बच्चों को बुजुर्गों की जरूरत होती है। हम सभी को हर उम्र में सकारात्मक रिश्तों की जरूरत होती है। ताकि हम उस उम्र के जीवन में सफलता पा सकें।

परिपक्वता कभी खत्म नहीं होती है। और लोगों को निरन्तर बने रहने वाले परिवारों और रिश्तों की आवश्यकता कि वे कौन है। और अपने प्रेम करने वालों के द्वारा निरन्तर याद दिलाने की जरूरत है कि वे कौन हैं। हम अध्याय 4 में देखेंगे की एक परिवार का हिस्सा होना सभी की जरूरत है। चाहे वह विधवा हो, अनाथ हो, और बिना बच्चों के हो या कुंवारे लोग हों।

1996 में अमेरिकन प्रेशिडेन्शियल डेरौन में एक विवाद रिपब्लिक और डेमोक्रेट की बीच में इस प्रकार रखी गई कि क्या एक बच्चे की परवरिश में परिवार और गाँव की भूमिका है या नहीं। हम यहाँ पर यह कहना चाहते हैं कि मनुष्य की परिपूर्णता को प्रभावित करने वाली परिस्थितियों का अध्ययन करने के बाद हम बिना किसी संदेह के इस निष्कर्ष पर पहुँचे हैं कि एक बच्चे की परवरिश में गाँव और परिवार की अहम् भूमिका है।

परिपक्वता के विभिन्न चरण

यहाँ पर परिपक्वता के विभिन्न चरणों के रूपरेखा दी गई है। एक व्यक्ति की जैविक उम्र उसकी परिपक्वता को निश्चित नहीं

करती है। लेकिन निश्चित आयु में आपेक्षित परिपक्वता प्राप्त करना जरूरी है। प्रत्येक चरण में उससे पहिले के चरणों की आवश्यकताएँ और कार्य पूरा होना जरूरी है। यहाँ पर जो आयु का व्योरा दिया गया है। वह बताता है कि अमुक कार्य सबसे पहिले किस उम्र में होना चाहिए। वे समय से पहिले प्राप्त नहीं किये जा सकते हैं। लेकिन यदि वे छूट जाये तो उन्हें उम्र के अन्य पड़ाव पर भी हासिल किया जा सकता है। “परिपक्वता सूचक” इसे समझाता है। और इस अध्याय के अन्त में दिये गये चार्ट इस जानकारी को और भी स्पष्ट कर देगा।

शिशु (0-3) इस विचार के अधीन हम “शिशु” इस शीर्षक को अक्सर उपयोग करेंगे बच्चों के लिए भी और उन व्यस्क के लिए भी जिनकी परिपक्वता 0-3 वर्ष के चरण पर है। शिशु को आधारभूत जरूरत बेशर्तिय प्रेम और देखभाल की है। पाना हमेशा देने से आगे होता है। हम कभी भी प्रभावशाली रूप से नहीं दे सकते हैं यदि हमने पाया न हो। जब हमारी आधारभूत निर्भरता की आवश्यकता पूर्ण रूप से पूरी होती है। तो हमे आत्म-निर्भर होने और अपनी देखभाल स्वयं करने की प्रेरणा मिलती है। लेकिन यदि हमारी आधारभूत निर्भरता की जरूरत यदि पूरी न हो तो हम हमारे जीवन के शेष दिनों को भी दूसरों के द्वारा हमारी जरूरतों को पूरी कराने की कोशिश करते रहेंगे। इसलिए इस उम्र में अभिवाहकों को शिशु की जरूरतों को पहचान कर पूरी करनी चाहिए कि उस नन्हे व्यक्ति को कब खिलाना है, कब गोद में उठाना है, और कब तसल्ली देना है, और कब उसे सुलाना है। जैसे-जैसे शिशु बढ़ता है अभ्यास और अनुशासन भी जरूरी है। लेकिन अनुशासन 0-3 साल के बच्चों की प्राप्त करने की जरूरत से बढ़कर नहीं है।

जैसे पहिले बताया जा चुका है कि आनन्द का विकास पहिले चरण की नींव है। शिशु को किसी की आँखों की चमक बनना जरूरी है और उन्हें उन लोगों के साथ जो उनके साथ होने में खुश होते हैं ताकि वे खुश होना सीख सकें और यह जान सकें

की खुश रहना साधारण स्थिति है। यह परिस्थितियां उनके आनन्द के केन्द्र को विकसित करेंगी जो उनकी भावनात्मक प्रणाली पर जीवन भर सर्वोच्च नियन्त्रण रखेंगे। पहिले साल के सारे विकास आनन्द का निर्माण करने में समर्पित होती है। जब बच्चा 12 महीने का हो जाता है तो वह हर अप्रिय भावना से आनन्द की ओर लौटने का प्रयत्न करता है।

कई नवजात अत्यधिक आवश्यकता वाले शिशु होते हैं और उन्हें ऐसे अभिवाहकों की आवश्यकता होती है जो उनकी आशाहीनता को उतनी गम्भीरता से ले और उन्हें उतना जीवन दे सके जिसकी उसको जरूरत है। बच्चे के रोने की अनदेखी यह सोच कर करना कि वह आखिरकार रोना बन्द कर देगा। शायद ऐसा करने से बच्चा रोना बन्द कर देगा लेकिन यह तरीका उसे वह सुरक्षा और राहत नहीं देता है। जिसका असर उसके व्यस्क जीवन के भावी विकास पर पड़ेगा।

माता पिता के साथ विश्वास और सम्बन्ध का विकास करना इस चरण पर बहुत ही महत्वपूर्ण है। इस सम्बन्ध के लिए स्पर्श, समय और नजदीकी की जरूरत है। जिसके लिए माता और पिता दोनो को निवेश करना चाहिए और शामिल होना चाहिए। शिशु इस चरण में “वे कौन हैं” इस तस्वीर को विकसित करना शुरू कर देते हैं। उन प्रतिबिम्बों के आधार पर जो महत्वपूर्ण लोगों के नजरों में अपने लिए देखते हैं। जब एक शिशु उन लोगों से घिरा होता है जो उसे उस प्रकार देखते हैं। जैसे परमेश्वर उन्हें देखता है। उस व्यक्ति के रूप में जैसे परमेश्वर ने उसे बनाया है। ये चेहरे उस छोटी उम्र में ही उसे उसके मूल्य और महत्व की जानकारी देंगे।

“व्यस्क शिशु” जिन्हें इन महत्वपूर्ण क्षेत्र में बचपन में यह सब नहीं मिला वे व्यस्क होकर भी जरूरतमन्द होंगे। वे भावनात्मक रूप से अपनी देखभाल नहीं कर पायेंगे और दूसरे से महत्वपूर्ण वस्तुओं को सही रीति से प्राप्त नहीं कर पायेंगे। व्यस्क शिशु अपनी

जरूरतों को बता नहीं पाते हैं क्योंकि उन्हें लगता है कि यदि दूसरे उनके लिए वास्तव में चिन्ता करते हैं तो वह उनकी जरूरत को आप ही भांप लेंगे। व्यस्क शिशु आलोचनाओं को सह नहीं पाते हैं। यदपि वह सही और सृजनात्मक हो क्योंकि उन के लिए कोई भी नकारात्मक दोष व्यक्तिगत हमला है। वे अक्सर रिशतों, जमीन, शक्ति और पदवी के लिए गहरे अधिकार और अंकुश जताने वाले होते हैं। वे भय बन्धन का उपयोग करते हैं कि दूसरे उनसे बन्धे रहे और जबकि “अत्यधिक स्फूर्तिमान” व्यस्क शिशु कई क्षेत्रों में उत्तरदायी नजर आते हैं। जैसे व्यक्तिगत धन का अच्छा प्रबन्ध, समय-पालक, और भरोसेमन्द लेकिन भावनात्मक रूप से वे बहुत ही अपंग होते हैं जो उनके लिए सफलता-पूर्वक रिशतों को निभाने में कठिनाई उत्पन्न करती है।

बच्चा (4-12): जब एक बच्चा अपनी जरूरत को बता पाता है जो वह अगले चरण के परिवर्तन को दर्शाता है। यह वह आनन्द मनाने का कारण है कि शिशु अपने बचपन को छोड़ कर अपना ध्यान रखना शुरू करता है। जब तक बच्चा युवा अवस्था की ओर बढ़ता है तब तक उसके लिए यह जरूरी है कि वह प्रेम को बिना कामों के प्राप्त कर सके। ईनाम कमाया जाना चाहिए लेकिन प्रेम नहीं। प्रेम बेशर्तिय होना चाहिए। जब किसी परिस्थिति में बच्चे को अपने माता-पिता की देखभाल करनी पड़ती है तो परिस्थितियां उलटी हो जाती हैं। यदपि अभिवाहक बने बच्चे जो बड़ों की भावनात्मक रूप से या शारीरिक रूप से देखभाल करते हुए पाते हैं तो वे बाहर से बहुत ही परिपक्व जान पड़ते हैं लेकिन उनकी जरूरतें पूरी नहीं हो पा रही हैं और यह किसी समय निश्चय ही उनके भावनात्मक विकास में कमी लायेगी जो उनके व्यक्तित्व को अपूर्ण बना देगी।

स्वयं की देखभाल करना का अर्थ निम्न कार्यों में निपुणता को हासिल करना है।

1) एक बच्चा जब यह बोल पाता है कि वह क्या अनुभव करता है और क्या सोचता है और उचित रीति से बता सकता है

कि उसे क्या चाहिये। व्यस्क जिन्होंने यह नहीं सीखा वे बहुत चिड़चिड़े रहते हैं क्योंकि उनकी जरूरतें पूरी नहीं होती हैं और वे नहीं जानते हैं कि किस तरह अपनी बात दूसरे को समझायें।

- 2) बच्चों को यह जानना सीखना चाहिए कि उन्हें क्या संतुष्ट करता है। यदि लोग यह नहीं जान पाते हैं कि उन्हें क्या संतुष्ट करता है तो दूसरे लोग यह निश्चित करते हैं कि उन्हें क्या संतुष्ट करता है।
- 3) बच्चों को कठिन कार्य करना सीखना है जिसके लिए बढ़ते धीरज और नियमितता की आवश्यकता है और जिसके लिए निर्देश की जरूरत है। दुर्भाग्यपूर्ण अमेरिका में आजकल जो नया ट्रेन्ड चल रहा है। “उपाधि” जिसके अनुसार यदि आप योग्य हैं तो आपको कठिन कार्य करने की जरूरत नहीं है। यह गलतफहमी सभी परम्परागत बुद्धि के विरुद्ध तो है ही लेकिन यह परिपक्वता की उन्नति को बहुत सीमित कर देती है।
- 4) बच्चों को उनके व्यक्तिगत योग्यताओं और संसाधन को विकसित करना चाहिए। नहीं तो उनका जीवन बेकार और असंतुष्ट गतिविधियों से भर जायेगा।
- 5) स्वयं की देखभाल करने का अर्थ स्वयं को समझना और दूसरों के ऊपर स्वयं को जाहिर करना है।
- 6) बच्चों को यह पहचानना बहुत जरूरी है कि वे अतीत के साथ कैसे जुड़े हैं और कैसे वे पूरी तस्वीर का हिस्सा हैं। अपने इतिहास को समझने से बच्चे वर्तमान को ठीक से समझ पाते हैं और अपने भविष्य को अच्छे से संवार सकते हैं। जब बच्चे जीवन की पूरी तस्वीर को समझ पाते हैं तो वे पहचानते हैं कि उनके पास वह योग्यता है। जिससे वे व्यक्तिगत रूप से इस संसार पर प्रभाव डाल सकते हैं।

व्यस्क बच्चे जिनका शरीर तो बढ़ गया है लेकिन भावनात्मक रूप से वे बच्चों की परिपक्वता के स्तर पर हैं। वे हमेशा आत्म-केन्द्रित होते हैं। व्यस्क शिशु की अपेक्षा जो अपनी देखभाल नहीं कर पाते

हैं। व्यस्क बच्चे अपनी देखभाल कर सकते हैं लेकिन वे केवल अपनी देखभाल ही कर सकते हैं और वह भी अक्सर दूसरों की अवहेलना करते हैं।

व्यस्क 13 वर्ष से पहले बच्चे के जन्म तक: जब एक व्यस्क बच्चे के स्तर से ग्रेजुएट हो जाता है तो आप उसे पहिचान सकते हैं। क्योंकि वह आत्म-केन्द्रित बच्चे से स्वयं और दूसरों पर केन्द्रित व्यक्तित्व में स्थानान्तरित हो जाता है। एक बच्चे को यह सीखने की जरूरत होती है कि वह कैसे अपने लिए निष्पक्ष बने। दूसरी ओर एक व्यस्क स्वयं और अन्य दोनों के लिए निष्पक्षता पर केन्द्रित होता है। कैसे मैं हम दोनों के प्रति निष्पक्ष होऊँ। “पारस्परिकता” व्यस्क होने की निशानी है। क्योंकि वह एक ही समय दो जनों की देखभाल कर सकता है। जब एक व्यस्क शरीर का व्यक्ति जब व्यस्क के स्तर के परिपक्वता के नीचे कार्य करता है तो आप इस बात को बातचीत के अन्त में पहचान जायेंगे क्योंकि उससे बातचीत करने पर आपको पारस्परिकता का अनुभव नहीं होगा। और आप इस भावना के साथ लौटेंगे कि इस रिश्ते को बनाये रखने के लिए आपको और ज्यादा देना होगा, और ज्यादा सुनना होगा और ज्यादा सहना होगा लेकिन वे आपके लिए ये सब करने के लिए तैयार नहीं होंगे।

व्यस्क जानते हैं कि किस प्रकार कठिन परिस्थिति में भी स्थिर रहा जा सकता है और वे खुद को और दूसरों को आनन्द की ओर लौटा सकते हैं। लोग जो यह नहीं कर सकते हैं वे कुछ भावनाओं की अवहेलना करेंगे या उन से भाग जायेंगे और या फंस जायेंगे और अपने कई प्रयत्नों को और रिश्तों को अपंग बना देंगे। उदारहण के लिए यदि मैं क्रोध की अवहेलना करूँ तो एक दिन में फूट पड़ूँगा और रोष दिखाऊँगा। यदि मैं विफलता और शर्म में फंस गया तो मैं निराशा में गिर जाऊँगा और यह मुझे आत्म-हत्या तक ले जायेगा। और यदि ड्रग्स और गलत सम्बन्धों में पड़ कर अपने दर्दों और तिरस्कार से भागूँगा तो मैं केवल अपने कष्ट और पीड़ाओं को ही बढ़ाऊँगा।

अपने साथियों के साथ जुड़ना और एक समूह के साथ अपनी पहचान बनाना भी व्यस्क स्तर का कार्य है। युवा पीढ़ी तभी उन्नति करती है जब उन्हें अपने साथियों के बीच में उचित शक्ति के उपयोग करने, सफलता प्राप्त करने और अपने समाज में सच्चाई और निष्पक्षता हासिल करने की अनुमति हो।

अपने समाज का अभिन्न हिस्सा होना और प्रभावशाली रूप से सहयोग करने का अवसर भी जरूरी है, किसी ऐसी इकाई का हिस्सा होना जो मुझ से बड़ी है जो हमें शक्ति और प्रेरणा देता है।

अन्त में, एक व्यस्क को अपने हृदय की चरित्र की गहराई को व्यक्तिगत रूप से बांटने की जरूरत है। जब लोग यह जान जाते हैं कि वे वास्तव में कौन हैं और परमेश्वर ने दिये चरित्र की खूबसूरती और शक्ति को पहचान जाते हैं। उनकी लगन, उद्देश्य, योग्यताएं और दर्द सभी एक साथ आकर यह परिभाषित करते हैं कि आखिरकार वे कौन हैं। जितना ज्यादा वे अपनी अद्वितीय पहचान को अपने शब्दों में और कार्य में प्रदर्शित कर पाते हैं। उतना वे सही स्थान पर होते हैं कि वे सच्चाई के साथ जी सकें और कह सकें।

अभिवाहक पहिले जन्म से सबसे छोटे बच्चों के व्यस्क होने तक: शारीरिक रूप से माता-पिता बनने का यह अर्थ नहीं है कि आप अभिवाहक होने की परिपक्वता के स्तर पर आ चुके हैं। जबकि बहुत से माता-पिता इस स्तर पर नहीं पहुंचे होते हैं। आप जानते हैं कि आप अभिवाहक होने की उम्र में हैं, लेकिन यदि आप बिना कुड़कुड़ाये त्याग के साथ अपने बच्चों की देखभाल करने के लिए तैयार हैं और आपके प्रयत्नों के बदले में कुछ पाने की अपेक्षा नहीं रखते हैं। आप कभी-कभी थक जायेंगे या कार्य की अधिकता से घबरा जायेंगे। लेकिन फिर भी आप अपने त्याग के महत्व को समझेंगे न कि कुड़कुड़ायेंगे। दुर्भाग्य-पूर्णता से उपाधि का तत्व-ज्ञान भी आधुनिक परवरिश में आ चुका है। मेरे पदवी के कारण जो कुछ कार्य मुझे करने पड़ते हैं उनके कारण मैं अपना

समय, धन और सामाजिक गतिविधियों का बलिदान नहीं कर सकता हूँ। हम यहाँ पर स्पष्ट कर देना चाहते हैं कि परवरिश में त्याग अनिवार्य है। लेकिन यह नहीं है कि हम जो हैं उसका त्याग कर दें लेकिन इसका अर्थ है कि जो हम हैं, वे हम बन जायें।

माता-पिता के लिए यह अति आवश्यक है कि वे अपने परिवार को सुरक्षा देना, सेवा करना और अपने परिवार का आनन्द उठाना सीखें।

जब माता पिता अपने परिवार में यह तीन काम करते हैं तो परिवार में प्रत्येक सदस्य संतुष्ट अनुभव करेंगे। इन तीनों में संतुलन बनाने के लिए समाज का सहयोग और परिपक्व अभिवाहकों की सहयोग की आवश्यकता है जो पहले ही इस पथ पर चल चुके हैं।

परिपक्व माता-पिता यह भी पहचानते हैं कि वे अकेले अपने बच्चों की वह हर जरूरत पूरी नहीं कर सकते हैं जिनकी उनको जरूरत है। इसलिए ये माता-पिता बुद्धिमान हैं जो आत्मिक परिवार के सदस्यों को उनके जीवन में अनुमति देते हैं। अन्य महत्वपूर्ण लोग जो उनके बच्चों के जीवन में उनकी सहायता करते हैं कि वे वह बन सकें जिसके लिए उन्हें रखा गया है।

साथ ही में परिपक्व माता-पिता अपने बच्चों को कठिन परिस्थिति से उभार कर सभी अप्रिय भावनाओं से उन्हें आनन्द की ओर लौटने में मदद करते हैं। जैसा कि आप देख सकते हैं कि आनन्द की ओर लौटना हमेशा महत्वपूर्ण है।

अन्त में परिपक्व अभिवाहक होने का अर्थ अपने परिवार में परमेश्वर को प्रदर्शित करना है। जब आप यह पूरा कर लेते हैं। जो आप परिपक्वता के अन्तिम स्तर से ग्रैजुएट होने के लिए तैयार है।

वृद्धावस्था, आपके सबसे छोटे बच्चे के व्यस्क होने से शुरु होता है: दुःख की बात है कि हमारे समाज में अधिकतर लोग इस परिपक्वता के स्तर पर नहीं पहुंच पाते हैं। यह बहुत ही दुर्भाग्य

की बात है। क्योंकि किसी भी देश, समाज, स्कूल या कलीसिया की इकाई की सफलता का सम्बन्ध उस ईकाई के बुजुर्गों से होता है जो कि निर्देश देते हैं और सलाह देते हैं। एक वृद्ध की परिपक्वता प्राप्त करने के लिए यह जरूरी है कि उस व्यक्ति ने अपने बच्चों को परिपक्वता में बढ़ा किया हो और उससे पहिले के सभी परिपक्वता की अपेक्षाओं को पूरा किया हो।

सच्चे बुजुर्ग कठिनाईयों में भी अपने वास्तविक स्वरूप में कार्य कर सकते हैं। वे अपने समाज के लिए एक उचित पहचान को ढूंढ सकते हैं जो परमेश्वर ने उनके समाज के लिए ठहराई है। न कि वह जो वह अपने समाज से चाहते हैं। उससे भी बढ़कर वे समाज के सभी लोगों को वैसे देख सकते हैं जैसे परमेश्वर उन्हें देखते हैं। उनके बीते जीवन की कमियों और रूप को नजर-अन्दाज करके वे उन्हें जिस अभिप्राय से बनाया गया है, उस प्रकार देख सकते हैं।

सच्चे वयोवृद्ध अपने समाज की परवरिश करने और उन्हें परिपक्वता में बढ़ाने की इच्छा रखते हैं। वे ऐसा करने के लिए योग्य हैं। क्योंकि उन्होंने अपने जीवनकाल के अनुभव से यही सीखा है। वे आलोचना और तिरस्कार को ठीक से सम्भालना जानते हैं। और वे उन परिस्थितियों में भी सच कहेंगे जब यह आसान नहीं होगा न ही उनकी तारीफ के योग्य होगा। वे बिना प्रशंसा की अपेक्षा की सेवा कर सकते हैं। जरूरत के बदलावट और वृद्धि को उत्साहित कर सकते हैं। जवान लोगों की निपुणता और शक्ति में मगन हो सकते हैं और समाज की भलाई को व्यक्तिगत न्याय और प्राथमिकता से अधिक स्थान दे सकते हैं।

अन्त में, सच्चे वयोवृद्ध यह समझते हैं कि जिनके शारीरिक परिवार नहीं है उन्हें सच्चे, जीवित और प्रेम करने वाले आत्मिक परिवार की जरूरत है कि वे चंगाई पा सकें, बढ़ सकें और जीवित रह सकें इसलिए सच्चे वयोवृद्ध परमेश्वर की आवाज के प्रति संवेदनशील रहते हैं। जब परमेश्वर एक आत्मिक दत्त लिये जाने की परिस्थितियों को तैयार करता है और वे अपने आत्मिक बच्चों को वही निस्वार्थ प्यार देने के लिए तैयार रहते हैं जो उन्होंने अपने शारीरिक बच्चों को दिया था।

विभिन्न स्तर के मध्य, अवस्था अन्तर लाना

परिपक्व हो रहे लोगों के लिए यह जानना जरूरी है कि परिपक्वता का नया दौर शुरु होने से पहिले कुछ हद तक चिन्ता और व्याकुलता बढ़ जाती है। उदारहण के लिए यौवनावस्था में प्रवेश करने पर (जूनियर स्कूल से हाई स्कूल में प्रवेश करना ही कई चिन्ताओं की ले आती है।) लेकिन यह वह चिन्ता भी है जो हर स्तर पर आती है। उदारहण के लिए अपने अन्तिम बच्चे को व्यस्क बना देना और अपने समाज में एक सच्चे वयोवृद्ध बनना। जब समाज यह जानता है कि यह व्याकुलता निश्चय ही अगले स्तर पर जाने का मार्ग है तो यह लोगों को इस अवस्था अन्तर से हो कर गुजरने में सहायता करता है। इस प्राकृतिक रूप से आने वाली समस्या को “मध्य कालीन” जीवन की समस्या कहते हैं।

यह जानना कि चिन्ता परिपक्वता के नये दौर का एक सामान्य हिस्सा है। हमें एक नई सामर्थ प्रदान करती है जो हमें इस दौर से गुजर जाने में सहायता करता है। ताजगी से भरने वाली इस नई सामर्थ से हम समस्या को पहचान सकते हैं- परिपक्वता के पिछले स्तर के कई कार्यों के अधूरे छूटने से भी व्याकुलता हो सकती है। लेकिन उन्नति की खुशी और परिपक्वता में हम से आगे चल रहे लोगों के मार्ग-दर्शन से इन चिन्ता के दौर से धीरज के साथ गुजरा जा सकता है। और परिपक्वता के अगले स्तर पर पहुंचा जा सकता है। इस प्रकार आप देख सकते हैं कि क्यों एक व्यक्ति का इस अवस्था अन्तर से गुजरने के लिए पूरे समाज की जरूरत होती है।

परिपक्वता कभी समाप्त नहीं होती है। लोगों के जीवन में अन्य लोगों की जरूरत कभी खत्म नहीं होती है। वे सबसे अच्छा तब करते हैं। जब वे परिवारों के समूह में जीते हैं। जो उन अलग-अलग व्यक्तित्वों से बना है जो एक-दूसरे को फंसे हुए क्षेत्रों से निकाल कर उन्नति की ओर बढ़ाने में सहायता करते हैं। वे जानते हैं कि वे कौन हैं और वे अपने हृदय से जीते हैं। और एक-दूसरे को वैसे देखते हैं जैसे परमेश्वर देखता है।

यह स्पष्ट है कि हर स्तर के दौरान हमें सीखने के लिए कुछ पाठ है। शारीरिक उम्र में वहाँ पहुँचना जहाँ अगला स्तर शुरू होता है। केवल इस बात की गारन्टी लेता है कि अगले स्तर के लिए हमारा शरीर तैयार है। लेकिन यह हमारे वास्तविक परिपक्वता की कोई गारन्टी नहीं लेता है। जब शरीर की बढ़ती उम्र परिपक्वता के सारे स्तर से आगे निकल जाती है। तब समस्यायें बढ़ने लग जाती हैं। इस प्रकार के पिछड़ेपन का उदारहण हम प्रसिद्ध कोमिक किताबों में देख सकते हैं। जहाँ बड़े लोग बच्चों जैसे व्यवहार करते हैं। और जिसे पढ़ कर हमें हसीं आती है। ऐसे आदमियों पर जिनका शरीर तो बड़ो का है लेकिन उनकी हरकतें बच्चों जैसी हैं। यह हमें मजाक लगती है और हम उन पर हंसते हैं। लेकिन इस प्रकार के व्यक्ति से विवाह करना कोई मजाक की बात नहीं है। कई पुरुषों को बचपन में अच्छा प्रशिक्षण नहीं दिया गया कि वे स्पष्ट रूप से कहें कि उन्हें क्या चाहिए या वे कैसा अनुभव करते हैं। और वे दूसरों की जरूरत को पूरी करने के विषय में भी अधिक नहीं जानते हैं। यह कोई मजाक नहीं है— यह ऐसी समस्या है जो हल प्राप्त करने के लिए हाथ फैलाये खड़ी है। समस्या को ठीक तरीके से पहचानना ही हल ढूँढने की सबसे अच्छी शुरुवात है— परिपक्वता के अधूरे कार्य को पहचानना। जब वे अधूरे कार्य को पहचानते हैं। तब वे समझते हैं कि उन्हें पूरा किया जा सकता है। लेकिन यहाँ पर पूरा करने से पहले परिपक्वता के बारे में जानने के लिए और भी जरूरी बातें हैं।

वृद्धि, टूटापन और परिवर्तन चक्र

एक व्यक्ति की पहचान को स्थापित करने के लिए परिपक्वता में एक निश्चित तरीके की जरूरत है। यह जीवन के विभिन्न स्तरों के अवस्थान्तर में होता है। लेकिन यह वृद्धि के दौरान भी हो सकता है। जब यह होता है जो लोग स्वयं को, और दूसरों को भी समझते हैं और इस कारण वे दूसरों से बेहतर तरीके से प्रेम करने के लिए तैयार हो पाते हैं। यही वे बिन्दु हैं। जहाँ परिवर्तन चक्र अगुवाई करना चाहिए। जब वृद्धि प्रगति पर होती है। तब तनाव बढ़ता है।

और एक मुख्य बिन्दु पर आती है। जहाँ टूटापन आ जाता है। बिना भय के यह चक्र परिवर्तन और जीवन के प्रति एक नई कृतघ्नता लाती है। शायद जिम फ्रेन्सन के जीवन के उदारहण से यह स्पष्ट हो कि यह कैसा दिखता है।

अपने पहिले दो साल के दौरान जिम यह सीख रहा था कि किस प्रकार वह उन लोगों का उपचार करें जो सबसे कट कर रहते हैं। जिम ने पाया कि वह कठिन प्रयत्न कर रहा था और वह प्रगति कर रहा था। लेकिन उसे लगा कि वह केवल अपने पहिले घुमा रहा था। उसने पढ़ा था कि अलग-थलग रहने वाले मरीज जो उपचार कराते हैं। उनके ठीक होने की सम्भावनाएं बढ़ जाती हैं। लेकिन वह जैसे बढ़ता जा रहा था वह इसके प्रति संदेहास्पध होता जा रहा था। कुछ तो उपचार में से ही चले जा रहे थे और जो रहते थे उनकी स्थिति पहिले से बुरी होती जा रही थी। वह सोचने लगा कि उसके उपचार करने का तरीका जो उसने सीखा था क्या वह सही था या नहीं। कुछ ही समय बाद उसने बड़े दुःख से यह निष्कर्ष निकाला की वह सामग्री जिसे सीखने के लिए उसने कठिन प्रयत्न किया वह लोगों को वास्तव में मदद नहीं कर रहे हैं।

वह चिन्ता में पड़ गया क्योंकि उसने जो बारह साल कड़ी मेहनत की थी एक मनोवैज्ञानिक बनने के लिए, डिग्रियाँ हासिल की, लाइसेंस प्राप्त करने की प्रक्रिया, हजारों घण्टे जो उसने क्लीनिकल कुशलता हासिल करने में बिताये और फिर एक क्षेत्र में स्पेशलाइजेशन प्राप्त किया और अन्त में उसने यह पाया कि क्लीनिकल मनोचिकित्सा उसके आशा के अनुरूप परिणाम नहीं दे सकी। इस परिस्थिति में चिन्ता स्वभाविक थी। टूटापन, निराशा और हताशा के साथ मन में बैठता जा रहा था।

यह पहचान कर की मनो-विज्ञान के माध्यम से वह लोगों की सहायता नहीं कर सकेगा उसने मनो-विज्ञानिक नियमों के साथ जो उसने पहले से ही सीखे थे आत्मिक माध्यम का भी उपयोग करने का सोचा। अगले दो सालों में वह एक टूटा और परिवर्तित मसीह बन गया जो कि एक मनोचिकित्सक भी था, न कि एक मनो-चिकित्सक जो एक

मसीह था। उसने शिशु के परिपक्वता के स्तर का पार कर लिया था और एक व्यस्क थैरेपिस्ट बन गया था। अब उसे बच्चे के समान थमने की जरूरत नहीं थी उन थैरोपिक तरीकों में “जिनको परख कर सही पाया” कह सकते हैं।

इस प्रशिक्षण के दौरान उसे एक नई पहचान मिली। उसने आत्मिक स्रोतों पर भरोसा किया और वह स्वयं उस व्यस्क व्यक्ति में बदल गया जो दूसरों को बेहतर समझ सकता था। और उन्हें मनो-विज्ञान और आत्मिक सच्चाईयों को मिला कर वह दे सकता था जिनकी उनके हृदय को जरूरत है।

यह एक चक्र था जिसके द्वारा उसके मरीज अपनी अवस्थाओं से बाहर आ पाये और वह भी कि परिवर्तन का चक्र जीवन भर किसी-किसी समयकाल के दौरान चल सकता है। इस दौरान चिन्ता और हताशा या कोई नई भावना उजागर हो सकती है। परिवर्तन चंगाई के दौरान भी आ सकता है। और साधारण परिपक्वता के स्तर पर भी आ सकता है। परिवर्तन एक व्यक्ति को नई पहचान देता है। जब उसकी पुरानी पहचान टूट जाती है या जब वह छोटी पड़ जाती है। उसका दर्द बहुत ही तीव्र हो सकता है। लेकिन यह इस चक्र का भाग है जो पूर्णता की ओर ले जायेगा। जब यह चक्र पूरा हो जाता है। तब एक व्यक्ति का पूर्ण विकसित स्वरूप बाहर आता है। और जीवन की निपुणता बढ़ जाती है और साथ ही आनन्द भी।

परिपक्वता की मांग है कि लोग अपने सदमों का ईमानदारी से सामना करें। तब भी जब यह बहुत दर्दमय होता है। परिवर्तन और किसी के द्वारा प्राप्त नहीं किया जा सकता है। थैरेपी का केन्द्र अनुभव है कि सदमों से बाहर निकल आना- टूटेपन को परमेश्वर को सुधारने देना, परिवर्तित होना, वृद्धि की ओर बढ़ना। थैरेपी जो लोगों को दे सकती है। वह है कि वह लोगों को सम्मान के साथ उनके टूटेपन में सुधार लाती है। जब परिवर्तन चक्र पूरा हो जाता है। तब पहचान बढ़ जाती है। जो कि परिपक्वता के ऊँचे स्तर पर ले जाती है।

लोग कैसे परिपक्व होते हैं

हम यह देखने के लिए तैयार हैं कि जीवन आदर्श में तीन तत्व किस प्रकार एक साथ काम करते हैं: परिपक्वता, बहाली और अपनापन। वे एक दूसरे से अलग नहीं समझे जा सकते हैं। परमेश्वर द्वारा परिपक्वता में बढ़ने के लिए एक आन्तरिक इच्छा परमेश्वर ने सभी को दी है। ताकि वे अपने हृदय से जी सकें। लेकिन अक्सर परिपक्वता रुक जाती है और यह रुकावट दो तरह से आती है। पहला सदमे से बाहर निकलने का काम अधूरा रह जाने से और जीवनदायी रिश्तों की कमी से।

पृष्ठ 61 में आप एक सारणी देखेंगे जिसका शीर्षक “परिपक्वता सूचक” है। इस सारणी में 3 कोष्ठक हैं। सबसे पहिले व्यक्तिगत कार्य फिर परिवार या समाज का कार्य और अन्त में जब कार्य विफल हो जाते हैं। परिपक्वता के लिए दो अवयवों की आवश्यकता है। 1. प्रत्येक व्यक्ति अपने परिपक्वता का कर्तव्य पूरा करें। (पहला कोष्ठक) 2. परिवार और समाज उन परिस्थितियों को उपलब्ध करायें जो कि परिपक्वता के लिए जरूरी है (बीच का कोष्ठक)। इन कार्य की विफलता बहुत ही गम्भीर है। और तीसरे भाग में लिखित असफलताओं की ओर ले जायेंगे।

कृपया पहले भाग में लिखे कर्तव्य पर विस्तृत दृष्टि डालें और देखें कि किस प्रकार वह उसी पंक्ति के अन्य कर्तव्य से सम्बन्ध रखता है। यह सारणी बहुत ही प्रभावशाली रूप से प्रकट करता है कि किस प्रकार एक दूसरे पर निर्भर व्यक्ति परिपक्वता की प्रक्रिया में बढ़ते हैं और यदि परिवार और समाज विफल हो जायें जो मध्य भाग में लिखी कमियां दिखाई देंगी। और पहिले प्रकार के सदमे (वृद्धि के लिए आवश्यक अनुकूलताओं की अनुपस्थिति) इसका सीधा परिणाम होगा। और परिपक्व होने वाला व्यक्ति (बायें कोष्ठक) में लिखे व्यक्तिगत कर्तव्यों को पूरा नहीं कर पायेगा। और दायें कोष्ठक में लिखी समस्यायें असफलता के रूप में दिखाई देने लगेंगी।

परिपक्वता सूचक चार्ट स्पष्ट करता है कि किस प्रकार सदमे से बाहर आना परिपक्वता से जुड़ी हुई है और यह किस प्रकार परिवार

और समाज के निवेशों पर निर्भर करता है। कोई भी व्यक्ति तब तक जीवन नहीं दे सकता है। जब तक कि उसने स्वयं प्राप्त नहीं किया हो। मध्य कोष्ठक परिपक्वता के प्रशिक्षण को दर्शाता है। और बायें कोष्ठक में यह पूरा किया जाता है। जैसे लोग एक-एक स्तर में बढ़ते जाते हैं। वे दूसरे लोगों को उन स्तरों को पार कराने में सक्षम हो जाते हैं। यदि परिवार और समाज छोटे लोगों की जरूरत पूरी नहीं कर पाते हैं तो युवा पूरी तरह से तैयार नहीं हो पायेंगे और जो खामियां दांयें कोष्ठक में लिखी हैं। वे जीवन मुश्किल बनाने वाला होगा और साथ ही उनके परिवार और समाज का भी जीवन मुश्किल बनाने वाले होंगे।

लोग जीवनदायी बन कर बढ़ेंगे या जीवन मुश्किल बनाने वाले बन कर। परिवार और समाज वह ईकाई है जो अपने वंशजों के लिए ऐसे वातावरण तैयार करेंगे जो इन दो में से एक क्षेत्र में उनके जीवन को धकेल देंगे। इन में से एक दिशा प्रेम-बन्धन से प्रेरित होता है और दूसरा भय बन्धन से। यह ही वह तैयारी है जिससे लोग या तो जीवनदायी बनेंगे या दूसरों का जीवन मुश्किल बनाने वाले। और यह ही अगली पीढ़ी में स्थानान्तरित हो जायेगी। हम सभी को या तो जीवनदायी बनने या दूसरों का जीवन मुश्किल बनाने का प्रशिक्षण दिया गया है।

लेकिन ऐसा न सोचें कि इस प्रकार के गलत प्रशिक्षण को बदला नहीं जा सकता है। लोग इतिहास रचते हैं- वे इस संसार का सक्रिय भाग बनते हैं। “रचना” यह शब्द बहुत से अर्थों से भरा है। लोग अपनी कमियों पर जीत हासिल कर सकते हैं जो उन्होंने गलत प्रशिक्षण से प्राप्त की थी। वे अपने जीवन के सदमों के असर में सुधार पा सकते हैं और उस सुधार को उनके जीवन में प्रभावकारी बना सकते हैं जो अभी भी प्रशिक्षण से होकर गुजर रहे हैं। यह एक शुभ संदेश है। लोग एक-दूसरे को फंसी हुई अवस्था से निकालने में और परिपक्वता के दौर को फिर शुरू करने में सहायता कर सकते हैं। इसी कारण बाइबल भी एक दूसरे को प्रेम करने पर, एक दूसरे को बोलने को उठाने पर और परमेश्वर के परिवार में एक सक्रिय सदस्य होने पर इतना जोर देता है।

परिपक्वता सूचक सारणी

जैसे आप परिपक्वता सूचक सारणी के तीसरे कोष्ठक में देखेंगे तब आप परिपक्वता के थम जाने पर होने वाले व्यापक प्रभाव को देखकर चकित हो जायेंगे। शेपर्ड हाउस के थेरेपिस्ट ने ये पाया कि जब लोग उनके पास सहायता के लिए आते हैं तो कई बार वह परिपक्वता के अधूरे कर्तव्य उनके जीवन देने और जीवन पाने की क्षमता को सीमित कर देती है। परिपक्वता पर हमारे गहरे शोध ने हमें कई महत्वपूर्ण पाठ सिखाये हैं। यहाँ पर उनमें से आठ पाठ का परिचय आपसे कराना आवश्यक है। ताकि आप परिपक्वता सूचक सारणी का अध्ययन करने के लिए तैयार हो जाएं।

1. सब लोग परिपक्व होना चाहते हैं लेकिन थोड़े ही हैं जो इसे हासिल करना जानते हैं और दूसरों को भी सिखाना जानते हैं। अपने आप से पूछें क्या आप जानते हैं कि किस प्रकार आप की परिपक्वता को बढ़ाया जा सकता है या दूसरों की परिपक्वता बढ़ाने में उनकी सहायता की जा सकती है। यदि आप नहीं जानते हैं तो आप अकेले नहीं हैं जो इस अवस्था में हैं। अधिकतर लोग जिनसे हमने बातें की हैं। उनके पास भी परिपक्वता की भाषा या मार्ग-दर्शिका नहीं है। इसलिए हमने जीवन आदर्श में इसे शामिल करना अनिवार्य माना।
2. हमारी अमेरिकन संस्कृति परिपक्वता के क्षेत्र में बहुत ही गरीब है। और बहुत ही दुःख की बात है कि जनसंख्या का अधिकांश भाग या तो शिशु के स्तर या बच्चे के स्तर की परिपक्वता तक ही पहुंच पाये हैं। हमारे चारों ओर टूटे परिवार, उपेक्षित और दुर्व्यवहार से पीड़ित बच्चों, बढ़ती हिंसात्मक रवैया, नशीले पदार्थों का सेवन और लैंगिक लतों की समस्यायें इस सच्चाई को प्रकट करते हैं। यह सच्चाई ही एक और कारण है कि क्यों हमें लोगों को परिपक्वता के बारे में सीखना चाहिए।
3. परिपक्वता न ही आत्मिक वरदान है और न ही उद्धार का कोई परिणाम। लेकिन हम मसीहों को इस पर जीवन-पर्यन्त

काम करना चाहिये। उद्धार, छुटकारा, चंगाई और मुक्ति यह सब परमेश्वर के अधीन आने वाले कार्य हैं। परमेश्वर अद्भुत रीति से और अनुग्रह से हमारे लिए ये कार्य करते हैं क्योंकि ये कार्य हम अपने आप नहीं कर सकते हैं। लेकिन परिपक्वता हमारे क्षेत्र का काम है। याकूब 1:4 में हमें निर्देश दिया गया है कि हम परिपक्व और पूर्ण बने ऐसे जिनमें कोई कमी नहीं हो। यह पद वचन में लिखे अनेकों पदों में से एक है जो हमारे परिपक्वता पर काम करने की हमारे उत्तरदायित्व पर जोर देता है। इस पुस्तक में अन्त में एक पृष्ठ है जिसका शीर्षक जीवन आदर्श के लिए बाइबल के आधार है जिसमें परिपक्वता के महत्व को दर्शाने वाले अनेक पदों की सूची दी गई है।

4. परिपक्वता के स्तर को ऊँचा बढ़ाने से विवाह, परवरिश और नेतृत्व में सफलता और संतृप्ति मिलती है। एक मसीह के नाते काल्पनिक बने रहना और इस अहंकार से भरे रहना कि हमने उद्धार पाया है। तो हम अपने आप परिपक्व हो जायेंगे, यह बहुत ही खतरनाक और बाइबल के अनुसार नहीं है। यह गलत धारणा ही अविश्वासियों में मसीहों के प्रति संशय पैदा करती है। वे पूछते हैं कि मैं मसीह क्यों बनूँ जब मेरे अविश्वासी मित्र मुझे मसीही मित्रों से अधिक बेहतर अधिक परिपक्वता-पूर्ण व्यवहार करते हैं। मसीह लोग भी अपने गलत धारणा के भ्रम को तब दूर करते हैं। जब वे अन्य मसीहों के बारे में कहते हैं कि मैं विश्वास नहीं कर सकता हूँ कि एक मसीही मेरे साथ इस अपरिपक्वता के साथ बर्ताव कर सकते हैं। न केवल सुसमाचार प्रचारक इस प्रकार परेशानी का सामना करते हैं। बल्कि परिपक्वता के ऊँचे स्तर प्राप्त किये बगैर मसीही लोग अपने वैवाहिक बन्धनों में, बच्चों की परवरिश में और सेवकाई में कष्ट उठा सकते हैं। मसीहों को अपने जीवन के लिए परिपक्व होने और निरन्तर उस पर काम करने के लिए बुलाया गया है। ताकि उनकी कलीसिया उस परिपक्व समाज से आने वाली बहुतायतता को अनुभव कर सकें।

5. एक व्यक्ति की जैविक उम्र या स्तर उसके परिपक्वता के स्तर को निर्धारित नहीं करता है। परिपक्वता सूचक चार्ट में आयु का भाग केवल यह दिखाता है कि किसी परिपक्वता को किस उम्र में पहिले प्राप्त किया जा सकता है। लेकिन यदि वे बाद में भी हासिल किये जाये तो भी अच्छा है।
6. प्रत्येक स्तर में उससे पहिले के स्तर की आवश्यकताएं और कार्य जरूरी है। परिपक्वता पहिले सीखे पाठों के ऊपर ही बनती है। यदि आपने बीज-गणित पढ़ी है तो आप इसे आसानी से समझ पायेंगे। एक पाठ सीखने के लिए यह जरूरी है कि आपने पिछला पाठ ठीक से सीख लिया हो। परिपक्वता के लिए यह भी आवश्यक है कि लोग क्रम में अपने कर्तव्यों को पूरा करना सीखे नहीं तो आप प्रक्रिया में फंस जायेंगे।
7. परिवार की कमी या पिछले सदमे के दर्द से बाहर नहीं निकल पाना आपके परिपक्वता के प्रक्रिया को रोक सकता है। अध्याय 3 और 4 इन रुकावटों को हटाने के विषय की चर्चा करता है।
8. परिपक्वता एक व्यक्ति के मूल्य को नहीं बढ़ाता है और न ही निर्धारित करता है। आपके परिपक्वता का स्तर कुछ भी क्यों न हो आप बहुत ही बहुमूल्य है।

परिपक्वता हासिल करने की हिम्मत बढ़ाये

कृपया जानिये कि जब आप इस चार्ट को पढ़ते हैं कि यदि आप आपके जीवन के परिपक्वता में आई कमी के विषय में ईमानदार रहेंगे तभी यह आपके जीवन के लिए उपयोगी होगा। इस चार्ट का उद्देश्य यह सिद्ध करना नहीं कि हम कितने परिपक्व हैं। बल्कि यह पहचाना है कि हमारे खामियों के क्षेत्र कौन से हैं ताकि हम उन्हें सुधार सकें और अधिक परिपक्व हो सकें। यह चार्ट सभी स्तर के सभी कर्तव्यों की सूची नहीं है। लेकिन यह प्रत्येक स्तर के विकास के मुख्य क्षेत्रों को समाविष्ट करता है।

व्यक्तिगत रूप से पहचानने के लिए कि किस प्रकार हमारी परिपक्वता क्षीण हो सकती है। और किस प्रकार हमारे चारों ओर

के लोगों की परिपक्वता को हम पोषित और उन्नत कर सकते हैं, इसके लिए हम बुद्धि के लिए प्रार्थना करें। उन लोगों से जो हमे जानते हैं और हम से प्यार करते हैं। हम उनसे हमारी परिपक्वता के विषय में पूछ सकते हैं। वे हमारे लिए उत्तम दर्पण हो सकते हैं जो हमे स्वयं को ज्यादा समझने में मदद कर सकते हैं।

आप अपने परिपक्वता में कई खामियां पा सकते हैं। लेकिन परमेश्वर की सामर्थ और परमेश्वर द्वारा निर्धारित रिश्तों से आप परिपक्वता को प्राप्त कर सकते हैं। समाज तभी उस प्रकार काम करता है। जिस प्रकार उसे करना चाहिए जब प्रत्येक व्यक्ति एक दूसरे के साथ सहयोग करते हैं। जब वे जीवन प्राप्त करते हैं और जीवनदायी बनते हैं। परिपक्व होने में स्वयं का, परिवार का और समाज का भी भाग है। यदि परिपक्वता में कोई पीछे रह जाये तो लोग अपनी स्वेच्छा से, दूसरों की मदद से और परमेश्वर की शक्ति से सही गति में आ सकता है।

आप अपने लिए और दूसरों के लिए एक बेहतर जीवन बना सकते हैं। परिपक्वता सूचक को देखें फिर अपने भयों को पहचानें। शायद वे आपको अप्रिय भावनाओं से बचाते हैं और दूसरे प्रकार के सदमों से आते हैं और जो आपको बच्चों के स्तर की परिपक्वता पर रखते हैं। कठिन काम करने के आपके आत्म-विश्वास को रोक देते हैं। या आपकी हताशा पहले प्रकार के सदमे से आती है। जो आपको दूसरों से सम्बन्ध नहीं बनाने देती है। जिससे आप अकेले छूट जाते हैं। अपरिपक्वता आपके हृदय की अच्छाई को दबा देती है। लेकिन जब आप अपने परिपक्वता पर कार्य करते हैं तो आपके हृदय की खूबियों को आप पर और आपके चारों तरफ के लोगों पर प्रकट करती है जैसा कि पहले बताया गया है। परिपक्वता में उन्नति आपके वैवाहिक जीवन, बच्चों के परवरिश और नेतृत्व की शक्ति को बढ़ाती है। आपकी मित्रता और गहरी हो जाती है और रिश्ते आपसी संतुष्टि को लाती है और आपको उस हृदय से जो यीशु ने आपको दिया उसके अनुसार और गहरी संतुष्टि के जीने में सहायता करती है।

जीवन आदर्श: परिपक्वता सूचक

शिशु काल: जन्म से तीन वर्ष की आयु तक

नवजात बच्चे और उस वर्ष तक के छोटे बच्चों को इससे सम्मिलित किया गया है जो अपनी जरूरतों को सही रूप से समझा सकें। इस दौरान पूर्ण करने वाले मुख्य कार्य: पाना सीखना

व्यस्क जीवन में मुख्य रूप से उत्पन्न होने वाली समस्या: जब यह कार्य पूरा नहीं होता है। वह है कमजोर या समस्याओं से घिरे रिश्ते।

व्यक्तिगत कर्तव्य	परिवार और समाज का कर्तव्य	जब कर्तव्य विफल हो जाता है
<ol style="list-style-type: none"> 1. आनन्द में जीता है। आनन्द की योग्यता को बढ़ाता है और यह सीखता है कि आनन्द जीवन की सामान्य दशा है और आनन्द की शक्ति को बढ़ाता है। 2. भरोसा स्थापित करता है। 3. पाना सीखता है। 4. स्वयं को रिश्तों के द्वारा एक व्यक्ति में व्यवस्थित करना आरम्भ करता है। 5. हर अप्रिय भावनाओं से आनन्द में लौटना सीखते हैं। 	<ol style="list-style-type: none"> 1. माता-पिता बच्चों के अद्भुत और अद्वितीय अस्तित्व में खुश होते हैं। 2. माता-पिता शिशु के साथ एक मजबूत और प्रेम भरा रिश्ता कायम करते हैं। 3. बच्चे की देखभाल उस प्रकार करते हैं कि उसकी सभी जरूरतें उसके बौर मांगें पूरी हो जाएं। 4. शिशु के व्यवहार और स्वभाव की ओर ध्यान देकर उसके विशिष्ट पहचान के खास गुणों को पहचानते हैं। 5. कठिनाई के दौरान सुरक्षा और साथ का प्रबन्ध करते हैं कि शिशु आसानी से किसी भी भावना से आनन्द में लौट सकें। 	<ol style="list-style-type: none"> 1. कमजोर पहचान; दूसरों के साथ रिश्ते में भय या टण्डापन हावी हो जाता है। 2. जो कि बेशर्तीय प्रेम से भरा होता है। लोगों के साथ रिश्ते बनाने में कठिनाई होती है। जो कि चालाक, आत्म-कोन्द्रित, सबसे अलग और असंतुष्ट व्यक्तित्व बन जाता है। 3. तो वह लोगों से दूर, एकदम खाली, स्व-उत्तेजक, और उदासीन व्यक्तित्व बन जायेगा। 4. अपनी भावनाओं को नियंत्रित करने में असहाय होते हैं। 5. अनियन्त्रित भावनात्मक प्रकटीकरण, अत्यधिक चिन्ता और हताशा या तो किसी विशेष भावना में फंस जाना या किसी भावना से भागना।

जीवन आदर्श: परिपक्वता सूचक बचपन काल: 4 से 12 वर्ष की आयु तक

12 वर्ष इस समय की सबसे कम आयु है। जब ये स्तर पूरा हो सकता है।

मुख्य कर्तव्य: जिसे इस स्तर में पूरा होना चाहिये वह है कि बच्चा अपनी देखभाल खुद करना सीख सकें।
इससे सम्बन्धित समस्या: व्यस्क जीवन में जब यह कार्य पूरा नहीं होता है। तो व्यक्ति अपना उत्तरदायित्व नहीं उठाता है।

व्यक्तिगत कर्तव्य	परिवार और समाज का कर्तव्य	जब कर्तव्य विफल हो जाता है
<ol style="list-style-type: none"> 1. जिस चीज की जरूरत है। वह उसे मांग सकता है; और जो वह सोचता है या अनुभव करता है। उसे व्यक्त कर सकता है। 2. इस बात को पहचानते हैं कि उनको व्यक्तिगत सृष्टि क्या लाता है। 3. कठिन कार्य करने के लिए आवश्यक धीरे-धीरे विकसित कर पाते हैं। 4. व्यक्तिगत संसाधनों और योग्यताओं को विकसित कर पाते हैं। 5. स्वयं को समझते हैं और दूसरों को भी अपने आप को समझा सकते हैं। 6. वह अपने इतिहास को समझता है और यह भी जानता है कि जीवन की बड़ी तस्वीर क्या है। 	<ol style="list-style-type: none"> 1. बच्चों को अपनी जरूरतों को व्यक्त करना सिखाते हैं और उन्हें व्यक्त करने की अनुमति देते हैं। 2. बच्चों को उनके व्यवहार के परिणामों को समझने में और उन चीजों को पहचानने में सहायता करते हैं जो उन्हें सृष्टि पहुँचाती है। 3. बच्चों को उन कठिन कामों को करने की चुनौती देते हैं और उत्साहित करते हैं जो बच्चे साधारणतया नहीं करते हैं। 4. बच्चों को वे अवसर उपलब्ध करते हैं। जहाँ वे अपने विशेष योग्यताओं को और रूचि को विकसित कर सकें। 5. बच्चे के हृदय के विशेष गुणों को ढूँढने में उनकी सहायता करते हैं। 6. बच्चों को परिवार के इतिहास के बारे में सिखाया जाता है और साथ ही परमेश्वर के परिवार के इतिहास के विषय में भी। 	<ol style="list-style-type: none"> 1. निरन्तर तनाव और निराशा अनुभव करते हैं क्योंकि उनकी जरूरतें पूरी नहीं होती हैं। वे अक्सर निष्क्रिय और आक्रोश से भर रहे हैं। 2. वे भोजन, लैंगिकता, ड्रग्स, धन या शक्ति में लिए आसक्त या लत में पड़ जाते हैं और सृष्टि पाने के लिए एकदम व्याकुल हो जाते हैं। 3. पराजयों का सामना करते हैं। फंस जाते हैं और उन पर निर्भर नहीं किया जा सकता है और उनका जीवन एंशो-आराम और काल्पनिकता से भर जाता है। 4. जीवन को परमेश्वर द्वारा दी गई योग्यताओं से हटा कर बेकार की क्रिया-कलापों से भर देते हैं। 5. अपनी सच्ची पहचान को विकसित नहीं कर पाते हैं। बाहरी प्रभाव के अधीन आ जाते हैं जो उनकी पहचान को गलत रूप देती है। 6. इतिहास से अपने को अलग पाता है और वह परिवार के झूठ से और अव्यवस्था से जो कि उसे अपने परिवार से मिली से अपने आप को बचा नहीं पाता है।

जीवन आदर्श: परिपक्वता सूचक

व्यस्क काल: 13 वर्ष की आयु से पहले बच्चे के जन्म तक

13 वर्ष की आयु वह सबसे छोटी उम्र है। जब व्यस्क काल के कर्तव्यों को पूरा करना आरम्भ किया जा सकता है।

मुख्य कर्तव्य: जिसे इस स्तर में पूरा होना चाहिये वह है कि एक ही समय में दो व्यक्तियों की देखभाल कर पाना।

इससे सम्बन्धित समस्या: व्यस्क जीवन में जब यह कार्य पूरा नहीं होता है। तो व्यक्ति आपसी संतुष्ट करने वाले रिश्तों में रहने की क्षमता में कमी आ जाँके।

व्यक्तिगत कर्तव्य	परिवार और समाज का कर्तव्य	जब कर्तव्य विफल हो जाता है
<ol style="list-style-type: none"> 1. वह आपसी संतुष्ट करने वाले रिश्तों में एक ही समय में खुद का और दूसरों का ध्यान एक साथ रख सकता है। 2. कठिन परिस्थितियों में स्थिर रहते हैं और यह जानते हैं कि किस प्रकार स्वयं को और अन्यो को वापिस आनन्द में लौटा ले आए। 3. अपने साथियों के साथ सम्बन्ध बनाते हैं और सामूहिक पहचान बनाते हैं। 4. स्वयं का व्यवहार किस प्रकार दूसरों को प्रभावित करेगा उस बात की उत्तरदायित्व लेते हैं और स्वयं से दूसरों को बचाना सीख लेते हैं। 5. समाज में अपनी भूमिका निभाते हैं और समाज का एक हिस्सा बन कर यह परिभाषित करते हैं कि "हम कौन हैं।" 6. व्यक्तिगत रूप से और गहराई से अपने हृदय के चरित्र को व्यक्त करते हैं। 	<ol style="list-style-type: none"> 1. सामूहिक जीवन का हिस्सा बनने के अवसरों को उपलब्ध करता है। 2. युवा जन को इस बात के लिए भरोसा दिलाते हैं कि वे कठिन समय को पार कर लेंगे। 3. सकारात्मक वातावरण और गतिविधियों को उपलब्ध करते हैं। जहाँ मित्रता और सहभागिता बढ़ाई जा सके। 4. नव युवकों को यह सिखाते हैं कि उनका व्यवहार किस प्रकार दूसरों को और इतिहास को प्रभावित करेगा। 5. ऐसे अवसरों को उपलब्ध करते हैं। जहाँ नवयुवक समाज के खास कार्यों में भाग ले सकें। 6. व्यक्ति को उसके व्यवहार के लिए जिम्मेदार ठहराया जाता है। लेकिन फिर भी उसके सच्चे स्वरूप को अपनाया और सहा जाता है। 	<ol style="list-style-type: none"> 1. वह आत्म-कोन्द्रित होता है और दूसरे उनके साथ असंतुष्ट और तनाव में अनुभव करते हैं। 2. मित्र मण्डली के दबाव में ढल जाते हैं और हानिकारक एवं नकारात्मक सामूहिक क्रिया-कलापों का हिस्सा बन जाते हैं। 3. अकेले रह जाते हैं और एकाकी जीवन बिताते हैं और स्वयं को अत्यधिक महत्व देते हैं। 4. अति नियंत्रात्मक, नुकसान-दायक, दोषारोपण करने वाले और दूसरों के लिए असुरक्षित। 5. समाज के लिए जीवनदायी सहयोगी नहीं बन पाते हैं। वे आत्म-कोन्द्रित होते हैं और दूसरों का इस्तेमाल करते हैं। समाज को चूसते हैं। 6. वे अलग-अलग भूमिका निभाते हैं, दुनिया पर अपने आप को सिद्ध करने की मनसा रखते हैं और परिणाम पाना चाहते हैं और दूसरों की सराहना पाने के लिए जीते हैं।

जीवन आदर्श: परिपक्वता सूचक

अभिवाहक काल: पहले बच्चे के जन्म से अन्तिम बच्चे के व्यस्क होने तक

मुख्य कर्तव्य: जिसे इस स्तर में पूरा होना चाहिये वह है कि त्याग से अपने बच्चों की परवरिश करना।

इससे सम्बन्धित समस्या: जब यह कार्य पूरा नहीं होता है: पारिवारिक रिश्तों में दूरी या तनाव।

व्यक्तिगत कर्तव्य	परिवार और समाज का कर्तव्य	जब कर्तव्य विफल हो जाता है
<p>1. अपने परिवार की सुरक्षा करता है। उनकी सेवा करता है और उनके साथ आनन्द अनुभव करता है।</p> <p>2. अपने बच्चों की देखभाल के लिए समर्पित होता है और बदले में अपने बच्चों के द्वारा स्वयं के देखभाल की अपेक्षा नहीं करता है।</p> <p>3. अपने बच्चों के लिए आत्मिक अभिवाहकों और आत्मिक भाई बहनों को उपलब्ध करता है। और बढ़ावा देता है।</p> <p>4. यह सीखता है कि किस प्रकार बच्चों को कठिन परिस्थितियों से उभारना है और उन्हें सब भावनाओं से फिर से आनन्द में लौटना सीखता है।</p>	<p>1. समाज दोनों माता-पिता को वे अवसर देते है। जहाँ वे अपने परिवार के लिए त्याग पूर्ण बलिदान कर सकें।</p> <p>2. समाज समर्पित परवरिश को बढ़ावा देता है।</p> <p>3. समाज परिवार के लोगों के बीच में और विस्तारित आत्मिक परिवार के लोगों के बीच के सम्बन्धों को प्रोत्साहित करता है।</p> <p>4. समाज माता-पिता को प्रोत्साहन द्वारा, मार्ग-दर्शन द्वारा, बदलावट द्वारा और तरोलाजा होने के अवसरों द्वारा उन्हें सहयोग देता है।</p>	<p>1. परिवार के सदस्य (1) खतरे में होते है, (2) बंचित होते हैं, (3) स्वयं को महत्वहीन अनुभव करते हैं।</p> <p>2. (1) बच्चों को माता पिता की देखभाल करनी पड़ती है जो कि असम्भव है और अक्सर बच्चों के प्रति बुरा व्यवहार (2) बच्चों को अभिवाहक की भूमिका निभानी पड़ती है। जिससे उनके खुद के परिपक्वता में बढ़ती की जगह स्कावट पैदा होती है।</p> <p>3. बच्चे अपने मित्र मण्डली के प्रभाव के अधीन, गलत सनकी पंथों में फंस जाना, दुर्घटनाओं का शिकार बन जाना इत्यादि के प्रति संवेदनशील बन जाते हैं और जीवन में किसी सही उद्देश्य के लिए जी नहीं पाते हैं। माता-पिता के लिए भी विस्तारित परिवार की कमी के कारण उन्हें संभालना कठिन हो जाता है।</p> <p>4. निराश, हताश और विघटित परिवारों की रचना होती है।</p>

जीवन आदर्श: परिपक्वता सूचक

वयोवृद्ध काल: पहले बच्चे के व्यस्क हो जाने से आरम्भ होता है।

मुख्य कर्तव्य: जिसे इस स्तर में पूरा होना चाहिये वह है कि त्याग से अपने समाज में सहयोग देना।

इससे सम्बन्धित समस्या: जब यह कार्य पूरा नहीं होता है: सम्पूर्ण समाज की परिपक्वता का पतन

व्यक्तिगत कर्तव्य	परिवार और समाज का कर्तव्य	जब कर्तव्य विफल हो जाता है
<p>1. अपना एक निश्चित समाजिक पहचान स्थापित करता है और कठिनाई के दौरान वास्तविक बना रहता है।</p> <p>2. समाज के प्रत्येक सदस्य को सरहाना देता है और प्रत्येक व्यक्ति के वास्तविक रूप से खुश होता है।</p> <p>3. समाज की परवरिश करता है और उसे परिपक्व बनाता है।</p> <p>4. उन लोगों के जिनके अपने परिवार नहीं है। उन्हें आत्मिक रूप से दत्त ले कर उन्हें जीवन देता है।</p>	<p>1. समाज अपने वयोवृद्ध को पहचान और मान देते हैं।</p> <p>2. समाज वयोवृद्ध व्यक्ति को परिपक्वता के अलग-अलग कालों से गुजर रहे लोगों के साथ भाग लेने के अवसर उपलब्ध कराता है।</p> <p>3. समाज ऐसे ढांचे को ढालता है। जहाँ वयोवृद्ध अपना काम कर सके और परिपक्वता के अन्य काल से गुजरने वाले लोग उनके साथ मिल सके और उनकी बुद्धि और कुशाग्रता का लाभ उठा सकें।</p> <p>4. जिनके अपने परिवार उनके लिए परिवार बनने के विचार को अत्यधिक महत्व देता है।</p>	<p>1. सरकार से लेकर परिवार के सभी समाजिक ढांचों में अर्थहीनता, गडबड़ी, दिशाहीनता और विघटन होगा।</p> <p>2. जीवनदायी संचार और जीवनदायी परस्पर निर्भरता खत्म हो जायेगी। समाज की वृद्धि अत्यधिक संवेदनशील हो जायेगी और लोग चगे होने और अस्तित्व बनाये रखने में विफल हो जायेंगे।</p> <p>3. जब वयोवृद्ध नेतृत्व नहीं करेंगे तो अयोग्य लोग नेतृत्व करेंगे। जिसका परिणाम यह होगा कि समाज के हर स्तर पर बातचीत अपरिपक्व होगा।</p> <p>4. जब परिवारवहीन को अपनाया नहीं जाता है। और उनकी देखभाल नहीं की जाती है। तो गरीबी, हिंसा, संकटकालीन परिस्थितियां, अपराध और मानसिक विमारियां बढ़ जाती है।</p>

परिपक्वता, बहाली और अपनापन तीनों एक साथ काम करते हैं

चंगाई और वृद्धि के लिए दीर्घकालीन अपनापन और बहाली को परिपक्वता से अलग नहीं किया जा सकता है। यह एक व्यक्ति की कहानी है जो इस बात की पुष्टि करेगा कि किस प्रकार ये तीनों एक साथ काम करते हैं।

जेरी थैरेपी में एक-दम हताश आया था। उस समय वह स्वयं-नाशक जीवन की टूटी-फूटी दहलीज पर खड़ा था और उसका परिवार भी उसको सहयोग नहीं दे रहा था। वह एक मध्यम उम्र का व्यक्ति था, वह बहुत ही चोट खाया हुआ और बहुत ही डर और गुस्से से भरा हुआ था। अपने बचपन में वह अपने शराबी पिता के शारीरिक और मानसिक उत्पीड़न और मार-पीट का शिकार हुआ करता था और अपने मोहल्ले में रहने वाले गुण्डे उसका लैंगिक उत्पीड़न करते थे। उसने घोर तिरस्कार और नुकसान सहा। 17 वर्ष की आयु में उसने उत्पीड़न से परेशान होकर अपना घर छोड़ दिया और पूरे देश भर में घूमता रहा, व्यक्तिगत कौशलता सीखने के अवसर उसने बचपन में गवां दिए और वह अपनी जरूरतों को पूरा करने के लिए गैर कानूनी धन्धों में जुट गया। 30 साल की उम्र में वह एड्स से ग्रसित हो गया और आत्म-हत्या के विचारों से झूझ रहा था अपने दर्द को भुलाने के लिए वह ड्रग्स की ज्यादा मात्र लेने लगा। वह दुनिया में यीशु मसीह में अपने नये विश्वास के साथ एकदम अकेला था। लेकिन वह अभी भी अपने पुराने दर्दों से संघर्ष कर रहा था।

थैरेपी के पहिले महीने में छोटे-छोटे जानकारियां देना ही सुरक्षित था क्योंकि एक बहुत ही जरूरी और बड़ी प्रक्रिया बाकि थी। क्लाइन्ट के साथ होने में एक थैरेपिस्ट को जो खुशी होती है उसे उसने बड़े ही स्वभाविक रूप से और वास्तविकता से प्रकट किया कि मुझे तुम्हारे साथ होने में खुशी है। ताकि वह क्लाइन्ट के आनन्द के कुन्ड को भर सकें कि वह अपने दर्दें भरी यादों में से कुछ बातों को बाहर निकालने की शक्ति जुटा सकें। जैसे ही यादें बाहर

आने लगी। तो यह स्पष्ट हो गया कि यह शख्स दो भागों में बट गया था जो एक दूसरे से टकरा रहे थे। पहला वह जोश से भरा परमेश्वर का जन जो कि यीशु की आशा और प्रेम से भरा है। और दूसरा व्यक्तित्व जो बहुत ही दयनीय था जिसके पास दुखों से बाहर निकलने के लिए केवल मृत्यु ही एकमात्र रास्ता था। जैसे जैरी के आनन्द का कुन्ड भरने लगा। वह बहुमूल्य बचपन भी उभरने लगा जो कि खो गया था। वह बहुत ही खुश और चुलबुला होने लगा, चमकीले रंग के कपड़े पहनने लगा और खुशी के मारे मुस्कुराने लगा। लेकिन यह बात स्पष्ट हो चुकी थी कि जैरी दूसरों की सहायता के बिना कभी भी बाहर नहीं निकल पाता। किसी का अपना होने के सच्चे एहसास के बिना अकेलापन उसके जीवन में हावी हो जायेगा जिससे उसमें बढ़ने की शक्ति नहीं रहेगी। एक परिवार की जरूरत थी।

प्रार्थनाएं की गई कि परमेश्वर उसे एक परिवार दें। परमेश्वर की महान अनुग्रह में उसने चार हफ्तों में ही उसके लिए एक सम्बन्ध अद्भुत रीति से जुटा दिया। जैरी के अस्तित्व या उसके बीते जीवन के कहानी जाने बगैर एक औरत और उसकी सहेली चर्च में जहाँ वह गया था उसके पास बैठ गई। सभा के अन्त में उस औरत के हृदय में जैरी के लिए एक दया जागी। और उन्होंने उससे पूछा कि यदि उसे अपने घर तक जाने के लिए साधन की जरूरत हो और तीन घण्टे बाद उसका नया परिवार बन गया। उस औरत और उसके पति ने उसे अपने परिवार में समेट लिया। जैरी की खुशियां जैसे बढ़ने लगी लेकिन उसका दुःख भी बढ़ने लगा। देखिए, जब एक व्यक्ति को जीवन में केवल दुःख ही मिला हो और जब उसे अच्छी चीजें मिलने लगती हैं तो यह बहुत ही भयानक दर्द भी लाता है। पहले प्रकार का सदमा भी इसी प्रकार काम करता है। जब एक व्यक्ति को वे अच्छी चीजें मिलती हैं तो यह उन आवश्यक बातों की याद दिलाता है जो उसे बचपन में नहीं मिली थी जब वह बढ़ रहा था। तब दर्द भी उभर कर बाहर आने लगता है। जैरी के शब्दों में यह उसके

सदमे की यात्रा थी। जैसे वह इस अद्भुत यात्रा से गुजर रहा था लेकिन फिर भी एक परिवार का प्यार प्राप्त करना उसके लिए भयावह था। उसकी बहाली की यह यात्रा भय, आत्म-संशय, असहनीय दर्द और आत्म-हत्या करने के विचारों की अधिकता से घिरा हुआ था। हालांकि यह यात्रा कठिन थी लेकिन यह मूल्यवान भी थी। जब जैरी काउन्सलिंग में सबसे पहिले आया था उसने माना कि उसकी परिपक्वता चार साल के बच्चे के जितनी ही थी लेकिन एक साल बाद उसकी परिपक्वता बढ़ कर एक किशोर लड़के की हो गई थी। कितना बड़ी बात है, नौ साल की परिपक्वता 365 दिनों में।

जैरी जैसे किशोरावस्था के पड़ाव में पहुंचा, उसने उस स्तर के कई प्रमाणिकता के चिन्हों को भावनात्मक जीवन में अनुभव किया। यह बताना भी जरूरी है कि जैरी किशोरावस्था के सभी अनुभवों से हो कर गुजर रहा था बस फर्क इतना ही था कि यह काफी सालों के बाद हो रहा था। यदि आप भूल गये हैं तो आपको बता दे कि किशोरावस्था की भावनाएं बहुत ही तीक्ष्ण होती हैं और परिपक्वता के प्रक्रिया को जारी रखना उसके लिए बहुत ही कठिन हो गया था। और थैरेपिस्ट को यह बताना बहुत ही जरूरी हो गया था कि ये भावनाएं किशोरावस्था की साधारण प्रक्रिया है। ताकि जैरी अपने परिपक्वता में सही तरीके से बढ़ सके परमेश्वर में अपने विश्वास को त्याग बिना। एक ऐसे थैरेपिस्ट का होना जिसने परिपक्वता की प्रक्रिया को ठीक से समझा हो यहाँ पर बहुत ही जरूरी है।

एक साल के बाद जैरी सीधे युवावस्था में बढ़ रहा था। उसे अपनी वैध नौकरी में आठ बार पदोन्नति मिल चुकी थी। वह भावनात्मक दर्द का सामना बिना भारी ड्रग्स से कर सकता था। और वह अपनी कुशलता और योग्यता को बढ़ा रहा था। और दिन प्रतिदिन यह सीख रहा था कि किस प्रकार अपने रिश्तों में वह सच्चे रूप से दे सकता है और ले सकता है और हाँ परमेश्वर के साथ अपने रिश्ते में भी। उसकी यात्रा हालांकि शक और विफलता के दर्द से भी भरी हुई थी लेकिन परमेश्वर ने उसके सदमों से बहाली

के नाजुक धागों को भी निर्देशित किया उसके आत्मिक दत्त लिया जाना और परिपक्वता को भी उसे जीवनदायी पुनः निर्माण और चंगाई मिल सके।

जैरी थैरेपी में परिपक्वता में नहीं बढ़ पाता यदि उसकी परिपक्वता चार साल में थम जाती। यदि उसे प्यार करने वाला परिवार नहीं मिलता। तो वह कभी बाहर नहीं आ पाता और कभी न खत्म होने वाले दर्द के साथ उसे जीना पड़ता। अब हम आगे बहाली की प्रक्रिया को देखेंगे हमारे मन में हम याद रखें कि परिपक्वता, आत्मिक दत्त लिया जाना और सदमों से बाहर निकलना सभी एक दूसरे के पूरक हैं और एक दूसरे के साथ काम करते हैं।

आपके परिपक्वता की प्रक्रिया में फंसी हुई अवस्था से निकलना

1. जानबूझ कर अपने सम्बन्धों में प्रेम-बन्धन की विशेषताओं को लागू करें। पेज 41-42
2. परिपक्वता के कुछ कार्यों को पहचानें जो आपके लिए कठिन हैं और प्रार्थना-पूर्वक उन परिपक्वता को हासिल करने की चेष्टा करें।
3. उन अतीत की चोट को पहचानें जिसने आपकी परिपक्वता को रोक दिया है। अपने विश्वास-योग्य मित्रों या थैरेपिस्ट की मदद लें ताकि आप चंगाई और बहाली की प्रक्रिया में फिर से चल सके।

बहाली

जैसा की पहले अध्याय में बताया गया था कि हम सब कुछ हद तक टूटे हुए हैं और हम सब चोट, अलग, अकेलेपन और पीड़ित होने की चुनौतियों से घिरे हुए हैं। हम सब बहाली की प्रक्रिया में हैं।

बहाली से तात्पर्य हमारे आज की अवस्थाओं से बढ़कर हम परमेश्वर की इच्छानुसार अपनी मंजिल को पा सकें। प्रेरित पौलुस ने इस प्रकार कहा *परमेश्वर ने हम सब के जीवन-शैली को इस प्रकार से बनाया है कि हम वे भले काम जो उसने पहिले से ही हमारे करने के लिए बनाया है, उन्हें कर सकें।* (इफि 2:10 का अपने शब्दों में) पौलुस साफ तरीके से यह कहता है कि हमारी मंजिल परमेश्वर ने ठहरायी है। बहाली का कार्य यह है कि वह हमें सदमों से आई बाधाओं को हटाने में हमारी मदद करें ताकि वे फिर कभी भी हमें अपने मंजिल तक पहुंचने में न रोक सका जो कि वे महत्वपूर्ण काम है जो परमेश्वर के मन में हमारे लिए है।

हर व्यक्ति के हृदय में परिपक्वता को हासिल करने के एक स्वभाविक इच्छा है- एक व्यक्ति की योग्यताओं की सर्वोच्च ऊंचाई में पहुंचने की। लेकिन जीवन एक व्यक्ति की छिपी हुई योग्यताओं को प्राप्त करने से कहीं अधिक है। लेकिन यदि यह ही लक्ष्य

होता तो हम रोबोट के समान होते। हम जीवन के कार्यों को इस प्रकार करते कि मानो ये जीवन के अर्थहीन अभ्यास हो। आत्मिक जीव होने के कारण हम सब में यह गहरी इच्छा है कि हम उन सभी बातों में जो परमेश्वर ने हमारे लिए रखी है, अपना सर्वोत्तम दे सकें। यह हमारी मंजिल है और हम उन तक तभी पहुंचते हैं जब हम सदमों से होकर गुजरते हैं और उनसे वे सब ज्यादा से ज्यादा अच्छी परिणामों को हासिल कर लेते हैं। ऐसे सदमे जिनसे चंगाई नहीं मिली है। वे हमारे लक्ष्य को हमारी शक्ति को चूस लेंगे और हमें हमारी मंजिल तक पहुंचने नहीं देंगे।

बहाली का तात्पर्य जीवन के हमारे सारे दर्दों को अपनाना और उनका सामना करना है। ताकि हम सबसे अधिक उन्नति कर सकें, अपने पाठों को सीख सकें, सामर्थ्य प्राप्त कर सकें और दूसरों को भी यह करने में सहायता करने के मार्ग ढूंढ सकें। ये बहाली के लक्ष्य है, ऐसी मंजिल जो किसी के भी अकेले प्राप्त करने की क्षमता से परे है। इसके लिए दूसरे लोगों का प्यार भरा साथ भी जरूरी है कि हम परिपक्वता को प्राप्त कर सकें और इसके लिए परमेश्वर के छुटकारे की जरूरत है कि वह हमारे दर्दों में से कुछ भलाई को ले आये। वे हमारे लिए सब बातों को मिलाकर **भलाई** उत्पन्न करता है ताकि हमारे पास दूसरों को देने के लिए कुछ असाधारण बातें हों।

अनसुलझे सदमे हमारी मंजिल पाने के रास्ते में सबसे भयानक खतरे हैं। लेकिन यदि परमेश्वर को हम हमारे बहाली के केन्द्र में रख दें तो उसके छुटकारे का काम उन सदमों का इस्तेमाल अच्छे कार्यों के लिए करते हैं जो परमेश्वर के मन में हमारे लिए है। परमेश्वर सब बातों से भलाई उत्पन्न कर सकते हैं और यह काम केवल वही कर सकता है। वह हमारी पहिचान को जानता है और वह हम में काम करके हमें अपने सदमों से उभारता है। ताकि हम दूसरों को जीवन दे सकें।

उदाहरणों की कमी नहीं है कि जो अपनी समस्याओं को जीत लेते हैं। वे दूसरों को भी उनकी समस्या से बाहर निकलने में मदद करते हैं। कई सहायता करने वाली सलाहकार वे स्वयं हैं जो खुद

सदमों से होकर गुजरे हैं और आज वे दूसरों की सहायता करते हैं। एक शराबी ने “अल्काहलिक आनन्मस” नामक संस्था की स्थापना की। परमेश्वर ने एक शाउल नामक धार्मिक ज्ञानी जो मसीहों को मारता था उसे बदल कर उस जमाने का एक बहुत बड़ा प्रभावकारी मसीही अगुवा बनाया। थेरैपिस्ट अक्सर बहुत ही संवेदनशील व्यक्ति होते हैं। जिन्होंने स्वयं अपने बचपन में पीड़नाएं सही है और जो आज बच्चों की सुरक्षा और जवानों की पुनः स्थापना के लिए समर्पित है। पापी जन सुसमचार प्रचारक बन रहे हैं। वे माता-पिता जिनके बच्चे एड्स की बिमारी से मर गये हैं। वे एड्स पीड़ित लोगों और उनके परिवारों में बीच में काम करने के लिए खुद को समर्पित कर रहे हैं। बुराई में से भलाई उत्पन्न होती है। बहाली छुटकारे का कारण बन सकती है।

जब समय आयेगा कि हम हमारा जीवन हमारी मंजिल को पाने के लिए समर्पित करें तब हमें पूरी तरह से तैयार रहना चाहिए। जब तक हमारे आस-पास के लोग हमारे लिए ऐसा वातावरण तैयार न करे जिसमें हम सदमे से बाहर निकल पाये तब तक परमेश्वर द्वारा निर्धारित हमारी मंजिल को पाना हमारे लिए आसान नहीं होगा। मंजिल पाने से पहले बहाल होना बहुत जरूरी है। ये अध्याय हमें चोट को समझने का एक ढांचा देता है। ताकि पीड़ित और उनसे प्रेम करने वाले एक साथ मिल कर बहाली के कार्य और प्रभावशाली रूप से कर सकें।

हमारा मस्तिष्क किस प्रकार सदमों में हमारी मदद करता है

जब हमारा दिमाग उस प्रकार कार्य करता है। जैसा परमेश्वर ने उसे बनाया है तो आनन्द हम पर हावी होता है। दिमाग के पास ऐसे तरीके हैं जिनसे वह सदमों का समाना करता है। जो लोगो को सदमों के कारण हावी होने वाली भावनाओं से बाहर निकल कर फिर से आनन्द में लौटने में मदद करता है। ताकि सदमों पर फिर कभी बाद में ध्यान दिया जा सके और ये स्वतः ही बिना सोचे हो जाता है।

यहाँ एक उदारहण पेश है। एक सिपाही जो युद्ध स्थल में गोलाबारी में घायल हो गया था। वह घर लौटने के बाद भी जब कार के इन्जन के विस्फोट करने की आवाज भी सुनता है तो वह स्वतः ही जमीन पर लेट जाता है और अपनी खोई हुई बन्दूक को ढूँढने की कोशिश करता है। अपने आप को छिपाने की कोशिश करता है। बिना सोचे ही उसकी बचाव संरचना अपना काम करना शुरू कर देती है जिसका उद्देश्य अस्तित्व बनाये रखना है। उसके बीते समय का सदमा कुछ पल के लिए उसका वर्तमान बन जाता है। वह उस पल अपने दर्द में जीता है। हम सब के जीवन में ऐसे पल आते हैं। जब हम बिना सोचे कुछ क्षणों के लिए अपने दर्द में जीते हैं। हम को स्वयं सुरक्षात्मक संरचना की जरूरत होती है। जिसे हम अहम की सुरक्षा भी कहते हैं। जो हमारे प्रति-दिन के जीवन में जरूरी होती है और विशेष कर सदमों के पलों में भी। उस सिपाही ने जिस सुरक्षा का उपयोग किया उसे विच्छेदन कहते हैं। जो उसे अतीत में हुए युद्ध स्थल की भयानकता को भुलाने में उसकी मदद करता है ताकि वह जीवन भर वह दर्द उस पर हावी न हो जायें। इस प्रकार विच्छेदन उसे फिर आनन्द में लौटने में मदद करता है।

परमेश्वर ने अपनी बुद्धि में हमारे मस्तिष्क को इस प्रकार बनाया है कि वह सदमों का सामना करने की शक्ति को विकसित करता है। जब अभिवाहक अराम्भिक वर्षों में प्रेम और एक सुरक्षित माहौल तैयार करते हैं तो एक व्यक्ति का मस्तिष्क सही प्रकार से विकसित होता है और वह ठीक प्रकार से काम करता है और सही पक्ति में रहता है। यदि आरम्भिक वर्षों में मस्तिष्क अपनी योग्यता हासिल कर लेता है। लोग स्वतः ही आनन्द से प्रेरित रहते हैं।

आनन्द के आधार का निर्माण करना

एक मनुष्य होना और आनन्द की चाहत करना इसे अलग नहीं किया जा सकता है। हम आनन्द के प्राणी हैं। अपने स्वभाविक रूप में आनन्द रिशतों से आता है। आनन्द का अर्थ है। कोई मेरे साथ होने में खुश है और यह मुझे पसन्द है। हमारे सृजनहार परमेश्वर

ने हमें इस प्रकार बनाया है कि आनन्द हम पर हावी हो जाना चाहता है और हमारा जीवन ऐसे सम्बन्धों से भरे रहना चाहता है जो आनन्द की ओर ले जायें।

हमारे मस्तिष्क में जो क्षेत्र पहचान का है वही क्षेत्र सम्बन्धों का भी है। इन सम्बन्धों की मजबूती इस बात पर निर्भर करती है कि हम अपने शिशु काल में कितना अधिक और कितनी बार प्यार मिला। ये प्रेम पूर्ण बन्धन ही निर्धारित करते हैं कि हमारा मस्तिष्क हमारे आनन्द और पहिचान के क्षेत्रफल में कितना बढ़ेगा और कितना मजबूत होगा। जो कि मस्तिष्क का दायां आगे का कोरटेक्स भाग है। एक बच्चा अपने इन्द्रियों से आनन्द का अनुभव करता है। जन्म के बाद पहले छः हफ्तों में स्वाद, महक और तापमान बच्चे के सम्बन्ध में आनन्द को निर्धारित करता है जबकि आगे के छः सप्ताहों में स्पर्श उसे आनन्द देता है। और जब तीन महिनो में बच्चे के मस्तिष्क में दृष्टि का क्षेत्र विकसित हो जाता है तब आँखें उसके लिए आनन्द लाने का एक माध्यम होता है। तब तक बारह महीनों में आवाज को पहचानने की उसकी शक्ति विकसित हो जाती है। हर नई ज्ञानेन्द्रिय उसके लिए आनन्द का नया स्रोत होती है। और उसके सम्बन्धों और भी मजबूत और उसके दिमाग को और तेज करती है। पहले 12 महिने दिमाग की कोशिकाएं आनन्द की शक्ति को बनाती है। क्योंकि सभी प्रकार के अप्रिय भावनाओं जैसे डर, क्रोध, शर्मिन्दगी, बुरा महसूस होना, लज्जित होना, हताशा और निराशाओं से फिर लौटने के लिए इसी शक्ति की जरूरत है। यह सीखना बहुत ही जरूरी है कि आनन्द में कैसे लौटा जाये और बच्चे में यह शक्ति विकसित होना बहुत ही आवश्यक है। क्योंकि अगले साल मस्तिष्क के दो भागों के पूर्ण विकास की अन्तिम सीमा है। 15 महीने में बच्चे का लिम्बिक सिस्टम तन्त्रिका में लागू हो जाता है और भय और गुस्से का सामना करने के लिए चालू हो जाता है। वह बच्चा जिसने आनन्द में लौटना नहीं सीखा उसके लिए इस शक्ति के बहाव में अपने बढ़े हुए भय या क्रोध को नियन्त्रित कर पाना कठिन हो जाता है।

दूसरी अन्तिम सीमा 18 महीने में होती है। अब तक बच्चे के मस्तिष्क इस प्रकार काम करता है कि मानो विभिन्न भावनाओं के लिए दिमाग में तीन विभिन्न हिस्से हैं। लेकिन 18 महीने के बाद आनन्दमय पहचान वाला हिस्सा बढ़कर सभी भावनात्मक केन्द्रों पर अपना नियन्त्रण कर लेती है। और उन सब को मिलाकर एक व्यक्तित्व बनाती है। मस्तिष्क उन भावनाओं को जोड़ देती है जो आनन्द की ओर लौटाती है। बाकि की भावनाएं मस्तिष्क केन्द्र पीछे छूट जाते हैं। छूट जाने का अर्थ यह है कि वह व्यक्ति की मुख्य पहचान और नियन्त्रण से बाहर हो जाते हैं। उदाहरण के लिए यदि गुस्सा पीछे छूट जाये तो जैसे वह व्यक्ति बड़ा होता है तो गुस्सा आने पर वह बिल्कुल ही अलग व्यक्तित्व जैसा व्यवहार करेगा। लेकिन परिपक्वता का लक्ष्य ऐसा व्यक्ति बनना है जो हर भावनाओं में और हर परिस्थिति में वह जैसा है, वैसा ही व्यवहार करें।

24 और 36 महीनों के बीच हमारा दिमाग समय स्थान और हमारे प्रतिक्रिया के आधार पर हमारी परिस्थितियों का एक लेखा-जोखा रखता है। जिसे हम साधारण रूप से सचेतन मन की यादाशय्य कहते हैं। इस योग्यता के कारण हम अलग-अलग परिस्थितियों में भी हम जैसे हैं वैसे हो सकते हैं। हमें याद रहता है इसलिए हम दिन प्रतिदिन वास्तविक रूप में रह सकते हैं। जब बच्चा तीन साल का हो जाता है। जब उसके मस्तिष्क के दोनों हिस्से जुड़ जाते हैं। अर्थात् हम अपने बारे में और संसार के बारे में क्या महसूस करते हैं, दायां भाग और हम क्या सोचते हैं, बायां भाग दोनों मिल जाते हैं।

हमारे मस्तिष्क में आनन्दमय पहचान केन्द्र की सामान्य विकास और शक्ति को पहले और दूसरे प्रकार के सदमे रोक देते हैं जो हम हमारे जीवन के पहले तीन प्रारम्भिक सालों में अनुभव करते हैं। पहले साल में सदमों से गुजरने से हमारे आनन्द की सामर्थ्य अपंग हो जाती है। दूसरे साल में सदमों में पड़ने से चाहे हम जैसा भी अनुभव करते हैं। उसमें से आनन्द में लौट आने की शक्ति की संरचना टूट कर बिखर जाती है। तीसरे साल में आने

वाले सदमे हमें लम्बे समय में किसी भी परिस्थिति में वास्तविक बने रहने की हमारी योग्यता को तोड़ डालती है और जो हम स्वयं के बारे में सोचते हैं। वह हमारे कार्यों और भावनाओं से मेल नहीं खाती है।

हर भावना को आनन्द से जोड़ना और आनन्द को जीवन की सामान्य अवस्था बनाना उतना आसान नहीं है। माता-पिता और बच्चे तीन साल तक बहुत सा अच्छा समय एक साथ बिताने से ही इस प्रकार के महत्वपूर्ण संरचना को कायम किया जा सकता है।

यह इस प्रकार होता है। आनन्द धीरे-धीरे और काफी समय के अन्तराल में उंचे स्तर तक पनपता है। ताकि यह ऊंचे स्तर की नकारात्मक भावना को भी झेल सकें। सदमों से सम्बन्धित भावनाओं का सामना करने के लिए आनन्द की शक्ति का मजबूत होना बहुत जरूरी है। बहुत ही गहरी भावनाओं पर विशेषकर सदमों से सम्बन्धित भावनाओं पर विश्राम के केन्द्र से काम करना बहुत जरूरी है। यदि इस शक्ति का विकास नहीं होता है। तो नकारात्मक शक्तियों से भरी भावनाओं को विश्राम स्थान नहीं मिल पायेगा। और कोई भी स्थाई समाधान नहीं निकल पायेगा। जब-जब तक आनन्द की सामर्थ्य बलवन्त न हो तब तक अन्य भावनाएं विशेष कर सदमों से सम्बन्धित भावनाएं हावी हो जायेंगी और डर भी बढ़ जायेगा। यदि समाधान हो जाता है तो मस्तिष्क फिर से आनन्द के केन्द्र में लौट जाता है। समाधान किये बगैर एक व्यक्ति भय में जकड़ा रह जाता है। बहाली का उद्देश्य यह है कि आनन्द के दुर्ग का निर्माण करें जो इतनी शक्तिशाली है कि सभी भावनाएं उसमें आकर अपने लिए विश्राम का स्थान पा सकें। मस्तिष्क इसी प्रकार आनन्द को मुखिया बना कर काम करता है। यह परमेश्वर की बनावट है। भावनात्मक प्रतिक्रिया के बदले में एक प्रभावकारी सामना करने वाले व्यवहार अपना सकते हैं जो जीवन भर बनी रहेगी।

जिम विल्डर की एक उपमा जिसका नाम "आनन्द का डेरा" है, बहुत ही रूचिकर है। यह उपमा मस्तिष्क के विकास के ऊपर हुए अनुसंधान को विशेष शैक्षणिक संस्थाओं में हुई है उन से सम्बन्धित

है। डॉ. बेसल वान डेर क्लांक जो कि हावर्ड से है, डॉ. एलन स्कॉर जो कि यू. सी. एल. ए. से है और डॉ. डेनियल सैंगल जो कि यू. सी. एल. ए. से है। इन सभी के विकास के आधुनिक सर्वेक्षण को मिला कर इस उपमा को तैयार किया गया है। यदि इस उपमा में कोई ऐसी बात है जो उनके खोज से मेल नहीं खाती है। तो यह उनके अध्ययन सामग्री के प्रति हमारी ही कुछ गलतफहमियां ही होंगी।

आनन्द का डेरा: जीवन के पहिले तीन महीने इस आनन्द के डेरे को बनाने में लगते हैं जो हमारी इस कार्यवाही का आधार है। इन बारह हफ्तों में एक शिशु अपनी माँ के साथ होने में आनन्द का अनुभव करता है। बच्चे को स्तनपान करना, उसे सुलाना उसके पास सोना और बच्चे का अपने गोद में लेकर रखना बहुत ही फायदेमन्द है। यह आनन्द की स्थिति ही मनुष्य के सभी विकास की जड़ है। आनन्द के डेरे में रहना माँ के प्रेम, शान्ति, सुरक्षा जैसे बेशकीमती अनुभव को संजोना है। चाहे हम दुनिया में कही भी क्यों न चले जाएं आनन्द का डेरा ही वह जगह है जहाँ हम हर रात सोना चाहते हैं। तीन महीने में इस शिशु ने उसकी माँ उसके बारे में कैसा अनुभव करती है। इस बात की उसने पर्याप्त तस्वीर को विकसित कर लिया है। अब से आनन्द एक दूसरे पर प्रभाव डालने वाला कारक बन जाता है। इस समय तक बच्चे का आनन्द अनुभव करने की क्षमता बहुत कम होती है। और जल्दी ही वह तृप्त हो जाता है। लेकिन तीन महीने के बाद आनन्द की बनावट मस्तिष्क में एक गम्भीर वृद्धि की ओर अग्रसर होती है।

आनन्द के पहाड़ पर चढ़ना: तीन महीने की उम्र में एक बच्चे के मन में यह तस्वीर बैठ जाती है कि उसकी माँ उसे कैसे देखती है। इसमें कोई आश्चर्य की बात नहीं है कि यह तस्वीर उसके मन में बिना कोई शब्द के बैठ जाती है। जैसे उसकी माँ का चेहरा। और इसमें भी कोई आश्चर्य की बात नहीं है कि आनन्द के पहाड़ पर चढ़ने के लिए उसकी दृष्टि केन्द्र का विकसित होना बहुत जरूरी है जो कि तीन महीने में होता है। उस समय तक

दृष्टि केन्द्र दृश्य बनाने में यन्त्रस्थ हो जाता है। और दृष्टि एक मुख्य ज्ञानेन्द्रिय बन जाती है। जब बच्चा हमारी आँखों में देखता है तो वह आनन्द के लिए देखता है। आनन्द का अर्थ है “कोई मुझे देखने में बहुत खुश है।” आनन्द एक ऐसी भावना है जिसे बच्चे अपनी इच्छा से अपने आप ही खोजने लग जाते हैं। क्योंकि वे अपने आनन्द के स्तर को ऊँचा बढ़ाने के लिए उत्साहित होते हैं। इसलिए वे इसे पाने में प्रयत्नशील रहते हैं। तब भी जब कुछ गलत हो जाता है। जैसे-जैसे वे आनन्द के ऊँचे और ऊँचे स्तर पर चढ़ते जाते हैं। उनके मस्तिष्क की क्षमता भी बढ़ती जाती है। यदि एक शिशु को तीन से बारह महीने तक अपने माता-पिता का साथ आनन्द के अनुभव को मजबूत करने के अवसर मिले हैं तो वह बार-बार आनन्द के स्तर को ऊँचा उठाने के लिए प्रयत्नशील रहता है। जब भी बच्चा खुशी से भरी आँखों को या चेहरे को देखता है जो उसे देखकर खुश होता है। तो वह आनन्द के पहाड़ पर चढ़ने का अगल प्रयत्न करता है। ऐसा वह अपने पहले जन्म दिन तक करता है। यह नन्हा सा बच्चा आनन्द के चोटी पर बार बार पहुँच कर किसी भी मनुष्य के समान अपने आप को ताकतवर पाता है। इस प्रकार का अभ्यास जब घण्टों तक प्रतिदिन किया जाता है। तो इससे बच्चा बहुत ही ताकतवर और आनन्द-पूर्ण हो जाता है।

हम आनन्द के प्राणी हैं। जब बच्चे अपने माँ के चेहरे पर खुशी नहीं देखते हैं। तो वे भय से भर जाते हैं। जब वे ऐसे माता-पिता के साथ होते हैं जो डरे होते हैं या गुस्सा रहते हैं। तो वे धमाने वाली नजरों को देखना सीख जाते हैं। यदि वे ऐसे लोगों को नहीं पाते हैं जिनकी आँखों में उनके लिए प्यार हो तो वे रिश्तों में सुरक्षित नहीं अनुभव करेंगे। और यदि कोई भी न हो जो उनसे प्यार करें तो वे इस दुनिया को इस प्रकार ही नियंत्रित करेंगे की उन्हें बुरा ही महसूस हो। वे भय बन्धन बनाते हैं और भय पर आधारित पहचान को ही विकसित करते हैं। वे लापरवाही में जीवन बिताते हैं। क्योंकि उन भयों में से जिस में वे फंस गये हैं। आनन्द

की कोई आशा नजर नहीं आती है। शिशुओं को ऐसे लोगों की जरूरत है जो उन पर ध्यान देते हैं और उन्हें आनन्दमय महसूस करने में सहायता करते हैं। नहीं तो जीवित रहने और अस्तित्व बनाये रखने में उन्हें कठिनाई होती है। जब कि ये बच्चे कभी भी आनन्द को और उन मार्गों को भी खोजने की भी कोशिश नहीं करेंगे जो कि आनन्द की ओर ले जाती है। और जैसे ये बच्चे बढ़े होते हैं तो ये लोग जिन्होंने कभी प्रेम बन्धन नहीं पाया वे हमेशा ऐसी वस्तुओं या लोगों की तलाश में रहते हैं जो उन्हें बेहतर महसूस करने में मदद करें जैसे ड्रग्स, यौन सम्बन्ध, शक्ति, विनाशकारक सम्बन्ध या धन।

जिनके पास थोड़ा ही आनन्द है वे दिल दुखाने वाली भावनाओं से जल्दी वापस नहीं आ पाते हैं। हालांकि ये सब दिखाई नहीं देता जब वे छोटे बच्चे होते हैं। लेकिन जैसे वे व्यस्क होते हैं तो यह देखाई देने लगता है कि उनका व्यक्तित्व कमजोर है और आनन्द के पहाड़ पर प्रयत्नशील नहीं होने के कारण उनका मस्तिष्क पूर्ण विकसित नहीं हो पाता है। मस्तिष्क के पहचान वाले हिस्से व्याकुलता, हताशा, एकाग्रता की कमी, खाने के रीति में अव्यवस्था और आत्मकामी और नाटकीय, दिवानापन जैसे व्यक्तित्व विकार उत्पन्न हो जाते हैं। ऐसी परिस्थिति में पड़े हुए लोग आनन्द की परिस्थिति में लौटने की अयोग्यता की परिस्थितियों में पड़ जाते हैं।

जब तक की बच्चा एक मजबूत आत्म-विकसित नहीं कर लेता तब तक वह आनन्द की बहुतता से भी घबरा जाता है। जब वह उस पहाड़ पर ऊँचे चढ़ जाता है। यह ऐसा अनुभव होता है जैसा की यदि ज्यादा गुदगुदी करने पर हम सहन नहीं कर पाते हैं। उसी प्रकार ज्यादा आनन्द भी दर्द में बदल जाता है। जब बच्चा व्याकुल करने वाले स्तर पर पहुंच जाता है। यदि एक मां अपने बच्चे को यदि अपने आनन्द का कारण बना देती है और वह हमेशा यह कोशिश करती है कि हमेशा बच्चा हसंता रहे जब वह थोड़ा सा भी खुशी से दूर जाता है। और यह उसकी मदद करने की अपेक्षा बच्चे को घबरा देता है। अच्छे माता-पिता जब देखते हैं कि बच्चे

को अत्यधिक आनन्द मिला है और वह थोड़ा दूर हो जाता है। तो वे उसे उस पल आराम करने देते हैं। और जब वह उसमें से बाहर निकल कर आता है। तब वे जानते हैं कि यही उचित समय है। जब वे फिर से चढ़ने के लिए तैयार हैं। यह प्रक्रिया हजारों बार दोहराई जाती है। जब तक की वह आनन्द की चोटी पर न पहुंच जायें। लेकिन इनका बार-बार शुरु होने और बार-बार रुकने में बहुत फायदे छुपे हुए हैं। बच्चे यह सीखते हैं कि वे घबरा कर भी जिन्दा रहते हैं और विश्राम से भी वे बहाल होते हैं। और इससे वे धीरे-धीरे फिर आनन्द की ओर लौट आते हैं। ये चरण बच्चों को सिखाते हैं कि हम किस प्रकार दूसरों को जोर से धक्का लगाने से रोक सकते हैं। और कैसे हम दूसरों से आदर से पेश आ सकते हैं और कैसे हम दूसरों के जीवन में घबराहट का कारण बनने से रुक सकते हैं।

हम सब ऐसे लोगों को जानते हैं जो यह नहीं जानते कि कैसे रुकें। ऐसे लोगों को जिन्हें अपनी भावनाओं को नियंत्रित करने में परेशानी होती है। और आसानी से आनन्द में नहीं लौट पाते हैं। उन्होंने कभी नहीं सीखा की घबराने वाली भावनाओं से कैसे लौटा जाये। उनके माता-पिता पीछे नहीं हटे जब वे घबरा जाते थे। उन्होंने विश्राम करना और आनन्द की ओर लौटना नहीं सीखा। यह शायद इसलिए हुआ क्योंकि उनके माता-पिता चाहते थे कि उनके बच्चे हमेशा उनके लिए खुश रहें ताकि वे खुश रह सकें।

आनन्द के डेरे में वापस लौटना: पहले जन्मदिन के समय तक हमारा छोटा पर्वतारोहक अपने भावनात्मक पहाड़ तक आसानी से पहुँच सकता है। और यह शक्ति वह उसके जीवन के दूसरे साल में इस्तेमाल कर सकता है। इस दौरान माँ उसे सारी अप्रिय भावनाओं से आनन्द में लौटना सिखाती है। जब बच्चे के जीवन में एक सुरक्षित बन्धन होता है जो उसे दर्दनाक भावना को अनुभव करने के बाद उसे अच्छा महसूस करने में मदद कर सके तो वह बहुत ताकतवर होकर बढ़ा होता है। और कठिनाईयों का सामना आशा से कर पाता है।

जो छोटे बच्चों को बाहर कैम्पिंग के लिए ले जाते हैं। वे जानते हैं कि किस प्रकार छोटे बच्चे पर कड़ी निगरानी रखनी पड़ती है ताकि वे इधर-उधर घूमते हुए भटक न जायें। जब बच्चा यह सीख जाता है कि किस प्रकार वह चट्टानों पर से सुरक्षित नीचे उतर सकता है। और पर्वतों पर से उतर कर अपने के पास पहुंच सकता है और जंगल में से बिना रास्ता भूले वापस आ सकता है। तो माता-पिता को बहुत ही निश्चित और हल्का अनुभव करता है। उनका बच्चा किसी भी जगह से अपने आनन्द के डेरे को ढूँढ लेता है तो कैम्पिंग बहुत ही सुरक्षित बन जाता है और उसका आनन्द बहुत बढ़ जाता है।

उसी प्रकार बच्चों को अपनी सारी भावनाओं से आनन्द के डेरे तक का रास्ता सीखना जरूरी है। उन्हें शर्मिन्दगी, घृणा, भय, दुख, लज्जा, हताशा और निराशा से भी आनन्द की ओर लौटना जरूरी है। जब एक बार बच्चा आनन्द में लौटना सीख जाता है जो वह अपनी भावनाओं से डरता नहीं है और ना ही फंसा रह जाता है। लेकिन यदि आनन्द के पर्वत पर चढ़ने से विकसित हुई आनन्द थोड़ा ही है। उदारहण के लिए यदि दुःख की भावना आनन्द की सामर्थ से जो उसने सीखी है उससे ज्यादा है तो आनन्द के डेरे में पहुंचने की सामर्थ कम पड़ जायेगी। उसी समय से वह उन भावनाओं से दूर भागेगा बजाय इसके कि वह उन्हें हल कर ले। नहीं तो किसी को उसे सिखाना होगा कि वह किस प्रकार आनन्द में लौट सकता है। इसलिए नन्हे बच्चों को इस प्रकार की भावनाओं में मार्ग-दर्शन की आवश्यकता होती है और उनमें से सुरक्षित बाहर निकलने की भी अपने माता-पिता के द्वारा।

भावनाओं को नियन्त्रित कर पाने का अर्थ है कि आप एक नकारात्मक भावना को अनुभव कर पाते हैं। यहाँ तक की उससे घबरा भी जाते हैं। लेकिन फिर भी उनसे बाहर निकल कर आनन्द के अनुभव तक पहुंच पाते हैं। बच्चे यह अनुभव दूसरों को देखकर सीखते हैं। उदारहण के लिए एक 15 महीने का बच्चा अपनी माँ को अपना गन्दा हाथ जो उसने डाइपर में डाल कर गन्दा किया

बड़े घमण्ड से अपनी माँ को दिखाता है। लेकिन माँ स्वभाविक रूप से घृणा का भाव दिखाती है। और बच्चा अपने माँ के भाव को भाप लेता है। और वह उससे दूर छिपने की कोशिश करता है। लेकिन उसकी माँ जो समझदार और संवेदनशील है। वह उसकी निराशा को समझ लेती है। और उसे तसल्ली देने पहुंच जाती है। कुछ ही समय में माँ के चेहरे पर घृणा की जगह उसकी निराशा के लिए दुःख देखता है और थोड़ी देर में माँ और बच्चा दोनों आनन्द में लौट आते हैं। माँ के दिमाग ने बच्चे के दिमाग को यह सिखाया कि उसे अभी भी उसकी मंजिल बहुत दूर है। लेकिन फिर भी वह हमेशा आनन्द के रास्ते पर लौट आ सकता है। हर दिन इस प्रक्रिया के दोहराये जाने के कारण माँ अपने बच्चे की नकारात्मक भावनाओं में उसका साथ देती है और उसे तसल्ली देती है और फिर उसे आनन्द में लौटा ले आती है। वह उसे बचा नहीं रही है। वह उसे यह बता रही है कि उसे गलत परिस्थितियां पसन्द नहीं है। लेकिन वह अपने बच्चे को पसन्द करती है और उसके साथ रहने में बहुत खुश है और वे एक साथ आनन्द में लौट सकते हैं।

अभ्यास के साथ बच्चा कहीं से भी लौटकर आनन्द के डेरे में आना सीख जाता है। वह सब कठिन और क्षीण करने वाली भावनाओं और बुरी घटनाओं से वापस लौट पाता है। भावनाओं को महसूस करने की शक्ति के साथ आनन्द में लौटने का रास्ता जानना आशा, शान्ति और आत्म-विश्वास का निर्माण करता है। एक अप्रिय भावना के बाद आनन्द में लौट आना संतृप्ति लाता है। जब हर कोई आनन्द के डेरे में वापस आता है। तो संतृप्ति बांटे गये आनन्द से आता है। यह स्वतः ही लौटना होता है न कि अप्रिय भावनाओं में फंस जाना या न उनसे दूर रहने से। जब लोग आनन्द के डेरा में एक साथ होते हैं तो आनन्द बढ़ता है और परिपक्वा विकसित होती है।

मस्तिष्क के विकास की स्थापित संरचना के अनुसार तीन साल तक बच्चा स्वयं पर भावनाओं पर नियन्त्रण सीखता है। सदमे स्व-भावना

नियन्त्रण को बड़े स्तर पर रोक देती है। दूसरों के प्रेम पूर्व सहयोग से ही लोग सदमों से बाहर निकल पाते हैं। और स्व-नियन्त्रण सीखते हैं।

सदमों के प्रकार

लोग इस बात को मानते हैं कि जब हमारे शरीर में कोई बिमारी हो जाती है तो सही जांच जरूरी है। यही बात सदमों से बहाली में भी लागू होती है। बहाली के सफल होने के लिए यह बहुत जरूरी है कि हम सबसे पहले घाव को ठीक प्रकार से और पूरी तरह से पहचानें। शेपर्ड हाउस सदमों से बहाल करने के तीस साल के अनुभव ने हमें यह बताया कि सदमों को दो वर्गों में बांट सकते हैं। पहले प्रकार के सदमे और दूसरे प्रकार के सदमे। इन सदमों की पहचान से हमें सदमों की शुरुवात खोजने में सहायता मिलती है। और यह जानने में भी कि चंगाई के लिए किन अनुकूलताओं की जरूरत है।

आवश्यक अनुकूलताओं की कमी-

पहले प्रकार के सदमे

पहले प्रकार के सदमे उन अनुकूलताओं की कमी है जो हमें मिलनी चाहिए थी। वे बातें जो भावनात्मक स्थिरता लाती हैं। इन बातों की अनु-उपस्थिति रिश्तों में कठिनाईयां लाती हैं। शायद यह उदाहरण हमें इसे समझा सकता है। एक साल पहले जिम फ्रायन्सन के एक क्लाइन्ट कलीसिया में आराधना कर रहा था। वह उस रविवार दो तीन पंक्तियां छोड़ कर बैठा था। जिम का बेटा उस समय चार साल का था। और जब वे खड़े होकर गाना गा रहे थे उसने अपने बेटे को कुर्सी पर खड़ा कर रखा था। और तभी उसने बड़े प्यार से अपना हाथ अपने बेटे के कंधों पर रखा। उस क्लाइन्ट ने बताया कि जब उसने इस प्यार को देखा तो परेशान करने वाला अकेलापन उसके हृदय इतना ज्यादा बढ़ गया कि उसे कलीसिया छोड़ कर जाना पड़ा। अपने पिता के प्रेम की अनुपस्थिति का दर्द सालों से उसके हृदय में था और वह अकेलापन फिर

से यथार्थ बन गया जब उसने उस प्रेम को देखा जो उसे नहीं मिला था। पहले प्रकार का सदमा इस प्रकार काम करता है। दर्दनाक भावनाएं बाहर निकलने लगती हैं। जब एक व्यक्ति उस अच्छी बात को देखता है जो उसके जीवन में अनुपस्थित थी।

उन महत्वपूर्ण जरूरतों की अनुपस्थिति हमेशा बाद में पनपने वाले रिश्तों को प्रभावित करता है। ऊपर उदाहरण दिये गये व्यक्ति के जीवन में पिता का प्रेम न मिलने के कारण उसके मन में पुरुषों के प्रति अविश्वास बैठ गया। लेकिन परमेश्वर का धन्यवाद हो कि बाद में उसने बहुत ही प्यार करने वाले और विश्वास-योग्य व्यक्ति से शादी की जिससे उसे जरूर पहले प्रकार के सदमे से बाहर निकलने में सहायता मिली होगी। लेकिन फिर भी इस वैवाहिक सम्बन्ध ने उसे पूरी तरह से उसके चोट को ठीक नहीं किया। जब भी वह व्यक्ति अपने प्रेम को प्रकट करता तो यह उसके चोट को और भी ताजा कर देता था। जो कि एक मजबूत रिश्ते के विकास में एक बड़ी बाधा बन गयी थी।

पहले प्रकार के सदमे मस्तिष्क की बनावट के उस हिस्से को अधिक प्रभावित करता है जो गहरी भावनाओं को नियन्त्रित करता है। हमारा जीव विशेष कर हमारी भावनाओं की ओर झुका होता है। तो हम पहले प्रकार के सदमों को “जीव की चोट” कह सकते हैं। पहले प्रकार के सदमों से बाहर निकलने के लिए हमें लम्बे समय तक बने रहने वाले प्रेम-पूर्ण रिश्तों की जरूरत है जो कि नकारात्मक भावनाओं पर जीत पाने के लिए उपलब्ध होनी चाहिए। तभी सदमों में पड़े व्यक्ति को आनन्द व्यक्त करने और परिपक्वता की प्रक्रिया में आगे बढ़ने का अवसर मिलता है। भरोसा स्थापित करना और गहराई में छिपी हुई भावनाओं को बाहर लाना बहुत जरूरी है कि हम नकारात्मक भावनाओं का सामना करने के लिए तैयार हो सकें।

इसके लिए समय की और एक वास्तविक सच्चे प्रेम भरे रिश्ते की जरूरत है।

ज्यादातर लोगों को यह जानने में बहुत तकलीफ होती है। उनके दर्द, हताशा और अकेलेपन का कारण पहले प्रकार के सदमे हैं। इस प्रकार के सदमों को याद रखना दूसरे प्रकार के सदमों को याद रखने से आसान है। लेकिन इन्हें उतना महत्व नहीं दिया जाता है। उनके महत्व को छोटा समझा जाता है। और लोगों को अकेले छोड़ दिया जाता है। यह जानने के लिए कि क्यों उन्हें अपने बारे में इतना बुरा महसूस होता है। क्यों उन्हें भरोसा करने में कठिनाई होती है। और क्यों उन्हें हमेशा ऐसा लगता है कि उन्हें अपना महत्व बार-बार स्थापित करने की जरूरत है। क्योंकि इस प्रकार के सदमों को गम्भीरता से नहीं लिया जाता है इसलिए लोग समझ नहीं पाते हैं। उन्हें परेशान करने वाली यह भावनाएँ कहाँ से आती है। जब उन्हें अपनी बुरी भावनाओं का कारण समझ में नहीं आता है तो वे या तो खुद पर दोष लगाते हैं मुझ में ही कमी है या अपने सृष्टिकर्ता पर दोष लगाते हैं मुझे परमेश्वर ने ही ऐसा बनाया है।

यहाँ पर एक ऐसे व्यक्ति का उदारहण है। जिसका जीवन पहले प्रकार के सदमों से कुठित हो गया। जब **स्यु** यह पढ़ रही थी कि किस प्रकार एक प्रेम करने वाले माता-पिता अपने बच्चों पर अच्छी चीजों की बारिश कर देते हैं तो वह खुद भी अपने पहले प्रकार के सदमे के दर्द को पहचानने लगी। उसने लिखा-

“हर शब्द मेरी आँखों में आँसू ला रहे थे। ये उन लोगों के लिए खुशी के आँसू नहीं थे जिन्होंने अपने बच्चों के साथ और परमेश्वर के साथ एक महत्वपूर्ण रिश्ता जोड़ा। लेकिन ये आँसू मेरे लिए ही थे। वे आँसू जिनकी किसी ने चिन्ता नहीं की कि मेरे लिए प्रार्थना ही कर दे या यह खोजने की कोशिश करे कि मेरे जीवन में क्या हो रहा है या मेरे मन में क्या चल रहा है। या कोई ऐसा जो एक साधारण सा बलिदान मेरे लिए कर दे और अपना थोड़ा सा समय मेरे साथ बिता दे। मैं अपनी किशोरावस्था की परेशानियों में इतनी अकेली, इतनी डरी हुई और इतनी फंसी हुई थी कि मैं डूब रही थी और कोई नहीं था जो मुझ पर ध्यान देता या मेरी चिन्ता करता। कोई भी नहीं था।

अब तो दर्द, शंका और डर इतना बढ़ गया था कि मैं सम्भाल भी नहीं सकती थी। मैंने शून्यता से, अन्य कोई भी भावना को अनुभव करने की योग्यता से सुन्न होकर उन्हें स्थानान्तरित कर दिया। जब एक भावना चली जाती है तो सभी चली जाती है। आपके मस्तिष्क के अवकाश-काल में जहाँ वे इन्तजार करती हैं कि उन्हें फिर से लौटने का अवसर मिले। कई बार वे कोशिश भी करती हैं। लेकिन घाव इतने कच्चे होते हैं और भावनाएँ इतनी क्रूर होती हैं कि आप उन्हें फिर से उस कमरे में धकेल देते हैं और अन्त में आप उस कमरे को ही बन्द कर देते हैं और आप कहते हैं कि उनके बिना जीना और भी आसान है। “पहले प्रकार के सदमे बाद में कुठित कर देते हैं और वे इतने गम्भीर होते जितने वे **स्यु** के लिए थे। लेकिन सबसे बुरे घाव भी चंगे हो सकते हैं। दर्द का सामना करना, नये जीवनदायी रिश्तों का स्वागत करना जो कि लम्बे समय तक अवहेलना और अनुपस्थिति को झेल रहे थे, संतुष्ट करना जरूरी है।

पहले प्रकार के सदमे

पहले प्रकार के सदमे उन अच्छी वस्तुओं की अनुपस्थिति के कारण हानिकारक है और यह हमारी भावनाओं को क्षति पहुँचाती है। हमारे जीवन के हर स्तर पर हम एक या ज्यादा और किसी न किसी अंश में इसकी अनुपस्थिति को पाते हैं और हम सभी कम से कम एक पहले प्रकार के सदमे को अपने जीवन में पा सकते हैं। जिन पर ध्यान देने की जरूरत है। परिपक्वता सूचक चार्ट में हम देख सकते हैं कि जो परिवार और समाज का उत्तरदायित्व है। (मध्य का खाना) उसमें वे चूक सकते हैं और उससे पहले प्रकार के सदमे उत्पन्न होते हैं। जबकि उन क्षेत्रों की अनुपस्थिति परिभाषित करती है कि पहले प्रकार का सदमा क्या है। यहाँ पर पहले प्रकार के सदमों के कुछ उदारहण दिये गये हैं।

1. हमारे पैदा होने या अस्तित्व में होने से माता-पिता का खुश नहीं होना या उनके हृदय की खुशी केवल अस्तित्व में होने से नहीं हो पाना।
2. किसी की खुशी का कारण नहीं हो पाना।
3. यदि माता-पिता ने आपको समझने के लिए समय नहीं निकाला और आपको इस बात के लिए प्रोत्साहित नहीं किया कि आप उनके साथ बांटे कि आप कौन हैं। आप क्या सोचते हैं और कैसा महसूस करते हैं।
4. बहुत अधिक समय शारीरिक प्रेम का पोषण नहीं प्राप्त कर पाना (लैंगिकता की भावना के बगैर) जैसे गोद में बिठाना, गले लगाना, और जब आपका जी भर जाये और आप जाना चाहें तब आपको जाने नहीं देना।
5. उम्र के साथ आने वाली पाबन्दियों को माना नहीं करना या उन पाबन्दियों को जोर जबरदस्ती से थोपना जिससे आप का मान घटता है।
6. पर्याप्त भोजन, वस्त्र, आश्रय और चिकित्सक और दन्त सम्बन्धित आवश्यकताओं को पूरा नहीं किया गया हो।
7. कठिन कार्य करना सीखने में समस्याओं का हल करने में और निरन्तरता और नियमितता को विकसित करने में चूक।
8. व्यक्तिगत संसाधनों और योग्यताओं को विकसित करने के अवसरों को उपलब्ध करने में विफलता।

थेरेपी पहले प्रकार के सदमों को पहचान में मदद कर सकती है। लेकिन इसकी बहाली प्रेम भरे रिश्तों से ही आ सकती है। थेरेपी उन अनुकूलताओं की अनुपस्थिति से आए बुरे प्रभाव को दूर करने में मदद कर सकती है। लेकिन प्रेम भरा रिश्ता ही उन अनुकूलताओं की उपस्थिति को ला सकती है। जिससे चंगाई हो सकती है।

जीवन आदर्श दूसरो पर दोष लगाने के लिए नहीं है लेकिन चंगाई के विषय में है। पहले प्रकार के सदमों को पहचानने का उद्देश्य यह

है कि चंगाई मिल सके और जीवन फिर से पुनः स्थापित हो सकें। ईमानदार होने का साहस रखें। ताकि सत्य आपको स्वतन्त्र कर सके। परमेश्वर हमारी जरूरतों को जरूर पूरी करेगा और वह नये रिश्तों को हमारे लिए बुनेगा ताकि हम सदमों से ठीक हो सकें। शोपर्ड हाउस में हम लगातार लोगों से कहते हैं कि वे प्रार्थना करें कि वे उन लोगों को पहचान सकें जिन्हें परमेश्वर उनके जीवन में एक आत्मिक परिवार के अंग के रूप में जोड़ रहा है। यह पहले प्रकार के सदमों के दुष्प्रभाव से बाहर निकलने के लिए बहुत ही जरूरी है।

बुरी घटनाएं जो घटी - दूसरे प्रकार के सदमे

दूसरे प्रकार के सदमे बुरी बातों से आते हैं। दूसरे प्रकार के सदमों से हमारे मस्तिष्क का याद वाला भाग बुरी तरह से प्रभावित होता है। इसलिए दूसरे प्रकार के सदमे को मन में दरार लाने वाले सदमे भी कह सकते हैं। यदि बुरी घटनाओं से उत्पन्न होने वाली भावनाओं और विचारों को हल नहीं किया गया तो एक व्यक्ति फिर से आनन्द के डेरे में नहीं जा सकता है। इससे एक दरार पैदा होती है। एक अलगाव कुछ बुरी घटनाएं जानबूझ कर भुला दी जाती हैं और खोई हुई स्मृति एक व्यक्ति को उसे याद रखने से बचाती है। स्मृति खोना मस्तिष्क का एक स्वतः होने वाली प्रक्रिया है- स्वतः भूल जाना। इसकी सुरक्षा का उपयोग 3 साल की उम्र के बाद किया जा सकता है। उससे पहले दिमाग किसी समय या कहानी के तारों को जोड़ नहीं पाती है। इसलिए स्मृति एक अलग रूप ले लेती है। यहाँ पर यह बात स्पष्ट करना जरूरी है कि स्मृति अपने आप खो जाती है।

इसका अर्थ क्या है- जब सदमा तीव्रता के सबसे ऊंचे स्तर पर पहुँच जाती है। तो वह सहने से बाहर हो जाती है। इससे पहले की व्यक्ति पूरी तरह से समझ पाए कि क्या हो रहा है। वह सदमा अचानक से भुला दिया जाता है। स्मृति में केवल एक खाली स्थान छूट जाता है। और उस व्यक्ति को यह याद भी नहीं रहता कि उसके साथ कभी कोई इतनी भयानक घटना भी घटी थी। वह व्यक्ति अपनी इच्छा से उस सदमे की घटना को भूलने की कोशिश नहीं

करता है। लेकिन वह अपने आप अपनी स्मृति खो देता है। इससे पहले कि वह समझ सके कि उसके साथ क्या हो रहा है। यद्यपि स्मृति खोना कुछ समय के लिए हमारी स्मृति को मिटा डालती है। लेकिन यह फिर किसी समय में फिर से उभर कर आ सकती है। यदि पूर्णता प्राप्त करनी है तो उस बुरी घटना से बाहर निकलना और चंगा होना बहुत जरूरी है ताकि वह खाली स्थान फिर से भर जायें। पहले प्रकार के सदमे के समान दूसरे प्रकार के सदमे से बहाल होने में काफी समय लग जाता है। लेकिन अच्छी थरेपी “बुरी घटनाओं” से बहाली की तीव्रता को बढ़ा सकता है।

यहाँ पर एक उदारहण है कि किस प्रकार दूसरे प्रकार के सदमे एक व्यक्ति के जीवन में बाधा ला सकती है। लिसा दो बच्चों की मां थी जिसने अपने पति को किसी गलती पर घर से निकाल दिया। यह एक गम्भीर गलती तो थी लेकिन इतनी गम्भीर भी नहीं कि एक ही मिनट में पूरे रिश्ते को ही खत्म कर दे। जब उसके इस प्रतिक्रिया के कारणों को समझने की कोशिश की। जब उसने बहुत जोर देकर अपने बचपन के बारे में सोचा तो उसे याद आया कि यह भावना कहाँ से आयी थी। तब दूसरे प्रकार के सदमे की याद उसके दिमाग में आई। यह वह समय था जब उसके मन में अपने सौतेले पिता के प्रति पूरा विश्वास था। तभी एक रात वह उसके कमरे में आया और उसका बलात्कार कर दिया। लिसा उन यादों को वापिस लाने की कोशिश कर रही थी। उसे याद आया कि उसकी प्रतिक्रिया बहुत ही गुस्से वाली थी। वह बहुत आग बबुला थी उसने अपनी मां को बताया कि उसके साथ क्या हुआ। तभी उसके सौतेले पिता को घर से निकाल दिया गया। और वह रिश्ता वही खत्म हो गया।

जब उसने पहचाना कि उसके पति की गलती ने उसके उस तीव्र भावनाओं को जगा दिया था जो उसके सौतेले पिता से जुड़ी हुई थी। तब लिसा के ऐसे बड़े प्रतिक्रिया का कारण समझ में आया। ऐसा घाव जो ठीक नहीं हुआ था जो सालों तक भुला हुआ

था जब उस घाव को छुआ गया तो उसने इतने तीव्र भावनाओं को उत्पन्न किया। और यह भावना सबसे पहले उसी के पति पर उण्डेली गयी। लेकिन ठीक समय पर उस पर ध्यान देने के कारण उसका घाव ठीक हो गया। चंगाई मिलने के बाद इस प्रकार तीव्र प्रतिक्रिया ने फिर उसके रिश्तों को कभी परेशान नहीं किया।

दूसरे प्रकार का सदमा

दूसरे प्रकार का सदमा उन बातों की उपस्थिति होती है जो नुकसानदायक है। निम्न प्रकार के अनुभव प्राप्त करने की छोर पर होने से दूसरे प्रकार के सदमे पनपते हैं। दूसरे प्रकार के सदमों के कई प्रकार हैं। यह याद रखना जरूरी है कि “हल्के सदमे” समझ कर टालने से हमें इस सच्चाई को अनदेखा करना है कि इनसे कितना दर्द होता है। और इनसे ठीक होने के अवसर भी गवां देंगे। घावों का अनेदखा करने से या अवहेलना करने से ये चले नहीं जाते हैं। यहाँ पर दूसरे प्रकार के सदमों के कुछ उदारहण दिये गये हैं।

1. शारीरिक उत्पीड़न जैसे चहरे पर थप्पड़ मारना, बाल खींचना, जोर से हिलाना, मुक्का मारना, ज्यादा देर तक गुदगुदी करना कि बच्चे की सांस ही रुक जाये।
2. ऐसे मारना जो बहुत ही क्रूर हो जिसके निशान पड़ जाये या भावनात्मक रूप से घायल करने वाले घाव छूट जायें।
3. यौन उत्पीड़न जिसमें गलत तरीके से छूना, लैंगिक चुंभन या गले लगाना, लैंगिक संसर्ग, मुख या गुदा मैथुन, वीर्य स्वखलन, नग्नता प्रदर्शित करना या माता-पिता के यौन अनुभवों को बच्चों के साथ बांटना।
4. गाली देना या बुरे नाम से बुलाना।
5. माता पिता के द्वारा त्याग दिया जाना।
6. यातनाएं देना या शैतानिक धार्मिक रीति-रिवाजों के द्वारा उत्पीड़ित किया जाना।
7. किसी अन्य को उत्पीड़ित करते हुए देखना।

थेरेपी दूसरे प्रकार के सदमों को बाहर लाने में मदद करता है। जिनमें से अधिकतर घटनाएं एक व्यक्ति के चेतना में व्यस्क होने तक खोये रहते हैं। हमने जाना है कि सदमे को याद रखना और उससे बाहर निकलना बहुत जरूरी है। एक व्यक्ति के बीते जीवन के सभी दर्दनाक अनुभव को ठीक करने के लिए एक साधारण प्रार्थना पर्याप्त नहीं होगी। इसके लिए घाव को पहचानना, दर्द की भावनाओं को खोल कर परखना यह समझने के लिए कि इस सदमे का असर क्या हुआ है और प्रार्थना करना की परमेश्वर उन यादों में जिन्हें बाहर उभारा गया है। पूरी चंगाई भेजें।

घाव में चंगाई

परमेश्वर बहुत भला है और शेपर्ड हाउस में हम, लोगों के आनन्द के साक्षी होते हैं। जब परमेश्वर पहले और दूसरे प्रकार के सदमों से उन्हें चंगाई देकर उन्हें पुनः स्थापित कर देता है। यहाँ पर एक विशेष सेशन का जिक्र हम कर रहे हैं कि किस प्रकार दोनों प्रकार के सदमों में चंगाई को प्रेरित किया जा सकता है।

कार्ल को सहायता पाने के लिए उसे उसके एक मित्र ने शेपर्ड हाउस में भेजा। ये है समाज का कर्तव्य। कार्ल का मित्र भी उसकी चंगाई में सम्मिलित था। उसके थेरेपी पार्टनर के समान ही यह भी जरूरी था कि सेशन के समय उसकी पत्नी भी उसके साथ हो। क्योंकि वह उसकी पत्नी ही थी जो उसे वह दे सकती थी जिसकी उसके हृदय को उस समय जरूरत थी।

कार्ल के पिछले सेशन में भी उसकी एक भावना उभर कर आ रही थी। ऐसी भावना जो बता रही थी कि वह रेस्तरां में एक अच्छे खाना खाने के योग्य नहीं है। उसे लगा कि वह सबसे छोटा है और उसकी यह भावना ऊपर आ रही थी। और कार्ल ने अनुमति मांगी कि वह अपने बचपन के हिस्से को खोलना चाहता है। और बताना चाहता है कि उसके साथ क्या गलत हुआ था।

छोटे बच्चों की तरह तुतलाकर उसने कहा कि वह अंधेरे से, मकड़ियों से और टॉयलेट (Toilet) में बन्द हो जाने से डरता है।

और वह अपनी माँ के बॉय-फ्रेंड से डरता है। और कुछ? वह अपनी माँ से भी डरता है। पाँच मिनट तक वह अपनी तोतली आवाज में बोलता रहा और उन घटनाओं को याद करता रहा जो उसके बचपन में हुई थी। जब वह केवल चार साल का था। ये दूसरे प्रकार के सदमे थे। जिन्हें हम बाल उत्पीड़न भी कहते हैं। कार्ल जानबूझ कर उन दुख दायी बातों को जीवन में पहली बार याद कर रहा था। कार्ल के बचपन के उस हिस्से के लिए यह एक राहत थी कि वह उन भयानक घटनाओं को अपने शब्दों में प्रकट कर रहा था जो सालों से उस में चुपचाप पड़ी हुई थी। उन घटनाओं से आने वाली भावना पिछले कुछ दिनों से उसमें से उमड़ रही थी। यह वह भय था कि वह बाहर खाने जाने लायक नहीं था। एक घटना जो उसे याद थी वह बिल्कुल इसके विषय में थी। एक दिन उसकी माँ से उसे टॉयलेट में बन्द कर दिया और अपने बॉय-फ्रेंड के साथ बाहर डिनर करने चली गयी। और उसने कार्ल से यह भी कहा कि वह किसी लायक नहीं है नहीं तो वे उसे भी अपने साथ ले जाते। उन यादों के ऊपर चंगाई की प्रार्थना बहुत ही शान्त करने वाली थी। और इस झूठ को भी तोड़ा गया कि कार्ल महत्वपूर्ण नहीं है।

लेकिन आनन्द के स्थान तक अभी तक नहीं पहुँचा गया था। उसे डर था कि उसकी माँ अब कभी नहीं आयेगी। निश्चय ही पहले प्रकार का सदमे भी इस तस्वीर का हिस्सा था। उसकी माँ से नन्हें कार्ल पर कभी यह जाहिर नहीं किया कि वह उस पर निर्भर हो सकता है। उसे कभी अपनी माँ से अपनापन नहीं मिला। उसके अन्दर के खाली पन को भरने के लिए यादों की चंगाई की प्रार्थना ही काफी नहीं थी जो उसके हृदय में उसकी माँ का प्यार नहीं मिलने के कारण उसमें समा गयी थी। इसके लिए वास्तविक लोगों की जरूरत थी और वह वास्तविक व्यक्ति कार्ल के पास ही बैठी थी। उसकी पत्नी ने अपनी बाहें उस पर डाल दी और बहुत ही सहानुभूति से उससे कहा कि वे एक दूसरे के लिए हैं। और परमेश्वर ने उन्हें एक साथ जोड़ा है और वह उस पर भरोसा

रख सकता है। अपनेपन के घाव के लिए प्रार्थना करने के बाद और उनके सम्बन्ध को आशीषित करने की प्रार्थना के बाद वह आनन्द तक पहुँच पाया। उसकी पत्नी भी उसके साथ होने में खुश थी। जहाँ वह अपनेपन के एहसास के बिना ही वह बड़ा हुआ वहाँ उसके जीवन में वह आनन्द की उपस्थिति ले आयी। पहली बार वह आनन्द के डेरे तक पहुँच पाया। हर भावना को आनन्द के साथ जोड़ा जा सकता है। चाहे वह पहले प्रकार के सदमे से आयी है या फिर दूसरे प्रकार के सदमे से। परमेश्वर की चंगाई ने आनन्द के सम्बन्ध को कार्ल के लिए उपलब्ध कराया और यह उस व्यक्ति का भी कर्तव्य है कि वह उसकी बहाली का एक हिस्सा बने जिसे परमेश्वर ने उसके जीवन में जोड़ा है।

कार्ल पास्टरल काउन्सलर और क्रिश्चियन थेरेपिस्ट के पास पिछले 25 सालों से सहायता के लिए घूम रहा था। वह अपने किशोरावस्था से अपनी भावनाओं से लड़ रहा था जो हल नहीं हो रही थी। वह जिन्दा तो था लेकिन सालों तक उसके संघर्ष बहुत ही तीव्र और आत्म-घाती थे। उसके विवाह और पेशे में भी कई कठिनाई का सामना करना पड़ा। दुःख की बात यह है कि कार्ल उन अंसख्य लोगों में से एक था जो अपने दुख की भावनाओं को हल करने में हार गया था। दूसरे प्रकार के सदमों से आने वाली भावनाओं का समाधान करने के लिए जरूरी है कि उन भावनाओं से जुड़ी हुई उन यादों को खोला जाये। एक व्यक्ति के बीते जीवन की सारी बातों से चंगाई लिए एक साधारण प्रार्थना मददगार नहीं होती है। चंगाई की प्रार्थना के साथ प्यार करने वाले लोगों के सामने उस विशेष घाव का खोला जाना जरूरी है। इसके अलावा और कोई भी तरीका केवल अस्थाई राहत ही देगा।

मनोविज्ञान हमें यह सिखा सकता है कि हम इन छिपे हुये घाव को कैसे ढूँढें। लेकिन समस्या को ढूँढने से कहीं ज्यादा कठिन है समस्या को हल करना। उन उघड़े हुए घाव को चंगा करने के लिए हमें परमेश्वर की जरूरत है। उसके स्पर्श के बिना सहायता की खोज विफल हो जायेगी। और यह भी स्पष्ट है कि एक प्यार

भरे रिश्ते के बगैर बहाली में सहयोग देने के लिए कोई मानवीय सहायता नहीं होगी। इसे पूरा करने के लिए हमें परमेश्वर और उसके परिवार की जरूरत है।

विभिन्न प्रकार की दरार

कार्ल के घाव ने जिस प्रकार का दरार उत्पन्न किया उस का परिणाम स्मृति खोना, घबराहट, डर था। जब उसे टॉयलेट में बन्द कर दिया गया था तो वह घबरा गया था और जिसका परिणाम अलगाव था। अलगाव को सामान्य रूप से सोचा जाए तो यह जल्दी ही भूलने के बारे में होगा। स्मृति लोप हो जाना या दिमाग में दरार पड़ना इसे कह सकते हैं। दिमाग में एक स्विच होता है जो घबराहट वाली भावनाओं का सामना करने पर बन्द हो जाती है। और उन बातों को ऐसे स्थान पर रिकॉर्ड करती है जो सामान्य चेतन स्मृति से जुड़ा नहीं होता है। जो कि किन्हीं समयों पर बहुत ही लाभकारी होता है। छोटा कार्ल बिना किसी समस्या के सुबह स्कूल जा सकता था। उसे पिछले रात टॉयलेट में बन्द होने कि घटना को याद से संघर्ष करने की जरूरत नहीं थी। न ही उसे वापस घर लौटने से डर लग रहा था क्योंकि उसे वास्तव में यह सदमा याद नहीं था जब वह घर लौट रहा था। दूसरे प्रकार का सदमा इसी प्रकार से होता है। वह दिमाग में एक दरार पैदा कर देता है। यह घटना अलगाव से उसकी स्मृति में कहीं गुम हो चुकी थी।

याद्दाश्त खोना इसी प्रकार काम करता है- यह पागल बनाने वाली घटनाओं को संतुलित करने का एक तरीका है। परमेश्वर ने याद्दाश्त खोना हमारे जीव को सहने से बाहर घबराहट से बचाने के लिए बनाया है ताकि हम चोट से दूर रह कर जिन्दा रह सकें। कार्ल के सदमे के इतिहास ने इतनी दरारें पैदा की कि उसके जीवन में बचपन के कुछ टुकड़ों के लिए स्थान बन गया था। वह इन बचपन के टुकड़ों से वाकिफ नहीं था। लेकिन सालों के बाद वह उन की ताकतवर और नकारात्मक संवेदनाओं का अनुभव कर सकता था। कार्ल का व्यस्क जीवन इसके प्रभाव की चपेट

में था। थरेपी के दौरान उसके जखमी बचपन के टुकड़ों को बार-बार दोहराने से हम उसकी चेतना में ला पाये जिससे उसकी चोट में चंगाई लाने के अवसरो की सम्भावनाओं को बढ़ा दिया। और यह भी बताने के लिए कि किस प्रकार इन हिस्सों को आनन्द के डेरा तक वापिस पहुंचाया जा सकता है। कार्ल जैसे लोगों के लिए यह बहुत ही राहत की बात है कि उनके छिपे हुई चोटों से चंगाई मिल सके। आनन्द उसका स्वयं परिणाम होता है।

यह सेशन यह भी दिखाता है कि सुरक्षात्मक तरीके का एक और महत्वपूर्ण कार्य है, दमन करना। यह चेतना में उपलब्ध स्मृति को धीरे-धीरे भूल जाना है। कार्ल के जीवन में एक पूरा अध्याय दुःख और अपनी माता के तिरस्कार के सम्बन्धित अनुभवों से भरा हुआ था लेकिन यह इतने भयानक नहीं थे कि वे घबराहट के स्वच (अलगाव) तक पहुंच सके। उसके चेतन मन में यह सारी घटनाएं सिमटी हुई थी। जिन पर तिरस्कार सब जगह लिखा हुआ था। लेकिन दमन के कारण उसने उन भावनाओं को तोड़ दिया जो उसे इस दर्द की तीव्रता का एहसास दिलाती। दमन से उसे सहायता मिली। उस पर यह जताया कि वह भावनाएं उतनी भी बुरी नहीं थी।

दिमाग भावनाओं को रूप देने के लिए कड़ी मेहनत करता है। ताकि जीवन को थोड़ा सा और जीने लायक बना सकें। बुद्धिवाद और उदारतीकरण और अन्य स्व सुरक्षा कि विषय में जो हम “मनोविज्ञान के परिचय” की कक्षा में पढ़ते हैं उनका भी उद्देश्य भी यही है। वे हमें मुश्किल भावनाओं का समाना करने में मदद करते हैं। दमन वह सुरक्षा पद्धति है जो हमें बुरी घटनाएं धीरे-धीरे भूलने में मदद करता है। कार्ल पहले प्रकार के सदमे के शक्ति से सुरक्षा पा रहा था उन तिरस्कार की, उन विशेष घटना की यादों से, और उन से उत्पन्न होने वाले आत्म-सम्मान की ठेस पहुंची भावनाओं की भी सुरक्षा कर रहा था। वह भूल गया था कि वह घटना उसके लिए कितनी दर्दनाक थी। और वह उस छेद को नहीं भर पा रहा था जो उसके जीवन में था। जो कि पहले प्रकार के

सदमे से आई थी कि उसके जीवन में “अपनापन” नहीं था। उसके जीवन में अपनेपन के अध्याय को जोड़ना था “सच्चे अपनेपन” से। जो उसके जीवन में आत्म-सम्मान उत्पन्न करेगा। उसकी पत्नी ने उसे वह पाने में उसकी मदद की जिसके बिना ही वह बड़ा हो गया था। उसने उसे मदद की कि वह एक टूटे जीव की दरारों के प्रभाव पर जीत जाए।

कई लोग अपनेपन के लिए रो रहे हैं। उनको एक आत्मिक परिवार की जरूरत है। जिसे अध्याय 4 में चर्चित किया गया है। यदि उनके मसीह मित्र बिना किसी अपनेपन के उनके लिए प्रार्थना करे जैसा कि कार्ल के साथ हुआ तो दूसरे प्रकार के सदमे में थोड़ी राहत तो मिलेगी। लेकिन सम्पूर्ण हल अभी भी दूर है। इसीलिए हमें प्रार्थना करने और प्यार करने दोनों की आज्ञा दी गई है। लेकिन एक के बिना दूसरा अधूरा है।

आईये हम देखें कि किस प्रकार विभिन्न प्रकार के सदमों को कलीसिया में गलत समझा जाता है। पहले प्रकार के सदमे में पड़े लोगों के लिए कलीसिया सभा बहुत ही कठिन स्थान है। दूसरे प्रकार के सदमे में पड़े लोगों को चंगाई मिल जाती है। जो कि बहुत जल्दी भी होती है। क्योंकि दूसरे प्रकार का सदमे में प्रायः एक ही घटना होती है। और एक छोटे समयकाल के दौरान। इस प्रकार की चंगाई और राहत को उत्साहित किया जाता है। लेकिन पहले प्रकार के सदमे में पड़े लोगों को हतोत्साहित किया जाता है। और वे फिर परमेश्वर से पूछते हैं कि क्यों हैं? दूसरे लोगों की हालात में सुधार हो रहे हैं और वे आनन्द का अनुभव कर रहे हैं। लेकिन वे क्यों नहीं?

परमेश्वर क्या आप मुझ से प्यार नहीं करते हैं। या क्या आपके वायदे केवल दूसरों के लिए ही है? क्या इसमें मेरी कुछ गलती है? क्या मैं एक बुरा इन्सान हूँ? परिस्थितियां और भी बुरी तब हो जाती है। जब कलीसिया के लोग भी उन्हें दूसरे प्रकार के सदमों में पड़े व्यक्ति जैसे बर्ताव करते हैं। उसका परिणाम यह होता है कि पहले प्रकार के सदमों में पड़े व्यक्ति यह विश्वास

करते हैं कि वह इस कलीसिया के लिए उपयुक्त नहीं है। क्योंकि उनकी बहाली उतनी जल्दी नहीं होती है। और उन्हें अपनापन अनुभव न होने का दुखद अहसास होता है। अकेलापन और तिरस्कार तो पहले से ही उनके इतिहास में उनके सदमों का कारण होता है। और गहरी चोटों से जल्द छुटकारा पाने का दबाव के कारण वे विफल हो जाते हैं। और फिर पुनः तिरस्कार और अकेलापन अनुभव करते हैं। यह इस प्रकार नहीं होना चाहिए। पहले प्रकार के सदमों में पड़े लोगों की आत्मा को पुनर्स्थापित करने के लिए सच्चे लोगों की जरूरत है। और पुनःस्थापना के लिए कुछ मिनटों से ज्यादा समय लगता है।

यह महत्वपूर्ण है कि दूसरा उदारहण भी रखा जाये। जैसा कि कार्ल के विषय में था। दूसरे प्रकार के सदमे पर चंगाई ने उसे बहुत मदद की। लेकिन पहले प्रकार के सदमे से चंगाई पाना भी बहुत जरूरी था कि वह पूर्ण हो सके। कलीसिया में ऐसे लोग होते हैं जो आराधना के बाद प्रार्थना करने के लिए आगे जाते हैं। उन्हें दूसरे प्रकार के घाव में सहायता मिलती है। जिससे दूसरे प्रकार के सदमों में राहत मिलती है। लेकिन वे बाद में वे पहले प्रकार के सदमे के गहरे दर्द के सम्पर्क में आते हैं। जिसके लिए प्रार्थना केवल काफी नहीं है। और वे सोचते हैं कि उन्हें बार बार प्रार्थना करानी चाहिए। क्योंकि इससे उन्हें थोड़ी देर के लिए ही सही राहत मिलती है। लेकिन इस प्रकार से आपेक्षित परिणाम नहीं मिलते हैं। यदि वे पहले प्रकार के घाव के साथ रहेंगे। तो वे लम्बे समय तक अच्छा महसूस नहीं करेंगे। तब तक की सच्चे लोग उन्हें इतना प्यार दे कि वे उन अच्छी बातों को उनके जीवन में पूरी करे जो उनके बढ़ते हुए सालों में उन्हें नहीं मिली। वे तब तक अपनापन नहीं अनुभव करेंगे जब तक की वे लोगों से जुड़ नहीं जायें जिन्हें परमेश्वर ने उनके जीवन में जोड़ा है। जैसा कि पहले अध्याय में बताया गया था कि यह जानना जरूरी है कि एक व्यक्ति की क्या चोट है। नहीं तो चंगाई के तरीके विफल हो जायेंगे।

अपने टूटेपन को पहचानना

जिस प्रकार की दरार और टूटापन जिसे हम कार्ल के जीवन में देखते हैं। वह है घूमता हुआ टूटापन। जिसे बहुआयामी “व्यक्तित्व विकार” कहते हैं। और जिसे अब वैज्ञानिक समाज में “विच्छेदित पहचान के विकार” भी कहते हैं। जब सदमा दबाव के सबसे ऊँचे स्तर को छू लेता है। तब विच्छेदन हो जाता है और व्यक्तित्व अलग-अलग भागों में बंट जाता है। यहाँ पर यादृशत् खोने या न खोने की भी सम्भावना रहती है। लेकिन भावनाओं के स्तर में या भागों में हमेशा अन्तर रहता है और किन्हीं भागों में नकारात्मक भावनाएं इकट्ठी रहती हैं और दुःख की बात यह है कि सारी भावनाएं आनन्द के डेरे से जुड़ नहीं पाती हैं। इसलिए वे फंसी रह जाती हैं। जब ये फंसे हुए भाग बाहर निकलते हैं तो वे भय में बने रहते हैं। क्योंकि उन्हें वह रास्ता नहीं मिल नहीं पाता जो आनन्द के डेरे तक जाती है। अच्छी थरेपी एक व्यक्ति के सारे भागों को आनन्द से जोड़ देती है। ताकि मस्तिष्क में आनन्द का क्षेत्र फिर से हावी हो जाता है। और इसी प्रकार आत्म-अनुशासन स्थापित होता है।

दूसरे प्रकार का विच्छेदन को हम वैकल्पिक विघटन कह सकते हैं, से समस्या हम ड्रग्स या शराब या लैंगिक लतों में पड़े लोगों में देख सकते हैं और जिसे थरेपिस्ट “सीमा के विकार” कहते हैं। वैकल्पिक विच्छेदन में यह होता है कि लोग बार-बार अपने सफलता और चोट के भागों में घूमते रहते हैं। वैकल्पिक विच्छेदन की सबसे बड़ी कमी यह है कि सफलता बहुत दूर तक नहीं जा पाती है। क्योंकि चोट बार-बार हस्तक्षेप करती रहती है। जब-जब चोट उभरती है। तो स्वतः ही सीखी हुई आदतों जैसे शराब, भोजन, शारीरिक उत्पीड़न और इसी प्रकार के अन्य प्रतिक्रिया जिनके अस्वस्थ्य परिणाम होते हैं, समाने आ जाते हैं। दर्द के प्रति अस्वस्थ्य प्रतिक्रियाएं अक्सर बचपन में सीखी जाती हैं और व्यक्ति यह ही सोचता है कि अस्वस्थ्य प्रतिक्रियाओं का सामना करने का कोई और तरीका नहीं है। “आवर्ती विच्छेदन” ऐसा नहीं होता है। क्योंकि इसकी प्रतिक्रिया स्वतः ही होती है। और इसमें चेतना के निर्धारण की कोई जगह

नहीं होती है। ये ऐसे ही अपने आप हो जाता है। दुःख की बात यह है कि व्यक्ति सोचता है कि समस्याओं को नियन्त्रित करने का कोई ओर तरीका नहीं है। और बुरा परिणाम बढ़ जाता है। और अच्छा बिल्कुल नहीं।

“वैकल्पिक विच्छेदन” वाला विशिष्ट व्यक्तित्व इस प्रकार दिखता है। उनके बचपन में पहले प्रकार के चोट और कुछ दूसरे प्रकार के चोट होते हैं जो कि परिपक्वता में बाधक होते हैं। पहले प्रकार के घावों को कलीसिया में सम्बोधित नहीं किया जाता है। न ही पारम्परिक थेरेपी में और समस्या के साधारण समाधान में भी नहीं। चकरा देने वाली बात यह है कि इन लोगों का एक “अच्छा भाग” होता है और उनके चोट को “बुरा भाग” मान लिया जाता है। ये कितनी दुःख की बात है। उनकी योग्यता पूर्ण विकसित नहीं हो पाती है और “बुरा आत्म-प्रतिबिंब” उनके हृदय की गहराई में उतर जाता है। यह बुरा भाग नहीं है। बल्कि “चोट खाया हुआ भाग” है। हमें उस भाग पर नियन्त्रण करने की ओर नहीं नहीं बल्कि चंगाई पर ध्यान देना चाहिये। वैकल्पिक विच्छेदन वाले लोगों को समूह के लोग से सहायता नहीं मिल पाती है। यदि वे अपने अच्छे इरादों को दिखाते हैं तो भी अपने चोटों पर चंगाई पाने के लिए उन्हें अपने घावों को दिखाने की जरूरत है। नहीं तो चंगाई की अपेक्षा नहीं की जा सकती है। यही बात थेरेपी के विषय में भी लागू होती है। यदि वे थेरेपी में मुस्कुराते हुए आये और पिछले सप्ताह की समस्याओं की ही बात करें। और यदि वे अपने सच्ची भावनों को बाहर न आने दे तो कोई उन्नति की अपेक्षा नहीं रह जायेगी। वैकल्पिक विच्छेदन से चंगाई का अर्थ है कि अपनी चोटों को उन सच्चे लोगों के सामने खोलना जो उनसे उसी प्रकार प्यार करते हैं जैसे की वे हैं। वे लोग जो यह जानते हैं कि चोट से चंगाई में समय लगेगा। और वे जो समय निवेश करने के लिए तैयार हो।

तीसरे प्रकार के विच्छेदन को “प्रतिक्रिया का विच्छेदन” भी कहते हैं। ये लोग अक्सर बहुत ही मजबूत दिखाई देते हैं। लेकिन वे अक्सर अपना नियन्त्रण खो बैठते हैं। वैसे तो वे वापिस अपने मजबूत व्यक्तित्व में लौट सकते हैं। लेकिन जब वे प्रतिक्रिया करते हैं।

तो वे बहुत ही खतरनाक हो जाते हैं। और उनके रिश्ते बहुत ही अस्थिर हो जाते हैं। उन्हें इस प्रकार समझा जा सकता है। उनके जीवन में कुछ अनसुलझे पहले प्रकार के और दूसरे प्रकार के सदमे होते हैं जो कि अक्सर नियन्त्रित होते हैं। लेकिन जब गहरी भावनाएं प्रकट होती है। तो वे स्वतः ही इन अनसुलझी भावनों में से होकर प्रतिक्रिया कर बैठते हैं। वे अपना आत्म-विश्वास खो देते हैं और अपने आप को दूसरों से अलग कर देते हैं और बहुत ही अधिक निराश और हताश हो जाते हैं।

जैसा कि हमने पहले अध्याय में शुरू किया था हम सब में किसी न किसी अंश तक विच्छेदन है। आप में इन तीनों में से एक या एक से अधिक प्रकार के विच्छेदन हो सकते हैं और यह आपके सदमों के इतिहास पर निर्भर है। यदि आप परमेश्वर द्वारा दी गई अधिकता में पहुंचना चाहते हैं। तो यह आपको अपने विच्छेदन को पहचानने में बहुत मदद करेगी। आपके सदमों को पहचानने के लिए और यह जानने के लिए कि आपके सदमों को कैसे पहचाने समय लें। परमेश्वर उन चीजों में से भी भलाई ला सकता है जिन्होंने आपको रोक रखा है।

आत्मिक हस्तक्षेप

काफी सालों से सदमे से बाहर निकलने में प्रार्थना या आत्मिक हस्तक्षेप पर प्रश्न उठते रहे हैं। शेपर्ड हाउस में चिकित्सा प्रणाली के साथ जहाँ हमने पहले बार आत्मिक मध्यस्थता के विषय में जाना है। जिम फ्राईसन ने कुछ ऐसे शोध किये हैं। जिन्होंने सीधे इन प्रश्नों को सम्बोधित किया है। जो अध्ययन उन्होंने किया है उसका वर्णन यहाँ उल्लेखनीय होगा। क्योंकि वे बताते हैं कि बहुत से मसीही थेरेपिस्ट आत्मिक मध्यस्थता का उपयोग करते हैं और यह बहुत प्रभावकारी भी होता है।

अध्ययन 1- वह सर्वेक्षण था जिन्होंने 66 मसीही थेरेपिस्ट के साथ काम किया गया जो सदमे से बहाल होने वाले मरीजों के साथ काम कर रहे थे। यह पता लगाने के लिए कि वे किस प्रकार के “ आत्मिक हस्तक्षेप” का उपयोग कर रहे थे। उन्होंने

40 बातों को पहचाना। जिनमें से 10 “आत्मिक हस्तक्षेप” का उपयोग लगभग 90 प्रतिशत बार उपयोग किया गया जो बताता है कि यह वे बातें हैं। तो थेरेपिस्ट नियमितता से उपयोग करते हैं।

1. सेशन के दौरान प्रार्थना।
2. व्यक्तित्व के उन विच्छेदित हिस्सों को परमेश्वर के साथ सम्बन्ध में लाने के लिए सक्रिय रूप से कार्य करना।
3. सदमों की यादों को बाहर लाने के लिए परमेश्वर के मार्ग-दर्शन के लिए प्रार्थना करना।
4. उन दुष्ट-आत्माओं को बांधना जो सेशन के दौरान बाधा ला सकते हैं।
5. सदमों की दर्दनाक यादों के लिए जब वे उभर कर आती हैं, प्रार्थना करना।
6. मध्यस्थ प्रार्थना के सहयोग को मांगना।
7. थेरेपी पार्टनर को सेशनों में उपस्थित होने के लिए बुलाना।
8. विच्छेदित हिस्सों को उनकी आत्मिक शक्ति को इस्तेमाल करना सिखाना।
9. मरीज के आत्मिक परिवार से सम्पर्क बनाये रखना।
10. सेशन के दौरान दुष्ट-आत्माओं को खदेड़ना।

दूसरा अध्ययन, जो कि पहले अध्ययन के बाद किया गया और पूछा गया कि किस प्रकार का आत्मिक हस्तक्षेप प्रभावकारी होता है। और इसके लिए फिर से मसीही थेरेपिस्ट का सर्वेक्षण किया गया जो सदमे के मरीज के साथ काम करते हैं। 102 प्रश्न के प्रश्नोत्तरी उन्हें दी गई। ये वे तरीके हैं जिनकी प्रभावकारिता को आधे से भी ज्यादा लोगों ने बहुमत दिया। निम्न तरीके अपने प्रभावकारिता के दर्जे के अनुसार दिये गये हैं।

1. किसी विशिष्ट सेशन के लिए मध्यस्थता प्रार्थना।
2. थेरेपी के बाहर भी व्यक्ति की सुरक्षा के लिए प्रार्थना।
3. सदमे के दर्दनाक यादों में चंगाई के लिए प्रार्थना।

4. सेशन के दौरान मरीज के लिए प्रार्थना।
5. सेशन के दौरान मरीज की सुरक्षा के लिए प्रार्थना।
6. मरीज की सहमति के साथ दिशा-निर्देश के लिए जोर से प्रार्थना विशेषकर जब सेशन के दौरान कोई बाधा आती है।
7. मरीज के सारे अभिशापों और पीढ़ियों से चली आ रहे बन्धनों को तोड़ना।
8. सेशन के दौरान स्वर्गदूतों की सुरक्षा या सेवकाई भेजने के लिए प्रार्थना।
9. विच्छेदित व्यक्तित्व के भागों को परमेश्वर के साथ सम्बन्ध में लाने का प्रयत्न करना।
10. खामोशी में परमेश्वर से मार्ग-दर्शन प्राप्त करना जब कोई रुकावट आ जाती है।
11. सेशन से पहले “रोकने वाली” प्रार्थना करना। जैसे दुष्टात्माओं को अपनी योजनाओं को पूरा करने से रोकना और जिन्होंने उन्हें उनके भविष्य पर अन्धकार की सामर्थ्य को प्रबल करने का हक प्राप्त किया है। उन्हें भी रोकना।
12. थेरेपी में आने वाली रुकावट को या गढ़ों को ढाह देने के लिए वचन का अंगीकार करना।
13. व्यक्ति की सहमति से सदमे की दर्दनाक यादों पर से पर्दा उठाना।
14. सेशन के दौरान दुष्टात्माओं के हस्तक्षेप को रोकने के लिए परमेश्वर से जोर से प्रार्थना करना।
15. सेशन के दौरान जोर से दुष्टात्मा को खदेड़ना।
16. खामोशी से परमेश्वर से ज्ञान के शब्द, कोई चित्र मांगना जो कि उस व्यक्ति से सम्बन्धित है।
17. स्तुति आराधना के भाग के रूप में बीच-बीच में वचन पढ़ना।
18. विच्छेदित हिस्सों को प्रार्थना करना सिखाना।
19. परमेश्वर से प्रोगामिंग पर से पर्दा उठाने के लिए प्रार्थना करना।

यह दो अध्ययन इस बात को स्थापित करते हैं कि मसीही थैरेपिस्ट प्रार्थना को अपना नियमित स्टैण्डर्ड मानते हैं और वे अपेक्षा करते हैं कि परमेश्वर उनके थैरेपी में सक्रिय रूप से काम करता है जिन्हें वे कर रहे हैं। यह स्पष्ट है कि कुछ तरीके दूसरों से बेहतर काम करते हैं। लेकिन इन नतीजों से यह ही स्पष्ट निष्कर्ष निकलता है कि प्रार्थना कारगर है और प्रार्थनों की जरूरत है।

जीवन आदर्श इन खोजों से सहमति रखता है। विकासशील मनोविज्ञान ने यह प्रकट किया है कि यह लोगों को परिपक्वता प्राप्त करने में बहुत ही सहायक है। मेडिकल सर्वेक्षण के साथ पारिवारिक थैरेपी और समाजिक मनोविज्ञान का भी जीवन आदर्श में बड़ा योगदान है। मसीह होने के कारण हम यह विश्वास करते हैं कि परमेश्वर ने सब बातों को ऐसे बनाया है। जैसे उसे होना चाहिए और इसमें मनुष्य भी शामिल है। और हम जानते हैं कि मनोविज्ञान मनुष्य को समझने के लिए उतना अधिक समर्पित है। जितना ज्यादा वह दृढ़ पाये। निश्चय ही मनोविज्ञान ने बहुत ही बड़ा योगदान दिया है। लेकिन मनोविज्ञान मानुशिक जांच-पड़ताल तक सीमित है। लेकिन आत्मिकता को उस प्रकार सीमित नहीं किया जा सकता है। यहाँ एक साधरण मार्ग-दर्शन है: मनोविज्ञान एक अच्छा ज्ञान है। यह हमें यह जानने में मदद करता है कि हम क्या प्रार्थना करें।

दो अध्ययन जो ऊपर बताये गये हैं। वे यह उजागर करते हैं कि हम थैरेपी में किस प्रकार प्रार्थना करें। जीवन आदर्श के सभी भाग में चाहे वह परिपक्वता की कमी को पहचाना या सदमों के यादों को सुलझाना हो या आत्मिक दत्त लिए जाने में परमेश्वर का मार्ग-दर्शन प्राप्त करना हो- हमें हमेशा परमेश्वर की ओर आना है ताकि हम उससे बुद्धि और मार्ग-दर्शन पा सकें एवं चंगाई और सुरक्षा पा सकें।

झूठ की शक्ति को तोड़ना

टूटपन और घाव लोगो को फंसाये रखते हैं। जब एक व्यक्ति अपना जीवन उन झूठों पर आधारित होकर बिताता है जो सदमों से उत्पन्न हुए हैं। सदमे एक व्यक्ति के जीवन में दो प्रकार के विनाशात्मक स्थाई

परिणाम उत्पन्न करते हैं। पहला सदमे के कारण घाव उत्पन्न होता है और दूसरा सदमे के कारण एक झूठ उत्पन्न होता है। इन दोनों विषयों को ठीक से सुलझाना जरूरी है। इससे पहले कि एक व्यक्ति उस हृदय से जीवन बिताये जो यीशु ने उसे दिया है। अपने हृदय से जीने के लिए आपको सच्चाई से जीना होगा। और वे झूठ जो आपके घाव के कारण आ गये हैं। उन्हें तोड़ने की भी जरूरत है। जब आप अपना जीवन चोट में से जीते हैं। तो इसका अर्थ है कि आपका जीवन झूठ से निर्देशित हो रहा है।

वे झूठ जो सदमों के बाद भी लम्बे समय तक बने रहते हैं। एक बहुत ही गम्भीर झूठ यह है कि “तुम अब कभी ठीक नहीं हो पाओगे।” दूसरा प्रसिद्ध झूठ है कि “परमेश्वर दूसरों की मदद कर सकता है। लेकिन तुम्हारी नहीं” “तुम बहुत बुरे हो।” “तुम्हें तो जीवन भर दुःख उठाना होगा।” और “तुम कभी सुरक्षित नहीं रह पाओगे।” ये झूठ प्रत्येक व्यक्ति के लिए और प्रत्येक सदमे के लिए अलग-अलग हो सकते हैं। लेकिन यह सब झूठ है। यह लोगों को उनके हृदय के बजाय उनकी चोट में से जीने पर मजबूर कर देती है।

“तुम कभी ठीक नहीं हो पाओगे” ऐसा झूठ है जो उन सदमों से जुड़ जाता है जो घण्टों-घण्टों तक शारीरिक दर्द को पैदा करता है। और उन सदमों के साथ भी जो अक्सर बार-बार होते रहते हैं। ऐसा लगता है कि इस दर्द को किसी भी तरह रोका नहीं जा सकता है। और एक व्यक्ति इसके दोहराने को रोकने के लिए कुछ भी नहीं कर सकता है। वह पल उस व्यक्ति के जीवन में बहुत हावी हो जाता है। और झूठ सच प्रतीत होता है। वह पल बहुत ही घबरा देने वाला होता है। जो फिर इस झूठ को बढ़ा देता है कि तुम कभी बेहतर नहीं हो पाओगे। झूठ को तोड़ना घाव को ठीक करने का ही भाग है।

झूठ को तोड़ने के लिए उन खास सदमों को पहचानना और उन घावों से चंगाई पाना बहुत जरूरी है। यह इसलिए भी जरूरी है। क्योंकि यदि घाव चंगा नहीं हुआ तो झूठ तो उससे जुड़ा ही रहेगा। यदि एक व्यक्ति के जीवन में ऐसी याद है। और “तुम

इससे बेहतर नहीं हो सकते” से सम्बन्धित घाव यदि सड़ रहे हैं तो झूठ तोड़ा नहीं जा सकता है। जब तक चंगाई न मिले तब तक झूठ जिन्दा ही बना रहेगा कि तुम कभी ठीक नहीं हो सकते हो। जब एक सदमे पर से पर्दा उठ जाता है और वह चंगा हो जाता है तब झूठ का भी खुलासा हो जाता है। तब हमें इसे तिरस्कार करने और इसे सच से बदलने की जरूरत है।

जैसा की बाइबल बताती है। कि हमारे लड़ाई के हथियार शारीरिक नहीं, पर गढ़ो (झूठ) को ढा देने के लिए परमेश्वर के द्वारा सामर्थी है। सो हम कल्पनाओं को और हर एक ऊंची बात को जो परमेश्वर की पहचान के विरोध में उठती है, खण्डन करते हैं; और हर भावना को कैद करके मसीह का आज्ञाकारी बना देते हैं। (2 कुरि० 10:4-5) यीशु मसीह की उपस्थिति, पवित्रात्मा का मार्ग-दर्शन या प्रकाशन के रूप में आया वचन सभी झूठ का खुलासा करके उसे ढाह देते हैं। “जो मुझे सामर्थ देता है उस में मैं सब कुछ कर सकता हूँ।” (फिलि 4:13) “मेरा परमेश्वर अपने महिमा के धन के अनुसार जो महिमा सहित यीशु में है। तुम्हारी हर घटी को पूरी करेगा।” (फिलि 4:19) और (यीशु ने कहा) “मैं इसलिए आया कि वे जीवन पायें और बहुतायत से पायें।” (यूहन्ना 10:10) ऐसे कई वचन झूठ को तोड़ने वाले सामर्थी हथियार हैं। यीशु झूठ का खुलासा करता है और उन्हें दूर करता है। किसी भी घाव में यीशु की उपस्थिति उस घाव से जुड़े किसी भी दुष्ट शक्ति के प्रभाव को तोड़ता है और दूर करता है। और जहाँ पहले झूठ था वहाँ सच्चाई को स्थापित करता है।

झूठ को तोड़ने के बाद ही वे पाठ सीखा जा सकता है जो हमारी मंजिल तय करेगी। वे पाठ जो बाइबल पर आधारित है। “मेरी किस्मत में जीवन भर दुःख उठाना नहीं लिखा है। परमेश्वर मेरी जरूरतों को जरूर पूरी करेगा। ऐसे कार्य है जो मैं मसीह के साथ कर सकता हूँ और अपना जीवन भरपूरी के साथ जी सकता हूँ।” ये पाठ अपेक्षा से भी अधिक संतुष्टि देता है क्योंकि आनन्द से प्रेरित होकर जीना डर से जीने से उत्तम है। परमेश्वर के परिवार

में भाग लेकर इन पाठों को अमल करना जरूरी है। हमारी जरूरतें और किसी भी तरीके से पूरी नहीं हो सकती है। हमारा जीवन सच्चा और सच्चे लोगों के साथ होना चाहिए। थरेपी अकेले काफी नहीं है। परमेश्वर हमारी जरूरतों को और आवश्यक सामर्थ को उन लोगों के द्वारा पूरा करना चाहता है। जिन्हें उसने हमारे जीवन में रखा है। वह हमारे दत्त आत्मिक परिवार है।

यहाँ पर शेपर्ड हाउस के एक मरीज और उसके सदमे से बाहर निकलने की कहानी है।

एक बहन जो यीशु से बहुत प्यार करती थी हमारे पास आई लेकिन वह खुद को मारने की तीव्र लालसा से पीड़ित थी। वह एक धर्मी बहन थी और 10 साल पहले उसने उद्धार पाया और एक अच्छा जीवन बीता रही थी। लेकिन उसके अनसुलझे घाव और वे झूठ जो शैतान ने उस घाव से जोड़ दिये थे, परमेश्वर में उसके आनन्द को कम कर रहे थे। उसके कारण वह बहुत ही निराशा और आत्म-हत्या के विचारों से पीड़ित थी।

जैसे वह हर सप्ताह अपने थरेपिस्ट से मिलने लगी। परमेश्वर अपनी विश्वास-योग्यता में उन घावों की ओर उन्हें बढ़ाने लगा जहाँ चंगाई की जरूरत थी। और एक-एक करके शैतान के झूठ, धोखे के संदेश को जिसने उसे परमेश्वर और स्वयं के बारे में सच समझने से रोक रखा था वह भी सामने आने लगा। जब वह छोटी थी, उसे “बदसूरत” कहा जाता था और जब वह जूनियर स्कूल में थी उसे यह भरोसा हो गया था कि वह “कोई नहीं” है। अपने हाई स्कूल में वह “गलत संगत” में पड़ गई। उसे एक बच्चा गिराना पड़ा और दूसरा नाजायज रूप से दत्त दे दिया। वह 20 साल तक ड्रग्स से लड़ती रही। और एक बहुत ही अत्याचारी बॉयफ्रेंड से दुःख सहती रही। इन घावों से जुड़ा संदेश इस प्रकार था “तुम्हारी कभी भी कोई कीमत नहीं होगी।” और जो बच्चा गिराने का संघीन पाप जो तुमने किया है। उसके लिए मर जाना चाहिए, तुम्हें तो आत्म-हत्या कर लेनी चाहिए।

जैसे-जैसे उसके घाव सामने आते जा रहे थे। उसने और उसके काउंसलर ने उसके एक एक घाव को चंगा करने के लिए परमेश्वर

की सामर्थ के लिए प्रार्थना की। जैसे-जैसे एक एक झूठ प्रकट हो रहा था। वह परमेश्वर की सच्चाई और बुद्धि पर निर्भर कर रही थी उन शैतान के झूठ की सामर्थ को तोड़ने के लिए।

जैसा कि उसने इमानदारी से अपने आपको प्रकट किया तो उसने और उसके काउंसलर ने उसमें काम कर रही “परिक्रमण विच्छेदन को पहचाना। उसने अपने आप को तीन हिस्सों में पाया एक डरी हुई दुखी बच्ची, खुद को दण्ड देने वाली आत्म-हत्या करने वाली, और एक साहसी एवं परमेश्वर के प्रति विश्वास-योग्य व्यक्तित्व। इन भागों में चंगाई लाने के लिए इन तीनों हिस्सों को एक कर उस बहन ने नई शक्ति और पूर्णता पाई।

छह महीने चिकित्सा के बाद एक और दुर्घटना उसके जीवन में घटित हुई। लेकिन आश्चर्य की बात यह है कि चूंकि उसके बड़े घाव ठीक हो गये थे और विनाशात्मक झूठ को तोड़ चुके थे। और आत्म-हत्या के विचार पूरी तरह ये गायब हो चुके थे। उसकी पूर्णता ने उसे इस नई दुर्घटना से लड़ने के लिए ऐसी सामर्थ दी जो उसने पहले कभी अनुभव नहीं की थी।

और उसने उचित प्रकार से अपने नुकसान का दुःख मनाया। और साथ ही उस हृदय जो यीशु ने दिया और जैसा उसे परमेश्वर ने बनाया था, जीना शुरू कर दिया। और इस बात ने उसे अपने परिपक्वता के कार्य में बढ़ने में भी सहायता की। जैसे की अपनी देखभाल करना सीखना। उसने बड़े साहस के साथ आगे कदम रखना शुरू कर दिया उन नई बातों को सीखने के लिए जिसने उसे अधिकता से जीवन पाने और जीवन देने के योग्य बनाया और निरन्तर परमेश्वर को और उसके आनन्द को अनुभव करने के भी योग्य बनाया।

बहाली में फंसी हुई अवस्था से बाहर निकलने की मार्ग-दर्शन

1. अपने जीवन में पहले प्रकार के और दूसरे प्रकार के सदमों को पहचानना ताकि आप जान सकें कि आपको चंगाई के लिए किन बातों की जरूरत पड़ने वाली है। उदारहण के लिए पहले प्रकार के सदमे के लिए आपको उन प्यार करने वाले और आपकी चिन्ता करने वाले लोगों की जरूरत है जो आपके जीवन की घटी की भरपाई कर पाये जो आपको अपने बचपन में नहीं मिल पाई। दूसरे प्रकार के घाव के लिए चंगाई की जरूरत है। दोनों प्रकार के सदमे झूठ की छाप छोड़ जाते हैं। जिन्हें बाहर लाने की, तोड़ने की और सच से स्थानान्तरित करने की आवश्यकता है।
2. उन भावनाओं को पहचानें जहाँ आप फंस जाते हैं। या आप उन से बचे रहने के लिए पूरी कोशिश करते हैं। जानबूझ कर इन्हें अनुभव करें और फिर देखें कि इन में से आप कैसे आनन्द के डेरा तक पहुँच सकते हैं। विशेष कर जो आपके करीब है। उनका प्यार और सहारा पा कर और उन पाठों पर अमल करके जो परिपक्वता में आपने सीखे थे।
3. उन झूठों को पहचानो जो आपके घावों के साथ जुड़े हुए हैं जो चंगे नहीं हुए हैं। झूठ की सामर्थ को तोड़ने के लिए सक्रिय रूप से परमेश्वर के सत्य को ले आइये। और यह जानें कि सत्य हमें आजादी से जीने के लिए स्वतन्त्र करता है।
4. दूसरों की प्रार्थना से अपने आप को ढके रहने का प्रयत्न करें। प्रार्थना करें कि परमेश्वर आपके घावों को ठीक करे। झूठ को तोड़ दें और उसे परमेश्वर के सत्य से बदल ले।

अपनापन

यह जीवन देने और पाने के विषय में है- और यह अपनी मंजिल हासिल करने के और दूसरों को भी हासिल करने में सहायता करने के विषय में है। उस हृदय से जीवन बिताना तो परमेश्वर ने हमें दिया है। उसके लिए केवल परिवार के लोगों से ही नहीं बल्कि पूरे समाज से प्राप्त करने की जरूरत है। यह ख्याल रखने वाले परिवार और समाज के ख्याल रखने वाले स्त्री और पुरुष से अपनापन भी है जो हमें मार्ग-दर्शन और सुरक्षा दे सकें।

हर लड़के और लड़कियों को दोनों लिंगों के लोगों की जरूरत है जो उनकी देखभाल करें। हम परिपक्व तब ही होते हैं जब हमें सही समय पर सही अनुकूलता मिले जो हमारी बढ़ती के लिए जरूरी है। विशेषकर हमारे माता-पिता और हमारे समाज के महत्वपूर्ण लोगों से। इन लोगों को वह दर्पण होना है जिससे परमेश्वर हमें दिखा सकें की हम कौन हैं और हम क्या बन सकते हैं। लेकिन हर दर्पण में कमी है और दरार है। इसलिए एक व्यक्ति को एक से ज्यादा दर्पणों की जरूरत है कि हम सही रूप देख सकें। क्योंकि सबसे अच्छे माता-पिता भी सारी खाली जगहों को नहीं भर सकते हैं और निश्चय ही कुछ न कुछ छूट ही जायेगा। हमें दो माता-पिता से अधिक लोगों की जरूरत है। इन अतिरिक्त दर्पणों के बिना हम हमारा पूरा स्वरूप नहीं देख पायेंगे। तब तक हमारा विकास कई स्तरों तक रुका रह जायेगा जो कि बढ़ने का, उत्साहित होने का और सही परवरिश का इन्तजार कर रहा है।

यहाँ पर इस बात का उदारहण है कि किस प्रकार समाज ने एक जवान के जीवन में सहयोग दिया। उसके जीवन के आरम्भिक वर्षों में एक व्यक्ति उसे बार-बार अपने कक्षा के विद्यार्थियों के सामने लज्जित करता था वह व्यक्ति उसका प्रिन्सिपल था। दूसरों के साथ होने का आनन्द और अपने अधिकारी-गणों से सुरक्षा पाने की जरूरत को ठेस लगी। बहुत ही छोटा और चोट खाया हुआ होने के कारण और अपनी सुरक्षा का कोई और रास्ता न सुझने के कारण वह अपने प्रिन्सिपल के विरुद्ध और भी अधिक अनाज्ञाकारी हो गया जिससे उस व्यक्ति ने उसे शारीरिक रूप से प्रताड़ित किया। आठ साल तक वह बच्चा अपने “परेशान करने वाला” इस पहचान में फंसा रहा। वह इसी भूमिका में बड़ा होता गया और पुरुष अधिकारियों के प्रति विद्रोही बना रहा। उसके समाज के एक महत्वपूर्ण व्यक्ति ने उसे सदमा पहुंचाया था। और कुछ सालों तक वह लड़का विद्रोह में से होकर अपने समाज के अन्य अधिकारियों के प्रति अपने गुस्से को प्रकट करता रहा जो कि विशेष कर उस प्रिन्सिपल के प्रति था।

उसके किशोरावस्था में परिस्थितियां बदलने लगी। जब उसने अपने माता-पिता को बताया कि प्रिन्सिपल के साथ क्या हुआ तो उसे थोड़ी राहत मिली। पहली बार उसे पूर्ण रूप से अपने आप को स्वीकृत किया और उसे अपने आप को सुधारने के अवसर मिले। उसने अपनी पहचान को फिर से खोजना शुरू किया। यह वह प्रक्रिया थी जो उसके क्रूर प्रिन्सिपल के कारण थम गई थी। लेकिन परेशान करने वाली उसकी छवी को मिटाने के लिए केवल माता-पिता के साथ उसका अच्छा रिश्ता काफी नहीं था। अपने स्कूल के अध्ययन के दौरान एक अध्यापिका थी जिसने उसे पियानों सिखाकर उसकी योग्यता को विकसित किया लेकिन उसके हाई स्कूल के एक पुरुष अधिकारी थे जो उसकी इस योग्यता को सबके सामने ले आये। इन सभी के दौरान उसके माता-पिता सक्रिय रूप से उसके जीवन में भाग ले रहे थे। लेकिन यह स्पष्ट हो गया था कि इस प्रतिभावान और योग्य लड़के की सच्ची पहचान को खोजने के लिए एक समाज के परवाह रखने वाले कुछ पुरुषों और स्त्रियों की जरूरत थी और

साथ ही उत्साहित करने वाले दोस्तों की भी। उसको जरूरत थी कि परवाह करने वाले कुछ शिक्षक और खेल-कूद के प्रशिक्षक जिन्होंने यह देखा कि इस लड़के में प्रतिभा है। जिसे विकसित किया जाना चाहिए और उसी प्रकार उत्साहित करने वाले मित्र जो दोनों लिंगों के होने चाहिए ताकि वह फंसी हुई अवस्था बाहर निकल पाये और अपने आनन्द से फिर से जुड़ जाये ताकि वह उस हृदय को खोज सकें, जो परमेश्वर ने उसे दिया है। दूसरे युवाओं को भी वह देना पाना जो उसने पाया था यह भी अति महत्वपूर्ण था। अपने स्कूल में और अपने युवा समूह का अगुवा बन कर उसने अपने समाज में योगदान दिया और बहाली इसी प्रकार होनी चाहिए जैसा उसके साथ हुआ।

विशेषकर किशोरावस्था में बच्चों को अपने माता-पिता के साथ ही दूसरे बड़े लोगों की जरूरत होती है कि वे उनको उत्साहित करे और उनकी योग्यताओं और पहचान को विकसित कर सकें। उन्हें बजुर्गी की जरूरत है कि वे उन से सीख सकें और मित्रों की जो उन्हें उत्साहित कर सकें। और छोटे बच्चों की जिन्हें वे सीखा सकें। परिपक्वता का अर्थ है उनके आदर्शों का अनुसरण करना जो परिपक्व हो चुके हैं और अपने से छोटों के लिए आदर्श प्रस्तुत करना जिन पर वे चल सकें। इसके लिए एक परवाह करने वाले परिवार का और ख्याल रखने वाले समूह का हिस्सा होना बहुत जरूरी है। इसके लिए प्राप्त करना और देना दोनों जरूरी हैं। इसमें एक पूरा जीवन लगता है। और रास्ते भर आनन्द का अनुभव किया जा सकता है।

आत्मिक दत्त लेना

परमेश्वर के परिवार में जुड़ना हमेशा टूटेपन से शुरू होता है। यह उस स्थान पर पहुंचने के बाद ही हो सकता है जहाँ हम इस सच्चाई को समझ जाते हैं कि परमेश्वर की सहायता के बिना हमारे जीवन में अब कोई आशा नहीं बची है। यह तभी सम्भव है जब और कोई चारा न बचा हो। बाकि सब रास्ते मृत्यु में ही खत्म होते हैं।

आत्मिक दत्त लेना का अर्थ है कि उन रिश्तों में बन्धना जो परमेश्वर ने हमारे लिए नियुक्त किया है। वह उन लोगों को हमारे जीवन में ले आता है जो हमारे अनन्त काल के परिवार के अंग होंगे। वह दत्त लेने वाले रिश्तों को तैयार करता है और यह रिश्ते इसलिए होते हैं कि हम उस तरह से बढ़ सकें जैसा उसे अच्छा लगता है। इस प्रकार के रिश्तों के उदारहण हम पूरी बाइबल की कहानियों और शिक्षाओं में देख सकते हैं। यहाँ पर तीन उदारहण हैं जो बताते हैं कि दत्त लिया जाना हमारे जीवन में उसकी योजना का भाग है।

1. यीशु ने मरकुस की पुस्तक 10:29-30 में वादा किया है कि “..... ऐसा कोई नहीं, जिस ने मेरे और सुसमाचार के लिए घर या भाईयों या बहनों या माता-पिता या लड़के-बालों या खेतों को छोड़ दिया हो। और अब इस समय सौ गुना पाये, घरों और भाईयों और बहनों और माताओं और खेतों के साथ परलोक में अनन्त जीवन।”
2. भजन 68:5-6 में दाउद उस परमेश्वर की महिमा करता है कि वह “अनाथों का पिता और विधवाओं का न्यायी है।”

पौलुस कि कुरिन्थियों के विश्वासियों को यह शिक्षा दी कि परमेश्वर अपने परिवार में लोगो को दत्त लेता है। यह पद स्पष्ट करता है। “क्योंकि यदि मसीह में तुम्हारे सिखाने वाले दस हजार भी होते, तोभी तुम्हारा पिता बहुत से नहीं, इसलिए कि यीशु मसीह के सुसमाचार के द्वारा में तुम्हारा पिता हुआ। सो में तुम से विनती करता हूँ, कि मेरी सी चाल चलो। इसलिए मैंने तीमुथियुस को जो प्रभु में मेरा प्रिय और विश्वास-योग्य पुत्र है, तुम्हारे पास भेजा है, और वह तुम्हें मसीह में मेरा चरित्र स्मरण करायेगा, जैसे कि मैं हर जगह हर एक कलीसिया में उपदेश करता हूँ।” (1 कुरि० 4:15-17)

यह पद हमें बताता है कि हमें मसीह में पिता पुत्र और बहन जैसे जीना ही वह तरीका था जो पौलुस ने आरम्भिक कलीसिया को सिखाया था। और यह पद भी उसी के समान है जो हमने यीशु और दाउद के विषय में पढ़ा था।

जब हम यीशु को हाँ बोलते हैं जो हम अपेक्षा कर सकते हैं कि वह हमें एक परिवार में रखेगा। यह हमारे लिए ही है कि हम प्रेम बन्धन बनाये और उसमें बढ़ें कि हम वो प्यार जो उसने हम सब के दिल में दिया है दे सकें और पा सकें।

जब हम उसके परिवार से जुड़ जाते हैं। हम इसे पहचानते हैं कि हमें उसके स्वर्गीय आशिषों की जरूरत है कि हमारे आन्तरिक मनुष्यत्व में हम बलवन्त होते जायें। (इफि 3:16-19) और हमें जरूरत है कि हम पूरे मन से उसके परिवार के लोगों से जुड़ सकें। इफिसियों की पुस्तक परमेश्वर के परिवार के लोगों की एकता पर जोर देता है कि हम पूरे दिल से एक दूसरे की सेवा करें और एक दूसरे को उनकी जरूरत के अनुसार बढ़ाये। हम सब की शुरुवात टूटेपन से है और हम सबको परमेश्वर के परिवार पर निर्भर होना होगा कि हम सब के परिवर्तन की प्रक्रिया पूरी हो सके ताकि हम आनन्द के पहचान में बढ़े हो सकें।

यदि हमारे जैविक परिवार के सदस्य आत्मिक परिवार के भी अंग हैं। तो यह बहुत ही आशिष की बात है। लेकिन यदि ऐसा नहीं भी हुआ है तो परमेश्वर हमारे लिए अपने समाज में से विशेष लोगों को चुनेगा कि वे हमारी उन्नति में हमारा सहयोग दे सकें और वे हमारे परिवार के सदस्य बन जायेंगे। हम मार्ग-दर्शन के लिए निरन्तर उनकी ओर देख सकते हैं। क्योंकि यह हमारी एकता है। जिसका हम आनन्द लेते हैं और हमारी इच्छा एक दूसरे की सेवा करने की और हमारा यह लक्ष्य की हम आपस में एक दूसरे की जरूरतों को पूरा करके बढ़ा सकें। परमेश्वर में परिवार का हिस्सा होना आत्मिक दत्त लेना ही है। हम इस परिवार में आते हैं और पाते हैं फिर देते हैं।

परमेश्वर का परिवार उन लोगों से बना है जिन्हें परमेश्वर आपके जीवन में लाते हैं। जो आपको वह देते हैं जिसकी आपके हृदय को जरूरत है। विश्वास का कदम उठाने पर आप कहते हैं। “स्वामी में तेरे पीछे चलूंगा।” उसका अर्थ है कि परमेश्वर आपको उसके परिवार में सदस्यता देगा। वह उन लोगों को आपके पास ले आयेगा

जो आपको उन बातों को उपलब्ध करायेंगे जिसकी आपके हृदय को जरूरत है। उन्हें उपलब्ध कराने का उद्देश्य आपके अपनेपन की जरूरत को पूरा करना है। जैसे-जैसे आपकी परिपक्वता वृद्धि करती है, आप भी उनके अपनेपन की जरूरत को भी पूरा करना सीख जायेंगे।

आत्मिक दत्त लिया जाना इस प्रकार नहीं है कि आप अपनी कलीसिया में किसी से भी जुड़ जाएं। हाँ यह जरूर है कि आप सबके साथ मसीह के बन्धन से बन्धे हैं। लेकिन यह नहीं है। जिसे हम शेपर्ड हाउस में “परमेश्वर का परिवार” कहते हैं। इतने ज्यादा लोगों से नजदीकी सम्भव नहीं है। कलीसिया के सहभागी हमारे आत्मिक परिवार के सदस्य जरूर हैं। लेकिन उन में से परमेश्वर कुछ लोगों को चुनेगा आपको उन बातों को देने के लिए जिसकी आपके हृदय को जरूरत है। परमेश्वर आपका आत्मिक परिवार होने के लिए उन छोटे झुण्डों में से लोगो को चुनता है। जिन्हें आप आपकी कलीसिया के आराधना झुण्ड में या बाइबल अध्ययन क्लास में या सण्डे स्कूल में मिलते हैं। वे लोग जिन्हें पहली बार देखने से आपको रिश्तेदार जैसे प्रतीत नहीं होते हैं। लेकिन जैसे-जैसे समय बढ़ता है कि आप जल्द ही समझ जाते हैं कि आप को उनके साथ एक परिवार में दत्त लिया गया है। और शुरुवात में जब यह होता है। तब आप शायद इसे पहचान भी नहीं पाते हैं।

दत्त लिये जाने की खास बात यह है कि परमेश्वर के छुटकारे का काम चल रहा है और आप इसके भाग हैं। आप दूसरों की मदद कर रहे हैं कि वे भी अपनेपन को गहराई से अनुभव कर सकें। और परिपक्वता की प्रक्रिया में लाभ हासिल कर सकें। ताकि वे वह सब वह छवि हासिल कर सकें जो परमेश्वर के मन में उनके लिए है।

कुछ लोग ऐसे परिवारों में बढ़े होते हैं जो कि बाइबल की शिक्षा के आधार पर बिल्कुल नहीं है। ऐसे लोग अपने व्यस्क जीवन में एकदम अकेले पड़ जाते हैं, लोगों के साथ सम्बन्ध बनाने में कमजोर, परिपक्वता में कमी, और साथ ही उचित परिवार के मूल्य

भी नहीं जो कि उनकी कमियों में से उन्हें बाहर निकलने में साथ दे सकें। उनके जैविक माता-पिता या तो बहुत ही कमियों वाले रहे होंगे या वे अनुपस्थित ही रहे होंगे। और न ही कोई समाज था जो उनके बढ़ती उम्र में परिपक्वता प्राप्त करने में सहयोगी रहे होंगे। इस प्रकार के लोगों को परिपक्वता के कार्यों को पूरे करने के लिए बहुत ही कम अवसर मिले होंगे। आत्मिक दत्त लेना लोगों के जीवन के बहुत बड़े खाली स्थान को भरने का परमेश्वर के परिवार को मिला एक अवसर है। और परमेश्वर ही इसकी सारे घटकों को निर्धारित कर एक साथ ला सकता है। यहाँ पर इस प्रकार के दत्त लेने के उदारहण है।

हमें शेपर्ड हाउस में एक औरत से ऐसा नोट मिला जिसमें वह पूछ रही थी कि यदि उसके क्षेत्र में कोई थैरेपिस्ट हो जो उसकी मदद कर सकता हो। और उसका घर देश के दूसरे राज्य में था। यद्यपि हमारे पास ऐसा कोई नहीं था लेकिन तो भी हमने उसे कुछ थैरेपिस्ट के नाम सुझाये जो दूसरी संस्थाओं के साथ देश भर में काम कर रहे थे। और यह आशा कर रहे थे कि उसे अपने घर के आस-पास ही कोई थैरेपिस्ट मिल जाये। कुछ महीनों के बाद हमें उसका पत्र मिला जिसमें वह परमेश्वर की स्तुति और धन्यवाद दे रही थी। जिसने उसे ऐसे थैरेपिस्ट के पास पहुंचाया जिसकी उसे जरूरत थी। जिसमें आत्मिक दत्त लेना भी शामिल था। हमारी सूची में से दो थैरेपिस्ट का नाम उसने पाया जो उसके पास ही रहते थे लेकिन उनके पास उसके लिए समय नहीं था। उसने बताया कि परमेश्वर ने उसके लिए सारे द्वार बन्द कर दिये और अन्त में बहुत सी अप्रिय घटना के बाद वह एक डॉक्टर के पास पहुंची जिसे परमेश्वर ने उसके लिए सोच रखा था। उसके पास उसकी परिस्थितियों- परिक्रमण विच्छेदन का ईलाज करने के लिए बहुत से अनुभव थे। उसने अपनी फीस को उसके लिए बहुत कम कर दिया कि वह बार-बार उसके पास आ सकें। उसके नोट के अन्त में ऐसा लिखा था कि “अन्त में मैंने उस आर्दश पिता को पा लिया। और उसने अन्त में एक मुस्कुराता हुआ चेहरा भी बनाया।” हालांकि उसकी परिस्थितियां पूर्ण रूप से अभी ठीक नहीं हुई थी लेकिन फिर

भी वह परमेश्वर के प्रति धन्यवादित थी जो चंगाई उसने उसे दी थी। उसने इस प्रकार भी लिखा था कि “मैं जानती हूँ कि परमेश्वर कुछ भी कर सकता है। यदि वह नहीं करना चाहता था तो वह मुझे कभी भी उस डॉक्टर के पास नहीं ले जाता।” उसने पत्र में अन्त में हमारी निरन्तर प्रार्थनाओं को मांगा और यह आशिष दी कि तुम्हारे बीच में परमेश्वर के प्रेम और करुणा और उसकी उपस्थिति की जीवन बदलने वाली सामर्थ्य सदैव काम करती रहे। हम शेपर्ड हाउस वाले भी बहुत आभारी थे कि परमेश्वर ने हमें भी उसके रास्ते में इस्तेमाल किया कि उसे एक व्यक्ति ने दत्त लिया और उसे वह दिया जिसकी उसके दिल को जरूरत थी।

जब परमेश्वर का परिवार सही प्रकार से काम करता है तो इस प्रकार का दत्त लिया जाना आम बात होती है। “हमारे परमेश्वर के निकट शुद्ध और निर्मल भक्ति यह है कि अनाथों और विधवाओं के क्लेश में उन की सुधि ले, और अपने आप को संसार से निष्कलंक रखे।” (याकूब 1:27)

जीवन बदलने वाला प्रकाशन

हम आपको बताना चाहते हैं कि किस प्रकार यह पद शेपर्ड हाउस में हम सब के लिए जीवन में परिवर्तन का कारण बन गया। 20 सालों तक जख्मी हुए लोगों के साथ काम करने के बाद हमने एक बात पहचानी जो बुरी तरह जख्मी लोगों के बारे में खास थी कि वे सब के सब अपने जैविक परिवारों से बिछड़े हुए थे या तो मृत्यु के कारण या परिवार की समस्या के कारण या दूरी के कारण। इसे खोजने में हमें वर्षों लग गये लेकिन जब हमने इसे पहचाना तो वास्तविकता स्पष्ट हो गई है और फिर प्रकाशन आया। हमने कुछ लोगों को पहचाना जो कि विशेष रूप से जख्मी थे। यह समूह के लोग अपने परिवार से कटे हुए थे। यही वह समूह है जिसे परमेश्वर ने बाइबल में खास ध्यान रखने के लिए कहा था जो कि विधवा अनाथ और परदेशी है। इस प्रकार के समूह के लोगों में क्या समानता है? ये एक परिवार के हिस्से नहीं हैं क्योंकि वे मृत्यु, परिवार

में समस्या के कारण या परिवार से दूरी के कारण अलग हो गये हैं। जिसे परमेश्वर हजारों सालों से कह रहा था उसे समझने में हमें 20 साल लगे। जख्मी लोगों को सच्चे लोगों, और प्यार भरे परिवारों की जरूरत है। परमेश्वर के परिवार को इसी प्रकार होना चाहिये। आत्मिक दत्त का अर्थ जीवन और मृत्यु के बीच का, बहाली और अकेलेपन के बीच का अन्तर है। हमें परमेश्वर के पाठ को सीखने के लिए बहुत समय लगा लेकिन अब जब हमने सीख लिया है। तो हम इसे अनदेखा नहीं कर सकते हैं।

दत्त लेने के स्तर

आत्मिक दत्त कई प्रकार से होता है। और यह उन्हें ही दिखाई देता है जो इसके लिए राह देख रहे हैं। यह “भूमिका निभाना” नहीं है। यह किसी व्यक्ति को यह बताना नहीं है कि एक परिवार का सदस्य होना क्या होता है। यह वास्तविक है और यह सच्चा है और यह हमेशा परमेश्वर के छुटकारे की योजना का एक भाग है। आत्मिक दत्त लेना वह दीर्घकालीन रिश्ता है। जिसे परमेश्वर निर्धारित करता है। इसे हल्का समझने की भूल नहीं करनी चाहिए।

आत्मिक दत्त लेना परमेश्वर के छुटकारे का काम है। जहाँ लोग उन खाली जगहों को भरते हैं जो उस व्यक्ति के जैविक परिवार नहीं भर पाये हैं। जब तक यह खाली जगह खाली रहती है। एक व्यक्ति को किसी के साथ अपनापन महसूस नहीं होता है। हो सकता है कि किसी व्यक्ति की केवल माँ या पिता या शायद एक भाई या बहन की जरूरत हो। कई बार तो उन्हें दोनों माता और पिता की जरूरत होती है। दत्त लिया हुआ व्यक्ति तीन स्तर के एक रिश्ते को स्थापित कर सकता है- साथ देने वाले रिश्ते के रूप में (किसी समय विशेष या अविधि के दौरान सहायता करने के लिए।) पूरक रिश्ते के रूप में (ऐसे व्यक्ति के लिए जिसे बढ़ने की अनुकूलतायें तो मिली थी लेकिन किसी न किसी क्षेत्र में पीछे रह गया हो।) या प्रतिस्थापित रिश्ते। पहले या दूसरे प्रकार के स्तर में लोगों को अक्सर भाई-बहन या अंकल और आन्टी के रूप में रिश्ते बनते हैं। लेकिन तीसरे स्तर में देखते हैं कि माता-पिता जैसे रिश्तों की जरूरत होती है।

कई बार हम देखते हैं कि लोग अपने जीवन को सम्भालने में कठिनाई अनुभव करते हैं और उन्हें किसी न किसी बात के लिए किसी की सहायता की जरूरत होती है। उदारहण के लिए एक तलाक-शुदा बहन को शायद बजट बनाने में मुश्किल आ रही हो और उसे सहायता की जरूरत हो या कुछ मशीन खराब हो गई हो जिसे ठीक कराने की जरूरत हो या किसी बड़ी वस्तु को खरीदते समय किस प्रकार मोल भाव करे। उसे जरूरत है कि कोई उसकी सहायता करे कि वह थम न जाये। ये वे उदारहण हैं जिन्हें हम “साथ देने वाले” स्तर के रिश्ते कह सकते हैं जो लोग टूटे हुए हैं, कमजोर या जख्मी हैं उनकी सहायता के लिए कुछ ऐसे आत्मिक लोगों की जरूरत है जो अपनी इच्छा से जो समस्याओं की बाढ़ में उनके साथ खड़े हो कर उनकी मदद कर सकें। उनकी असंख्य समस्याएं हममें से अधिकतर तो बिना किसी बड़े प्रयत्न से सुलझा सकते हैं। यह बिल्कुल स्पष्ट है कि जो उन परिस्थितियों में सहायता प्राप्त करते हैं। वे दूसरों की सहायता करने में भी खुशी महसूस करते हैं। साथ देने वाले आत्मिक रिश्तों में पाना और देना बहुत ही स्वभाविक हो जाता है।

हममें से अधिकतर लोग कम से कम एक पूरक रिश्तों को हमारे जीवन में पहचान सकते हैं। जिसे परमेश्वर हमारे जीवन में ले आया है। लोग अक्सर पूरक परिवार के सदस्य तब बन जाते हैं। जब हम एक बहुत ही व्यक्तिगत और छोटे झुण्ड का हिस्सा बन जाते हैं। जैसे हमारी नौकरी की जगह पर, या सण्डे स्कूल में या क्लास में या बाइबल अध्ययन समूह है। लोगों के साथ दोस्ती बढ़ाने से इस प्रकार की नजदीकी बढ़ती है। हम से अधिकतर जब पीछे मुड़ कर देखते हैं तो हम पाते हैं कि जो लोग आज हमारे लिए बहुत महत्वपूर्ण हैं। उन्हें हमें इसी प्रकार के समूह में ही मिले थे और हम उनसे इस प्रकार व्यवहार करने लगे मानो वे हमारे परिवार के ही अंग हैं। इसी प्रकार परमेश्वर हमारी जरूरतों को पूरी करता है। पूरक रिश्तों को हमारे जीवन में आत्मिक दत्त लेने के द्वारा। कई बार तो यह ही वे लोग होते हैं जो हमें छुट्टी

में हमें अपने पास बुलाते हैं और हमारी मुसीबत के समय में हम इनके पास जा सकते हैं। देखा जाये तो ये ही हमारे परिवार हैं।

एक प्रतिस्थापित माता पिता की जरूरत उस परिस्थिति में होती है। जब एक व्यक्ति के आरम्भिक अभिवाहक बहुत ही अत्याचारी या बच्चे की अनदेखी करने वाले थे। उसके जीवन में सुरक्षा का कोई का अहसास नहीं था। इस प्रकार के दत्त लेने में माता-पिता की ओर से बड़े समर्पण की आवश्यकता होती है। और दत्त लिये जाने वाले व्यक्ति के ओर से गहरा भरोसा और विश्वास। प्रतिस्थापित माता-पिता की जिस बड़ी जरूरत जो होती है। वह है बुजुर्गवस्था की परिपक्वता। जो छोटे बच्चे की जरूरत को पहचानते हैं और जो एक व्यस्क व्यक्ति की प्रगति के लिए सहायता करने के लिए तैयार हों जो कि शिशु अवस्था की परिपक्वता में ही फंसे हुए हैं। यह प्रतिस्थापित अभिवाहक के लिए काफी मुश्किल भरा काम होगा अपने शिशु स्तर के दत्तक की त्याग-पूर्ण सेवा करना और बदले में कोई अच्छे अनुभव प्राप्त नहीं कर पाना। जबकि बदले में उन्हें अपने दत्तक के आरम्भिक जीवन के अनसुलझी भावनाओं और नकारात्मक भावनाओं के बचे-कुचे नतीजों को भी भुगतना पड़ सकता है। जब ऐसा होता है तो दत्त लेने वाले माता-पिता ऐसा अनुभव कर सकते हैं कि उनके त्याग-पूर्ण समर्पण के बदले उन्हें नाराजगी और दुःख ही मिल रहा है। लेकिन निराश न होएं! परमेश्वर के मन में पूर्ण छुटकारा है इसलिए इस नाराजगी को अपरिपक्वता के रूप में लें।

ऐसे कठिन समय में तभी सही परिणाम ला सकते हैं जब प्रतिस्थापित माता-पिता को यह अनुभव हो कि किस प्रकार से कठिन परिस्थिति में भी अपने बच्चों से परिपक्वता के कार्य को कैसे पूरा कराना चाहिए। और इस बात का निश्चय कि यह रिश्ता परमेश्वर ने ही निर्धारित किया है। और यह सच्चाई तभी दृढ़ होती है जब बुजुर्ग इसको दृढ़ता से थामे रहते हैं और जब सारे लोग मिलकर एक परिवार के रूप में और समाज के रूप में दत्त लिए व्यक्ति की पृष्ठ-भूमि की कमी को पूरा करने में लग जाते हैं।

एक महत्वपूर्ण पाठ जो हमने शोर्पड हाउस में सीखा वह दर्द और दत्त लिए जाने के विषय में है। लोगों को एक आनन्दमय छवि की जरूरत है जो कि उनके सदमे से भी बड़ी हो तभी लोग बहाली के दौर से गुजर सकते हैं। दूसरी तरह से कहा जाये तो यह इस प्रकार होगा कि लोग कभी भी बहाल नहीं हो पायेंगे जब तक कि उनके सदमे की मात्रा उनके आनन्द की पहचान से बड़ी होगी। यदि यह सच है तो हम अंदाजा लगा सकते हैं कि आत्मिक दत्त लेने में दर्द है। जब लोगों को दत्त लिया जाता है तो उनके आनन्द की बाल्टी बड़ी हो जाती है। ताकि वे उसमें ढेर सारा आनन्द भर सकें। और अब वे अपने दर्द पर काम कर सकते हैं। जिसका अर्थ है कि वे उस बिन्दु पर हैं जहाँ से वे अपनी बहाली में आगे बढ़ सकते हैं। लेकिन यह भी दर्द पूर्ण है। विशेष कर जब दत्तक शिशु स्तर की परिपक्वता में है। जब यह कार्य पूरा हो जायेगा तब वहाँ पर आनन्द की पहचान बहुत बढ़ चुकी होगी। और बहुत सा दर्द होगा जिसे बाहर लाने की जरूरत होगी जो कि सदमे के कारण उसकी जिंदगी में आई थी और जिसने उसे शिशु स्तर की परिपक्वता में फंसाये रखा था। चूँकि इस प्रक्रिया को हमने बहुत बार देखा है। तो हम यह समझ सकते हैं कि दत्त माता-पिता को तैयार करना इसलिए भी जरूरी है वे न केवल अपनी अच्छी भावनाओं के सम्पर्क में आ सकें और उनमें आनन्द बढ़ा सके बल्कि वे अपने दर्द को भी समझ सकें। दर्द का अर्थ यह नहीं है कि द। लेने में कोई समस्या हो गई है इसका अर्थ यह है कि परमेश्वर उस व्यक्ति के दर्द को बाहर निकाल रहा है जो कि इस दत्त रिश्ते के बिना सम्भव नहीं हो सकता था।

दूसरा मुख्य पाठ जो हमने सीखा वह है कि थैरेपिस्ट को भी दत्तक के साथ कठिनाई का सामना करना पड़ सकता है। जिनको प्रतिस्थापित माता-पिता की जरूरत है। उन घटनाओं में जब थैरेपिस्ट अपने मरीज को इस स्तर पर दत्त ले लेता है। तो उस मरीज को ऐसा लगता है कि उसके अपनेपन की जरूरत को यह थैरेपिस्ट ही

पूरी कर सकता है। और यह तब हो सकता है जब मरीज की कुछ विशेष जरूरतें अपने बचपन में पूरी नहीं हुई हो। लेकिन समस्या यह है कि इन भावनाओं का सुलझना बहुत जरूरी है। ताकि व्यक्ति परिपक्वता के स्तर पर ऊँचा चढ़ सके। अनसुलझे शिशु की अपनेपन की जरूरत कुछ इस प्रकार सुनाई देती है। “मुझे हमेशा आपकी जरूरत है।” जब मैं आपके साथ नहीं होता हूँ तो मैं अपने आपको अकेला पाता हूँ और जब मैं आपसे दूर होता हूँ तो मुझे अपनापन नहीं लगता है। लेकिन कोई भी थैरेपिस्ट किसी भी मरीज के अपनेपन की जरूरत को पूरी नहीं कर सकता है। उसी प्रकार परिवार का एक सदस्य अपनेपन की जरूरत को पूरा नहीं कर सकता है। उसके लिए पूरे परिवार के सदस्य के, ख्याल रखने वाले स्त्री पुरुष का समाज और परवाह करने वाले मित्रों से ही अपनेपन की भावना आती है। थैरेपिस्ट इसके लिए पर्याप्त नहीं है। थैरेपिस्ट को इसके लिए मरीज की दुनिया में ही ढूँढना पड़ेगा। ताकि इन लोगों के बीच उसके अपनेपन की जरूरत पूरी हो सके। यह संकट तब बढ़ जाता है जब मरीज एक ही व्यक्ति की ओर मुड़ता है। और अपनेपन की जरूरत पूरी करने के लिए उसी के साथ के लिए जिद्द करता है। एक अकेला व्यक्ति एक व्यक्ति के अपनेपन की जरूरत को पूरा नहीं कर सकता है। परिपक्वता, अपनापन और बहाली तीनों एक साथ ही पाई जा सकती है। वह भी हमारा ध्यान रखने वाले लोगों के बीच और कोई भी चीज इस कमी को पूरा नहीं कर सकती है। क्योंकि परमेश्वर ने ही ऐसा बनाया है।

आत्मिक दत्त की समस्या को जानना

एक नोट चेतावनी का देना यहाँ जरूरी होगा उन लोगों के लिए जो स्वेच्छा से दत्त परिवार का सदस्य बनने के लिए तैयार है। जब भी यह होता है तो ध्यान देना चाहिए इन दो शब्दों पर तैयार और स्वेच्छा। हम जानते हैं कि कई आत्मिक माता-पिता इस आत्मिक दत्त लेने को सेवकाई प्रोजेक्ट का भाग मानेंगे तो यह सबके लिए बुरा ही नतीजा देगा। आत्मिक दत्त लेना इस प्रकार का कर्तव्य नहीं है। जखमी लोग जिनको दत्त लेने की जरूरत है, वे प्रोजेक्ट नहीं

है। वे वास्तविक लोग हैं। जिनको त्यागपूर्ण सम्बन्धों की ज़रूरत है। आत्मिक दत्त लेने वाला व्यक्ति बनने का अर्थ ही परमेश्वर के मार्गदर्शन को पहचानना है जैसे कि वह ठीक समय पर दो व्यक्तियों को एक साथ लाता है। लोगों को स्वेच्छा से खड़े होकर लोगों को दत्त नहीं लेना चाहिए। जब परमेश्वर कुछ हलचल करता है तो लोग समझ सकते हैं कि परमेश्वर दत्त लेने के कार्य को कर रहा है। उसके मार्ग-दर्शन के बिना हर कोई परेशानी और संकट में पड़ जायेगा। हमने जाना है कि जो लोग दत्त लेना चाहते हैं अकसर उनके जीवन में बहुत ही गहरे अनसुलझे घाव होते हैं और शायद आत्मिक दत्त लेने की परिपक्वता उन्होंने अभी हासिल नहीं की है।

आत्मिक दत्त लेने की नींव की सच्चाई यह है “केवल परमेश्वर आत्मिक दत्त लेने को निर्धारित कर सकता है और प्रबन्ध कर सकता है। वहीं लोगों और स्थानों की योजना बनाता है और मार्ग-दर्शन करता है। हमें केवल उसकी आवाज सुनने और उसके मार्ग-दर्शन का अनुसरण करने की ज़रूरत है। आत्मिक दत्त में भाग लेना जिसका अधिकारी परमेश्वर स्वयं है। वास्तव में हम परमेश्वर के अद्भुत छुटकारे में भाग ले रहे हैं।”

दूसरा चेतावनी का जो नोट जिसकी यहाँ ज़रूरत है। वह है कि आत्मिक दत्त लेना कई शक्तिशाली भावनाओं को सामने ला सकता है जिनमें चंगाई की ज़रूरत है, और इस तरह की शक्तिशाली भावनाएं परिवार के जीवन में कुछ समस्याओं को ला सकती हैं। ऐसे लगता है कि परमेश्वर अद्भुत काम कर रहा है और अपने छुटकारे को प्रकट कर रहा है। जब हम परिवार में नये रूप से आने वाले परिवर्तनों के साथ सामंजस्य बिठाते हैं। यह याद रखें कि वह हमें बड़ा कर रहा है। वह हमें परिवर्तन चक्र में से हो कर जाने देता है। जिसका वर्णन अध्याय दो में किया गया है। जिसमें दत्त लेने वाले और दत्तक दोनों का टूटना और सुधरना होता है। लेकिन इस दुखी करने वाली परिस्थिति में यह याद रखने से बहुत तसल्ली मिलती है कि परमेश्वर खुद ही हर परिस्थिति को और हर रिश्ते को बनाता है कि इसमें सम्मिलित हर व्यक्ति की

चोटों और ज़रूरतों को एक साथ जोड़ सकें। आत्मिक दत्त लेने की पहल पवित्रात्मा द्वारा की जाती है। और इसमें सम्मिलित व्यक्तियों के द्वारा उसके स्वीकार और अपनाया जाता है। और इसमें बड़े ही नम्रता और कापंते हुए हृदय से प्रवेश किया जाता है।

इसके लिए कोई नक्शा या नियम तो नहीं हैं जिसका पालन किया जाना चाहिए लेकिन फिर भी कुछ बातें हैं। जिनका ध्यान रखा जा सकता है।

1. आत्मिक दत्त लेने का अभिप्राय टूटेपन को पहचानने से और अपनेपन की ज़रूरतों को पूरा करने से है इसलिए अपने टूटेपन के प्रति सच्चे होना बहुत ज़रूरी है और इस बात को स्वीकार करना कि इन ज़रूरतों को पूरा करने के लिए दूसरे लोगों की ज़रूरत है।
2. हर दत्त लिया जाना परमेश्वर की ओर से निर्धारित होता है। ताकि इसमें सम्मिलित सभी व्यक्तियों की ज़रूरत को पूरा किया जा सके। यदि एक व्यक्ति के जीवन में चोट एक पुरुष के कारण आई है तो यह बहुत ही निर्णायक है कि एक पुरुष के द्वारा ही परमेश्वर उसे पुनर्स्थापित करे। उसके लिए शायद परमेश्वर एक मां का प्रबन्ध नहीं करेगा बल्कि उस व्यक्ति की उस विशेष ज़रूरत को पूरा करने के लिए परमेश्वर एक पुरुष को ही इस्तेमाल करेगा इसलिए परमेश्वर पिता की उपलब्धि पर ही नजर डालेगा।

आत्मिक दत्त लिये जाने का उद्देश्य उसमें सम्मिलित सभी व्यक्तियों की ज़रूरत पूरा करना है। उन लोगों के लिए जो परिपक्वता के बाद के स्तरों पर हैं यह उनके देने की ज़रूरत को पूरी करेगा। और जो पहले स्तरों पर हैं उन्हें यह पाने के द्वारा लाभान्वित करेगा। इस प्रकार एक अकेले दत्त लिये जाने से कई लोगों की महत्वपूर्ण ज़रूरतें पूरी हो जायेंगी। यह कभी भी नहीं हो सकता है। जब एक व्यक्ति केवल एक दूसरे व्यक्ति की ज़रूरतों को अपने बड़े धन या पूर्णता में से पूरी करे। जबकि इस तरह इस क्षेत्र में खोजने

वाले लोगों को अपनी ही चोटों का और अपनी ही ज़रूरतों का सामना करना पड़ेगा। इस प्रक्रिया को परमेश्वर ने सभी के छुटकारे और बढ़ती के लिए बनाया है।

यहां पर कुछ लाल झण्डियां हैं जो कि आत्मिक दत्त लिये जाने के दुरुपयोग को दिखा सकता है।

1. कोई रिश्ता परमेश्वर के द्वारा निर्धारित है या नहीं इसको निश्चित करने और आत्मिक परख की ज़रूरत है। क्या यह आपका विचार है या किसी ओर का या यह वास्तव में परमेश्वर के द्वारा बनाया गया है। नहीं तो आगे काफी कठिनाईयां आ सकती हैं।
2. डर के कारण आत्मिक दत्त रिश्तों में न जाये। यदि आपको बाध्य किया गया है या डराया गया है या गुमराह किया गया है। इस दत्त रिश्तों को अपनाने के लिए तो यह काम नहीं करेगा। इस बात का ध्यान रखा जाना चाहिए कि दत्त लेने के लिए हमें लोगों को ढूँढना नहीं है। हमें परमेश्वर की ओर देखना चाहिये ताकि हम उसे स्वीकार कर सकें जो भी उसने हमारे लिए रखा है।
3. उस धर्मी जन की राय लें जो आत्मिक दत्त लेने के विषय में जानते हैं जो उनके दिल को जानते हैं और जो आपको भी जानते हैं। यदि वे चेतावनी या अस्वीकृति देते हैं तो हो सकता है कि यह दत्त रिश्ता परमेश्वर ने नियुक्त नहीं किया हो।
4. कभी भी एक दत्त रिश्तों में इस कारण प्रवेश न करें क्योंकि आपको स्वीकृति, सुरक्षा, परिवार, राहत या साथ चाहिए। एक व्यक्ति को कभी भी किसी को भी आत्मिक दत्त इसलिए नहीं लेने देना चाहिये क्योंकि वह अपनी ज़रूरतों को पूरी करना चाहता है। एक व्यक्ति को केवल इसलिए आत्मिक रूप से दत्त लेना चाहिये क्योंकि इसे परमेश्वर ने प्रस्तावित किया है।
5. एक दत्त रिश्ते में इसलिए प्रवेश न करें ताकि दत्तक को अच्छा महसूस हो। आत्मिक दत्त बहाली में हस्तक्षेप नहीं है।

6. यह न सोचें कि आप ही केवल वह व्यक्ति है जो सहायता के लिये उपलब्ध हैं। ऐसा सोचने से आप उसे अपने परिवार में स्वागत करने की बजाय उसे छुड़ाने के लिए पहुंच जायेंगे। दत्त लेने का एकमात्र कारण यह होना चाहिए कि परमेश्वर ने इसे नियुक्त किया है।

आत्मिक दत्त किस प्रकार दिखता है?

एक व्यक्ति जिसे उसके पिता ने तिरस्कार किया हो और वह अपने पुरुषत्व में चोट खाया हो और हो सकता है उसका एक बड़ा भाई जो उसे चिढ़ाता है और दिखाता है कि एक पुरुष होना क्या होता है। लेकिन फिर उसे एक मित्र मिलता है। वह भी टूटा हुआ है लेकिन अलग क्षेत्रों में यह अपने आप ही भाई-भाई का दत्त रिश्ता बन जाता है। वे एक दूसरे से इस प्रकार पेश आते हैं जो कभी नहीं हो सकता था यदि वे दोस्त ही रहते। उनके बच्चे उन्हें अपने पिता का भाई या अंकल मानते हैं। वे जन्मदिन और छुट्टियों का दिन एक साथ बिताते हैं। वे पारम्परिक दोस्ती के सब नियमों को तोड़ देते हैं। वे एक दूसरे से सामान उधार लेते हैं, एक साथ रहते हैं और अपने रहस्यों को एक दूसरे को बताते हैं और ये उनके रिश्ते को कोई ठेस नहीं पहुंचाती है। जबकि जीवन का यह वास्तविक अनुभव उनके रिश्ते की खुशी को बढ़ा देता है। वे एक दूसरे के साथ हंसते खेलते हैं जैसे दो भाई करते हैं। उन दोनों के लिए ये रिश्ता किसी भी रिश्ते से वास्तविक लगता है। उन्हें ये उनके जैविक परिवार से भी ज्यादा अपना लगता है। वे एक दूसरे से सीखते हैं कि पुरुष होने का क्या अर्थ है और उनके पुरुषत्व को लगी चोट से दोनों चंगाई पाते हैं।

एक स्त्री अपने बचपन में अपने पिता और भाई दोनों से यौन उत्पीड़न सह कर सदमे में और डरी हुई है। लेकिन जब उसके छुटकारे का समय आता है तो परमेश्वर उसे एक नया पिता उपलब्ध कराता है। ऐसा पिता जो उसकी चिन्ता करता है उसका भरण-पोषण करता है जो उसे सुरक्षित रखना चाहता है और एक भाई भी जो उसका दोस्त भी है और उसे उत्साहित भी करता है। वह पहली

बार इस बात को समझती है कि इस दुनिया में दो जन हैं जो उसकी चिन्ता करते हैं और उसके साथ होना चाहते हैं। लेकिन उसका शारीरिक रूप से फायदा नहीं उठाना चाहते हैं। वह समझने लगती है कि वह पुरुषों पर यहाँ तक की परमेश्वर पर भी भरोसा कर सकती है और उन के साथ खुश रह सकती है। वह ऐसे ही दूसरी स्त्रियों तक भी इस छुटकारे और आशा के संदेश के साथ जाती हैं।

ऐसे भी कुछ दत्त रिश्तों के उदारहण हैं जो उतने खास नहीं हैं। लेकिन फिर भी महत्वपूर्ण हैं। जैसे एक मित्र के नये कार खरीदने पर दूसरा मित्र उसकी खुशी में खुश होता है। दूसरा मित्र उसे अपनी कार में घुमाने ले जाता है। वह अपने मित्र को उसका इंजन दिखाता है और पूरी आवाज में उसे गाना सुनाता है। ये बातें जो उसके पिता ने उसके लिए करने के लिए कभी समय नहीं निकाला। पहले व्यक्ति को भी पिता की भूमिका निभाने का अवसर मिला या एक मित्र दूसरे मित्र को पहली बार कैम्पिंग के लिए ले जाता है। वह उसे सिखाता है कि किस प्रकार टेन्ट लगाते हैं और आग जलाते हैं। वह सीखता है कि किस प्रकार अपने गुणों और योग्यताओं को बढ़ायें और किस प्रकार कठिन काम करें। फिर से पिता की भूमिका निभाना। यही छुटकारे का काम है।

एक स्त्री आखिरकार अपनी छोटी बहन को बाजार ले जाती है और अपने मेकअप के सामान के विषय में बातचीत करती है। लड़कियों की बातें- वे बातें जो उसके घर में नहीं की जाती थीं। जहाँ पर वह एक डरावनी माँ और अत्याचारी पिता के साथ रहती थी। यह भी आत्मिक दत्त के छुटकारे का काम है।

आत्मिक दत्त के और भी बहुत से असंख्य तरीके हैं। जिसके द्वारा परमेश्वर हमारी जरूरतों को एक दूसरे के साथ पूरी करता है। चाहे वह साथ देने वाला या पूरक या प्रतिस्थापित रिश्ते के द्वारा हो। आत्मिक दत्त में भाग लेने के लिए कोई कुशलता की, मनोविज्ञान में डिग्री की या भावनात्मक स्वास्थ्य की भी जरूरत नहीं है। बस इसके लिए छुटकारे में विश्वास और यह विश्वास कि सत्रापों से भी

बढ़कर आशिषों में ताकत है। इसी प्रकार परमेश्वर का परिवार परिपक्व और पूर्ण होता है- एक दत्त रिश्ता एक समय है।

सेवकाई में इसे कैसे अमल किया जा सकता है

हर स्तर के पासबान और मसीही अगुवों को सेवकाई में उनकी बुलाहट को जानना जरूरी है और सेवकाई में लोगों के साथ मिलना और उन्हें वह देना जिसकी उनके हृदय को जरूरत है बहुत ही अनिवार्य बात है। परमेश्वर के परिवार को अपना नियमित समय शिक्षाओं में और इन बिन्दुओं की चर्चा में बिताना चाहिये। 1. परिपक्वता को प्रोत्साहित करना। 2. अपनेपन की जरूरत को आत्मिक दत्त लेने के द्वारा पूरा करने के विषय में शिक्षा और 3. सदमों से बाहर निकलने के अवसर और प्रशिक्षण।

सेवकाई का अर्थ लोगों के जीवन के इन तीनों क्षेत्रों में भाग लेना और सहायता करना है। यदि किसी व्यक्ति के जीवन में या परिवार के जीवन में कोई रुकावट है तो इन तीनों क्षेत्रों में ही कमी ढूँढनी चाहिए।

अपनेपन की भावना को बढ़ाने के मार्ग-दर्शन

1. स्वयं के अपनेपन की भावना को पहचानें। अपने परिवार के सदस्यों से और अपने समाज के प्रमुख लोगों से पूछें कि उन्हें अपनापन महसूस करने के लिए उन्हें अपने रिश्तों में और अधिक देने और पाने के लिए क्या करना चाहिए।
2. प्रेम बन्धन अपनेपन को बढ़ाते हैं। उन तरीकों को ढूँढें जिन से नजदीकियां बढ़ाई जा सकें क्योंकि इससे प्रेम बन्धन मजबूत होता है। उन विशेष बातों की तरफ ध्यान दीजिये जो आप उनके लिये कर सकें जिससे उनकी जिन्दगी में आनन्द और उत्सव का माहौल छा जाये।
3. प्रार्थना-पूर्वक सोचिये क्या ऐसा कोई व्यक्ति है। जिसे परमेश्वर आपके जीवन में या आपके परिवार के जीवन में जोड़ना चाहते हैं। ताकि जिन बातों की कमी आप के जीवन में है वह पूरी हो जाये या आपके परिवार की खाली जगह भर जाये।
4. उन लोगों को अपने जीवन में न्यौता दीजिये जो आपको और परमेश्वर को बहुत अच्छे से जानते हैं। ताकि वह आपके दिल के गुणों को पहचान सकें। ताकि आप अपने दिल के बढ़ती से जीवन बिता सकें जो यीशु ने आपको दिया है। न कि आप अपना जीवन अपने तर्कों, दर्दों और अपनी बुद्धि से जियें।
5. ऐसे तीन लोगों को चुने जो “ऊपर के सोते” के समान हो जो आपको जीवन दे सकें और ऐसे तीन लोगों को जो “नीचे के सोते” के समान हो जिन्हें आप जीवन दे सकें। यदि इस क्षेत्र में आपके जीवन में कमी है। तो परमेश्वर से प्रार्थना करें कि वह आपको उपयुक्त आत्मिक दत्त लेने के द्वारा आपकी इन जरूरतों को पूरी करे।

5

आपका हृदय

हम सभी मार्ग-दर्शन चाहते हैं। विशेषकर जीवन में आत्मिक मार्ग-दर्शन। आइए हम देखें कि किस प्रकार हम अपने जीवन को बुद्धि से चलाने के लिए बुद्धि और परख को पा सकते हैं। हमारे जीवन में सभी प्रमाणिक आत्मिक निर्देश हमारे हृदय से आते हैं। यही वह स्थान है जहाँ से सच्चा ज्ञान आता है। यह ही हमारी आत्मा के “आँख और कान” है। यदि हमें परमेश्वर की इच्छा पहचाननी है तो वह भी हमारी आत्मा से आता है। हमारी सच्ची पहचान और मंजिल की पहचान भी हमारे हृदय से आती है।

निर्धारित करती है कि हम क्या देख रहे हैं। जब हमारे हृदय की आत्मिक आँखें परमेश्वर की ओर लगी है तो हम सत्य देख रहे हैं और हमें मार्ग-दर्शन और सच्ची परख प्राप्त हो रही है। परमेश्वर के बच्चे होने के कारण यह हमारे लिए कोई कठिन काम नहीं है क्योंकि आनन्द हमारे हृदय को प्रेरित करता है कि हम बिना रुके बिना अन्त के परमेश्वर को निहारते रहे परमेश्वर को निहारना प्रेम बन्धन से जो उसके साथ है, उत्पन्न होता है। यीशु ने भी इस सच्चाई पर जोर दिया था उसने कहा था कि जहाँ हमारा धन है, वहीं हमारा मन भी लगा रहेगा। (लूका 12:34) इसी लिए हमें परमेश्वर को अपने पूरे मन से और और पूरी शक्ति से प्रेम करने के लिए कहा गया है। इसलिए जब हमारा दिल पूर्ण रूप से परमेश्वर की ओर होगा तभी हमें उस बात पर भरोसा

होगा जिसे हम जानते हैं। तभी हम देख पायेंगे कि क्या भला है। और वह करेंगे जो हमें करना चाहिए और जो हमें होना चाहिए। लेकिन जब हम परमेश्वर से अलग देखने लग जायेंगे तो हम वह पहचानेंगे (देखेंगे और सुनें) जो केवल किसी ओर के विचार होंगे।

सच्चा ज्ञान और झूठा ज्ञान

यदि ज्ञान को एकमात्र स्रोत हमारा हृदय होता तो यह जानना की हमें कहाँ देखना चाहिये बहुत ही आसान होता। लेकिन हमारे ऊपर एक दूसरे प्रकार के ज्ञान का बोझ भी है। जिसे झूठा ज्ञान कहते हैं। हृदय एक ऐसा अव्यव है जो यदि परमेश्वर की ओर फिरा हो तो सच्चे ज्ञान का स्रोत बन जाता है। उसी प्रकार एक और अव्यव है जो झूठ का स्रोत है। यूनानी भाषा में जिसमें नया नियम लिखा गया है। इस कपटी ज्ञान को सार्क कहा गया है। हमारे अन्दर दो अलग-अलग प्रतिस्पर्धा करने वाले ज्ञान के दो अव्यव हैं। हृदय जब कभी-कभी सही और सच्चा होता है। तो सार्क हमेशा गलत और झूठा होता है। सार्क अच्छे और बुरे के विषय में झूठी परख, झूठे मार्ग-दर्शन और झूठे ज्ञान देता है।

सार्क से हमारा अभिप्राय अच्छे और बुरे को पहचानने और निर्णय लेने की मानवीय योग्यता से है। यह अच्छाई और बुराई का वह ज्ञान है जो हमें कभी नहीं मिलना चाहिये और जो हमेशा बुरा ज्ञान होता है। कोई भी इन्सान सही को गलत से अलग करके पहचान नहीं सकता है। चाहे उसका आत्मिक स्तर कैसा भी क्यों न हो। इस प्रकार के निर्णय हमेशा हमारे सार्क से आते हैं और सार्क हमेशा गलत होता है। यह इतनी साधारण बात है। लेकिन विश्वास करना उतना ही कठिन है। सार्क कभी भी हम में नहीं होना चाहिये और हमें भी जितना जल्दी हो इससे स्वतन्त्र हो जाना चाहिये।

ऐसा दिखाई पड़ता है कि मानो “सच्चा ज्ञान” भ्रम और गलत-फहमियों के भुल-भूलैये में छिपा हुआ है जो कि हमारे हृदय और सार्क के चारों ओर सुरक्षा के लिए खड़ा है। सार्क जिसका अनुवाद “शरीर” “पुराना स्वभाव” और “पाप का स्वभाव” आदि शब्द भ्रम और भावनात्मक बना देता है कि कई लोग सम्पूर्ण रूप से इन शब्दों से डर कर सोचना ही बन्द कर देते हैं।

और कुछ बाइबल विद्यार्थी ऐसे मानते हैं कि वे इस यूनानी शब्द सार्क को बहुत जल्दी समझ गये हैं और उसके बारे में सोचना ही बन्द नहीं करते हैं और बार-बार उसके बारे में सोचते रहते हैं। हमने इस अजीब शब्द का उपयोग इसलिए किया है कि उनके ध्यान को खींच सकें।

इसी प्रकार की उलझन हृदय के बारे में भी मौजूद है। जब हम यह पढ़ते हैं कि हमारा हृदय ही सच्चा ज्ञान का माध्यम है तो कई लोग यह पूछ सकते हैं कि यिर्मयाह 17:9 में लिखा है कि “मन तो सब वस्तुओं में अधिक धोखा देने वाला है और उसका मर्म कौन समझ सकता है।” इस पद के कारण वे सोचते हैं कि परमेश्वर हमें चेतावनी दे रहा है कि हम अपने हृदय पर कभी विश्वास न करें। वास्तव में इस भाग में परमेश्वर हमें हमारे हृदय को स्वस्थ बनाये रखने के लिए कह रहा है और अपने बिमार हृदय पर भरोसा न रखें। जिसे हम थोड़ी देर में देखेंगे। परमेश्वर चाहता है कि हम अपने हृदय से उसे देखें और सुनें। इसलिए हमारे हृदय का स्वास्थ्य बहुत जरूरी है। लेकिन यह जरूरी है कि हमारे आत्मिक आंखे और कान परमेश्वर की ओर फिरे होने चाहिये कि हम सच्चाई को जान सकें। हमें परमेश्वर से अपने पूरे हृदय से प्यार करना चाहिये यही यीशु और मूसा के नियम भी सिखाते हैं। यीशु भी इसलिये आया कि विशेषकर हमारे हृदय में बस सकें। (इफि. 3:17)

सच्चे ज्ञान की तीन अवस्थायें इस प्रकार हैं। 1. वह हृदय जो यीशु ने हमें दिया है, स्वस्थ होना चाहिए। 2. हमारा हृदय सम्पूर्ण प्यार और सामर्थ के साथ परमेश्वर की ओर होना चाहिये। 3. हमें सार्क के शब्दों और निर्णयों को उखाड़ कर फैंक देना चाहिये या उनकी पूर्ण रूप से अनदेखा कर देना चाहिये।

झूठे ज्ञान की तीन अवस्थायें इस प्रकार हैं। 1. हम हमारे खुद के सोच को सुन रहे हैं। 2. हमारा हृदय इतना बिमार है कि वह परमेश्वर को ना ही सुन सकता है न ही देख सकता है और न ही पहचान सकता है। 3. हमारा हृदय परमेश्वर की ओर फिरा हुआ नहीं है। बल्कि परमेश्वर से हट कर हम अन्य संसाधनों की सुनते हैं और उन्हीं को प्रेम भी करते हैं।

“तू अपनी समझ का सहारा (सार्क) न लेना, वरन् सम्पूर्ण मन से यहोवा पर भरोसा रखना। उसी को स्मरण करके (परखकर, जानकर, उसी पर अपने मन को केन्द्रित करके) सभी काम करना, तब वह तेरे लिये सीधा मार्ग निकालेगा। (नीति. 3:5-6)

एक स्वस्थ हृदय

इस पृथ्वी की अवस्थाओं के कारण एक व्यक्ति का हृदय बिमार, मन्द, कठोर यहाँ तक की पत्थर से कठोर और मर भी जाता है। लेकिन सार्क के बारे में यह सच नहीं है। यह तो जंगली झाड़ी के समान बढ़ जाता है और बाकि सब को नाश कर देता है। सार्क को जड़ से उखाड़ना बहुत जरूरी है कि हमारा हृदय जड़ पकड़ सके और फल-फूल सके। पुराने नियम के भविष्यवक्ताओं ने बताया है कि किस प्रकार जब सार्क बढ़ता है कि किस प्रकार लोगों का हृदय बिमार पड़ जाता है या मर जाता है कि हर कोई वही करता है जो उसे सही जान पड़ता है।

यशायाह हमारे हृदय की पहली जांच तब करता है। जिस वर्ष उज्जियाह राजा मर गया था। उसने लोगों को चेतावनी दी कि उनका हृदय मोटा हो गया है और उसे रोग लग गया है। उनके हृदय बहुत ही आलसी हो गये थे कि वे सुनते तो हैं लेकिन समझते नहीं हैं। देखते तो हैं लेकिन पहचानते नहीं हैं। वे सच नहीं जान सकते हैं क्योंकि वे न तो देख सकते हैं और न ही सुन सकते हैं।

लगभग 120 सालों के बाद यिर्मयाह भी इससे भी बुरी रिपोर्ट लाया कि लोगों का हृदय समझने के लिये अयोग्य हो गया है। 17 अध्याय के 9वें पद में यह लिखा है। जैसा कि पहले बताया गया है। रोग यही शब्द का इस्तेमाल किया गया है हृदय की अवस्था को बताने के लिए। दो बार इस शब्द का इस्तेमाल करना इब्रानी भाषा में रोग की अवस्था को तीव्रता को दिखा रहा है। हम इसका अर्थ इस प्रकार समझ सकते हैं। जैसे “भयानक बिमारी” या “घातक बिमारी”। एक अनुवाद इसे “अत्यन्त दुष्ट” भी कहता है। यह सच है लेकिन गुमराह करने वाला भी है। यह पर जो खास बात है वह है कि हमारा हृदय बुरी तरह बीमार है और किसी भी बात को ठीक प्रकार समझने के लिए इस पर भरोसा नहीं किया जा सकता है।

यिर्मयाह के तीस साल बाद यहजकेल ने यह घोषणा की कि यह सार्क इतना दूषित है कि इसने हमारे पूरे हृदय को ही मार डाला है। उन्होंने अपने देश को ही अपने मार्गों से दूषित कर दिया है। (यहजकेल 36:17)

और उनका हृदय पत्थर जैसे ठण्डा और कठोर हो गया है। (36:26) अब एक ही आशा बची थी की उन्हें नया हृदय दिया जा सके। यही वह हृदय है जो यीशु मसीह देता है। एक हृदय जहाँ वह रह सकें जहाँ उसे देखा और सुना जा सके। वह दिल जो परमेश्वर से प्यार करता है। और जो हमें बताता है कि हम अपने वास्तविक रूप में कैसे जी सकते हैं।

यीशु के द्वारा दिये गये हृदय से जीने का अर्थ है कि हम वह व्यक्ति बन कर जी सकें जो परमेश्वर ने हमें होने के लिए बनाया है। जहाँ आप वह कर सकें जो आप खुद हैं। हृदय आत्मिक परख की वह जगह है। जहाँ आप जानते हैं कि आप कौन हैं। जब आप अपने दिल से जीते हैं। तो आप अपने आन्तरिक निर्देश से जी रहे हैं जो कि यदि पवित्रात्मा से शासित है। तो वह आपको आत्मिक मार्गों में बनाये रखेगा। अर्थात् आप परमेश्वर की अगुवाई से जी रहे हैं।

अपने हृदय की विशेषताओं को पहचानिये

अपने हृदय से ही हम अपने आपको वैसे देखते हैं जैसे परमेश्वर हमें देखता है। जो दिल हमें यीशु ने दिया वह उसके हृदय के जैसा ही है लेकिन वह उससे थोड़ा छोटा है। और उसके स्वभाव के कुछ तत्व और तत्वों से थोड़े ज्यादा है। हमारे ही स्टाफ में हम देख सकते हैं कि किसी का दिल ज्यादा दयालु है तो किसी को ज्यादा धीरजवन्त है, तीसरा देता है। तो दूसरा पुनःस्थापित करता है। परमेश्वर के स्वरूप में बनाये गये हर दिल परमेश्वर के स्वभाव से मेल खाता है। लेकिन यीशु के व्यक्तित्व के किसी विशेष गुण को अन्य गुणों से बढ़कर प्रकट करता है। परमेश्वर के विभिन्न स्वभावों को दिखाने के लिए और परमेश्वर के कलाकारी के अलग-अलग हिस्सों को प्रकट करने के लिये एक समूह के लोगों की जरूरत है।

हमारे हृदय का जीवन आत्मा का जीवन है क्योंकि हम हमारे हृदय से ही आत्मिक सच्चाईयों को पहचानते हैं। आत्मिक ज्ञान जो कि उस “हृदय से आता है जो यीशु ने हमें दिया” बहुत ही जरूरी है कि हम हमारे रूप और विशेषताओं को देख सकें क्योंकि परमेश्वर ने अपने राज्य के एक खास उद्देश्य के लिये आपको ढाला है। (इफि. 2:10) आपके हृदय को इस प्रकार बनाया गया है कि वह उस मिशन को पूरा कर सके। आप जैसे-जैसे अपने हृदय की बढ़ती में से और आपके हृदय के गुणों में से जीते हैं। आपके हृदय की विशेषतायें आप पर और दूसरों पर भी प्रकट होती चली जायेंगी। आपके हृदय की ये विशेषतायें आपके मिशन को भी प्रकट करेगी।

एक चिन्ह जो आप अपने हृदय की विशेषताओं के बारे में पाते हैं। जब आपका जुनून, उद्देश्य, आपकी योग्यता और आपका दर्द जब एक साथ आ जाते हैं। तो यह सब मिलकर परिभाषित करता है कि आप कौन हैं। ऐन बैयरलिंग ने इस प्रकार अपनी विशेषताओं को पाया।

ऐन का सबसे बड़ी लगन पुनः स्थापित करना है। जब वह छोटी बच्ची थी तब भी वह अस्थ-व्यस्थ अवस्था में से भी सुन्दता बाहर निकाल लेती थी। जैसे की बिखरे पड़े कमरे को या अलमारी में बिखरे पड़े ढेर को भी वह अच्छे से जमाती थी। बड़ी होने के बाद वह बेकार पड़ी वस्तुओं से भी अपने घर को खूबसूरती से सजा देती थी। और यह उसे बहुत ही सुकून देना वाला अनुभव होता था।

पुनः स्थापित करने की उसकी लगन को उसने दूसरे क्षेत्रों में भी बढ़ने दिया जैसे टूटे लोगों के जीवन को, और बिखरती हुई शादी को पुनः स्थापित करना। यह भी उसे सुन्दर बनाने का दूसरे प्रकार का सुकून प्रदान करता है।

जैसे-जैसे वह इस व्यवसाय में बढ़ने लगी। उसे अधिकारी के पद पर पदोन्नति मिली। उसे असिस्टेंट प्रिन्सिपल से राज्य स्तर के बोर्ड ऑफ डायरेक्टर में सदस्य के रूप में। इन भूमिका से यह स्पष्ट हो गया कि परमेश्वर के दिये गये कई योग्यताओं ने उसे यह अधिकार दिया कि वह सच्चाई के लिये वक्ता बन सके। इससे पहले सार्क

ने अपनी बहुत ताकत लगाई कि उसे झूठा विश्वास दिला सके कि “सही बात तभी बोलना चाहिये जब सही बात अच्छी बात हो”। जबकि उसका दिल उसे सच बोलने के लिए प्रेरित करता रहता था। उसका सार्क उसके साथ धोखे से यह विवाद करता था कि किसी को सच्चाई से दुःखी करना अच्छा नहीं है और उसे ऐसा कोई काम नहीं करना चाहिये जिससे लोग उसे नापसन्द करे।

जैसे की युद्ध बढ़ता गया यह बात स्पष्ट होती गई कि ऐन के दिल की एक विशेषता यह है कि उसे “ सच्चाई की स्त्री” होना है। परमेश्वर उसे इस उद्देश्य के लिये 27 साल तक तैयार किया। इस पहचान ने ऐन को आजादी और शान्ति दी कि वह वो व्यक्तित्व बन सके जिसके लिये उसे बनाया गया है कि वह अपने आप से और दूसरों से सच्ची बन सके- कि वह अपने परिश्रमों को और अधिक फलदायक और प्रभावकारी बना सकें।

ऐन ने जब पहचाना कि उसके पुनःस्थापित करने के लगन को और सत्य बोलने की योग्यता को स्वर्गीय उद्देश्य के लिये एक साथ गुथा गया है तो अचानक से सभी बातें मिलकर अर्थ देने लगी। वह अब सच्चाई और बिना खेद के जी सकती थी जो कि उसके हृदय से आती है। उसने सच्चाई को पेश करने की कला सीख ली थी ताकि वह बेपरवाह होकर और ढिठाई से नहीं बल्कि पूरे ध्यान से और शक्ति के साथ सत्य बोल सके। क्या इसमें दर्द, खतरा और डर शामिल था? जरूर हाँ। क्या यह जीवन में सच्चाई और खूबसूरती को पैदा कर सकती थी। बिल्कुल हाँ। और यह हर छोटे और बड़े त्याग के लायक था। जो पसीना और दर्द परमेश्वर ने उसके जीवन में उपयोग किया वह उसके हृदय की सच्ची विशेषता को आकार दे रहा था।

हमारे हृदय को जानने के लिये हमें बढ़े होने का इन्तजार नहीं करना चाहिये। बच्चे अपने हृदय से तभी जीना सीख जाते हैं। जब दूसरे जो वह हैं, उसे देख कर खुश होते हैं। जब दूसरे उनसे खुश नहीं होते हैं और उन पर ध्यान नहीं देते हैं। और उन्हें अपने बहुमूल्य होने का अहसास नहीं मिलता है। तो उन्हें अपने दिल को ढूँढने और उसकी कीमत को समझने में कठिनाई होती है।

और उनका दिल दुःख से और दर्द से भर जाता है। परमेश्वर को भी दुःख होता है। जब उसके बच्चों को अपनाया नहीं जाता है। सौभाग्य की बात यह है कि परमेश्वर ने हमारे दिल को ऐसा बनाया है कि भयानक उत्पीड़न में भी और तिरस्कार में भी हमारे हृदय की विशेषतायें खत्म नहीं हो जाती हैं हालांकि वह छिप जाती है। लोगों को विशेषकर बच्चों को अपने दिल को ढूँढने के परेशानी होती है। विशेषकर जब वे दर्द में होते हैं। हमारे हृदय की बात सुनना तब कठिन होता है जब हम जख्मी होते हैं।

लेकिन कई बार तो यह हमारी चोट होती है जो हमारे हृदय की विशेषताओं से सम्पर्क बनाने में सहायता करती है। एक लड़का जिसे उसके पिता ने तिरस्कार किया और उसे छोड़ दिया था। वह अपने दर्द में से ही अपने अन्दर के पिता हृदय का मूल्य जानता है। उसके जीव के दर्द ने उसे छुड़ाकर अपने बच्चों के प्रति उसके दया, प्रेम और आनन्द को बढ़ा देता है। त्यागे जाने का दर्द सहने वाला यह व्यक्ति अपने उस बच्चे को रात भर उठाये रहता है। जिसकी जरूरत बहुत ज्यादा है। हालांकि उसे दूसरे लोग कहते हैं कि उसे ऐसा करने की जरूरत नहीं है। वे उसकी अलोचना भी करते हैं। लेकिन वह अपने हृदय की आँखों से अनुभव कर सकता है कि यीशु उसे देख कर मुस्करा रहे हैं। और जब यह बच्चा बड़ा होकर बहुत ही आत्म-विश्वासी बनता है। तब वह जानता है कि उसके हृदय ने उसे सही राह दिखाई थी।

मानवीय जन्म-जात कमी

जब हमसे यह कहा गया है कि हम अपनी बुद्धि पर भरोसा न रखें बल्कि हर बात में हम परमेश्वर का स्मरण करें ताकि वह हमारी अगुवाई करें। उसके लिये एक कारण था हमारी समझ और तर्क-वितर्क की शक्ति भले ही कितनी भी विकसित क्यों न हो वह फिर भी गलत होती है। सही के प्रति हमारे चुनाव हमेशा गलत होता है। हमारे लिये चुनाव हमेशा हमारे हृदय से जीने के रास्ते में खड़ा हो जाता है। यह समस्या अदन के बगीचे में शुरू हुई थी। आदम और हव्वा को कहा गया था कि वह भले और बुरे के वृक्ष के

फल को न खाये। वे न तो भले और बुराई के अन्तर को जानते थे और न ही उसके बारे में कुछ सोचते थे। वे तो अपने आन्तरिक अहसास में से होकर बड़ी आजादी और सहजता से जीते थे जैसा कि सृष्टिकर्ता परमेश्वर ने उन्हें बनाया था। वे परमेश्वर के साथ बहुत घनिष्ठ रिश्ते और आनन्दमय संवाद के साथ जीवन बिताते थे। और उन्हें भले और बुरे का कोई ज्ञान नहीं है।

जब आदम और हव्वा ने अपना हृदय सांप की बात सुनने में लगाया और उनके चुनाव को निर्देशित करने के लिए उसे स्वतन्त्रता दी और उन्होंने भले और बुरे के पेड़ से फल खाया। उसी समय उन्होंने दूषित ज्ञान प्राप्त हुआ। और अपने भलाई के प्रति भ्रमित ज्ञान प्राप्त किया। तब से हर पीढ़ी अपने मन में एक झूठे को ढूँढ लेती है जो हमें यह सोचने में मजबूर कर देता है कि हमें वह अन्तर पता है। यह झूठ सोचता है कि वह उन भले कामों को देख सकता है जो हमें करना चाहिये सही तरीका जिससे हमें काम करना चाहिये और हमारे अन्दर और दूसरों की कमी को ढूँढ सकता है।

अदन के बगीचे में हमने हमारा हृदय खो दिया और सार्क को पा लिया, जो हमारे लिये सही बात को चुनना लगभग कठिन बना देता है। आदम और हव्वा में हमें ऐसी लड़ाई में धकेल दिया जो कभी भी हमारे लिये नहीं थी। हमारे लिये यह रखा गया था कि हम अच्छाई और बुराई दोनों से अनजान बने रहे और परमेश्वर हमारे मार्गों की अगुवाई करें। अब हम सबसे यह जन्मजात कमी है। जिसे मसीही लोग “शरीर” या सार्क कहते हैं जो हम से बुरे काम करता है। लेकिन सार्क का सबसे नुकसान-दायक प्रभाव यह है कि वह हमें ऐसा अनुभव कराता है कि हम सही और अच्छा कर रहे हैं। जबकि हम गलत सोच रहे होते हैं या कर रहे होते हैं। ये तब होता है। जब हम स्वयं से बातों को समझने की कोशिश करते हैं बजाय इसके की हम परमेश्वर के निर्देशों का पालन करें।

मसीही बनना और पवित्रात्मा को प्राप्त करना इस समस्या का हल नहीं है। हमारा सार्क अभी भी हमारे साथ बना हुआ है जो की बिनने वाला चोर है। वह जो भी सुझाता है वह गलत ही होता

है। साथ ही परमेश्वर कभी इस झूठे को सुधारता नहीं है न हमें इससे छुड़ाता है। इसलिये इसके ठीक होने की कोई गुंजाइश नहीं है। यह हमें बहुत ही भयानक समस्या में डाल देता है। जब भी हम सही बात को पहचानने की कोशिश करते हैं या जब हम यह पहचानने की कोशिश करते हैं कि कोई बात या कोई व्यक्ति सही है तो हम हमेशा गलत निर्णय लेंगे। यहाँ तक की वचनों को समझने के लिये अपनी समझ पर भरोसा रखना हमारे सार्क के धोखे से जरूर प्रभावित होगा और हमारे दिमाग से सीमित रहेगा। हमारे घाव और हमारे अच्छे शिक्षक के टेडी शिक्षायें हमारी उलझन को बढ़ा सकती है। हमने अच्छे और बुरे के बारे में जो कुछ सीखा है। उनमें से अपने निष्कर्ष निकालने के लिये हमें सार्क को सक्रिय बनना होगा। यह ही हमारा एकमात्र हिस्सा है जो स्वयं ढिंढाई और घमण्ड के साथ यह निर्णय लेता है कि क्या गलत है और क्या सही। इस बिनने वाले से छुटकारा सम्भव नहीं है। फोन बुक की तरह यदि सारे नम्बर गलत हो तो हम जो भी देखेंगे वह सब गलत होगा। सार्क हमारे साथ आत्मिक दिमाग के खेल खेलता है। और हमारे हृदय को ऐसी जगह पर रखता है। जहाँ से हम परमेश्वर के अनुग्रह से भरे निर्देशों को नहीं सुन सकते हैं जो चाहता है कि हम अपने हृदय के गुणों में से जीवन बिताये जो उसने हमारे अन्दर रखा है। चाहे हम जिये या मरे हम विधि नियमों से जीना चाहते हैं न कि आत्मा के जीवन से जो हमारे अन्दर है।

यह जानना कि कोई बात या कोई व्यक्ति सही है या नहीं हमें हमेशा गलत ज्ञान में पड़ जाता है। हम गलत होते हैं। गलत इसलिये क्योंकि हम वह नहीं देख सकते हैं जो परमेश्वर देखता है। हम केवल वहीं देखते और सुनते हैं जो हमें बाहर दिखाई देता है। लेकिन परमेश्वर वह देखता है जो एक व्यक्ति के हृदय के अन्दर है। (1 शमूएल 16:7) एक परिपक्व व्यक्ति में लिये भी यह महसूस करने के लिये कुछ अभ्यास की जरूरत होगी कि परमेश्वर अच्छे या बुरे के बारे में क्या सोचता है। (इब्रा. 5:14) हम इस बात के लिये भी गलत होते हैं कि “सही काम कौन से है।” क्योंकि परमेश्वर के आदर्श को समझने

के लिये हमारी दृष्टि कम पड़ेगी। यह परमेश्वर के हृदय को पूर्ण रूप से देखने में हमारी अयोग्यता है जो कि हमारे लिये सही काम को समझना नामुमकिन बना देता है। हम चाहे थोड़ा गलत हो या 180 डिग्री गलत हो लेकिन गलत, गलत ही होता है। लेकिन हम जितना ज्यादा सही काम करने का प्रयत्न करते हैं या सही काम करते हैं। (उतना ही हम हमारे सार्क को इस्तेमाल करते हैं।) और हम अपने हृदय को सुनना पीछे छूट जाता है। हृदय आत्मिक बातों को पहचान सकता है लेकिन सार्क तो झूठ बिनने में व्यस्थ है और हमारा दिमाग उलझन में पड़ जाता है।

हम सब में जन्म-जात कमी है- हमारा बिनने वाला। इस जन्म-जात कमी और उस हृदय में जो यीशु ने हमें दिया है। उसमें लड़ाई चल रही है। और वह हमारे जीवन के अन्त तक भी खत्म होने वाला नहीं है।

हृदय और सार्क

जब हम सार्क के अनुसार चलते हैं। तो उसका परिणाम धार्मिक काम होता है। छुटकारा आपको तब मिलता है। जब आप अपने हृदय के अनुसार चलते हैं तो इसे सही करने के लिये हम क्या करें। (यहज 36:25-27)

परमेश्वर कहता है कि “मैं तुम पर जल छिड़कूंगा, और तुम शुद्ध हो जाओगे और मैं तुम को सारी अशुद्धता और मूर्तों से शुद्ध करूंगा। मैं तुम्हें नया मन दूंगा और तुम्हारे भीतर नई आत्मा उत्पन्न करूंगा। और तुम्हारी देह में से पत्थर का हृदय निकालकर तुम को मांस का हृदय दूंगा। और अपना आत्मा तुम्हारे भीतर देकर ऐसा करूंगा कि तुम मेरी विधियों को मानकर उनके अनुसार करोगे।”

हमें अब नये संदर्भ के मार्ग-दर्शन सीखना है। हमारा नया हृदय ही सच्चे ज्ञान का स्थान है। न कि हमारा दिमाग या जीव या सार्क। हम हमारे हृदय में ही हमारे उस अन्तिम निर्णायक को देख और सुन सकते हैं। हमारी बुद्धि चाहती है कि हमारा हृदय हमारी समझ और ज्ञान पर शासन करे। हम उसका अनुसरण करते हैं जो हम यीशु को हमारे हृदय में करते हुए देखते और सुनते हैं। जैसे यीशु

वही करता है जो वह पिता को करते हुये देखता है। यीशु ही हमारा उदाहरण है जो अपने हृदय से जिया। वह निरन्तर परमेश्वर को सुनता और देखता रहता था वह परमेश्वर के साथ सिद्ध सम्बन्ध में रहता था। और अपनी इच्छा को हमेशा छोड़ देता था।

जो हृदय यीशु ने हमें दिया है। वह हमेशा हमें बतायेगा कि परमेश्वर हमसे क्या चाहता है। कभी-कभी तो जिसे हम दूसरों को समझा भी नहीं पायेंगे। और शायद हम अपने आप को भी नहीं समझा सकते हैं। जैसे एक छोटी लड़की यह जानती है कि उसकी मम्मी उससे क्या चाहती है। लेकिन वह यह नहीं समझ पाती है कि जो उसकी मम्मी उससे चाहती है वह अच्छा है या नहीं। उसी प्रकार हम हमारे हृदय से जानते हैं कि परमेश्वर हम से क्या चाहता है। लेकिन हमारा सार्क यह सिद्ध नहीं कर सकता है कि वह हमारे लिये अच्छा है जो परमेश्वर करना चाहता है वह बहुत अच्छा ही है। लेकिन हमारा बिनने वाले का मूल्यांकन हमारे हृदय की बात को स्पष्ट नहीं कर सकता है। सार्क के अनुसार वह बहुमूल्य इत्र जिसे यीशु के कदमों में डाल दिया गया था उसे तो बेच कर गरीबों को दान कर देना चाहिये था। कईयों को मार्था के समान कठिन परिश्रम करना चाहिये। आज तक भी, व्यवस्था की निन्दा करने वाले भी यह सोचते हैं कि वे ही जानते हैं “सही रास्ता” अपने लिये और दूसरों के लिये। यह सम्भव नहीं है।

दूसरों के मूल्यांकन और दोष-बोध और हमारे खुद के सार्क की तारीफ को यह हक नहीं मिलना चाहिये कि वह निर्धारित करे कि जो हुआ वह सही था या गलत। हास्यप्रद बात यह है कि वे लोग जिनको यह मानने में सबसे ज्यादा कठिनाई होती है। यह स्वीकार करने में कि उन्हें सही और गलत को पहचानने की क्षमता नहीं है। वे ही इस दुनिया में सबसे धर्मी लोग हैं। यद्यपि यीशु ने केवल वही किया जो उसने पिता को करते देखा तो भी धार्मिक अगुवों ने उसे बुरा ही माना। मरकुस 7 अध्याय में फरीसियों ने उसे यह कह कर तुच्छ मानते थे कि वह वो नहीं कर रहा है

जो सही और पवित्र है। (नियमों के शिक्षकों ने अपने अच्छे और बुरे के ज्ञान- अर्थात् उनके सार्क के आधार पर इसे शिष्टाचार मानते हैं।) यीशु ने उन्हें यशायाह कि पुस्तक से उन्हें जोर से फटकारा “प्रभु ने कहा” ये लोग जो मुंह से मेरा आदर करते हुए समीप आते हैं। परन्तु अपना मन मुझ से दूर रखते हैं और जो मनुष्य की आज्ञा सुन-सुन कर मेरा भय मानते हैं।

मती 23 में हम पढ़ते हैं कि कैसे यीशु ने उसके दिनों में सार्क से चलने या बिनने वाले लोगों के बारे में कहा है। इन सद्की और फरीसी ने परमेश्वर के वचन की अपने हाथों से नकल करके अपना जीवन उसके अध्ययन में लगा दिया। यीशु ने कहा कि उनके “सही काम करना दूसरों पर भारी बोझ डाल रहे हैं। इसके लिये स्व-प्रयत्न की जरूरत है। और यह और चोट देता है।” उसने 23:24 में कहा है। कपटी शास्त्रियों और फरीसियों तुम पर हाय! परन्तु तुम ने व्यवस्था की गम्भीर बातों का अर्थात् न्याय और दया और विश्वास को छोड़ दिया।हे अन्धे अगुवे.....। जब हम सार्क की बातों को सुनते हैं तो हम दूसरों के जीवन में परमेश्वर क्या कर रहा है। यह सुनने से चूक जाते हैं। सार्क हमारे अन्दर चल रहे परमेश्वर के काम के प्रति भी हमें अन्धा कर देता है। जिम विल्डर ने उसके हृदय और सार्क के बीच होने वाले युद्ध को दिसम्बर की एक ठण्डी रात में अनुभव किया जब उसने एक पासवान की पत्नी को यह कहते सुना कि उसने अपने अत्याचारी पति को छोड़ दिया। इतना जल्दी घर छोड़ने के कारण वह अपनी बेटियों को न तो क्रिसमस का तोहफा दे पायी और न ही रात का खाना। उसने यह सोच कर अपने आप को तसल्ली दी कि कम से कम उसका पति उसकी बेटियों को लैंगिक उत्पीड़न तो नहीं करेगा। उसके सार्क ने कहा कि यदि वह उसे खाना या तोहफा या धन देगा तो वह उसकी सीमायें पार करेगा। लेकिन जो दया प्रभु ने उसके दिल में रखी थी वह उस सार्क से ताकतवर साबित हुई। वह वे सारी वस्तुयें ले आया जो एक माँ को अपने बच्चों के साथ एक अच्छा क्रिसमस मनाने के लिये चाहिये थी। जिम के

सार्क का काम अभी खत्म नहीं हुआ था वह अभी भी उसे मना रहा था कि वह उसे झूठ बोल दे कि यह खाना और तोहफे कोई कलीसिया में छोड़ गये हैं। जिससे ऐसा लगे कि उसने सिमाएं नहीं पार की हैं। लेकिन इस बार भी उसने अपने हृदय की बात को सुना और इससे उन्हें बहुत आशिष मिली। लेकिन उसका सार्क अभी भी जिन्दा है और उसे परेशान करता रहता है।

सार्क इसी धुन में रहता है कि किस प्रकार उसके हृदय का विनाश कर दे। प्रेरित पौलुस ने इसे रोमियों की पुस्तक में सातवें और आठवें अध्याय में बहुत अच्छे से समझाया है जो सार्क के अनुसार जीते हैं व मरते हैं और जो आत्मा के अनुसार जीते हैं। उन्हें जीवन और शान्ति मिलती है।

अपने सार्क से लड़ाई जीत लेना

सार्क हमारे हृदय का बहुत ही घातक शत्रु है। हृदय ही वह जगह है जहाँ हमें सच्चा ज्ञान प्राप्त होता है। इसमें कोई आश्चर्य नहीं है की हृदय का घातक दुश्मन झूठ बोलता है और उसका सबसे उपयोगी झूठ यह स्थापित करना होता है कि वह सच बोल रहा है। वह भी उसके बारे में जो हमारे लिये सबसे अच्छा है। झूठा ज्ञान हमें अन्य झूठ के स्रोतों के प्रति संवेदनशील बना देता है। सार्क फिर सामान्य सांस्कृतिक झूठ भी बोलने लगता है। (इस दुनिया में से) और आत्मिक झूठ (बुरी शैतानी आत्मिक बातों के बारे में) इस झूठे ज्ञान को तोड़ना तभी सम्भव है जब हमें फिर से अपने हृदय की ओर मुड़े जो परमेश्वर से अपने पूरे जीव और दिमाग से प्रेम करता है।

प्रतिदिन के अस्तित्व में सार्क दो तरीकों से हमारे हृदय को रोकता है। पहला तो सार्क की राय देकर दूसरा अभी तक हमारे अन्दर इकट्ठे गलत ज्ञान के प्रभाव से। यह झूठ जो हमारे अनुभवों में गुथा हुआ है उन्हें पकड़ पाना हमारे उन झूठों से कठिन है। जो तर्क सार्क एक-एक क्षणों में हम से कहता है वास्तव में उस झूठ के अनुभव को पहचान पाना बहुत कठिन है। केवल यह जानने के अलावा की यह झूठ कुछ अनसुलझे दर्दों को पीछे छोड़ जाता

है। कभी भी जब सदमे के कारण अनसुलझे दर्द रह जाते हैं तब आप निश्चित हो सकते हैं कि सार्क ने गलत ज्ञान के झूठ को आपकी यादों में गुथ रखा है। इन झूठों को अनुभव के झूठ कहते हैं और यह सार्क की वे राय है जो हुआ है उसके बारे में और उसका क्या अर्थ है और वह बुरा था कि अच्छा।

सदमे लम्बे समय तक बने रहने वाले दर्दों को उत्पन्न करता है। जिसके द्वारा अनुभावित झूठ उत्पन्न होते हैं। उसी के साथ सार्क के दो साथी सांस्कृतिक झूठ और कपटी आत्मा दोनों भी हमारे अन्दर रह जाते हैं। यह धोखा कि हमारे लिये और हमारी दुनिया के लिये अच्छा या बुरा क्या है। वह हमे दर्दनाक अनुभवों के साथ जुड़कर हमारी यादों में गलने लग जाता है। हमारी प्रतिक्रिया जब हमारे अनुभवों से जुड़ी होती है तो यह अनुभावित झूठ हमारे व्यवहार को, भावनाओं को, दृष्टिकोणों को, रिश्तों को, चुनावों को, मूल्यों को इस प्रकार निर्देशित करती है कि हम अब उनके बारे में कुछ सोचते भी नहीं हैं।

एक छोटी लड़की का यौन उत्पीड़न हुआ तो उसने अपने दर्द और व्याकुलता में उसके सार्क ने यह निष्कर्ष निकाला कि “तुम्हारे साथ यह इसलिये हुआ कि तुम बुरी हो।” सांस्कृतिक झूठ ने यह कहा कि तुम धोखा देने का काम कर रही हो। और एक गिरे हुये दूत ने यह कहा कि “तुम कभी भी शुद्ध नहीं हो सकोगी।” जब तक इन झूठों को हटाया न जाये तब तक वह उसके जीवन में दर्द लाते रहेगे, उसके जीवन को बर्बाद करते रहेंगे और उसे उसके हृदय से कभी जुड़ने नहीं देंगे।

सार्क अपनी जड़ों को हमारे जीव के अनसुलझे दर्दों में फैलाता है। और उसे वह ताकत मिलती है जिससे वह बड़ी तेजी से हमारे अन्दर बढ़ता चला जाता है। हमारे दुःखों में से सार्क अच्छे या बुरे के प्रति अर्थपूर्ण तर्कों को निकाल लेता है जो कि वास्तव में झूठ होते हैं। जो कुछ हमें दर्द में डालता है वह सब बुरा है और जो कुछ हमे दर्द से बचाता है वह अच्छा है। यीशु मुझे से प्यार नहीं करता है क्योंकि उसने मुझे दर्द से नहीं बचाया। यह इसका एक उदाहरण हो सकता है सार्क के द्वारा अच्छे या

बुरे का यह प्रारूप हमें अच्छा लगता है। क्योंकि यह हमारे दर्द के प्रति विश्वास को ठीक ठहराता है। जख्मी लोगों को अपने दिल की बात सुनने में तकलीफ होती है। क्योंकि उनका सार्क बहुत जोरों से और बहुत प्रभावकारी रूप से बात करता है।

जब हम यीशु को हमारे हृदय में और हमारे अनसुलझे दर्दों में उसको बुलाते हैं तो हम अपने बारे में और दूसरों के बारे में सत्य जानते हैं। यह परिवर्तन और चंगाई हमारे दिल में होती है। हमारे हृदय के द्वारा जो हमारे सच्चे ज्ञान की जगह है। हम अनुभव के द्वारा आए झूठ हमारे दर्दनाक यादों के साथ जुड़े हैं, उनको ढाह देते हैं। हम हमारे हृदय की आँखों के द्वारा हमारे बारे में, हमारे अतीत के बारे में और दूसरों के बारे में सच्चाई को देख पाते हैं। इसलिये यीशु ने कहा कि हमें दूसरों को अपने पूरे दिल से माफ कर देना चाहिये। (मती 18:35)

उन लोगों ने जिन्होंने यीशु के द्वारा अपने दर्दनाक यादों में चंगाई पाई है। उन्होंने बताया है कि वे स्वतन्त्रता अनुभव करते हैं और जिन्होंने उन्हें चोट पहुंचाई है उन्हें अब दोषी ठहराने की जरूरत महसूस नहीं होती है और इतना ही नहीं अब वे अपनी परिस्थितियों या अपने बारे में या दूसरों के बारे में वे सच्चाई जानते हैं जो ढूढ़ है और जो उन्हें शान्ति देते हैं। सच्चा ज्ञान उस हृदय से आता है जो यह देखता है और सुनता है “परमेश्वर हमारे साथ है।”

इस प्रकार के उदाहरण उन लोगों से आते हैं जिन्होंने रो कर सहायता मांगी। जब उन्होंने अत्याचार और उत्पीड़न सहा। लेकिन परमेश्वर ने उस समय उस अत्याचार को नहीं रोका। एक व्यक्ति के सार्क ने यह निष्कर्ष निकाला कि यीशु को अत्याचार पसन्द है। यीशु को उसने अपनी याद में बुलाया और उससे पूछा कि क्या उसका सार्क ठीक है। उसने देखा कि यीशु उसके लिये रो रहा था और उसे तसल्ली दे रहा था। एक औरत के सार्क ने यह निष्कर्ष निकाला कि यीशु उसकी सहायता करने के लिये बहुत ही कमजोर है। उसने उसे कहते हुये सुना कि “एक दिन आप इसे समझ पायेंगे।” और इस बात ने उसे शान्ति दी। एक लड़की ऐसा विश्वास करती

थी कि वह इतनी बुरी है कि उसे परमेश्वर बचा नहीं सकता है। उसने पाया कि उसे अन्धकार से उठा लिया है और वह श्वेत वस्त्र पहने हुए हैं। हर एक व्यक्ति जो अपने दिल में सच्चाई को ढूढ़ता है उन्हें एक साधारण सा उत्तर मिलता है जो उन्हें तसल्ली देता है और वे जानते हैं कि उनका उत्तर सत्य है। उन्होंने परमेश्वर को देखा और सुना है। उन्हें और किसी चीज की जरूरत नहीं है।

सार्क के तर्कों के झूठ को हमें इतनी जोर से उखाड़ देना चाहिये जितना हम एक जंगली घास को उखाड़ देते हैं। इसका भी उत्तर सत्य जानने में है। हम परमेश्वर के पास हमारे सार्क को ले आते हैं और हमारे हृदय में पूछते हैं कि क्या यह सत्य है। परमेश्वर का उत्तर हमारे हृदय को स्वतन्त्र कर देता है।

मेरिबेथ अपने स्कूल के दिनों में सबसे ऊपर की सीढ़ी में जाकर अकेल रोती थी। वह केवल पाँच वर्ष की थी तभी उसे सभी सुख सुविधाओं से दूर इस बोर्डिंग स्कूल में भेजा गया था। मेरिबेथ हर दिन जब ऐसा ही करती थी तब उसने देखा कि एक नई छोटी लड़की जो आई थी वह उसी स्थान पर जा कर रो रही है। क्योंकि उसके जगह रोने के लिये कोई ओर आ गया था इसलिये वह उसके पास बैठ गई और उसे तसल्ली देने लगी फिर वह कभी नहीं रोई। उसके अधिकारियों ने सोचा क्योंकि मेरीबेथ अब कोई जरूरत नहीं प्रदर्शित करती है। इसलिये अब वह परिपक्व है। इस बात ने उसके मन में एक सांस्कृतिक झूठ डाल दिया कि कोई जरूरत महसूस नहीं करना ही परिपक्वता होती है।

उसके निराशा की भावना में से उसके सार्क ने उसे एक और झूठा सच इस प्रकार कहा कि दूसरे लोगों का मूल्य है। उसके अनुभव ने उसे यह विश्वास दिलाया कि यदि यीशु उस सीढ़ी पर लड़कियों से मिलने आयेगा तो वह दूसरी लड़कियों को तसल्ली देगा लेकिन मेरीबेथ को अनदेखा कर देगा। इस झूठे ज्ञान के दर्द ने उसके व्यस्क जीवन में भी दखल-अन्दाजी करना शुरु कर दिया। जिससे अपनी जरूरतों को व्यक्त कर पाना और अपने हृदय को जानने की उसकी क्षमता कम होती गई।

सालों बाद एक काउन्सलर के रूप में मेरीबेथ अपने हृदय को खोजने लगी। वह अपने मरीज को सेशनो के बाद भी तसल्ली देना चाहती थी जिनकी समस्या सिर्फ सेशनो के दौरान खत्म नहीं हो जाती थी। जब वह मरीजों के साथ ऑफिस के बाद भी उनके वास्तविक जीवन में सम्पर्क बनाती थी तो उसके साथ के बाकि सहकर्मी जिनके साथ वह काम करती थी उसे यह सलाह देते थे कि मरीजों के साथ इतना व्यक्तिगत सम्बन्ध बनाना व्यवसायिक नहीं है- यह एक बुरी बात है। उनकी स्टाफ मितिगं दो भागों में बँट गई थी। स्टाफ बहुत निश्चित थे कि वे जो कह रहे थे वही सही है। लेकिन मेरीबेथ यह समझाने में अक्षम महसूस कर रही थी कि उसका दिल क्यों एक अलग बात कह रहा है। स्टाफ चाहते थे कि वह उनके साथ इस भय बन्धन में बन्धे कि बाद में लोग उस पर मुकद्दमा चला सकते हैं। लेकिन मेरीबेथ का हृदय कष्ट उठा रहे लोगों के लिये प्रेम बन्धन चाहता था। हालांकि वह अपने सार्क से युद्ध कर रही थी कि दूसरे लोगों की जरूरत पहले पूरी होनी चाहिये जबकि उसकी जरूरतों को तो अनदेखा किया जाना चाहिये। ये तो यीशु ही था जो उसके दिल में सत्य कह रहा था सांस्कृतिक झूठ के विरुद्ध में और सार्क के झूठ के विषय है। अपने हृदय में ही वह समझ पाई कि परमेश्वर उन सब से प्यार करता है। मेरीबेथ से, उसके मरीजों से और उसके सहकर्मी से भी।

कब आप अपने हृदय को पहचानेंगे

1. जब आप का हृदय स्वस्थ और जीवित होगा।
2. जब आप अपने पूरे प्यार और पूरी शक्ति से अपने हृदय को परमेश्वर की ओर मोड़ोगे।
3. जब आप अपने दर्द को यह बताने देंगे कि आप के लिये सबसे महत्वपूर्ण क्या है और यह सुनेंगे जो परमेश्वर आपकी चोट के बारे में कहेंगे।
4. जब आप अपने महत्वपूर्ण रिश्तों में जीवन देने और लेने की स्थिति में होंगे।

5. जब आप अपने वास्तविक रूप में जियेंगे।
6. जब आप अपने सार्क का विरोध करेंगे।
7. जब वे लोग जो अपने हृदय को जानते हैं। आपको बताते हैं कि वे आप में क्या देखते हैं।

अपने हृदय से जीना

अपने हृदय से जीने का अर्थ है। आप वह व्यक्ति बन जाएं जिसके लिये आपको सृजा गया है। हर परिस्थिति में अपने वास्तविक रूप में जीना। पहले तो यह काल्पनिक सा लगता है। आइये हम आपको अपने ही जीवन से एक उदारहण दें।

रिक कोपेक और उसकी पत्नि और दो प्यारे बच्चे बहुत ही सुसभ्य और प्यारे थे। उनका अपना मन पसन्दीदा व्यवसाय था और एक अच्छा वैवाहिक जीवन और अच्छे मित्र भी। ऐसा लग रहा था कि उनके जीवन में सब सही चल रहा है। लोग उनसे कहा करते थे कि परमेश्वर उन्हें जरूर आशिष देगा क्योंकि उनके जीवन में सब सही है।

तभी परमेश्वर ने उनके लिये एक सही काम किया। कुछ टूटे लोगों को अपने घर में लाना उसे जीवन में कुछ हलचल का कारण बन गया। रिक जिसका एक पिता का हृदय था उसने इन टूटे लोगों को दत्त लेने के परमेश्वर की बुलाहट को महसूस कर रहा था। और वह उन्हें अपने प्यारे से छोटे से परिवार में ले आया। वह उन्हें परिवार के खास अवसरों में बुलाने लगा। उनके लिये जन्मदिन की पार्टियां मनाने लगा। उसका व्यवहार किसी भी नियमों के अनुसार नहीं था जिन्हें वह जानता था। वह वही कर रहा था जो उसका हृदय उससे कह रहा था। इससे उसके विवाह में कठिनाईयां और तकलीफ आने लगी और उन पर इस बात का दबाव बन रहा था कि वे अपने जख्मों को ठीक से पहचाने। इन टूटे बच्चों के लिये तकलीफ उठाना और कठिनाईयों से गुजरने की बात ने रिक के हृदय की दया भावना के गुण को प्रकट किया। दया और ईमानदारी से भरे एक व्यक्ति जो अपने सब बच्चों के लिये लड़ने के लिए भी

तैयार था। यह बात रिक के जीवन में आनन्द ले आया और उसके हृदय के गुण को भी दूसरों पर प्रकट किया। जैसे उनका परिवार अपने दर्द के तूफान से बाहर निकला उन्होंने पाया कि न केवल परमेश्वर इन टूटे लोगों को छोड़ा रहा था जिन्हें उन्होंने दत्त लिया था लेकिन वह उन्हें भी छोड़ा रहा था। परमेश्वर के बच्चों ने परमेश्वर के दिल की एक बड़ी तस्वीर को पा लिया था और उसने परिवार की परिभाषा को उनके लिये बड़ा दिया था।

अपने हृदय से जीने का अर्थ यह नहीं है कि आप सारे नियमों को उतार फेंके और केवल अपनी भावनाओं से जिएं। हमारा हृदय हमारी भावनाओं से भी गहरा है। यीशु ने जो दिल हमें दिया है। वह हमारे पास सबसे मजबूत चीज है। अक्सर हमारी भावनायें हमें व्याकुल कर देती हैं। जब हमारा जीव वह सब नहीं सह पाता है जो हमारा हृदय जानता है। लेकिन जैसे-जैसे हमारे आनन्द की ताकत बढ़ती चली जाती है। हम हमारे हृदय से जीना सीखते हैं।

जब हम उस दिल से जो यीशु ने हमें दिया है। उसकी आँखों से परमेश्वर के चेहरे को देखते हैं जो वह अपने मुख को हम पर आनन्द से चमकाता है। परमेश्वर “हमारे साथ होने में खुश” है। इससे कोई फर्क नहीं पड़ता कि हमारी परिस्थिति कैसी है। चाहे हम शर्मिन्दगी में, गुस्से में, डर में, लज्जा, निन्दा या हताशा और निराशा में ही क्यों न हो। और हम इसी कारण उससे प्यार करते हैं। और वह हमें सिखाता है कि हम दूसरों के साथ भी अपने वास्तविक रूप में कैसे रहे ताकि हम एक-दूसरे को आनन्द में लौटा सके और प्रेम-बन्धन बना सके और एक-दूसरे को तसल्ली दे सके जो तसल्ली हमने पाई है।

आप कहां है, इस पर एक नजर डाले

1. **परिपक्वता:** क्या आप अपनी योग्यता की ऊंचाई पर पहुंच पाये हैं। परिपक्वता सूचक सारणी को देखें ओर निश्चित करें कि आप परिपक्वता के किस स्तर पर हैं।

परिपक्वता के कौन से कार्य आप कर चुके हैं?

अन्तिम कोष्ठक में देखें की आप कौन से काम करने में विफल हो गये हैं।

उन कमियों को पूरा करने के लिये आपको क्या करने की जरूरत है।

आप अपने परिपक्वता के स्तर से कितने संतुष्ट हैं

1. कम 2. औसत से कम 3. औसत 4. औसत से अधिक 5. अधिक

2. **बहाली:** क्या आप अपने जीवन में दर्द अनुभव करते हैं और आप बढ़ रहे हैं।

किस प्रकार के पहले और दूसरे सदमे आपने सहे हैं?

क्या झूठ आपकी बहाली को रोक रहे हैं?

आप अपने बहाली के स्तर से कितने संतुष्ट हैं।

1. कम 2. औसत से कम 3. औसत 4. औसत से अधिक 5. अधिक

3. **अपनापन:** आपके रिश्ते आनन्द से या भय से प्रेरित हैं।

क्या आपके रिश्ते में देना और लेना दोनों शामिल हैं?

क्या आपका ऐसा परिवार है जो आपको जानता है और आपका साथ देता है?

क्या आपका बड़ा परिवार है जैसे कि समाज जहाँ जरूरत पड़ने पर आपको बुजुर्ग के स्तर की बुद्धि प्राप्त होती है?

आप अपनेपन की भावना के स्तर से कितने संतृप्त हैं?

1. कम
2. औसत से कम
3. औसत
4. औसत से अधिक
5. अधिक

4. **आपका हृदय:** क्या आप सार्क के साथ होने वाले युद्ध को जीत पाते हैं?

क्या आप पहचान सकते हैं। जब आपको आपका सार्क अपनी ओर खींचता है?

क्या आपके पास ऐसे हथियार हैं जो कि आपके सार्क के ऊपर प्रभावशाली रहेगा?

क्या आपके लिये परमेश्वर के मार्ग-दर्शन को खोजना महत्वपूर्ण है?

आप अपने हृदय से जीने सफलता से कितने संतृप्त है?

जीवन आदर्श के अनुसार जीना

हम कुछ खो देंगे यदि हम आपको जीवन आदर्श कि कुछ जानकारियां ही दे और जीवन आदर्श की पूरी तस्वीर आपको न दिखाए तो, जैसे हर व्यक्ति की अपनी एक खास परमेश्वर के हृदय की विशेषता होती है तो उसी प्रकार हर कलीसिया की भी, जब एक कलीसिया परमेश्वर द्वारा दिये गये हृदय को पहचान जाती है तो उसकी सेवकाई बढ़ती है और फलवन्त हो जाती है और यह बहुत ही व्यक्तिगत हो जाती है। अच्छी बात यह है कि अपकी कलीसिया को भले ही कोई भी व्यक्तित्व क्यों न मिला हो। हम विश्वास करते हैं कि जीवन आदर्श आपके कलीसिया के आत्मिक स्वास्थ्य के मूल-तत्व रहेंगे। यहाँ पर कलीसिया की विश्व-स्तरीय तस्वीर है जो हम विश्वास करते हैं। जब इसके सदस्य जीवन आदर्श के अनुसार जियेंगे।

जीवन आदर्श के अनुसार एक कलीसिया कैसी देखेगी

इस कलीसिया को परमेश्वर के छुटकारे के काम में पवित्रात्मा के द्वारा अगुवाई किया गया है। इसके सदस्य उद्धार के लिये, शैतान से छुटकारे के लिये, और परमेश्वर के परिवार में दत्त लेने के लिये परमेश्वर की ओर देखते थे और साथ ही वे परमेश्वर को अपने पूरे दिल, दिमाग और जीव से खोजते हैं। वह बाइबल की इस आज्ञा को कि कलीसिया के हर सदस्य को परिपक्वता में बढ़ना है बहुत ही गम्भीरता से लेते हैं और यही बात उनके समाज के

ढांचा में दिखाई देती है। लेकिन परिपक्वता की समझ और उसे प्राप्त करने का समर्पण कुछ ऐसे महत्वपूर्ण मुद्दे हैं। जिसकी हम कलीसिया में कमी देखते हैं। यह कार्य समाज में परिपक्वता की भूमिका पर नजर डालेगा यह भूले बिना कि यह तो कलीसिया का एक ही पहलू है।

जीवन आदर्श कलीसिया के सभी अगुवों को कम से कम व्यस्क स्तर की परिपक्वता में पहुँचना बहुत जरूरी है। वे जानते हैं कि उनका व्यवहार चाहे वह सार्वजनिक या निजी हो वह इतिहास रचेगा। अगुवे अपनी आदर, व्यक्तिगत लाभ, या अन्य लोगों के विचारों पर केन्द्रित नहीं होगा। लेकिन वह तो वही करेगा जो पूरे समाज के लिये उत्तम हो और वह सत्य को सम्बोधित करेगा। उस समय भी जब भी वह बहुत ही कठिन हो। एक अगुवा यह समझता है कि लोगों के परिपक्वता स्तर भिन्न-भिन्न है। और यह भी की कई बार एक व्यक्ति की जैविक उम्र उसकी परिपक्वता की उम्र से मेल नहीं खाती है। अगुवे न केवल अपने और दूसरों की परिपक्वता को पहचान पाते हैं। लेकिन वे ये भी जानते हैं कि परिपक्व होने के लिये कौन-कौन से कार्य करने होंगे। वे उसे खुद भी करेंगे और दूसरों को प्रशिक्षित भी करेंगे। वे इस जानकारी का बुद्धि से इस्तेमाल करेंगे ताकि सबको परिपक्व होने में मदद मिल सके।

अगुवे यह जानते हैं कि दो प्रकार के सदमे- आवश्यक प्यार और देखभाल की कमी पहले प्रकार का सदमा और बुरी बातें जो कभी नहीं होनी चाहिये थी दूसरे प्रकार का सदमा दोनों परिपक्वता की सामान्य प्रक्रिया को रोक देती है। और सदमे विच्छेदन उत्पन्न करते हैं। वे जानते हैं कि पाप और घमण्ड जिस पर नियन्त्रण नहीं रखा गया वह भी परिपक्वता में बड़ी बाधा उत्पन्न करते हैं। इसलिये वे ऐसे समाज का निर्माण करते हैं। जहाँ पर व्यक्ति ईमानदारी से अपने दर्द और परेशानियों को मान सके और अपनी चंगाई और उन्नति के लिये मार्ग-दर्शन और सहयोग प्राप्त कर सके।

समाज को इस बात का ध्यान रखना चाहिये कि वह किसे अगुवे के रूप में चुन रहा है। वे अपने सभी सदस्यों के परिपक्वता

के लिये प्रयत्न और प्रार्थना करते हैं। वे जानते हैं कि जो बड़े दिखते हैं कोई जरूरी नहीं कि उन्हें छोटे बच्चे की परिपक्वता को पार किया होगा। एक पास्टर को इसलिये हटा दिया जाता है क्योंकि उसकी परिपक्वता बच्चे की स्तर की है। उसने ठीक से अपना ध्यान रखना नहीं सीखा है। इसलिये वे दूसरे व्यस्कों का ध्यान रखने में संघर्ष अनुभव करता है। वह दो भागों में बंटा हुआ है। उसका एक भाग नहीं चाहता है कि परमेश्वर उसकी अगुवाई करें। उसे एक बुजुर्ग की देखभाल के नीचे रखा गया है। ताकि वह अपने दोनों वरदानों को भी इस्तेमाल करता रहे। दूसरों से जो प्रशिक्षित है और आत्मा से चलाये जाते हैं। उनसे उनके लिये प्रार्थना करने और सेवकाई करने के लिये कहा गया है ताकि वे उसके विच्छेदनों को एक साथ जोड़ सकें।

क्योंकि यह समाज विश्वास करता है कि वास्तव में परमेश्वर सभी बातों को लेकर भलाई उत्पन्न कर सकता है। यह समाज प्रार्थना करता है और वह उसके सभी व्यक्ति के छुटकारे को प्रोत्साहित करता है। वह चाहता है कि उनके सभी घाव या पाप- अतीत के या वर्तमान के या कई पीढ़ियों से चली आ रही है, उनसे वे छूट सकें। वे बुराई से छुटकारे के लिये जरूर प्रार्थना करते हैं ताकि उस व्यक्ति के जीवन के और चारों तरफ के अत्याचार थम जाये। वे प्रार्थना करते हैं और चंगाई को प्रोत्साहित करते हैं कि प्रत्येक व्यक्ति के जीवन देने और पाने की क्षमता बढ़ सके ताकि उनका कोई भी हिस्सा परमेश्वर से अलग और कटा हुआ न हो। वे प्रार्थना करते हैं और आत्मिक गोद लेने में भाग लेते हैं ताकि नये विश्वासी और पुराने संत और जख्मी लोग और मजबूत परिवार सब ही परमेश्वर के आत्मिक परिवार में जुड़ सकें ताकि वे सब परिपक्व हो सकें और फलवन्त हो सकें।

यह समाज आनन्द की योग्यता को समझता है कि यह मनुष्य की वृद्धि के लिये अत्यावश्यक मूलभूत तत्व है। जिनके अन्दर इसकी योग्यता है वे समझते हैं कि दूसरों में आनन्द का निर्माण करना कितना महत्वपूर्ण है और दूसरों को यह सिखाते हैं कि हर

कठिन अनुभव और भावनाओं से किस प्रकार आनन्द में लौटा जा सकता है।

अगुवे यह जानते हैं कि विवाह की चुनौतियों को केवल वह ही सम्भाल सकता है जो खुद को और साथ ही दूसरे की भी देखभाल एक साथ कर सकते हैं- ऐसा कोई जिसे कम से कम व्यस्क की परिपक्वता के स्तर पर होना चाहिये। जो नवजात शिशु या छोटे बच्चे की परिपक्वता में है वे विवाह को बहुत ही बुरी तरह से ही निभा पायेंगे और माता-पिता के रूप में तो वह और भी बुरा करेंगे। परिपक्वता के पाँच स्तर को पूरी तरह से समझने और उसके अत्यावश्यक कामों को जानने के कारण अगुवे अनावश्यक क्लेशों को ठोस रूप से टालने के लिये विवाह से पहले की काउन्सलिंग की जरूरत को पहचानते हैं। साथ ही वे वैवाहिक जीवन के तूफान में फंसे लोगो का भी मार्ग-दर्शन करते हैं और बढ़ने में उनकी सहायता करते हैं।

यह समाज माता-पिता को अपने बच्चों को अपने हृदय में संजोने के लिये प्रोत्साहित करते हैं। नवजात बच्चे, छोटे बच्चे और किशोरावस्था के बच्चों के माता-पिता को अपने बाहर के क्रिया-कलापों को सीमित किया जाता है। यह जानते हुये कि उनका मुख्य काम अपने बच्चों को परिपक्व करना और अपने बच्चों और पत्नी के साथ आनन्द मनाना है। ये माता-पिता जानते हैं कि उन्हें वापिस पाने की आशा के बगैर देना है। वे समझते हैं कि बच्चे कैसे विकसित होते हैं। और परिपक्व होने के लिये उनको किन बातों की आवश्यकता है। और वे परमेश्वर की बुद्धि पर और अन्य परिपक्व माता-पिता की बुद्धि पर निर्भर होते हैं। जिन्होंने अपने बच्चों को बड़ा करके व्यस्क बना दिया है। ताकि वे उनके परवरिश के निर्णयों में और कार्यों में मार्ग-दर्शन दे सके। माता-पिता यह भी समझते हैं कि उन रास्तों में जिस पर उन्हें चलना है, प्रशिक्षित करने के लिये और उन्हें अपने बच्चों के विशिष्टता को जानने के लिये कठिन परिश्रम करना होगा। और अपनी विशिष्टता को खोजने के लिये और परमेश्वर के द्वार दिये गये हृदय में से जीने के लिये उनकी सहायता करना होगा।

समाज आनन्द मनाता है जब बच्चे व्यस्क हो जाते हैं। उनके लिये जो बच्चे की परिपक्वता से व्यस्क की परिपक्वता में पहुँच जाता है। इन व्यक्तियों ने अपने स्रोतों और गुणों को विकसित कर लिया है। वे कठिन काम कर सकते हैं। उन्होंने आवश्यक दर्द उठाना शुरू कर दिया है और उन्होंने यह खोज लिया है कि उन्हें वास्तव में क्या संतुप्त करता है। उन्होंने अपने परिवार के इतिहास का ज्ञान पा लिया है और बड़ी तस्वीर के साथ परमेश्वर के परिवार के भी इतिहास का ज्ञान पा लिया है। और यह भी कि आखिरकार जीवन क्या है। वे जानते हैं व्यस्क के रूप में उनसे क्या अपेक्षाएं हैं और वे चुनौतियों और कठिनाईयों के लिये तैयार है क्योंकि उनके समाज ने उन्हें चलाया है और उनकी सहायता की है।

बच्चे जो इस कलीसिया में बढ़े हुये हैं उन्हें ही सबसे पहले समाज की देखभाल का परिचय दिया गया जब वे केवल चार या पांच साल के थे, जब उन्होंने अपना बचपन पीछे छोड़ दिया। उस समय तक सारे प्रयत्नों को केन्द्र उनके माता-पिता के साथ घनिष्ठ प्रेम-बन्धन स्थापित करना था। उनकी महत्वपूर्ण जरूरतों को तब तक उनके लिये पूरा किया गया जब तक की वह अपनी जरूरतों को पहचान नहीं लेते और वे खुद अपनी जरूरतों को मांग नहीं सकते। चार या पांच साल की उम्र में वे स्व देखभाल के तौर तरीके सीखने के लिये तैयार है। अपने समाज में रह कर और अपने माता-पिता की कड़ी निगरानी है। जैसे की अब्राहम ने इसहाक के दूध छुड़ाने के उपलक्ष्य में एक दवात तैयार की जिसमें उसका समाज उत्सव मना सके और उसके बेटे को स्वीकार कर सकें जो अब खुद की देखभाल करने के लिये तैयार था।

बुजुर्ग दूसरे लोगों की देखभाल को निरक्षण करने के परमेश्वर की अगुवाई को महसूस करते हैं। विशेषकर उन पर जिन के परिवार नहीं है। उसी प्रकार देखभाल करना जैसे उन्होंने अपने बढ़े, और जैविक बच्चों की देखभाल की। अब ये बन्धन आत्मिक परिवार में बढ़ गये हैं। ये बुजुर्ग अपने जीवन के अन्तिम भाग में जिन लोगों को परमेश्वर ने उनके जीवन में दिया है। उनका ख्याल रखते

हैं, सुरक्षा देते हैं, और उन्हें सिखाते हैं। वे उन्हें आनन्द से निहारते हैं जो उनकी देखभाल में देने और पाने की क्षमता में बढ़ते चले जाते हैं। वे यह समझते हैं कि प्रत्येक को विशेषकर अगुवों को भी ऊपरी स्रोत की जरूरत है जो उन्हें मार्ग-दर्शन, और समझ प्रदान कर सके साथ ही प्यार और देखभाल भी।

अगुवे जानते हैं कि न केवल कमजोर लोगों को आत्मिक दत्त परिवार की जरूरत है। वचन बताता है कि रूफस की माँ पौलुस के लिये माँ समान थी। रोमि० 16:13 यीशु ने भी क्रूस पर अपनी माँ और उसके प्रिय शिष्य यूहन्ना को मिलाकर एक दत्त के काम को पूरा किया था। कई लोग जो मजबूत दिखते हैं। वे भी आत्मिक दत्त लिये जाने से अत्याधिक लाभावित होते हैं। यह बहुत स्पष्ट है कि जब परमेश्वर कलीसिया में आत्मिक दत्त लिये जाने की योजना बनाता है। तब उसकी आवाज सुनना कलीसिया के सदस्यों के लिये जीवन और मृत्यु का अन्तर, और कलीसिया के लिये जागृति या पतन का कारण हो सकता है। लोग यह समझते हैं। आत्मिक दत्त लेने की परमेश्वर की योजना को मानना दर्द ला सकता है। लेकिन फिर भी बहुत खूबसूरत, परिवर्तन लाने वाला और मसीह की समानता लाने वाला होता है।

जैसे परिपक्वता बढ़ती है। दोष लगाने वाले विचार कम हो जाते हैं और यह समाज के सभी बुजुर्गों पर लागू होता है। उनके पास इतनी बुद्धि होती है कि वे लोगों की जरूरतों को पहचान पाते हैं। और उनकी बढ़ने में मदद करते हैं। उनकी अगुवाई में अनुग्रह, प्यार और बलिदान भरपूर होता है। वे तानाशाही, वरिष्ठता की भावना और दोष लगाने वाले नहीं होते हैं। ये बुजुर्ग जानते हैं कि यीशु के द्वारा दिये गये दिल से जीना क्या होता है। और वे सार्क के नियन्त्रण में जीवन बिताने के खतरों को भी पहचानते हैं। उन्होंने यह भी पहचाना है कि जब वे यीशु के द्वारा दिये गये दिल से जीते हैं। तो परमेश्वर की आवाज और भी स्पष्ट होती चली जाती है। चूँकि इन बुजुर्गों ने यीशु में अपनी अलग पहचान को जान लिया है। इसलिये उनमें ऐसी योग्यता है कि वे दूसरों को भी मदद

कर सकते हैं कि वे अपने दिल की विशेषताओं को ढूँढ सकते हैं, उन्हें पोषित कर सकते हैं और उन्हें स्वतन्त्र कर सकते हैं।

यह सामाजिक तरीका लोगों को जीने के लिये ऐसी परिस्थिति में रखता है। जहाँ हर कोई हमारे प्रभु यीशु के सम्पूर्ण ज्ञान प्राप्त कर सकते हैं और परमेश्वर ने उनको जो व्यक्ति बनाया है। उसकी सामर्थ्य में से जी सकते हैं। इस प्रकार के समाज में ही लोगों को अपनापन महसूस होता है जो कि जीवन भर बना रहता है। इस प्रकार के समाज का एक भाग होना लोगों के आनन्द की पहचान को बढ़ा देता है। जिससे वे अपने जीवन के सदमों का सामना ईमानदारी से कर सकते हैं और इसलिये वे जीवन की बाधाओं पर जीत हासिल कर लेते हैं जो उन्हें परमेश्वर द्वारा दिये गये लक्ष्य तक पहुँचने में बाधक होती है। यह तब होगा जब हर एक उस दिल से जिए जो यीशु ने उन्हें दिया है और यह ही वास्तव में जीने का सबसे संतुष्ट तरीका है।

परमेश्वर के परिवार में जीना

इस पुस्तक की आरम्भ में हमने कहा था कि हम यह पुस्तक कलीसिया के अगुवों को लिखते हैं और उन जख्मी लोगों को भी जो कलीसिया के समुदाय में हैं। पहले पृष्ठ पर ये दो समूह के लोग भले ही दो अलग समूह के रूप में दिखाई दे रहे होंगे जिनकी तुलना भी नहीं कि जा सकती है। लेकिन हमारी आशा यह है कि अब आप देख सकते होंगे कि इन दोनों समूह के लोग अपनी जरूरतों और अपनी योग्यताओं में भी समान हैं।

लोग जो जख्मी हैं और जो अगुवाई करते हैं। दोनों को प्रेम करने वाले परिवारों की जरूरत है: उनका ध्यान रखने वाले लोगों की जो उन्हें परिपक्व होने में मदद करें। सुरक्षित स्थान जहाँ वे ईमानदारी के साथ अपनी उलझनों को बाँट सके और अपने सदमों से चंगाई पा सके। ऐसे रिश्ते जिनमें वे जीवन दे सके और पा सके। यह भी सम्भव है कि कई बार अगुवे भी जख्मी हो सकते हैं और जो जख्मी होते हैं वही परिपक्व अगुवे बनते हैं। उदारहण के लिये एक अगुवा अपने नये या पुराने सदमे या अनसुलझे चोट

से व्याकुल है और उसे चंगा होने के लिये एक स्थान की जरूरत है। जबकि एक चंगाई पाया हुआ व्यक्ति कलीसिया समुदाय के लिये एक बड़ा सहायक बन सकता है। हर अगुवा किसी न किसी बिन्दु पर दूसरों से जीवन पाने की स्थिति में होगा और हर जख्मी व्यक्ति बाद में जीवन देने की स्थिति में होगा। हम सबको परमेश्वर ने पूर्णता का जीवन बिताने के लिये सृजा है और यह तब होता है जब हम जीवन देने और लेने दोनों की स्थिति में होते हैं। इस प्रक्रिया के द्वारा कलीसिया जीवित कलीसिया बन जाती है और हर कोई यह पहचानता है कि वे इस प्रक्रिया के बहुत ही महत्वपूर्ण भाग हैं।

यही कलीसिया की सुन्दरता है। जब वे परमेश्वर के परिवार के रूप में रहते हैं। यह ही मसीही समाज की शक्ति है। जब लोग अपने दिल से जीते हैं। यह ही जीवन आदर्श का उद्देश्य और सामर्थ है।

जीवन आदर्श के लिये बाइबल का समर्थन

परिपक्वता

वे बाइबल पद जहाँ पर परिपक्वता का विषय बहुत ही महत्वपूर्ण है।

भजन 148:12; उत्पति 44:20; लेवि 19: 32; नीति 17:6; नीति 20:29;

योएल 2:28; प्रेरित 2:17; 1 यूहन्ना 2:13-14; लूका 2:52; इफि 4:11-16;

2 पतरस 1: 5-9; 2 पतरस 3:18; 1 कुरि. 13:11

वे पद जहाँ पर अपरिपक्वता को एक समस्या के रूप में देखा गया है।

1 कुरि. 3:2; इब्रा 5:12-13

आत्मिक दत्त लिया जाना

वे अध्याय जहाँ पर आत्मिक परिवार का उदारहण दिया गया है।

1 शमूएल 3:6, 3:16	एली और शमूएल (पिता - पुत्र)
2 शमूएल 1:26	दाउद और योनातान (भाई - भाई)
मरकुस 10:30	भाई, बहन, माता, बच्चे
यून्ना 19:25-27	यूहन्ना और मरियम (मां - पुत्र)
रोमियो 16:13	पौलुस और रूफस की मां (माँ - पुत्र)
1 कुरि. 4:15	(पिता - बच्चे)
1 कुरि 16:12	(भाई-भाई)
1 थिमुथियुस 2:1	(पिता-पुत्र)
1 थिमुथियुस 5:2	(भाई-बहन, मां-पुत्र)
तितुस 1:4	(पिता-पुत्र)
फिलेमोन 1:10	आनिसिमुस और पौलुस (पिता-पुत्र)
1 पतरस 5:13	पतरस और मरकुस (पिता या प्राचीन-पुत्र)