

पाथवेज़

परमेश्वर की बुलाहट को जानने की वर्कबुक



इस पुस्तिका को इस्तेमाल करने की तैयारी

इस पुस्तिका में दिए गए टेम्प्लेट विचार करने और बातचीत को बढ़ावा देने के लिए हैं। यह काम करने का एक मजेदार और ऊर्जा देने वाला तरीका है। इस बुकलेट में दिए गए टेम्प्लेट जैसे कि विजुअल इमेज का इस्तेमाल करके आप सीखने के कई तरीकों को शामिल कर सकते हैं। सिर्फ बात करने या लिखने से कुछ ज्यादा करके, व्यक्ति का हर पहलू शामिल होता है।

लोग इन टेम्प्लेट का इस्तेमाल अलग-अलग तरीकों से करेंगे। कुछ लोग चित्रकारी करेंगे, कुछ लिखेंगे, कुछ रंग भरेंगे या पोस्ट-इट्स का इस्तेमाल करेंगे। कुछ लोग सफाई का ध्यान रखेंगे, तो कुछ इसे स्क्रिबल पैड की तरह इस्तेमाल करेंगे। ये टेम्प्लेट बातचीत और सीखने के लिए एक संकेत हैं। कुछ लोग मौजूदा अनुभव का इस्तेमाल कर सकते हैं (खासकर वे टेम्प्लेट जो अतीत से जुड़े हैं), कुछ लोग पूरक गतिविधियों (जैसे पर्सनैलिटी या टीम स्टाइल प्रश्नावली) से समृद्ध हो सकते हैं, कुछ लोगों को किसी खास सेवकाई के वार्डन द्वारा किसी खास सेवकाई की ओर कदम बढ़ाने, समझाने के लिए इनपुट की ज़रूरत होगी।

हर पृष्ठ से पहले कुछ नोट्स दिए गए हैं, ताकि यह बताया जा सके कि अलग-अलग टेम्प्लेट का इस्तेमाल कैसे किया जा सकता है। वही चित्र दोहराए गए हैं: जीवन एक यात्रा के रूप में, आध्यात्मिक ताजगी या संसाधन के तालाब, उगता सूरज यात्रा की दिशा के रूप में, स्वयं एक कंटेनर के रूप में, स्वयं एक बगीचे के रूप में। इनमें से कई चित्र यीशु के दृष्टांतों और प्रेरित पौलुस की शिक्षाओं में पाए जाते हैं।

यह सामग्री मैडी फोर्ड, निकी मैकगिन्टी और स्टुअर्ट बर्न्स के बीच हुई बातचीत और विचारों से विकसित की गई है। यह सामग्री क्रिस्टीना मर्कले (www.shift.it.coach.com) के काम और डेविड सिबर्ट और द ग्रोव कंसल्टेंसी (www.grove.com) के ग्राफिक सुविधा कौशल पर आधारित है। जहाँ किसी खास स्रोत का इस्तेमाल किया गया है, उन्हें हर पृष्ठ से पहले दिए गए नोट्स में स्वीकार किया गया है। हमने टेम्प्लेट में बिजनेस-स्पीक, या खुले तौर पर दुनियावी “सिखलाई” भाषा का इस्तेमाल करने से बचने की कोशिश की है। हालाँकि, हम जानते हैं कि इनमें सुधार किया जा सकता है, और हम बदलावों या सुधारों के लिए किसी भी सुझाव का स्वागत करेंगे।

यह पुस्तिका का कॉपीराइट © द डायोसीज ऑफ लीसेस्टर का है और अनुमति के बिना इस फॉर्मेट में इसे दोबारा नहीं छापा जा सकता।

चौराहे पर

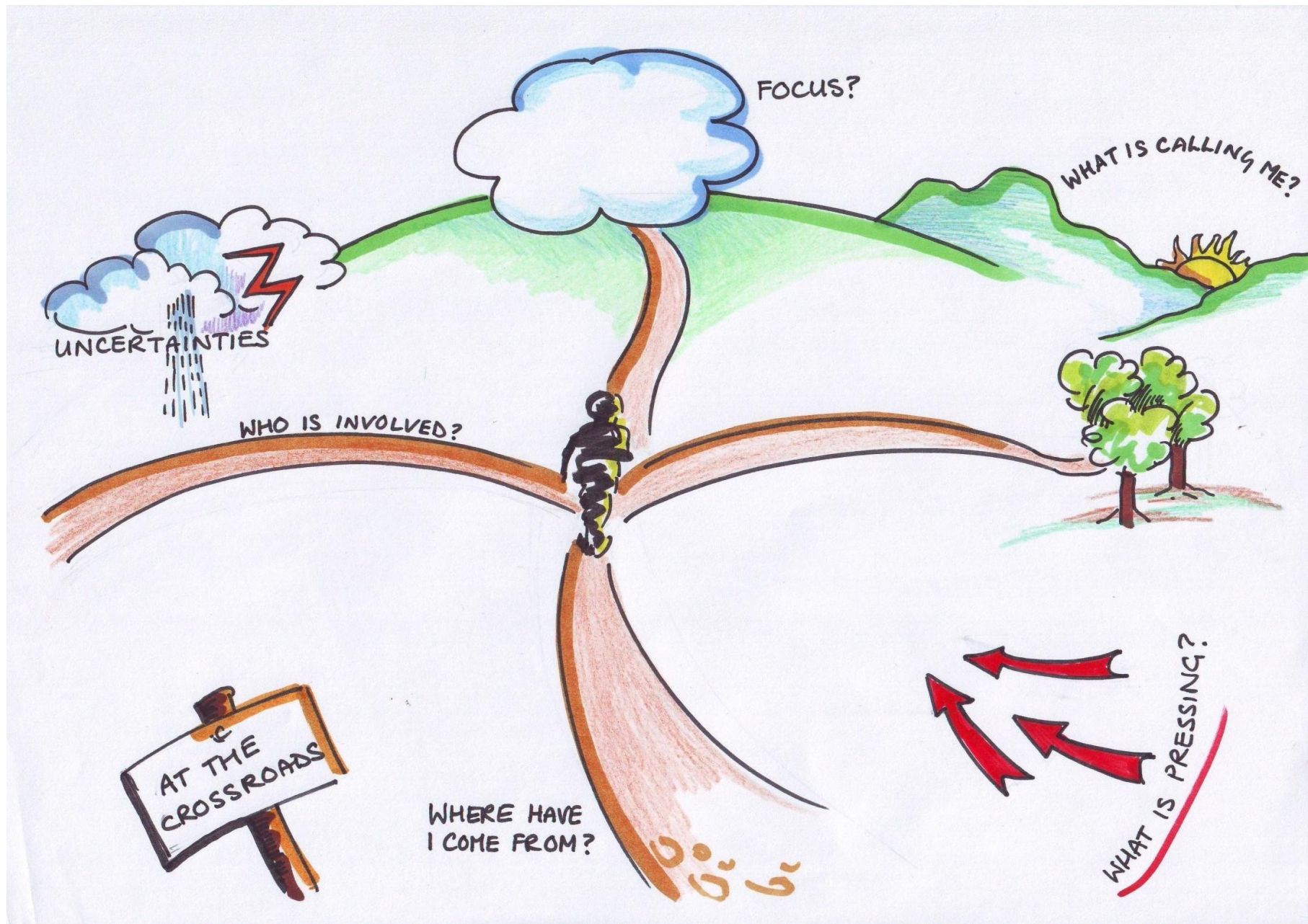
यह एक शुरुआती बिंदु है, इसलिए न केवल बुलाहट और भविष्य की संभावनाओं की सकारात्मक भावना पर, बल्कि उन बातों पर भी विचार करें जो आपको परेशान करती हैं या आपको चिंतित करती हैं।

हो सकता है कि आपको अतीत से शुरू करना आसान लगे, चाहे वह बहुत पहले का हो या हाल ही का। आपको इस बिंदु तक कौन लाया है?

आप किस चीज की ओर आकर्षित हो रहे हैं? क्या यह कोई भावना है, या कोई खास भूमिका? कुछ देर लूप में घूमें और देखें कि क्या सामने आता है।

सोचें कि क्या ज़रूरी है – आपको क्या प्रेरित करता है – और यह सवाल आपके लिए अभी क्यों है?

आप बाइबिल के फैसलों को देख सकते हैं: समुद्र के किनारे चले, रूथ और नाओमी, जक्कई या याकूब.....



जीवन की यात्रा

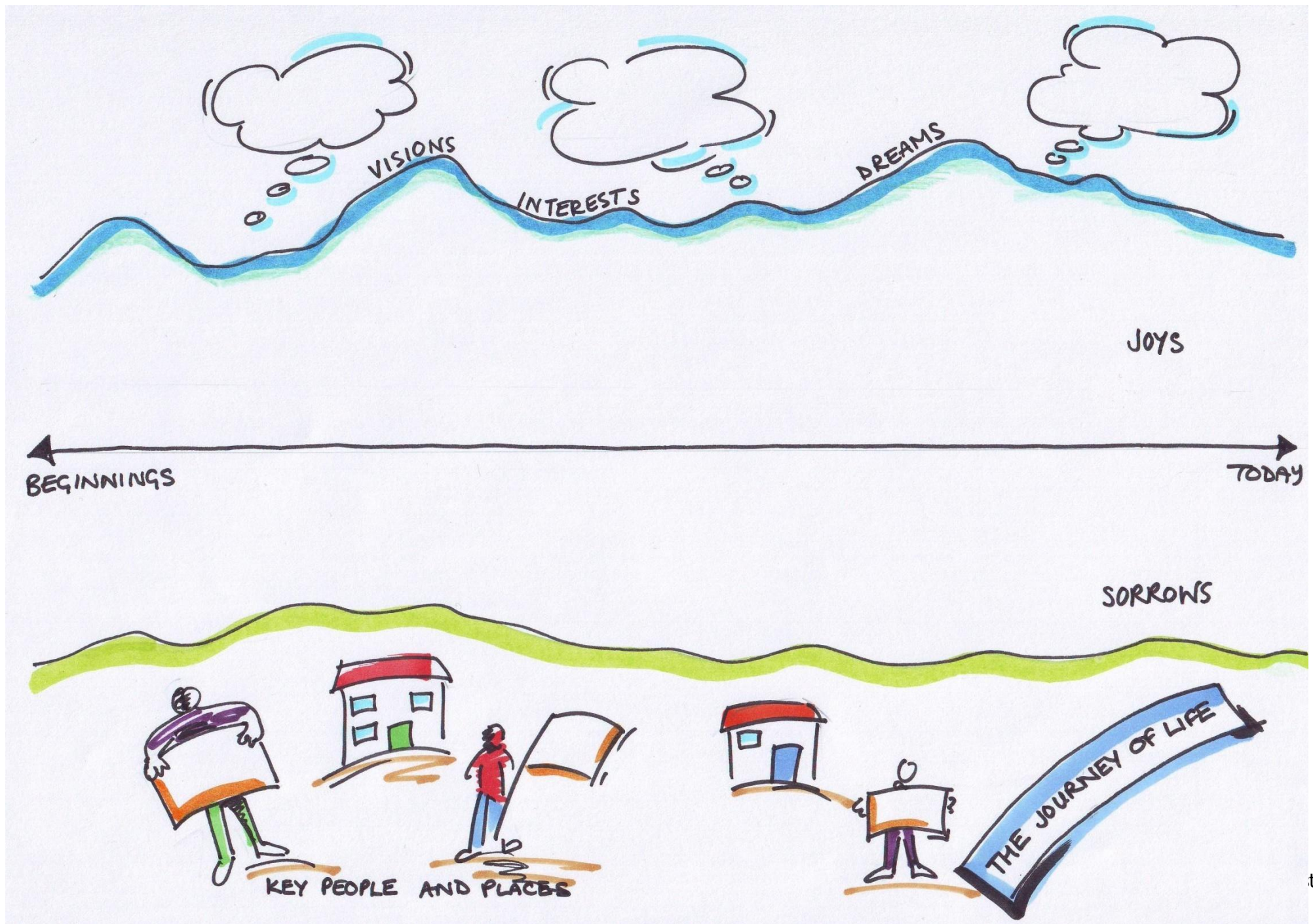
यह अतीत को दर्ज करने का एक तरीका है। आपको एक लाइन खींचने के लिए आमंत्रित किया जाता है जो जीवन की खुशियों और दुखों से होकर ऊपर-नीचे जाती है। आपको दूसरी शीट का इस्तेमाल करने की ज़रूरत पड़ सकती है – अगर आपको ज़रूरत पड़े, तो शीट को पृष्ठ से जोड़ दें। शुरुआत से शुरू करें, एक बिंदु चुनें (बचपन, बालगपन) और प्रमुख घटनाओं को रखते हुए आगे बढ़ें। रास्ते में आपके जो सपने और दर्शन थे, और आपकी कहानी के मुख्य लोगों को पहचानें।

इस शीट पर कुछ समय व्यतीत करें। अपने आप से ईमानदार रहें।

आपको अपने दोस्त या अपने चर्च लीडर के साथ किसी भी मुद्दे पर बात करना उपयोगी लग सकता है।

आप अपनी यात्रा के बारे में सोचते समय प्रेरितों के काम में पौलुस की यात्राओं का विवरण पढ़ सकते हैं।

इस अभ्यास का एक और प्रारूप मार्गरेट सिल्फ (लंदन: डार्टन, लॉन्गमेन एंड टॉड, 1998) की लैंडमार्क्स में पाया जा सकता है।



अब मेरा समय किस चीज़ से भरता है?

यह रोज़ाना की जिंदगी को, जो अभी जैसी है, वैसा ही जाँचने और मूल्यांकन करने का एक मौका है। इसमें सात अध्याय हैं, हफ्ते के हर दिन के लिए एक, जिन्हें भरना है। अलग-अलग रंगों का इस्तेमाल करके, अध्याय समय और ऊर्जा के विजुअल रिप्रेजेंटेशन बन जाते हैं। अलग-अलग रंगों का इस्तेमाल “भूमिकाओं” के लिए जैसे माता-पिता, कर्मचारी, उपासक, दोस्त, गतिविधियां जैसे कि काम, घर के काम, आराम, प्रार्थना या शारीरिक, भावनात्मक और बौद्धिक जीवन के पहलुओं के लिए किया जा सकता है।

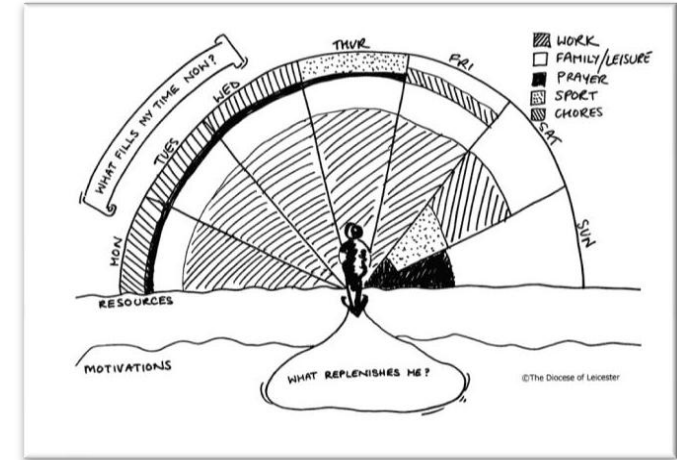
अचानक होने वाली गतिविधियों को न भूलें जैसे वॉलंटियरिंग करना, आराम करना या टी.वी. देखना ।

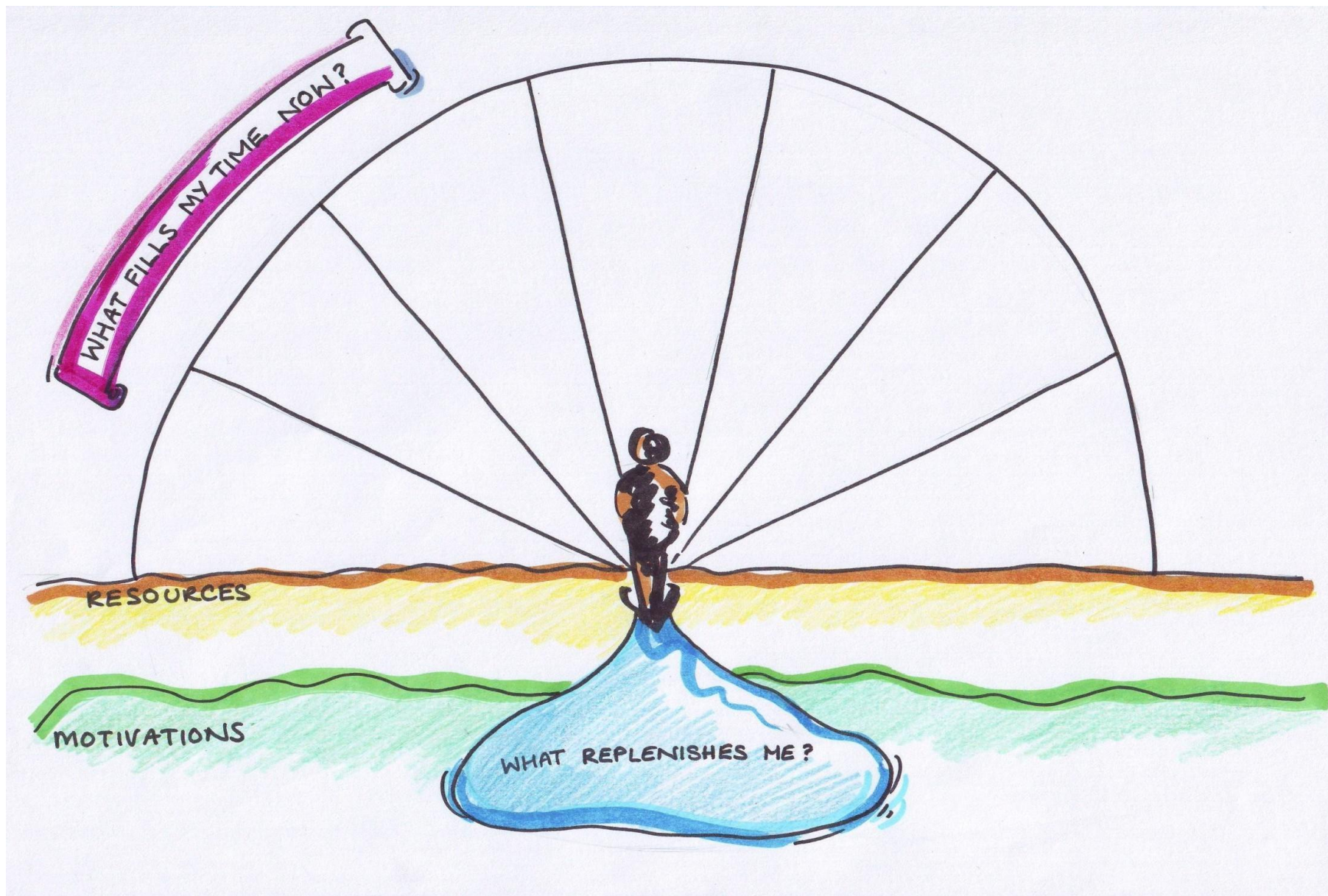
हम अपने समय के बारे में उन विकल्पों में प्रेरित होते हैं जो हम परिवार के प्रति वफादारी, बौद्धिक उत्तेजना, वित्तीय सुरक्षा, कैरियर की प्रगति, एक सुरक्षित घर या अच्छी संपत्ति की इच्छा जैसी चीज़ों से करते हैं।

प्रेरणाओं को बातचीत के जरिए या डायग्नोस्टिक प्रश्नावली का इस्तेमाल करके उदाहरणों से और समझा जा सकता है। अगर आप इसके बारे में और जानना चाहते हैं, तो अपने चर्च लीडर या मिशन और मिनिस्ट्री टीम के किसी सदस्य से बात करें।

यह टेम्प्लेट नई चीज़ों के लिए उपलब्ध जगहों की तलाश करने में या उन चीज़ों की पहचान करने में मददगार हो सकता है, जिन्हें छोड़ना होगा ताकि कुछ और किया जा सके।

जब आप इससे भर जाएं, तो देखें कि कौन सी चीज़ें आपको फिर से भरती हैं (ताज़ा करती हैं या ऊर्जा देती हैं) और कौन सी चीज़ें आपकी ऊर्जा खत्म करती हैं। फिर खुद से पूछें, मेरे समय का यह प्रतिनिधित्व कितना ईमानदार है?





मेरा जीवन

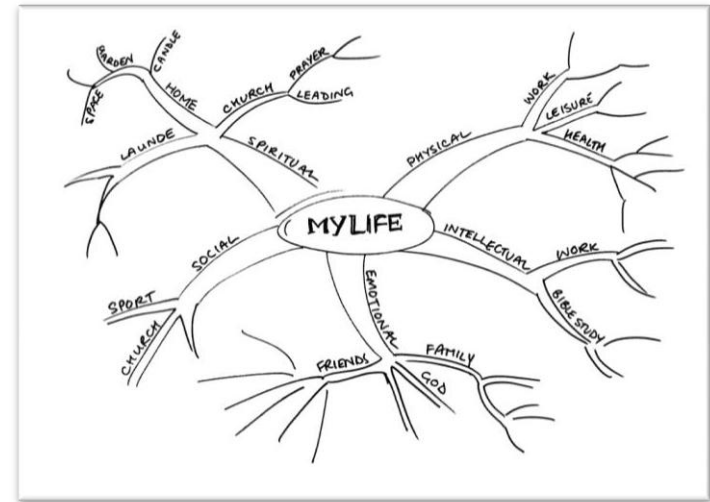
यह टेम्पलेट भूमिकाओं और गतिविधियों को दर्ज करने का एक तरीका है, जो यह देखने में मदद कर सकता है कि जीवन के कुछ पहलू व्यक्ति के लिए कितने महत्वपूर्ण हैं, लेकिन किसी भी अस्वास्थ्यकर असंतुलन को उजागर करने में भी मदद करता है।

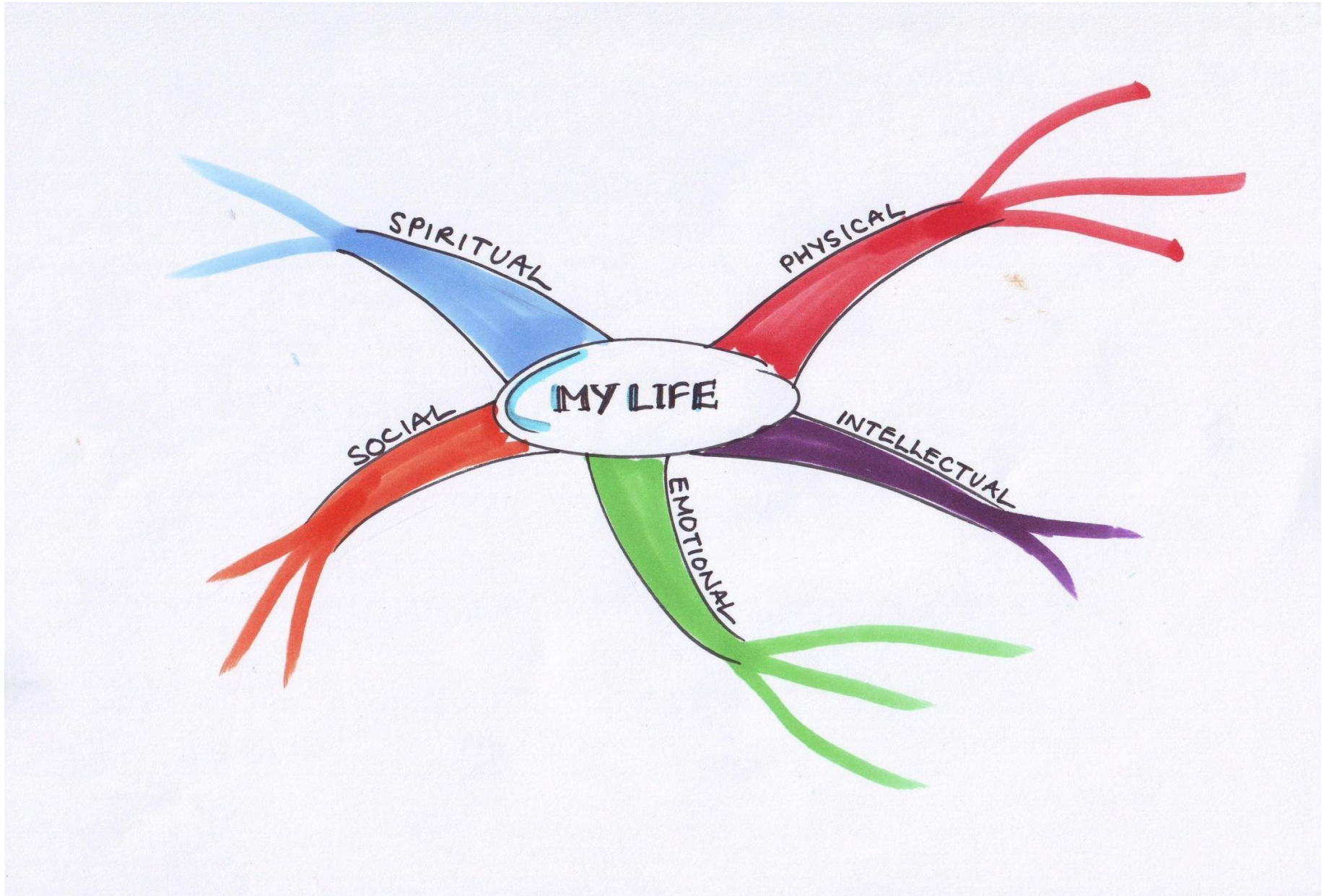
टेम्पलेट की प्रत्येक शाखा (शारीरिक, सामाजिक, बुद्धि, आध्यात्मिक, भावनात्मक) रूप से, अपनी ज़िन्दगी में भूमिकाओं और गतिविधियों को दर्ज करने के लिए और शाखाएँ जोड़ें जैसा कि आप अभी जी रहे हैं। आप प्रत्येक शाखा को अलग-अलग रंग दे सकते हैं।

यह टेम्पलेट टोनी बुजान (www.thinkbuzan.com) द्वारा प्रचारित स्पाइडर डायग्राम तकनीकों को स्टीफन कोवे की फर्स्ट थिंग्स फर्स्ट (लंदन: साइमन एंड शूस्टर, 1994) के विचारों के साथ जोड़ता है। यह सभी जानकारी को लिंक और शाखाओं के साथ एक ही जगह पर लाने की एक अच्छी तकनीक है ताकि आप देख सकें कि चीजें कैसे जुड़ी हुई हैं।

अगर आपने इसे पहले कभी नहीं देखा है तो आप <http://www.thinkbuzan.com/uk/support/mindmapgallery> पर कुछ पूरे किए गए उदाहरण देख सकते हैं।

आप, अपना जीवन कैसा चाहते हैं, इस बारे में सोचने के लिए एक शीट जोड़ना चाह सकते हैं।





क्या फल दे रहा है?

यह एक सीधा एस.डब्ल्यू.ओ.टी. विश्लेषण है— और यह निम्नलिखित के बारे में बातचीत और चिंतन करने में मदद करता है:

एस ताकतें (प्रतिभाएँ, उपहार, बरकतें)

डब्ल्यू कमजोरियाँ (जिन कौशलों की कमी है, या जो गुण कमज़ोर हैं)

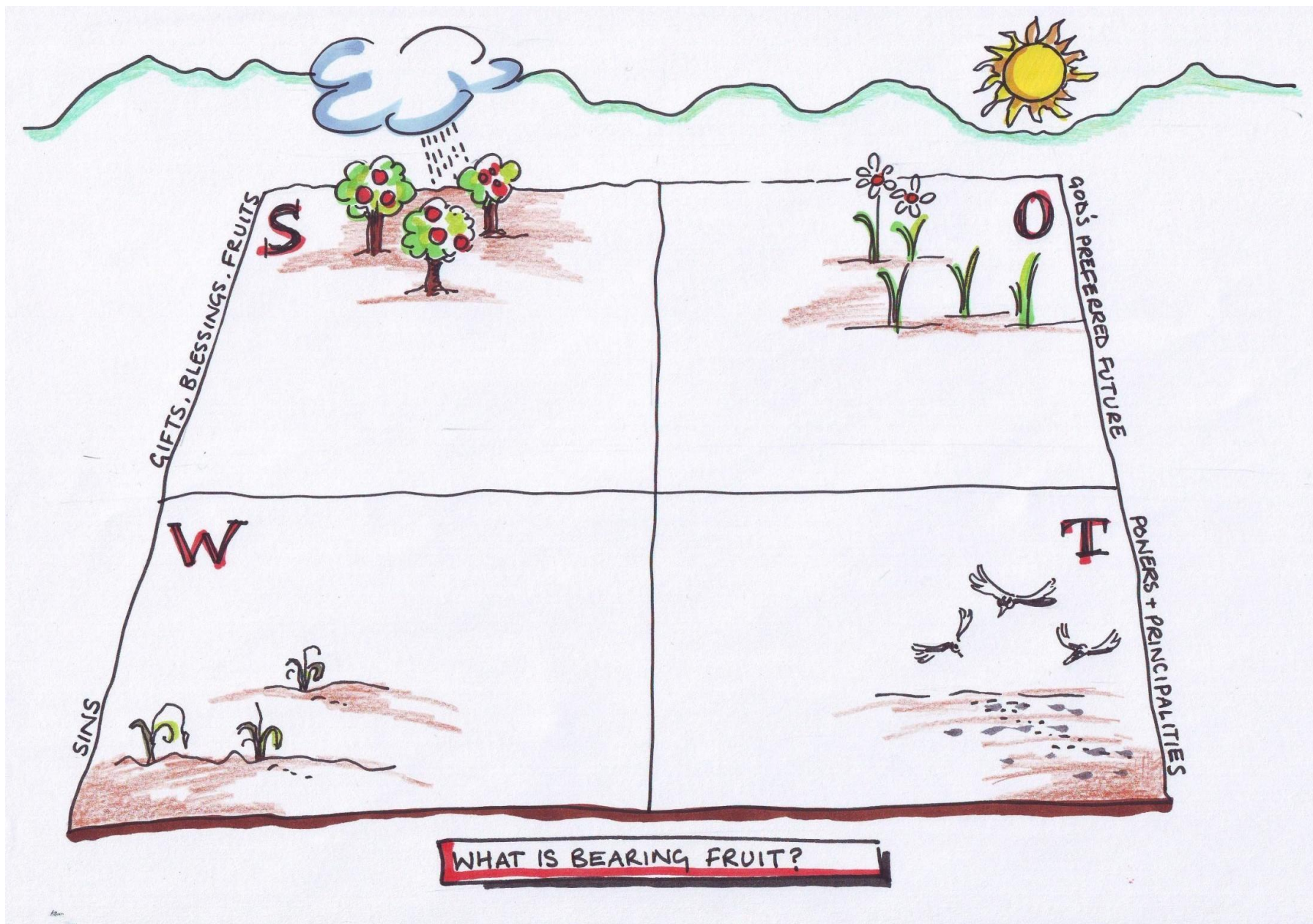
ओ अवसर (रुचियाँ, स्थानीय ज़रूरतें, जीवन की परिस्थितियों में बदलाव)

टी खतरे (भावनात्मक, संबंधात्मक, वास्तविक)

एस और डब्ल्यू मेरे वर्तमान और आंतरिक अनुभवों पर ध्यान केंद्रित करते हैं ओ और टी मेरे बाहरी और भविष्य के संदर्भ पर ध्यान केंद्रित करते हैं।

बोने वाले के दृष्टांत की छवि इस टेम्प्लेट में दिखाई देती है, जो हमें याद दिलाती है कि चाहे हम बगीचा लगाते हैं और उसकी देखभाल करते हैं, परमेश्वर सूरज और बारिश भेजते हैं जिससे पौधे बढ़ते हैं।

बाइबिल संबंधी चिंतन के लिए आप दृष्टांत या पौलुस का कुरिंथियों को पहला पत्र पढ़ सकते हैं।



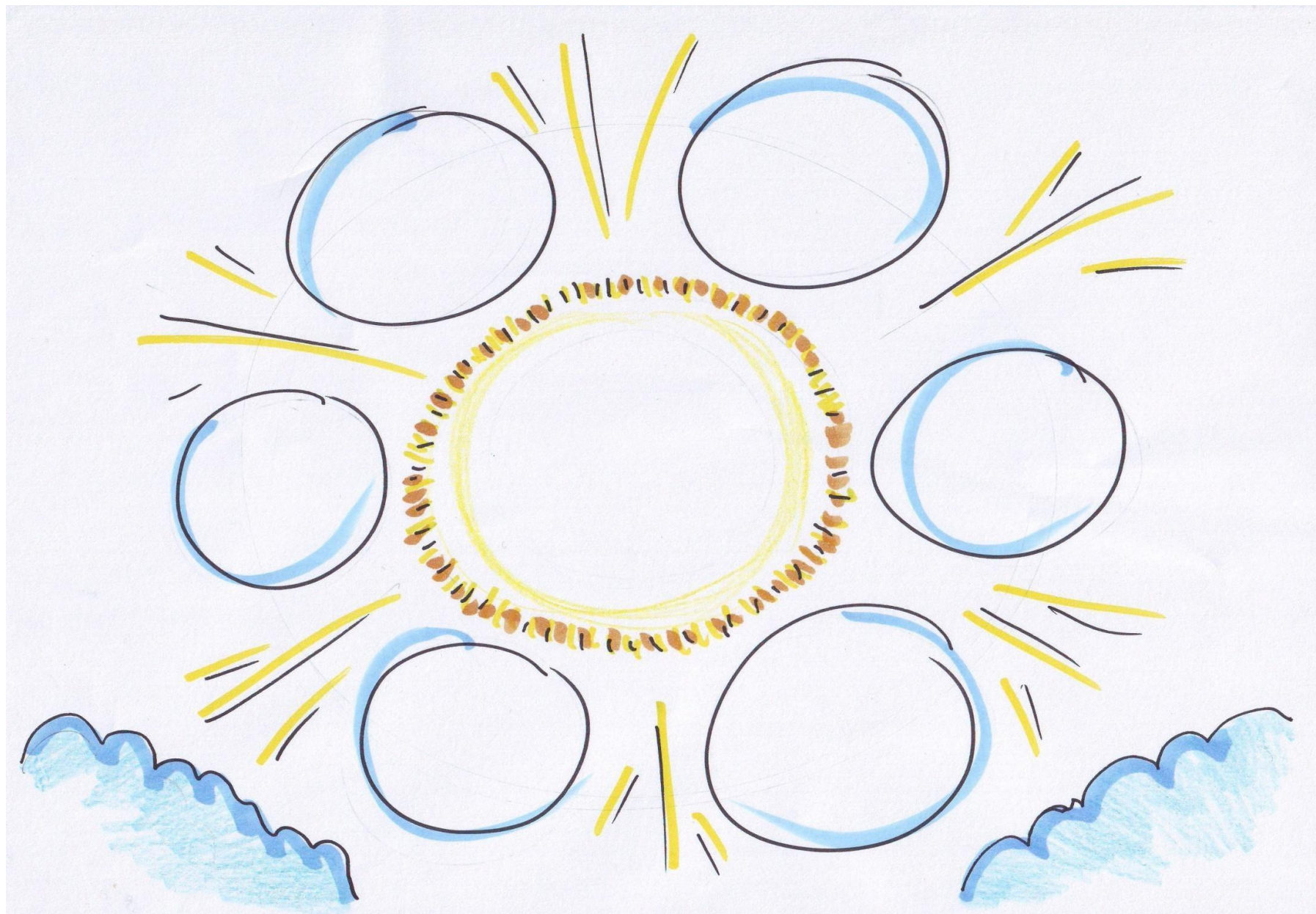
विकल्प

यह टेम्प्लेट आपको अपने लिए खुले अवसरों को नाम देने में मदद करता है। यहाँ एक सूची दी गई है, जिसके बारे में आप सोच सकते हैं:

पूरे समय के लिए माता-पिता या देखभाल करने वाला, आम पाठक, अंतर्राष्ट्रीय या स्थानीय स्वयंसेवक, पासबान सहायक, नियुक्त सेवक, धार्मिक या स्वयंसेवी समुदाय का सदस्य (जैसे L'Arche, या एक नया मठवासी समूह), युवा या बच्चों का कार्यकर्ता, अस्पताल, धर्मशाला, जेल या विश्वविद्यालय में पासबान, चर्च वार्डन.....

अपने विकल्पों के बारे में सोचने और यह देखने के लिए कुछ समय लें कि आपको क्या आकर्षित करता है। विचार करें कि आपको आगे क्या करने की आवश्यकता है और आप आगे का रास्ता कैसे तय करेंगे।

इफिसियों को लिखा पौलुस का पत्र पढ़ें, या 1 कुरिंथियों 12 में दिए गए उपहारों और व्यवसायों की सूची देखें।



एक्शन स्टेप्स

यह टेम्प्लेट आपको यह सोचने में मदद करता है कि अपने विकल्पों की सूची में आगे बढ़ने के लिए आपको क्या करने की आवश्यकता है। यह एक यात्रा योजना है जो बाधाओं और मील के पत्थर के बारे में बातचीत करने की अनुमति देती है।

व्यवसाय की यात्रा कभी भी सीधी नहीं होती, बल्कि हमेशा घुमावदार होती है और इस टेम्प्लेट में लक्ष्य या उद्देश्य जानबूझकर अस्पष्ट रखा गया है। आगे देखें और उन कदमों की पहचान करें जो आपको अपनी बुलाहट या व्यवसाय से जुड़ने के लिए उठाने होंगे। किसी भी कदम या चरणों के बीच किन बाधाओं को दूर करना होगा। घटनाओं के क्रम को तय करते समय आपको स्टिकी नोट्स का उपयोग करना मददगार लग सकता है, और इसमें समय लग सकता है, चीजें स्पष्ट होने से पहले उन्हें इधर-उधर करना पड़ सकता है।

क्रम में काम करें,

क बड़े कदम –1,2,3,4,5

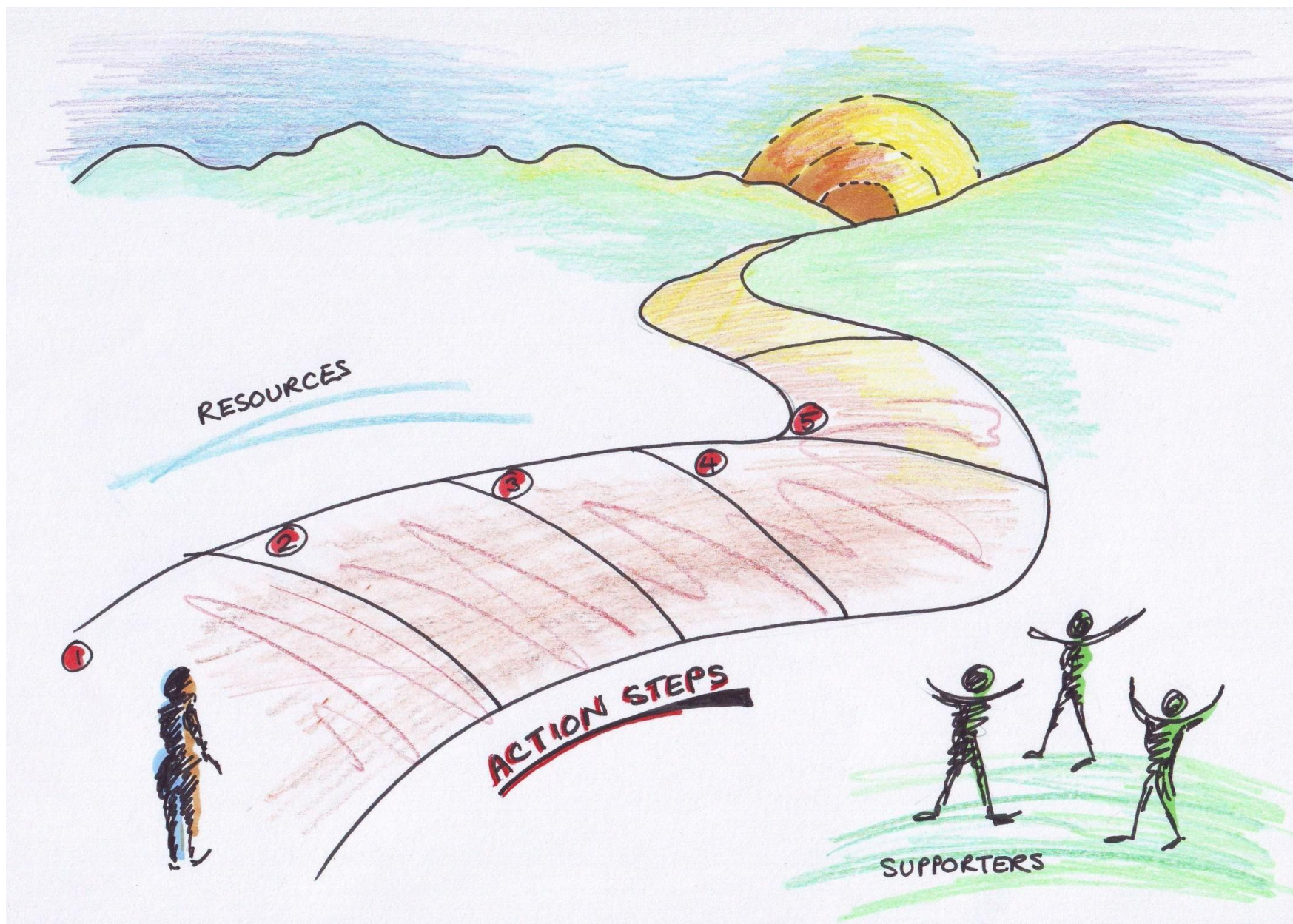
ख संसाधन,

ग आपका समर्थन कौन कर सकता है,

घ उन चट्टानों और बाधाओं की पहचान करना जिनका आपको सामना करना पड़ सकता है।

यदि उपयुक्त हो, तो इस स्तर पर किसी कोर्स ट्यूटर, चर्च लीडर, या मिनिस्ट्री वार्डन से बात करना आपके लिए मददगार हो सकता है। यह पहचानने की कोशिश करें कि इस यात्रा में आपका समर्थन कौन करेगा और आपको किन संसाधनों की आवश्यकता होगी।

यह टेम्प्लेट ग्रोव कंसल्टेंट्स की सामग्री में पाए जाने वाले विभिन्न मॉडलों पर आधारित है, उदाहरण के लिए “ग्राफिक गेमप्लान” या “फाइव बिग स्टेप्स” – अधिक जानकारी के लिए www.grove.com/site/index.html देखें ।



दर्शन: यात्रा पर रुकना

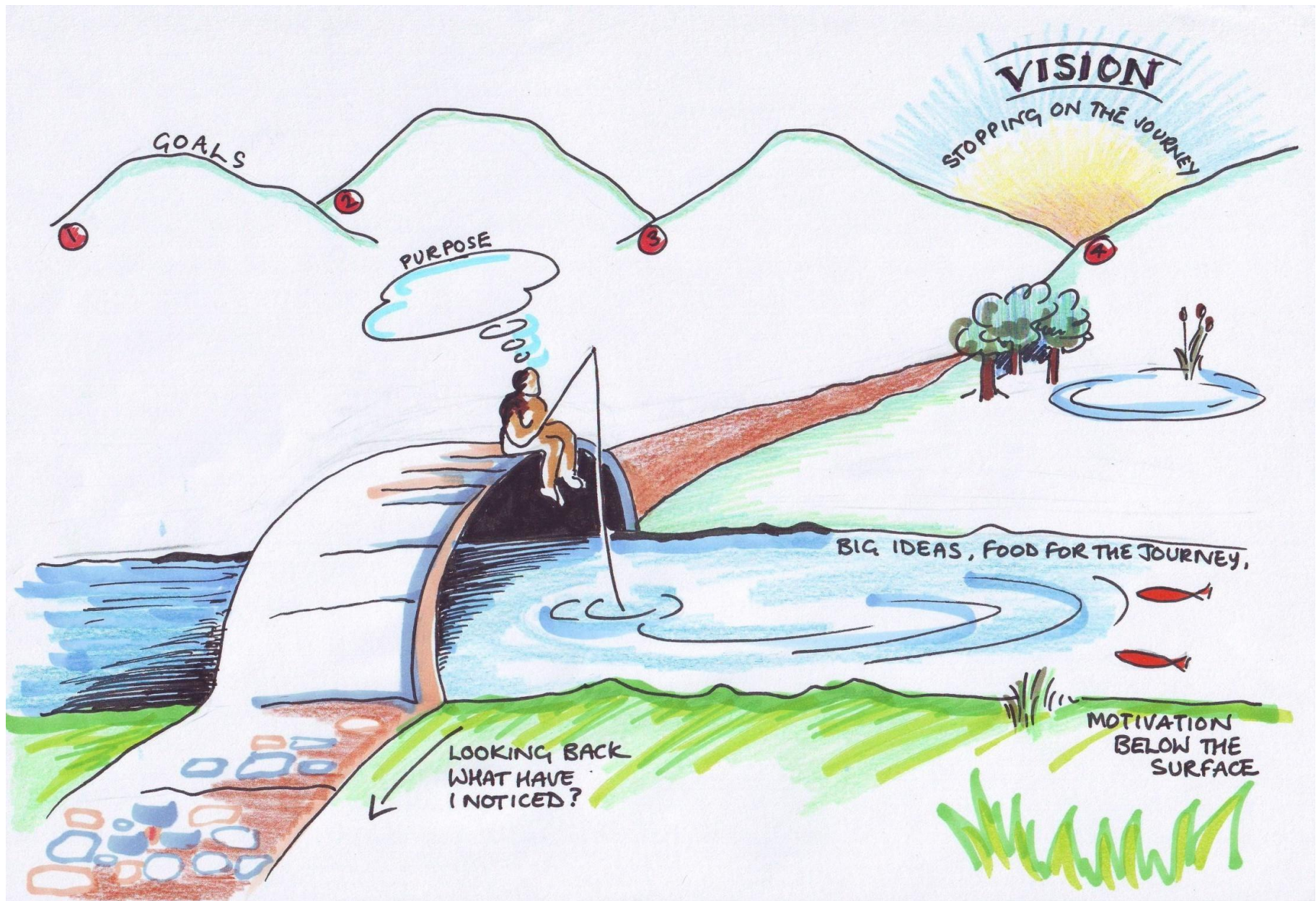
यह टेम्प्लेट एक समृद्ध ढांचा है जो कई पिछले विषयों को एक साथ लाता है।

यह एक रिट्रीट दिवस पर उपयोग करने के लिए एक अच्छा टेम्प्लेट हो सकता है,
जब आपको सोचने और प्रार्थना करने के लिए समय और स्थान मिला हो। यह बातचीत
और चिंतन का अवसर प्रदान करता है, जिसमें बातचीत यात्रा के लिए विशिष्ट संसाधनों
की पहचान करने में मदद कर सकती है। ध्यान से सोचें कि इस टेम्प्लेट को आप किसके साथ सांझा करेंगे।

पूरा होने के बाद, व्यवसाय यात्रा पर कुछ समय बाद समीक्षा करने के लिए, यह एक अच्छा टेम्प्लेट हो सकता है।

स्वास्थ्य चेतावनी!

यह अति चिंतनशील संसाधन है ...



सेवकाईयों को देखना

लीसेस्टर डायसिस के भीतर प्रत्येक लाइसेंस प्राप्त सेवकाई के लिए विशिष्ट सेवकाई प्रशिक्षण टेम्पलेट अलग-अलग शीट के रूप में उपलब्ध हैं और स्कूल ऑफ मिनिस्ट्री पृष्ठों की वेबसाइट से डाउनलोड किए जा सकते हैं।

“सेवकाई” टेम्पलेट उपहारों, कौशल या समझ का ऑडिट करने में सक्षम बनाने के लिए कंटेनरों की एक श्रृंखला का उपयोग करते हैं।

वर्तमान में शामिल सेवकाईयां हैं:

नियुक्त सेवकाई (वेतनभोगी और गैर-वेतनभोगी दोनों सेवकों के लिए)

रीडर मिनिस्ट्री

पासबान सहायक

प्रचारक

पाइनीअर मिनिस्ट्री

यूथ मिनिस्ट्री

यह आखिरी पृष्ठ नहीं है!

यह सफर का अंत नहीं है, इसलिए भविष्य में इस सामग्री को दोबारा देखने के लिए अपनी डायरी में एक नोट बना लें।

फिर आपने जो हासिल किया है, उसका जश्न मनाने की योजना बनाएं, खुद को एक पत्र लिखें, परमेश्वर का धन्यवाद करें, प्रार्थना करने के लिए समय निकालें।

आपको उन चीजों को भी स्वीकार करने की जरूरत हो सकती है जिन्हें आपने इस सफर के दौरान छोड़ दिया है, या जाने दिया है —यह “अलविदा” कहने का अच्छा समय है।

और अगर आपको ऐसी चीजें दिखती हैं जिनसे आप अभी भी चिपके हुए हैं, तो सोचें कि आप उन्हें कैसे छोड़ सकते हैं।

मैं आज आकाश और पृथ्वी दोनों को तुम्हारे सामने इस बात की साक्षी बनाता हूँ, कि मैं ने जीवन और मरण, आशीष और शाप को तुम्हारे आगे रखा है, इसलिये तू जीवन ही को अपना ले, कि तू और तेरा वंश दोनों जीवित रहें! व्यवस्थाविवरण 30:19

प्रकाशन विवरण

2011 में लीसेस्टर डायसिस द्वारा प्रकाशित
लीसेस्टर डायसिस सेंट मार्टिन्स हाउस
7 पीकॉक लेन लीसेस्टर एलई1 5पीजेड

टेलीफोन: 0116 261 5200

www.leicester.anglican.org

कॉपीराइट © 2011 लीसेस्टर डायसिस,

लीसेस्टर डायसिस के स्कूल फॉर मिनिस्ट्री, मैंडी फोर्ड, निकी मैकगिन्टी और स्टुअर्ट बर्न्स का अधिकार

इस काम के लेखकों के रूप में पहचाने जाने का दावा कॉपीराइट, डिजाइन और पेटेंट अधिनियम 1988 के अनुसार किया गया है।

सभी सामग्री मैंडी फोर्ड, निकी मैकगिन्टी और स्टुअर्ट बर्न्स द्वारा संपादित और डिजाइन की गई है, जब तक कि अन्यथा न कहा गया हो।

मूल सामग्री और विचारों का श्रेय देने के सभी उचित प्रयास किए गए हैं। जहाँ ऐसा श्रेय नहीं दिया गया है, वहाँ लेखक अनुरोध करते हैं कि मूल लेखक या प्रकाशक उनसे संपर्क करें ताकि गलतियों या गलत श्रेय को सुधारा जा सके।

सभी अधिकार सुरक्षित हैं। इस संसाधन में दी गई सामग्री कॉपीराइट है और लेखकों की लिखित अनुमति के बिना किसी भी रूप में पुनरुत्पादित नहीं की जा सकती है।