मोड्यूल २

के म चेलाहरुको गुणात्मक बृद्धि गर्ने कामका लागि अत्यन्त व्यस्त छु?

तपाईले चेला बनाउने कार्यका लागि आफ्नो जीवनमा कसरी छुटै ठाउँ सिर्जना गर्ने भन्ने कुरा यस दोस्रो मोडयुलमा सिक्नुहुनेछ। तपाईले आफ्नो व्यस्ततालाई सिधै सम्बोधन गर्नुहुनेछ र आफ्नो प्राथमिकताका आधारमा निर्णय गर्नुहुनेछ। प्रत्येक पाठमा पढ्नुपर्ने सामग्री र कार्यान्वयनका लागि कदमहरू समावेश छन्।

पाठ १ प्रत्येक विश्वासी चेला बनाउने व्यक्ति हुन्।
पाठ २ अनिवार्यता र ध्यान केन्द्रित गर्नु ।
पाठ ३ बानीहरू, संस्कार, र त्यसको तालिका बनाउने कुराहरू तपाईंको लागि के महत्त्वपूर्ण छन्।
पाठ ४ मैत्रीपूर्ण जवाफदेहीताले कसरी सहयोग गर्छ ।

यस मोड्युलमा बुझ्न र छलफल गर्नुपर्ने मुख्य बुदाँहरु यहाँ छन।
(यदि तपाईं अरूसँग मिलेर यो पाठ अघि बढाउँदै हुनुहुन्छ भने)

- व्यस्त व्यक्तिहरू पनि चेला बनाउने काम गर्न सक्छन्, र हरेक विश्वासीसँग येशूले आज्ञा गर्नुभएको कुरा पुरा गर्न समय हुन्छ।
- चेला बनाउने कार्यहरूमा ध्यान केन्द्रित गर्नु र पहिला "ठूला ढुङ्गाहरू" (महत्त्वपूर्ण कुराहरू) राख्नु अत्यावश्यक छ।
- कसरी सुरु गर्नु / रोक्नु अभ्यास गर्ने भनेर सिक्नुहोस्।
- चेला बनाउने कार्यका लागि समय छुट्याउँदा, हामी सबैको जीवनमा मैत्रीपूर्ण जवाफदेहिता हुनु अत्यन्त आवश्यक हुन्छ।

मोडयुल २- पूरा गर्नुपर्ने कार्यहरू:
१) सुरु गर्नु / रोक्नु अभ्यास गर्नुहोस।
२) आफ्ना "ठूला कदमहरु" निर्धारण गरेर तिनीहरूलाई आफ्नो डायरीमा लेख्नुहोस्।
यी कुराहरु प्रशिक्षार्थीहरूको व्हाट्सएप (WhatsApp) वा सिग्नल (Signal) ग्रूपमा सेयर गर्नुहोस्। साथै प्रार्थना र छलफल गर्नुहोस्।

एक चेला बनाउनेहरुको प्रार्थना

प्रभु तपाईँ जस्तै बन्नलाई म तपाईँको साहयता चाहन्छु।
म मेरो जीवनमा तपाईको बोलावटमा आज्ञाकारि हुन चाहान्छु।
चेला बनाउने यस कार्यमा विश्वासयोग्य हुन मलाई सहायता गर्नुहोस् ।
दीर्घकालीन
फल फलाउन सहयोग गर्नुहोस्।

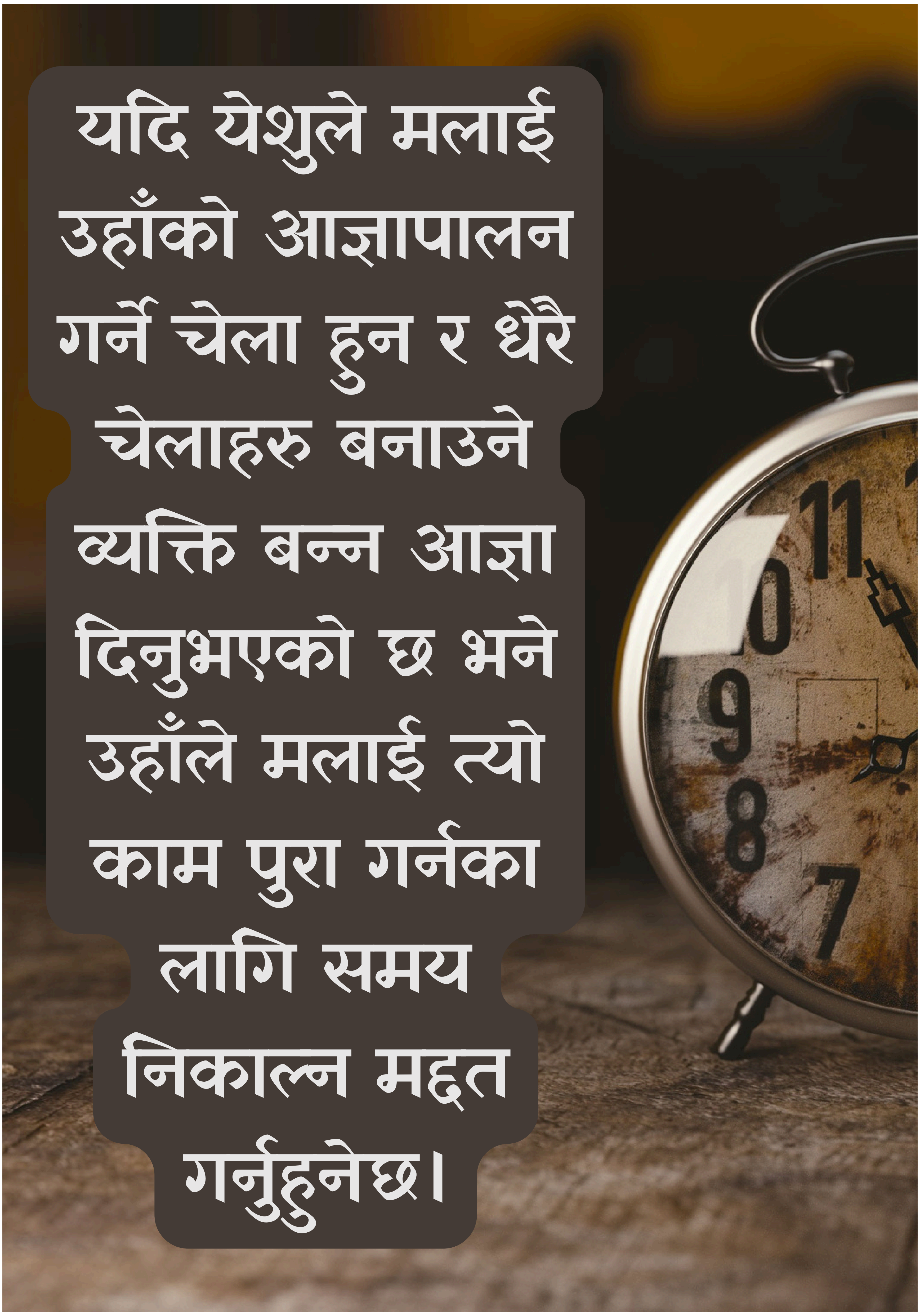
पाठ १
प्रत्येक विश्वासी चेला बनाउने व्यक्ति हो।

येशूले दिनुभएको महान आज्ञा प्रत्येक चेलाको लागि हो।
(यहाँसम्म कि व्यस्त मानिसहरूका लागि पनि)!

के तपाईँ विश्वास गर्नुहुन्छ कि येशुले दिनुभएको महान आज्ञा हामी सबैको लागि हो?

यो कुनै विशेष व्यक्तिहरू वा ख्रीष्टिको पूर्णकालीन सेवक भएर काम गर्नेहरूका लागि मात्र होइन, वा विशेष गरी सुसमाचार प्रचार गर्नका लागि बोलाइएका मानिसहरूको लागि मात्र होइन। यो महान् आज्ञा येशुलाई पछ्याउनेहरू सबैको एक विशेष जिम्मेवारी हो। उहाँले हामी सबैलाई चेला बनाउनेहरु बन्न, उहाँको सुसमाचार अरूलाई सुनाउने, र उहाँका आज्ञाहरू पालन गर्ने तरीका सिकाउने मानिसहरू बन्न आज्ञा गर्नुभएको छ। त्यसैले प्रत्येक विश्वासी र प्रत्येक येशूलाई पछ्याउनेहरू (अनुयायीहरू) चेला बनाउने व्यक्तिहरु हुन्।

परमेश्वरले हामीले कडा भन्दा कडा परिश्रम र धेरै भन्दा धेरै काम गरेको परमेश्वर चाहनुहुन्न। उहाँ हामीले बुद्धिमानी तरिकाले काम गरेको चाहनुहुन्छ। उहाँ हामीले हाम्रा प्राथमिकताहरू स्पष्ट पारेको चाहनुहुन्छ। उहाँ हामीलाई अनावश्यक निमन्त्रणा वा गतिविधिहरूलाई कसरी अश्वीकार गर्ने भनि सिकाउन चाहनुहुन्छ। चेला बनाउने व्यक्ति बन्नका लागि हामीले केही परिवर्तनहरू गर्नै पर्ने हुन्छ। तर उहाँले हामीलाई अगाडि बढ्नका लागि बाटो देखाइरहनु भएको छ।



कार्य कदमहरु:

१) माथिको वाक्याङ्शलाई उच्च स्वरमा भन्नुहोस्। यसलाई विश्वासको रुपमा घोषणा गर्नुहोस कि परमेश्वरले तपाईंलाई चेला बनाउने कार्यलाई प्राथमिकता दिन समय निकाल्न मद्दत गर्नुहुनेछ।

पाठ : २
अनिवार्य कुरामा ध्यान केन्द्रित गर्नु ।

सुरु गर्ने र रोक्ने अभ्यास कसरी गर्ने: आफ्नो व्यस्त जीवनमाथि विजय प्राप्त गर्नुहोस्।

के तपाईँले कहिल्यै "गर्नुपर्ने कामहरुको" सूची बनाउनु भएको छ र त्यो सुची धेरै लामो पाउनुभएको छ? उपलब्ध समयभित्र ती सबै कामहरू कसैले पनि पूरा गर्न सक्दैन जस्तो लाग्छ? अथवा हुन सक्छ तपाईँले सूची बनाउनुहुन्न तर भित्री दबावको भावना अनुभूति गर्नुहुन्छ। तपाईँले अझै धेरै काम गर्न बाँकी छ। समयमै आफ्नो काम पूरा नगरेर तपाईँले वरपरका मानिसहरूलाई निराश पार्दै हुनुहुन्छ र तपाईँ आफै पनि निराश हुँदैजानुहुन्छ। सबै व्यस्त गतिविधिहरूको बाबजुद पनि तपाईँले प्रगति कम भएको कारण विचलित महसुस हुन्छ। सुरु गर्नु र रोक्नु अभ्यासले तपाईँलाई बढी ध्यान केन्द्रित गर्न मद्दत गर्नेछ।

यदि हामी चेला बनाउने अभियान सुरु गर्न चाहन्छौ भने हामीले आफ्नो समय र ऊर्जा चेला बनाउने गतिविधिहरूमाखर्च गर्न सिक्नुपर्छ। सुरु गर्नु र रोक्नु अभ्यासले हामीलाई स्पष्टता प्रदान गर्छ। यसले डिएमएम (DMM) अभ्यासकर्ताका रूपमा तपाईको प्रभावकारितामा सुधार ल्याउने छ।

निर्णयहरु र दबाबहरु

काम र समय सीमा थुप्रीरहेका हुन्छन्, रिपोर्टहरू बनाउन ढिला भइसकेका हुन्छन् र हाम्रा इमेल इनबक्सका सन्देशहरु पढ्न बाँकी भएर भरिएका हुन्छन्।

त्यसमाथि अझै हामीले बैठक,भेटघाट र अन्य प्रतिबद्धताहरूका कारण शहर बाहिर यात्रा गरिरहनुपरेको हुन्छ। परिवार र बच्चाहरूको हेरचाह गर्ने जिम्मेवारी थप्दा चुनौतीहरू अझै वास्तविक बन्छन्। चाहे हामी पूर्णकालीन सेवक होऔं वा अन्य जागिर भएका विश्वासीहरु होऔं यी दबाबहरूले सबैलाई असर गर्छन्।

प्राय केहि समयभित्र हामीलाई नयाँ व्यक्तिसँगको साप्ताहिक चेलापन समय रद्द गर्ने प्रलोभन आउँछ, जसलाई केही महिना अघि मात्र हामीले प्रभुमा ल्याएका थियौँ। हामी एक दिनको लागि त हो भन्दै प्रार्थनाको समय छुटाउन थाल्छौं। हामी सोच्छौं, "सायद यसो गर्दा मैले गर्नुपर्ने अरु कामहरूका लागि समय पुग्नेछ!"

प्रत्येक व्यक्तिले चेलाहरूको समूह सुरु गरेको हामी चाहन्छौं । हामीलाई थाहा छ, अभियान सुरु गर्ने चाबि यही हो। हामीलाई थाहा छ कि प्रत्येक विश्वासीले महान आज्ञाहरू पूरा गर्ने आफ्नो जिम्मेवारीलाई अङ्गाल्नु पर्छ। तर प्रश्न यो हो की हाम्रो व्यस्त जीवनको बीचमा पनि **कसरी चेला बनाउने काममा हाम्रो ध्यान केन्द्रित गर्न सक्छौँ ?**

एक गवाही

सी. एन्डरसन

म एक लेखिका र मिसन बोकेकी व्यक्तिको रूपमा काम गर्छु। चेला बनाउन र सुसमाचार प्रचार गर्नको लागि समय निकाल्नु मेरो लागि एकदमै चुनौतीपूर्ण कुरा हो । मैले धैरे कामको बोझ बोकेको छु।

हरेक दिन मैले मेरो लागि महत्त्वपूर्ण कुराहरूमा ध्यान केन्द्रित गर्न पनि छनौट गर्नुपर्छ। मत्ती २८ :१८-२० मा परमेश्वरले मलाई जे गर्न आज्ञा गर्नुभएको छ त्यो गर्न मैले छनौट गर्नुपर्छ।

हिजो ,मैले मेरो कामको दबावलाई एकातिर राखेर १३ वर्षको एउटा केटासँग कुराकानी गरे। ऊ मेरो घरमा आएर केराको केक बनाउन चाहन्थ्यो। यो किशोर मेरो "हराएकाको सूची" मा पर्ने व्यक्ति मध्यको एक हो। म उसँको लागि हरेक दिन प्रार्थना गर्छु। ऊ मेरो समयको लागि उपयुक्त छ। मैले दबावलाई "होइन" भन्न र चेला बनाउने र सुसमाचार प्रचारको अवसरलाई "हो"भन्न सिक्दै छु। यदि म एक प्रभावकारी चेला बनाउने व्यक्ति बन्न चाहन्छु भने यो एकदमै महत्वपूर्ण छ।

येशूले सबैभन्दा महत्त्वपूर्ण कुरामा ध्यान केन्द्रित गर्नुहुन्थ्यो।

हाम्रा प्रभु ध्यान केन्द्रित हुनुहुन्थ्यो। पवित्र धर्मशास्त्र बताउछ कि उहाँले पिता परमेश्वरबाट प्राप्त कुरा केवल त्यही गर्नुहुन्थ्यो। उहाँ विचलित हुनुहुन्थेन, न त थकित वा अत्यधिक व्यस्त नै हुनुहुन्थ्यो। उहाँले पृथ्वीमा आफ्नो मिशन पुरा गर्न आफैँलाई समर्पित गर्नुभयो। आफ्नो समय र उर्जा कहाँ दिनुपर्छ भन्ने येशूलाई थाहा थियो । यो स्पष्टताले उहाँलाई शान्त रहन र ध्यान केन्द्रित राख्न मद्दत गऱ्यो। उहाँले परमेश्वरको राज्यको शु-सन्देश फैलाउनुभयो र आफ्ना चेलाहरूमा लगानी गर्नुभयो।

"साँच्चै, म तिमीहरूलाई भन्दछु, पुत्र आफैले केही गर्न सक्दैन, तर पिताले जे गर्नुभएको देख्छ त्यही मात्र गर्छ, किनकि पिताले जे गर्नुहुन्छ, पुत्रले त्यसै गर्छ।"
यूहन्ना ५:१९

हामीलाई येशू जस्तै बन्न जरुरी छ! पिता परमेश्वर के गर्दै हुनुहुन्छ? हामीले ती कामहरू गर्न छोड्नु पर्छ जुन फलदायी छैनन् वा जुन परमेश्वरले हामीलाई गर्नु भनु भएको छैनन्। जुन महत्वपूर्ण छ त्यो गर्न सुरु गरौं।

सुरू गर्नु र रोक्नु अभ्यास कसरी गर्ने ?

कृपया ध्यान दिनुहोस्:
यो अभ्यास पूरा गर्न
तपाईंलाई एउटा नोटबुकको
आवश्यकता पर्नेछ।

१. तपाईंको साप्ताहिक सबै गतिविधिहरूको सूची बद्ध गर्नुहोस र तपाईंले आफ्नो समय कसरी बिताउनुहुन्छ?

यो एक बजेट बनाउनु जस्तै हो। तर यो पैसाको लागि होइन समयको लागि हो। जब तपाईंले केही कुरा गर्नको लागि बजेट छुट्याउनुहुन्छ तब तपाईंले आफ्नो पैसा केमा खर्च गर्दै हुनुहुन्छ भनेर जान्नुपर्छ। त्यस अनुसार आफ्नो समयको मूल्याङ्कन गर्नु अघि तपाईंले आफ्नो समय के गर्नमा खर्च गरिरहनुभएको छ भनेर हेर्नु आवश्यक हुन्छ।

तपाईंको सूचीमा यी कुराहरू समावेश हुन सक्छन् जस्तै किराना पसलमा सामान किन्ने, खाना पकाउने, इमेलहरू गर्ने, फेसबुक चलाउने, टेलिभिजन हेर्ने, सुसमाचार प्रचार गर्ने, व्यायाम गर्ने, प्रार्थना गर्ने, बैठकहरूमा भाग लिने, किताबहरू पढ्ने, आफ्ना बच्चासँग खेल्ने, आदि।

२. सूचीमा रहेका ती कुराहरूमा घेरा लगाउनुहोस् जुन चेला बनाउने र महान आज्ञा पूरा गर्नेसँग प्रत्यक्ष रूपमा सम्बन्धित छन्।
मत्ति २८: १८- २०

३. तपाईंलाई विशेष रूपमा बोलाइएको वा योजना गरिएको गतिविधिहरूको छेउमा तारा चिन्ह लगाउनुहोस् । यी काम अरू कसैले गर्न सक्दैनन्, केवल तपाईंले मात्र गर्न सक्नुहुन्छ। उदाहरणका लागि: तपाईंको सानी छोरीको लागि तपाईँ बाहेक अरु कोहि पनि बुबा वा आमा बन्न सक्दैन। जब तपाईंले उनीहरूको लागि खाना पकाउनुहुन्छ, स्कुल जान तयार गराउनुहुन्छ, वा उनीहरूको लागि प्रार्थना गर्नुहुन्छ, तब तपाईं एकदमै विशेष काम गर्दै हुनुहुन्छ। वा तपाईंको टिममा अरू कसैसँग नहुने कुनै विशेष सीप तपाईँ सँग हुन सक्छ। उदाहरणका लागि, तपाईं मात्र अङ्ग्रेजीमा संवाद गर्न सक्ने व्यक्ति हुनुहुन्छ।

४. ती कार्यहरूमा रेखा तान्नुहोस् (क्रस गर्नुहोस्) जुन तपाईंले अरूलाई जिम्मा लगाउन सक्नुहुन्छ। के तपाईंको टिममा यस्तो कोही व्यक्ति छ जसले यो काम गर्न सक्छ? सायद तपाईंलाई त्यो काम गर्न मन पर्छ र तपाईं नै सबैभन्दा राम्रो गर्न सक्नुहुन्छ, तर तपाईं कसलाई तालिम दिई त्यो जिम्मेवारी दिन सक्नुहुन्छ? यो सोच्नुहोस् ।

५. मूल्यांकन गर्नुहोस्, र आफूलाई सोध्नुहोस्: यी गतिविधिहरूमध्ये कुन-कुन सबैभन्दा फलदायी छन्? ती कार्यहरू जुन राम्रोसँग काम गरिरहेका छन्, प्रभावकारी छन्, र जसको परिणामस्वरूप नयाँ मानिसहरूलाई चेला बनाउनको निम्ति डोर्याइरहेका छन् ।

६. अर्को कागजको पाना लिनुहोस्। त्यसलाई बीचबाट पट्याएर दुई कोठा बनाउनुहोस् र बीचमा एउटा ठाडो रेखा कोर्नुहोस्। एउटातर्फ "STOP" (रोक्नु) भन्ने शब्द लेख्नुहोस् र अर्को तर्फ "START" (सुरु गर्नु) भन्ने शब्द लेख्नुहोस्।

७: "STOP" (रोक्नु) भन्ने शब्दको मुनिपट्टि, तपाईंले हाल गरिरहनुभएको तर सोचेर हेर्दा प्रभावकारी नभएको महसुस गर्नुभएको कामहरूको सूची लेख्नुहोस्। यी त्यस्ता कामहरू हुन् जुन तपाईंले अब रोक्न चाहनुहुन्छ। यी कामहरू रोकेपछि तपाईंको समय र ऊर्जा अझ बढी चेला बनाउने काम र सुसमाचार प्रचारका लागि ठाउँ सिर्जना हुनेछ।

८. START (सुरु गर्नु) को तर्फ पनि त्यसै गर्नुहोस्। आफैंलाई सोध्नुहोस्: प्रभावकारी चेला बनाउने ब्यक्ति बन्नका लागि मैले कुन-कुन नयाँ कामहरू सुरु गर्नु आवश्यक छ? यस्तो चेला जसले अरु चेलाहरु बनाउछ । यसका साथै, तपाईं अहिले गर्दै रहनुभएको तर अझ बढी गर्न चाहनुभएको कामहरू लेख्नुहोस्।

आफूले बनाएको सूचीलाई सरल र छोटो राख्नुहोस्। तपाईंको मनमा आउने सबै कुरा पहिले लेख्नुहोस्। त्यसपछि सूचीबाट छानेर प्रत्येक स्तम्भमा तीनवटा महत्वपूर्ण कुरा चयन गर्नुहोस् जुन तपाईंले साँच्चै प्रतिबद्धताका साथ गर्ने निर्णय गर्नुहुन्छ। तीन मुख्य कुराहरुलाई सुचिकृत गर्नुहोस।

तपाईंले सुरु गर्न चाहानुभएको तीन कुराहरु कुन-कुन हुन्?
तपाईंले रोक्न चाहानुहुने तीन कुराहरु कुन-कुन हुन्?

यस बारेमा आफैसँग र परमेश्वरसँग र कम्तिमा अर्को एक व्यक्तिसँग प्रतिबद्धता गर्नुहोस। कहिलेदेखि तपाईंले यी कुराहरू व्यवहारमा लागु गर्नुहुनेछ त्यो पक्का गर्नुहोस् र तपाइले मैत्रीपूर्ण जवाफदेही यसमा कसरी काम गरीरहेको छ भनि रिपोर्ट गर्न कसैसँग भेटघाटको समय तय गर्नुहोस्।

तपाईंको मैत्रीपूर्ण जवाफदेहीताको व्यक्ति को हो?
तपाईं कहिले उनीहरुसँग भेट गर्नुहुन्छ?

यो सुरु गर्नु र रोक्नु अभ्यास गर्नाले, र यी परिवर्तनहरू प्रति जवाफदेही हुने बानी बसाल्दा तपाईँको ध्यान क्रेन्दित हुनेछ। जब तपाईँले फलदायी नहुने गतिविधिहरूमा समय बिताउन प्रलोभनमा परेको महसुस गर्नुहुन्छ, तब यसले अरूलाई (र आफूलाई पनि) 'होइन' भन्न मद्दत मिल्नेछ। परमेश्वरले तपाईंको अनुशासन र ध्यान केन्द्रित गर्न दृढताको इनाम दिनु हुनेछ र परमेश्वरको राज्यमा परिणामहरू आउनेछन्।

कार्यका कदमहरू:

१) यस प्रश्नहरूको उत्तरहरु तपाईको नोटबुकमा लेख्नुहोस्:

1. तपाईंले तीनवटा कुन-कुन कामहरू सुरु गर्ने योजना बनाउँदै हुनुहुन्छ?
2. तपाईंले तीनवटा कुन-कुन कामहरू रोक्ने निर्णय गर्दै हुनुहुन्छ?
3. तपाईंको मैत्रीपूर्ण जवाफदेहीताको साथी को हो?
4. तपाईं उहाँ/उनीसँग कहिले भेट गर्नुहुन्छ?

२) तपाईंले तय गरेका ३ वटा सुरु गर्ने (Start) र ३ वटा रोक्ने (Stop) कुराहरू बारेमा आफ्नो जवाफदेही साथी सँग बाँड्नुहोस।

तपाईंका ठूला ढुङ्गाहरू (ठूला प्राथमिकताहरू) निर्धारण गर्नुहोस्।

दिनभरि व्यस्त रहन र धेरै कुराहरूमा आफ्नो समय खर्च गर्नु सजिलो कुरा हो। तर दिनको अन्त्यमा हामी सोच्दछौँ - मैले वास्तवमा आज के गरेँ? समय भनेको सीमित स्रोत हो। प्रत्येक व्यक्तिले हरेक दिन बराबर समय पाउँछ। यसरीनै परमेश्वरले यसलाई बनाउनुभएको हो। त्यसैले हामीले यस स्रोतलाई प्रभावकारी ढङ्गमा व्यवस्थापन गर्न सिक्नुपर्छ। यसमा हरेक दिन सजग भएर असल छनौट गर्नुपर्दछ।

सन् १९९४ मा, एक पुरस्कार विजेता स्टीफन कोभीले फर्स्ट थिङ फर्स्ट (पहिलो कुरालाई पहिला) भन्ने शीर्षकमा एक पुस्तक लेखे। उहाँको यो पुस्तकमा दिइएका सिद्धान्तहरू आज पनि हाम्रो लागि सहयोगी छन्।

यहाँ एउटा भिडियो छ जसले "ठूला ढुङ्गाहरू" अर्थात ठूला प्राथमिकताहरू को आधारभूत विचारलाई वर्णन गर्दछ। कृपया यसलाई हेर्न समय निकाल्नुहोस्। त्यसपछि, हामी चेला बनाउनेहरुले यसलाई आफ्नो जीवनमा कसरी लागू गर्ने ?
यस लिङ्कमा गएर भिडियो हेर्नुहोस्:
https://youtu.be/6_N_uvq41Pg

यस भिडियोको आधारभूत सिद्धान्त सरल छ। हाम्रो जीवनमा महत्वपूर्ण कामहरू गर्न साथै अरू थुप्रै कुराहरू गर्नका लागि पर्याप्त समय छ। हामीले सिक्नुपर्ने भनेको महत्वपूर्ण कुराहरूलाई प्राथमिकता दिनु र ती कुराहरूलाई हाम्रो जीवनमा पहिलो स्थानमा राख्नु हो।

हामी ती साँच्चै महत्वपूर्ण कुराहरूलाई हाम्रो "ठूला ढुङ्गाहरू" अर्थात ठूला प्राथमिकताहरू भन्छौं। यदि हामी यी कुराहरूलाई पहिलो प्राथमिकताका रूपमा आफ्नो जीवनमा समावेश गर्छौं भने, अरू कुराहरूका लागि पनि ठाउँ हुनेछ। तर यदि हामीले यी प्राथमिकताहरूलाई ध्यान दिएनौ भने, हाम्रो जीवन थुप्रै गतिविधिले भरिनेछ तर हामीले सबैभन्दा महत्वपूर्ण कामहरू गर्न सक्दैनौ।

येशूलाई पछ्याउनेहरू र चेला बनाउनेहरूका रूपमा हाम्रा केही "ठूला ढुङ्गाहरू" अर्थात प्राथमित्ताहरु यी हुन्:

- परमेश्वरसँग र उहाँको बचनमा समय बिताउनु।
- परिवारसँग असल समय बिताउनु।
- हराएका मानिसहरूसँग सम्बन्ध निर्माण गर्नु।
- असल समचार बाँड्नु।
- चेलाहरू र अगुवाहरूलाई तालिम दिनु।
- प्रार्थना र मध्यस्थता गर्नु।
- आराम गर्नु - परमेश्वरको आराधना गर्न र चिन्तन गर्न विश्राम दिनु।
- अरू विश्वासीहरूसँग सङ्गति गर्नु।

साना ढुङ्गा भनेको के हो?

महत्त्वपूर्ण कुराहरू, तर पूरा नभएको खण्डमा पनि तपाईंको दर्शनमा कम प्रभाव पार्ने कुराहरू?

यीमध्ये केही “साना ढुङ्गा” अर्थात साना प्राथमिक्ताहरु सुरु गर्नु र रोक्नु अभ्यास गर्दा नै हटाउनुभएको हुनेछ। मेरो लागि यीमध्ये केही चिजहरू हुन्: जस्तै बैठकहरु, भेटघाट, केही परियोजनाहरू जुन कम रणनीतिक छन्, मेरा इमेलहरू पढ्ने, आदि।

बालुवा चाहिँ के हुन त?

तपाईंको अभियान देख्ने दृष्टिकोणको सन्दर्भमा वास्तवमा कम मूल्य भएका कुराहरू।

यी मध्ये केही कुरा हुन्: जस्तै टेलिभीजन हेर्ने, केही किताबहरू पढ्ने, बगैंचा हेर्ने, किनमेल गर्ने, पौडि खेल्न जानु, यूट्युब भिडियोहरू हेर्ने आदि।

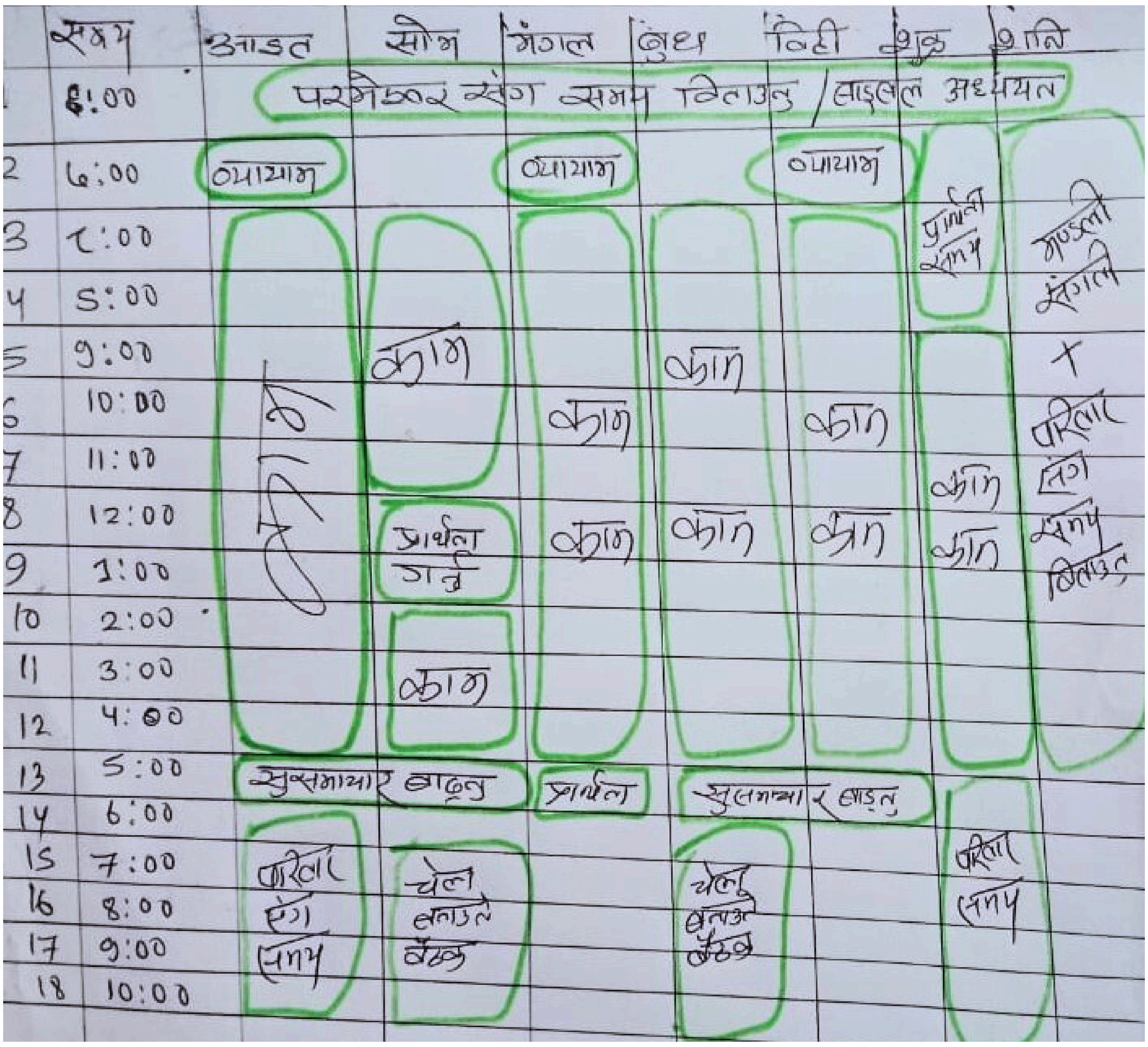
तपाईंको लागि बालुवा जस्ता चीजहरू के हुन् भन्नुहुन्छ?

एक अगुवापन सल्लाहकार र कुसल वक्ता माइकल हयात भनुहुन्छ, “जे कुरा तालिकामा राखिन्छ, त्यो काम पूरा हुन्छ। यसको उल्टो पनि सत्य हो: जुन कुरा कार्य तालिकामा राखिँदैन, त्यो काम पूरा हुँदैन।”
https://michaelhyatt.com/put-the-big-rocks-in-first/

महत्त्वपूर्ण कुरा भनेको के महत्त्वपूर्ण छ भनेर तालिका बनाउनु महत्वपुर्ण कुरा हो। त्यसैले मलाई हप्ताभरिको योजना बनाउनको लागि क्यालेन्डर वा डायरी राख्न मनपर्छ। मलाई थाहा छ कि सबै संस्कृतिहरूमा घण्टा र मिनेटको हिसाबले सोचिदैन। केही मानिसहरूको लागि तपाइँको योजना दिनको ३ खण्डहरुसँग बढी सम्बन्धित हुन सक्छ: बिहान, दिउँसो र साँझ ।

हरेक हप्ताको सुरुमा, म मेरा “ठूला ढुङ्गाहरू” अर्थात ठूला प्राथमिकताहरु बारे सोच्छु र ती कामहरू गर्न पहिलो प्राथमिकताका रूपमा ति कामहरु गर्न समय तोक्छु।

यहाँ एउटा सरल उदाहरण छ।



यदि तपाईँले महत्त्वपूर्ण काम, जुन चेला बनाउने गतिविधिहरू पहिले तपाईँको कार्य तालिकामा राख्नुभएको छ भने, ती गर्न तपाईंलाई समय मिल्नेछ। यदि अरू कुनै कुरा आउँछ वा कसैले तपाईंलाई केही गर्न भन्छ भने, तपाईं सजिलै भन्न सक्नुहुन्छ “मसँग पहिले नै अर्को प्रतिबद्धता छ।”

किन तत्कालै आफ्नो डायरी निकालेर हेर्नु हुन्न?
आउँदो हप्ताका लागि आफ्नो महत्वपूर्ण चेला बनाउने गतिविधिहरू
(र अन्य ठूला प्राथमिकताहरू) तालिकामा राख्नुहोस्।

त्यसपछि, आफ्नो क्यालेण्डर निकाल्नुहोस् र त्यसलाई अनुसरण गर्न नबिर्सनुहोस्! यदि ती कुराहरू सम्झन चुनौतीपुर्ण लाग्छ भने सम्झनका लागि आफ्नो मोबाईल फोनमा अलार्म सेट गर्नुहोस्।

यदि तपाईंसगँ जीवनसाथी वा कुनै मैत्रीपूर्ण जवाफदेही साथी छन भने, आफ्नो ठूला प्राथमिकताहरू (ठूला ढुङ्गाहरू) उनीहरूलाई बताउनु होस्। तपाईंलाई जीवनका साँच्चिकै महत्वपूर्ण कुराहरूका लागि समय निकाल्न उनीहरूले मद्दत गर्न सक्छन्।

कार्य कदमहरू:

१) आफ्नो ठूला प्राथमिकताहरू के हुन् भनेर निर्धारण गर्नुहोस् र तिनीहरूलाई लेख्नुहोस्।

२) ती कुराहरूका लागि आफ्नो डायरीमा समय राख्नुहोस् र समय तालिका बनाउनुहोस्। यी कुराहरूलाई आफ्नो मैत्रीपूर्ण जवाफदेही साथी वा जीवनसाथीसँग पनि बाँड्नु होस्।

३) समयमै गर्नुपर्ने ठूला प्राथमिकताहरू सम्झाउन आफूनो फोनमा अलार्म सेट गर्नुहोस्, ताकि तिनीहरू नबिर्सिएको होस्।

पहिले "ठूला ढुङ्गाहरू"
(प्राथमिकताहरू)

पाठ: ३

बानीहरू, संस्कार, र तालिका बनाउने कुराहरु तपाईंको लागि के महत्त्वपूर्ण छन्।

आफ्नो नयाँ बानीहरू निर्धारण गर्नुहोस्।

भिडियो हेरेपछि चेला बनाउने व्यक्तिको रूपमा बढ्नको लागि तपाईं दैनिक कुन नयाँ बानीहरू गर्न चाहनुहुन्छ सो लेख्नुहोस्? दिइएका उदाहरणहरू सम्झनुहोस्, जस्तै ट्राफिक बत्तीमा प्रार्थना गर्ने, वा बसमा तपाईंसँगै बस्ने व्यक्तिसँग सधैं आफ्नो गवाही बाँड्ने?

चेला बनाउने कामलाई बानी बसाल्नको लागि तपाईँ आफ्नो जीवनमा के गर्नुहुनेछ?

कार्य कदमहरु:

१ तपाईँ कुन बानीहरूको विकास गर्न चाहनुहुन्छ निर्णय गर्नुहोस्।
२ आफ्नो मोबाइलमा अलार्म सेट राख्नुहोस् वा आफ्नो डायरीमा लेख्नुहोस्।
३ यी चेला बनाउने नयाँ बानीहरू कम्तीमा २१ दिन वा तबसम्म लगातार गर्नुहोस् जबसम्म तिनीहरू तपाईँको जीवनको एउटा हिंसा बन्दैनन् र तपाईँलाई यी काम गर्न सजिलो महसुस हुँदैन।

पाठ: ४
मैत्रीपूर्ण जवाफदेहीताले कसरी सहयोग गर्छ?

सहकर्मि प्रशिक्षण:
सहकर्मि प्रशिक्षण भनेको चेला बनाउनेहरूले मैत्रीपूर्ण जवाफदेहिता प्रदान गर्न र प्राप्त गर्ने एउटा तरिका हो। येशुले आफ्नो चेलाहरूलाई भन्नुभयो: “तिमीहरू मेरा मित्र हौ......” उहाँले थप्नुभयो,..... “यदि तिमीहरूले मैले आज्ञा गरेका कुरा गर्यो भने.” येशूका मित्रहरूले उहाँप्रति आफ्नो मित्रता प्रेमपूर्वक आज्ञापालन गरेर देखाउँछन्। हामी केवल येशूका मित्र मात्र नभएर एक अर्काका मित्र पनि हौं। मित्रहरूको रूपमा, हामीले एकअर्कालाई र हाम्रा साथीहरूलाई येशूप्रति आज्ञाकारी रहन मद्दत गर्न सक्छौँ।

चेलाहरू केवल सुन्ने मात्र नभई वचनपालन गर्न पनि बोलाइएका हुन। यद्यपि प्रशिक्षण उपयोगी हुन्छ, धेरैजसो अवस्थामा हामीलाई थप जानकारी होइन, प्रेरणाको खाँचो हुन्छ। जब हामी आफैं जवाफदेही हुने र अरूलाई पनि जवाफदेही बनाउने अभ्यास गर्छौं। तब सहकर्मि प्रशिक्षण प्रशिक्षकले हामीलाई फलदायी बन्नका लागि प्रेरित गर्न सहयोग गर्छ, समकक्ष प्रशिक्षण अभ्यास गरेर, हामी जानाजानी मैत्रीपूर्ण जवाफदेहिताको वातावरण सृजना गर्न सक्छौं, जहाँ मानिसहरू स्वतन्त्र रूपमा यस्तो प्रकारका प्रश्नहरू सोध्न र उत्तर दिन प्रोत्साहित हुन्छन्:

- **परमेश्वरले तपाईंसँग के कुरा बोल्दै हुनुहुन्छ?**
- **तपाईंले मलाई भन्नुभएको त्यो परियोजनामा तपाईंको प्रगति कसरी भइरहेको छ?**
- **तपाईंको अर्को कदम के हुनेछ?**
- **कसले तपाईंलाई मद्दत गर्न सक्छ?**

चेला बनाउनेहरू आफैं उदाहरण बन्नु र मैत्रीपूर्ण जवाफदेहिता प्रदान गर्न आवश्यक हुन्छ। सहकर्मि प्रशिक्षण (Peer Coaching) एउटा सरल तरिका हो जसबाट यो गर्न सकिन्छ। सहकर्मि प्रशिक्षकले कसैको लक्ष्यतर्फ अगाडि बढ्नलाई मद्दत गर्न उनीसँगै हिंड्ने काम गर्छ। हामी सबैले यस्तो प्रकारको प्रशिक्षण लिंदा र अरूलाई दिंदा लाभ उठाउन सक्छौं। अब बाइबलबाट एक जना प्रशिक्षकको जीवनमा आधारित उदाहरण हेरौं।

सहकर्मि प्रशिक्षण – बर्णाबासको शैली

ख्रीष्टपछिको पहिलो शताब्दीमा, यरूशलेमको मण्डलीले एक अद्भुत समाचार प्राप्त गऱ्यो। एन्टिओकका गैरयहूदीहरूले सुसमाचार प्राप्त गरे र ठूलो संख्यामा मानिसहरु प्रभुमा आए! एन्टिओकका ती नयाँ विश्वास गर्नेहरूलाई मद्धत गर्नका लागि बर्णाबासलाई पठाउने निर्णय गरियो। बर्णाबासले एन्टिओकमा देखिएका अवसरहरूमा जसरी प्रतिक्रिया जनाए, त्यसले हामीलाई एक फलदायी कामदारको सुन्दर उदाहरण प्रदान गर्दछ। यद्यपि "मिसनरी" वा "कोच" भन्ने शब्द नयाँ नियममा भेटिंदैनन्, तर आजको भाषामा हामी बर्णाबासलाई दुबैको एक उत्कृष्ट उदाहरणको रुपमा लिन सकछौ। एक प्रभावकारि मिसनरि र नेतृत्व प्रशिक्षकको भुमिकामा हामी बर्णाबासलाई देख्न सक्छौ।

प्रेरित ११: २३-२४ ले बताउछ।
जब उहाँ त्यहाँ आई पुग्नुभयो र परमेश्वरको अनुग्रहको प्रमाण देख्नुभयो, उहाँ खुसी हुनुभयो र सबैलाई आफ्नो सम्पूर्ण हृदयले प्रभुप्रति साँचो रुपमा रहन हौसला दिनुभयो। उहाँ एक असल व्यक्ति हुनुहुन्थ्यो, पवित्र आत्मा र विश्वासले परिपूर्ण, उहाँले धेरै मानिसहरूलाई प्रभुमा डोर्याउनु भयो।

एन्टिओकमा नेतृत्व प्रशिक्षकको रूपमा बर्णाबासले आफ्नो भूमिका निम्न तरिकाले निर्वाह गरे:
१. अवलोकन गर्नु २. प्रोत्साहित गर्नु ३. प्रेरित गर्नु

१. अवलोकन गर्नु

"तिनी त्यहाँ आएर परमेश्वरको अनुग्रह देखिकन खुशी भए........."
प्रेरित ११: २३(क)

एन्टिओकका अन्यजातिहरूमाझ पवित्र आत्माको कामको संकेतहरू खोज्दै बर्णाबास आशा र उत्सुकताका साथ आइपुगे।

प्रशिक्षण भनेको अरु अगुवा वा सम्भावित अगुवालाई प्रगतिका लागि मद्दतका गर्ने प्रतिबद्धतामा साथ देखाएर सुरु हुन्छ। असल प्रशिक्षकहरू सबै जवाफहरू लिएर आउँदैनन्; हामी सिक्ने इच्छा लिएर आउँछौं। हामी सुन्छौं र हेर्छौं, परमेश्वरले कहाँ काम गर्दै हुनुहुन्छ भन्ने प्रमाण फेला पार्ने आशामा आउँछौँ।

सहकर्मि-प्रशिक्षणका सुझाव: पहिले सुन्नुहोस्।

"जसले सुन्न अघि नै जवाफ दिन्छ, त्यो त्यसको मूर्खता र शर्म हो।" (हितोपदेश १८:१३)
सुन्नाले हामीलाई आवश्यक जानकारी संकलन गर्न र ध्यान केन्द्रित रहन मद्दत गर्छ। तपाईंको साथीलाई बढी बोल्न दिने अवसरले उनलाई आफ्नो सेवा र व्यक्तिगत जीवनमा भइरहेको कुरा वर्णन गर्न सहायता पुग्छ।
असली विचार, अन्तर्दृष्टि, र वर्तमान परिस्थितिप्रति गहिरो चिन्तन यसै प्रक्रियाबाट बाहिर आउँछ। हामी जसलाई प्रशिक्षण दिन्छौं उनीहरूसँग मिलेर, हामी खोजि गर्ने यात्रामा अघि बढ्छौं। त्यो पत्ता लगाउनका लागि कि परमेश्वरको अर्को योजना के हुनसक्छ, जसले उहाँको कामलाई अझ विस्तार गर्न सक्छ।

सहकर्मि-प्रशिक्षण सुझाव: राम्रो प्रश्नहरू सोध्नुहोस्।

हरेक प्रश्नहरूले हामीलाई अगुवा को हुन् र उनीहरूले के गरिरहेका छन् भन्ने विषयमा थप पत्ता लगाउन मद्धत गर्छ। हामीले जति धेरै सिक्छौं, त्यति नै धेरै वास्ता गर्छौं र स्वाभाविक रूपमा आनन्द गर्नेहरूसँग आनन्दित हुन्छौँ र रुनेहरुसँग रुन्छौँ "आनन्द गर्नेहरूसँग आनन्द गर। रुनेहरूसँग रोओ।" (रोमि १२:१५) जब हामी उनीहरूको दर्शन र लक्ष्यप्रति उत्साह र जोश राख्छौं, त्यो हाम्रो व्यवहार र प्रतिक्रियामा अझै झल्किन्छ।

सहकर्मि-प्रशिक्षण सुझाव: तपाईको चासो देखाउनुहोस्।

हामी साना वा ठूला सबै प्रकारका सफलताहरूको उत्सव मनाउँछौं। अगुवाह तब फस्टाउँछन् जब उनीहरूसँग यस्ता मानिसहरू हुन्छन् जसले उनीहरूका चुनौतीहरू बुझ्छन् र उनीहरूको लक्ष्यतर्फ अघि बढ्ने यात्रामा साथ दिन्छन्।

२) प्रोतसाहित गर्नु

"तिनी त्यहाँ आएर परमेश्वरको अनुग्रह देखिकन खुशी भए, र तिनीहरू सबैलाई सम्पूर्ण हृदयले प्रभुप्रति विश्वासी रहिरहन प्रोत्साहन दिए।...."
प्रेरित ११: २३

योसेफ भनेर चिनिने बर्णाबासले बर्णाबास नाम प्रेरितहरूबाट प्राप्त गरेका थिए। यसको अर्थ "उत्साहको पुत्र" हो।

उनी विश्वासीहरुसँग आए र तिनीहरुलाई अघि बढाए। हामीले बर्णाबासलाइ पावलको जीवनमा यही कार्य गरीरहेको देख्यौं। प्रेरित ९:२६-२७ मा पावल यरूशलेममा आएपछि तिनले चेलाहरूसँग मिल्ने प्रयत्न गरे। तर तिनीहरूलाई उनी चेला हुन् भन्ने पत्यार नहुँदा सबैजना तिनीसँग डराए। तर बार्नाबासले तिनलाई साथमा लिएर प्रेरितहरूकहाँ लगे। अनि शाऊलले प्रभुलाई बाटोमा देखेका र प्रभु तिनीसँग बोल्नुभएको र तिनले दमस्कसमा साहससित येशूको नाउँमा प्रचार गरेका कुरा तिनीहरूलाई बताइदिए।

जसरी बर्णाबासले पावलसँग गरे, ठीक त्यस्तैगरी बर्णाबासले एन्टिओकका विश्वासीहरूलाई पनि परमेश्वरले खुला गर्नुभएको अवसरहरूमा जाने प्रोत्साहन दिनुभयो। हामीले पनि सहकर्मि प्रशिक्षकको रूपमा यस्तै गर्नु पर्छ। हामीले आफ्नो साथीको साथमा उभिएर उनलाई अगाडि बढ्न सहयोग गर्नुपर्छ। हामीले उनीहरू आफैले छनौट गरेका लक्ष्य र योजनाहरू पूरा गर्न प्रोत्साहित गर्नुपर्छ।

सशकर्मि प्रशिक्षणका सुझाव: हरेक पाइला पाइलामा प्रोत्साहन गर्नुहोस्।

जब सबै कुरा राम्रो भइरहेको हुन्छ, तब कसैलाई उत्साहपूर्वक हौसला दिनु सजिलो हुन्छ। तर जब कठिनाइहरू वा असफलताहरू आउँछन्, त्यस्तो बेलामा उत्साह दिनु अझै महत्वपूर्ण हुन्छ। हौसला दिनेहरूले सधैं राम्रो पक्ष देख्छन् र नकारात्मक निष्कर्षमा पुग्ने प्रलोभनबाट टाढा रहन्छन्। उनीहरूले कहिल्यै गाली गर्दैनन्। योजना असफल भए पनि त्यसलाई सकारात्मक दृष्टिकोणबाट हेर्ने तरिकाहरु छन्: “असफलता भनेको तपाईंले फेरि दोहोर्याउन नचाहने कुरा सफलतापूर्वक पत्ता लगाउनु हो। त्यसलाई पछाडि छोड्नुहोस् र अगाडि बढ्नुहोस्।”

बर्णाबास एक अगमवक्ता र शिक्षक थिए (प्रेरित १३:१)। बर्णाबासको आफ्नो सेवाको वरदानहरू प्रयोग गरेर विश्वास गर्नेहरूलाई परमेश्वर र उहाँको उद्देश्यप्रति समर्पणमा वृद्धि गर्न सहयोग गरे। येशूले स्पष्ट रूपमा बताउनुहुन्छ कि उहाँका चेलाहरू कसरी सम्पूर्ण हृदयले उहाँप्रति सच्चा रहन्छन्: “यदि तिमीहरूले मलाई प्रेम गर्छौ भने तिमीहरूले मेरो आज्ञा पालन गर्नेछौ।” सायद प्रशिक्षक (coach) ले गर्न सक्ने सबैभन्दा महत्वपूर्ण कार्य भनेको कुनै अगुवालाई परमेश्वरको आवाज सुन्न, उहाँले भन्नुभएको कुरा गर्न, त्यसपछि अरूलाई पनि त्यस्तै गर्न सिकाउने कार्यमा आत्मविश्वास प्राप्त गर्न मद्धत गर्नु हो।

३) प्रेरित गर्नु

“उहाँ एक असल मानिस हुनुहुन्थ्यो, पवित्र आत्मा र विश्वासले भरिपूर्ण, र धेरै मानिसहरूलाई प्रभुमा ल्याउनु भएको थियो।”

बर्णाबास ईश्वरीय चरित्रका मानिस थिए जसले आफ्नो वचन र कार्य दुवै मार्फत समर्पणको लागि प्रेरणा दिन्थे।

चाँडै नै एन्टिओकमा पावल बर्णाबासको सेवकाईको साझेदार बन्न लागेका पावलमा पनि यस्तै गुणहरू थिए। उनीहरूले सँगै बिताएको जीवन नै सम्भवतः यहि उदाहरण थियो जुन पछि पावलले लेखे: "उहाँलाई पूर्ण रूपले प्रसन्न पार्ने प्रभुको योग्य जीवन बिताउँदै र प्रत्येक असल काममा फलवन्त हुँदै परमेश्वरको ज्ञानमा बढ्दैजान सक।" (कलस्सी १:१०) असल प्रशिक्षकहरूले अगुवाहरूलाई ईश्वरीय चरित्रमा बढ्दै जान (प्रभुको योग्य तरिकाले चल्दै) र निरन्तर अघि बढ्न र सेवामा प्रभावकारी बन्न (हरेक असल काममा फल फलाउँदै) हौसला दिन्छन्। यी दुवै कुरालाई सन्तुलनमा राख्दै, अगुवाहरू आफ्नो लक्ष्यतर्फ अघि बढ्छन्।.

जसरी खेलाडीहरू दौडमा भाग लिँदा जित्ने आशाका साथ भाग लिन्छन, त्यसैगरी अगुवाहरूले पनि राज्यको अभियान सुरु गरेर आफ्ना लक्ष्यहरू पुरा गर्ने गहिरो चाहना राख्छन्। यस्तो दौड छोटो दूरीको दौड होइन। यो लामो दूरीको म्याराथन हो, जसमा गतिको सन्तुलन, धैर्यता, स्थिरता र अन्त्यसम्म पुग्ने लक्ष्यमा निरन्तर ध्यान आवश्यक पर्दछ। यसका लागि पवित्र आत्मा र विश्वासले भरिएको एउटा प्रशिक्षक पनि चाहिन्छ, जो छेउबाट चिच्याइरहेको हुन्छ: "अगाडि बढ्दै जाउ! मलाई थाहा छ तिमीले यो गर्न सक्छौ!"

"के तिमीहरूलाई थाहा छैन, दौड़मा दगुर्नेहरू सबै दगुर्छन्, तर इनामचाहिँ एउटैले मात्र पाउँछ? तिमीहरू इनाम प्राप्त गर्ने किसिमले दौड।"
१कोरन्थी ९:२४

"अनि धेरै मानिसहरू विश्वासमा थपिँदै गए"।
प्रेरित २: ४७

प्रगतिको नक्सांकन

"तपाईं कहाँ जान चाहनुहुन्छ?" सहकर्मि-प्रेरित प्रशिक्षक को रूपमा, हामीले मानिसहरूबाट निकाल्न चाहने मुख्य प्रश्नको उत्तर यही हो।

हामी मानिसहरूलाई उनीहरू ठ्याक्कै कहाँ जान चाहन्छन् भनेर निर्णय गर्न र आफ्नो प्रगतिको "नक्सा" तयार गर्न सहयोग गरी सेवा गर्छौं ताकि उनीहरू गन्तव्यमा पुग्न सकून्। नक्सा एक यस्तो उपकरण हो जसले हामीलाई चाहिएको गन्तव्यतर्फ अघि बढ्न सक्षम बनाउछ। मानिसहरूलाई आफ्नो यात्राको दिशा निर्धारण गर्न सहयोग गर्नका लागि, तलका प्रश्नहरू प्रयोग गर्नुहोस्:

- तपाईं कहाँ जान चाहनुहुन्छ?
- तपाईं अहिले कहाँ हुनुहुन्छ?
- तपाईं त्यहाँ कसरी पुग्न सक्नुहुन्छ?
- तपाईंको लिखित योजना के हो?
- तपाईं कति टाढा आइपुग्नुभएको छ? (पछिल्लो अनुगमन)

निर्देशनहरू: नक्साको प्रयोग गर्ने अवधारणाका साथ वृद्धिसँग सम्बन्धित प्रश्नहरू सोध्नुहोस्। यो प्रक्रियाको बारम्बर प्रयोगले मानिसहरूलाई आफ्नो वर्तमान अवस्थालाई समीक्षा गर्न, र योजनामा पुनःकेन्द्रित गर्न अति सकारात्मक कदम चाल्न मद्दत गर्छ।

तपाईँ कहाँ जान चाहनुहुन्छ? **(लक्ष्य)**
१. तपाईँ कुन लक्ष्यतर्फ काम गरिरहनुभएको छ?
२. तपाईं के हासिल गर्न खोज्दै हुनुहुन्छ?

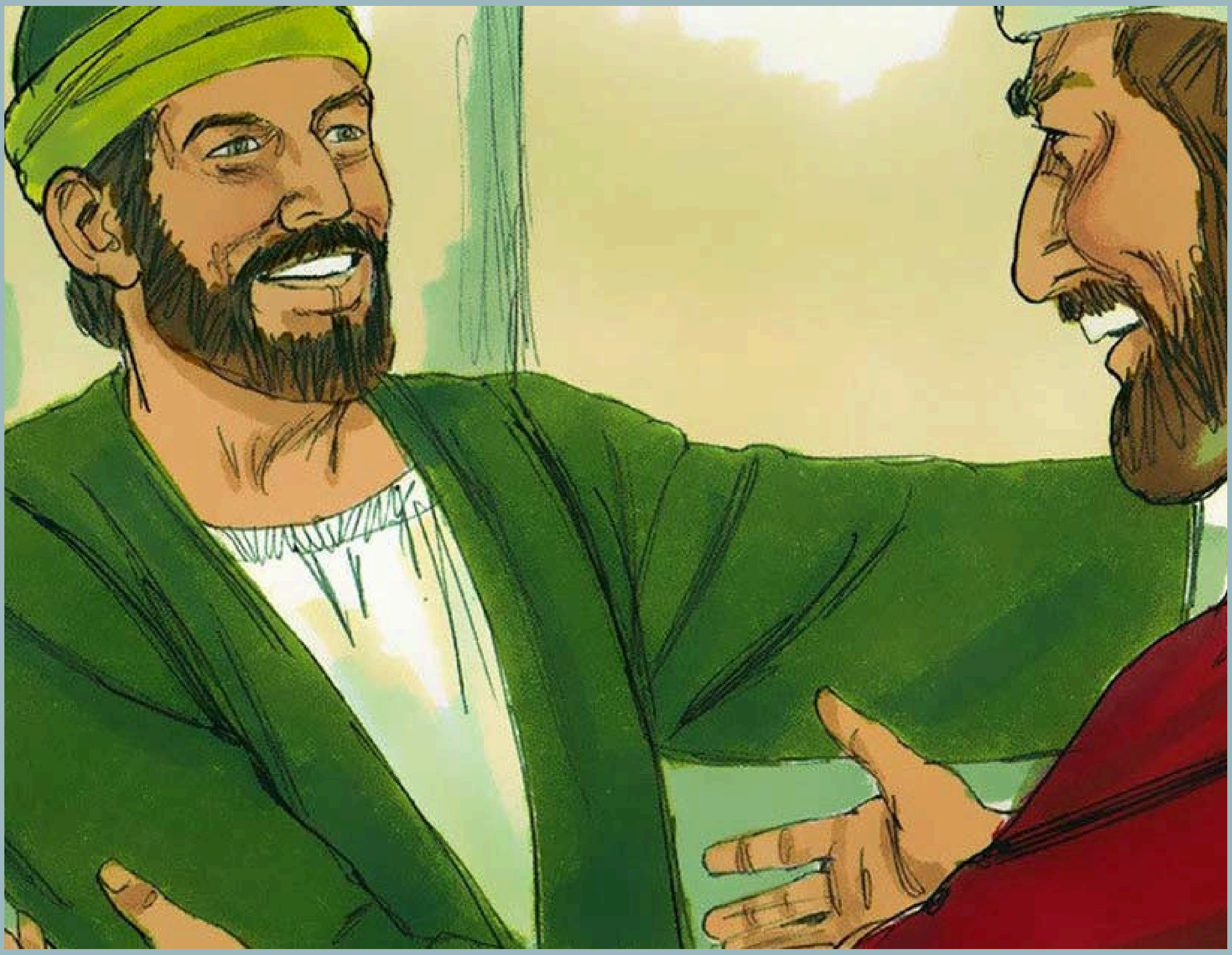
तपाईं अहिले कहाँ हुनुहुन्छ? **(वास्तविकता)**
१. आजको अवस्थाको वास्तविकता के हो?
२. तपाईंले अहिलेसम्म के हासिल गर्नुभएको छ?

तपाईं त्यहाँ कसरी पुग्न सक्नुहुन्छ? **(विकल्पहरू)**
१. तपाईंसँग के विकल्प छ?
२. तपाईंले अरू के गर्न सक्नुहुन्छ?

तपाईंको लिखित योजना के हो? **(लिखित योजना)**
१. तपाईंले के गर्नुहुनेछ?
२. तपाईंका अर्को कदमहरू के-के हुन्? यसलाई लेख्नुहोस्।

तपाईं कति टाढा आइपुग्नुभयो छ? **(प्रगति प्रतिवेदन)**
१. हामीले अन्तिम पटक कुरा गरे देखि अहिलेसम्म तपाईंले आफ्नो कार्य कदमहरूमा कस्तो प्रगति गर्नुभयो?
२. अब तपाईं कुन कुरामा ध्यान केन्द्रित गर्न चाहनुहुन्छ?

कार्य कदमहरू:
१) एक वा दुई जना साथी खोज्नुहोस् र उनीहरूलाई सोध्नुहोस् कि तपाईंहरू मेरो चेला बनाउने अभियानमा सहकर्मि प्रशिक्षक बन्न सक्नुहुन्छ कि ?
२) पहिलो भेटको समय तय गर्नुहोस्।
३) सहकर्मि प्रशिक्षक / मैत्रीपूर्ण जवाफदेहीताको अभ्यास सुरु गर्नुहोस्!



तिनी त्यहाँ आएर परमेश्वरको अनुग्रह देखिकन खुशी भए, र तिनीहरू सबैलाई सम्पूर्ण हृदयले प्रभुप्रति विश्वासी रहिरहन प्रोत्साहन दिए।

प्रेरित 11:23