क्षेत्रीय मार्गदर्शिका

THE MENTORING PROJECT

समय और तकनीक परमेश्वर की महिमा के लिए

DANIEL S. DUMAS

समय और तकनीक परमेश्वर की महिमा के लिए

DANIEL S. DUMAS

(डैनियल एस. ड्यूमस)

विषय-वस्तु

समय और तकनीक 4
परमेश्वर की महिमा के लिए

भाग I: दिशासूचक यंत्र से जीवन बिताएँ 7

भाग II: जीवन पर आक्रमण करें या 16
जीवन आप पर आक्रमण करेगा

भाग III: काम पूरा करें 21

समय और तकनीक परमेश्वर की महिमा के लिए

परिचय: एक चींटी पर विचार करें

आप मुझे पागल कह सकते हैं, परन्तु मैं चाहता हूँ कि आप अपने जीवन में इस श्रेणी के प्रबन्धन की प्रक्रिया को जानते समय एक चींटी पर विचार करें। यह छोटा सा जीव समय और तकनीक के सम्बन्ध में हमारे प्रबन्धन पर बड़ा प्रभाव डाल सकता है। सुलैमान के नीतिवचन (नीति. 6:6–11) हमारा ध्यान सूक्ष्म चींटी की ओर लगाते हैं, जिससे कि हम उसकी उद्देश्यपूर्णता, उद्योग, प्रबन्धन, योजना और परिश्रम से सीख सकें। आपने शायद अपने जीवन में इतने बड़े क्षेत्र के लिए चींटी पर विचार नहीं किया होगा, परन्तु आज आपका भाग्यशाली दिन है।

पवित्रशास्त्र उत्पादकता की कमी, टालमटोल और अपने जीवन को संयोग पर छोड़ देने से निपटने के लिए हमारा ध्यान चींटी की ओर लगाता है। यह बहुत ही आश्चर्यजनक बात है, क्योंकि परमेश्वर ने इसके लिए कई उपमाएँ उपयोग की हैं। वास्तविकता तो यह है कि हमें इस जीवन को बर्बाद नहीं करना है और न ही हमें बिना किसी योजना के जीवन जीना है। पवित्रशास्त्र हमें योजना बनाने का आदेश देता है। हम अपनी योजनाएँ बनाते हैं और परमेश्वर प्रभुतापूर्वक हमारे कदमों का मार्गदर्शन करता है, अर्थात् मसीही सिद्धान्त यह मानता है कि सौरमण्डल का हर अणु उसके प्रभुता सम्पन्न निर्देश और देखभाल के अधीन है। या दूसरे शब्दों में कहें तो हमारी योजनाएँ पेंसिल से लिखी जाती हैं, जबकि परमेश्वर की योजनाएँ स्थायी स्याही से लिखी जाती हैं। याकूब ने पहली शताब्दी में इस बात पर विचार किया और हमें याद दिलाया कि हमें अपनी योजनाएँ बिना किसी अहंकार के बनानी चाहिए। इसका अर्थ है कि हम अपनी योजनाओं को परमेश्वर की मूल योजना के अधीन कर देते हैं (याकूब 5:13-17)। अधीनता में होकर योजना बनाना पवित्रशास्त्र की निर्धारित विधि है। हम अपना समय कहाँ बिताते हैं, यह वास्तव में प्रकट करता है कि हम किस बात को महत्व देते हैं। रुपये के हमारे उपयोग की तरह, समय का हमारा उपयोग यह दर्शाता है कि हम किस बात की सबसे अधिक चिन्ता करते हैं।

समय मनुष्य के लिए बड़ा तुल्यकारक है, क्योंकि हम सभी को एक दिन में समान समय मिलता है। संयुक्त राज्य अमेरिका के राष्ट्रपति, जिनके कंधों पर सभी जिम्मेदारियाँ हैं, उनके पास हम में से बाकी लोगों की तुलना में एक दिन में अधिक समय नहीं होता। कुछ अगुवों के पास अधिक योग्यता, रुपया और क्षमता होती है, परन्तु किसी के पास अधिक समय नहीं होता।

हम नहीं जानते कि इस ग्रह पर हमारे पास कितने दिन हैं। परिश्रमी आविष्कारक बेंजामिन फ्रैंकलिन ने कहा, "समय ही वह वस्तु है, जिससे जीवन बना है।" हमारे जीवन की लम्बाई केवल एक पवित्र, सम्प्रभु और न्यायप्रिय परमेश्वर के द्वारा निर्धारित की जाती है।

पवित्रशास्त्र में समय का सावधानीपूर्वक उपयोग करने के परामर्श भरे पड़े हैं। उदाहरण के लिए, मूसा ने भजन संहिता में लिखा है, "हम को अपने दिन गिनने की समझ दे कि हम बुद्धिमान हो जाएँ" (भज. 90:12)। इसी तरह, प्रेरित पौलुस ने कहा कि "ध्यान से देखो, कि कैसी चाल चलते हो: निर्बुद्धियों के समान नहीं पर बुद्धिमानों के समान चलो। अवसर को बहुमूल्य समझो, क्योंकि दिन बुरे हैं" (इफि. 5:15 -16)।

अपने जीवनों और दिनों को संयोग पर छोड़ना न तो चतुराई है और न ही समझदारी। इसकी वास्तविकता यह है कि यदि आप अपने समय और तकनीक का अच्छा प्रबन्धन नहीं करते, तो कोई और बड़े आनन्द से आपके लिए यह काम कर देगा। एक पुराना विज्ञापन है, जिसका शीर्षक है "अत्यावश्यक वस्तुओं का अत्याचार।" इसका आधार सरल और गहरा था कि यदि अत्यावश्यक वस्तुओं पर ध्यान न दिया जाए, तो वे अन्त में हम पर हावी हो जाएँगी और जो अच्छा, सही और सुन्दर है, उसे दबा देंगी। यह दु: ख की बात है कि हमारा बहुत सारा समय किसी सोची-समझी कार्य योजना से नहीं, वरन् उन वस्तुओं से निर्धारित होता है, जिन्हें हम ने नहीं चुना है। इस तेज-गति वाले संसार में हमारे समय के लिए बहुत सी वस्तुएँ होड़ कर रही हैं। अक्सर हमें यह चुनना पड़ता है कि हमारे लिए क्या ठीक है और क्या सबसे अच्छा है। आज यह रुक जाता है, और मैं प्रार्थना करता हूँ कि यह क्षेत्रीय मार्गदर्शिका आपको अपने समय और तकनीक दोनों पर नियंत्रण वापस पाने में सहायता करेगी।

याद रखें कि, हर समय एक जैसा नहीं होता। हमारे पास अपना समय गँवाने, समय खोने, अपने समय को गलत प्राथमिकता देने, अपने समय को टालने, समय बर्बाद करने और यहाँ तक कि समय को भुनाने की क्षमता होती है। समय का विश्वासयोग्यता के साथ उपयोग करना इस बात को स्वीकार करने से आरम्भ होता है कि इस जीवन में हमारा समय सीमित है। परमेश्वर अनन्त है और हम सीमित हैं (भज. 90:1–3)। आपको जीने के लिए एक ही जीवन मिलता है, और आप एक और मिनट नहीं खरीद सकते। इसका अर्थ है कि समय एक सीमित इकाई है और आपकी सबसे मूल्यवान सम्पत्ति है। हम सभी को जॉन पाइपर की इस बुलाहट पर ध्यान देने के लिए प्रेरित होना चाहिए, "अपना जीवन बर्बाद मत करो!"

समय के साथ हमारे अधिकांश संघर्ष इसके पर्याप्त न होने से आते हैं, परन्तु संतुलित होने की भावना में (मुझे लगता है कि मत्ती 5 अध्याय में एक अतिरिक्त प्रेरणाहीन आशीष “धन्य हैं वे जो संतुलित हैं” होनी चाहिए), मैं आपके प्रति विश्वासघाती होऊँगा, यदि मैं आपको यह याद न दिलाऊँ कि यह सम्भव है कि आपके हाथों में बहुत अधिक समय हो सकता है। हमारे जीवन के विभिन्न चरणों में, हमारे हाथों में बहुत अधिक समय होगा, जो हमारे लिए और हमारे आत्मिक गठन के लिए खतरनाक हो सकता है। उदाहरण के लिए, एक जवान व्यक्ति के पास बहुत अधिक समय शैतान के खेल का मैदान बन सकता है, अर्थात् एक ऊबा हुआ किशोर एक खतरनाक किशोर में बदल सकता है। यही बात हम में से किसी के लिए भी सच हो सकती है, जिसके पास बिना किसी मंशा के समय का एक बड़ा हिस्सा है। मैं यह नहीं कह रहा कि आप आराम नहीं कर सकते और मौज -मस्ती नहीं कर सकते, परन्तु मेरा अवलोकन यह है कि वीडियो गेम, टीवी, सोशल मीडिया और इस तरह की बातों में बहुत समय बर्बाद होता है। समय के सभी अच्छे उपयोगों के लिए एक ढाँचे की आवश्यकता होती है, जिसमें हमारा अवकाश भी शामिल है। तकनीक ने समय बर्बाद करना आसान बना दिया है।

नीचे दस सिद्धान्त दिए गए हैं, जो परमेश्वर की इच्छा से, आपको अपना समय और तकनीक परमेश्वर की महिमा के लिए संचालन करने में सहायता करेंगे। अपने समय का दुरुपयोग करने और तकनीक के दास बनने की परीक्षा से हम सभी को सावधान रहना चाहिए। इन सिद्धान्तों को आपको विश्वासयोग्य और फलदायी जीवन बिताने में मार्गदर्शन करने दें।

1
दिशासूचक यंत्र के अनुसार जीवन बिताएँ

तू परमेश्वर अपने प्रभु से अपने सारे मन और अपने सारे प्राण और अपनी सारी बुद्धि के साथ प्रेम रख।

मत्ती 22:37

मैं घड़ी के बजाय दिशासूचक यंत्र के अनुसार जीवन बिताना पसंद करता हूँ। अपना सही उत्तर जानना आपको एक उच्च उद्देश्यपूर्ण व्यक्ति और अगुवा बनने के लिए एक स्वस्थ मार्ग पर ले जाता है। अधिकांश लोग अपनी स्वयं की पूर्व निर्धारित प्राथमिकताओं से नहीं, बल्कि समय के अत्याचार से प्रेरित होते हैं। ऐसे लोग दिन में कभी भी पर्याप्त समय नहीं निकाल पाते! वे एक लम्बे दिन के अन्त में लगातार हताश और निराश होते हैं। मुझे दिन में उस काम के लिए समय नहीं मिलता, जिसे मैं महत्व देता हूँ, मुझे समय निकालना पड़ता हूँ। मुझे उस दिन पर पछतावा होता है, जब मैं घण्टों, दिनों या सप्ताह के द्वारा अपना रास्ता बनाता हूँ। मैं बिना पतवार वाले जहाज की तरह नहीं बनना चाहता, अर्थात् अव्यवस्थित होना कोई गुण नहीं है।

आपको इस जीवन में समझदारी से चुनाव करना होगा, विशेष रूप से जब समय की बात आती है। अत: आपकी प्राथमिकताएँ क्या हैं? आप किस बात को महत्व देते हैं? अपनी विभिन्न भूमिकाओं और जिम्मेदारियों की पहचान करके सबसे अच्छा आरम्भ करना चाहिए। अपने जीवन और दिनों का निर्माण उन विभिन्न भूमिकाओं के चारों ओर करें: एक मसीही, पेशेवर, कार्यकारी, लेखक, शिल्पकार, पास्टर, कलीसिया का अगुवा, माता, पत्नी, पति, पिता, लेखक, भाई, बहन, जो भी वे हों। अपनी विशिष्ट भूमिकाओं और जिम्मेदारियों की पहचान करें और उन्हें लिख लें। कोई भी दो लोग एक जैसे नहीं होते, इसलिए कोई गलत उत्तर नहीं हो सकता। इसके बाद, उन भूमिकाओं के लिए अपना समय दें।

मैं इसे बाद में फिर से कहूँगा, परन्तु अधिकांश लोग ऐसे लोगों के लिए जीवन बिता रहे हैं, जो उनके अन्तिम संस्कार में भी नहीं आएँगे। कोई भी पेशेवर व्यक्ति अपनी मृत्युशैया पर कभी यह नहीं कहता, “काश मैंने कार्यालय में अधिक समय बिताया होता।” और मैं शर्त लगा सकता हूँ कि आपने कभी भी शव-वाहन को इस

जीवन में खिलौनों और सस्ती वस्तुओं से भरे ट्रक को खींचते हुए नहीं देखा होगा। मैं एक कदम और आगे जाऊँगा, यदि आप धोखा देने जा रहे हैं, तो अपने घर को नहीं, कार्यालय को धोखा दें। फिर से, उन लोगों के लिए जीवन बिताएँ, जो वास्तव में आपके अन्तिम संस्कार में आएँगे। हम जिन लोगों को प्रभावित करने का प्रयत्न कर रहे हैं, उनमें से अधिकांश लोग शामिल भी नहीं होंगे (हो सकता है कि वे कुछ लोग गुलबहार के फूल भेज दें)। कठोर होने के जोखिम पर (लिखने के लिए कह रहा है कि मैं आपकी तुलना में स्वयं पर अधिक कठोर हूँ), यदि आप काम में सफल होते हैं और घर पर असफल होते हैं, तो अनुमान लगाइए? आप असफल हुए। परिवार हमेशा पेशे से अधिक महत्वपूर्ण होता है। यीशु के साथ आपके व्यक्तिगत् सम्बन्ध के बाद, परिवार आपकी प्राथमिकता है।

अब जब हमने समय को अलग रख दिया है और अपनी प्राथमिकताओं की पहचान कर ली है, तो आइए दोनों पाँवों से उछलें और कुछ समय प्रबन्धन वाले कार्य करके आरम्भ करें।

स्वयं को जानें

क्या आप जानते हैं कि आप यहाँ क्यों हैं? मैं यह नहीं पूछ रहा हूँ कि "क्या आप जानते हैं कि हम यहाँ क्यों हैं?" यह स्पष्ट रूप से पवित्रशास्त्र के द्वारा निर्धारित किया जाता है, क्योंकि आप एक मसीही वैश्विक दृष्टिकोण के अनुसार जीवन बिताते हैं। वेस्टमिस्टर शॉर्टर कैटेशिज़्म अर्थात् धर्मप्रश्नोत्तरी (1647) यह प्रश्न पूछती है, "मनुष्य का मुख्य उद्देश्य क्या है?" इसका उत्तर संक्षिप्त और सहायक है: "मनुष्य का मुख्य उद्देश्य परमेश्वर की महिमा करना और हमेशा उसका आनन्द मनाना है।" यह समझना हमारे लिए महत्वपूर्ण है, परन्तु मैं यही नहीं कहना चाहता। आपके लिए मेरा प्रश्न अधिक विशिष्ट है, आप यहाँ क्यों हैं?

सन् 1981 की फिल्म *चैरियट्स ऑफ फायर* में, ओलंपिक धावक एरिक लिडेल ने साक्षात्कार के दौरान टिप्पणी की, "जब मैं दौड़ता हूँ, तो मुझे उसकी प्रसन्नता महसूस होती है।" हो सकता है कि यह आपके लिए दौड़ना न हो, तो ऐसा क्या है, जो आपको यह कहने का आत्म-विश्वास देता है, "जब मैं कुछ काम करता हूँ, तो मुझे परमेश्वर की प्रसन्नता महसूस होती है।" मैं आपको एक ही वाक्य में अपनी बात स्पष्ट करने के लिए प्रोत्साहित करूँगा। इसे लिखने में आपको कई सप्ताह और यहाँ तक कि महीने भी लग सकते हैं, क्योंकि यह एक बहुत ही महत्वपूर्ण वाक्य है। यह व्यापक या विशिष्टता से रहित नहीं होना चाहिए। इसे अपने कुछ मित्रों और परिवार के लोगों के साथ साझा करें, इसे समझने के लिए अपना समय लें। यह एक वाक्य एक घोषणापत्र होगा और यह आपके जीवन के सभी दिनों में आपकी सहायता करेगा। इसके अतिरिक्त, यह आपके लिए एक आवश्यक सुरक्षा कवच के रूप में काम करेगा, जब आप इस जीवन में छोटे और बड़े दोनों तरह के निर्णय लेंगे। इस सरल अभ्यास में मैंने अनगिनत लोगों को प्रोत्साहित किया है और मैं वादा करता हूँ कि इस निर्णय लेने वाले पेड़ पर बहुत फल आएँगे। मेरा निर्णय यह है: "संसार को बदलने वाले सुसमाचार संगठनों का एक विघटनकारी अगुवा और प्रेरक शिक्षक बनना।" इस सरल वाक्य में हर एक शब्द मायने रखता है। अब आप इसका प्रयत्न करें।

मैं आपको "अपने जीवन को रिवर्स इंजीनियर" करने के लिए भी प्रेरित करता हूँ। माइकल हयात ने अपनी पुस्तक *लिविंग फॉरवर्ड* में मुझे इस अवधारणा से परिचित कराया। इस अभ्यास में, आप अपने जीवन को तेजी से आगे बढ़ाते हैं और अपनी मृत्यु के बारे में सोचते हैं। आप अपनी कब्र के पत्थर पर क्या लिखवाना चाहते हैं? इसका सुझाव यह नहीं है कि आप रोगी हो जाएँ, परन्तु आपको अपनी समाधि के बारे में सोचना चाहिए। कुछ मजेदार समाधि-लेख यहाँ दिए गए हैं, जो सदियों से कब्र के पत्थरों पर दिखाई देते रहे हैं:

- *"मैंने तुम से कहा था कि मैं बीमार हूँ।"* मरकुस जोन्स
- *"न्यू ऑस्टिन में दूसरी सबसे तेज बराबरी।"* बायरन विकर
- *"उसे नमकीन बहुत पसंद था।"* जिम हॉकिन्स
- *"क्षमा करें, गलती से फाँसी लगा दी।"* जॉर्ज जॉनसन

अत: मैं आप से पूछता हूँ कि आप कैसे याद किए जाना चाहते हैं? एक अच्छी तरह से जीया गया जीवन आपको कैसा लगता है? एक मानसिक तस्वीर बनाना और फिर उसे लिख लेना इसमें सहायता करेगा। इसके बाद, अन्त को ध्यान में रखते हुए, आज की ओर पीछे की ओर काम करें। क्या आप अपने लक्ष्यों को पूरा करने के लिए सही रास्ते पर हैं (इस पर बाद में और अधिक बात करेंगे)? आप अपनी योजना के साथ कैसे काम कर रहे हैं?

क्या आप सही रास्ते पर हैं? आप कैसे याद किए जाना चाहते हैं? सुकरात ने कहा, "बिना जाँचा-परखा गया जीवन जीने योग्य नहीं होता।" मुझे लगता है कि अपने जीवन को रिवर्स इंजीनियर करने से यह सुनिश्चित करने में बहुत सहायता मिलती है कि आप केवल इस वर्ष के साथ नहीं, बल्कि अपने पूरे जीवन के साथ जानबूझकर रहें।

एक किशोर के रूप में, जोनाथन एडवर्ड्स यीशु का अनुसरण करने के बारे में बेहद गम्भीर थे। उन्होंने अपने लिए सत्तर संकल्प बनाए, जिससे कि वे एक परमेश्वर-केन्द्रित जीवन व्यतीत कर सकें। उनमें से कई समय के उचित उपयोग के बारे में थे। उदाहरण के लिए, उनका पाँचवाँ संकल्प "समय का एक पल भी न गँवाना, बल्कि इसे यथासम्भव सबसे लाभदायक तरीके से सुधारना" था। और छठवाँ संकल्प: "जब तक मैं जीवित हूँ, तब तक अपनी पूरी सामर्थ्य से जीवन बिताना" है। और सातवाँ संकल्प था: "ऐसा कुछ भी न करना, जिसे करने से मुझे डर लगे, भले ही वह मेरे जीवन का अन्तिम दिन हो।" मैंने आपको बताया कि वह गम्भीर था! उसके संकल्प शक्तिशाली बातें हैं। शायद आपको उन्हें देखना चाहिए और वैसा ही करना चाहिए।

योजना बनाएँ

कोई योजना न होना वास्तव में एक निष्क्रिय योजना है। यह बिलकुल सही कहा गया है, "किसी भी बात का लक्ष्य न बनाएँ और आप हर बार उस पर अवश्य ही सफल होंगे।" पवित्रशास्त्र हमें योजना बनाने का आदेश देता है (नीति. 16:1–4)। हालाँकि, हम इस जागरूकता के साथ अपनी योजनाएँ पेंसिल से बनाते हैं कि परमेश्वर हमें सबसे बेहतर रूप से जानता है और हमें यीशु जैसा बनाने के लिए वह प्रतिबद्ध है (फिलि. 1:6)। अत: परमेश्वर

हमारी योजना की 2 नम्बर वाली पेंसिल से जुड़ी हुई मिटाने वाली रबड़ है। हम योजना तो बनाते हैं, परन्तु हम इसे परमेश्वर की सम्प्रभु इच्छा से अलग होकर नहीं करते, और न ही हमें इसे अभिमानपूर्वक करना चाहिए। अभिमानपूर्ण योजना यह मानती है कि हम भविष्य को जानते हैं, जबकि सच्चाई यह है कि यह पूरी तरह से परमेश्वर के अलौकिक हाथ में है (याकूब 4:13–17)। बाइबल आधारित योजना मसीह के प्रभुत्व के लिए योजनाओं को प्रस्तुत करती है। अत: भविष्यद्वाणियाँ करने से बचें, अपनी योजनाएँ पेंसिल से बनाएँ, और भविष्य में आप जो करने की योजना बना रहे हैं, उसके बारे में घमण्ड न करें। इन योजनाओं को बनाने के लिए बाइबल आधारित सुरक्षा रेखाएँ मौजूद हैं।

इसे अपने आधार के रूप में रखते हुए, आपको एक योजना की आवश्यकता है। मुझे लगता है कि 3 से 5 वर्ष की योजना प्रबन्धन के योग्य और सम्भव दोनों है। पाँच वर्ष से आगे की कोई भी योजना काँच की गेंद बन जाती है और भविष्यद्वाणी करना कठिन हो जाता है। आपको योजना बनाते समय गहराई से सोचना चाहिए और उसे लिख लेना चाहिए। एक "मूल योजना" बनाई जाती है और फिर एक दैनिक योजना बनाई जाती है। प्रारूप या उपकरण चुनने का काम आपका होता है। जिस काम से आपका उद्देश्य पूरा हो, उसे करें, परन्तु उसे सुलभ और प्राप्त करने योग्य बनाएँ। हमारी योजना का बहुत बड़ा हिस्सा अनुशासन, जीवन की अच्छी लय और दिशा की स्पष्टता पर निर्भर करता है। यहाँ कुछ बातें हैं, जिन्हें मैंने इस दौरान अपनाया है और हो सकता है कि उनसे आपको आरम्भ करने में सहायता मिले:

- **पहली बात**, चौड़ाई में नहीं, बल्कि गहराई में जाएँ। मुझे इस बात का पछतावा है कि मैं अपने काम और रिश्तों में बहुत अधिक लेन-देन करने वाला रहा हूँ और उतना बदलाव लाने वाला नहीं रहा हूँ। यह अवश्य है कि मैं काम पूरा करने और बातों को घटित करने के लिए प्रसिद्ध हो सकता हूँ, परन्तु जीवन में निष्पादन में अच्छा होने से बढ़कर बहुत सी अन्य बातें हैं। जो लोग विरासत छोड़ते हैं, वे ऐसे लोग होते हैं, जिन्होंने गहरे रिश्तों को प्राथमिकता दी थी।

- **दूसरी बात**, कोई भी बात परमेश्वर के साथ आपके व्यक्तिगत् समय को बदलने या हटाने वाली नहीं होनी चाहिए। पवित्रशास्त्र में प्रतिदिन समय बिताना और प्रार्थना करना (और अन्य सभी व्यक्तिगत् आत्मिक अनुशासनों को अपनाना) प्रभावशाली होने के लिए आवश्यक है। समय के अपने प्रबन्धन को अधिकतम करने के लिए, आपको परमेश्वर के साथ बिताने के लिए समय निकालना चाहिए। यह आपके लिए सबसे महत्वपूर्ण रिश्ता होना चाहिए। जिस बात को आपके मसीही जीवन का केन्द्र माना जाता है, उसे अनदेखा न करें। प्रेरित पौलुस का एकमात्र डर यही था कि "उस सीधाई और पवित्रता से जो मसीह के साथ होनी चाहिए, कहीं भ्रष्ट न किए जाएँ" (2 कुरि. 11:3)। पढ़ने और प्रार्थना करने के आत्मिक अनुशासन जीवन देने वाले और जीवन बदलने वाले अनुशासन हैं। यीशु के साथ समय बिताना वैकल्पिक नहीं है।

- **तीसरी बात**, अपनी जीवन की योजना का निर्माण अपनी विभिन्न भूमिकाओं के चारों ओर करें। एक पति, एक पिता, एक पेशेवर, एक धावक, एक लेखक, एक माता, एक प्रतिनिधि, एक अग्निशामक, आदि। आप

समझ गए होंगे। आपके मूल्यों और प्राथमिकताओं के द्वारा आपकी भूमिकाओं को निर्धारित किया जाना चाहिए।

- **चौथी बात**, अपने कार्यक्रम में जगह बनाएँ। हर दिन के हर मिनट का हिसाब नहीं रखा जा सकता। यदि ऐसा किया गया, तो आप एक स्वस्थ अगुवे नहीं बन पाएँगे। हम सभी को विश्राम की आवश्यकता होती है, यहाँ तक कि परमेश्वर ने भी सातवें दिन विश्राम किया। साथ ही, आप नहीं चाहते कि लोग आपको बहुत व्यस्त समझें (जैसे कि यह एक गुण है) और ज्ञान पाने के लिए आपसे सम्पर्क न करें। मैं अपने दिन को इस तरह से व्यवस्थित करता हूँ कि मेरे पास दूसरे लोगों के लिए और अलौकिक व्यवधानों के लिए समय हो।

- **पाँचवीं बात**, अपने जीवन में डिजिटल शोर को धीमा करें। मैं भी अपने फोन, टैब या कंप्यूटर पर समय बर्बाद करने के लिए उतनी ही परीक्षा में पड़ता हूँ। इस पर बाद में और बात करेंगे, परन्तु शैतान हमारे उपकरणों से हमारा ध्यान भटकाता है। जब आप मौजूद हों, तो मौजूद रहें और ऑनलाइन न खोए रहें।

- **छठवीं बात**, पहले अपनी पीड़ा का उपाय करें। मैं अब जीवन और काम की दैनिक लय के बारे में बात कर रहा हूँ, परन्तु आपको एक अच्छी लय में आना होगा। मैं किसी भी दिन सबसे कठिन काम को सबसे पहले करने का प्रयत्न करता हूँ। मैं पूरे दिन एक कठिन बातचीत के बारे में सोचते रहना पसंद नहीं करता, ऐसा न हो कि जब तक मैं इसे पूरा न कर लूँ, तब तक यह मेरे पेट में घूमती रहती रहे। यह चिन्ता शरीर या आत्मा के लिए अच्छी नहीं है। फिलिप्पियों 4:6 में कहा गया है कि हमें किसी भी बात को लेकर चिन्तित नहीं होना चाहिए। कठिन कामों को पहले करने का यह एक अनुशासन मेरे बेकार और ध्यान भटकाने वाले तनावों को समाप्त करने में बहुत सफल रहा है।

- **एक अन्तिम बात।** एक प्रभावशाली योजना बनाने के लिए आपको दो अक्षरों का एक शब्द उपयोग करना होगा। और वह शब्द है "नहीं।" आप हर बात के लिए जितना चाहें, उतना "हाँ" नहीं कह सकते। आप बहुत सारी अच्छी बातें और कभी-कभी अच्छे काम करेंगे। परन्तु क्या आप सबसे अच्छे काम कर रहे हैं? क्या आप अपनी योजना पर काम कर रहे हैं? क्या आप उन रिश्तों के लिए जीवन बिता रहे हैं, जो आपके लिए वास्तव में मायने रखते हैं? मैं चाहता हूँ कि आप बिना किसी पछतावे के जीवन बिताएँ, और यदि आप इसे हासिल करना चाहते हैं तो आपको अपनी योजना के प्रति चौकस रहने की आवश्यकता है।

यदि आप जीवन पर आक्रमण नहीं करते, तो जीवन आप पर आक्रमण करेगा। एक सामान्य नियम के रूप में, जब मेरी जीवन की योजना की बात आती है तो मैं बचाव करने का नहीं, बल्कि आक्रामक होने का प्रयत्न करता हूँ। मैं उस योजना की समीक्षा करने में एक दिन में एक घण्टा, अपनी प्राथमिकताओं को फिर से निर्धारित करने में एक महीने में एक दिन, और अपने जीवन की दिशा के बारे में गहराई से सोचने के लिए वर्ष में एक सप्ताहांत व्यतीत करता हूँ। मैं आपको आत्मिक रूप से एक धक्का देता हूँ, क्योंकि आप अपने जीवन को रिवर्स -इंजीनियर करना चाहते हैं और एक सुविचारित योजना बनाकर मिशन पर जीवन बिताना चाहते हैं। जैसा कि जे.सी. राइल ने

कहा, "कल का दिन शैतान का है, आज का दिन परमेश्वर का है।" अपनी योजना आज बनाएँ, अपने जीवन पर नियंत्रण रखें, और जो समय और प्रयत्न इसमें लगेगा, आपको उसका पछतावा नहीं होगा।

जहरीले लोगों से बचें

रिश्ते हमारे जीवन का एक बड़ा हिस्सा होते हैं। समय की देखभाल का एक महत्वपूर्ण हिस्सा यह जानना है कि अपने रिश्तों को कैसे सम्भालना है। बाइबल आधारित कुछ महत्वपूर्ण ज्ञान में ये बातें शामिल हैं:

आप हर किसी को प्रसन्न नहीं कर सकते (1 थिस्स. 2:4)।

हम हर बात को व्यक्तिगत् रूप से नहीं ले सकते (नीति. 4:23)।

ईर्ष्या अपनी आशीषों के बजाय किसी दूसरे की आशीषों को गिनने की कला है (नीति. 14:30)।

मनुष्य का भय एक फंदा है (नीति. 29:25)।

मेरे जीवन में कई ऐसे समय आए, जब मैंने जानबूझकर किसी रिश्ते से दूरी बना ली। ऐसा क्यों हुआ? क्योंकि जहरीले लोगों के साथ समय बिताने के लिए यह जीवन बहुत छोटा है। क्या आप जानते हैं कि पवित्रशास्त्र में बहुत सारे मित्रों के बारे में चेतावनी दी गई है? नीतिवचन 18:24 कहता है कि "मित्रों के बढ़ाने से तो नाश होता है, परन्तु ऐसा मित्र होता है, जो भाई से भी अधिक मिला रहता है।" हम अपने सोशल मीडिया चैनलों पर इस बात का बखान करते हैं कि हमारे कितने सारे "मित्र" हैं, परन्तु क्या वे सच्चे मित्र हैं? यदि आपके पास पाँच आजीवन वाले और विश्वासयोग्य मित्र हैं, अर्थात् अच्छे-मौसमी मित्र नहीं, बल्कि बुरे-मौसमी मित्र हैं, तो स्वयं को भाग्यशाली समझें। ऐसे मित्र जो जीवन की कठिनाइयों में उस समय आपका साथ देते हैं, जब सब साथ छोड़ देते हैं। ऐसे मित्र जो आपके साथ तेज बहाव में दौड़ेंगे और कठिनाई के पहले संकेत पर पीछे नहीं हटेंगे।

हम वही बन जाते हैं, जिसके साथ हम समय बिताते हैं। यही कारण है कि सुलैमान ने कहा, "क्रोधी मनुष्य का मित्र न होना, और झट क्रोध करने वाले के संग न चलना" (नीति. 22:24)। मैंने अपने लड़कों से कहा है कि वे अपने मित्रों का चुनाव सावधानी से करें, क्योंकि बुरी संगति अच्छे चरित्र को बिगाड़ देती है (1 कुरि. 15:33)। आप ऐसे लोगों के साथ बहुत अधिक समय नहीं बिता सकते और न ही बिताना चाहिए, जो आपको नीचे गिरा देंगे। इसका आप पर हानिकारक प्रभाव पड़ेगा। आपको अपने समय के अच्छे प्रबन्धन और अपने आत्मिक स्वास्थ्य के लिए इस तरह के विषाक्त रिश्तों को अलग रखने का निर्णय करना होगा। सच्चे मित्र हमें सुस्त बनाने के बजाय हमें तेज बनाते हैं (नीति. 27:17)। आपको किसी को सीधे यह बताने की आवश्यकता नहीं है कि आप उनसे दूर जा रहे हैं, बस जानबूझकर और धीरे -धीरे उनकी ओर बढ़ना बन्द करें। जहरीले लोगों से दूर रहने से आपकी दिनदर्शिका खुल जाएगी और आपके जीवन में आश्चर्यजनक तरीके से सुधार आएगा।

समझदारी से तकनीक का उपयोग करें

हमारी तकनीक के द्वारा हमारा समय खाया जा रहा है। हमारे जीवन और घरों में ऐसी सामग्री की एक ज्वार की लहर आ रही है। क्या आप जानते हैं कि हर दिन 100 अरब से अधिक ई-मेल भेजे जाते हैं? यह वैश्विक आबादी से दस गुना अधिक है। शब्द सन्देश तो इस सारणी से बाहर हैं, अर्थात् इस वर्ष शब्द सन्देशों की संख्या छह खरब से अधिक हो जाएगी। सूचना का अतिभार एक वास्तविक बात है। स्टीफन डेवी के अनुसार, "यदि आप एक सप्ताह के लिए न्यूयॉर्क टाइम्स अखबार पढ़ते हैं, तो आप सन् 1800 के दशक में रहने वाले औसत व्यक्ति की तुलना में अधिक जानकारी के सम्पर्क में आएँगे।" क्या आप जानते हैं कि सभी किशोरों में से 88% के पास मोबाइल फोन है? इससे भी अधिक चौंकाने वाली बात यह है कि ऐसे 48% बच्चों के पास मोबाइल फोन हैं, जो अभी किशोर भी नहीं हुए। इससे भी बुरी बात यह है कि बच्चे हर दिन विभिन्न इलेक्ट्रॉनिक उपकरणों पर पाँच घण्टे का समय बिता रहे हैं!

यदि हम सावधान नहीं हुए, तो हम सूचना की इस ज्वारीय लहर में डूब जाएँगे। उच्च प्रभाव वाले लोग जानते हैं कि अपनी तकनीक का मंशागत् रीति से उपयोग कैसे किया जाए। हम सभी के पास दिन में एक समान चौबीस घण्टे होते हैं, अत: हमें चतुर होकर यह पहचानना है कि कौन सी बात हमें अपनी प्राथमिक भूमिकाओं और लक्ष्यों से विचलित कर रही है। हो सकता है कि मेरी तरह, आप भी इसमें संघर्ष करें, क्योंकि "नहीं" कहना बहुत कठिन है। मैं यह मानता हूँ कि सीखने, देखने और सुनने के लिए बहुत सी अच्छी बातें हैं। उनमें से बहुत कुछ अच्छा है, परन्तु हमारी भूमिकाएँ और प्राथमिकताएँ हमें यह समझने में सहायता कर सकती हैं कि कौन सी बातें अच्छी हैं और कौन सी बातें सबसे अच्छी हैं। क्या अच्छा है और क्या सबसे अच्छा है, इसका निर्णय लेना एक गम्भीर अनुशासन है। इसके लिए दैनिक मूल्यांकन और विचारशीलता की आवश्यकता होती है। अपनी उंगलियों पर मौजूद सूचनाओं की लहर का संचालन करना भी एक कला है।

जब हमारी तकनीक के उपयोग के बारे में अनुशासन और अभ्यास की बात आती है, तो यहाँ कुछ बातें दी गई हैं, जो मैंने पिछले कुछ वर्षों में (भले ही अपूर्ण रूप से) सीखी हैं:

- हमें अपने स्क्रीन टाइम पर संरचित सीमाएँ लगानी होंगी। और यह केवल बच्चों के लिए नहीं, बल्कि आपके घर के सब लोगों पर लागू होता है। उदाहरण के लिए, एण्डी क्राउच ने अपनी पुस्तक *द टेक-वाइज फैमिली (The Tech-Wise Family)* में लिखा है कि "हमारे फोन हम से पहले सो जाते हैं और हम से देर से उठते हैं।" वे यह सलाह भी देते हैं कि जब तक सुबह का समय घड़ी पर दोहरे अंकों तक न पहुँच जाए, तब तक आप अपने फोन को न देखें। मुझे अपनी Garmin Fenix7 घड़ी बहुत पसंद है। यह मुझे अपने पूर्व निर्धारित सोने के समय से एक घण्टे पहले तकनीक और मनोरंजन की खपत को बन्द करने के लिए प्रेरित करती है। इसका संकेत बहुत अधिक सहायक है और यह मुझे लगातार याद दिलाता है कि मैं अपनी तकनीक के उपयोग को नियंत्रण में रखूँ। इसके बजाय कि वह आपको नियंत्रित करे, अपनी तकनीक के साथ दैनिक लय में आना इसे नियंत्रित करने में बहुत सहायता करता है।

- मेरा सामान्य दैनिक कार्यक्रम बहुत सरल है: मेरी सुबहें परमेश्वर के लिए हैं, मेरी दोपहर लोगों के लिए और काम के लिए हैं, और मेरी शामें मेरे परिवार के लिए हैं। इसका अर्थ है कि मुझे जागने, बिस्तर पर लुढ़कने और अपना ई-मेल देखने की परीक्षा का हठपूर्वक विरोध करना पड़ता है। मेरी सबसे बड़ी झुंझलाहट में से एक यह है कि लोग हर बार अपना फोन चेक करते हैं, जब भी फोन बजे, कंपन करे या उसकी लाइट जले। क्या आपको वास्तव में लगता है कि आप इतने महत्वपूर्ण हैं? कभी-कभी मैं किसी शब्द सन्देश, कॉल या ई-मेल की प्रतीक्षा कर रहा होता हूँ, परन्तु मैं उस व्यक्ति को पहले ही बता देता हूँ कि यह आने वाला है: "कुछ मिनटों में होने वाली मेरी रुकावट के लिए क्षमा करें, परन्तु यह एक आपातकालीन स्थिति है।" अन्य सभी डिजिटल शोर शान्त हो जाते हैं। इसके अतिरिक्त, बैठक के दौरान अपने फोन को देखना मेरा तरीका नहीं है। अपना फोन उलटकर रख दें और उसे अनदेखा कर दें। वहाँ मौजूद रहें, और लगातार अपने फोन को न देखें या गूगल पर सर्च न करें। लोगों का समय मूल्यवान है, अत: अपने पूरे ध्यान से उनका आदर करें। ऐसे अन्य समय जब हमें मौजूद रहना चाहिए, वे हैं, रात्रिभोज की मेज पर (10 में से 4 माता-पिता कहते हैं कि इलेक्ट्रॉनिक उपकरण पारिवारिक भोजन में महत्वपूर्ण बाधा उत्पन्न करते हैं), अपने बच्चों को पाठशाला, मूवी, खेल आयोजनों, नाटक आदि में ले जाते और छोड़ते समय। आप यह बात समझ गए होंगे।

- जब किशोरों की बात आती है, तो यदि आप उन्हें तकनीक का अनुभव करने देते हैं, तो कृपया यह सुनिश्चित करें कि सारी तकनीक सोते समय एक केन्द्रीय स्थान पर जाए, कभी भी बन्द दरवाजों के पीछे न हो, हमेशा आँखों के सामने हो, हमेशा माता या पिता के द्वारा उस तक पूर्ण पहुँच हो, कोई अज्ञात पासवर्ड न हो, और इंटरनेट पर खोज करने के लिए उन्हें निजी मोड का उपयोग न करने दें (जो इस बात को सुनिश्चित करता है कि आपकी खोज गतिविधि का कोई इतिहास न रहे)। यदि आप माता-पिता के रूप में अपनी तकनीकी अपेक्षाओं के प्रति लापरवाह या ढील बरतते हैं, तो परेशानी सामने निकलकर आएगी। मुझे इसकी चिन्ता नहीं है कि पाठशाला में हर बच्चा ऐसा कर रहा है, परन्तु यह सही नहीं है। एक चौंकाने वाला आँकड़ा यह है कि 62% किशोरों का कहना है कि उन्हें अपने फोन पर एक नंगी तस्वीर प्राप्त हुई है और 40% का कहना है कि उन्होंने ऐसी एक तस्वीर भेजी थी (बरना समूह के द्वारा *द पोर्न फेनोमेनन*)। मैं दृढ़तापूर्वक यह सिफारिश करता हूँ कि आप अपने मापदण्डों के साथ कठोर होना आरम्भ करें, अर्थात् अपनी अपेक्षाओं को कड़ा करने की तुलना में उन्हें ढीला करना आसान होता है।

- ई-मेल एक गुण या दोष हो सकता है। ई-मेल को सेना के द्वारा संक्षिप्त और मुद्दे पर केन्द्रित रहने के लिए बनाया गया था। लम्बे और विस्तृत ई-मेल की तुलना में छोटी बात वाले ई-मेल भेजना बेहतर है, जो मुद्दे पर केन्द्रित हों। मैं कभी भी कठिन बातचीत के लिए ई -मेल का उपयोग नहीं करता, क्योंकि आप किसी व्यक्ति के शारीरिक हावभाव नहीं पढ़ सकते और ई -मेल को गलत तरीके से पढ़ लेना आसान होता है। मैं कभी भी कोई बुरी ई-मेल या व्यंग्यात्मक ई-मेल नहीं भेजता। इसके अतिरिक्त, वे आसानी से आगे भेजे

जा सकते हैं और एक स्थायी अभिलेख बन सकते हैं।

- ई-मेल की बात करें तो, अपने इनबॉक्स को साफ करें। आपका इनबॉक्स कार्य सूची के रूप में नहीं बनाया गया है। मैं नियमित रूप से ऐसे लोगों के सम्पर्क में आता रहता हूँ, जिनके पास एक लाख से अधिक ई-मेल हैं (जिनमें से अधिकांश अवांछित ई-मेल हैं)। यह आपके मस्तिष्क को झकझोर देने वाला है और यह समय के प्रबन्धन में बाधा उत्पन्न करता है।

- एक अन्तिम बात, मैं कभी भी BCC (ब्लाइंड कार्बन कॉपी) विकल्प का उपयोग नहीं करता, क्योंकि इसका अर्थ है अन्य पक्षों को जाने बिना लोगों को उस बातचीत में शामिल करना। पवित्रशास्त्र सिखाता है कि यदि आपको किसी के साथ कोई समस्या है, तो आप उनके पास जाएँ (मत्ती 18 अध्याय)। आप गुमनामी के पीछे नहीं छिपते। प्रभु आपको कभी भी बिना बताए उस व्यक्ति की आलोचना करने या टकराव के लिए प्रेरित नहीं करेगा कि जिससे आप बात कर रहे हैं। यहाँ तक कि स्नेल मेल में भी, यदि उस पत्र पर हस्ताक्षर नहीं हैं, तो यह कचरे के डिब्बे में चला जाता है। सीधे रहें, खुले रहें और ईमानदार रहें या ई-मेल न भेजें।

आपके सोशल मीडिया के सम्बन्ध में भी इसी तरह के सिद्धान्त लागू होते हैं। ऑनलाइन व्यंग्यात्मक और मतलबी न बनें। अनुचित न बनें। बढ़ा-चढ़ाकर न बोलें। हमारे सोशल मीडिया के स्रोत स्थायी अभिलेख हैं। वास्तव में, जब मैं नौकरी के लिए साक्षात्कार लेता हूँ, तो सबसे पहले मैं उस व्यक्ति के सोशल मीडिया फीड पर जाता हूँ, जिसका मैं साक्षात्कार ले रहा हूँ। वे किस बारे में बात कर रहे हैं? उनका वैश्विक-दृष्टिकोण क्या है? वे किसकी तस्वीरें खींच रहे हैं? अपने सोशल मीडिया के साथ लापरवाह न बनें। इससे भी बेहतर, इसका उपयोग परमेश्वर के सम्मान और महिमा के लिए करें। याकूब की पत्री में बताई बुद्धि उधार लें और बोलने में धीमे रहें। परमेश्वर ने हमें ऑनलाइन अपनी बातचीत को सभी को बताने से बचने के बारे में याद दिलाने के लिए दो कान और एक मुँह दिया है। साथ ही, दूसरों के सोशल मीडिया के उपयोग से धोखा न खाएँ। अधिकांश लोग केवल वही पोस्ट करते हैं, जो शानदार और सकारात्मक होता है। कभी-कभी मैं यह सोचकर कमतर आत्म-निंदा में पड़ जाता हूँ कि मेरे बच्चे या मेरे दिन बाकी सभी लोगों की तरह शानदार नहीं हैं। कोई भी बुरी खबर पोस्ट नहीं करता, स्वयं के अधिक वजन वाला होने की तस्वीरें पोस्ट नहीं करता और यह पोस्ट नहीं करता कि कैसे वे बड़ी असफलताओं का सामना प्राप्त करते हैं। सोशल मीडिया एक विकृति क्षेत्र या गुलाबी रंग का चश्मा हो सकता है। अनुयायी सावधान रहें!

2

जीवन पर आक्रमण करें या जीवन आप पर आक्रमण करेगा

आलसी का प्राण लालसा तो करता है, और उसको कुछ नहीं मिलता, परन्तु काम –काजी हृष्ट पुष्ट हो जाते हैं।

नीति. 13:4

आपने शायद यह तथ्य समझ लिया होगा कि मैं बातों को संयोग पर छोड़ने का विरोध करता हूँ। हमें अपने सम्पूर्ण जीवनों को केवल अपने समय और तकनीक के साथ नहीं, बल्कि मंशागत् रूप से बिताना चाहिए। यदि आप इस एक जीवन में बहते रहने का विकल्प चुनते हैं, तो आप अनिवार्य रूप से इसे बर्बाद कर देंगे। मुझे लगता है कि हमें विकृत और निष्प्रभावी बनाने के लिए यह शैतान की प्राथमिक रणनीतियों में से एक है। वह इस बात का समर्थन करता है कि "इसे आने वाले कल पर टाल दो।" हम यह नहीं समझते कि आत्म -संतुष्टि अनुशासनहीन जीवन पर कहर बरपाती है।

प्रेरित पौलुस ने अपने युवा लेफ्टिनेंट (अर्थात् सहायक) तीमुथियुस से कहा कि "अपनी और अपने उपदेश की चौकसी रख" (1 तीमु. 4:16)। पवित्रशास्त्र में यह एक दुर्लभ अवसर मिलता है, जहाँ हमें स्वयं पर ध्यान देने के लिए कहा गया है। पवित्रशास्त्र का अधिकांश हिस्सा हमें स्वयं पर ध्यान न देने के लिए, बल्कि स्वयं के लिए मरने हेतु प्रोत्साहित करता है। समय एक ऐसा क्षेत्र है, जिस पर हमें चौकसी रखनी चाहिए। जब हम अपने समय के प्रति लापरवाह होते हैं, तो शैतान आनन्दित होता है। सुलैमान हमें इस तरह की लापरवाही के विरुद्ध कड़ी चेतावनी देता है:

"हे आलसी, तू कब तक सोता रहेगा? तेरी नींद कब टूटेगी?
कुछ और सो लेना, थोड़ी सी नींद, एक और झपकी,
थोड़ा और छाती पर हाथ रखे लेटे रहना,
तब तेरा कंगालपन राह के लुटेरे के समान और तेरी घटी हथियार

बन्द के समान आ पड़ेगी।"

(नीति. 6:9–11)

बाइबल अपेक्षा करती है कि परिश्रम किया जाए। आप जीवन पर आक्रमण करें या जीवन आप पर आक्रमण करेगा। एक व्यक्ति जीवन पर आक्रमण कैसे करे और यह सुनिश्चित कैसे करे कि यह अनजाने में नहीं हुआ, बल्कि यह प्रभावशाली है? इसके लिए कुछ विचार ये हैं:

सबसे पहली बात, हमेशा अपनी पीड़ा का उपाय पहले करें। मैंने ऊपर इसका उल्लेख किया है, परन्तु इसे यहाँ फिर से इस कारण से बताएँ कि यह कितना महत्वपूर्ण है। मैंने इस सरल सिद्धान्त से हज़ारों लोगों को प्रोत्साहित किया है। जब आप 3×5 कार्ड, स्टिकी नोट, नोट्स ऐप या गूगल डॉक पर अपने दैनिक कामों की सूची बनाते हैं, तो आपको अपने दिन को प्राथमिकता देनी होती है। मैं हमेशा सबसे कठिन काम पहले करता हूँ। यह एक कठिन बातचीत, टूटा हुआ शौचालय, नये पेड़ के लिए एक बड़ा गड्ढा खोदना या अपने गैरेज की सफाई करना हो सकता है। जो भी काम हो, सबसे कठिन काम पहले करें। यदि नहीं, तो आप पूरे दिन इसे करने के बारे में सोचने में, और इसे कैसे करना है, इस पर विचार करने में मानसिक ऊर्जा खर्च करेंगे और फिर इसे आने वाले कल पर टाल देंगे, क्योंकि आपका "समय समाप्त हो गया है।" यदि आप इसे पहले ही कर देते हैं, तो यह महत्वपूर्ण लगेगा, भले ही यह इतना बड़ा काम न हो।

इसी सप्ताह, मैंने हमारे एक शौचालय के एक फ्लश का वाल्व बदला। वह बात डराने वाली थी, क्योंकि पिछली बार जब मैंने ऐसा करने का प्रयत्न किया था, तो मुझे प्लंबर को बुलाना पड़ा और पूरा शौचालय बदलना पड़ा। ऐसा लग रहा था, जैसे हमारे बाथरूम में बम फट गया हो। पूरा "इसे स्वयं करें" आंदोलन हम में से उन लोगों को डराता है, जिन्होंने मैकेनिकल बाईपास करवाया था। हालाँकि, कभी -कभी मैं पिछले सप्ताह की तरह साहस जुटाकर समस्या से निपट लेता हूँ। यह दस दिनों से अधिक समय तक बिना रुके चलता रहा, क्योंकि मैंने इस डरावनी चुनौती को टाल दिया था। यह *कास्टअवे* फिल्म के उस दृश्य जैसा था, जब टॉम हैंक्स ने अन्त में आग जलाई और आग के गड्ढे के चारों ओर दौड़ते हुए वह चिल्ला रहा था कि "मैंने आग जलाई है!" इसके बजाय, मैं घर के चारों ओर घूमकर कह रहा था, "मैंने शौचालय ठीक कर दिया है!" मैं भी यही सोचता हूँ, परन्तु हम पीड़ादायी और हठीली समस्याओं के साथ ऐसा ही करते हैं। हम उन्हें स्वयं को डराने -धमकाने देते हैं और बिना किसी कारण के स्वयं को परेशान कर लेते हैं और पेट में मरोड़ उत्पन्न कर लेते हैं। अपने दिन का आरम्भ पीड़ादायी बातों से करें और फिर जैसे -जैसे आप दिन भर थकते जाएँगे, दिन आसान होता जाएगा और आपके जीवन से टालमटोल समाप्त होता जाएगा।

जीवन पर आक्रमण करने में आपकी सहायता करने के लिए एक और अनुशासन है, कैल न्यूपोर्ट के द्वारा कहे गए "गहन कार्य" के लिए पर्याप्त समय निकालना। हर किसी व्यक्ति को अपने लक्ष्यों, उत्पादकता, जीवन और

भविष्य के बारे में गहराई से सोच-विचार करने के लिए समय निकालने की आवश्यकता पड़ती है। बिना किसी व्यवधान वाला समय वह है जब आप न केवल अपने जीवन को जी सकते हैं, बल्कि उस पर काम कर सकते हैं। न्यूपोर्ट का मानना है कि इस तरह का ध्यान एक मानसिक मांसपेशी की तरह है, अर्थात् जानबूझकर समय और प्रशिक्षण के माध्यम से, आप अपना ध्यान मजबूत कर सकते हैं और अपनी मानसिक क्षमता का विस्तार कर सकते हैं। यह शोर से ऊपर उठने और अपने जीवन को एक अलग दृष्टिकोण से देखने का अनुशासन है। मेरे लिए, यह अनुशासन अमूल्य है। इन समयों में गहन एकाग्रता की आवश्यकता होती है और ये आत्म -परीक्षण के उद्देश्य से होते हैं। मैंने कई वर्षों तक इसका अभ्यास किया है और आपके प्रबन्धन टूलबॉक्स में जोड़ने के लिए इससे अधिक सहायक उपकरण की मैं सिफारिश नहीं कर सकता। ये समय आपके लिए जाँच करने और अपने काम के बारे में पूरी ईमानदारी से बताने के लिए तैयार किए गए हैं। हम सभी पेड़ों में फँस सकते हैं और हम जंगल को भूल सकते हैं। इन क्षणों में मैं स्वयं से तीन मुख्य प्रश्न पूछ रहा हूँ:

"मुझे क्या करना बन्द कर देना चाहिए?"

"मुझे क्या करना आरम्भ कर देना चाहिए?"

"मुझे क्या करना जारी रखना चाहिए?"

मैंने देखा है कि ये निदानात्मक प्रश्न इस बारे में ईमानदार होने का प्रयत्न करने में सहायक हैं कि उस समय मैं कहाँ हूँ। मैं चाहता हूँ कि हम सभी के पास जवाबदेही वाले साथी हों जो हम से कठिन प्रश्न पूछें, परन्तु ये तीन प्रश्न अभी के लिए काम कर देंगे।

इस सिद्धान्त पर एक अन्तिम विचार। मैं अड़तीस वर्षों से एक साहसिक मसीही जीवन जी रहा हूँ, और यदि मेरे पास आपके साथ साझा करने के लिए एक प्रोत्साहन हो, तो वह अनुग्रह में बढ़ते रहना होगा। आपके भीतर पवित्र आत्मा है। आप अटके हुए नहीं हैं। आपको शरीर में चलते रहने की आवश्यकता नहीं है। आप पवित्र आत्मा की सामर्थ्य से अपने जीवन और लय में आवश्यक परिवर्तन कर सकते हैं। बहुत से लोग इस कहावत के अनुसार दर्पण में देखते हैं और निराश होकर चले जाते हैं। आपके पास जीने के लिए एक ही जीवन है, इसलिए इसे पूरी तरह से जिएँ। यीशु ने कहा, "मैं इसलिए आया कि वे जीवन पाएँ, और बहुतायत से पाएँ" (यूह. 10:10)। आप अटके हुए नहीं हैं। यदि आप अटका हुआ महसूस करते हैं, तो अपने विलम्ब को स्वीकार करके और अपने तरीके बदलकर अपना रास्ता निकालें। मुझे यह पसंद है कि प्रेरित पौलुस अपने जीवन के अन्त में भी उन्नति कर रहा था और भूखा था। उसने फिलिप्पी की कलीसिया से कहा कि उसकी इच्छा है कि "मैं उसको और उसके मृत्युञ्जय की सामर्थ्य को, और उसके साथ दु: खों में सहभागी होने के मर्म को जानूँ, और उसकी मृत्यु की समानता को प्राप् त करूँ, कि मैं किसी भी रीति से मरे हुओं में से जी उठने के पद तक पहुँचूँ" (फिलि. 3:10 –11)। आप आज ही मुड़ सकते हैं।

बचाव में नहीं, बल्कि आक्रामक होकर खेलें

यह वास्तव में मायने नहीं रखता कि आप कितने लम्बे समय तक जीवन बिताते हैं, बल्कि मायने यह रखता है कि आप कैसे जीवन बिताते हैं। आप अपने समय के साथ क्या करते हैं, यही मायने रखता है। विलियम जेम्स इस बात में सही थे, "जीवन का सबसे अच्छा उपयोग इसे किसी ऐसी बात के लिए खर्च करना है जो इससे अधिक समय तक चले।" आपको एक चुनाव करने की आवश्यकता है क्योंकि समय बर्बाद तो हो सकता है परन्तु इसे इकट्ठा नहीं किया जा सकता; इसे सहेजकर नहीं रख सकते। यदि आप एक शक्तिशाली विरासत छोड़ना चाहते हैं, तो आपको यह निर्धारित करना होगा कि आप कैसे जीवन बिताएँगे। विरासत वाला जीवन बिताने के लिए हमें बचाव में नहीं, बल्कि आक्रामक होकर खेलने की आवश्यकता है।

यीशु बहुत अधिक व्यस्त था। मरकुस रचित सुसमाचार का पहला अध्याय मसीह के जीवन के एक दिन को दर्शाता है। वह मीलों पैदल चला, अपने शिष्यों को बुलाया, बहुतों को चंगा किया, भोजन को छोड़ दिया, एक दुष्टात्मा के साथ मल्लयुद्ध किया, धार्मिक कुलीन वर्ग का सामना किया, उपदेश देने के लिए आराधनालय में गया, और फिर रात में पूरा नगर बाहर निकल आया और उसने लोगों को चंगा किया और दुष्टात्माओं को बाहर निकाला। फिर हम पढ़ते हैं कि उसने अपना अगला दिन कैसे आरम्भ किया: "भोर को दिन निकलने से बहुत पहले, वह उठकर निकला, और एक जंगली स्थान में गया और वहाँ प्रार्थना करने लगा" (मर. 1:35)।

यीशु प्रार्थना की सामर्थ्य को जानता था, अत: उसे प्रार्थना करने का समय नहीं मिला। उसने प्रार्थना करने के लिए समय निकाला। जब बाकी सब लोग सो रहे थे, तब उसने उठकर अपना काम पूरा किया। हमें और कितना अधिक प्रार्थना में शामिल होने और अपनी दिनदर्शिकाओं को प्रार्थना में प्रभु को सौंप देने की आवश्यकता है? जब मार्टिन लूथर ने एक कठिन कार्यक्रम का सामना किया, तो उन्होंने कहा, "आज मेरे पास करने के लिए इतना कुछ है कि मैं पहले तीन घण्टे प्रार्थना में बिताऊँगा।" उस व्यक्ति से सावधान रहें जो प्रार्थना नहीं करता, परन्तु अपनी शक्ति से आगे बढ़ने का प्रयत्न करता है। प्रार्थना न करना आक्रमक होकर नहीं, बल्कि बचाव में खेलना है।

कुछ जगह छोड़कर पकाएँ

जब मैं यह खण्ड लिख रहा था, तो एक जवान ने कुछ सलाह लेने के लिए मुझे फोन किया (यह अच्छा है कि आपके पास कई मार्गदर्शक हों, जिन्हें आप एक पल की सूचना पर फोन कर सकें) और उसके मुँह से निकले पहले शब्द ये थे, "मुझे आपको परेशान करने के लिए खेद है, और मुझे पता है कि आप वास्तव में व्यस्त हैं।" वास्तव में, मैं उतना व्यस्त नहीं हूँ। इसलिए नहीं कि मेरे पास बहुत काम नहीं है, बल्कि इसलिए कि मैं अपने दिन को व्यवस्थित करता हूँ और अपने समय का ध्यान रखता हूँ। इसमें यह सुनिश्चित करना शामिल है कि मेरे जीवन और कार्यक्रम में पर्याप्त जगह हो। मैं पवित्रशास्त्र में पाए जाने वाले विश्राम और युद्ध की लय में दृढ़ विश्वास रखता हूँ (यद्यपि मैं एक असिद्ध अभ्यासी हूँ)। ऐसे समय आते हैं, जब हम युद्ध में जाते हैं और ऐसे समय भी आते हैं, जब हमें विश्राम की आवश्यकता होती है। हर बात के लिए एक समय होता है (सभो. 3:1–11)। आपको समय को पहचानने और उसे पीछे नहीं ले जाने की आवश्यकता है। दाऊद ने स्वयं को गहरे पाप में इसलिए डाल

लिया, क्योंकि उसे युद्ध में जाना चाहिए था, परन्तु इसके बजाय वह विश्राम करने के लिए यरूशलेम में ही रुक गया (2 शमू. 11:1–18)। शमूएल कहता है कि यह राजाओं के युद्ध में जाने का समय था और दाऊद महल में आराम कर रहा था। वह गलत समय पर गलत जगह पर था।

जैसे-जैसे आप तत्परता के अत्याचार का विरोध करते हैं और अपनी प्राथमिकताओं को परिभाषित करते हैं, वैसे - वैसे आप अपने कार्यक्रम में थोड़ी जगह भी रख पाएँगे। विश्राम सहित सब कुछ मेरे दिनदर्शिका पर मौजूद है। फिर मैं उन लोगों को बता सकता हूँ, जो किसी विशेष समय के बारे में पूछते हैं जो मैं पहले से ही मिलने के लिए दे चुका हूँ। जगह सहित सब कुछ दिनदर्शिका पर मौजूद है।

अपने कार्यक्रम में जगह की अनुमति देने का एक और लाभ यह है कि यह आपको दैवीय व्यवधानों के लिए खुला रखता है। इब्रानियों 13:2 कहता है कि ऐसे समय आते हैं, जब हम "अनजाने में स्वर्गदूतों का अतिथि -सत्कार" कर रहे होते हैं। क्या होगा यदि परमेश्वर चाहे कि आप किसी अजनबी, पड़ोसी या सहकर्मी को सुसमाचार सुनाएँ? क्या आप वास्तव में कहेंगे कि आपके पास समय नहीं है? प्रेरित पौलुस ने इस बात की प्रार्थना करने के लिए कहा "कि परमेश्‍वर हमारे लिए वचन सुनाने का ऐसा द्वार खोल दे, कि हम मसीह के उस भेद का वर्णन कर सकें" (कुलु. 4:3)। वह उस खण्ड को "अवसर को बहुमूल्य समझकर बाहरवालों के साथ बुद्धिमानी से व्यवहार करो" की बुलाहट के साथ समाप्त करता है (कुलु. 4:5)।

मुझे अपने दिन इतने व्यस्त नहीं लगते कि मैं ईश्वरीय व्यवधान से चूक जाऊँ। याद रखें कि बचाव में नहीं, बल्कि आक्रामक होकर खेलें। आपको स्वयं को ऐसी स्थिति में नहीं रखना है, जहाँ आपका कार्यक्रम आपके दिन और प्राथमिकताओं को निर्धारित करे। जिसे हम महत्व देते हैं, उसके हिसाब से हम अपने दिन को व्यवस्थित करते हैं। सही बातों के लिए "हाँ" कहने हेतु आपको कुछ अच्छी बातों के लिए "नहीं" कहना होगा। प्रतिदिन स्वयं से यह प्रश्न पूछें, "क्या मुझे इस समय पर यह करना चाहिए?" प्रेरित पौलुस ने एक अवसर पर कहा, "हर एक पहलवान सब प्रकार का संयम करता है; वे तो एक मुरझानेवाले मुकुट को पाने के लिए यह सब करते हैं, परन्तु हम तो उस मुकुट के लिए करते हैं जो मुरझाने का नहीं। इसलिए मैं तो इसी रीति से दौड़ता हूँ, परन्तु लक्ष्यहीन नहीं" (1 कुरि. 9:25–26)। हमें विजेताओं की तरह केन्द्रित, दृढ़ और अथक होकर दौड़ना है।

3
काम पूरा करें

"जो काम तुझे मिले उसे अपनी शक्ति भर करना।"

(सभो. 9:10)

मैं पतरस की चुनौती से सहमत हूँ कि कार्रवाई के लिए "अपनी बुद्धि की कमर बाँध लो।" कार्यवाही करना ही हमारे जीवन की माँग है। नीतिवचन कहता है, "जो अपनी भूमि को जोतता, वह पेट भर खाता है, परन्तु जो निकम्मों की संगति करता वह निर्बुद्धि ठहरता है" (नीति. 12:11)। मैं अपने लड़कों से नियमित रूप से कहता हूँ कि वे योजना बनाएँ, अपने दिन को प्राथमिकता दें, और काम पूरा करें! आपने शायद यह कहावत सुनी होगी कि हाथी को खाने का केवल एक ही तरीका है कि एक बार में एक निवाला खाया जाए। इसमें कोई चाल नहीं है, केवल अनुशासन है। "उठो और पीसो" हमारे घर का एक आम मंत्र है। परन्तु इसमें केवल कठोर परिश्रम ही नहीं, बल्कि होशियारी से काम करने की बुलाहट भी शामिल है। अपनी बुद्धि का उपयोग परमेश्वर की महिमा के लिए करें। यह एक अनुस्मारक है कि अपना मूल्यवान समय बर्बाद न करें, बल्कि चींटियों की तरह उत्पादक बनें, याद रखें?

हम सभी से विश्वासयोग्य होने की अपेक्षा की जाती है। पौलुस कहता है कि "भण्डारी में यह बात देखी जाती है कि वह विश्वासयोग्य हो" (1 कुरि. 4:2)। कुछ लोगों के पास केवल विश् वासयोग्यता का गुण होता है और वे समीकरण का केवल आधा भाग ही पूरा करते हैं। आप देखिए कि इसमें फलदायी होने की अपेक्षा भी की जाती है। पवित्रशास्त्र में हमें बहुत सारे फल लाने के लिए भी कहा गया है। विश्वासयोग्य और फलदायी होना एक ही सिक्के के दो पहलू हैं। और उन सभी मसीही लोगों के लिए ये दो आदेश दिए गए हैं, जो यह विश्वास करते हैं कि यीशु किसी भी दिन वापस आ सकता है। हम उसकी प्रतिज्ञा और जल्द ही वापस आने की ज्योति में जीवन बिताते हैं।

यही कारण है कि समय के अच्छे प्रबन्धन के लिए लक्ष्य निर्धारित करना एक महत्वपूर्ण अभ्यास है। दीर्घकालिक, अल्पकालिक दोनों तरह के और दैनिक लक्ष्य हमारी पहुँच में होने चाहिए। दीर्घकालिक से मेरा अर्थ तीन से पाँच वर्ष है। पाँच वर्ष के बाद आप उन्हें जीवन भर के सामान की सूची में डाल देते हैं और जैसे-जैसे आपके पास समय होता है, उन्हें पूरा करते जाते हैं। फिर से, मुझे लगता है कि बड़ा सोचना अच्छी बात है (और मैं ऐसा नियमित रूप से करता हूँ) और दूर की सोच रखना, परन्तु उन विचारों के लिए सूचीबद्ध और प्राप्त करने योग्य लक्ष्य रखना चुनौतीपूर्ण है। आप चाहते हैं कि आपके लक्ष्य कभी आपको तोड़ें नहीं, बल्कि आपको आगे बढ़ाएँ।

अल्पकालिक लक्ष्य छह महीने से लेकर एक वर्ष के लिए होते हैं। आप इनके बारे में सोच सकते हैं। वे यथार्थवादी, मापने योग्य, प्राप्त करने योग्य और विशिष्ट होते हैं। आप सुसमाचार और जीवन के ऐसे लक्ष्य चाहते हैं जो आपको आगे बढ़ाएँ, वे आपको अलग तरीके से सोचने पर विवश करें और आपको उन जगहों पर ले जाएँ, जहाँ आप स्वयं पर छोड़ दिए जाने पर कभी नहीं जा पाएँगे। अपने काम की योजना बनाएँ, फिर अपनी योजना पर काम करें। अपने लक्ष्यों को लिख लें। उन्हें सूचीबद्ध करें। इन लक्ष्यों तक आसान और सरल पहुँच होना महत्वपूर्ण है। इन्हें अपने मार्गदर्शक या जवाबदेही साझेदारों के साथ साझा करें।

उत्पादकता के लिए अपने लक्ष्यों पर नजर रखना बहुत आवश्यक है। हम सभी भूलने की बीमारी से पीड़ित हैं, यह भ्रष्टता के प्रभाव का हिस्सा है। परन्तु वे लक्ष्य हमें मूल्यवान ध्यान केन्द्रित करने में सहायता करेंगे: “आलसी का प्राण लालसा तो करता है, और उसको कुछ नहीं मिलता, परन्तु काम –काजी हृष्ट पुष्ट हो जाते हैं” (नीति. 13:4)। यदि आप योजना बनाने में विफल रहते हैं, तो आप आरम्भ से ही विफल होने की योजना बना रहे हैं। मुझे यह जानना होगा कि मुझे प्रत्येक दिन, सप्ताह और महीने में क्या करना है। मुझे प्रत्येक दिन के अन्त में अपनी वृद्धि की समीक्षा करने में बहुत आनन्द मिलता है, फिर मैं उस अभ्यास को दोहराता हूँ और अगले दिन के लिए तैयार रहने के लिए एक नयी सूची बनाता हूँ।

मैं एक सुझाव देना चाहूँगा कि प्रत्येक दिन की प्राथमिकता निर्धारित करें कि आपको क्या करना है बनाम आप क्या करना चाहते हैं। मैं अपनी सूची के स्तम्भ में A1 या A2 रखने के लिए फ्रैंकलिन कोवे की विधि का उपयोग करता हूँ। “A1” अत्यन्त आवश्यक बातें हैं, और “A2” दृढ़ इच्छा वाली बातें हैं। इस तरह, मैं अपने दिन को प्राथमिकता दे सकता हूँ। यह बहुत अधिक लग सकता है, परन्तु यह वास्तव में सरल और प्रतिफल देने वाला है। ऐसे दिन आते हैं, जब मैं काम पूरा करके सोचता हूँ, “यह मेरा दिन था और मैंने काम पूरा कर लिया।” और फिर ऐसे भी दिन आते हैं, जब मेरी सूची असम्भव साबित होती है। यह ठीक है और हम सभी के साथ ऐसा होगा। निराश न हों। उत्पादक लोग आगे बढ़ते रहते हैं। यदि आप अपने घोड़े से गिर जाते हैं, तो काठी बाँधकर वापस चढ़ जाएँ। कभी न भूलें, सबसे पहली बातों को पहले रखें।

अन्तिम बात, रविवार के लिए सूची न बनाने का प्रयत्न करें। यह दिन आराधना और विश्राम करने, अर्थात् ऐसे काम करने के लिए अलग रखा गया है, जो आप आमतौर पर बाकी छह दिनों में नहीं करते।

स्वस्थ आदतें चुनें

हमने साथ मिलकर बहुत से क्षेत्रों को देखा है। मैंने अपनी दस अवधारणाओं और सिद्धान्तों में बेहद व्यावहारिक होने का प्रयत्न किया है। अब आपके लिए समझदारी से चुनाव करने का समय आ गया है। समय और तकनीक के प्रबन्धन में अनुशासन आपको डरा नहीं सकता। वास्तव में यह सम्भवत: स्वतंत्रता का एक मजबूत उपाय लाएगा।

दबाव महसूस न करें, बल्कि अगले तीस दिनों में इन दस बातों में से प्रत्येक से निपटने का विकल्प चुनें। अपने हाथ ऊपर न करें, अपनी पेंसिल और कागज का एक बण्डल निकालें और अपनी प्राथमिकताओं को सूचीबद्ध करना आरम्भ करें। अपनी मुख्य सूची के रूप में एक गूगल डॉक बनाएँ, जिससे कि आप इसे बार-बार देख सकें, इसे साझा कर सकें और इसमें संशोधन कर सकें। अन्य अत्याधिक उत्पादक लोगों से बात करें, जिनकी आप प्रशंसा करते हैं और उनके जीवन के अनुभव और जीवन की युक्तियों से सीखें। वास्तव में मार्गदर्शन देना यही है, अत: इसके बारे में अधिक न सोचें। यह सामान्य रूप से किसी ऐसे व्यक्ति के पास जाना और फिर उनसे सहायता माँगना है, जिसके पास अधिक ज्ञान और जीवन कौशल है और जो शायद उत्पादकता के मामले में आपसे आगे है। वास्तव में, आपके पास उतने ही मार्गदर्शक होने चाहिए, जितनी आपके जीवन में भूमिकाएँ और आयाम हैं। आपके जीवन भर में कई सलाहकारों के होने से बहुत ज्ञान मिलता है। विनम्रता इस बात को स्वीकार करती है कि आपको कहाँ सहायता की आवश्यकता है और फिर समाधान की खोज करती है। अत: उत्पादक लोगों की खोज करें और उनके साथ समय बिताएँ।

एक अन्तिम बात, आप अपनी योजना कैसे बनाते हैं या उस ढाँचे को कैसे बनाते हैं, इसका कोई गलत तरीका नहीं है। आप इसे अपनी इच्छानुसार करने के लिए स्वतंत्र हैं। योजना न बनाना ही एकमात्र गलत बात है।

जब आप अपने समय और तकनीक का विश्वासयोग्यता के साथ और फलदायी रूप से प्रबन्धन करने के लिए तैयार होते हैं, तो मैं आपको अपने पसंदीदा उद्धरणों में से एक के साथ छोड़ना चाहता हूँ। यह प्रेरणादायक और गम्भीर शब्द ओसवाल्ड चेम्बर्स से आया है:

> नेतृत्व करने की क्षमता वाला व्यक्ति उस समय काम करेगा, जब दूसरे समय बर्बाद करेंगे, उस समय अध्ययन करेगा जब दूसरे सोएँगे, उस समय प्रार्थना करेगा जब दूसरे खेलेंगे। उस समय शब्दों या विचारों, कर्मों या पहनावे में ढीली या आलसी आदतों के लिए कोई जगह नहीं होगी। वह खान -पान और आचरण में सैनिक जैसा अनुशासन रखेगा, जिससे कि वह अच्छा युद्ध कर सके। वह बिना किसी हिचकिचाहट के उस अप्रिय कार्य को करेगा, जिसे दूसरे लोग टाल देते हैं या उस छिपे हुए कर्तव्य को पूरा करेगा जिससे दूसरे लोग इसलिए बचते हैं, क्योंकि इससे कोई प्रशंसा नहीं मिलती या कोई सराहना नहीं मिलती। आत्मा से भरा हुआ अगुवा कठिन परिस्थितियों या लोगों का सामना करने से पीछे नहीं हटेगा, या जब आवश्यक हो तो कठिनाइयों का सामना करने से पीछे नहीं हटेगा। जब आवश्यकता होगी तो वह दयालुता और साहस के साथ फटकार लगाएगा; या जब प्रभु के कार्य के हित इसकी माँग करेंगे, तो वह आवश्यक

अनुशासन का पालन करेगा। वह कठिन पत्र लिखने में विलम्ब नहीं करेगा। उसकी पत्र -पेटी इस बात का प्रमाण नहीं छिपाएगी कि वह तत्काल समस्याओं से निपटने में विफल रहा है।

आगे बढ़ें।

THE MENTORING PROJECT

जैसे-जैसे आप तत्परता के अत्याचार का विरोध करते हैं और अपनी प्राथमिकताओं को परिभाषित करते हैं, वैसे-वैसे आप अपने कार्यक्रम में थोड़ी जगह भी रख पाएँगे। विश्राम सहित सब कुछ मेरे दिनदर्शिका पर मौजूद है। फिर मैं उन लोगों को बता सकता हूँ, जो किसी विशेष समय के बारे में पूछते हैं जो मैं पहले से ही मिलने के लिए दे चुका हूँ। जगह सहित सब कुछ दिनदर्शिका पर मौजूद है।