

पालन-पोषण एक सेवकाई श्रंखला है

# बाइबल अनुशासन

वर्कबुक

वॉल्यूम 4

इसलिये तुम जाकर सब जातियों के लोगों को चेला बनाओ और उन्हें पिता और पुत्र और पवित्रआत्मा के नाम से बपतिस्मा दो। और उन्हें सब बातें जो मैं ने तुम्हें आज्ञा दी है, मानना सिखाओ: और देखो, मैं जगत के अन्त तक सदैव तुम्हारे संग हूँ॥ (मत्ती 28:19-20)

बाइबल अनुशासन वॉल्यूम 4  
पालन-पोषण एक सेवकाई श्रृंखला है

**पालन-पोषण एक सेवकाई श्रृंखला में अन्य शीर्षक है**

परिवर्तनकारी पालन-पोषण (वॉल्यूम 1)

प्रेमपूर्ण संचार (वॉल्यूम 2)

अपने बच्चों को प्रशिक्षित करें (वॉल्यूम 3)

अगुवों का मार्गदर्शन

FDM.world द्वारा अन्य कार्य पुस्तिकाएँ

मसीही बुनियादी सत्य: एक चले के लिए एक मजबूत नींव: क्रेग कास्टर द्वारा

विवाह एक सेवकाई श्रृंखला है क्रेग कास्टर द्वारा

किशोरों को समझना: क्रेग कास्टर द्वारा

सभी FDM.world कार्य पुस्तिकाओं को व्यक्तिगत अध्ययन के लिए, छोटे समूहों के लिए, चले बनना उपकरण के रूप में और परामर्श में अनुशंसित किया जाता है।

कृपया ध्यान दें: मूल कार्य पुस्तिका से सभी खाली पृष्ठ हटा दिए गए हैं।

इस वजह से कुछ पेज नंबर छोड़े जा सकते हैं।

## बाइबल अनुशासन

पालन-पोषण एक सेवकाई श्रंखला है

वॉल्यूम 4

पारंपरिक, मिश्रित, और एकल-माता-पिता परिवारों के लिए

क्रेग कास्टर

इसलिये तुम जाओ, सब जातियों के लोगों को चेला बनाओ; और उन्हें पिता, और पुत्र, और पवित्र आत्मा के नाम से बपतिस्मा दो, और उन्हें सब बातें जो मैं ने तुम्हें आज्ञा दी है, मानना सिखाओ : और देखो, मैं जगत के अन्त तक सदा तुम्हारे संग हूँ। (मत्ती 28:19-20)

पारिवारिक

## चेले बनना

सेवकाई

फ़ोन: (619)590-1901

ईमेल: info@FDM.world

वेबसाइट: www.FDM.world, www.discipleshipworkbooks.com

बाइबल अनुशासन, पालन-पोषण एक सेवकाई श्रंखला है, वॉल्यूम 4, क्रेग कैस्टर द्वारा

आई एस बी एन 978-1-7331045-9-3

प्रिंट और इलेक्ट्रॉनिक संस्करण कॉपीराइट © 2020 क्रेग कास्टर द्वारा। सर्वाधिकार सुरक्षित।

09012020 पुनरीक्षणजब तक अन्यथा उल्लेख न किया गया हो, सभी पवित्रशास्त्र उद्धरण न्यू किंग जेम्स संस्करण® से लिए गए हैं।

कॉपीराइट © 1982 थॉमस नेल्सन द्वारा। अनुमति द्वारा उपयोग किया जाता है। सर्वाधिकार सुरक्षित।

ईएसवी के रूप में चिह्नित धर्मग्रंथ उद्धरण ईएसवी® बाइबिल (पवित्र बाइबिल, अंग्रेजी मानक संस्करण®) से लिए गए हैं।

ईएसवी® टेक्स्ट संस्करण: 2016। कॉपीराइट © 2001 क्रॉसवे द्वारा, गुड न्यूज़ पब्लिशर्स का एक प्रकाशन मंत्रालय।

ईएसवी® पाठ को गुड न्यूज़ पब्लिशर्स के सहयोग से और उनकी अनुमति से पुनः प्रस्तुत किया गया है। इस प्रकाशन का अनधिकृत पुनरुत्पादन निषिद्ध है। सर्वाधिकार सुरक्षित।

NASB के रूप में चिह्नित धर्मग्रंथ उद्धरण नई अमेरिकी मानक बाइबिल® से लिए गए हैं, कॉपीराइट © 1960, 1962, 1963, 1968, 1971, 1972, 1973, 1975, 1977, 1995 द लॉकमैन फाउंडेशन द्वारा। अनुमति द्वारा उपयोग किया जाता है।

एनआईवी के रूप में चिह्नित धर्मग्रंथ उद्धरण पवित्र बाइबिल, नए अंतर्राष्ट्रीय संस्करण®, एनआईवी® से लिए गए हैं कॉपीराइट © 1973, 1978, 1984, 2011 Biblica, Inc.® द्वारा अनुमति द्वारा प्रयुक्त। पूरे विश्व में सर्वाधिकार सुरक्षित।

एनएलटी के रूप में चिह्नित धर्मग्रंथ उद्धरण पवित्र बाइबिल, न्यू लिविंग ट्रांसलेशन, कॉपीराइट © 1996, 2004, 2015 से टिंडेल हाउस फाउंडेशन द्वारा लिए गए हैं। टिंडेल हाउस पब्लिशर्स, इंक., कैरल स्ट्रीम, इलिनोइस 60188 की अनुमति से उपयोग किया गया। सभी अधिकार सुरक्षित।

ऊपर आरक्षित कॉपीराइट के तहत अधिकारों को सीमित किए बिना, इस प्रकाशन का कोई भी हिस्सा - चाहे मुद्रित या ई-पुस्तक प्रारूप में, या किसी अन्य प्रकाशित व्युत्पत्ति में - पुनरुत्पादित, संग्रहीत या पुनर्प्राप्ति प्रणाली में पेश किया जा सकता है, या किसी भी रूप में प्रसारित किया जा सकता है या पूर्व लिखित अनुमति के बिना, किसी भी माध्यम से (इलेक्ट्रॉनिक, मैकेनिकल, फोटोकॉपी, रिकॉर्डिंग, या अन्यथा)।

## विषयसूची

प्रस्तावना .....	vii
परिचय .....	ix
पाठ 1: अनुशासन का परिचय .....	1
पाठ 2: परिपक्व चरित्र .....	9
पाठ 3: अनुशासन क्यों? .....	20
पाठ 4: प्रशिक्षण के चार उपकरण .....	26
पाठ 5: बिना किसी समझौते के प्रशिक्षण .....	32
पाठ 6: पाठ्यक्रम में बने रहें .....	40
पाठ 7: छोटे बच्चों के लिए प्रशिक्षण .....	45
पाठ 8: पिटाई के सिद्धांत .....	56
पाठ 9: सकारात्मक बनाम सुधारात्मक .....	61
पाठ 10: किशोरावस्था के दौरान प्रशिक्षण .....	67
पाठ 11: फिर से शुरू करना .....	76
पाठ 12: अंगीकार और क्षमा .....	81
पाठ 13: क्षमा प्रदान करना .....	85
पाठ 14: पारिवारिक बैठक .....	90
अपैडिक्स संसाधन .....	95
अंत लेख .....	125
लेखक के बारे में .....	126
पारिवारिक चेले बनाना सेवकाई के बारे में .....	127

## प्रस्तावना

अधिकांश माता-पिता कम से कम दो चीजों पर सहमत होंगे: बच्चों को पालना अद्भुत और मुश्किल हो सकता है। समायोजन प्रत्येक व्यक्तित्व की विशिष्टता के लिए किया जाना चाहिए, और बच्चों का मनोरंजन करना एक चुनौती हो सकती है। लेकिन असली परेशानी अनुशासन है। जोड़ों को एक टीम के रूप में काम करना चाहिए, एक लमाता-पिता बैक अपके बिना काम कर रहे हैं, और प्रत्येक माता – पिता को जन्म से वयस्कता तक प्रत्येक बच्चे की रक्षा और प्रशिक्षण की चुनौती का सामना करना पड़ता है। कब, कहाँ, कैसे, कितना, कितनी बार, कितनी देर तक, और क्या यह वास्तव में काम कर रहा है, एक कीमती, अवज्ञाकारी बच्चे के चेहरे पर घूरने वाले माता-पिता के विचारों को भी इलगाने वाले कुछ प्रश्न हैं। सच्चाई यह है कि आज अधिकांश माता-पिता को यकीन नहीं है कि कहाँ मुड़ना है, उनका मानना है कि उनके अपने माता-पिता ने सिर्फ एक ठीक काम किया है, और खुद को खराबतरी के से सुसज्जित महसूस करते हैं।

लेकिन उन लोगों के लिए मदद है जो सुनेंगे। परमेश्वर, जो सभी चीजों का निर्माता है, ने हमें मार्गदर्शन के बिना नहीं छोड़ा है। वह उस संस्था का निर्माता है जिसे हम परिवार कहते हैं और उसने हमें अपने वचन में स्पष्ट निर्देश दिए हैं कि कैसे सफल होना है। हमें इसे गंभीरता से लेने की जरूरत है क्योंकि हमारे पास एक दुश्मन है। बाइबल हमें बताती है कि शैतान, शैतान, हमारे खिलाफ काम कर रहा है और परिवार की ताकत को तोड़ना पसंद करेगा, जो कलीसिया, समाज और एक खोई हुई दुनिया के लिए हमारी मसीही गवाही के खिलाफ एक हमला भी है। लेकिन परमेश्वर, हमारी सभी आवश्यकताओं को जानते हुए, हमें अपना वचन और पवित्र आत्मा दोनों देता है, जो किसी भी लड़ाई को जीतने के लिए पर्याप्त है।

अफसोस की बात है कि ज्यादातर मसीहियों को यह नहीं पता है कि बाइबल बच्चों की परवरिश के लिए जरूरी है, इसलिए वे मदद के लिए पिछले अनुभव या सांसारिक दर्शन की ओर रुख करते हैं। लेकिन अब हमारे परिवारों को मजबूत करने के लिए परमेश्वर की बुद्धि और मार्ग दर्शन को सुनने और खोजने का समय है। अगर हम अपने सृष्टि कर्ता के अधीन होने के लिए तैयार नहीं हैं, तो हम भविष्य के लिए क्या उम्मीद कर सकते हैं? जब हम परमेश्वर की इच्छा के बाहर कार्य करते हैं, तो परिणाम अराजकता और विनाश होता है। यह धीरे-धीरे आ सकता है, इसलिए हम शायदही कभी नोटिस करते हैं, लेकिन अंत दर्द है।

परवरिश एक से वकई श्रृंखला है जो आपको बच्चों की परवरिश के लिए परमेश्वर की योजना सीखने में मदद करेगी। चाहे आप एक पारंपरिक परिवार, मिश्रित परिवार, एकल-माता-पिता परिवार, या पोते-पोतियों को उठाने वाले दादा-दादी के रूप में कार्य करते हैं, परमेश्वर के पेरेंटिंग सिद्धांत प्रभावी और निर्णायक हैं। हम सभी परमेश्वर के बच्चे, माता-पिता और बच्चे समान हैं, और वह हमें एक खुशी से भरे, सफल जीवन की संभावना के बिना कभी नहीं छोड़ेगा।

परमेश्वर आपको अपने अद्भुत, जीवन-परिवर्तन कारी सिद्धांतों के माध्यम से आशीर्वाद दे सकता है और आपके परिवार को आशीर्वाद दे सकता है क्योंकि आप उसे आपको माता-पिता में बदलने की अनुमति देते हैं जो वह आपको बनना चाहता है।

### इस प्रार्थना को एक साथ प्रार्थना करें।

प्रिय प्रभु यीशु, हम माता-पिता बनने के लिए आपकी सहायता और ज्ञान की मांग कर रहे हैं जो आप का सम्मान करते हैं और उनकी महिमा करते हैं। कृपया हमें आप पर भरोसा करने के लिए विश्वास दें और उन चीजों को बदलने के लिए अनुग्रह दें जो हम गलत कर रहे हैं। जिस तरह से हम अपने बच्चों को प्यार करते हैं और प्रशिक्षित करते हैं, उसमें आपकी इच्छा शुरू करने में हमारी मदद करें। आमीन।

## परिचय

यह कार्य पुस्तिका आपको शिष्यता के पथ पर लाने के लिए बनाई गई है, जिसका अर्थ है ईश्वर के सिद्धांतों पर चलना। जब हम चलने जैसे शब्दों का उपयोग करते हैं, तो हम आशा करते हैं कि आप समझ गए होंगे कि इन सिद्धांतों में रहना उतना ही मौलिक है जितना कि चलना सीखना।

हमारी कार्य पुस्तिका के लक्ष्य हैं:

1. आपको यह दिखाने के लिए कि परमेश्वर परवरिश ण के लिए सिद्धांत प्रदान करता है,
2. आपको इन सिद्धांतों को लागू करने के लिए उपकरणों और अनुप्रयोगों से लैस करना, और
3. अपने परिवार को क्षमा, चंगाई और एकता में मार्ग दर्शन करने के लिए जो परमेश्वर की आज्ञाकारिता के माध्यम से आती है।

महत्वपूर्ण क्षेत्रों में मसीह के शरीरको शिक्षित करने में मदद करने के लिए पारिवारिक शिष्यत्व मंत्रालय मौजूद हैं। शिष्यत्व में असफलता का सीधा संबंध परवरिश ण में असफलता से है। और हम यह कैसे जानते हैं? आज हमने सिद्धांतों में जो देखा, अनुभव किया और पाया है।

### प्रक्रिया

अध्ययन को चार खंडों में विभाजित किया गया है। वॉल्यूम 1 से शुरू करें और क्रम में प्रत्येक वॉल्यूम के माध्यम से जारी रखें। किसी ऐसे खंड या खंड पर जाना जो आपकी रुचि को जगाता है, आकर्षक है, लेकिन सलाह नहीं दी जाती है, क्योंकि प्रत्येक खंड और पाठ एक दूसरे पर आधारित होते हैं। उदाहरण के लिए, आप वास्तव में अपने बच्चे को अनुशासित करने में महारत हासिल करना चाहते हैं ताकि आप उस अध्ययन के लिए आगे बढ़ सकें, लेकिन बाइबिल के सिद्धांत हैं जिन्हें आपको ईश्वरीय तरीके से अनुशासित करने से पहले सीखना चाहिए। प्रत्येक दिन पांच दिनों के लिए एक पाठ पूरा करने की दिशा में कार्य करें। निरंतरता के साथ दैनिक अध्ययन करना आध्यात्मिक सफलता की कुंजी है।

इन सिद्धांतों की कोशिश की गई है और सफल साबित हुए हैं। मैंने इसे अपने जीवन में, अपने परिवार में, और परामर्श और परवरिश ण कक्षाओं में अनगिनत लोगों के जीवन में अनुभव किया है। कृपया समझें, यह "परवरिश ण के पांच आसान चरण" मैनुअल नहीं है। बाइबल आधारित शिष्यता चुनौतीपूर्ण कार्य है और इसके लिए आपको अपने कुछ दृष्टिकोणों और व्यवहारों को बदलने की आवश्यकता होगी। सिद्धांतों को सफलतापूर्वक लागू करने के लिए प्रक्रिया को प्रतिबद्धता और बलिदान की आवश्यकता होगी।

### हर दिन की शुरुआत

- प्रत्येक दैनिक अध्ययन को अपने परमेश्वर के साथ बिताए गए समय के रूप में देखें, और अपेक्षा करें कि वह अपने वचन के माध्यम से आपसे बात करेगा।
- प्रत्येक दिन की शुरुआत प्रार्थना के साथ करें, परमेश्वर से यह प्रकट करने के लिए कहें कि आपको कहां बदलने की जरूरत है और जो आप सीख रहे हैं उसे लागू करने के लिए आपको सशक्त बनाने के लिए।
- चिंतनशील मानसिकता रखें। सामग्री को केवल यह कहने में जल्दबाजी न करें कि आपने इसे पूरा कर लिया है। परमेश्वर को आपसे बात करने का समय दें, और जो आप सीखते हैं उस परमनन करें।

### ध्यान देने योग्य बातें

- यह कार्य एक नई प्राथमिकता है और इसके लिए समर्पित समय की आवश्यकता होगी। पाठ प्रति दिन करना है। यदि आप एक दिन चूक जाते हैं, तो इसे छोड़ें नहीं, बल्कि सभी पाठों को क्रम से पूरा करने के लिए काम करें।

- कई बार हम प्रोजेक्ट शुरू करते हैं और खत्म नहीं करते। अपने परिवर्तन की जिम्मेदारी के महत्व पर विचार करें और इस अध्ययन कोई मानदारी से पूरा करने का निर्णय लें। अपनी प्राथमिकताओं के बारे में और इस प्रतिबद्धता के आगे आप क्या रख रहे हैं, इसके बारे में प्रार्थना करें। यदि आवश्यक हो तो प्रार्थना और अध्ययन के लिए एक जवाब देही साथी की मदद लें।
- यदि विवाहित है, तो इस प्रयास में आप का जीवन साथी एक आवश्यक भागीदार है। एक साथ या अलग से अध्ययन करें, लेकिन हमेशा चर्चा करें कि आपने क्या सीखा है क्योंकि यह वैवाहिक और परिवर्तन के मुद्दों और परिवर्तनों से संबंधित है।
- प्रस्तुत जानकारी की मात्रा में पाठ भिन्न हो सकते हैं। प्रत्येक को पूरा करने के बाद, परमेश्वर के साथ अपने समय की योजना बनाने और इसका अधिकतम लाभ उठाने के लिए अगले पाठ की प्रतीक्षा करें।
- सवाल के जवाब देने और अपने विचारों और प्रार्थनाओं को रिकॉर्ड करने के लिए जगह दी गई है। यदि आपने इस कार्य पुस्तिका को डाउनलोड और प्रिंट किया है, तो हमारा सुझाव है कि आप इसे थ्री-रिंग बाइंडर में रखें और व्यक्तिगत जर्नलिंग और नोट्स के लिए अतिरिक्त पेपर शामिल करें।

## गहराई में अध्ययन करें

यह खंड पवित्रशास्त्र को पढ़ने और प्रस्तुत किए जा रहे विषय से संबंधित होने के अवसर को चिह्नित करता है। इस शिष्यत्व प्रक्रिया के दौरान आप बाइबल, पालन-पोषण के बाइबल के सिद्धांतों, और माता-पिता के रूप में परमेश्वर आपसे क्या अपेक्षा करता है, उनसे अधिक परिचित हो जाएंगे।

### तथ्य - फाइल

इस तरह के बक्से बाइबल से शब्दों या वाक्यांशों के अंतर प्रदान करते हैं। हमने स्पष्टता के लिए प्रसिद्ध, धियो तार्किक रूप से ध्वनि बाइबल शब्दकोशों और टिप्पणियों का उपयोग करने के लिए बहुत सावधानी बरती है, जब संभव हो तो संदर्भित किया गया है। इनमें से कई परिभाषाएँ परिशिष्ट टी: ग्लोसर में दिखाई देती हैं।

## आत्म-परीक्षा

जब आप बाइबल के सिद्धांतों का अध्ययन करते हैं, तो यह खंड खुद को आजमाएँ के लिए समय प्रदान करता है, उन क्षेत्रों को खोजने के लिए जहां व्यक्तिगत सुधार की आवश्यकता होती है। शक्ति और ज्ञान के लिए अंतर्दृष्टि, स्वीकारोक्ति और प्रार्थनाओं को सूचीबद्ध करने के लिए स्थान प्रदान किया गया है उन परिवर्तनों को करने के लिए। शिष्यत्व प्रक्रिया का एक पहलू व्यक्तिगत जवाब देही है। यदि परमेश्वर प्रकट करता है कि आपने अपने जीवन साथी या बच्चों के विरुद्ध पाप किया है, तो उनके सामने अपना पाप स्वीकार करें और क्षमा माँगें। इसका नियमित रूप से अभ्यास करें, भलेही ऐसा करने के लिए ध्यान न दिया गया हो।

## कार्य योजना

आपके द्वारा बाइबल के सिद्धांतों का अध्ययन करने के बाद, यह खंड आपको चुनौती देता है कि आप कार्रवाई करें और जो आपने सीखा है उसे अपने जीवन में लागू करें। सच्चे शिष्य होने के लिए हमें यह समझना चाहिए कि ईश्वरन केवल यह चाहता है कि हम ज्ञान में बढ़ें, बल्कि यह भी चाहते हैं कि हम इसे जीएं।

## अपेंडिक्स संसाधन

कृपया कार्य पुस्तिका के अंत में परिशिष्टों का लाभ उठाएं। वे आपके विकास के लिए हैं, और हम उन्हें पूरी कार्य पुस्तिका में संदर्भित करते हैं। इस अद्भुत यात्रा को शुरू करने से पहले, कृपया परिशिष्ट A: मूल प्रतिबद्धता पत्र (खंड 1) भरें।

## अगुवों का मार्गदर्शन

फ्रीमिनिस्ट्री डाउन लोड के तहत FDM. world पर लीडर गाइड उपलब्ध है। हमारी वेबसाइट पर सभी सामग्री शिष्यत्व पर केंद्रित है और निःशुल्क प्रदान की जाती है।



## पाठ 1

### अनुशासन का परिचय

माता-पिता अक्सर चेले बनाने की तुलना में अनुशासन पर अधिक महत्व देते हैं, लेकिन ध्यान दें कि हमने चेले बनाने का अध्ययन सबसे पहले वॉल्यूम 3, अपने बच्चों को प्रशिक्षित करें में किया है। मसीही जीवन जीने के लिए चेले बनना बुनियाद है, और सब कुछ इसी पर आधारित है। यीशु ने अपने अनुयायियों से कहा, "इसलिये जाओ और सब जातियों को चेला बनाओ" (मती 28:19)। यह आदेश हमारे घरों में सेवकाई पर लागू होता है।

माता-पिता होने के नाते, यह हमारी जिम्मेदारी है कि हम अपने बच्चों को चेला बनाएं। ऐसा करने के लिए, हमें व्यक्तिगत बाइबल अध्ययन और आज्ञाकारी जीवन के माध्यम से स्वयं मसीह के चेले होने की आवश्यकता है। इसका परिणाम मसीह के साथ एक स्थायी संबंध है, जो हमें अपने परिवारों की उचित देखभाल करने में सक्षम बनाता है। यह चेले बनना महत्वपूर्ण है: यीशु माता-पिता के लिए, फिर माता-पिता बच्चे के लिए। जैसे ही मसीह के साथ हमारा रिश्ता हमें बदलता है, हम उसके नाम की महिमा करते हैं।

इस कार्यपुस्तिका में, हम जानेंगे कि बाइबल अनुशासन क्या है और क्या नहीं है। इसे समझे बिना, माता-पिता जो कुछ भी करते हैं वह उल्टा होता है और इससे उनके बच्चों में परिपक्वता नहीं आएगी। लेकिन परमेश्वर ने हमें सफलता के लिए आवश्यक सभी जानकारी दी है। हमारे लिए उसके पास योजना है जिस पर हम चल सकते हैं।

#### तितली

आइए अनुशासन पर एक दिलचस्प नज़रिए के साथ शुरुआत करें। एक नौ साल का लड़का एक दिन स्कूल से घर जा रहा था और उसे एक शाखा पर एक कोकून लटका हुआ मिला। उसने एक वीडियो देखा था कि कैसे एक तितली कोकून से निकलती है, इसलिए उसने शाखा को तोड़ दी, उसे घर ले आया, और ढक्कन में छेद वाले जार में रख दिया। हर दिन वह स्कूल से घर आता और कोकून को घूरता - इस उम्मीद में कि वह इस चमत्कार को होते देख पाएगा।

एक दिन कोकून में एक छोटा सा छेद था, और तितली बाहर निकलने की कोशिश कर रही थी। इसलिए वह कई घंटों तक बैठा रहा, देखता रहा, लेकिन नौ साल के लड़के का ध्यान सीमित होता है। अंत में, वह इसे और बर्दाश्त नहीं कर सका। उसने जार खोला, कोकून को बाहर निकाला, और छोटी सी कैंची से कोकून को सावधानी से काटना शुरू कर दिया। एक बार जब कोकून खुला, तो उसने तितली को बाहर निकाला, लेकिन वह अजीब लग रही थी। शरीर मोटा था, और पंख सिकुड़े हुए थे। वह इतना भारी था कि वह अपना वजन भी नहीं उठा सकता था।

वह देखता रहा, यह विश्वास करते हुए कि वह इस अजीब दिखने वाली चीज़ को एक सुंदर तितली में बदलता हुआ देखेगा। उसने इसे उठाया और मदद करने की कोशिश की, लेकिन इससे कुछ नहीं हुआ। आखिरकार उसकी आंखों के सामने ही उसकी मौत हो गई।

वह तितली मर गई क्योंकि परमेश्वर की सिद्ध प्रक्रिया—संघर्ष, खिंचाव, और कोकून से बाहर निकलने की कठिनाई - शरीर से तरल पदार्थ को पंखों में भेज देती है। फिर, जब वह वायुमंडल में बाहर निकलता है, तो हवा उसके पंखों को छूती है और उन्हें सुखा देती है ताकि वह उड़ सके। परमेश्वर ने जो संघर्ष रचा था, उसे हटाकर लड़के ने तितली को मार डाला।

## गहराई में अध्ययन करें

निम्नलिखित पद का अर्थ बताइए।

वर्तमान में हर प्रकार की ताड़ना आनन्द की नहीं, पर शोक ही की बात दिखाई पड़ती है, तौभी जो उसको सहते सहते पक्के हो गए हैं, बाद में उन्हें चैन के साथ धर्म का प्रतिफल मिलता है। (इब्रानियों 12:11)

---

---

---

जैसा कि परमेश्वर ने बनाया है और आदेश दिया है- बच्चों को अनुशासित करने में असफल होने से माता-पिता वास्तव में उन्हें परिपक्वता तक बढ़ने से रोक रहे हैं। किसी को भी अनुशासन पसंद नहीं है, और हममें से अधिकांश लोग अधिकार के साथ संघर्ष करते हैं। यह हमारा मानवीय स्वभाव है। बच्चे अक्सर अनुशासन और अधिकार दोनों का जवाब बेचैनी या किसी प्रकार के भावनात्मक संघर्ष के साथ देंगे। माता-पिता (विशेषकर माताओं) के लिए इस संघर्ष को खत्म करना सामान्य बात है। लेकिन ऐसा करके, तितली की तरह, माता-पिता बच्चे के विनाश में योगदान दे सकते हैं।

जब हम उचित अनुशासन का पालन नहीं करते हैं, तो हम उन चरित्र गुणों को विकसित नहीं कर पाते हैं जो परमेश्वर हमारे बच्चों के लिए चाहते हैं। चूँकि बच्चे स्वाभाविक रूप से परिपक्व वयस्क नहीं बनते, इसलिए उन्हें परमेश्वर के वचन और योजना के अनुसार प्रशिक्षित किया जाना चाहिए। यदि ऐसा नहीं किया गया तो कई लोगों को इसका परिणाम भुगतना पड़ेगा। प्रशिक्षण की कमी जीवन में कई प्रकार की असफलताओं का कारण बन सकती है। हैरानी की बात है कि जेलें न केवल "बुरे" लोगों से भरी हैं, बल्कि कई औसत व्यक्तियों से भी भरी हैं, जिन्हें परिपक्व चरित्र विकसित करने के लिए कभी भी उचित प्रशिक्षण नहीं मिला।

## गहराई में अध्ययन करें

अच्छे और खराब अनुशासन की प्रक्रियाओं और परिणामों की सूची बनाएं। माता-पिता की जिम्मेदारी क्या है?

छड़ी (अधिकार) और डॉट (प्रशिक्षण) से बुद्धि प्राप्त होती है, परन्तु जो लड़का योंही छोड़ा जाता है वह अपनी माता की लज्जा का कारण होता है। (नीतिवचन 29:15)

---

---

---

जो बेटे पर छड़ी नहीं चलाता वह उसका बैरी है, परन्तु जो उस से प्रेम रखता, वह यत्न से उसको शिक्षा देता है। (नीतिवचन 13:24)

---

---

---

जब तक आशा है तो अपने पुत्र की ताड़ना कर, जान बूझ कर उसको मार न डाल। (नीतिवचन 19:18)

---

---

---

अपने बच्चों को प्रशिक्षित करना कुछ ऐसा है जिसके लिए परमेश्वर ने हमें बुलाया है (नीतिवचन 22:6; इफिसियों 6:4)। यह अक्सर मजेदार नहीं होता और अक्सर काफी मुश्किल होता है। ठीक वैसे ही जैसे तितलियों को अपने कोकून से बाहर निकलने के लिए संघर्ष करना पड़ता है, वैसे ही हमारे बच्चे परिपक्वता के लिए परमेश्वर की उचित योजना में अनुशासित होने के संघर्ष का आनंद नहीं लेते हैं (इब्रानियों 12:11)। लेकिन हमें इसका पालन करना होगा।

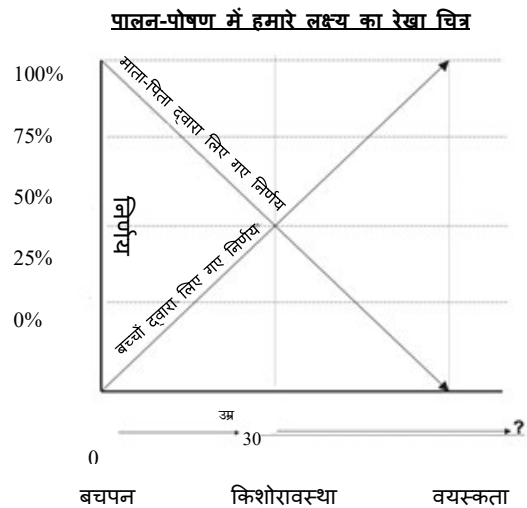
बुद्धिमान राजा सुलैमान ने, अनुशासन को तुच्छ समझने की हमारी स्वाभाविक प्रवृत्ति को जानते हुए, अपने बेटे को अन्यथा सोचने और अच्छे पिताओं द्वारा अपने बच्चों को सही करने के कारण पर विचार करने के लिए प्रोत्साहित किया।

हे मेरे पुत्र, यहोवा की शिक्षा (अनुशासन) से मुँह न मोड़ना, और जब वह तुझे डाँटे, तब तू बुरा न मानना, क्योंकि यहोवा जिस से प्रेम रखता है उसको डाँटता है, जैसे कि बाप उस बेटे को जिसे वह अधिक चाहता है।

(नीतिवचन 3:11-12)

यदि हमारे पास बच्चे को अनुशासन और परिपक्वता तक प्रशिक्षित करने का कोई स्पष्ट लक्ष्य नहीं है, तो ऐसा नहीं होगा।

ग्राफ के निचले भाग में, हमारे बच्चों की जन्म से लेकर वयस्क होने तक की आयु है। बाईं ओर बच्चों द्वारा लिए गए निर्णयों की संख्या बनाम उनके माता-पिता के रूप में हम उनके लिए जो निर्णय लेते हैं, उनकी संख्या है। शुरुआत में, सभी निर्णय माता-पिता द्वारा लिए जाते हैं, जो तर्कसंगत है। जब हमारे बच्चे अस्पताल से घर आते हैं, तो वे स्पष्ट रूप से अभी तक खुद के लिए चुनने में सक्षम नहीं हैं। लेकिन ग्राफ पर कुछ बिंदु पर, वे रेखाएं एक-दूसरे से टकराती रहती हैं और तब तक जारी रहती हैं जब तक कि हमारे बच्चे अपने सभी निर्णय स्वयं नहीं ले लेते।



जैसे-जैसे आपके बच्चे बड़े होते हैं, उनका लक्ष्य बिना निगरानी के

स्वस्थ, जिम्मेदार, बुद्धिमान निर्णय लेना है। यह सामान्य ज्ञान की तरह लग सकता है, लेकिन बिना किसी योजना, प्रशिक्षण की पद्धति और परिपक्व चरित्र स्थापित किए ऐसा नहीं होगा। आपके पास एक योजना होनी चाहिए।

कई युवा वयस्कों को नहीं पता कि खुद के लिए बुद्धिमानीपूर्ण निर्णय कैसे लें। हमें अपने बच्चों को उचित अनुशासन देकर परिपक्वता की ओर ले जाना चाहिए। घर वह प्राथमिक प्रशिक्षण स्थल है जहाँ बच्चे बड़े होकर वयस्क होते हैं। या कम से कम यह होना चाहिए। हमें अपने बच्चों को बाहरी लोगों द्वारा उन विचारों और प्रथाओं पर विश्वास नहीं करने देना चाहिए जो हमारे मार्गदर्शन और अधिकार के अधीन नहीं हैं।

### प्रशिक्षण बनाम नियंत्रण = विकास बनाम कोई विकास नहीं

परमेश्वर ने हमें अपने बच्चों को प्रशिक्षित करने का निर्देश दिया है, उन्हें नियंत्रित करने का नहीं। दोनों के बीच अंतर मुख्य रूप से इस मानसिकता का है कि माता-पिता के रूप में हम अपनी नौकरी को किस प्रकार देखते हैं।

नियंत्रित करने वाले माता पिता तानाशाह होते हैं, प्रशिक्षक नहीं। इसका एक लक्षण विफलता को स्वीकार न कर पाना है। नियंत्रक के नज़रिए से, बच्चे की विफलता बुरी, गलत और माता-पिता के अधिकार के लिए सीधा खतरा है। वे परमेश्वर की इच्छा से नहीं, बल्कि आत्म-संतुष्टि से प्रेरित होते हैं। वे अपने बच्चों की विफलताओं को व्यक्तिगत रूप से, जानबूझकर लेते हैं, जैसे कि वे जानबूझकर उन्हें चोट पहुंचाने की कोशिश कर रहे हों। अक्सर इस बात को लेकर चिंतित रहते हैं कि दूसरे क्या सोचते हैं, न कि इस बात को लेकर कि क्या सही है।

#### तथ्य - फ़ाइल

नियंत्रण-शक्ति का प्रयोग करना, हावी होना या शासन करना, संयमित करना; एक निरोधक बल।<sup>1</sup>

क्या आपके जीवनसाथी ने आपको बताया है कि आप नियंत्रण कर रहे हैं? क्या आपको बताया गया है कि आप कानूनवादी हैं या अपने बच्चों से अवास्तविक अपेक्षाएँ रखते हैं? कई बार यह व्यवहार इस बात का परिणाम होता

है कि आपका पालन-पोषण कैसे हुआ, शायद कभी ऐसा महसूस नहीं हुआ कि आप अपने माता-पिता की अपेक्षाओं पर खरे उतरे हैं।

### आत्म-परीक्षा 1

क्या आपके पास नियंत्रण संबंधी समस्याएं हैं? प्रार्थना करें और अपने बच्चों की विफलता के प्रति अपनी प्रतिक्रिया की जांच करें। ऊपर जो कहा गया है उस पर गहराई से विचार करें। विवरण करें कि परमेश्वर आपके हृदय पर क्या डालता है।

---



---



---



---



---

यदि आप कठोर या नियंत्रण करने वाले हैं, तो परमेश्वर से यह दिखाने के लिए कहें कि आप अपने बच्चों की विफलताओं को इस तरह क्यों देखते हैं और आप इस तरह से प्रतिक्रिया क्यों करते हैं। शायद आपने अपने माता-पिता को माफ नहीं किया है। शायद आप ईश्वरीय तरीके से पालन-पोषण करने के बजाय अपने दैहिक स्वभाव और स्वार्थी अपेक्षाओं को अपने पालन-पोषण पर हावी होने दे रहे हैं। यह आवश्यक है कि आप इस मुद्दे से निपटें।

### बचकाना व्यवहार

माता-पिता, हमारा काम हमारी सेवकाई के एक भाग के रूप में प्रशिक्षण देना है। इसे ठीक से करने के लिए, हमें यह समझने की आवश्यकता है कि बचकाना व्यवहार क्या है। एक बच्चा मूर्ख, आज्ञा न माननेवाला या विद्रोही हो सकता है। एक बच्चे की विफलता, यहां तक कि जानबूझकर की गई आज्ञा का उल्लंघन, अपमानजनक विद्रोह के समान नहीं है। यदि आप ऐसा मानते हैं, तो आप अपने बच्चों को गलत तरीके से जवाब देंगे, आमतौर पर गुस्से में।

विरोध और मूर्खता के बीच के अंतर को समझना महत्वपूर्ण है, साथ ही आपकी प्रतिक्रिया को उचित रूप से समायोजित करने की क्षमता भी महत्वपूर्ण है। और यदि सभी अनुशासनों को पहले प्यार से नहीं संभाला जाता है, तो आपका नकारात्मक संचार आपके बच्चे को यह महसूस करा सकता है कि उसे प्यार नहीं किया गया है।

#### तथ्य - फ़ाइल

अज्ञान-जब कोई बच्चा उस अनुशासन के खिलाफ विद्रोह करता है जो अपरिपक्वता के अपने मूर्खतापूर्ण कार्य का पालन करता है

हमने 1कुरिन्थियों 13 में पाए गए प्रेमपूर्ण बातचीत (वॉल्यूम 2) के बाइबल सिद्धांतों का अध्ययन किया। और क्या हम सभी किसी समय परमेश्वर के निर्देशों का पालन करने में असफल नहीं हुए हैं? ऐसा इसलिए नहीं है क्योंकि हमने निडर होकर कहा, "मुझे इसकी परवाह नहीं है कि बाइबल क्या कहती है। मैं इसे अपने तरीके से करने जा रहा हूँ!" बल्कि, ऐसा इसलिए है क्योंकि हमारे पास इसे पूरा करने के लिए आत्मिक परिपक्वता और चरित्र की कमी है। हालाँकि, मुझे यकीन है कि आपने कुछ प्रगति देखी होगी, और आशा है कि आपको एहसास होगा कि आप बस परमेश्वर की प्रशिक्षण प्रक्रिया से गुजर रहे हैं।

इसी प्रकार, असफलता विरोध नहीं है। भले ही आपके बच्चों को बार-बार बताया गया हो कि क्या नहीं करना चाहिए, उनकी असफलताएँ और गलतियाँ आमतौर पर अपरिपक्वता या मूर्खता के कारण होती हैं। परमेश्वर स्पष्ट रूप से समझाता है कि बच्चे मूर्ख होते हैं और माता-पिता को उन्हें ईश्वरीय ज्ञान में प्रशिक्षित करना चाहिए।

"लड़के के मन में मूर्खता की गांठ बंधी रहती है।" (नीतिवचन 22:15)

मूर्खता शब्द का अर्थ है "समझ में कमी, नासमझ, बुद्धिहीन, तर्कहीन, ऊटपटांग, फैसले की कमी।" क्या यह कभी-कभी हमारे बच्चों का पूरी तरह से विवरण नहीं करता है? उनमें चरित्र और परिपक्वता की कमी है। तो जब वे मूर्खतापूर्ण कार्य करते हैं तो हमें इतना गुस्सा क्यों आता है? परमेश्वर का वचन घोषित करता है कि वे इसी तरह पैदा हुए हैं।

नीतिवचन 22:15 का शेष भाग माता-पिता को एक उपदेश देता है: "सुधार की छड़ी उसे [मूर्खता] को उससे दूर कर देगी।" यहां अनुशासन को सकारात्मक रूप में देखा जाता है, क्योंकि यह बच्चे से मूर्खता को बाहर निकाल देगा। छड़ी माता-पिता के अधिकार और अनुशासन को दर्शाती है। हम उन्हें नियंत्रण नहीं, बल्कि बाइबिल अनुशासन का उपयोग करके प्रशिक्षित करते हैं। ध्यान दें कि मसीही लेखक एच. ए. आयरनसाइड क्या कहते हैं:

किसी बच्चे को उसके हाल पर छोड़ना उसकी बर्बादी को सुनिश्चित करना है, क्योंकि उसके मन में मूर्खता भरी हुई है। उचित ढंग से किया गया अनुशासन भटकने की स्वाभाविक प्रवृत्ति को ठीक कर देगा। बेशक, छड़ी सख्ती से ऐसी ही हो, यह जरूरी नहीं है। शारीरिक दंड की हमेशा आवश्यकता नहीं होती है, और कभी-कभी यह बहुत नासमझी भी हो सकती है। लेकिन दृढ़, फिर भी दयालु, अनुशासन वह है जिसके महत्व को यह परिच्छेद घोषित करता है। पूरे पवित्रशास्त्र में छड़ी, अधिकार और शक्ति की बात करती है; इस मामले में माता-पिता का वह संयम, जिसका बच्चे पर बहुत अधिक दायित्व है। यह इसकी कमी थी जो अबशालोम और अदोनिय्याह दोनों के बुरे तरीकों के लिए बड़े पैमाने पर जिम्मेदार थी (2 शमू. 14; 1 राजा 1:6)।

## आत्म-परीक्षा 2

नीतिवचन एक बच्चे की परिपक्वता की कमी और प्रशिक्षण की आवश्यकता की तस्वीर प्रदान करते हैं। अपरिपक्वता (मूर्खता) की सूची में प्रत्येक विशेषता के आगे अपने बच्चे का वह नाम लिखें जो लागू हो।

- उनमें न्याय की कमी है (10:21). \_\_\_\_\_
- वे मूर्खता का आनंद लेते हैं (10:23). \_\_\_\_\_
- वे भोले-भाले हैं (14:15). \_\_\_\_\_
- वे बुद्धिमानों से बचते हैं (15:12). \_\_\_\_\_
- वे अपने मार्ग पर चलते हैं (15:21). \_\_\_\_\_
- जब उन्हें मूर्खता का पता चलता है तो वे भड़क उठते हैं (17:12) \_\_\_\_\_
- वे अपने शब्दों से खतरे में हैं (18:6-7). \_\_\_\_\_
- वे अभिमानी और घमंडी हैं (21:24). \_\_\_\_\_
- वे एक परेशानी भरे रास्ते पर चलते हैं (22:5). \_\_\_\_\_
- वे संघर्ष और झगड़े का कारण बनते हैं (22:10)। \_\_\_\_\_

- उनमें आलस्य की प्रवृत्ति होती है (22:13)। \_\_\_\_\_
- वे वासनापूर्ण हैं (22:14). \_\_\_\_\_
- वे लालची हैं (22:16). \_\_\_\_\_
- वे अच्छी सलाह से घृणा करते हैं (23:9). \_\_\_\_\_
- उन्हें समय-समय पर कठिनाई से मार्गदर्शन लेना चाहिए (26:3). \_\_\_\_\_
- वे सत्य को बेकार कर देते हैं (26:7) \_\_\_\_\_
- वे अपनी मूर्खता दोहराते हैं (26:11) \_\_\_\_\_
- वे मूर्खता में बने रहते हैं (27:22) \_\_\_\_\_
- उन्हें खुद पर भरोसा है (28:26). \_\_\_\_\_
- वे क्रोध भड़काते हैं (29:8). \_\_\_\_\_
- वे अपना क्रोध प्रकट करते हैं (29:11). \_\_\_\_\_

### प्रशिक्षण क्या है

उचित प्रशिक्षक का लक्ष्य परमेश्वर की इच्छा को पूरा करना है, न कि हमारी अपनी इच्छाओं या अपेक्षाओं को पूरा करना। यीशु ने अपने चेलों को प्रशिक्षण देकर पिता की इच्छा पूरी की (यूहन्ना 5:20, 30; 6:38), और हमें भी ऐसा ही करना है। यीशु की प्रेरणा पिता की महिमा करना था (यूहन्ना 12:28), जैसा कि हमें अपने बच्चों को प्रशिक्षित करते समय भी करना चाहिए। यदि यह हमारी प्रेरणा है, तो हम प्रेम और धैर्य के साथ (विशेष रूप से मजबूत इरादों वाले बच्चों के साथ) पालन-पोषण में परमेश्वर के उद्देश्यों को पूरा करेंगे।

#### तथ्य - फ़ाइल

प्रशिक्षण-वांछित के रूप में बढ़ने का कारण बनना; बनाने के लिए या तैयार या कुशल बनने के लिए. <sup>4</sup>

यदि आपके घर के पीछे वाले हिस्से में दो साल पुराना पेड़ है जिसका तना लगभग तीन इंच व्यास का है और उस पर पैंतालीस डिग्री का मोड़ है, तो पेड़ को पकड़ना और उसे एक ही प्रयास में जबरन सीधा करना मूर्खता होगी। पेड़ जड़ से टूट जायेगा और तुम उसे नष्ट कर दोगे।

एक प्रशिक्षक, एक किसान की तरह (जिसका अर्थ है "पति"), जानता है कि जब उसे मुड़ा हुआ तना मिलता है, तो उसे ठीक करने का एक उचित तरीका और एक अनुचित तरीका होता है। उचित तरीका यह होगा कि पूर्व निर्धारित दिशा में लगातार हल्की मात्रा में दबाव डालकर पेड़ को प्रशिक्षित किया जाए। जैसे-जैसे पेड़ दबाव के अनुरूप होता है, धीरे-धीरे उसी दिशा में और अधिक लगाया जा सकता है जब तक कि पेड़ वांछित स्थिति में न आ जाए - और मुड़े नहीं।

हमें अपने बच्चों को इसी तरह समझना चाहिए: वे हमारे पास झुककर आते हैं। लेकिन हमें उनका मुड़ा हुआ होना पसंद नहीं है। हम उन्हें अभी सीधे चाहते हैं। क्योंकि वे "मुड़े हुए" हैं, या अपनी उम्र का अभिनय कर रहे हैं, हम ऐसी बातें कहते हैं, "इस तरह से व्यवहार मत करो!" और गलत संदेश भेजते हैं।

परमेश्वर हमें अपने काम और प्रशिक्षण के प्रति हमारी मानसिकता को समझने के लिए बाइबिल निर्देश देते हैं। हम देख सकते हैं कि हमारे बच्चों में असफलता और मूर्खता अपेक्षित है, और यह सामान्य है, पूरी यात्रा का केवल एक हिस्सा है।

वॉल्यूम 3, पाठ 1 में, हमने इफिसियों 6:4 से सीखा: " हे बच्चेवालों, अपने बच्चों को रिस न दिलाओ, परन्तु प्रभु की शिक्षा और चेतावनी देते हुए उनका पालन-पोषण करो।" "उन्हें बड़ा करो" का अर्थ है "उन्हें परिपक्व बनाओ।" यही हमारा लक्ष्य है। हम अपने बच्चों को प्रशिक्षित करते हुए उनके जीवन में चरित्र का संचार कर रहे हैं। उचित "प्रशिक्षण" या अनुशासन यह है कि हम लक्ष्य को कैसे पूरा करते हैं। अंत में, "प्रभु की चेतावनी" बताती है कि हमें इसे प्रभु के निर्देश के अनुसार करना चाहिए - परमेश्वर की इच्छा के अनुसार - हमारी इच्छा के अनुसार नहीं।

## चरित्र को स्थापित करना मांसपेशियों को प्रशिक्षित करने जैसा है।

कल्पना कीजिए कि आप एक प्रशिक्षक हैं और आपके बच्चे आपकी टीम के सदस्य हैं। लक्ष्य उन्हें दो सौ पाउंड बेंच-प्रेस करना है। यदि वे पहले दिन दस मिनट देरी से पहुंचे, और आपने अपना आधा समय उन्हें व्याख्यान देने में बिताया, तो आपने उनकी मांसपेशियों को प्रशिक्षित करने के लिए क्या किया? यदि आप चौखते, चिल्लाएं और उनके पास जो कुछ भी था उसे छीन लेने की धमकी दें तो क्या होगा? अब तक कुछ भी नहीं। जब तक वे हल्के वजन के साथ बेंच प्रेस शुरू नहीं करते, कोई प्रशिक्षण नहीं होता है।

अनुशासन का अर्थ है उन्हें प्रशिक्षित करना, और हर बार जब वे असफल होते हैं तो यह उन्हें प्रशिक्षित करने का हमारा अवसर है। उनकी मूर्खतापूर्ण पसंद और कार्य वे अवसर प्रदान करते हैं। हमें अपने बच्चों के मूर्खतापूर्ण व्यवहार के प्रति बाइबल आधारित दृष्टिकोण रखने की आवश्यकता है - इसे अनुशासन और परिपक्वता के लिए प्रशिक्षित करने के हमारे अवसर के रूप में देखने की आवश्यकता है - क्रोधित या निराश होने की नहीं।

यदि आप अपने दस साल के बच्चे की छाती पर दो सौ पाउंड रख दें, तो क्या आप चिल्लाएंगे, "इसे उठाओ, तुम्हें क्या हुआ है?" चलो, तुम्हें यह करने में सक्षम होना चाहिए"? बिल्कुल नहीं। वह दस साल का बच्चा दो सौ पाउंड की बेंच-प्रेस नहीं कर सकता। इसी तरह, हमें उनकी विफलताओं या मूर्खता को एक संकेत के रूप में देखने की जरूरत है कि प्रशिक्षण अभी तक पूरा नहीं हुआ है। यदि हम क्रोधित और उत्तेजित हो जाते हैं, तो हम यह संदेश दे रहे हैं कि हम एक बच्चे से असंभव को पूरा करने की उम्मीद करते हैं। हम यह भी बताते हैं कि वे हमारे लिए मूल्यवान नहीं हैं, हम उन्हें पसंद नहीं करते हैं, या उनमें कुछ गड़बड़ है। आप क्या सोचते हैं कि इस प्रकार की आहत करने वाली अभिव्यक्तियाँ आपके बच्चे के साथ आपके रिश्ते को कैसे प्रभावित करेंगी? और अगर कम उम्र में चीजों को ठीक से नहीं संभाला जाए, तो यह और भी बदतर हो जाती है।

हम जानते हैं कि प्रशिक्षण हल्के वजन से शुरू होता है, धीरे-धीरे बढ़ता है क्योंकि व्यक्ति अधिक वजन उठाने की क्षमता प्रदर्शित करता है जब तक कि अंततः वह लक्ष्य प्राप्त नहीं कर लेता। इसी तरह, प्रत्येक सुधार के साथ बच्चे का चरित्र थोड़ा बढ़ता है। जब हम चिल्लाते हैं, निराश होते हैं, और परेशान होते हैं, तो यह हमारी अपनी अज्ञानता और पाप प्रकृति है। एक बच्चे की विफलता केवल यह साबित करती है कि वे अभी तक दो सौ पाउंड बेंच-प्रेस नहीं कर सकते हैं। उनके पास अभी तक चरित्र नहीं है। यही अंतर है।

परमेश्वर चाहता है कि हम उसका दृष्टिकोण अपनाएँ। यह अनुशासन के बारे में हमारी अवधारणाओं, तरीकों और दृष्टिकोण को बदल देता है। यह क्रोध, विद्रोह और इस धारणा को खत्म कर सकता है कि बच्चे की विफलता अस्वीकार्य है। हमारे बच्चों के दिलों में मूर्खता भरी हुई है। हमें यह सच्चाई बताने और यह दिखाने के लिए प्रभु की स्तुति करें कि हमारा कार्य परिपक्व चरित्र स्थापित करना है।

### आत्म-परीक्षा 3

जब आपका बच्चा कोई नियम तोड़ता है या आज्ञा का उल्लंघन करता है तो आपका रवैया क्या होता है?

---



---



---

जब आपका बच्चा आज्ञा का उल्लंघन करता है तो परमेश्वर आपसे क्या रवैया चाहता है?

---



---



---

एक प्रार्थना लिखिए जिसमें परमेश्वर से अपना दृष्टिकोण उसके प्रति बदलने में मदद करने के लिए कहें।

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



## पाठ 2

### परिपक्व चरित्र

कई माता-पिता एक परिपक्व वयस्क के स्वभाव को नहीं समझते हैं। अपने बच्चों में परिपक्व चरित्र पैदा करने के लिए हमें सबसे पहले परिपक्वता की एक परिभाषा बनानी होगी। हमारा लक्ष्य क्या है?

#### आत्म-परीक्षा 1

वह लिखें जिसे आप एक परिपक्व वयस्क का चरित्र मानते हैं।

यदि विवाहित हैं, तो क्या आपके जीवनसाथी ने भी ऐसा ही विवरण लिखा है? \_\_हां\_\_ नहीं

उत्तम चरित्र वाला परम परिपक्व वयस्क यीशु मसीह था। यह वह परिपक्वता स्तर है जिसकी हमें तलाश करनी है। कलीसिया के संतों (इफिसियों 4:11-12) को इस लक्ष्य को ध्यान में रखते हुए तैयार करने के लिए बुलाया गया है: "जब तक हम सब परमेश्वर के पुत्र के विश्वास और ज्ञान की एकता तक नहीं पहुंच जाते। एक सिद्ध [परिपक्व] मनुष्य।, मसीह की परिपूर्णता के कद के माप के लिए" (पद 13)।

यह हमारा लक्ष्य है, और जब मसीह लौटेंगे तो हम परिपूर्ण और परिपक्व होंगे। "इतना जानते हैं कि जब वह प्रगट होगा तो हम उसके समान होंगे" (1 यूहन्ना 3:2)। तब तक, हम उसकी छवि में विकसित होते रहेंगे (रोमियों 8:29)

बचपन से लेकर जवानी तक हम सभी को इसी प्रक्रिया से गुजरना होगा। लूका 2:52 में कहा गया है कि "यीशु बुद्धि और डील-डौल में, और परमेश्वर और मनुष्यों के अनुग्रह में बढ़ता गया।" यीशु ने बुद्धि (मानसिक विकास) और कद (शारीरिक विकास) में वृद्धि की। वह परमेश्वर के पक्ष में (आत्मिक विकास) और मनुष्यों (सामाजिक विकास) के पक्ष में बढ़ता गया। हमारे बच्चों के शारीरिक विकास पर हमारा प्रभाव सीमित है। लेकिन अन्य तीन में हमारी बड़ी भूमिका है: मानसिक, आत्मिक और सामाजिक। यह कोई संयोग नहीं है कि यीशु के बारे में इन विशेषताओं का उल्लेख किया गया है; वे हमारे निर्देश के लिए हैं। परमेश्वर चाहता है कि हमारे बच्चे इन क्षेत्रों में आगे बढ़ें।

#### तथ्य - फ़ाइल

बिल्कुल सही या परिपक्व-टेलीयांस (ग्रीक)। एक लक्ष्य, या उद्देश्य; समाप्त हो गया, जो अपने अंत, अवधि, सीमा तक पहुंच गया है; इसलिए, पूर्ण, पूर्ण, कुछ भी नहीं में चाहते हैं।<sup>6</sup>

हम अपने बच्चों के बारे में कहना चाहते हैं, जैसा कि पौलस ने अपने बारे में कहा, "जब मैं बालक था, तो मैं बालकों के समान बोलता था, बालकों का सा मन था, बालकों की सी समझ थी; परन्तु जब सियाना हो गया तो बालकों की बातें छोड़ दीं।" (1 कुरिन्थियों 13:11)। उन्होंने अपने जीवन में देखा कि प्रगति हो रही थी। ईश्वरीय अनुशासन और प्रशिक्षण के माध्यम से, हम देखेंगे कि हमारे बच्चे धीरे-धीरे बचकानी बातों को दूर कर परिपक्व वयस्कों में विकसित हो रहे हैं।

## परिपक्व चरित्र परिभाषित

परिपक्वता को सही तरीके से पूरा करने के लिए तीन चरित्र गुणों का विकास किया जाना चाहिए। वे परिपक्व चरित्र का निर्माण करने के लिए एक साथ काम करते हैं।

1. नैतिकता और मूल्य
2. व्यक्तिगत जिम्मेदारी
3. आत्म-नियंत्रण



## नैतिकता और मूल्य

बच्चों में बाइबिल की नैतिकता और मूल्यों को स्थापित करना चाहिए ताकि उन्हें सही और गलत को समझने की नींव मिल सके। हर दिन मीडिया, पब्लिक स्कूलों और उनके साथियों के माध्यम से उन पर सांसारिक नैतिकता और मूल्यों की बमबारी की जाती है।

हमने पहले ही अपने बच्चों को अनुशासित करने और उनके दिलों में परमेश्वर के वचन को स्थापित करने के महत्व की जांच कर ली है। हमें यीशु के उदाहरण का अनुसरण करना है क्योंकि उन्होंने अपने चेलों के लिए पिता से प्रार्थना की थी:

“सत्य के द्वारा उन्हें पवित्र कर: तेरा वचन सत्य है।”  
(यूहन्ना 17:17)

“तुम सत्य को जानोगे, और सत्य तुम्हें स्वतंत्र करेगा।”  
(यूहन्ना 8:32)

एक बार जब हमारे बच्चे पवित्रशास्त्र की सच्चाइयों के अनुयायी बन जाते हैं, तो उन्हें यह जानने की स्वतंत्रता होगी कि परमेश्वर के वचन के विपरीत क्या है और अवज्ञा से क्या परिणाम होता है। वे सत्य को अधर्म से अलग करने और संसार, शरीर और शैतान के प्रलोभनों को पहचानने में सक्षम होंगे।

हमारे बच्चे बाइबिल की नैतिकता और मूल्यों पर सवाल उठाएंगे, और हमें दृढ़ता से इस बात पर कायम रहना चाहिए कि परमेश्वर जो कहता है वह सही और गलत है— राय या सांसारिक दर्शन पेश नहीं करना चाहिए। जब बाइबिल कहती है कि कुछ सही या गलत है, तो हमें कभी समझौता नहीं करना चाहिए।

परमेश्वर ने हमारे विश्वास के पिता अब्राहम को **उसके** बच्चों के संबंध में निर्देश दिया:

“क्योंकि मैं जानता हूँ, कि वह अपने पुत्रों और परिवार को, जो उसके पीछे रह जाएंगे, आज्ञा देगा कि वे यहोवा के मार्ग में अटल बने रहें, और धर्म और न्याय करते रहें, ताकि जो कुछ यहोवा ने अब्राहम के विषय में कहा है उसे पूरा करे।”  
(उत्पत्ति 18:19)

परमेश्वर ने अब्राहम से कहा कि वह अपने घर की संरचना करे ताकि उसके बच्चे धर्मी बनें और प्रभु के मार्ग पर चलें। अब्राहम का प्रशिक्षण अपने बच्चों को परमेश्वर की दृष्टि में सही सोच और सही व्यवहार में लाना था। यह ज्ञान में वृद्धि और परमेश्वर की कृपा की प्रक्रिया का विवरण करता है। हम तेजी से समझते हैं कि उसे क्या अच्छा लगता है और हम वही करते हैं।

### तथ्य - फ़ाइल

नैतिकता—परमेश्वर के दृष्टिकोण से क्या सही और क्या गलत है।

मूल्य—वे सिद्धांत या कार्य जिनके द्वारा आप जीते हैं। आपका व्यवहार दिखाता है कि आप सबसे अधिक क्या महत्व देते हैं।

धार्मिकता—परमेश्वर के साथ सही खड़ा होना

“इस कारण हमारे मन की उमंग यह है, कि चाहे साथ रहें चाहे अलग रहें, पर हम उसे भाते रहें।” (2 कुरिन्थियों 5:9)

याद रखें, हम अपने बच्चों को अपने उदाहरण, निर्देश और बाइबल अध्ययन से चेले बनाते हैं। आवश्यकतानुसार वॉल्यूम 3 में पाठ 6-10 की समीक्षा करें ।

## व्यक्तिगत जिम्मेदारी

दूसरा, प्रशिक्षण और निरंतर बाइबिल अनुशासन द्वारा एक बच्चे में व्यक्तिगत जिम्मेदारी की गुणवत्ता पैदा की जाती है। पाठ 1 का ग्राफ जन्म से लेकर वयस्क होने तक अपने बच्चों के लिए हमारे द्वारा चुने गए विकल्पों का प्रतिशत और प्रगति दर्शाता है। हर कोई इस दुनिया में पूरी तरह से निर्भर होकर आता है, लेकिन हमें अपने लिए जिम्मेदार विकल्प चुनना सीखना चाहिए। ऐसे युवाओं को देखना दुखद और कठिन है जिन्होंने व्यक्तिगत जिम्मेदारी नहीं सीखी है, और यह अक्सर स्पष्ट होता है कि घर पर प्रशिक्षण की कमी के कारण वे अपरिपक्व हैं।

यदि आप प्रशिक्षण में विश्वासयोग्य हैं, तो आपके बच्चे उस स्तर तक विकसित होंगे जहां कम अनुशासन की आवश्यकता होगी, और आपको उनकी बढ़ती परिपक्वता से पुरस्कृत किया जाएगा।

## आत्म-परीक्षा 2

अपने प्रत्येक बच्चे के दो व्यवहारों की सूची बनाएं जो व्यक्तिगत जिम्मेदारी दर्शाते हैं। (उदाहरण: मुझे उनसे बिस्तर बनाने, अपना कमरा साफ करने, कूड़ा-कचरा हटाने या अपना होमवर्क करने के लिए कहने की ज़रूरत नहीं है।)

---



---



---



---



---



---



---



---



---



---

प्रत्येक बच्चे के लिए गैर-जिम्मेदारी के दो संकेत सूचीबद्ध करें। (उदाहरण: मैं उनसे पूछता रहता हूँ...)

---



---



---



---



---



---



---



---

### तथ्य - फ़ाइल

व्यक्तिगत जिम्मेदारी- खुद की देखभाल करने की क्षमता; उन चीजों का पालन करने के लिए जिन्हें आपने करने के लिए प्रतिबद्ध किया है या किसी और को आपको प्रेरित किए बिना आवश्यक चीजें; स्वामित्व लेना, जवाबदेह होना और अपने कार्यों के लिए जिम्मेदारी स्वीकार करना

एक बच्चे को प्रशिक्षण देना प्रगतिशील है, और उनके विकास के प्रत्येक नए चरण के साथ नई चुनौतियाँ सामने आएंगी। युवाओं के साथ एक बड़ा मुद्दा गलत होने को स्वीकार न करना है। जब बच्चे किशोर हो जाते हैं, तो वे अक्सर अपने दिमाग में श्रेष्ठ ज्ञान प्राप्त करते हैं और सोचते हैं कि वे सब कुछ जानते हैं। जब किसी चीज़ के बारे में उनका सामना किया जाता है, तो वे किसी और को दोष देते हैं, बहाने बनाते हैं और व्यक्तिगत रूप से जिम्मेदार होने से बचते हैं। इस पर काबू पाने के लिए, हमें अपने घरों को एक प्रशिक्षण स्थल के रूप में बनाना चाहिए, न कि बहस या बातचीत के अदालत कक्ष के रूप में।

ज्यादातर बच्चे एक जैसे ही होते हैं। परमेश्वर की अवज्ञा करके पाप करने के बाद आदम और हव्वा द्वारा दोषारोपण और जिम्मेदारी से बचना पहली रणनीति थी। अदन की वाटिका में, परमेश्वर ने कहा था कि "तुम इस वाटिका के सब वृक्षों का फल खा सकते हो; परन्तु भले या बुरे के ज्ञान के वृक्ष का फल तुम न खाना" (उत्पत्ति 2:16-17)। इस एक आदेश का पालन करने के लिए आदम और हव्वा व्यक्तिगत रूप से जिम्मेदार थे। शैतान हव्वा के पास आया और उसे वर्जित फल खाने के लिए प्रलोभित किया (उत्पत्ति 3:1-5)। उसने उसे खाया और फिर अपने पति को दिया, और वे दोनों परमेश्वर की आज्ञा न मानने के कारण पाप में गिर गए (वचन 6)। जब परमेश्वर ने आदम और हव्वा को उनके पाप के बारे में बताया, तो उन्होंने इस प्रकार प्रतिक्रिया दी:

मनुष्य ने उत्तर दिया, 'जो स्त्री तूने मेरे साथ रहने के लिए दी है, उसने उस पेड़ का फल मुझे दिया, और मैंने उसे खा लिया।' प्रभु परमेश्वर ने स्त्री से पूछा, 'यह तूने क्या किया?' स्त्री ने उत्तर दिया, 'सांप ने मुझे बहका दिया और मैंने फल खा लिया।' (उत्पत्ति 3:12-13)

ध्यान दें कि कैसे आदम ने यह कहकर परमेश्वर को दोषी ठहराया, "वह स्त्री जो तू ने मुझे दी थी। और महिला ने यह कहकर सांप पर दोष लगाया, कि सांप ने मुझे धोखा दिया।" वे अपने पाप के लिए व्यक्तिगत जिम्मेदारी से बच रहे थे। अपने कार्यों का मालिकाना लेने और परमेश्वर के समक्ष जवाबदेह होने के बजाय, उन्होंने दोष मढ़ दिया।

यदि हम सावधान नहीं हैं, तो हमारे बच्चे अपने कार्यों की जिम्मेदारी से बचने के लिए परिस्थितियों या दूसरों को दोष देने की आदत विकसित कर सकते हैं। बच्चे स्वाभाविक रूप से भाई-बहन को दोष देना चाहेंगे: "उसने यह किया।" "उसने मुझसे यह करवाया।" "यह उसकी गलती है, मेरी नहीं।" सही बाइबिल अनुशासन एक बच्चे को जिम्मेदारी लेने के लिए व्यक्तिगत जिम्मेदारी सीखने में मदद करेगा।

एक बच्चे में व्यक्तिगत जिम्मेदारी पैदा करने के लिए लगातार प्रशिक्षण, समय और धैर्य की आवश्यकता होती है। हमें इसे अपने बच्चों के सामने उदाहरण के तौर पर पेश करना चाहिए। जिस तरह से हम अपने घरों, नौकरियों, संपत्ति और प्रतिबद्धताओं के प्रति ध्यान रखते हैं, उससे हमारा व्यक्तिगत जीवन व्यक्तिगत जिम्मेदारी प्रदर्शित कर सकता है।

### आत्म-परीक्षा 3

आप क्या सोचते हैं कि पन्द्रह वर्षीय बच्चे पर इसका क्या प्रभाव पड़ता है जब उनके मसीही माता-पिता क्रोधित होते हैं, आहत करने वाले शब्दों का उपयोग करते हैं, या अपनी अनुशासन योजना के हिस्से के रूप में उन्हें अनदेखा करते हैं, और फिर कभी भी पापपूर्ण कार्यों की जिम्मेदारी नहीं लेते हैं?

---



---

माता-पिता काम पर देर से पहुंचने या गंदे घर को देखकर गैरजिम्मेदारी दिखा सकते हैं क्योंकि कोई इसे साफ नहीं रख रहा है। आप अपने बच्चों के सामने कैसे गैरजिम्मेदार हो गए? एक उदाहरण लिखें।

---



---

हमारे घर बच्चों को कार्यबल और जीवन के लिए तैयार करने के लिए सर्वोत्तम प्रशिक्षण स्थल हैं। व्यक्तिगत जिम्मेदारी का सिद्धांत अच्छे कार्यों को बनाए रखना है। माता-पिता को अपने बच्चों को अच्छी कार्य नीति के लिए प्रशिक्षित करने का अद्भुत विशेषाधिकार प्राप्त है। अधिकांश बच्चों के लिए, घर का काम करना और घर के आसपास मदद करना प्राथमिकता नहीं है। उचित प्रशिक्षण के बिना, उनका बचकाना चरित्र वयस्कता तक बना रहेगा। आज इतने सारे युवा वयस्कों के खराब कर्मचारी बनने का एक मुख्य कारण यह है कि उन्हें व्यक्तिगत जिम्मेदारी और अच्छा काम करने के लिए प्रशिक्षित नहीं किया गया है।

जब पौलुस ने क्रेते द्वीप पर प्रशिक्षित पासबान तीतुस को पत्र लिखा, तो वह अच्छे कार्यों को बनाए रखने वाले विश्वासियों के समूह के बारे में चिंतित था।

“हमारे लोग भी आवश्यकताओं को पूरा करने के लिये अच्छे कामों में लगे रहना सीखें ताकि निष्फल न रहें॥” (तीतुस 3:14)

ध्यान दें कि वह तीतुस को एक मंडली के बारे में लिख रहा था, फिर भी उसने उन्हें “हमारे लोग” कहा। पौलुस ने महसूस किया कि वह और तीतुस लोगों को अच्छे काम करने और दूसरों की जरूरतों को पूरा करने के लिए प्रशिक्षित करने और इसलिए फलदायी होने के लिए व्यक्तिगत रूप से जिम्मेदार थे। अच्छे कार्यों को बनाए रखने का अर्थ है “एक जिम्मेदार व्यक्ति बनना, दूसरों के लिए चिंतित होना, और जो आवश्यक है उसे करने में सक्षम होना।” हमारे बच्चों को इसमें बहुत मदद की जरूरत है। वे व्यक्तिगत जिम्मेदारी के चरित्र के बिना पैदा होते हैं, स्वार्थी होते हैं, और दूसरों की परवाह नहीं करते हैं। इस श्लोक के विषय में एक लेखक कहता है:

तीतुस को अन्य मसीहीयों (हमारे लोगों) को सत्कार करना, बीमारों और पीड़ितों की देखभाल करना, और जरूरतमंद लोगों के प्रति उदार होना सिखाना था। केवल अपनी जरूरतों और चाहतों को पूरा करने के लिए काम करने के बजाय, उनके पास कम विशेषाधिकार प्राप्त लोगों के साथ बांटने के लिए पैसा कमाने की स्पष्ट मसीही दृष्टि होनी चाहिए (इफि. 4:28 देखें)। यह उन्हें स्वार्थ के दुख और व्यर्थ फलहीन जीवन की त्रासदी से बचाएगा।

कलीसिया परिवार के भीतर क्या करने की आवश्यकता है, इसका एक उपदेश, यही वह चीज़ है जिसके लिए हमें अपने घरों में प्रयास करना चाहिए। यदि हम जानते हैं कि कैसे, तो हम अपने बच्चों को व्यक्तिगत रूप से जिम्मेदार होना सिखा सकते हैं। ऐसा करते समय हम परमेश्वर का सम्मान कर रहे हैं, उनके नाम का महिमामंडन कर रहे हैं और अपने बच्चों को आशीर्वाद दे रहे हैं।

### गहराई में अध्ययन करें

विवरण करें कि यह पद पालन-पोषण पर कैसे लागू होता है।

“वचन में या काम में जो कुछ भी करो सब प्रभु यीशु के नाम से करो, और उसके द्वारा परमेश्वर पिता का धन्यवाद करो॥”  
(कुलुस्सियों 3:17)

---

निम्नलिखित शास्त्रों के लिए, विवरण करें कि व्यक्तिगत जिम्मेदारी कैसे शामिल है और इसे प्राप्त करने से क्या फल मिलता है।

जो काम में ढिलाई करता है, वह निर्धन हो जाता है, परन्तु काम-काजी लोग अपने हाथों के द्वारा धनी होते हैं।  
(नीतिवचन 10:4)

---

---

---

सज्जन अपने वचनों के फल के द्वारा भलाई से तृप्त होता है, और जैसी जिसकी करनी वैसी उसकी भरनी होती है।  
(नीतिवचन 12:14)

---

---

---

काम-काजी लोग प्रभुता करते हैं, परन्तु आलसी बेगार में पकड़े जाते हैं। (नीतिवचन 12:24)

---

---

---

आलसी अहेर का पीछा नहीं करता, परन्तु काम-काजी को अनमोल वस्तु मिलती है। (नीतिवचन 12:27)

---

---

---

आलसी का प्राण लालसा तो करता है, और उसको कुछ नहीं मिलता, परन्तु काम-काजी हृष्ट पुष्ट हो जाते हैं।  
(नीतिवचन 13:4)

---

---

---

परिश्रम से सदा लाभ होता है, परन्तु बकवाद करने से केवल घटी होती है। (नीतिवचन 14:23)

---

---

---

आलसी का मार्ग काँटों से रुन्धा हुआ होता है, परन्तु सीधे लोगों का मार्ग राजमार्ग ठहरता है। (नीतिवचन 15:19)

---

---

---

काम-काजी की कल्पनाओं से केवल लाभ होता है, परन्तु उतावली करनेवाले को केवल घटी होती है। (नीतिवचन 21:5)

---

---

---

आलसी अपनी लालसा ही में मर जाता है, क्योंकि उसके हाथ काम करने से इन्कार करते हैं। (नीतिवचन 21:25)

---

---

---

कोई ऐसा है, जो दिन भर लालसा ही किया करता है, परन्तु धर्मी लगातार दान करता रहता है। (नीतिवचन 21:26)

---

---

---

यदि तू ऐसा पुरुष देखे जो काम-काज में निपुण हो, तो वह राजाओं के सम्मुख खड़ा होगा; छोटे लोगों के सम्मुख नहीं।  
(नीतिवचन 22:29)

---

---

---

जो अपनी भूमि को जोता-बोया करता है, उसका तो पेट भरता है, परन्तु जो निकम्मे लोगों की संगति करता है वह कंगालपन से घिरा रहता है। (नीतिवचन 28:19)

---

---

---

## आत्म - संयम

हमारे बच्चों में विकसित होने वाला तीसरा चरित्र गुण आत्म-नियंत्रण है, जिसमें आत्म-अनुशासन (किसी की भावनाओं और कार्यों को संभालना) की क्षमता भी शामिल है। ईश्वरीय नैतिकता और मूल्य के अनुसार सफलतापूर्वक जीवन जीने के लिए आत्म-नियंत्रण आवश्यक है।

महत्व स्पष्ट है। नैतिक, बाइबल संबंधी विकल्प चुनने के लिए दृढ़ता से खड़े रहने और कम से कम प्रतिरोध का रास्ता अपनाने या देह

से नहीं चलना चाहिए। हमारे लिए परमेश्वर की इच्छा पवित्र आत्मा की सामर्थ्य के अधीन होना है — भावनात्मक, शारीरिक और आध्यात्मिक रूप से आत्म-नियंत्रण में किसी की भावनाओं का विरोध करने की क्षमता शामिल है।

कभी-कभी हम पापी व्यवहार के साथ लोगों और परिस्थितियों पर प्रतिक्रिया करते हैं। वॉल्यूम 2, पाठ 3 में, हमने प्रतिक्रिया और जवाब देने के बीच अंतर की जांच की। एक प्रतिक्रिया आत्म-नियंत्रण की कमी को दिखाता है, जो शारीरिक है; परन्तु ईश्वरीय प्रतिक्रिया प्रेम से प्रेरित होती है, जो आत्मा का फल है। जब हम अपने भावनात्मक प्रेरणा पर प्रतिक्रिया करते हैं, तो हम अक्सर शारीरिक पापी कार्यों के साथ पालन करते हैं।

## गहराई में अध्ययन करें

विवरण करें कि यह कहावत आत्म-नियंत्रण के भावनात्मक पहलू से कैसे संबंधित है।

मूर्ख अपने सारे मन की बात खोल देता है, परन्तु बुद्धिमान अपने मन को रोकता, और शान्त कर देता है।

(नीतिवचन 29:11)

## आत्म-परीक्षा 4

उस घटना का विवरण करें जब आपने भावनाओं को रास्ते में आने दिया, जिसके परिणामस्वरूप किसी के प्रति पापपूर्ण व्यवहार हुआ।

### तथ्य - फ़ाइल

आत्म-नियंत्रण- भावनात्मक, शारीरिक और आध्यात्मिक रूप से खुद को नियंत्रित करने की क्षमता; हमेशा कम से कम प्रतिरोध के मार्ग पर उपज नहीं करने की क्षमता



## गहराई में अध्ययन करें

आत्मसंयम की कमी के परिणामों का विवरण करें।

जिसकी आत्मा वश में नहीं वह ऐसे नगर के समान है जिसकी शहरपनाह घेराव करके तोड़ दी गई हो। (नीतिवचन 25:28)

---



---

इसलिये हे प्रियो, तुम लोग पहले ही से इन बातों को जानकर चौकस रहो, ताकि अधर्मियों के भ्रम में फँसकर अपनी स्थिरता को कहीं हाथ से खो न दो। (2 पतरस 3:17)

---



---

पतरस ने कहा कि हमारे पास आत्म-नियंत्रण होना चाहिए, लेकिन उचित प्रशिक्षण और इसे प्राप्त करने की इच्छा के बिना, हम इसे हासिल नहीं कर पाएंगे।

इस कारण अपनी अपनी बुद्धि की कमर बाँधकर, और सचेत रहकर, उस अनुग्रह की पूरी आशा रखो जो यीशु मसीह के प्रगट होने के समय तुम्हें मिलनेवाला है। (1 पतरस 1:13)

पर आत्मा का फल प्रेम, आनन्द, शान्ति, धीरज, कृपा, भलाई, विश्वास, नम्रता, और संयम है; ऐसे ऐसे कामों के विरोध में कोई भी व्यवस्था नहीं। (गलातियों 5:22-23)

यह पद परमेश्वर के सभी बच्चों से क्या वादा करता है?

मुझे इस बात का भरोसा है कि जिसने तुम में अच्छा काम आरम्भ किया है, वही उसे यीशु मसीह के दिन तक पूरा करेगा। (फिलिप्पियों 1:6)

---



---

एंड्र्यू मरे अपनी पुस्तक द बिलिवर्स सीक्रेट टू होलीनेस में कहते हैं:

एक मसीही विश्वासी में आत्म-नियंत्रण का अर्थ है कि हम अपने तरीके पर जोर देने के बजाय, परमेश्वर का रास्ता चुनें; हम अपने चलने वाले आदेशों के लिए उसकी ओर मुड़ते हैं और हम उसकी प्रेमपूर्ण आज्ञाओं का पालन करते हैं। हम परमेश्वर की पवित्र आत्मा को हमारे अंदर रहने और हमारे माध्यम से परमेश्वर की इच्छा को पूरा करने की अनुमति देने के लिए सहमत हैं। फिर, जब आत्मा का स्वतंत्र शासन होता है, तो वह हमें परमेश्वर की पूर्णता और पवित्रता के आदर्श के करीब लाने में सक्षम होता है।

ये तीन चरित्र गुण - नैतिकता और मूल्य, व्यक्तिगत जिम्मेदारी और आत्म-संयम - हमारा लक्ष्य हैं, जिस सही निशाने पर हम प्रहार करना चाहते हैं। आपके बेटे या बेटी ने आज तक जो भी मूर्खतापूर्ण कार्य किया है और भविष्य में भी करेंगे, उनमें इनमें से एक या अधिक का उल्लंघन शामिल है। क्योंकि वे उनके बिना ही पैदा हुए थे। माता-पिता के रूप में यह हमारा काम है कि हम उन्हें प्रशिक्षण के माध्यम से पढ़ाएं और उसमें समावेश करें।

हमें यह समझना होगा। स्पष्ट निशाना ना होने का अर्थ है - कोई दिशा न होना, और हम ऐसी जगह पहुँच जाएँगे जहाँ हम नहीं जाना चाहते। स्पष्टता होने से पतियों और पत्नियों के बीच एकता भी आती है, जिससे उन्हें एक स्पष्ट, सामान्य लक्ष्य की दिशा में मिलकर काम करने में मदद मिलती है।

## आत्म-परीक्षा 5

स्पष्ट लक्ष्यों और उन तक पहुंचने की योजना के बिना, हम अपनी सफलता को कैसे मापेंगे?

यदि कोई निगम बारह महीने की अवधि में तीन मिलियन डॉलर के उत्पाद बेचना चाहता है, तो यह निर्धारित करने के लिए एक स्पष्ट योजना और त्रैमासिक जांच करना बुद्धिमानी होगी कि वे उस निशान के कितने करीब हैं। सफलता मापने के लिए साल के अंत तक इंतजार करना लापरवाह और अविश्वसनीय होगा। इसी तरह, यदि आपके पास अपने बच्चों को प्रशिक्षित करने के लिए स्पष्ट लक्ष्य और तरीके हैं, तो आप अपनी सफलता को माप सकते हैं। बाद के पाठ में आप सीखेंगे कि अपने और अपने बच्चों के लिए एक प्रक्रिया कैसे लागू करें ताकि यह पता चल सके कि आप अपने लक्ष्यों के कितने करीब हैं।

## हमारे बच्चों को निशाना (सांड की आँख) जानने की जरूरत है

जब मैं चौदह साल का हुआ, तो मर्दानगी के बारे में मेरे विकृत दृष्टिकोण में एक सख्त आदमी होना, ड्रग्स लेना, शराब पीना और कई गर्लफ्रेंड रखना शामिल था। मैं मूर्खतापूर्वक उस सबके पीछे चला गया। मैंने किसी पर भी भरोसा नहीं किया जो मुझे अन्यथा बता सके। किसी ने भी मुझे कभी भी उस चरित्र की असली पहचान नहीं दी या मुझे इसके लिए निशाना साधने के लिए प्रोत्साहित नहीं किया।

मैंने पिछले कुछ वर्षों में सैकड़ों किशोरों का इंटरव्यू लिया है, और 5 प्रतिशत से भी कम एक परिपक्व वयस्क की उचित परिभाषा देने के करीब पहुँचे हैं। जब उनसे पूछा गया कि उन्हें कब पता होना चाहिए, तो अधिकांश ने जवाब दिया, "मुझे नहीं पता।" जब उनसे पूछा गया कि क्या यह बस होता है या ऐसा कुछ है जो उन्हें करना ही चाहिए, तो वे अक्सर जवाब देते थे, "मुझे लगता है कि जब आप बाहर जाते हैं, या जब आपको नौकरी मिल जाती है, तो आप अपना ख्याल रखना शुरू कर देते हैं, या शायद जब आप शादी कर लेते हैं और आपके बच्चे हो जाते हैं।"

किशोरों की यह पीढ़ी नष्ट हो गई है क्योंकि एक परमेश्वर रहित दुनिया गलत धारणा को परिभाषित कर रही है। पब्लिक स्कूल, मीडिया, संगीत, टीवी, इंटरनेट, किताबें, पत्रिकाएँ और प्रभावशाली लोग गलत धारणा बना रहे हैं। शैतान हमारे बच्चों पर झूठ, भ्रम और गुमराही की बमबारी कर रहा है।

हो सकता है कि आपको इन विशेषताओं को स्थापित करने का महत्व नहीं सिखाया गया हो, लेकिन बाइबल स्पष्ट है। परमेश्वर चाहते हैं कि हमारे बच्चे नैतिकता और मूल्य, व्यक्तिगत जिम्मेदारी और आत्म - संयम सीखें। माता-पिता को परिपक्वता के लक्ष्य और उन्हें प्राप्त करने के तरीकों दोनों को परिभाषित करना चाहिए। इसमें चले बनना और अनुशासन (प्रशिक्षण) का मिश्रण होगा।

## कार्य में दो सिद्धांत

"क्योंकि जैसा वह अपने मन में विचार करता है, वैसा वह आप है।" (नीतिवचन 23:7)

"जैसा वह अपने मन में सोचता है" का अर्थ है कि एक व्यक्ति सही और गलत के बारे में क्या विश्वास करता है। "ऐसा ही वह है" किसी व्यक्ति के व्यवहार, या वह क्या करता है, को संदर्भित करता है, जिसके बारे में कहा जा सकता है कि यह परिभाषित किया जा सकता है कि वह कौन है।

अधिकांश माता-पिता अपने बच्चे के व्यवहार को बदलने में अधिक रुचि रखते हैं, और दिल को प्रशिक्षित करने पर कम ध्यान केंद्रित करते हैं। लेकिन इस पद में दो सिद्धांत काम कर रहे हैं। "जैसा वह अपने मन में सोचता है" "वह वैसा ही है" से पहले आता है। इसलिए प्राथमिकता हमारे बच्चों को चेले बनाना होना चाहिए, जिसका असर उनके व्यवहार पर पड़ेगा। हमें अपने बच्चे के सोचने के तरीके को बदलना होगा और उनके व्यवहार को अनुशासित करना होगा।

यदि आपका बेटा अपनी बहन को आहत करने वाले नाम से बुलाता है, तो आपको उसके व्यवहार के लिए सुधारात्मक परिणाम देने की आवश्यकता है, लेकिन आपको उसे सही और गलत के ज्ञान में अनुशासित करके उसके दिल को भी सिखाना होगा। परमेश्वर का वचन हमें सिखाता है कि दूसरों के साथ कैसा व्यवहार करना चाहिए, और हमें इन सच्चाइयों में अपने बच्चों को ईमानदारी से चेला बनाना चाहिए।

“कोई गन्दी बात तुम्हारे मुँह से न निकले, पर आवश्यकता के अनुसार वही निकले जो उन्नति के लिये उत्तम हो, ताकि उससे सुननेवालों पर अनुग्रह हो।” (इफिसियों 4:29)

परमेश्वर के वचन को सुनने से, एक बच्चा सही और गलत को समझने में प्रशिक्षित या चेला बन जाता है। एक बार के पाठ के बाद यह पूरा नहीं होगा। भ्रष्ट संचार को अपने मुँह से बाहर न निकलने देने के सिद्धांत में एक दूसरे से बात करने का तरीका भी शामिल है। चेले बनना और अनुशासन का मिश्रण व्यक्तिगत जिम्मेदारी और ज्ञान सिखाता है कि आज्ञा न मानने के विकल्प का हमेशा सुधारात्मक परिणाम होता है।

## पाठ 3 अनुशासन क्यों

बाइबिल के सिद्धांतों के अनुसार बच्चों को प्रशिक्षण देना दो-माता-पिता और एकल-माता-पिता वाले घरों सहित सभी परिवारों पर लागू होता है। और, जब विवाह होता है, तो जोड़े को एक टीम के रूप में कार्य करना होता है। दोनों ही बच्चों को अनुशासन और प्रशिक्षण देने के लिए जिम्मेदार हैं, हालाँकि पिता की प्राथमिक अगुवे की भूमिका होती है। वॉल्यूम 3, पाठ 1 में, हमने बच्चों को प्रशिक्षण और अनुशासित करने के लिए परमेश्वर के स्तर का अध्ययन किया:

“ हे बच्चेवालों, अपने बच्चों को रिस न दिलाओ परन्तु प्रभु की शिक्षा, और चितावनी देते हुए, उनका पालन पोषण करो ॥” (इफिसियों 6:4)

यही परमेश्वर का लक्ष्य है और इसलिए हमारा भी यही होना चाहिए। पिछले पाठ में, हमने सीखा कि प्रगति को नैतिकता और मूल्यों, व्यक्तिगत जिम्मेदारी और आत्म-संयम के क्षेत्रों में बच्चे के सुधार को देखकर मापा जाता है।

अनुशासन एक योजनाबद्ध प्रक्रिया है जिसमें एक बच्चे को प्रशिक्षित देने के सभी पहलुओं को शामिल किया जाता है, जिसमें धार्मिकता में अनुशासन और परिपक्व चरित्र का विकास शामिल है। नए नियम के समय में, यूनानी संस्कृति बच्चों के अनुशासन पर

ध्यान देती थी। इफिसियों 6:4 लिखते समय, पौलुस ने बच्चों के व्यवस्थित प्रशिक्षण का उल्लेख करते हुए, यूनानी शब्द पेडिया का इस्तेमाल किया, जिसका अनुवाद "प्रशिक्षण या अनुशासन" है, जो पेस (बच्चे) शब्द से है। यह गलत काम के लिए सुधार सूचित करता है, आगे एक नीतिवचन में समझाया गया है: " जो पिता अपने पुत्र को दण्ड नहीं देता, वह उससे प्रेम नहीं करता; क्योंकि जो पिता अपने पुत्र से प्रेम करता है, वह पुत्र को अनुशासित करने में देर नहीं करता।" (नीतिवचन 13:24). जैसा कि धार्मिक शब्दकोश में परिभाषित किया गया है, प्रशिक्षण "बच्चे के पालन-पोषण और देखरेख को भी दर्शाता है जो परिपक्वता तक बढ़ रहा है और उसे दिशा, शिक्षण, निर्देश और अनुशासन या यहां तक कि ताड़ना के रूप में एक निश्चित मात्रा में मजबूरी की आवश्यकता है।"

इसका तात्पर्य मौखिक निर्देश के माध्यम से किसी पर सुधारात्मक प्रभाव डालना है, जिससे उचित आचरण की समझ बढ़ती है। हमारे उद्देश्यों के लिए, सभी निर्देश "प्रभु की ओर से" होने चाहिए। हमारी इच्छा परमेश्वर के मार्ग में निर्देश देने की होनी चाहिए। हम परमेश्वर के अनुशासित तरीकों का उपयोग करके अपने बच्चों में ईश्वरीय चरित्र को स्थापित करके परमेश्वर की इच्छा पूरी कर रहे हैं।

### माता-पिता को अपने बच्चों को अनुशासित क्यों करना चाहिए ?

1. परमेश्वर हमें अनुशासन देने की आज्ञा देता है ।

जब तक आशा है तो अपने पुत्र की ताड़ना कर, जान बूझकर उसको मार न डाल। (नीतिवचन 19:18)

लड़के को उसी मार्ग की शिक्षा दे जिसमें उसको चलना चाहिए, और वह बुढ़ापे में भी उससे न हटेगा। (नीतिवचन 22:6)

लड़के की ताड़ना न छोड़ना; क्योंकि यदि तू उसको छड़ी से मारे, तो वह न मरेगा। तू उसको छड़ी से मारकर उसका प्राण अधोलोक से बचाएगा। (नीतिवचन 23:13-14)

### तथ्य - फ़ाइल

लक्ष्य— "उन्हें ऊपर लाओ," एकत्रेफो (यूनानी), का अर्थ है हमारे बच्चों को परिपक्वता में लाना। विधि—परमेश्वर की अनुशासनशीलता अपने बच्चों को परिपक्व और प्रशिक्षित करने के लिए उपयोग करती है। सलाह या निर्देश- इफिसियों 6:4 से नौथेसिया (यूनानी), "चेतावनी, उपदेश, या प्रोत्साहन या फटकार के किसी भी शब्द के रूप में अनुवाद करता है, जो सही व्यवहार की ओर जाता है।" 11

अनुशासन का इब्रानी शब्द यासर है, जो एक अनिवार्य क्रिया है, जिसका अर्थ है कि यह एक आदेश है। परमेश्वर हमें अपने बच्चों को कम उम्र से ही अनुशासित करने के लिए प्रोत्साहित कर रहे हैं। यह पद दर्शाता है कि एक बच्चा जिसे अनुशासनहीन छोड़ दिया जाता है, वह माता-पिता के प्रभाव से परे एक बिंदु तक पहुंच सकता है और उसके पास पाप को न कहने का आत्म-नियंत्रण नहीं होगा, जिसके परिणामस्वरूप आत्मिक और यहां तक कि शारीरिक मृत्यु भी हो सकती है।

पिताओं, क्या आपने सुना है कि यदि आपके घर में ऐसा नहीं हो रहा है तो कड़ी चेतावनी और परिणाम क्या होंगे?

## 2. अनुशासन परमेश्वर के प्रेम को दर्शाता है।

“क्योंकि प्रभु, जिस से प्रेम करता है, उस की ताड़ना भी करता है; और जिसे पुत्र बना लेता है, उस को कोड़े भी लगाता है।”

(इब्रानियों 12:6)

जिस प्रकार परमेश्वर हमें अनुशासित करता है क्योंकि वह हमसे प्रेम करता है, उसी प्रकार हमें भी अपने बच्चों को अनुशासित करना चाहिए क्योंकि हम उनसे प्रेम करते हैं। अनुशासन प्रेम का ही एक रूप है।

क्या आपने अपने बच्चों के प्रति अनुशासन को प्रेम के रूप में देखा है? \_\_ हां \_\_ नहीं

यदि माता-पिता अनुशासित करते समय क्रोधित, उत्तेजित, या धमकी दे रहे हैं, तो क्या बच्चा इसे प्रेम के रूप में समझेगा? \_\_ हां \_\_ नहीं

किशोर भवन के कई बच्चों ने गुस्से में मुझसे कहा, "मुझे पता है कि मेरे माता-पिता मुझसे प्रेम नहीं करते!" जरूरी नहीं कि उनके माता-पिता ने उन्हें छोड़ दिया हो, उन्हें पीटा हो, उन्हें नशीली दवाएं दी हों, या एक जगह से दूसरी जगह जाते रहे हों। इन बच्चों को यकीन था कि उनके माता-पिता उनसे प्रेम नहीं करते क्योंकि उन्होंने उन्हें अनुशासित नहीं किया। एक बच्चा जानता है कि कब माता-पिता उनकी उपेक्षा करते हैं, उन्हें सही गलत सिखाने में समय और प्रयास नहीं लगाते हैं, उन्हें सही करने और प्रशिक्षित करने में विफल रहते हैं, नियम लागू नहीं करते हैं, और उन्हें अनुशासित नहीं करते हैं। ये ज़ोर से और स्पष्ट रूप से बताते हैं कि माता-पिता को उनकी परवाह नहीं है और वे उनसे प्रेम नहीं करते हैं।

## 3. अनुशासन परिपक्व, ईश्वरीय वयस्कों का निर्माण करता है।

जैसा कि हमने इफिसियों 6:4 से सीखा, हम अपने बच्चों को अनुशासन के माध्यम से परिपक्व बनाते हैं।

घोड़े (या खच्चर) पर विचार करें, जिन्हें थोड़ा और लगाम के साथ प्रशिक्षित और निर्देशित किया जाता है क्योंकि उनमें समझने की क्षमता नहीं होती है। इसी तरह से हमारे बच्चों को तब तक अनुशासन द्वारा निर्देशित किया जाना चाहिए जब तक वे समझ हासिल नहीं कर लेते। शुरुआत है कि बाइबिल के अनुशासन के साथ स्कूली शिक्षा पाने वाले बच्चे को किसी दिन माता-पिता के अनुशासन की "थोड़ी और लगाम" की आवश्यकता नहीं होने का सबसे अच्छा अवसर दिया जाता है, लेकिन वह एक स्वतंत्र रूप से जिम्मेदार वयस्क बन सकता है।

तुम घोड़े और खच्चर के समान न बनो जो समझ नहीं रखते, उनकी उमंग लगाम और रास से रोकनी पड़ती है, नहीं तो वे तेरे वश में नहीं आने के। (भजन संहिता 32:9)

विचार करें कि अठारह वर्ष से अधिक उम्र के कितने लोग अधिकार को अस्वीकार करते हैं और अपने कार्यों की जिम्मेदारी नहीं लेते हैं। हमारी जेलें और कारागार उनसे भरी पड़ी हैं।

माता-पिता के रूप में, हम कभी-कभी अपने बच्चों को उनके "मूर्खतापूर्ण" व्यवहार पर प्रतिक्रिया करके अनुशासित करते हैं, यह भूल जाते हैं कि अनुशासन का लक्ष्य परिपक्व वयस्कों को बड़ा करना है। महज उम्र से कोई वयस्क नहीं बन जाता ।

बल्कि, परिपक्वता तो नैतिकता और मूल्यों, व्यक्तिगत जिम्मेदारी और आत्म - संयम की विशेषता है। हमारे समाज में यह स्पष्ट है कि कई व्यक्ति वयस्क हो जाते हैं और अभी तक परिपक्व वयस्क नहीं हुए हैं।

#### 4. अनुशासन से घर में शांति बनी रहती है।

वर्तमान में हर प्रकार की ताड़ना आनन्द की नहीं, पर शोक ही की बात दिखाई पड़ती है; तौभी जो उसको सहते-सहते पक्के हो गए हैं, बाद में उन्हें चैन के साथ धर्म का प्रतिफल मिलता है। (इब्रानियों 12:11)

जब उचित अनुशासन लगातार लागू किया जाता है, तो इससे शांतिपूर्ण फल प्राप्त होंगे। बच्चों वाला कोई भी घर रोजाना उत्साह, शोर, दुर्घटनाओं, आंसुओं, व्यस्त कार्यक्रमों और अनगिनत अप्रत्याशित घटनाओं का केंद्र होता है। लेकिन, मसीही होने के नाते, हमारे घर एक ऐसा स्थान हो सकते हैं जहां परमेश्वर की शांति राज करती है।

क्या आप अपने घर के वातावरण को शांतिपूर्ण, आरामदायक, समान और एकीकृत बताएंगे? \_\_\_\_ हां \_\_\_\_ नहीं

#### अनुशासन के साधन

एक पुरुष और महिला विवाह में शामिल होते हैं, प्रत्येक व्यक्ति अपने स्वयं के इतिहास और अनुशासन के पूर्व-निर्धारित विचारों के साथ। वे अक्सर उन्हीं प्रक्रियाओं के साथ अनुशासन का पालन करते हैं जिनका उपयोग उनके माता-पिता करते थे और फिर परिवार के सदस्यों और दोस्तों से वर्तमान चलन या सुझावों को जोड़ते हैं। अंततः परिणामी भ्रम पति-पत्नी के बीच विभाजन की ओर ले जाता है।

लेकिन परमेश्वर ने परिवार को इस तरह से कार्य करने के लिए नहीं बनाया है। बाइबल कहती है, "क्योंकि परमेश्वर गड़बड़ी का नहीं परन्तु शान्ति का परमेश्वर है" (1 कुरिन्थियों 14:33)। हालाँकि हम अन्य स्रोतों से अनुशासन के बारे में कुछ विचार प्राप्त कर सकते हैं, उन्हें परमेश्वर के वचन के अनुरूप होना चाहिए, वह सत्य जो हमें धार्मिकता के मार्ग में निर्देश देता है (2 तीमुथियुस 3:16-17)। परमेश्वर जानकारी का स्रोत है, अपने बच्चों को अपने तरीके से अनुशासित करने के लिए बाइबिल सिद्धांतों-उपकरणों का प्रदाता है। और बाइबल हमें चेतावनी देती है कि उसके मार्ग हमारे स्वाभाविक मार्ग नहीं हैं। परमेश्वर कहते हैं, "क्योंकि मेरी और तुम्हारी गति में और मेरे और तुम्हारे सोच विचारों में, आकाश और पृथ्वी का अन्तर है॥" (यशायाह 55:9)। इसलिए हमें उसके निर्देशों का पालन करने के लिए लगातार उसके वचन में रहना चाहिए।

अपने दृष्टिकोण को खोना और अपने बच्चों के साथ गलत, खुद से प्रेरित प्रथाओं और व्यवहारों में पड़ना आसान है। लेकिन सच तो यह है कि वे उसके बच्चे हैं। यह सिद्धांत बहुत महत्वपूर्ण है। नीतिवचन हमें दिखाते हैं कि जो रास्ते हमें "सही" लगते हैं उनका अंत भी विनाश में हो सकता है।

#### गहराई में अध्ययन करें

समझाएं कि माता-पिता को कैसे धोखा दिया जा सकता है और संभावित परिणाम का वर्णन करें।

ऐसा मार्ग है, जो मनुष्य को ठीक जान पड़ता है, परन्तु उसके अन्त में मृत्यु ही मिलती है। (नीतिवचन 14:12)

---



---



---

मनुष्य का सारा चाल चलन अपनी दृष्टि में तो ठीक होता है, परन्तु यहोवा मन को जांचता है, (नीतिवचन 21:2)

---



---

## नींव को याद रखें

इससे पहले कि हम परिपक्व चरित्र के निर्माण के लिए परमेश्वर के साधनों को सीखें, हमें अपने बच्चों को प्रशिक्षण देने के उचित क्रम की एक ठोस समझ होनी चाहिए। सबसे पहले, हम उन्हें धार्मिकता में चेला बनाते हैं। दूसरा, हम बाइबल आधारित अनुशासन स्थापित करते हैं।

चेले बनना अनुशासन की नींव होनी चाहिए। " क्योंकि जैसा वह अपने मन में विचार करता है, वैसा वह आप है" (नीतिवचन 23:7)। जब तक मन परिवर्तित न हो जाए, आचरण तो सीखा जा सकता है, परंतु सच्ची धार्मिकता नहीं रह सकती। जैसा कि हमने पिछले पाठ में सीखा, कई माता-पिता अपना अधिकांश समय दिल के बजाय "वह जैसा है" या व्यवहार को बदलने में बिताते हैं। प्रेम और चेले बनाने से दिल परिवर्तन होता है। परन्तु यदि तुम प्रेम के बिना अनुशासन करोगे, तो तुम आज्ञाकारिता के स्थान पर विद्रोह उत्पन्न करोगे।

घर में चेले बनाने के विवरण के लिए वॉल्यूम 3, पाठ 6-9 की समीक्षा करें।

## गहराई में अध्ययन करें

विवरण करें कि ये पद मनुष्य के दिल और उसके कार्यों के बारे में क्या कहते हैं।

जैसे जल में मुख की परछाईं मुख को प्रगट करती है, वैसे ही मनुष्य का मन मनुष्य को प्रगट करता है। (नीतिवचन 27:19)

क्योंकि भीतर से, अर्थात् मनुष्य के मन से, बुरे बुरे विचार, व्यभिचार, चोरी, हत्या, परस्त्रीगमन. (मरकुस 7:21)

सबसे अधिक अपने मन की रक्षा कर; क्योंकि जीवन का मूल स्रोत वही है। (नीतिवचन 4:23)

## उसके उदाहरण का पालन करें

इफिसियों 6: 4 इस वाक्यांश के साथ समाप्त होता है, "प्रभु की नसीहत," जो हमारे लिए उसकी और उसके वचन की ओर देखने और वह हमें कैसे प्रशिक्षित और अनुशासित करता है, उसके उदाहरण का अनुसरण करने के लिए एक प्रोत्साहन है। इब्रानियों हमें दिखाती है कि परमेश्वर के अनुशासन के प्रति हमारा दृष्टिकोण और प्रतिक्रियाएँ क्या होनी चाहिए, और यह दर्शाती है कि वह हमसे प्रेम करता है और उसके इरादे केवल हमारी भलाई के लिए हैं।

### तथ्य - फ़ाइल

ताड़ना या अनुशासन-पेडिया (यूनानी)। इफिसियों 6:4 में प्रयुक्त, सुधार या प्रशिक्षण का अर्थ है। हर अपराध के लिए एक परिणाम है; किसी प्रकार के प्रशिक्षण / सुधार का पालन किया जाएगा। फटकार लगाना—दोषी ठहराना, और गलत में से एक को साबित करना।<sup>12</sup> अभिशाप—सब कुछ और कोई भी पीड़ा, जो परमेश्वर ने अपने बच्चों के लिए ठहराया है, जो हमेशा उनकी भलाई के लिए बनाया गया है। परीक्षणों और क्लेशों की पूरी श्रृंखला शामिल है, जिसे वह भविष्यवाणी करता है और जो एम के लिए काम करता है

और तुम उस उपदेश को, जो तुम को पुत्रों के समान दिया जाता है, भूल गए हो: "हे मेरे पुत्र, प्रभु की ताड़ना को हलकी बात न जान, और जब वह तुझे घुड़के तो साहस न छोड़। क्योंकि प्रभु जिससे प्रेम करता है, उसकी ताड़ना भी करता है, और जिसे पुत्र बना लेता है, उसको कोड़े भी लगाता है।" (इब्रानियों 12:5-6)

परमेश्वर का वचन सही और गलत व्यवहार का स्तर है। वयस्क स्वयं का मार्गदर्शन करने और सुधार करने के लिए पवित्रशास्त्र का उपयोग करते हैं। उसी तरह, माता-पिता को आवश्यकता पड़ने पर सुधारात्मक अनुशासन की योजना के साथ, परिवार के लिए आचरण के बाइबिल नियमों को परिभाषित करने, विकसित करने और संप्रेषित करने की आवश्यकता है। इन वचनों के महत्वपूर्ण सिद्धांत माता-पिता को अपने बच्चों को "ताड़ना" और "कोड़े मारने" के लिए एक स्पष्ट योजना विकसित करने में मदद करते हैं।

परमेश्वर हमें उसके प्रशिक्षण को स्वीकार करने के लिए प्रेरित करने के लिए दर्द की एक मापी गई मात्रा का उपयोग करता है ताकि हम मसीह की छवि में ढल सकें। इसी प्रकार, हमें अपने बच्चों के साथ भी ऐसा ही करना होगा ताकि उन्हें हमारा प्रशिक्षण स्वीकार करने के लिए प्रेरित किया जा सके।

### माता-पिता के रूप में हमारा कार्य तीन गुना है:

1. सही और गलत व्यवहार के बारे में परमेश्वर के दृष्टिकोण के आधार पर नियमों को परिभाषित करें।
2. नियम टूटने पर सुधार (परिणाम) के लिए एक योजना बनाएं।
3. किसी बच्चे को सुधारात्मक परिणाम प्राप्त करने में मदद करने के लिए सजा का उपयोग करें (यदि वे इससे इनकार कर रहे हैं)। इसका इस्तेमाल विद्रोह के लिए किया जाएगा।

### गहराई में अध्ययन करें

अपने बच्चों को सुधारने के लिए परमेश्वर के उद्देश्य को स्पष्ट करें।

"क्योंकि यहोवा जिस से प्रेम रखता है उसको डाँटता है, जैसे कि बाप उस बेटे को जिसे वह अधिक चाहता है।"  
(नीतिवचन 3:12)

---



---



---

### आत्म-परीक्षा

यह आपके वर्तमान उद्देश्यों से किस प्रकार अलग है?

---



---

अनुशासन के दौरान आपके द्वारा उपयोग किए गए कुछ अप्रिय व्यवहार, चेहरे के भाव, या शब्दों की सूची बनाएं जिन्हें बदलने की आवश्यकता है।

---



---



---



---



## यीशु के शब्दों को याद रखें:

मैं जिन से प्रेम करता हूँ, उन्हें डाँटता और दण्डित करता हूँ। इसलिए उत्साही बनो और पश्चात्ताप करो।  
(प्रकाशितवाक्य 3:19)

अगला पाठ प्रेम की इस भावना में प्रशिक्षण के चार उपकरण प्रस्तुत करता है।

## पाठ 4

### प्रशिक्षण के चार उपकरण

व्यक्तिगत जिम्मेदारी और आत्म-नियंत्रण बनाने के उपकरणों को चार श्रेणियों में विभाजित किया जा सकता है:

1. नियम
2. सुधारात्मक परिणाम
3. सजा
4. घनापन

#### उपकरण 1: नियम

**नियमों को स्पष्ट रूप से परिभाषित किया जाना चाहिए।**

सबसे पहले, हमें सीमाएँ, या नियम स्थापित करने चाहिए, जो लिखे गए हैं। ये बच्चे को सुरक्षा और स्थिरता देते हैं। माता-पिता सोच सकते हैं कि उनके बच्चे नियमों को जानते हैं, लेकिन अधिकांश लोग ग़लत हैं।

सलाह देने में, मैं माता-पिता से नियम बताने के लिए कहता हूँ और फिर बच्चों को कमरे में लाता हूँ। वे आमतौर पर अपने माता-पिता की तुलना में अधिक नियम समझाते हैं। अंतर क्यों? जब माता-पिता में से कोई भी परेशान होता है, तो वे अक्सर कुछ ऐसा कहते हैं, "अगर तुमने दोबारा ऐसा किया, तो ऐसा-वैसा हो जाएगा।" बाद में माता-पिता गुस्से में आकर अपनी बात भूल जाते हैं, लेकिन बच्चे ऐसा नहीं करते। नियमों को स्पष्ट रूप से लिखा जाना चाहिए। परमेश्वर हमें अनुसरण करने के लिए एक महान उदाहरण देते हैं।

और उसने तुम को अपनी वाचा के दसों वचन बताकर उनके मानने की आज्ञा दी; और उन्हें पत्थर की दो पटियाओं पर लिख दिया। (व्यवस्थाविवरण 4:13)

परमेश्वर ने अपनी आज्ञाएँ पत्थर पर लिखीं। वह जानता था कि हमें कुछ लिखित की आवश्यकता है। वह इन दस नियमों से ही संपूर्ण विश्व पर शासन करता है। लेकिन अधिकांश घर कम नियमों के साथ दूर हो सकते हैं।

**नियम निम्नलिखित कारणों से लिखे जाने चाहिए:**

1. लिखित नियम माता-पिता और बच्चों दोनों के लिए समान रूप से भ्रम को कम करते हैं। यदि अगुवाई में कोई भी व्यक्ति, चाहे वह कार्यबल, सरकार या कलीसिया में हो, अपने अधिकार के तहत लोगों को अपनी अपेक्षाओं को स्पष्ट नहीं करता है, तो वह निश्चित रूप से विफल हो जाएगा। स्पष्ट रूप से बताए गए नियम और सीमाएँ वांछित व्यवहार को परिभाषित करते हैं और दिखाती हैं कि सुधारात्मक परिणाम कब लागू किया जाएगा। उदाहरण के लिए, आपके पास एक लिखित नियम है "अपनी गंदगी स्वयं साफ करें।" आपका बच्चा एक मूंगफली का मक्खन और जेली सैंडविच बनाता है, जिस से जार बाहर निकल जाता है और जेली लगा चाकू काउंटरटॉप पर चिपक जाता है। साफ तौर पर नियम का उल्लंघन है। जब बच्चे असफल होते हैं, तो उन्हें सुधारात्मक परिणामों की आवश्यकता होती है, जो प्रशिक्षण का दूसरा उपकरण है।
2. लिखित नियम माता-पिता के बीच एकता बनाते और बनाए रखते हैं, टीम भावना को बढ़ावा देते हैं। अलिखित नियम पति-पत्नी के लिए उतने ही भ्रामक और विभाजनकारी हैं जितने बच्चों के लिए। जब माता-पिता नियमों पर सहमत होते हैं, तो नियम टूटने पर वे एक-दूसरे का समर्थन करने के लिए प्रेरित होते हैं। बच्चे किसी नियम का पालन न करने के लिए माता-पिता में से किसी एक को वश में करने की कोशिश करेंगे। हालाँकि, जब आप एकजुट रहते हैं और योजना पर कायम रहते हैं, तो यह बच्चे में परिपक्वता को बढ़ावा देता है और विवाह को आशीर्वाद देता है।

3. लिखित नियम दोहरी मानसिकता और अन्याय को खत्म करते हैं। माता-पिता अक्सर सबसे छोटे बच्चे, या परिवार के "बच्चे" को बड़े बच्चों की तुलना में अनुचित दया देने की गलती करते हैं। लिखित नियमों और पूर्व निर्धारित सुधारात्मक परिणामों के बिना, माता-पिता एक आज्ञाकारी बच्चे की तुलना में अधिक चुनौतीपूर्ण बच्चे के प्रति अलग तरह से कार्य कर सकते हैं। चुनौतीपूर्ण बच्चा यह समझना शुरू कर देगा कि माता-पिता अपने भाई-बहन को अधिक प्यार करते हैं। जब नियम लिखे जाते हैं, और नियमों को तोड़ने का सुधारात्मक परिणाम पूर्व निर्धारित होता है और समान रूप से लागू किया जाता है, तो अधिकतर अन्याय समाप्त हो जाएगा। इसमें बीमारी, थकान या तनाव जैसे शारीरिक और भावनात्मक कारकों के कारण माता-पिता के अनुशासन की उपेक्षा करना शामिल है, जिसका बच्चों द्वारा शोषण किया जा सकता है और किया जाएगा, जिसके परिणामस्वरूप अस्पष्ट और अनुचित परिस्थितियां उत्पन्न होंगी।
4. लिखित नियम स्थिरता बनाए रखते हैं। यदि कोई नियम लिखा गया है तो माता-पिता और बच्चे उसका पालन करने के लिए अधिक इच्छुक होते हैं। यह कई माता-पिता के लिए चुनौतीपूर्ण है क्योंकि इसके लिए वर्षों तक दृढ़ता की आवश्यकता होती है। कई जोड़े इस सिद्धांत के साथ मजबूत शुरुआत करते हैं लेकिन धीरे-धीरे पुरानी आदतों में वापस आ जाते हैं। और अव्यवस्था लौट आती है। यदि माता-पिता परिवर्तन नहीं करते हैं, जवाबदेह नहीं रहते हैं, और लगातार बने नहीं रहते हैं, तो वे अपने बच्चों को जिम्मेदार, आत्म-नियंत्रित जीवन जीने के लिए प्रशिक्षित करने की उम्मीद कैसे कर सकते हैं?

### कार्य योजना

बताएं कि आपके माता-पिता ने आपको कैसे अनुशासित किया। फिर उन नियमों और परिणामों का विवरण करें जिन्हें आप वर्तमान में अपने घर में लागू करते हैं। यदि विवाहित हैं, तो अपनी सूचियाँ अलग से लिखें और फिर तुलना करें।

---



---



---



---



---



---

यदि आपके बच्चे आठ वर्ष से अधिक उम्र के हैं, तो उनसे नियमों का अपना संस्करण बताने के लिए कहें। यह आपकी सूची से कैसे तुलना करता है? एक जोड़े के रूप में चर्चा करें।

---



---



---



---



---



---

### उपकरण 2 : सुधारात्मक परिणाम

सुधारात्मक परिणाम सब्जियों की तरह हैं। अधिकांश बच्चे उन्हें पसंद नहीं करते हैं, लेकिन वे अच्छे स्वास्थ्य के लिए महत्वपूर्ण हैं। बच्चे आपको बता सकते हैं कि उन्हें नियम और परिणाम पसंद नहीं हैं, लेकिन वे अपने दिल में जानते हैं कि उन्हें उनकी ज़रूरत है।

## तथ्य - फ़ाइल

परिणाम-वह जो नियम तोड़ने के बाद होता है। एक प्रभावी नियम बनाने के लिए, उस नियम को तोड़ने के लिए एक सुधारात्मक परिणाम होना चाहिए।

पूरे पवित्रशास्त्र में, परमेश्वर स्पष्ट रूप से बताते हैं की आशीष के लिए शर्तें और आज्ञा का उल्लंघन करने के लिए परिणाम हैं। परमेश्वर मनुष्य को अपने लिए चयन करने की स्वतंत्रता देता है। यह एक सरल सिद्धांत है। पाप के संसार में प्रवेश करने से पहले, परमेश्वर ने एक नियम और उसे तोड़ने के परिणाम का सिद्धान्त स्थापित किया ।

और यहोवा परमेश्वर ने आदम को यह आज्ञा दी, “तू वाटिका के सब वृक्षों का फल बिना खटके खा सकता है; पर भले या बुरे के ज्ञान का जो वृक्ष है, उसका फल तू कभी न खाना: क्योंकि जिस दिन तू उसका फल खाएगा उसी दिन अवश्य मर जाएगा।” (उत्पत्ति 2:16-17)

आदम को दिया गया नियम था "तुम उस एक पेड़ का फल नहीं खाओगे", और उसका परिणाम यह होगा कि "तू... मर जाएगा" यदि आप खाते हैं। जब आदम और हव्वा ने इस नियम को तोड़ा, तो उन दोनों को परिणाम भुगतना पड़ा। और उस नियम को तोड़ने के और भी कई परिणाम हुए।

जब परमेश्वर ने अपना नियम दिया तो उसने इस सिद्धांत को जारी रखा:

“सुनो, मैं आज के दिन तुम्हारे आगे आशीष और शाप दोनों रख देता हूँ। अर्थात् यदि तुम अपने परमेश्वर यहोवा की इन आज्ञाओं को जो मैं आज तुम्हें सुनाता हूँ मानो, तो तुम पर आशीष होगी, और यदि तुम अपने परमेश्वर यहोवा की आज्ञाओं को नहीं मानोगे, और जिस मार्ग की आज्ञा मैं आज सुनाता हूँ उसे तजकर दूसरे देवताओं के पीछे हो लोगे जिन्हें तुम नहीं जानते हो, तो तुम पर शाप पड़ेगा। (व्यवस्थाविवरण 11:26-28)

कानून —परमेश्वर के नियम—मूसा को दी गई आज्ञाएं थीं, और उसने उन्हें लिख लिया। वे दस आज्ञाओं सहित, व्यवस्थाविवरण के माध्यम से निर्गमन के पुराने नियम की पुस्तकों में पाए जाते हैं। परमेश्वर हमेशा संकेत देते हैं कि आज्ञाकारिता आशीर्वाद लाती है, और आज्ञा का उल्लंघन का परिणाम न्याय, या सुधार होता है, जिसे कभी-कभी अभिशाप भी कहा जाता है। व्यवस्थाविवरण 27-28 में आशीषों और शापों की व्याख्या की गई है।

परमेश्वर ने इज़राइल के बच्चों को उसके, दूसरों, दुनिया और उनके आसपास की संस्कृतियों के साथ उचित संबंध में रहने में मदद करने के लिए लिखित नियम प्रदान किए। उनके मन में उनकी सर्वोत्तम रुचि थी, और मूसा के लेखों ने परमेश्वर की इच्छा को स्पष्ट कर दिया। दुर्भाग्य से, अधिकांश इज़राएली रेगिस्तान से होकर वादा किए गए देश की ओर बढ़े, बार-बार विद्रोह किया, और परिणाम भुगते। परमेश्वर ने उन्हें चालीस वर्ष तक रेगिस्तान में भटकने दिया, जब तक कि वे मर नहीं गए, और फिर उनके बच्चों को भूमि पर ले जाया गया।

सिद्धांत स्पष्ट है: आप एक नियम तोड़ते हैं, आपको इसका परिणाम भुगतना पड़ता है।

जिस प्रकार हमारी अनुशासन योजना में पूर्व निर्धारित नियम होते हैं, उसी प्रकार नियम टूटने पर सुधार के लिए हमारे पास पूर्व निर्धारित परिणाम होने चाहिए। हमें अपने बच्चों को स्पष्ट सीमाएं देनी चाहिए। यदि वे उन्हें पार करते हैं, तो हमें सुधारात्मक परिणाम के रूप में अनुशासन लागू करना चाहिए। हम उनकी असफलताओं को प्रशिक्षण के अवसर, एक सकारात्मक अनुभव के रूप में देख सकते हैं, क्योंकि हमें याद है कि यह प्रेम है। यह सिद्धांत खेलों में दर्शाया गया है। फुटबॉल पर विचार करें। यदि आप सीमा से बाहर निकलते हैं, तो आपने एक नियम तोड़ा है। आप रेफरी से माफी नहीं मांग सकते हैं और उससे यह उम्मीद नहीं कर सकते हैं कि वह आपको परिणाम से माफ़ कर देगा। बल्कि, रेफरी उस उल्लंघन के लिए सुधारात्मक परिणाम के साथ आगे बढ़ने जा रहा है, जब आप गेंद को नीचे फेंकते हैं और बाहर निकले थे। इस पर कोई समझौता नहीं किया जा सकता। यह तर्क देने या दावा करने से कि यह एक दुर्घटना थी, पूर्व निर्धारित

परिणाम नहीं बदलेगा। परिणाम खिलाड़ियों को सीमाओं के भीतर रहने के लिए खुद को अनुशासित करने के लिए सूचित और प्रेरित करते हैं।

इसी तरह, सुधारात्मक परिणामों को पहले से निर्धारित किया जाना चाहिए और पल में तय नहीं किया जाना चाहिए। मान लीजिए आपका नियम है " सोफे पर कूदना मना है । एक सुबह आप लिविंग रूम के पास से गुजर रहे हैं और अपनी आंख के कोने से आप अपने सात साल के छोटे, आज्ञाकारी बच्चे को सोफे पर कूदते हुए देखते हैं। आप स्वयं सोचें, मैं अभी उस से निपटना नहीं चाहता। मैंने अभी तक कॉफी नहीं पी है। आगे बढ़ते हुए, आप बस इतना कहते हैं, "अभी इसे रोकें।"

एक बार जब आप कॉफी पी लेते हैं, तो आप बहुत बेहतर महसूस कर रहे हैं। यह कलीसिया के लिए तैयार होने का समय है और आप सभी को तैयार होने के लिए दौड़ा रहे हैं। आप अपने नौ साल के मजबूत इरादों वाले बच्चे को सोफे पर कूदते हुए देखते हैं। पहले की तरह केवल "रुको" कहने के बजाय, आप "मैंने तुमसे कई बार कहा है कि उस सोफे पर मत कूदो! फिर आप पिटाई करते हैं या आगे की सजा देते हैं।

वह कोई पूर्वनिर्धारित परिणाम नहीं था । वह सहज, भावनात्मक पालन-पोषण था । परिणाम इस पर आधारित था कि आप उस समय कैसा महसूस कर रहे थे - किसी प्रेमपूर्ण, नियोजित प्रक्रिया पर नहीं। इस प्रकार की भावनात्मक पालन-पोषण भाई-बहनों के बीच ईर्ष्या पैदा करती है और एक मजबूत इरादों वाले बच्चे को, जिसे स्वाभाविक रूप से अधिक परिणाम प्राप्त होंगे, यह विश्वास दिला सकता है कि माता-पिता उनसे कम प्यार करते हैं। यह उन्हें उत्तेजित भी करता है और उन्हें विद्रोही दिल की ओर धकेल सकता है।

## आत्म-परीक्षा

अपने बच्चों को अनुशासित करते समय अपने घर की विसंगतियों को पहचानें।

### उपकरण 3: सजा

सजा समस्त अनुशासन योजना का हिस्सा है, लेकिन यह सुधारात्मक परिणाम से अलग है। सजा बच्चे को माता-पिता के अधिकार के आगे झुकने और सुधारात्मक परिणाम स्वीकार करने के लिए प्रेरित करती है।

### तथ्य - फ़ाइल

सजा- प्रेरित करने के लिए दर्द की एक मापी गई राशि, या दंड का दमन

सजा का वह विवरण दोबारा पढ़ें। क्या आपको क्रोध, चिल्लाना, अपशब्द कहना, घृणा करना, आलोचना करना, तुलना करना, नज़रअंदाज़ करना या चिढ़ाने का कोई संदर्भ दिखाई देता है? हममें से कई लोगों ने यह विश्वास करते हुए पाया है कि अनुशासन तब तक काम नहीं करेगा जब तक हम क्रोधित न हों और अपनी आवाज़ न उठाएँ। यह एक सांसारिक दर्शन है और मसीही घरों में इसका कोई स्थान नहीं है। अनुशासन का हर पहलू प्रेम से किया जाना चाहिए, क्योंकि प्रेम सबसे शक्तिशाली प्रेरक है-क्रोध नहीं।

क्योंकि मनुष्य का क्रोध परमेश्वर के धर्म का निर्वाह नहीं कर सकता। (याकूब 1:20)

कई माता-पिता को सजा देने में कठिनाई होती है और उन्हें परमेश्वर के निर्देशों पर विचार करने की आवश्यकता होती है।

लड़के की ताड़ना न छोड़ना; क्योंकि यदि तू उसको छड़ी से मारे, तो वह न मरेगा। तू उसको छड़ी से मारकर उसका प्राण अधोलोक से बचाएगा। (नीतिवचन 23:13-14)

यह आयत अक्सर भ्रम उत्पन्न करता है। परमेश्वर माता-पिता से बच्चे को किसी औजार से मारने के लिए नहीं कह रहे हैं। बल्कि, यह एक मुहावरा है जिसमें छड़ी दो चीजों का प्रतिनिधित्व करती है: एक मापने वाला उपकरण और अधिकार।

परमेश्वर हमें बता रहे हैं कि कभी-कभी लोगों को परिपक्व होने या अधिकार के आगे झुकना सीखने के लिए दर्द का अनुभव करने की आवश्यकता होती है। वह आपको एक छड़ी पकड़ने और अपने बच्चे को समर्पण में पीटने के लिए नहीं कह रहा है। आपको परमेश्वर के पूरे वचन को उसकी सलाह के रूप में लेना चाहिए। परमेश्वर का वचन स्वयं के विपरीत नहीं है।

## गहराई में अध्ययन करें

विवरण करें कि माता-पिता के रूप में इस पद का आपके लिए क्या अर्थ है।

वर्तमान में हर प्रकार की ताड़ना आनन्द की नहीं, पर शोक ही की बात दिखाई पड़ती है; तौभी जो उसको सहते-सहते पक्के हो गए हैं, बाद में उन्हें चैन के साथ धर्म का प्रतिफल मिलता है। (इब्रानियों 12:11)

यहाँ ताड़ना शब्द वही यूनानी शब्द (पैडेइया) है जिसका उपयोग इफिसियों 6:4 में किया गया है, जो प्रशिक्षण या अनुशासन का संकेत देता है। जब आप इस अंश को इब्रानियों 12:3-11 के संदर्भ में पढ़ते हैं, तो आप इस तुलना पर ध्यान देते हैं कि एक पिता अनुशासन प्रक्रिया में दर्द को कैसे नियंत्रित करता है और परमेश्वर कैसे करता है। परमेश्वर कहते हैं कि यदि तुम ताड़ना के बिना हो, तो तुम उनके पुत्र नहीं हो। मैं प्रार्थना करता हूँ कि जब आपने पाप किया हो तो आपको परमेश्वर के सुधार के प्रेमपूर्ण हाथ का एहसास हुआ हो। इसका मतलब है कि आप उसके हैं।

जब सज़ा या दर्द के रूप में अनुशासन का पालन करने की बात आती है, तो आपने यह कहावत सुनी होगी, "इससे आपको जितना नुकसान होगा, उससे कहीं अधिक मुझे नुकसान होगा।" शायद आपके माता-पिता ने यह कहा हो। किसी बच्चे को सज़ा केवल तभी दी जाती है जब वे किसी नियम को तोड़ने के बाद होने वाले सुधारात्मक परिणाम से इनकार करते हैं।

## भ्रम दूर करना

अपने बच्चों को पीटने से अक्सर मेरा दिल टूट जाता था और एक पिता के रूप में यह मेरे लिए सबसे कठिन कामों में से एक था। मेरे लिए हमारे सबसे छोटे बच्चे के साथ पालन करना कठिन था, लेकिन मुझे यह करना पड़ा, क्योंकि वह सुधारात्मक परिणाम देने से इनकार करके मेरे अधिकार का परीक्षण कर रही थी।

कुछ माता-पिता कहते हैं कि वे पिटाई में विश्वास नहीं करते। लेकिन परमेश्वर का वचन कहता है कि यदि कोई बच्चा हमारे अधिकार और प्रशिक्षण के आगे नहीं झुकता है, तो हमें उन्हें प्रेरित करने का एक तरीका खोजना होगा। हो सकता है आपके माता-पिता हों जिन्होंने आपको अपने जीवन के एक इंच के भीतर पीटा हो, या उन्होंने आपको कभी नहीं पीटा हो। उन्होंने जो किया वह गलत था और इससे आपको परमेश्वर के वचन के प्रति आज्ञाकारिता को निर्देशित नहीं करना चाहिए। यदि आप अपने बच्चे को सुधारात्मक परिणाम प्राप्त करने के लिए प्रेरित करने का कोई तरीका नहीं खोजते हैं, तो शास्त्र कहता है कि आपको बाद में इसकी भारी कीमत चुकानी पड़ेगी।

मैंने माता-पिता के साथ लंबे समय तक काम किया है, और देखा है कि वही मजबूत इरादों वाला तीन साल का बच्चा, जिसके माता-पिता पिटाई में विश्वास नहीं करते थे, एक चौदह साल के बच्चे में बदल गया, जो अपने पिता के साथ मारपीट करता था और अन्य गैर-जिम्मेदाराना कामों में शामिल था, विद्रोही व्यवहार। यदि कोई बच्चा परिणाम को स्वीकार करने के लिए तैयार नहीं है, तो हमें उसे झुकने और इसे स्वीकार करने के लिए प्रेरित करने का एक तरीका खोजना होगा। जब आपको एक मजबूत इरादों वाले बच्चे का आशीर्वाद मिला है, तो उन्हें अक्सर प्रेरित किया जाना चाहिए।

कुछ माता-पिता सजा नहीं देना चाहते हैं, उन्हें डर है कि दर्द देने पर इसका बच्चे के मानसिक स्थिति पर असर पड़ेगा। गलत तरीके से दी गई किसी भी प्रकार की सज़ा गलत है और इससे बच्चे को भावनात्मक आघात पहुँच सकता है। लेकिन दर्द जीवन में परमेश्वर की समस्त योजना का हिस्सा है। उदाहरण के लिए, जब मैं ग्यारह साल का था, मैं एक साहसी व्यक्ति था। मैं और मेरे दोस्त अपनी साइकिल पर सीढ़ियों की उड़ानें कूदते थे। जब हमने आखिरकार एक उड़ान में महारत

हासिल कर ली, तो हमें दो उड़ानों का प्रयास करना पड़ा। लेकिन मैं दुर्घटनाग्रस्त हो गया, मेरे घुटने फट गए और दोनों पहिए झुक गए। मैं गंभीर दर्द में था, लेकिन मैं घर गया, टायर ठीक किए और अगले दिन फिर से अपनी बाइक पर था। मैं फिर से सीढ़ियों के दोनों सेट कूदने के लिए वापस नहीं गया क्योंकि मैं उस दर्द को दोहराना नहीं चाहता था।

अब जब मैं किसी को साइकिल पर देखता हूँ तो मुझे यह याद नहीं रहता कि मैंने कब खुद को चोट पहुंचाई थी। मुझे कोई भावनात्मक आघात नहीं हुआ है। सांसारिक ज्ञान ने हमें यह विश्वास दिलाया है कि यदि हम पिटाई को प्रेरणा के रूप में उपयोग करेंगे तो ऐसा होगा। दर्द एक अच्छी चीज़ है, जीवन का एक हिस्सा जो हमें सिखाता है। इसने मुझे सिखाया कि मैं कभी भी अपनी साइकिल पर सीढ़ियों की दो उड़ानें न कुदु। इन वर्षों में, दर्द ने मुझे कई तरीकों से सिखाया है कि मैं क्या कर सकता हूँ और क्या नहीं।

कुछ दृढ़ इच्छाशक्ति वाले बच्चों को प्रेरित करने की आवश्यकता है। उन्हें यह विचार पसंद नहीं है कि आप प्राधिकारी हैं, और वे अक्सर घर चलाना चाहते हैं। लेकिन याद रखें, परमेश्वर ने उन्हें दृढ़ इच्छाशक्ति वाला बनाया है। कभी-कभी उन्हें आपके अधिकार के आगे झुकने और पूर्व निर्धारित सुधारात्मक परिणाम को स्वीकार करने के लिए प्रेरित करने के लिए उन प्रेरकों की आवश्यकता होती है।

पिटाई के बारे में पाठ 8 में अधिक विस्तार से बताया जाएगा।

### प्रक्रिया

अनुशासन प्रक्रिया में पूर्व निर्धारित दण्ड का प्रयोग बच्चे को प्रेरित करने के लिये किया जाता है। मान लीजिए कि आपका नियम है "सोफे पर कूदना मना है" और आपके पांच साल के बच्चे के लिए पूर्व निर्धारित सुधारात्मक परिणाम कुर्सी पर पांच मिनट का टाइम-आउट है। पाँच मिनट का टाइमर बंद होने तक कुर्सी पर बैठने से इनकार करके, आपका बच्चा सज़ा/प्रेरक चुन रहा है। पिटाई के बाद, बच्चे को वापस कुर्सी पर बिठाएं और पांच मिनट पर टाइमर फिर से शुरू करें। न गुस्सा, न चिल्लाना, न धमकी। जब आपका बच्चा पांच मिनट तक बैठकर सुधारात्मक परिणाम को स्वीकार करता है, तो वह नियम तोड़ने और आत्म-नियंत्रण में बढ़ने के लिए व्यक्तिगत जिम्मेदारी स्वीकार कर रहा है। जब वे सुधारात्मक परिणाम को स्वीकार न करके विद्रोह करते हैं, तो वे सज़ा का चयन कर रहे होते हैं।

कई माता-पिता सुधारात्मक परिणामों और सज़ा के क्रम को नहीं समझते हैं। उचित प्रक्रिया सीखें: एक टूटा हुआ नियम सुधारात्मक परिणाम का कारण बनता है। सुधारात्मक परिणाम से इनकार करने पर सज़ा मिलती है। यह वह प्रेरक है जिसका उपयोग आपके बच्चे को सुधारात्मक परिणामों को स्वीकार करने में मदद करने के लिए किया जाता है - स्वयं परिणाम के लिए नहीं। इस सच्चाई को नजरअंदाज न करें। याद रखें, सभी सुधार प्रेम से किए जाने चाहिए।

अकेले सज़ा देने से प्रशिक्षण नहीं मिलता। जेल से रिहा होने वाले 80 प्रतिशत से अधिक लोग वापस जेल में पहुँच जाते हैं। दंड व्यवस्था सज़ा देने के लिए बनाई गई है, प्रशिक्षण के लिए नहीं। जिस क्षण वे बाहर होते हैं और "दंड प्रणाली" उनकी पीठ से दूर होता है, वे तुरंत अपने पूर्व व्यवहार पर वापस आ जाते हैं। इसी तरह, जिन बच्चों को केवल दंडित किया जाता है और सुधारात्मक परिणाम नहीं दिए जाते, उन्हें प्रशिक्षित नहीं किया जा रहा है।

### उपकरण 4: घनापन

घनापन को अगले पाठ में शामिल किया जाएगा।

## पाठ 5

### बिना किसी समझौते के प्रशिक्षण

यदि हम अपने बच्चों में विकास देखना चाहते हैं तो हमें सुसंगत रहना चाहिए, इसलिए यह पूरा अध्याय उपकरण 4, घनापन को समर्पित है।

इस बात पर विचार करें कि लोग तेज़ गति से क्यों चलते हैं। कितने लोग निर्धारित गति सीमा से ऊपर गाड़ी चलाते हैं, इसका एक ईमानदार सर्वेक्षण से पता चलेगा कि वस्तुतः हर कोई किसी न किसी समय तेज गति से गाड़ी चलाता है। कोई यह तर्क दे सकता है कि बाकी सभी लोग ऐसा करते हैं या उन्हें देर हो गई है। लेकिन लोगों की तेज़ गति का कारण केवल आत्म-नियंत्रण की कमी नहीं है - यह हर स्थान पर नियम लागू करने में पुलिस विभाग की असमर्थता है।

अगर हम गति सीमा से एक मील प्रति घंटा ऊपर चले जाएं तो क्या होगा अगर हमारी कारों में लगी कंप्यूटर चिप रिकॉर्ड कर ले? यह पुलिस विभाग को रिपोर्ट करेगा और स्वचालित रूप से एक त्वरित टिकट भेज देगा। लगातार सुधारात्मक परिणामों के कारण हम अचानक आत्म-नियंत्रण विकसित कर सकते हैं।

बच्चे अलग नहीं हैं। स्थिरता के बिना, कोई नियम और कोई प्रशिक्षण नहीं हो सकता है, जो शांति के अभाव के बराबर है। लगातार बने रहने से हमारे बच्चे रातोंरात मूर्ख बनना बंद नहीं कर देंगे। हर बार जब हम उन्हें सीमा पार करने (नियम तोड़ने) का परिणाम देते हैं तो उनमें चरित्र का संचार होता है। एक मांसपेशी की तरह जिसका व्यायाम किया जाता है, हर बार जब इसे अनुशासित (प्रशिक्षित) किया जाता है, तो यह थोड़ी मजबूत हो जाती है।

### गहराई में अध्ययन करें

विवरण करें कि माता-पिता के रूप में इस पद का आपके लिए क्या अर्थ है।

मुझे इस बात का भरोसा है कि जिसने तुम में अच्छा काम आरम्भ किया है, वही उसे यीशु मसीह के दिन तक पूरा करेगा।  
(फिलिप्पियों 1:6)

माताओं के लिए स्थिरता कठिन हो सकती है क्योंकि वे भावनात्मक प्राणी हैं। माताओं, अपनी भावनाओं के लिए माफी मत मांगो, बस उनकी वजह से परमेश्वर की इच्छा से समझौता मत करो। परमेश्वर ने आपको वह उपहार इसलिए नहीं दिया है कि आप उसका अनुचित उपयोग करें। उसने आपको पालन-पोषण करने वाला हृदय दिया, जो अच्छा है, लेकिन आप अपने बच्चों को प्रशिक्षित करते समय भावनाओं को मसीह के प्रति अपनी आज्ञाकारिता में बाधा नहीं बनने दे सकते।

कुछ पिता अपराधों को छोड़ देते हैं क्योंकि अनुशासन बहुत परेशानी भरा होता है, या वे अच्छे आदमी की तरह दिखने के लिए टकराव से बचते हैं। थके मत रहो—आगे बढ़ो। आपके बच्चों को आपकी ज़रूरत है।

अनुशासन के बारे में परमेश्वर का दृष्टिकोण कार्य में प्रेम है। असंगत अनुशासन एक बच्चे को सिखा सकता है कि हेरफेर संभव है और हर चीज पर समझौता किया जा सकता है। जोड़-तोड़ वाले बच्चे पैदा करने से भी बदतर यह होगा कि वे विवाह और कार्यबल में उस व्यवहार को दोहराएँ। पति-पत्नी के रूप में एक-दूसरे का समर्थन करना सीखें और एक-दूसरे के लिए प्रार्थना करें। इस क्षेत्र में परमेश्वर से आप दोनों को लगातार उसके प्रति आज्ञाकारी रहने में मदद करने के लिए कहें।



## गिनती

कुछ माता-पिता परिणाम प्रक्रिया के भाग के रूप में गिनती का उपयोग करते हैं। "वह करना बंद करें! मैं तीन तक गिनने जा रहा हूँ, और बेहतर होगा कि आप रुक जाएँ!" लेकिन गिनती प्रशिक्षण प्रक्रिया का एक विनाशकारी अंग है। मजबूत इरादों वाले बच्चे इस विचार को बर्दाश्त नहीं कर सकते कि माता-पिता ही मालिक हैं। जब उन्हें कुछ न करने के लिए कहा जाता है, तो वे सोचते हैं, मुझे यहां जीतना ही है। मुझे उन्हें दिखाना होगा कि मैं नियंत्रण में हूँ।

एक दृढ़ इच्छाशक्ति वाला बच्चा एक मना करने वाली वस्तु के पास जाएगा, सुनिश्चित करेगा कि माँ देख रही है, फिर आगे बढ़ेगा और उसे छूने के बहुत करीब आ जाएगा। एक बार वह कहती है, "हिम्मत मत करना; तुम उसे मत छुओ," बच्चे पर उसका पूरा ध्यान है। फिर वह आगे कहती है, "मैं गिनती शुरू करने जा रही हूँ। एक... बेहतर होगा कि आप प्राप्त करें।... दो... ढाई... मैं तुम्हें बता रही हूँ" इस समय तक उसकी नसों बाहर आ रही हैं और वह फटने के लिए तैयार है। फिर बच्चा दूर चला जाता है और सोचता है, देखो, मैं वास्तव में नियंत्रण में हूँ। मैंने उसकी ओर देखा और उसे गुस्सा दिलाया।

अगर गिनती को प्रशिक्षण पद्धति के हिस्से के रूप में उपयोग किया जाए तो यह एक विनाशकारी उपकरण बन सकती है और मजबूत इरादों वाले बच्चों को प्रयास करने और शासन करने के लिए उकसा सकती है। इसके बजाय, माँ बस इतना कह सकती थी, "अब उससे दूर हो जाओ।" यदि वे तुरंत दूर नहीं जाते हैं, तो उन्हें एक सुधारात्मक परिणाम मिलता है। अनुसरण करना ही कुंजी है। यदि व्यवहार पर तुरंत ध्यान नहीं दिया गया, तो किशोर होने पर यह नियंत्रण से बाहर हो जाएगा।

जब आदम और हव्वा ने पाप किया, तो परमेश्वर ने गिनती शुरू नहीं की क्योंकि वे अच्छे और बुरे के ज्ञान के पेड़ के पास खड़े थे। उन्होंने एक पूर्व निर्धारित सुधारात्मक परिणाम (उत्पत्ति 2:17) के साथ नियम जारी किया और फिर जब उन्होंने आज्ञा का उल्लंघन किया तो सुधारात्मक परिणाम जारी किया (उत्पत्ति 3)। भले ही आदम और हव्वा दोनों ने बहाने बनाए (उत्पत्ति 3:9-13), यहाँ तक कि परमेश्वर को दोष भी दिया (वचन 12), फिर भी उसने इसका पालन किया। उन्होंने हेराफेरी की इजाजत नहीं दी।

### नियम, बच्चे और विकल्प

वर्षों पहले, टेलीविज़न पर एक लोकप्रिय गेम शो था जिसका नाम था लेट्स मेक ए डील। स्टूडियो के दर्शक जंगली वेशभूषा पहने हुए थे, इस उम्मीद में कि वे मेजबान का ध्यान आकर्षित करेंगे और मंच पर तीन दरवाजों में से एक को चुनने के लिए चुने जाएंगे। प्रत्येक दरवाजे के पीछे या तो एक बड़ा पुरस्कार या एक घटिया पुरस्कार था। प्रतियोगी कार, नाव या टूना की कैन के साथ घर जा सकते हैं।

जब नियमों और सुधारात्मक परिणामों की बात आती है तो कई बच्चे लेट्स मेक ए डील खेलना चाहते हैं।

द्वार 1: नियमों का पालन करें

द्वार 2: नियम तोड़ो, परिणाम स्वीकार करो

द्वार 3: कोई नियम नहीं, कोई परिणाम नहीं

तीन दरवाजे प्रशिक्षण के प्रति एक विशिष्ट बच्चे की प्रतिक्रिया का प्रतिनिधित्व करते हैं। हम चाहते हैं कि वे पहला दरवाजा चुनें और हमारे नियमों का पालन करें। दूसरा दरवाजा चुनना नियम को तोड़ने और अवज्ञा के लिए सुधारात्मक परिणाम स्वीकार करने का प्रतिनिधित्व करता है। अधिकांश बच्चे, विशेष रूप से दृढ़ इच्छाशक्ति वाले, तीसरा द्वार चाहते हैं: "मुझे नियम स्वीकार नहीं करना है, और मुझे कोई सुधारात्मक परिणाम नहीं भुगतना चाहिए।" यह वैसा ही है जैसे किसी ड्राइवर को तेज गति से गाड़ी चलाने के लिए पकड़ा जाए, अवतरण पत्र जारी किया जाए, फिर अदालत में जाकर जुर्माने के खिलाफ लड़ाई लड़ी जाए। उसने गति को चुना, जानता है कि वह दोषी है, लेकिन वह सुधारात्मक परिणाम को स्वीकार नहीं करना चाहता। वह बचकानी हरकत है। एक बच्चा परिणामों को स्वीकार करना सीखता है क्योंकि माता-पिता उचित लगातार प्रशिक्षण देते हैं, जिससे परिपक्व चरित्र का निर्माण होता है।

यह जानते हुए कि बच्चे अभी परिपक्व नहीं हैं, और स्वाभाविक रूप से अपने कार्यों की जिम्मेदारी नहीं लेते हैं, जब वे दरवाजा 3 चुनते हैं तो हमें कैसे प्रतिक्रिया देनी चाहिए? सदमा, गुस्सा, चीखना, चिल्लाना, आलोचना करना, या उनके प्रति निराश और कटु हो जाना? दुर्भाग्य से, कई माता-पिता इसी तरह का व्यवहार करते हैं। इसके बजाय, हमें विकल्प के रूप में दरवाजा 3 को हटाना होगा। हमें शांति से और लगातार लिखित नियमों को लागू करना चाहिए और उन्हें स्पष्ट रूप से बताना चाहिए कि उनके पास केवल दो विकल्प हैं: या तो नियम को स्वीकार करें या नियम को तोड़ें और सुधारात्मक परिणाम को स्वीकार करें।

जिन बच्चों को उनके कार्यों के लिए लगातार सुधारात्मक परिणामों के बिना बड़ा किया जाता है, वे वयस्क बन जाते हैं जो अपने कार्यों की जिम्मेदारी नहीं लेते हैं। कई माता-पिता ने अनजाने में अपने बच्चों को वर्षों तक तीसरे विकल्प की अनुमति दी है, इसलिए इस अप्रभावी पालन-पोषण शैली को तोड़ने के लिए खुद को और अपने बच्चों को फिर से प्रशिक्षित करना एक चुनौती है।

माता-पिता, अपने आप पर एक एहसान करो। क्रॉस आउट द्वार 3। यदि आपके बच्चे लगातार इसे चुन रहे हैं, और आप इसकी अनुमति दे रहे हैं, तो आश्चर्यचकित न हों जब वे इसके लिए पूछना जारी रखें। उन्हें समझाएं और दिन-प्रतिदिन के अनुशासन से दिखाएं कि चीजें बदल गई हैं।

### कार्य योजना 1

पारिवारिक बैठक करें। अपने बच्चों को इन तीन दरवाजों, उनकी पसंद और नियमों की अनुशासन प्रक्रिया, सुधारात्मक परिणाम और दंड के बारे में समझाएं। फिर, जब वे व्यवहार शुरू करें, तो बस उन्हें याद दिलाएं, "मुझे पता है कि आप दरवाजा 3 चाहते हैं, है ना? हमारी मुलाकात याद है? यह नहीं हो रहा है अपना परिणाम स्वीकार करें या आप इसके बजाय एक प्रेरक चुन रहे हैं।"

मेरे निकोलस जैसे अधिकांश मजबूत इरादों वाले बच्चे, जब भी संभव हो, दरवाजा 3 चुनेंगे। मेरे जस्टिन और केटी जैसे आज्ञाकारी बच्चे, आमतौर पर दरवाजे 1 और 2 के बीच चयन करेंगे। आज्ञाकारी बच्चों में एक आंतरिक इच्छा होती है जो उन्हें सहयोग करने के लिए प्रेरित करती है। उनके लिए अपने माता-पिता को खुश करना महत्वपूर्ण है। दूसरी ओर, मजबूत इरादों वाले बच्चे अक्सर इस बात की परवाह नहीं करते कि माता-पिता खुश हैं या नहीं; वे बस नियंत्रण में रहना चाहते हैं।

### हमारे प्रशिक्षण को अपनाना

लड़के को उसी मार्ग की शिक्षा दे जिसमें उसको चलना चाहिए, और वह बुढ़ापे में भी उससे न हटेगा। (नीतिवचन 22:6)

यह कोई गारंटी नहीं बल्कि एक संभावना है। "उसे जिस तरह जाना चाहिए" का अर्थ है कि प्रत्येक बच्चा अपने व्यक्तित्व में अद्वितीय है, और कुछ को दूसरों की तुलना में अधिक सुधारात्मक परिणामों, सख्त सीमाओं और कठिन परिणामों की आवश्यकता हो सकती है। इस पद का अर्थ यह भी है कि माता-पिता को प्रत्येक बच्चे के व्यक्तित्व या झुकाव के अनुरूप ढलने के लिए तैयार रहना चाहिए।

जब निक स्कूल में था, तो हमारे लिए हर साल दो या तीन शिक्षक सम्मेलन आयोजित करना आम बात थी क्योंकि वह अपना काम खुद करना चाहता था। हमें कॉल आने पर कोई आश्चर्य नहीं हुआ: "श्रीमान।" और श्रीमती कैस्टर, क्या आप स्कूल आ सकती हैं? हमें आपके बेटे निक के बारे में एक बैठक करने की ज़रूरत है।"

जब निक तीसरी कक्षा में था, तो हमें उसके शिक्षक का एक कॉल आया, जिनकी नई-नई शादी हुई थी और उनके कोई संतान नहीं थी। वह हमें कक्षा में निक के व्यवहार के बारे में बताने लगी। जब उसका काम पूरा हो गया, तो उसने हमसे पूछा कि क्या हम उसे अनुशासित करते हैं। हमने जवाब दिया, "हम निश्चित रूप से ऐसा करते हैं।"

लेकिन हम उसके हाव-भाव से बता सकते हैं कि उसे लगा कि हम झूठ बोल रहे हैं, या हमें नहीं पता कि हम क्या कर रहे हैं। उसने हमारी बात को नज़रअंदाज़ कर दिया और आगे कहा, "माता-पिता के लिए सीमाएँ निर्धारित करना वास्तव में महत्वपूर्ण है," फिर वह हमें सलाह देने लगी।

मैं बता सकता था कि मेरी पत्नी परेशान हो रही थी, इसलिए मैंने बीच में आकर कहा, "देखो। मैं जानता हूँ कि निक को सब कुछ चलाना पसंद है; यह उनका व्यक्तित्व है। निक दृढ़ इरादों वाले हैं। हाँ, हमारे घर में नियम हैं। लेकिन आपने अभी हमें बताया कि यह कई महीनों से चल रहा है, और हम अभी इसके बारे में सुन रहे हैं? आइए निक को अंदर लाएं, आइए देखें कि वह क्या कर रहा है, और आइए एक सुधारात्मक परिणाम पर सहमत हों जो आप उसे यहां दे सकते हैं, जैसे दोपहर के भोजन या पीई के दौरान कचरा उठाना। और आइए एक तरीका स्थापित करें जिससे आप हमसे संवाद कर सकें जब हम उसे उठाएंगे, और फिर हम घर पर अतिरिक्त सुधारात्मक परिणाम देंगे।

वह सिर्फ निक था। यदि उसका गणित करने का मन नहीं होता, तो वह पूरी कक्षा को बीच में ही रोक देता और चिल्लाता, "कौन बाहर जाकर खेलना चाहता है?" यह एक आशिष और राहत थी जब उसने अपने किशोर वर्षों के दौरान उस मज़बूत इच्छा को सही दिशा में ले जाना शुरू किया। लेकिन उसका पालन-पोषण करना हमेशा मज़ेदार नहीं था।

निक के दो साल बाद, उसी शिक्षक को मेरा दूसरा बेटा जस्टिन मिला, जो सीधा-साधा लोगों को खुश करने वाला था, जो अक्सर अपने कागजात के नीचे छोटे नोट लिखता था, जैसे "मैं तुमसे प्यार करता हूँ।" आप सर्वश्रेष्ठ शिक्षक हैं।"

जस्टिन के छठी कक्षा खत्म होने पर, शिक्षक प्रत्येक बच्चे के सामने गए और कुछ अच्छा कहा। जब वह उसके पास पहुंची, तो यह महिला खुशी के आंसू रोने लगी, फिर अन्य महिलाएं रोने लगीं क्योंकि पुरुष एक-दूसरे को हैरान होकर देख रहे थे "क्या हो रहा है?" अभिव्यक्ति। उसने मेरे बेटे की अदभुत होने के बारे में पांच मिनट का भाषण दिया। जस्टिन के शिक्षक मुझसे हमेशा पूछते थे, "तुम्हें यह बच्चा कहाँ से मिला? वह बहुत अच्छा और प्यारा है।"

मैं जवाब देता, "क्या आपको दो साल पहले याद नहीं है जब आपके पास मेरा दूसरा बेटा निक था?" एक ही घर, एक ही नियम, एक ही माता-पिता, अलग-अलग बच्चे। परमेश्वर बहुत अदभुत है। उसकी मजाक करने की आदत है। उन्होंने हमारे बच्चों को उनका व्यक्तित्व दिया।

## द ब्लैक स्टैलियन

मैं एक दिन काम से घर आया जब निक लगभग दस साल का था। वह अपने कमरे में एक कठिन दिन बिता रहा था। जागने से लेकर मेरे घर आने तक उसे सुधारात्मक परिणाम मिलते रहे। वह उन गहरी, गहरी चीखों में से एक रो रहा था। मैं उसके बगल में बैठ गया और कहा, "क्या हुआ?"

उसने उत्तर दिया, "पिताजी, मैं बहुत बुरा हूँ।"

मैं भावुक होने लगा। "तुम्हारा क्या मतलब है, तुम बहुत बुरे हो?"

उन्होंने जवाब दिया, "जस्टिन की तुलना में मुझे बहुत सारे परिणाम मिलते हैं। मैं बहुत बुरा हूँ।"

मैं वहीं बैठ कर सोच रहा था, हे परमेश्वर, यहाँ मेरी मदद करो। मैं कहना चाहता था, "आप सही हैं।" परन्तु परमेश्वर ने मेरे मन को तेज किया और मुझे बचा लिया। कुछ ही रात पहले, हमने एक फिल्म देखी थी, द ब्लैक स्टैलियन। मैंने कहा, "निकोलस, फिल्म में वह घोड़ा याद है? वे उस घोड़े को सामान्य बाइ के पीछे नहीं रख सकते थे, क्या वे ऐसा कर सकते थे? चार फुट की बाइ कुछ भी नहीं थी; वह बस इसे कूद जाएगा। वह घोड़ा एक काला घोड़ा था और वह दृढ़ इच्छाशक्ति वाला था। परमेश्वर ने इसे ऐसे ही बनाया है। निक, आप ब्लैक स्टैलियन की तरह हैं। हाँ, तुम्हें प्रशिक्षित करना कठिन है, बेटा। हां, आपको अधिक परिणामों की आवश्यकता है, लेकिन इसे केवल ऊंची बाइ की आवश्यकता के रूप में सोचें। मैं जानता हूँ कि कभी-कभी यह आपके और हमारे दोनों के लिए कठिन होता है, लेकिन आप इसके लायक

हैं। परमेश्वर ने आपको यह दृढ़ इच्छा शक्ति दी है। आपकी ताकत और दृढ़ इच्छाशक्ति परमेश्वर का एक उपहार है, और किसी दिन आप परमेश्वर के लिए महान कार्य करने के लिए उस दृढ़ इच्छाशक्ति का उपयोग करने जा रहे हैं।

जब हमने निकोलस का नाम पहले ही रख लिया था, तो हमें पता चला कि नाम का अर्थ "लोगों का अगुवा है।" ये मजबूत इरादों वाले बच्चे पतरस और पौलुस हैं। मैं निक की दृढ़ इच्छा के लिए प्रभु की स्तुति करता हूँ। माता-पिता मुझसे हर समय पूछते हैं, "क्या निक आपको अपने बारे में ये बातें कहने और लिखने देता है?"

मैं जवाब देता हूँ, "क्या आप मजाक कर रहे हैं? निक एक सितारा है! वह आपसे यहां तक पूछेगा, 'क्या आप चाहते हैं कि मैं आपकी किताब पर हस्ताक्षर करूँ?' " निक को इस बात पर पूरा भरोसा है कि वह मसीह में कौन है। वह यह भी जानता है कि वह प्रभु के लिए एक उपकरण था। परमेश्वर ने मुझे मसीह की छवि में बदलने में मदद करने के लिए उसका उपयोग किया।

मुझे कभी भी जस्टिन के शिक्षकों से मिलने की ज़रूरत नहीं पड़ी ताकि घर पर बुरे व्यवहार का नतीजा निकाला जा सके। मुझे जस्टिन के लिए कभी भी होमवर्क का समय निर्धारित नहीं करना पड़ा। लेकिन निक के साथ मुझे वो चीजें करनी पड़ीं। वह अलग था। उसे ढांचे की ज़रूरत थी, क्योंकि इसके बिना वह आपसे बाहर हो जाता था। वह चाहते थे कि हम इन क्षेत्रों में मदद के लिए उनके साथ आएँ।

अपने बच्चों की तुलना बहनों या भाइयों से किए बिना, उनके साथ आने के लिए तैयार रहें। प्रत्येक बच्चा अनोखा है, और यदि परमेश्वर ने आपको एक मजबूत इरादों वाले बच्चे के साथ आशीष दी है, तो इसे जीव संबंधी दोष के रूप में न देखें। उस बच्चे के लिए परमेश्वर की स्तुति करो।

## कार्य योजना 2

प्रत्येक बच्चे के व्यक्तित्व के लिए परमेश्वर को धन्यवाद देते हुए नीचे एक प्रार्थना लिखें। यदि आवश्यक हो, तो अपने आलोचनात्मक हृदय के लिए क्षमा याचना लिखें।

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

परमेश्वर को परिवर्तन लाते हुए देखने के लिए प्रशिक्षण के इन चार साधनों का उपयोग करें। असफलताएँ और गलतियाँ आम हैं; वे उन्हें प्रशिक्षित करने का हमारा अवसर हैं। उनकी गलतियों को व्यक्तिगत रूप से न लें या यह न भूलें कि अपने बच्चों को प्रशिक्षित करना आपका काम है। कठिन हिस्सा हमारा आलसी शरीर है, लेकिन अगर हम चाहें तो परमेश्वर हमें इसे सही ढंग से करने की कृपा देंगे।

क्या आप जानबूझकर परमेश्वर के विरुद्ध विद्रोह करेंगे? क्या आप उससे कहेंगे, "मैं आपकी योजना स्वीकार नहीं करता"? हो सकता है कि आप उसे मौखिक रूप से न बताएं, लेकिन आप उसे अपने कार्यों से बताते हैं। यदि परमेश्वर ने आपको एक मजबूत इच्छाशक्ति वाले बच्चे के साथ आशीर्वाद दिया है, तो आप एक - दूसरे के साथ संगति करने और एक - दूसरे के साथ बने रहने के लिए तैयार रहें और इसके लिए आवश्यक अतिरिक्त समय और ऊर्जा दें। जब आप क्रोधित होते हैं और चिल्लाते हैं, या हार मान लेते हैं और अपनी जिम्मेदारी छोड़ देते हैं, तो आप परमेश्वर से कह रहे हो, "मुझे आप पर भरोसा नहीं है। आपने एक गलती कर दी। आपने मुझे एक ऐसा कार्य दिया जिसे सही ढंग से करने में मेरी मदद करना आपकी क्षमता से परे है।" और यह एक गंभीर आरोप है।

## आत्म-परीक्षा 1

क्या तुम्हारा कोई काम यहोवा से यह कह रहा है? यदि हां, तो उन कार्यों के लिए एक स्वीकृति पत्र लिखें और उससे क्षमा मांगें।

---



---



---



---



---



---



---



---

## व्यवहार को प्रशिक्षित करे —रवैया नहीं

हममें से अधिकांश लोगों ने अपने बच्चों के रवैये का अनुभव किया है। हम अक्सर जवाब देते हैं, "युवा महिला, तुम मुझे वह रवैया मत दो!" दुर्भाग्य से, बुरे व्यवहार को गलत व्यवहार के साथ भ्रमित करना आसान है। लेकिन वे एक जैसे नहीं हैं। उनसे अलग ढंग से निपटा जाना चाहिए।

यह एक बड़ा मुद्दा है, पुरुषों से अधिक महिलाओं के लिए, क्योंकि परमेश्वर ने महिलाओं को पालन-पोषण करने वाली के रूप में बनाया है। जब नकारात्मक दृष्टिकोण उत्पन्न होता है, तो माँ के लिए प्रलोभन यह होता है कि वह घर के चारों ओर बच्चे के पीछे-पीछे चले और यह विनती करे, "तुम्हें क्या हुआ है?" जब बच्चा रवैये में उचित बदलाव के साथ प्रतिक्रिया नहीं देता है, तो स्थिति बहस में बदल सकती है।

परमेश्वर हम में से प्रत्येक को खुशी से लेकर क्रोध, उत्तेजना से लेकर उदासी तक की भावनाएँ देता है। और हममें से प्रत्येक अपने आस-पास की स्थितियों के जवाब में अलग-अलग भावनाओं का अनुभव करते हैं। हालाँकि हमारा व्यवहार अक्सर हमारी भावनात्मक स्थिति या रवैये से जुड़ा होता है, फिर भी इसमें एक स्पष्ट अंतर होता है। हम अपनी भावनाओं को नहीं चुन सकते हैं, लेकिन हम अपने व्यवहार को ठीक कर सकते हैं। बच्चे प्यार, उचित, लगातार अनुशासन के माध्यम से अपने व्यवहार को ठीक करना सीखते हैं।

रवैया- "एक मुद्रा या स्थिति; एक भावना, राय या मनोदशा।<sup>15</sup>  
व्यवहार— "व्यवहार या व्यवहार करने का तरीका।<sup>16</sup> यह कुछ ऐसा है जो किया जाता है या नहीं किया जाता है, एक नियम को तोड़ना या वह नहीं करना है जो अपेक्षित है

भजनहार दृष्टिकोण और व्यवहार के बीच अंतर दिखाता है। भजन संहिता 4:4 कहता है, "क्रोध करो, पर पाप मत करो।" रवैया क्रोध है-एक भावना। व्यवहार पाप है - एक क्रिया।

माता-पिता, एक बुरे रवैये के प्रति आपकी प्रतिक्रिया बस अपने बच्चे को यह बताना है, "आप उदास या पागल हो सकते हैं, लेकिन अगर वह भावना की वजह से दीवार पर लात मारते हैं, तो यह एक ऐसा व्यवहार है जिसका आपको सुधारात्मक परिणाम मिलेगा। आप क्रोधित हो सकते हैं क्योंकि मैं अधिकारी हूँ, और यह घर का नियम है, लेकिन आपके मुँह से कोई अपमानजनक बात नहीं निकलनी चाहिए। आप अपने नकारात्मक रवैये को एक गलत कार्य के रूप में प्रकट होने दे रहे हैं जिसके परिणामस्वरूप पूर्व निर्धारित सुधारात्मक परिणाम होंगे।"

रवैया दिल का मामला है, और दिल मुख्य रूप से अनुशासन प्रक्रिया के माध्यम से नहीं बदलता है। एक बच्चे का दिल मुख्य रूप से बाइबिल के अनुशासन के माध्यम से बदला जाता है; धार्मिकता में प्रशिक्षण; और माता-पिता के प्यार, अधिकार और निर्देश को स्वीकार करने की उनकी इच्छा।

एक विद्रोही दिल एक दुखी दिल होता है। एक विद्रोही दिल वाले बच्चे के पास न तो शांति है, न खुशी, न संतुष्टि और न ही कोई स्थायी आनंद—यह सब परमेश्वर की आदर्श योजना के कारण है। एक अभिभावक इसमें और क्या और क्या सुधार जोड़ सकता है?

### गहराई में अध्ययन करें

आनंद कैसे प्राप्त करें और वह आनंद कैसे खो सकता है, इसके बारे में यीशु ने क्या कहा, इसका विवरण करें।

यदि तुम मेरी आज्ञाओं को मानोगे, तो मेरे प्रेम में बने रहोगे; जैसा कि मैं ने अपने पिता की आज्ञाओं को माना है, और उसके प्रेम में बना रहता हूँ। मैं ने ये बातें तुम से इसलिये कही हैं, कि मेरा आनन्द तुम में बना रहे, और तुम्हारा आनन्द पूरा हो जाए।

(यूहन्ना 15:10-11)

हमें सीखना चाहिए कि हम अपने बच्चों के व्यवहार और भावनाओं को उससे अधिक नियंत्रित नहीं कर सकते जितना हम अपने व्यवहार और भावनाओं को नियंत्रित कर सकते हैं। किसी बच्चे को बुरे रवैये के लिए अनुशासित करने का प्रयास करना एक हारी हुई लड़ाई है। यह नियंत्रणकारी है और उन्हें क्रोधित कर सकता है। इसके बजाय, हमें उन्हें वैसा ही महसूस करने देना चाहिए जैसा वे महसूस करते हैं बिना किसी ऐसी चीज़ में फँसे जिसके के लिए हमें बाद में पछताना पड़े।

यदि आप जानते हैं कि आपका बच्चा आपके प्रति कड़वाहट पाल रहा है, या अपने जीवन के लिए परमेश्वर की योजना के खिलाफ विद्रोह कर रहा है, तो आपकी प्रतिक्रिया प्रार्थना (1 थिस्सलुनीकियों 5:17) और बिना समझौता किए धैर्य (1 कुरिन्थियों 13:4)। अपने बच्चे के बुरे रवैये से आप क्रोधित या नाराज न हों या जिस तरह से आप उनके साथ व्यवहार करते हैं, उसमें परमेश्वर की गलत व्याख्या न करें। उनके बुरे रवैये को आपकी आंतरिक शांति छीनने या यह निर्देशित न करने दें कि आप प्रशिक्षण की अपनी योजनाबद्ध पद्धति का पालन कैसे करें।

### आत्म-परीक्षा 2

अपने बच्चों के किसी भी ऐसे रवैये की सूची बनाएं जिसके कारण आप उनके प्रति गुस्से में प्रतिक्रिया करते हैं।

### कार्य योजना 3

क्या आपने इस प्रतिक्रिया के लिए परमेश्वर से आपको क्षमा करने के लिए कहा है? अब अच्छा समय है. क्षमा माँगने के लिए अपनी प्रार्थना लिखें।

---

---

---

---

---

---

आपको रुकने और जिम्मेदारी लेना शुरू करने में मदद करने के लिए परमेश्वर की कृपा के लिए हर दिन प्रार्थना करें। हर बार जब आप नियंत्रण खो देते हैं तो अपने बच्चे से माफ़ी माँगने के लिए उससे अपने दिल को आश्वस्त करने के लिए कहें। यदि आवश्यक हो तो अभी अपने बच्चे से बात करना शुरू करें।

## पाठ 6

### पाठ्यक्रम में बने रहें

सभी बच्चे, विशेष रूप से किशोर, हेरफेर या बदला लेने के रूप में रवैये का प्रयोग करेंगे। हेरफेर एक सुधारात्मक परिणाम से बचने या नियमों को बदलने का एक प्रयास है। जब कोई बच्चा परिणाम प्राप्त होने के बाद बार-बार खराब रवैया दिखाता है, तो माता-पिता कभी-कभी दुख से बचने के लिए भविष्य में ऐसा रवैया देने से परहेज करेंगे। लेकिन सही प्रतिक्रिया यह होगी कि उन्हें दुखी रहने दिया जाए और उनके लिए प्रार्थना की जाए। यदि वे किसी नियम को तोड़ते हैं तो हमेशा सुधारात्मक परिणाम का पालन करें और यदि वे सुधारात्मक परिणाम से इनकार करते हैं तो प्रेरक।

#### तथ्य - फाइल

हेरफेर- "कलात्मक, अनुचित और कपटी साधनों द्वारा नियंत्रित करना या खेलना, विशेष रूप से अपने स्वयं के लाभ के लिए।<sup>17</sup>

#### चालाकी न करें

बच्चे अपने माता-पिता पर दबाव डालने या उन्हें कुछ ऐसा करने की अनुमति देने के लिए दोषी ठहराने के लिए हेरफेर का भी उपयोग करते हैं जिसकी उन्हें सामान्य रूप से अनुमति नहीं होती है। एक सोलह वर्षीय लड़की ने अपनी माँ के साथ छल करके उसे एक संगीत कार्यक्रम में जाने की अनुमति दे दी जिसके बारे में उसे पता था कि उसे इसकी अनुमति नहीं है। बेटी एक सप्ताह तक हर दिन उदास और हताश व्यवहार करती रही। एक सामान्य पालन-पोषणकर्ता के रूप में, उसकी माँ प्रतिदिन पूछती थी, "क्या हुआ?"

पूरे हफ्ते, किशोर ने केवल आह भरी, "मुझे नहीं पता। मैं बिल्कुल खुश नहीं हूँ। मुझे नहीं पता क्यों। अंत में, गुरुवार को, उसने कहा, "माँ, मैं बहुत दुखी हूँ। मेरा कोई दोस्त नहीं है। अगर मैं कल रात अपने दोस्तों के साथ इस संगीत कार्यक्रम में जा सकूँ, तो मुझे बेहतर महसूस होगा।"

इस मोड़ पर, उसकी माँ को इस हद तक धोखा दिया गया था कि वह चाहती थी कि उसकी गरीब बेटी खुश रहे। "वह कौन सा संगीत कार्यक्रम है?"

जब बेटी ने अपनी माँ को बताया कि कौन सा संगीत कार्यक्रम है, तो उसने जवाब दिया, "ओह, यह एक अच्छा संगीत कार्यक्रम नहीं है।"

एक बार फिर, युवा लड़की ने आह भरते हुए कहा, "लेकिन, माँ . .।"

उसकी माँ ने उत्तर दिया, "ठीक है, मैं तुम्हें जाने दूंगी, और मैं पिताजी को बता दूंगी। . . ओह कोई बात नहीं। आइए उन्हें बिल्कुल न बताएं। मैं जानती हूँ वह क्रोधित हो जाएंगे। तो आइए इसे हमारे बीच रखें। लड़की की चालाकी ने उसकी माँ को अंदर तक खींच लिया था।

चालाकीपूर्ण रवैये को अपने ऊपर हावी न होने दें। हर बार बच्चे का उदास होना हेरफेर का एक रूप नहीं है, लेकिन जब ऐसी चीजें होती हैं, तो हमेशा एक विवाहित जोड़े के रूप में इस पर चर्चा करें। याद रखें, आप एक टीम हैं।

यह कम उम्र में ही शुरू हो जाता है जब बच्चे अपने तरीके से काम करना चाहते हैं, जैसे कि दो साल का बच्चा तब तक रोता रहता है जब तक कि आप हार नहीं मान लेते, जो एक प्रकार का हेरफेर है। इससे हमें आश्चर्य नहीं होना चाहिए। हम अहंकारी (अपने तरीके से चलने की चाहत) और अपने हृदय में मूर्खता लेकर पैदा हुए हैं (नीतिवचन 22:15)। अगले पाठ में प्रभावी, आयु-उपयुक्त सुधारात्मक परिणाम प्रदान किए गए हैं।



## बदला न लें

कुछ बच्चे जानते हैं कि बुरा रवैया उनके माता-पिता को नाराज़ कर देगा। जब आप काँटा काटते हैं, तो इससे बच्चे को संतुष्टि मिलती है, जो उनके मांस को पोषण देता है और साथ ही आपकी नींव और अधिकार को भी नष्ट कर देता है। इस खेल को खेलने में दो लगते हैं। किसी बच्चे को आपको बदला लेने के लिए प्रेरित न करने दें। उनके रवैये या व्यवहार का असर अपनी आंतरिक शांति पर न पड़ने दें। अपनी

भावनाओं पर नजर रखें। अपनी अनुशासन योजना पर कायम रहें। यदि आप नहीं खेलते हैं, तो वे इस खराब और बचकाने खेल को छोड़ देंगे। उन्हें जल्द ही पता चल जाएगा कि रवैया-बदला खेल अकेले खेलने पर कोई मज़ा नहीं है। हाँ, परमेश्वर ने हमें भावनाएँ दी हैं, लेकिन हमें आत्म-नियंत्रण का प्रयोग करके एक परिपक्व वयस्क के चरित्र गुण का प्रदर्शन करना है, जो मसीह में हमारी मजबूत नींव से आता है।

यदि आप अपने बच्चे के हेरफेर को आपको क्रोधित करने की अनुमति दे रहे हैं, तो आप उन्हें दिखा रहे हैं कि आप मजबूत जमीन पर नहीं हैं, और आपका परमेश्वर कमजोर है। वे बस एक रवैया अपना सकते हैं और आप आपसे बाहर हो सकते हैं। जानें कि जब आप पापी और कमजोर चरित्र का उदाहरण देते हैं, तो वे श्रेष्ठ महसूस करते हैं, जब वे आपकी भावनात्मक "तार" खींच सकते हैं और आपको क्रोध या बदले की भावना से प्रतिक्रिया करने के लिए मजबूर कर सकते हैं।

किसी बच्चे के रवैये पर शारीरिक प्रतिक्रिया देना आपके अधिकार को खत्म कर देता है। कोई भी ऐसे कमजोर अगुवे का अनुसरण नहीं करना चाहता जिसका परमेश्वर कमजोर हो। जो कोई भी सशस्त्र बलों में रहा है वह समझता है कि यदि आपके पास एक कमजोर कप्तान है, तो आपको उसका अनुसरण करने की कोई इच्छा नहीं है। बच्चे अलग नहीं हैं। यदि कोई बच्चा आपकी आंतरिक शांति को नियंत्रित कर सकता है और एक रवैया अपनाकर आपको क्रोधित कर सकता है, तो वे उस परमेश्वर पर भरोसा नहीं करना चाहेंगे जिसकी आप सेवा करते हैं और जिस पर आप भरोसा करते हैं।

### बदला बनाम प्रशिक्षण

आपके बच्चों को पता चल जाएगा कि परिणाम देते समय आप बदले की भावना से प्रेरित हैं या नहीं। यह पापपूर्ण, स्वार्थी और अपरिपक्व है। यह प्रशिक्षण नहीं है जब हम ऐसी बातें कहते हैं, "अरे, तुम दोबारा ऐसा करो, बस्टर, और मैं तुम्हारा जीवन बर्बाद कर दूंगा" या "यदि तुम दोबारा ऐसा करने की कोशिश करोगे तो तुम एक महीने तक कहीं नहीं जाओगे।" वह प्यार नहीं है - यह बदला है। बदले की भावना से प्रतिक्रिया करने से वह पूरी योजना विकृत हो जाती है जिसे आप लागू करने का प्रयास कर रहे हैं। बदला प्रशिक्षित नहीं करता है। इससे बच्चे विद्रोही हो जाते हैं, माता-पिता और बच्चों के बीच विभाजन हो जाता है और आपका प्रभाव खत्म हो जाता है।

बच्चों को वे चीज़ें देना जिनसे वे नफरत करते हैं, बदला लेना है, प्रशिक्षण नहीं। अपने बेटे को पाँच सौ बार "मैं बहस नहीं करूँगा" लिखने के लिए मजबूर करना, क्योंकि उसे ऐसा करना नापसंद है, प्रशिक्षण नहीं है। यह बदला है। इसी तरह, कई माता-पिता कहते हैं, "मेरी बेटी का फोन उसकी जीवनरेखा है, इसलिए अगर मैं हर बार कुछ गलत करने पर उसे छीनने की धमकी दूँगा, तो वह व्यवहार करेगी।" फिर, वह बदला है, प्रशिक्षण नहीं।

यदि आप और आपके बच्चे कुछ समय से यह पापपूर्ण खेल खेल रहे हैं, तो इस बुरी आदत को छोड़ने में आप दोनों को कुछ समय लग सकता है। धैर्य रखें (1 कुरिन्थियों 13:4), मार्ग पर बने रहें, और प्रभु विजय दिलाएगा। यदि आपके बच्चे का बुरा रवैया खराब व्यवहार विकल्प में बदल जाता है, जैसे कि आप पर चिल्लाना, बुरे शब्द का उपयोग करना, दीवार को लात मारना, या दरवाजा पटकना, तो बस उस व्यवहार के लिए पूर्व निर्धारित परिणाम का पालन करें, लेकिन रवैये पर प्रतिक्रिया न करें।

प्रभु ने हमें निर्देश दिया है कि हम अपने बच्चों को प्रशिक्षित करें, न कि उनके बचकाने और मूर्खतापूर्ण विकल्पों की प्रतिक्रिया में उन्हें चोट पहुँचाएँ। यदि हमारा विचार उनके साथ तालमेल बिठाने का है या उन्हें किसी तरह से ठेस पहुँचाने का है क्योंकि वे वह नहीं करेंगे जो हम कहते हैं, तो यह हमारी समस्या है। प्रभु ने हमें ये बच्चे दिए हैं और हमसे अपेक्षा करते हैं कि हम उनकी इच्छानुसार उनका पालन-पोषण करें, भले ही कभी-कभी ऐसा करना कठिन होता है।

### तथ्य - फ़ाइल

बदला-अपमान के बदले में चोट पहुँचाना

इस विषय पर मजबूत पकड़ पाने के लिए, अपेंडिक्स एम: अनुशासनात्मक व्यवहार को पूरा करें।

## कार्य योजना

यदि अपने बच्चों को परिणाम देते समय आपका उद्देश्य गलत रहा है, तो पश्चाताप करें और अपने बच्चे और प्रभु दोनों से क्षमा मांगें।

## योजना पर टिके रहिये

प्रभु की आवश्यकता के अनुसार अपने बच्चों को प्रशिक्षित करने का अर्थ है उनकी योजना का पालन करना। हमें एक प्रेमपूर्ण वातावरण, उचित नियम और पूर्व निर्धारित सुधारात्मक परिणाम, यदि वे विद्रोह करते हैं तो प्रेरणा (दंड) और स्थिरता प्रदान करनी चाहिए। यह प्रक्रिया निष्पक्ष है, क्रोध या बदले की भावना से प्रेरित नहीं है और यह बच्चे के चरित्र को परिपक्वता में बदल देगी। बच्चों को प्रेम और परमेश्वर के प्रति हमारी आज्ञाकारिता से प्रेरित होना चाहिए - स्वार्थ, क्रोध या बदला लेने की इच्छा से नहीं।

“जो कुछ करते हो प्रेम से करो॥” (1 कुरिन्थियों 16:14)

जब मैं बच्चा था, जब मुझे अपना रास्ता नहीं मिलता था तो मैं अपनी सांसें रोक लेता था। आखिरकार मैं जामुनी रंग का हो जाऊँगा, और मेरी माँ आखिरकार मेरी माँगें मान लेंगी। किसी समय, मेरी माँ ने एक बाल रोग विशेषज्ञ से सलाह ली। मेरे छेड़छाड़ के खेल के जवाब मैं उसने उससे कहा, "कुछ मत करो"। मेरी माँ को चिंता थी कि मैं बेहोश हो जाऊँगा। डॉक्टर ने कहा, "उसे छोड़ दो।"

कुछ दिनों के बाद, हम अपने अच्छे संडे स्कूल के कपड़े पहनकर कलीसिया से घर आये। मेरे भाई सड़क पर दौड़ रहे थे, और मैं भी दौड़ना चाहता था। लेकिन मेरी माँ ने कहा, "नहीं, क्रेग, जाओ अपने कपड़े बदलो।" इसलिए मैंने अपनी सांसें रोक लीं। मेरी माँ वहीं कार के पास खड़ी मुझे देख रही थी। बहुत जल्द मैं जामुनी रंग का होने लगा और लड़खड़ाने लगा। मैंने नीचे देखा, और एक पैर कंक्रीट पर था, और एक पैर घास पर था। मेरी माँ देख सकती थी कि मेरा दिमाग यह सोच रहा था कि मुझे किस तरफ गिरना चाहिए। लेकिन इससे पहले कि मेरा दिमाग कुछ समझ पाता, मैं बेहोश हो गया। और सोचो मैं किस ओर गिरा? हाँ, कंक्रीट पर। मैंने फिर कभी अपनी सांस नहीं रोकी।

अपने बच्चों को उनकी गति के अनुसार चलने दें। जब आपका दो साल का बच्चा एक जिद में है और फर्श पर इधर-उधर लोट जाता है, तो उससे लापरवाही से पूछें, "क्या इससे आपको अच्छा महसूस होता है?" यदि वह दीवारों को लात मारता है, तो उसे याद दिलाएं, "मेरी दीवारों को मत मारो, चिल्लाओ मत, और कुछ बुरा मत कहो।" यदि वह ऐसा करता है, तो बस कहें, "यह एक खराब विकल्प है। मैं समझता हूँ कि तुम परेशान हो, प्रिये। याद रखें, यह अनादर है। यहाँ आपका सुधारात्मक पूर्वनिर्धारित परिणाम है।" जब वे जानते हैं कि आप उनसे परेशान नहीं हैं, जब आप गेंद वापस नहीं दे रहे हैं, तो वे अंततः छोड़ देंगे।

## एक टीम बने रहें

एक तेरह साल की लड़की, जिसने तीन साल के बच्चे की तरह जिद की, मेरे कार्यालय में आई। उसके माता-पिता ने कहा, "तुम नहीं समझते कि वह कितनी कठोर है। वह हर समय जिद करती है जब उसे अपना रास्ता नहीं मिलता है।"

लड़की स्पष्ट रूप से जानती थी कि इस व्यवहार से उसकी माँ बहुत परेशान थी। दिमागी खेल और हेरफेर वर्षों से चल रहे थे, और उसकी माँ की प्रतिक्रिया ने उसे एक किशोरी के रूप में भी एक बच्चे की तरह व्यवहार करना जारी रखने के लिए प्रशिक्षित किया था। उसके पिता ने भी उसे रोकने के लिए कभी कदम नहीं उठाया। उसे अपनी पत्नी को बहुत पहले ही बता देना चाहिए था कि वह उसे इसे संभालने दे। लड़की ने अपने माता-पिता द्वारा उसे प्रशिक्षित करने में अनिच्छा के कारण यह बचकाना व्यवहार जारी रखा। उन्होंने उसकी माँगें मान लीं और वह परिवर्तन के लिए आवश्यक सुधारात्मक परिणामों से बच गई।

यदि कोई पत्नी अपने पति की बात सुनने और उसके अधिकार के आगे झुकने को तैयार नहीं है, जब बच्चे के इस तरह से व्यवहार करने से अलग होने का समय आता है, तो यह उसके बच्चे और पति दोनों के साथ रिश्ते में बाधा उत्पन्न करेगा। जब माता-पिता उनके और एक-दूसरे के साथ बहस करने को तैयार होंगे तो एक बच्चे में प्राधिकार के प्रति अनादर विकसित होगा।

मैं अपनी पत्नी और बेटे के बीच बढ़ती बातचीत के बीच में गया, लेकिन उसने इसे नहीं पहचाना। मैंने अपने सबसे बड़े बेटे से कहा, "याद रखें कि आप किससे बात कर रहे हैं। वह मेरी पत्नी है। वह मेरी रानी है। आप कभी भी उस स्वर का प्रयोग नहीं करें।" मेरी पत्नी ने तो इसे देखा तक नहीं। वह भी बातचीत में व्यस्त थी। मैंने तुरंत उसे एक परिणाम दिया।

बाद में मैंने और मेरी पत्नी ने चर्चा की कि वे उस मुकाम तक कैसे पहुंचे। उसने बताया कि ऐसा लग रहा था कि मामला और बढ़ेगा। मैंने उससे कहा, "प्रिये, बातचीत में तुम कह सकती थी, 'यह इस चर्चा का अंत है। निक, मैंने आपका पक्ष सुन लिया, बस इतना ही काफी है। मैं अब इस पर चर्चा नहीं करना चाहती। यदि आपने इस चर्चा के संबंध में एक बार और अपना मुंह खोला, तो आपको परिणाम मिलेगा।" जब वह मामला बढ़ता नहीं देख पाई तो मैंने उसका समर्थन किया। और जब मुझे ज़रूरत होती है तो वह मेरा समर्थन करती है।

माता-पिता, अपने बच्चों को प्रशिक्षित करने के लिए एक टीम के रूप में मिलकर काम करें। एक साथ प्रार्थना करें। समझौता मत करो। मूर्खता में मत लगे। और आपको सफलता मिलेगी।

## पांच सिद्धांत

अपनी प्रगति की जांच करने के लिए, आइए वॉल्यूम 1 और 2 के पांच सिद्धांतों की समीक्षा करें। क्या आपका दृष्टिकोण बदल गया है? क्या आपने पहले ही अपनी पालन-पोषण शैली में सकारात्मक बदलाव कर लिए हैं? क्या आपको कुछ बेहतर या पहली बार लागू करने की ज़रूरत है?

यदि आप निम्नलिखित में से किसी भी क्षेत्र में लापरवाही बरत रहे हैं, तो प्रभु के सामने जाएँ, स्वीकार करें कि आप कहाँ असफल हो रहे हैं, और उनसे परिवर्तन के लिए ज्ञान और अनुग्रह माँगें। यदि आप इनमें से किसी भी सिद्धांत को भूल गए हैं, तो प्रार्थनापूर्वक पाठों की समीक्षा करें और उन क्षेत्रों की पहचान करें जहाँ प्रभु ने आपसे बात की है - विशेष रूप से आपके प्रश्नों के उत्तर, प्रार्थनाएं और व्यक्तिगत नोट्स।

पाठ संख्याएं नीचे दी गई हैं। पहचानें कि परमेश्वर आपसे क्या कह रहा है और यदि आवश्यक हो तो आप कैसे परिवर्तन करेंगे।

### सिद्धांत 1: हम सेवक हैं। (वॉल्यूम 1, पाठ 3)

हमें मसीह का प्रतिनिधित्व करना है और एक सेवक के रवैये के साथ उसकी इच्छा और लक्ष्यों को पूरा करना है।

---



---



---

### सिद्धांत 2: हम परमेश्वर की महिमा को प्रतिबिंबित करते हैं। (वॉल्यूम 1, पाठ 4)

हमें उसे अपने बच्चों के सामने प्रतिबिंबित करना है। क्रोधित होना मसीह के स्वभाव का प्रदर्शन नहीं है।

---



---



---

### सिद्धांत 3: परमेश्वर हमें बदल रहा है। (वॉल्यूम 1, पाठ 5)

परमेश्वर हमें इन परीक्षाओं और कठिनाइयों के माध्यम से बदल देंगे। हमें इस प्रक्रिया से गुजरना होगा।

---



---



---

**सिद्धांत 4: परमेश्वर हमारी मजबूत नींव है। (वॉल्यूम 1, पाठ 6-9)**

हमारी ठोस नींव इन सिद्धांतों को पूरा करने के लिए ताकत और समझ प्रदान करती है।

---



---



---

**सिद्धांत 5: सबसे बड़ा प्रेरक प्रेम है। (वॉल्यूम 2, पाठ 2)**

अनुशासन प्रक्रिया के दौरान, यह प्रेम है जो एक बच्चे को प्रेरित करता है, क्रोध और कठोर शब्द नहीं।

---



---



---

**सिद्धांत 5 से प्रेम के कुछ गुणों की जाँच करें।**

प्रेम प्रतिक्रिया दे रहा है, प्रतिक्रिया नहीं (वॉल्यूम 2, पाठ 3)। क्या आप प्रेम में जवाब दे रहे हैं या देह में प्रतिक्रिया कर रहे हैं?

---



---



---

प्रेम एक विकल्प है, भावना नहीं (वॉल्यूम 2, पाठ 3)। क्या आपकी भावनाएँ आपके बच्चों के प्रति आपकी प्रतिक्रियाओं को नियंत्रित करती हैं, या पवित्र आत्मा?

---



---



---

प्रेम 1 कुरिन्थियों 13 (वॉल्यूम 2, पाठ 4-10) का अभ्यास है। हमने प्रेम के चारित्रिक गुणों की गहराई से समीक्षा की। हमारा प्यार धैर्यवान और दयालु है, उनकी मूर्खता से परेशान और क्रोधित नहीं है। आप किन प्रेम गुणों में सुधार कर रहे हैं और किन पर आपको काम करने की आवश्यकता है?

---



---



---

प्रेम हर मौसम में कायम रहता है (वॉल्यूम 2, पाठ 10 और 13)। हमें किशोरावस्था सहित जीवन के विभिन्न मौसमों में उनसे प्यार करना चाहिए। अपने बच्चे के प्रति विशिष्ट अप्रिय व्यवहार को रोकने के लिए उसकी कृपा माँगने के लिए परमेश्वर से प्रार्थना लिखें।

---



---



---



---



---



---

## पाठ 7

### छोटे बच्चों के लिए प्रशिक्षण

भले ही आपके बच्चे बड़े हों, मैं आपको यह पाठ पढ़ने के लिए प्रोत्साहित करता हूँ। आपको पता चल सकता है कि पिछले वर्षों की कुछ मूल समस्याएं, व्यवहार या नाराज़गी अभी भी किसी विशेष बच्चे के साथ या यहां तक कि आपके जीवनसाथी के साथ आपके रिश्ते को प्रभावित कर रही हैं।

इससे पहले कि हम प्रशिक्षण के चार साधनों का व्यावहारिक परिपालन शुरू करें, आइए "एक बच्चे के संपत्ति कानूनों" की जांच करें। जिन लोगों के पास अठारह महीने से पांच साल की उम्र के बच्चे हैं, वे शायद इन्हें कार्य में देख रहे हैं।

1. अगर मुझे यह पसंद है, तो यह मेरा है।
2. अगर यह मेरे हाथ में है, तो यह मेरा है।
3. अगर मैं इसे तुमसे ले सकता हूँ, तो यह मेरा है।
4. अगर यह मेरे पास कुछ समय पहले था, तो यह मेरा है।
5. अगर यह मेरा है, तो यह किसी भी तरह से आपका प्रतीत नहीं होना चाहिए।
6. अगर मैं कुछ कर रहा हूँ या निर्माण कर रहा हूँ, तो सभी टुकड़े मेरे हैं।
7. अगर यह बिल्कुल मेरे जैसा दिखता है, तो यह मेरा है।
8. अगर मैंने इसे पहले देखा, तो यह मेरा है।
9. अगर आप किसी चीज से खेल रहे हैं और उसे नीचे रख देते हैं, तो वह अपने आप मेरी हो जाती है।
10. अगर यह टूटा हुआ है, तो यह आपका है।

#### पहले पांच वर्ष

जब हमारी नन्हीं सुंदरियाँ अस्पताल से घर आती हैं, तो वे बिल्कुल अपने आप में खोई रहती हैं, उनमें किसी भी परिपक्व या नैतिक चरित्र का अभाव होता है। ये शिशु वर्ष, जिन्हें अक्सर "भयानक दो" शब्द से जाना जाता है, वे उम्र हैं जब आपके बच्चे चीजें फैलाते हैं, चीजें फेंकते हैं, खुद को चोट पहुंचाते हैं और आपको शर्मिंदा करते हैं। हर क्षेत्र में अपने अधिकार का परीक्षण आम बात है। इस दौरान हास्य की भावना बनाए रखने से आप अपना दिमाग खोने से बच सकते हैं।

पहले पाँच वर्षों के दौरान, अधिकार स्थापित करना और सीमाएँ स्थापित करना महत्वपूर्ण है। अधिकांश बच्चे आपको प्रतिदिन चुनौती देंगे। लेकिन घबराओ मत ।

#### निकोलस से सीखना

जब मेरा बेटा निकोलस दो साल का था, तो मैं घर आया और अपनी पत्नी को परेशान पाया। जाहिर है, वह खाना नहीं खाएगा। मैंने उससे कटोरा लिया, उसकी ऊंची कुर्सी पर उसके सामने बैठ गया, और कहा, "अरे, तुम खा लो।

उसने मेरी ओर देखा, कटोरा मेरी ओर बढ़ाया और फेंक दिया।

निक के साथ, जब आपने उसके बटन दबाए, तो उसके अंदर कुछ ऐसा था जो पीछे धकेलना चाहता था। शुरुआत में इससे मुझे गुस्सा आया । लेकिन मुझे एहसास हुआ कि उसे समझ नहीं आया कि उसने ऐसा क्यों किया। न ही उसे समझ आया कि मेरा गुस्सा उसे क्यों नागवार गुजरा। कुछ-कुछ गैसोलीन को आग में फेंकने जैसा। इसे दूर करने का कोई अच्छा तरीका नहीं है।

जब निक चार साल का था, तो मुझे काम पर मेरी पत्नी का फोन आया। वह रो रही थी। एक किराने की दुकान की यात्रा पर, उसकी गाड़ी में जस्टिन था और निक उसके साथ चल रहा था - जब तक कि उसने खिलौना भाग नहीं देखा। वह भागा, एक खिलौना उठाया और बोला, "माँ, मुझे यह चाहिए।"

मेरी पत्नी ने इसे वापस रखने के लिए कहा और गलियारे के अंत तक चलती रही। जब वह मुड़ी तो निक उसका पीछा नहीं कर रहा था। जब उसने उससे पीछे चलने को कहा तो वह दूसरे रास्ते से चला गया। उसे निक के पीछे जाने के लिए जस्टिन और टोकरी को छोड़ना पड़ा।

वह गलियारे से आधी नीचे उतर गई और निक ने दौड़ना शुरू कर दिया। अब उसके सामने एक संकट था, एक दो साल का बच्चा गलियारे के एक छोर पर गाड़ी में था, और एक चार साल का बच्चा दूसरी तरफ दौड़ रहा था। वह घबराकर वापस जस्टिन के पास पहुंची। किराने के सामान से भरी टोकरी को धकेलते हुए उसने स्टोर के चारों ओर निक का पीछा करना शुरू कर दिया। वह उसकी पहुँच से बिल्कुल दूर रहा। अंत में, उसने तेजी से दौड़ लगाई और निक को पकड़ लिया, टोकरी में वापस गई और जस्टिन को पकड़ लिया, फिर किराने का सारा सामान छोड़कर रोते हुए दुकान से बाहर निकल गई।

मैं कार में बैठा और घर चला गया, निक को पीटा, और उसकी जान को खतरा बताया। (यह मेरे इन सिद्धांतों को समझने से पहले की बात है।) मैंने कहा, "तुम फिर कभी ऐसा मत करना!" और काम पर लौट आया।

एक सप्ताह से भी कम समय के बाद, मेरी पत्नी ने मुझे काम पर बुलाया और इतनी जोर से रोते हुए मुझे लगा कि कोई मर गया है।

"क्या, प्रिये, क्या?"

"उसने ऐसा दोबारा किया," उसने कहा।"

"फिर क्या किया?"

"दुकान में!" उसने कहा।

मैं तुरंत घर आया, उसके कमरे में गया, और उसे एक ऐसा चांटा दिया जिसे आप सोचेंगे कि वह कभी नहीं भूलेगा। जब मैं बाहर आया तो मेरी पत्नी अभी भी सिसक रही थी।

"मैं अब ऐसा नहीं कर सकती," उसने कहा।

"प्रिये, देखो, तुम उसके साथ फिर कभी खरीदारी नहीं करोगी, मैं वादा करता हूँ। आप मेरे घर आने तक इंतजार करेंगी, या मैं किराने की दुकान पर जाऊँगा। आपको यह नहीं करना पड़ेगा, मैं आपसे वादा करता हूँ। मैं तुम्हें दोबारा ऐसा नहीं करने दूँगा।"

मैं अंदर गया और उससे कहा, "निक, अब तुम माँ के साथ किराने की दुकान पर नहीं जाओगे। या तो मैं यह करने जा रहा हूँ, या उसके जाने तक आप घर पर रहेंगे।"

कुछ हफ्ते बीत गए और मेरी पत्नी को कुछ दूध और ब्रेड की ज़रूरत पड़ी। मैं घर पर था। उसने कहा, "क्या तुम नीचे जाकर कुछ ले आओगे?"

निक ने चिल्लाकर कहा, "क्या मैं जा सकता हूँ?"

"ज़रूर," मैंने जवाब दिया।

मैंने सपने में भी नहीं सोचा था कि चार साल का यह छोटा सा बच्चा, जो पूरे चालीस पाउंड का था, स्टोर में मेरे प्रभुत्व को चुनौती देगा। स्टोर के रास्ते में, मैंने निक की ओर देखा और कहा, "निक, क्या आप नियम जानते हैं?"

"हा पापा"

एक बार दुकान में, मुझे दूध और रोटी मिली और चेकआउट करने के लिए एक्सप्रेस लाइन पर गया। जैसे ही मैंने चारों ओर देखा, निक मेरे पीछे नहीं था। वह अपने हाथों में एक खिलौना लेकर लगभग तीस फीट दूर खड़ा था। मैंने कहा, "निक, इसे वापस रख दो।" लेकिन वह नहीं हिला। उसने बस अपना सिर नीचे कर लिया।

उस समय जो मुझ पर हावी होना शुरू हुआ वह शैतानी था। दूध का डिब्बा मेरे हाथों में गिरने के लिए तैयार था। मेरे पीछे वाला लड़का पीछे हटने लगा और सभी ने देखा कि क्या हो रहा था, लेकिन मुझे इसकी परवाह नहीं थी। मैं अपने आसपास के लोगों से बेखबर था। मैं निक की ओर देख रहा था, सोच रहा था, तुम्हारी हिम्मत कैसे हुई? "निक, अभी करो!"

फिर भी उसने एक नहीं सुनी।

फिर मैंने कुछ ऐसा कहा जो मैं प्रार्थना करता हूँ कि आप कभी नहीं कहेंगे। "निक, अगर तुमने अभी ऐसा नहीं किया, तो मैं तुम्हें लात मारकर पूरे स्टोर में छोड़ दूँगा। मुझे इसकी परवाह नहीं कि यहाँ कौन है।"

आखिरकार, वह दौड़ा और खिलौना दूर रख दिया। हम कार में बैठे और मैंने उसकी पिटाई की। हम घर पहुँचे और मैंने उसे फिर से पीटा।

इस तरह की कई स्थितियों के कारण मुझे और मेरी पत्नी को निक से निपटने के लिए प्रार्थना करने और मदद मांगने के लिए मजबूर होना पड़ा। मैं जानता था कि मैं जो कर रहा था वह सही नहीं था, और पिटाई से कोई मदद नहीं मिल रही थी। मुझे सीखना था कि कैसे बदलाव लाना है और कैसे ठीक से अनुशासन रखना है।

यदि आपको इस तरह के मजबूत इरादों वाले बच्चे का आशीर्वाद मिला है, तो वहीं रुकिए। ये उपकरण काम करेंगे।

## पिताओं को अवश्य शामिल होना चाहिए

पिताओं को अनुशासन के सभी पहलुओं में शामिल होना चाहिए। जब बच्चे छोटे हों तो माता-पिता को मिलकर काम करना चाहिए।

जब मैं पहली बार हमारे कलीसिया में सामान्य सेवकाई में शामिल हुआ, तो मेरे लिए यह महत्वपूर्ण था कि हम समय पर कलीसिया पहुँचें। मेरे लिए देर से चलना शर्मनाक था।

हम कलीसिया से लगभग बीस मिनट की दूरी पर रहते थे। एक रविवार की सुबह, मैं फ्रीवे पर लगभग अस्सी-पचासी मील प्रति घंटे की दूरी पर गाड़ी चला रहा था, और मेरी पत्नी ने पूछा, "तुम तेज़ गति से गाड़ी क्यों चला रहे हो?" तुम्हें धीमा करना चाहिए!"

"अगर आप हमें इतनी देर नहीं करेंगी, तो मुझे तेज़ गति से नहीं चलना पड़ता!" मैंने कहा।

वह जानती थी कि मैं उत्तेजित हूँ। कुछ क्षण की चुप्पी के बाद उसने शांति से कहा, "आप सुबह मेरी मदद क्यों नहीं करते?"

यह बात मेरे मन में कभी नहीं आई थी। मैंने उसकी ओर देखा और कहा, "तुम्हारा क्या मतलब है, मदद करो? मैं उठता हूँ और अनाज के कटोरे बाहर रखता हूँ। कभी-कभी मैं बच्चों के नाश्ते के लिए आने से पहले अनाज को कटोरे में डाल देता हूँ। मैं कॉफी भी बनाती हूँ। आप मुझसे और क्या करवाना चाहते हैं?" मैं पूरी तरह से बेखबर था।

"आप बच्चों को कपड़े पहनाने में मदद क्यों नहीं करते?"

इससे मेरे दिमाग में संकट पैदा हो गया। क्या मैं इसे अपनाऊँ या क्या? मैंने कहा, "ठीक है, अगले हफ्ते से, यह मेरा है।"

अगले रविवार की सुबह मैं यह जानते हुए उठा कि मैं अपनी कार्यकुशलता साबित कर सकता हूँ। बच्चे समय पर कपड़े पहनने जा रहे थे। मैं लड़कों के कमरे में चला गया, "अरे, चलो, लड़कों, चलो चलते हैं। उठने और कलीसिया के लिए तैयार होने का समय है। मैं नीचे गया, सब कुछ तैयार किया, लेकिन ऊपर से कुछ नहीं सुना। यह खामोश था।

जब मैं उनके कमरे में वापस गया, तो दो छोटे लड़के अभी भी बिस्तर पर थे। मैं चिल्लाया, "उठो, अभी!" और चादरें नीचे खींच लीं। "बाहर निकलो नहीं तो मैं तुम्हें पीटूँगा!" बहुत जल्द वे परेशान हो गए और रोने लगे, और मैं उन्हें उनके कपड़े पहना रहा था।

मुझे लगा कि मैं जीत गया हूँ, लेकिन मैं गलत था। हम समय पर कार में बैठ गए, और जैसे-जैसे हम सड़क पर आगे बढ़े, मैं बहुत निपुण महसूस कर रहा था। मैंने अपनी पत्नी की ओर देखा, और उसकी अभिव्यक्ति सब कुछ कह रही थी। वह मुझे उस चेहरे से देख रही थी जिसने कहा, "तुम बड़े बेवकूफ हो।"

"अरे, हम समय पर हैं," मैंने कहा।

"हाँ, लेकिन पीछे की सीट पर देखो," उसने जवाब दिया। दोनों लड़कों की आँखें लाल थीं और आँसू बह रहे थे। ऐसा नहीं लग रहा था कि वे कलीसिया जाने और परमेश्वर की स्तुति करने के लिए तैयार हैं।

जब मैं और मेरी पत्नी इस बात पर चर्चा कर रहे थे कि मैं कैसे बेहतर कर सकता हूँ, तो मैंने सीखा कि कैसे मैं अपने हाथ पर एक जुराब रखूँ और एक छोटी सी कठपुतली को चादर के नीचे छिपकर कहूँ "हैलो!" शुभ प्रभात!" या मैं कान में पुराना "गीला विली" बनाऊँगा। मैं उनके बगल में लेटूँगा और जागने के समय को मजेदार बनाने के लिए एक कहानी सुनाऊँगा।

मुझे पता चला कि अगर मैं सुबह सिर्फ दस या पंद्रह मिनट के लिए उनके दिमाग को चालू रखता हूँ, तो जब मैं कहता हूँ कि तैयार होने का समय हो गया है तो वे सहयोग करने में बहुत बेहतर थे। मैंने बिना किसी समझौते के अनुकूलन करना सीखा। इसमें समय लगा, लेकिन यह मेरा काम था जब तक कि मेरे बच्चे इसे स्वयं नहीं कर सकते थे।

पिताजी, आप यहां जुड़ सकते हैं और मदद कर सकते हैं। यह "आपका हिस्सा और मेरा हिस्सा" नहीं है - यह "हमारा" है।

मजबूत इरादों वाले बच्चों के लिए एक सचेत सलाह: जब संभव हो, उन्हें एक विकल्प दें। निकोलस हमेशा सोचते थे कि उन्हें नियंत्रण में रहना होगा। आखिरकार मैंने उसकी पसंद के लिए दो जोड़ी जीन्स निकालना सीख लिया। मैं दोनों जोड़ियों के बीच अंतर भी नहीं बता सका, लेकिन इससे उसे ऐसा महसूस हुआ जैसे उसका थोड़ा नियंत्रण था। कभी-कभी आप उन्हें बस एक छोटे से क्षेत्र में विकल्प दे सकते हैं, और इससे काम आसानी से हो जाता है।

### उपकरणों को लागू करना

जब आपके छोटे बच्चे हों तो कुछ अभ्यास विशेष रूप से महत्वपूर्ण होते हैं।

#### उन्हें प्यार करें

याद रखें कि प्रेम धैर्यवान है। उनसे असफल होने की अपेक्षा करें और उनकी उम्र के अनुसार कार्य करें। चिल्लाकर और गुस्सा करके बच्चे का मनोबल न तोड़ें। कल्पना कीजिए कि आपके आकार से दस गुना बड़ा कोई व्यक्ति क्रोधित होकर तेज आवाज में, गर्दन की नसें फड़कने वाला और आंखें उभरी हुई आपकी ओर आ रहा है। वह प्यार नहीं है।

मेरे निकोलस को समझ नहीं आया कि वह जिद्दी क्यों था, उसने संघर्ष क्यों किया, या वह बहस क्यों करना चाहता था। वह नहीं जानता था कि उसे इस तरह क्यों तार-तार किया गया था, वह स्पष्ट करने और समझने में सक्षम नहीं था। परमेश्वर ने उन्हें एक मजबूत व्यक्तित्व दिया, जिसे मुझे प्रशिक्षित करने की जरूरत थी। जब मैं चिल्लाया और बिगड़ गया, तो मैं उसे और भी बुरा व्यवहार करने के लिए उकसा रहा था। इसके बजाय, मैंने उत्तर देना सीखा।



धर्मी मन में सोचता है कि क्या उत्तर दूं, परन्तु दुष्टों के मुंह से बुरी बातें उबल आती हैं। (नीतिवचन 15:28)

क्या यह आपके लिए संघर्ष है? परमेश्वर से आपको बदलने के लिए प्रार्थना करते हुए एक प्रार्थना लिखें।

---



---



---



---

## शांत रहें

जब आप नियंत्रण खो देते हैं, तो आप विश्वसनीयता खो देते हैं। जब आपके बच्चे आपको घबराते हुए देखते हैं, तो वे फायदा उठाना सीखते हैं और बदला लेने के लिए आपके साथ छेड़छाड़ करते हैं। जब आप नियंत्रण से बाहर हो जाते हैं, तो वे भी नियंत्रण से बाहर हो जाते हैं। जब आप उनका अनादर करेंगे तो वे बदले में आपका अनादर करेंगे। यदि आपने प्रतिक्रिया करने की आदत विकसित कर ली है, तो आपको पहले प्रभु से आपको माफ करने (पश्चाताप) के लिए कहकर इसे तोड़ना चाहिए, फिर अपने बच्चों के पास जाएं और उनसे आपको माफ करने के लिए कहें (स्वीकार करें)। एक और दिन न जाने दें। अपने आप को परमेश्वर और अपने बच्चों के प्रति जवाबदेह रखें।

## कार्य योजना 1

हर बार असफल होने पर अपने बच्चे से माफी माँगने की प्रतिबद्धता बनाएँ। मैं आपको यह नहीं बता सकता कि मैं कितनी बार एक अच्छी रात की नींद के लिए बिस्तर पर गया हूँ, केवल तभी पवित्र आत्मा ने मेरे दिल को इस बात के बारे में बताया कि मैंने अपने बच्चों में से एक के प्रति कैसी प्रतिक्रिया व्यक्त की थी। कई बार मैंने अपना बिस्तर छोड़ा, निक के कमरे में गया और खुद को इस तरह विनम्र किया:

“अरे, निक, आज मैंने तुम्हारे साथ जो व्यवहार किया वह गलत था। क्या आप मुझे माफ़ करेंगे?”

क्या आपको अब रुकने और अपने किसी बच्चे से माफी माँगने की ज़रूरत है? \_\_\_ हाँ \_\_\_ नहीं

चाहे आपका बच्चा पांच साल का हो या पंद्रह साल का, अगर आपने अधर्मी व्यवहार किया है तो आपको उनसे माफी मांगनी होगी। परमेश्वर के सामने ईमानदार रहें। यदि आप वास्तव में बदलना चाहते हैं और इस अधर्मी, पापपूर्ण आदत को रोकना चाहते हैं, तो आपको ईमानदारी से जिम्मेदारी लेनी होगी।

## गहराई में अध्ययन करें

पहचानें कि जब हम शांत नहीं रहते तो क्या होता है और शांत रहने के लिए किस अभ्यास की आवश्यकता होती है।

क्रोधी पुरुष झगड़ा मचाता है, परन्तु जो विलम्ब से क्रोध करने वाला है, वह मुकद्दमों को दबा देता है। (नीतिवचन 15:18)

---



---

“इसलिये यदि तू अपनी भेंट वेदी पर लाए, और वहां तू स्मरण करे, कि तेरे भाई के मन में तेरे लिये कुछ विरोध है, तो अपनी भेंट वहीं वेदी के सामने छोड़ दे, और जाकर पहले अपने भाई से मेल मिलाप कर; तब आकर अपनी भेंट चढ़ा।” (मत्ती 5:23-24)

यदि आप इस क्षेत्र में असफल हो गए हैं, तो बताएं कि आप परमेश्वर के निर्देशों का पालन कैसे करेंगे।

---



---

## उन्हें आपके अधिकार का पालन करना और उसका सम्मान करना सिखाएं

आपके बच्चों को सिखाया जाना चाहिए कि आप उनके जीवन में परमेश्वर का दिया हुआ अधिकार हैं। उन्हें यह जानने की जरूरत है कि आप उन्हें नियम, परिणाम दे रहे हैं, और आवश्यकता पड़ने पर उन्हें दंडित कर रहे हैं, क्योंकि यही वह है जो परमेश्वर ने आपको करने की आज्ञा दी है। ऐसा करने के लिए, आपको प्रतिदिन परमेश्वर के साथ घनिष्ठ संगति में चलना होगा। यदि आप उम्मीद करते हैं कि आपके बच्चे आपके अधिकार के प्रति समर्पण करेंगे, तो आपको उन्हें दिखाना होगा कि आप परमेश्वर के अधिकार के अधीन हैं।

परमेश्वर के निर्देश के विषय में यह वचन उनके साथ बाँटें।

“हे बालकों, प्रभु में अपने माता पिता के आज्ञाकारी बनो, क्योंकि यह उचित है।” (इफिसियों 6:1)

## स्थिर रहो

यदि आप कहते हैं कि आप कुछ करेंगे, तो उस पर अमल करें। स्थिरता की कमी संपूर्ण अनुशासन प्रक्रिया में बाधा उत्पन्न कर सकती है, जिसे बच्चे को परिपक्वता की ओर ले जाने के लिए बनाया गया है। अपनी अनुशासन योजना का पालन करें। यदि आप ऐसा नहीं करते हैं, तो बच्चे किसी भी अनुशासन योजना का पालन करने में हेरफेर करने के तरीके खोज लेंगे।

## अपने घर के वातावरण को बच्चों के लिए सुरक्षित रखें

आपके पास एक मजबूत इरादों वाला बच्चा हो सकता है जो बड़े बच्चों के खिलौनों या आपकी चीजों की ओर आकर्षित होता रहता है। यदि आपका तीन साल का बच्चा उन खिलौनों से खेलता है जिन तक उसकी पहुंच नहीं होनी चाहिए और यहां तक कि उन्हें तोड़ भी देता है, तो आप एक ऊंची शेल्फ या लॉकिंग कैबिनेट बना सकते हैं। हम जहर को बंद करने के बारे में दो बार नहीं सोचते हैं, लेकिन उन चीजों को पहुंच से दूर रखना भी उतना ही महत्वपूर्ण हो सकता है जो भाई-बहनों के बीच विवाद का कारण बनती हैं और एक शांतिपूर्ण घर को प्रभावित करती हैं।

## कार्य योजना 2

झगड़े और सुधार की मात्रा को कम करने के लिए आपको अपने घर में जो कुछ भी बदलने की आवश्यकता है या जिन वस्तुओं को स्थानांतरित करने की आवश्यकता है, उनकी सूची बनाएं।

---

---

---

---

---

---

---

---

एक छोटे बच्चे के ज्ञान-संबंधी कौशल और जीवन की समझ, जानकारी और अनुभवों को विकास करने की उनकी क्षमता, और निर्णय लेने और अवधारणाओं को समझने की उनकी क्षमता सीमित होती है। वे अभी तक सुधारात्मक परिणाम और सजा के बीच अंतर नहीं समझते हैं। जब आप लगातार, शांत रहेंगे और धैर्यपूर्वक उनके साथ काम करेंगे तो वे अंततः समझ जाएंगे।

जब छोटे बच्चों को सुधारा जाता है या उन्हें कोई परिणाम मिलता है, तो वे जवाब दे सकते हैं, "तुम मुझसे प्यार नहीं करते।" शायद आपने यह बात अपने बच्चे से सुनी होगी। यदि आपकी आदत सुधारते समय चीखने-चिल्लाने की रही है, तो आपको उन्हें यह समझाने में कठिनाई हो सकती है कि प्यार ऐसा ही होता है। आपको यह सीखना होगा कि कैसे सही ढंग से परिणाम दिया जाए और क्रोध या निराशा के बिना प्रशिक्षण कैसे लिया जाए।

## नमूना नियम

जब तक आपके बच्चे पंद्रह से अठारह महीने की उम्र तक पहुँचते हैं, तब तक आपको विशिष्ट सीमाएँ स्थापित करने की आवश्यकता होती है। यहां अठारह महीने से पांच साल तक के बच्चों के लिए कुछ सुझाव दिए गए हैं।

**नियम 1:** हर समय एक-दूसरे का सम्मान करें- माता-पिता और भाई-बहन।

परिणाम: 3-5 मिनट के लिए टाइम-आउट (एक टाइमर का उपयोग करके)।

**नियम 2:** कोई शारीरिक लड़ाई या मौखिक बहस नहीं।

परिणाम: 3-5 मिनट के लिए टाइम-आउट ।

**नियम 3** अपनी गंदगी, खिलौने आदि स्वयं साफ करें।

परिणाम: टाइम-आउट और खिलौना दो दिनों के लिए दूर रख दिया जाता है (यदि खिलौना बाहर छोड़ दिया गया हो)।

## सम्मान और आज्ञाकारिता

सबसे पहला नियम यह होना चाहिए कि आपके बच्चे आपका सम्मान करें। पहले पाँच वर्षों के दौरान जब आप उन्हें यह नियम सिखा रहे हैं, तो आप उनके सम्मान की अवधारणा को भी परिभाषित कर रहे हैं। जाहिर है, तीन साल का बच्चा नहीं जानता कि सम्मान शब्द का क्या मतलब है। जब वे क्रोधित हो जाते हैं और कहते हैं, "मैं तुमसे नफरत करता हूँ," वे नहीं समझते कि यह अपमानजनक था।

जब चीजें सामने आती हैं और वे गलत तरीके से प्रतिक्रिया देते हैं, तो आपको यह कहना होगा, "अब देखो, मैं समझता हूँ कि आप परेशान हैं, लेकिन आपने अभी जो कहा वह अपमानजनक था। अगली बार जब आप ऐसा कहेंगे, तो आपको अनादर का परिणाम भुगतना पड़ेगा।" ऐसा करके आप नैतिकता और मूल्यों को परिभाषित करने और स्थापित करने का काम शुरू कर रहे हैं। सम्मान का मतलब है कि वे आपका सम्मान कर रहे हैं।

इफिसियों 6:2 कहता है, "अपनी माता और पिता का आदर कर, जो प्रतिज्ञा के साथ पहली आज्ञा है।" आप उन्हें परमेश्वर की इच्छा को समझने में भी मदद कर रहे हैं, जो परमेश्वर का सम्मान भी करता है।

आपकी आज्ञा का पालन न करना एक प्रकार का अनादर है। यदि आप अपने बच्चे से कुछ करने के लिए कहते हैं और वह उसका अनुपालन नहीं करता है, तो आपको उसे सुधारात्मक परिणाम देने की आवश्यकता है। उनका ध्यान आकर्षित करने के लिए अपनी आवाज़ ऊँची करने या उनके मध्य नाम का उपयोग करने की आदत न डालें। यदि वे अनुपालन नहीं करते हैं, तो बस पालन करें और उन्हें पूर्व निर्धारित सुधारात्मक परिणाम दें। आपके अनुसरण के भाग के रूप में, उन्हें यह याद दिलाने की आवश्यकता है कि माता-पिता की आज्ञा मानने से परमेश्वर भी प्रसन्न होता है।

"हे बालको, सब बातों में अपने माता-पिता की आज्ञा मानो, क्योंकि प्रभू इस से प्रसन्न होता है" (कुलुस्सियों 3:20)

अनादर का एक विशिष्ट सुधारात्मक परिणाम टाइम-आउट होगा। कई माता-पिता बच्चे के शयनकक्ष या एक निश्चित कुर्सी का उपयोग करते हैं। एक सस्ता टाइमर खरीदें और इसे बच्चे की उम्र के अनुसार सेट करें। (तीन साल का बच्चा तीन मिनट तक बैठता है।) आप छोटे बच्चों के लिए प्लेपेन का उपयोग कर सकते हैं ताकि वे रेंगकर बाहर न निकल सकें। जब आप उनके व्यवहार को जारी रखने के बाद 'नहीं' कहेंगे, तो वे अवधारणा को समझेंगे, उन्हें उठाएं, उन्हें प्लेपेन में डालें, और टाइमर सेट करें।

दो से पांच साल के बच्चों के लिए, अपनी सुविधानुसार सुविधाजनक कुर्सी चुनें। खाली दीवार को घूरने के लिए उन्हें एक कोने में न चिपका दें। यह अपमानजनक है और यह उन्हें सिखाता या प्रशिक्षित नहीं करता है। सुधारात्मक परिणाम देने का सिद्धांत माता-पिता के लिए उन तरीकों को चुनना नहीं है जिनसे बच्चे नफरत करते हैं, बल्कि ऐसे तरीके हैं जो उन्हें अधिकार के आगे झुकने और प्रशिक्षण प्राप्त करने के लिए तैयार करते हैं।

आखिरी बार कब परमेश्वर ने आपको आज्ञा का उल्लंघन करने के लिए दीवार पर नाक टिकाकर कोने में खड़ा किया था? परमेश्वर हमारे साथ ऐसा नहीं करते, और हमें अपने बच्चों के साथ ऐसा नहीं करना चाहिए। याद रखें कि मूर्खता सामान्य है, बुरी नहीं। बस बच्चों को प्रशिक्षित करने की जरूरत है।

एक मजबूत इरादों वाले बच्चे के साथ, आपको यह परिभाषित करने की आवश्यकता है कि "कुर्सी पर बैठने" का क्या अर्थ है। यदि आप इसे परिभाषित नहीं करते हैं, तो वे जल्द ही कुर्सी पर खड़े हो जाएंगे, उसे फर्श पर घुमाएंगे, या उस पर उल्टा लेटे होंगे। वे नियंत्रण में रहने की कोशिश कर रहे हैं। तो आपको उनके लिए इसे परिभाषित करना चाहिए, "कुर्सी पर पिछवाड़ा, कुर्सी एक ही स्थान पर।" आपके अधिक आज्ञाकारी बच्चे वहीं बैठे रहेंगे।

यदि वे टाइमर पूरा होने से पहले कुर्सी से उठ जाते हैं, तो वे प्रेरक/दंड का चयन कर रहे हैं। यदि आप सजा के रूप में पिटाई का उपयोग करते हैं, तो बस उन्हें थप्पड़ मारें, उन्हें वापस कुर्सी पर बिठाएं, और टाइमर फिर से शुरू करें।

"पिटाई का सिद्धांत" को अगले पाठ में परिभाषित किया जाएगा।

### सोने का समय (अपने बिस्तर पर)

बच्चे को आपके बिस्तर पर सोना कब बंद करना चाहिए, इसके लिए बाइबिल में कोई निर्देश नहीं है। कुछ लोग पवित्रशास्त्र का उपयोग यह दिखाने के लिए करते हैं कि इससे भावनात्मक चोट पहुंचेगी। लेकिन अपने बच्चों को अपने बिस्तर पर सोने की अनुमति देने में कुछ भी गलत नहीं है। हालाँकि, जब आप इस आदत को छोड़ना चाहते हैं तो यह मुश्किल हो सकता है। यदि आप ऐसा करना चुनते हैं, तो एक अच्छा नियम यह है कि बच्चों को तीन साल की उम्र तक अपने बिस्तर पर सो जाने के लिए प्रशिक्षित किया जाना चाहिए।

हमने अपने लड़कों को कभी-कभार डरे हुए या बीमार होने के अलावा अपने बिस्तर पर सोने की अनुमति नहीं देने का फैसला किया। लेकिन हमारी बेटी के साथ यह अलग था। वह हमारी छोटी राजकुमारी थी। मैं और मेरी पत्नी दोनों अक्सर ऐसा होने देते हैं। जब वह सो जाती तो हम उसे बिस्तर पर ले जाते। मेरी पत्नी ने अंत में कहा, "प्रिय, मुझे लगता है कि अब समय आ गया है कि वह अपने बिस्तर पर सोना सीख ले।"

एक जोड़ा मेरे पास सलह लेने के लिए आए, जिनका तेरह वर्षीय बेटा अभी भी उनके बिस्तर पर सो रहा था। इस बात से पति काफी दुखी था। एक बच्चे के रूप में, जब पत्नी बिस्तर पर थी तब उसके सौतेले पिता ने उसका शारीरिक शोषण किया था। चोट, भय और क्षमा न करने के कारण उन्होंने अपने बेटे को जन्म से ही अपने साथ सोने की अनुमति दे दी। यह गलत है और शादी और बच्चे के लिए बहुत ही अस्वस्थ है। बेटे की बुरी आदत और उसकी माँ के भावनात्मक डर दोनों को तोड़ना मुश्किल था, लेकिन क्षमा और एक अच्छी योजना के माध्यम से उन्हें जीत मिली।

यदि पिताजी सोने के समय घर पर होते हैं, यह अच्छा है कि वह उन्हें बच्चों को सुलाने में अगुवाई करने दें। पत्नियाँ अक्सर बच्चों के साथ लेटकर सो जाती हैं और पति को अकेले सोने के लिए छोड़ देती हैं। पुरुषों, जरूरत पड़ने पर आपको आगे आकर इस क्षेत्र में भाग लेना होगा।

परिवर्तन को जन्मदिन से जोड़ना सहायक होता है। पिताजी कह सकते थे, "ठीक है, तुम तीन साल के हो! आप जानते हैं उसका क्या अर्थ है? अब समय आ गया है कि आप अपने बिस्तर पर सोना शुरू करें।" बच्चा निश्चित रूप से उत्तर देगा कि वे ऐसा नहीं चाहते, लेकिन आपको दृढ़ रहना होगा। अपने बच्चे को समझाएं, "मैं यह समझता हूँ, प्रिये, लेकिन यह आपके सोने का समय है। यहाँ तुम्हारा पानी है। यहाँ एक रात की रोशनी है। मैं तुम्हारे साथ प्रार्थना करूँगा और दरवाजा खुला छोड़ दूँगा। माँ को शुभरात्रि कहो।" जब बच्चा बिस्तर पर लेटते समय कहता है, "मुझे माँ चाहिए", तो पिताजी को दृढ़ रहना चाहिए और बच्चे को याद दिलाना चाहिए कि वे पहले ही माँ को शुभरात्रि कह चुके हैं।

अगले पांच दिनों के लिए, आप परिवर्तन में मदद करने के लिए कुछ मिनटों के लिए उनके साथ लेटना या उनके बिस्तर के बगल में घुटने टेकना चाह सकते हैं, लेकिन आपको उन्हें इसे स्वयं करने के लिए प्रशिक्षित करने की दिशा में काम करने की आवश्यकता है। कमरे से बाहर निकलने से पहले परिणामों को स्थापित करें: "यदि आप अपने बिस्तर से बाहर निकलते हैं, तो मैं आपको वापस अंदर डाल दूँगा। यदि आप दूसरी बार बाहर निकलते हैं, तो यह आपके बट पर एक

झटका होगा और आपको वापस बिस्तर पर ले जाना होगा।" हालाँकि यह उन नियमों का एक दुर्लभ अपवाद है जिन्हें हम अगले अध्याय में पिटाई के बारे में स्थापित करेंगे, इस मामले में बच्चे को प्रशिक्षित करना महत्वपूर्ण होगा। यदि ऐसा होता है, तो कुछ क्षणों के लिए बच्चे को आराम दें और फिर कमरे से बाहर चले जाएँ।

जब आप बाहर निकलेंगे तो वे अक्सर रोना शुरू कर देंगे। पाँच मिनट के लिए टाइमर सेट करें। टाइमर आपके लिए है क्योंकि एक बच्चे के रोने का पाँच मिनट का समय बहुत लंबा होता है। पाँच मिनट के बाद, वापस जाएँ और उन्हें (बस कुछ पलों के लिए) दिलासा दें, यह कहते हुए, "मैं यहाँ हूँ। हमने तुम्हें नहीं छोड़ा।"

"माँ कहाँ है? क्या वह चली गयी?"

"नहीं, वह यहाँ है, लेकिन अब सोने का समय हो गया है।"

"मैं उसे देखना चाहता हूँ।"

"नहीं।"

"मुझे माँ चाहिए।"

"नहीं, पिताजी यहाँ हैं। और तुम्हें सो जाना होगा।"

समझाएं कि आप जानते हैं कि यह कठिन है, लेकिन यह बड़े होने का हिस्सा है। दूसरी बार कमरे से बाहर निकलने के बाद, दस मिनट के लिए टाइमर सेट करें और वह समय पूरा होने तक वापस न जाएं जब तक कि वे बिस्तर से बाहर न निकल जाएं। यदि वे ऐसा करते हैं, तो एक झटके से आगे बढ़ें, उन्हें बिस्तर पर लिटा दें, और फिर से बाहर चले जाएँ। इस पर कायम रहें। हर बार जब आप ऐसा करें, तो टाइमर में पाँच मिनट और जोड़ें। आमतौर पर, परिवर्तन तीन से चार दिनों में पूरा हो जाता है।

मेरे बेटे निकोलस के लिए सोने का समय मुश्किल था। वह सोना नहीं चाहता था क्योंकि उसे कुछ याद आ रहा होगा। वह जानबूझकर अपने आप को अपने बिस्तर के कोने में फंसा लेता था ताकि उसे आराम न मिल सके। वह जानता था कि यदि वह सीधा लेटेगा तो सो जायेगा। ऐसी रातें थीं जब वह सोने से पहले दो घंटे तक रोता था।

यह हम सभी के लिए कठिन था। कुछ बार जब मैं शहर से बाहर गया, तो मेरी पत्नी उसे हमारे बिस्तर पर सुलाने के लिए राजी हो गई। घर आने के बाद हमें कम से कम दो रात और संघर्ष करना पड़ा।

हमने अपने दूसरे बेटे, जस्टिन से कहा, "अरे, जस्टिन, यह सोने का समय है।"

उसने कहा, "ठीक है," और बस इतना ही।

मैं एक बड़े परिवार से हूँ, और जब हम साथ होते हैं तो हमारे बहुत सारे बच्चे इधर-उधर भागते रहते हैं। मेरे माता-पिता के कुल इकतालीस पोते-पोतियाँ हैं। जब मेरे बच्चे छोटे थे, हम सब एक साथ कैम्पिंग करने जाते थे। सूरज छह बजे उगता था, और पाँच साल का निक जाग रहा था। बाकी सब सो रहे थे, लेकिन वह मांग कर रहा होगा, "मुझे कपड़े पहनाओ।" वह चारों ओर घूमता, हर किसी के कैम्पर दरवाजे खटखटाएगा। रात के दस बजे, जब बाकी सभी बच्चे सो रहे होते थे तब भी वह आग के पास खड़ा होता था और कहता था, "आगे क्या है?" और आपने सोचा कि आपके पास एकमात्र मजबूत इरादों वाला, अति सक्रिय बच्चा है।

## अपनी गंदगी उठाओ

माँ नौकरानी नहीं हैं। हर किसी को अपनी गंदगी खुद उठानी होगी। इसकी शुरुआत आप कम उम्र में ही उनके खिलौनों से कर सकते हैं। जाहिर है, अधिकांश तीन साल के बच्चे स्वतंत्र रूप से खिलौने नहीं उठाएंगे। उन्हें सीखने में मदद करने के लिए सबसे पहले उनके साथ ऐसा करें। यदि वे आपकी मदद नहीं करते हैं, तो परिणाम यह होता है कि आप खिलौना जब्त कर लेते हैं (सुनिश्चित करें कि वे आपको देखें), इसे एक बादामी रंग के बैग में रख दें, और इसे कोठरी में छिपा दें। कहो, "माँ की मदद न करने का सुधारात्मक परिणाम यह है कि आपका खिलौना एक दिन के लिए वहीं रह जाता है।" यह परिणाम सीधे तौर पर उल्लंघन से संबंधित है।

## नहीं मतलब नहीं

आपके बच्चों को आपका सम्मान करना चाहिए। आपके पहले ही 'नहीं' कहने के बाद बार-बार पूछने का उन्हें परिणाम दें। छोटे बच्चों के लिए एक और सामान्य नियम है "रोना मत।" रोना-पीटना महज चालाकी का एक रूप है। जब वे अपना रास्ता पाने के लिए शिकायत करने लगें तो उन्हें कुछ समय दें।

अन्य नियम काटने (यदि आवश्यक हो) या मारने के नहीं हो सकते हैं, जिन्हें टाइम-आउट के साथ नियंत्रित किया जा सकता है।

## टाइम-आउट और पिटाई नियमों के अपवाद

कुछ मामलों में, जैसे सोने का समय, कलीसिया, या जब भी आप पर समय की कमी होती है, तो आप टाइम-आउट नहीं दे सकते। यदि वे बिस्तर पर नहीं रहेंगे, स्नान से बाहर नहीं निकलेंगे, या कपड़े नहीं पहनेंगे, तो आप उन्हें पिटाई के बारे में चेतावनी दे सकते हैं। कहो, "सुनो, मैं तुम्हें अभी टब से बाहर निकालना चाहता हूँ। यदि आप अभी टब से बाहर नहीं निकले, तो आपको पिटाई पड़ेगी।" वह अपवाद है, नियम नहीं।

ऐसे समय में जब आपके पास सुधारात्मक परिणामों के लिए अन्य विकल्प नहीं हैं, तो आपको नियम और दंड/प्रेरक को स्पष्ट रूप से समझाना चाहिए। अगर वे सही जवाब नहीं देते हैं, तो उनका पालन करें। सीधे पिटाई का उपयोग केवल समय-बाधित स्थितियों में ही किया जाता है।

## आत्म-परीक्षा

अपने वर्तमान नियमों और अपने सुधारात्मक परिणामों की सूची बनाएं (सभी उम्र के लिए)। यदि आपको अधिक स्थान की आवश्यकता है, तो कागज की एक अलग शीट का उपयोग करें। यदि ऐसे कोई नियम या सुधारात्मक परिणाम हैं जिन पर एक जोड़े के रूप में आप पूरी तरह सहमत नहीं हैं, तो चर्चा के लिए उनके बगल में एक तारांकन चिह्न लगा दें।

नियम 1: \_\_\_\_\_

परिणाम \_\_\_\_\_

नियम 2: \_\_\_\_\_

परिणाम \_\_\_\_\_

नियम 3: \_\_\_\_\_

परिणाम \_\_\_\_\_

नियम 4: \_\_\_\_\_

परिणाम \_\_\_\_\_

नियम 5: \_\_\_\_\_

परिणाम \_\_\_\_\_

जब आपका बच्चा सुधारात्मक परिणाम को स्वीकार करने से इनकार करता है तो क्या सजा दी गई है?

---



---



---

### कार्य योजना 3

अठारह महीने से पांच साल (एक जोड़े के रूप में) इस आयु वर्ग के लिए अपने स्वयं के नियम और सुधारात्मक परिणाम बनाएं। अर्पेंडिक्स एन में वर्कशीट का उपयोग करें: नियम और परिणाम। हालाँकि, इन नियमों को तब तक लागू न करें जब तक कि आप पाठ 11, "फिर से शुरू करना" पूरा न कर लें।

## पाठ 8

### पिटाई के सिद्धांत

बाइबल माता-पिता को अपने बच्चों को "जब तक आशा है" अनुशासित करने की आज्ञा देती है। इस पाठ के सिद्धांत आपको अपने घर में अनुशासन के इस चुनौतीपूर्ण हिस्से को समझने में मदद करेंगे।

जब तक आशा है तो अपने पुत्र की ताड़ना कर, जान बूझ कर उसको मार न डाल। (नीतिवचन 19:18)

यह कहावत माता-पिता की सहनशीलता के प्रति एक चेतावनी भी है। गलत काम के दोषी बच्चे को सुधारात्मक परिणाम के साथ दंडित (अनुशासित) किया जाना चाहिए, और जब आवश्यक हो, प्रारंभिक वर्षों में दंडित किया जाना चाहिए, जबकि अभी भी आशा है। आवश्यक अनुशासन की उपेक्षा करने से बाद में जीवन में कानून के तहत मृत्युदंड भी हो सकता है।

#### सिद्धांत 1: आगे की योजना बनाएं

पहले से चुनें कि पिटाई से क्या ठीक किया जाएगा। ("प्रभु जिस चीज़ से घृणा करता है" उसके लिए नीतिवचन 6:16-19 देखें) कई माता-पिता सुधारात्मक परिणाम के बजाय सीधे दंड के लिए जाते हैं। लेकिन वह काम नहीं करता। पहले पूर्व निर्धारित सुधारात्मक परिणाम पर जाएँ, और यदि वे परिणाम (विद्रोही) से इनकार करते हैं, तो सज़ा पर जाएँ। भावनाओं से प्रभावित होने से बचने के लिए यह स्थापित करें कि इस प्रकार की सज़ा कैसे, कब और किसलिए दी जाएगी।

#### सिद्धांत 2: इसे प्रेम से करो

केवल प्यार में थप्पड़ मारो। कभी भी गुस्से में आकर या जब आप अपनी भावनाओं पर नियंत्रण में न हों तो पिटाई न करें। सज़ा के प्रभावी होने के लिए, इसे प्रेमपूर्ण रिश्ते के संदर्भ में किया जाना चाहिए। इसका मतलब है क्रोध या चिल्लाहट के बिना, अपनी भावनाओं पर नियंत्रण रखना।

जो कुछ करते हो प्रेम से करो॥ (1 कुरिन्थियों 16:14)

#### सिद्धांत 3: इसे तत्काल करें

आज्ञा का उल्लंघन करने के कार्य के बाद जितनी जल्दी हो सके अपने बच्चे को थप्पड़ मारें। यह आपके बच्चे को अगली बार तुरंत प्रशिक्षण स्वीकार करने के लिए प्रेरित करने का एक अवसर है। यदि कुछ स्थितियों में (सार्वजनिक रूप से या किसी मित्र के पास जाना) संभव नहीं है, तो आपको बच्चे को तब तक अपने बगल में बैठाना होगा जब तक कि आप उसे पीटने में सक्षम न हो जाएं। यदि वे विद्रोही बने रहते हैं, तो आपको इसे संभालने के लिए उन्हें घर ले जाना पड़ सकता है। जितनी जल्दी हो, उतना अच्छा।

#### सिद्धांत 4: गोपनीयता की तलाश करें

अपने बच्चे को भाई-बहनों, अन्य वयस्कों और सार्वजनिक स्थानों से दूर, अकेले में थपथपाएँ।

जब आप कलीसिया जा रहे हों तो तेज गति से वाहन चलाने के कारण पुलिस द्वारा आपको पकड़े जाने के बारे में सोचें। आप सड़क के किनारे हैं, और आपके जानने वाले सभी लोग कलीसिया जाने के लिए वहां से गुजर रहे हैं। आप शायद अपना चेहरा छिपाना चाहेंगे, यह सोचकर, चलो, अधिकारी। जल्दी कीजिए। शायद कोई मुझे देख ले। वयस्कों के रूप में यह हमारे लिए शर्मनाक है। क्या आपको लगता है कि यह हमारे बच्चों के लिए कम शर्मनाक है?



जब आप घर पर हों, दोस्तों से मिलने जा रहे हों या किसी सार्वजनिक स्थान पर हों, तो इस प्रकार के अनुशासन के लिए कोई निजी जगह खोजें। हमारे समाज में बहुत से लोग मानते हैं कि पिटाई गैरकानूनी है। या आप ऐसे देश में रह सकते हैं जहां पिटाई गैरकानूनी है। अगर ऐसा है, तो आपको यह तय करने की ज़रूरत है कि आप अपने बच्चों को समर्पण के लिए कैसे प्रेरित करेंगे। वैकल्पिक दंडों के लिए पाठ का अंत देखें।

जबकि अधिकांश देशों में अपने बच्चों को सही ढंग से पीटना अभी भी कानूनी है, इसे सार्वजनिक रूप से करने से इण्टरव्यू के लिए आपके घर में सामाजिक सेवाएं आ सकती हैं। वे आपके बच्चों को आपके घर से निकालने का प्रयास भी कर सकते हैं। मैंने ऐसे मामलों पर काम किया है जब उन्होंने इस कारण से बच्चों में से एक को हटा दिया था। कुछ मामलों में, यह अदालत में कई महीनों तक चला। यदि पिटाई सही ढंग से की गई होती, तो न्यायाधीश ने परामर्श दिया होता और बच्चे को घर लौटा दिया होता। सज़ा के इस रूप का उपयोग करते समय आपको बुद्धिमान होना चाहिए।

### सिद्धांत 5: सम्मान दिखाएँ

कभी भी किसी बच्चे को इस तरह से न मारें जिससे उसका अपमान हो। इसमें आपके भावनात्मक अवसाद के दौरान उनके व्यवहार पर उन्हें मौखिक रूप से कोसना भी शामिल है। कुछ माता-पिता अपने बच्चों को पीटने के लिए उनकी पैंट नीचे खींचवाते हैं, जो बच्चे के लिए अपमानजनक है और ऐसा नहीं किया जाना चाहिए।

पिटाई करने के लिए सही जगह कूल्हे या चर्बी वाले क्षेत्र है। यदि आप उस क्षेत्र में रहते हैं, तो आप अधिकांश कानूनी प्राधिकारियों के साथ भी सुरक्षित स्थान पर हैं। जब आप उस क्षेत्र से दूर जाते हैं, तो आप कुछ रेखाएँ पार कर रहे होते हैं।

### सिद्धांत 6: सही मात्रा का उपयोग करें

दर्द की मापी गई मात्रा का प्रयोग करें। कभी भी आवश्यकता से अधिक पिटाई न करें। समय से पहले निर्धारित करें कि उन्हें कितने शक्तिशाली मार मिलेंगी। अगर वे कहते हैं, "इससे कोई नुकसान नहीं हुआ, तो उत्तेजित या आश्चर्यचकित न हों।" लक्ष्य उन्हें रुलाना नहीं है, बल्कि जब वे विद्रोह करते हैं और सुधारात्मक परिणाम से इनकार करते हैं तो उन्हें प्रेरित करने का एक तरीका स्थापित करना है।

यदि आपका बच्चा जवाब देता है, " इससे चोट नहीं लगी," तो शांति से जवाब देकर पूछें कि क्या वह एक और पिटाई चाहता है और उन्हें बताएं कि उनके पास जवाब देने के लिए पांच सेकंड हैं। यदि वे नहीं कहते हैं, तो पिटाई काम कर गई। यदि वे हाँ कहते हैं, अपमानजनक चेहरा बनाते हैं, या अनुचित उत्तर देते हैं, तो वे अभी भी मूर्खतापूर्ण कार्य कर रहे हैं और उन्हें एक और पिटाई की आवश्यकता है। जब आप पहली बार यह प्रश्न पूछते हैं तो वे आमतौर पर कुछ नहीं कहते हैं। एक और पिटाई के बाद आम तौर पर समस्या समाप्त हो जाती है। अगली बार वह मजबूत इरादों वाला बच्चा ऐसा कहने से पहले शायद दो बार सोचेगा।

### सिद्धांत 7: बने रहें

पिटाई करते समय बने रहना महत्वपूर्ण है। यदि आप कहते हैं कि आप पिटाई करने जा रहे हैं, तो सुनिश्चित करें कि आप उसका पालन करें। उनके लिए यह समझना भी उतना ही महत्वपूर्ण है कि हर बार उन्हें पीटने की सज़ा क्यों मिल रही है।

### सिद्धांत 8: एक स्पष्टीकरण प्रदान करें

पिटाई से पहले, अपने बच्चे से दृढ़ लेकिन प्यार भरी आवाज में बात करें और समझाएं कि सजा क्यों दी जा रही है। "मैं तुम्हें मार रहा हूँ क्योंकि तुम कुर्सी पर बैठने से इनकार कर रहे हो। यदि आप कुर्सी पर बैठेंगे और सुधारात्मक परिणाम स्वीकार करेंगे, तो आपको पिटाई की सज़ा नहीं मिलेगी।"

पिटाई के बाद दोबारा प्यार से समझाएं कि उन्हें पिटाई क्यों दी गई। यदि आवश्यक हो तो बच्चे के शांत होने तक प्रतीक्षा करना सुनिश्चित करें। सिद्धांत 10 देखें।

## सिद्धांत 9: सही कारण

बचकानेपन या गंदगी के लिए कभी भी बच्चे को न डांटें। जब बच्चा सुधारात्मक परिणाम को स्वीकार करने के लिए तैयार नहीं होता है, तो जानबूझकर आज्ञा का उल्लंघन करने पर उन्हें डांटें।

जब मैं आठ साल का था, मुझे चॉकलेट दूध बहुत पसंद था। एक दिन जब मेरे माता-पिता ने नया कालीन बिछाया था, मैं चॉकलेट दूध बना रहा था और चॉकलेट पाउडर को नए कालीन पर बिखेर दिया। एक बच्चा होने के नाते, मुझे नहीं पता था कि मुझे वैक्यूम का इस्तेमाल करना चाहिए था। मैंने इसके बजाय गीले कपड़े का इस्तेमाल किया। कोई फर्क नहीं पड़ता कि मैं कितना रगड़ता और खुरचता, दाग बस बड़ा और काला होता गया। वह बचकानेपन का उदाहरण है—एक दुर्घटना।

जब आपको पता चलता है कि आपका दस साल का बच्चा आपके औजारों में घुस गया है, बारिश के दौरान उन्हें बाहर छोड़ दिया और उनमें जंग लग गई, तो विचार करें कि आप किस चीज़ को अधिक महत्व देते हैं - आपका बच्चा या उपकरण। यह तब होता है जब आप उससे कहते हैं, "खराब विकल्प। यहाँ आपका सुधारात्मक परिणाम है।" परमेश्वर जानता है कि हमारे दिलों को कैसे प्रकट करना है और यह परखना कि हम वास्तव में क्या महत्व रखते हैं। और जब आप इसे खराब करते हैं, तो अपने बच्चे से आपको माफ़ करने के लिए कहें।

## सिद्धांत 10: अपने प्यार का इज़हार करें

सज़ा देने के बाद अपने प्यार का इज़हार करें। गले लगाना अच्छा है, लेकिन केवल तभी जब वे गले मिलना चाहते हों। अपने बच्चे के लिए सहज तरीके से प्यार भरा स्नेह दिखाने के लिए खुले और इच्छुक रहें और याद रखें कि हर बच्चा अलग होता है।

निक को सज़ा मिलने या यहाँ तक कि सुधारात्मक परिणाम दिए जाने के बाद आखिरी चीज़ जो वह चाहता था, वह थी गले लगाया जाना। वह लगभग तीस मिनट तक प्रतीक्षा करता और फिर मेरी पीठ पर कूदकर कुशती करना चाहता। लेकिन जस्टिन और केटी तुरंत हमारे प्यार के प्रति आश्वस्त होने के लिए गले मिलना चाहते थे।

प्रत्येक बच्चा अलग है। यदि कोई स्नेह नहीं चाहता तो उस पर यह दबाव न डालें। यह जानने के लिए प्रत्येक बच्चे का अध्ययन करें कि किस चीज़ से उन्हें प्यार महसूस होता है और क्या चीज़ माता-पिता-बच्चे के रिश्ते को मजबूत बनाती है।

## मुद्दों से निपटना

### चालाकी

अपने बच्चे को हेरफेर करने की अनुमति न दें। बच्चे आप पर उन्हें प्यार न करने का आरोप लगाकर या अत्यधिक माफ़ी मांगकर, उचित पिटाई से ध्यान भटकाने की कोशिश करेंगे। लेकिन अगर उन्होंने सुधारात्मक परिणाम पर उचित प्रतिक्रिया नहीं दी, तो आपको तुरंत दंड देना होगा। उन्हें अस्थायी सत्ता संघर्ष पैदा न करने दें।

### अत्यधिक रोना

पिटाई के दौरान या उसके बाद अत्यधिक रोना, चीखना या चिल्लाना नियंत्रित किया जाना चाहिए। जब आपका बच्चा ऐसे चिल्ला रहा हो जैसे आप उसे मार रहे हों तो आप क्या करते हैं? यह समझाकर उस चक्र को तोड़ें कि इस व्यवहार के कारण उन्हें पिटाई के बाद कुछ समय के लिए उनके कमरे में बंद कर दिया जाएगा। यदि आवश्यक हो तो टाइमर का उपयोग करें। उन्हें बताएं कि जब वे चिल्लाना बंद कर देंगे तो टाइमर शुरू हो जाएगा। यह भी उल्लेख करें कि टाइमर बंद होने से पहले कमरे से बाहर आने पर दोबारा पिटाई होगी। एक बार जब उन्हें पता चल जाएगा कि आप शांत और सुसंगत रहेंगे, तो वे इस बचकाने व्यवहार को तोड़ना शुरू कर देंगे।

### चप्पू बनाम हाथ

सांसारिक मनोविज्ञान ने कई वर्षों से सिखाया है कि खुद को पिटाई से अलग करने के लिए अपने हाथ का उपयोग न करें। लेकिन क्या आपको लगता है कि जब आप अपने बच्चे को किसी वस्तु से मार रहे होते हैं तो उन्हें पता नहीं चलता कि उसे कौन घुमा रहा है?

मैं अपने हाथ का उपयोग करने में दृढ़ विश्वास रखता हूँ। जब परमेश्वर "सुधार की छड़ी (नीतिवचन 22:15)" की बात करता है, तो वह माप के उपकरण और अधिकार की बात कर रहा है। आप कितनी जोर से थप्पड़ मारते हैं इसका पूरा नियंत्रण आपका हाथ देता है। आप पिटाई के क्षेत्र को अधिक प्रभावी ढंग से नियंत्रित भी कर सकते हैं। वही हाथ जो उनके चेहरे को सहलाता है, उन्हें पकड़ता है, उनके आंसू पोंछता है, उन्हें खाना खिलाता है और प्यार दिखाता है वही हाथ है जो जरूरत पड़ने पर उन्हें सुधारता है।

यदि आप किसी वस्तु का उपयोग करने की योजना बना रहे हैं, तो एक सपाट पैडल लें। यदि आप चम्मच का उपयोग करते हैं और बहुत दूर तक मारते हैं, तो आप एक चोट छोड़ सकते हैं और दुर्व्यवहार के आरोपों के लिए दरवाजा खोल सकते हैं।

मैंने कई बच्चों को सलाह दी है और सुना है कि जब माता-पिता किसी वस्तु का इस्तेमाल पिटाई के लिए करते थे तो उन्हें कैसा लगता था। उन्हें पिटाई से उतनी परेशानी नहीं होती थी जितनी उनके माता-पिता द्वारा इस्तेमाल की जाने वाली वस्तु से होती थी। मेरा अनुभव यह है कि पिटाई के लिए आपका हाथ सबसे अच्छा उपकरण है। परमेश्वर ने हमारे लिए उदाहरण प्रस्तुत किया (1 शमूएल 5:6, 9, 11; 7:13)

परन्तु यदि तुम यहोवा की बात न मानो, और यहोवा की आज्ञा को टालकर उस से बलवा करो, तो यहोवा का हाथ जैसे तुम्हारे पुरखाओं के विरुद्ध हुआ वैसे ही तुम्हारे भी विरुद्ध उठेगा। (1 शमूएल 12:15)

यहूदा में भी परमेश्वर की ऐसी शक्ति हुई, कि वे एक मन हो कर, जो आज्ञा राजा और हाकिमों ने यहोवा के वचन के अनुसार दी थी, उसे मानने को तैयार हुए। (2 इतिहास 30:12)

हे मेरे मित्रो! मुझ पर दया करो, दया, क्योंकि परमेश्वर ने मुझे मारा है। (अय्यूब 19:21)

जो हाथ हमें आशीष देता है, वही हाथ जरूरत पड़ने पर हमें प्रेरित भी करता है। जरूरत पड़ने पर परमेश्वर हमें अनुशासित करने के लिए अपने कोमल प्रेम के साथ हमेशा मौजूद रहते हैं। वह सारा प्रशिक्षण खुद ही संभालते हैं, लेकिन हमारे घरों में ऐसा नहीं है। पिताजी, आपको प्रशिक्षण स्थापित करने और घर में सुधारात्मक परिणाम और दंड जारी करने के लिए प्राथमिक जिम्मेदार होना चाहिए। लेकिन याद रखें कि पिताजी और माँ दोनों एक टीम हैं और उन्हें एक साथ काम करना है।

### जब पिताजी घर पर नहीं होते

एक सामान्य दिन में क्या होता है जब पिताजी घर पर नहीं होते हैं और बच्चों को अनुशासन की आवश्यकता होती है?

"इन खिलौनों को उठाने में मेरी मदद करो।"

"नहीं, मैं नहीं चाहता।"

"यह पिताजी द्वारा स्थापित नियमों में से एक है। यदि आप मदद नहीं करते हैं, तो खिलौना उठा लिया जाता है और दो दिनों के लिए दूर रख दिया जाता है।"

विवाहित माताएं, पिताजी पर निर्भर रहें। हम पिताजी के नियमों का पालन कर रहे हैं। उसके सुरक्षात्मक अधिकार पर निर्भर रहें। एक पत्नी के रूप में आपकी सबसे बड़ी साथी की जरूरत सुरक्षा से प्यार करना है, इसलिए अपने पति को इसमें आपकी रक्षा करने दें। अपने बच्चों के साथ इस बात पर बहस न करें कि कोई नियम क्यों मौजूद है या सुधारात्मक परिणाम क्यों दिया जाता है। बस कहें, "यह वही है जो पिताजी और मैंने करने का फैसला किया है, और ये उनकी इच्छाएं हैं।"

## वैकल्पिक दंड

अठारह महीने से पांच साल तक के बच्चों के लिए, बच्चे को कुछ समय के लिए या जब तक वे टाइम-आउट (सुधारात्मक परिणाम) स्वीकार करने के लिए तैयार न हो जाएं, प्लेपेन या शयनकक्ष में रखें।

बच्चे को शारीरिक रूप से अपनी गोद में रखें (सावधानीपूर्वक लेकिन मजबूती से) जब तक कि वह सुधारात्मक परिणाम स्वीकार करने के लिए तैयार न हो जाए। जब बच्चा बिना किसी शारीरिक बाधा के अपने आप बैठ जाए तो टाइम-आउट शुरू करें।

## पाठ 9

### सकारात्मक बनाम सुधारात्मक

हमारे समाज ने पालन-पोषण की "सकारात्मक मजबूती" विचार को अपनाया है। अफसोस की बात है कि इसमें से अधिकांश गलत और दूषित है। चार्ट और पुरस्कारों का उपयोग आजाकारी बच्चों के लिए अच्छा काम करता प्रतीत होता है—लेकिन इसके दुष्प्रभाव भी होते हैं। क्या आपने देखा है कि आज कितने किशोरों और युवा वयस्कों में हकदारी की मानसिकता है? उन्हें लगता है कि कोई उनका कर्जदार है। अगर उनका इनाम पर्याप्त अच्छा नहीं लगता है, तो वे नौकरी छोड़ देंगे या किसी और को वह नहीं मिलने के लिए दोषी ठहराएंगे जिसके वे हकदार हैं। इस प्रकार का पालन-पोषण किसी भी उम्र में काम नहीं करता, विशेषकर मजबूत इरादों वाले बच्चों के साथ।

प्रेम सबसे शक्तिशाली प्रेरक है, और बच्चे में आत्म-सम्मान पैदा करने का सबसे प्रभावी तरीका है, उपहार और चालबाज़ियां नहीं। क्योंकि वे परमेश्वर की ओर से एक उपहार हैं, हमें अपने बच्चों की प्रशंसा करनी चाहिए और प्रतिदिन उनके प्रति अपने प्रेम का अभ्यास करना चाहिए। अच्छे व्यवहार की अपेक्षा की जाती है, पुरस्कृत नहीं। जब प्रेरित यीशु से अपना विश्वास और कर्तव्य बढ़ाने के लिए कह रहे थे (लूका 17:5-10), तो उसने उन्हें एक विनम्र दृष्टिकोण दिया कि परमेश्वर ने उनसे जो कहा था उसे पूरा करने के बाद उन्हें किस प्रकार के रवैये की आवश्यकता थी।

“इसी रीति से तुम भी जब उन सब कामों को कर चुको जिसकी आज्ञा तुम्हें दी गई थी, तो कहो, ‘हम निकम्ममे दास हैं; जो हमें करना चाहिए था हमने केवल वही किया है।’” (लूका 17:10)

हे बालको, प्रभु में अपने माता-पिता के आज्ञाकारी बनो, क्योंकि यह उचित है। (इफिसियों 6:1)

अतिरिक्त मार्गदर्शन के लिए अपेंडिक्स ओ पढ़ें: सकारात्मक मजबूती।

### सही रवैया

याद है जब आपके बच्चे चलना शुरू कर रहे थे? जब उन्होंने अपना पहला कदम उठाया तो आपने उनकी मदद की और उन्हें प्रोत्साहित किया। आपने यह नहीं कहा, "तुम मुझे शर्मिंदा कर रहे हो!" उठ जाओ! जब मैं तुम्हारी उम्र का था तब मैं दौड़ रहा था।" जब वे गिरे, तो आपने उन्हें फिर से उठाया और उनकी मदद करते रहे। परमेश्वर कहते हैं कि हमें अपने बच्चों को प्रशिक्षण देने के प्रति उसी प्रकार का रवैया बनाए रखना चाहिए।

कभी-कभी, किसी विशेष व्यवहार को प्रोत्साहित करने के लिए पुरस्कार देना फायदेमंद हो सकता है। उदाहरण के लिए, मेरे बेटे निकोलस को पढ़ने में रुचि बनाए रखने में दिक्कत होती थी। वह एक पैराग्राफ को कई बार पढ़ सकता था और फिर भी उसे समझ नहीं पाता था। इससे उनकी विद्या संबंधी प्रगति और आत्म-मूल्य की भावना प्रभावित हुई। हमारे परिवार के कई सदस्यों को भी इससे संघर्ष करना पड़ा है, जिनमें मैं भी शामिल हूँ।

निक अपने शब्दों की स्पेलिंग पर घंटों खर्च करते थे और अपने परीक्षण में सी प्राप्त करते थे, जबकि जस्टिन उन्हें पंद्रह मिनट देखते थे और ए प्राप्त करते थे। यह निक के लिए अनुचित लगता था, इसलिए मैं कहूंगा, "निकोलस, मुझे पता है कि यह कठिन है, लेकिन अगर आप इस चीज़ पर कड़ी मेहनत करते हैं, तो हम आपके लिए यह करने जा रहे हैं।" उदाहरण के लिए, आप एक छोटी आइसक्रीम ले सकते हैं या साथ में किसी विशेष सैर पर जा सकते हैं। जब मैंने ऐसा किया, तो मैं जस्टिन को एक तरफ ले गया और कहा, "देखो, जस्टिन, मैं निक के लिए ऐसा करने जा रहा हूँ क्योंकि आप जानते हैं कि वह अकादमिक रूप से कितना संघर्ष करता है।" तब मैं यह सुनिश्चित करूंगा कि मैंने जस्टिन के लिए कुछ किया। विशिष्ट परिस्थितियों के लिए, सकारात्मक मजबूती ठीक है।

## आत्म-परीक्षा

यदि आप अपने बच्चे के अच्छे या बुरे व्यवहार (पुरस्कार या अवगुणों के साथ) को रिकॉर्ड करने के लिए चार्ट, ग्राफ या किसी अन्य प्रणाली का उपयोग कर रहे हैं, तो विवरण करें कि आप कैसे मानते हैं कि यह प्रणाली आपके आज्ञाकारी या मजबूत इरादों वाले बच्चे के साथ काम कर रही है या नहीं कर रही है।

---

---

---

---

---

यदि आपका आज्ञाकारी बच्चा ऐसा व्यवहार करता है या टिप्पणी करता है कि वह अपने मजबूत इरादों वाले भाई-बहन से बेहतर है, तो इसका विवरण यहां करें।

---

---

---

उपहार या गुण बच्चों को कड़ी मेहनत करने या कुछ चीजों में अधिक प्रयास करने के लिए प्रेरित कर सकते हैं, लेकिन वे उनमें आत्म-मूल्य का निर्माण नहीं करेंगे।

आप कितनी बार अपने बच्चों की सराहना और प्रशंसा करते हैं— क्योंकि वे परमेश्वर का एक उपहार हैं और अद्भुत तरीके से बनाए गए हैं?

---

---

---

क्या आपकी अधिकांश प्रशंसाएं उनके प्रदर्शन से बंधी हैं? व्याख्या करना।

---

---

---

क्या आपके घर में अच्छे व्यवहार की अपेक्षा इसलिए की जाती है क्योंकि यह सही है, या बदले में कुछ पाने के लिए इसका प्रतिफल दिया जाता है? व्याख्या करना।

---

---

---

क्या उनके प्रति आपका प्यार, या आप इसे कैसे दिखाते हैं, उनकी असफलताओं के कारण बदल जाता है? \_\_\_ हाँ \_\_\_ नहीं

क्या आपका कोई आज्ञाकारी बच्चा है जिसकी स्वाभाविक प्रवृत्ति आपको खुश करने की है? \_\_\_ हाँ \_\_\_ नहीं

क्या आपके पास एक मजबूत इरादों वाला बच्चा है जो अपने आज्ञाकारी भाई-बहन से नाराज़ है और अपने आत्मसम्मान के साथ संघर्ष करता है? \_\_\_ हाँ \_\_\_ नहीं

मजबूत इरादों वाले बच्चे तब निराश हो सकते हैं जब उनके आज्ञाकारी भाई-बहन को अधिक उपहार मिलते हैं या जो कुछ वे मानते हैं वह आज्ञाकारी भाई-बहन को अधिक स्वाभाविक रूप से मिलता है।

आज्ञाकारी बच्चों के लिए अच्छे व्यवहार के लिए पुरस्कार की एक सतत प्रणाली एक हकदार मानसिकता के लिए मंच तैयार कर सकती है। यह बच्चों को सेवा करना, या बलिदान करना तभी सिखाता है जब इससे उनके लिए कोई व्यक्तिगत लाभ हो और उन्हें लगता है कि यह इसके लायक है।

विवरण करें कि एक वयस्क के रूप में यह आपके बच्चे पर किस प्रकार नकारात्मक प्रभाव डाल सकता है।

---



---



---

क्या आपके बच्चे की असफलताओं के प्रति आपका रवैया वैसा ही है, जब उन्होंने पहली बार चलना शुरू किया था? गर्व और उत्साह से, आपने देखा कि वे पहली बार अपने पैरों पर खड़े हुए और अपना पहला कदम उठाया। जब वे गिरे, तो आपने प्यार से उन्हें उठाया और उन्हें फिर से प्रयास करने के लिए प्रोत्साहित किया, इस विश्वास के साथ कि समय के साथ वे विकसित होंगे, परिपक्व होंगे और अपने आप चलना सीखेंगे।

यदि नहीं, तो अपने बच्चे की विफलताओं के प्रति अपना दृष्टिकोण स्पष्ट करें।

---



---



---

### सुधारात्मक परिणाम डिब्बा

जब आपका बच्चा लगभग छह साल का हो, तो आप टाइम-आउट के स्थान पर "परिणाम बॉक्स" में बदलाव कर सकते हैं। इस विधि का प्रयोग किशोरावस्था में किया जा सकता है। एक जार, जूते के डिब्बे या किसी भी आसानी से खुलने वाले कंटेनर में, आयु-उपयुक्त कामों को सूचीबद्ध करने वाले कागज के मुड़े हुए टुकड़े रखें। यदि आपके पास छह और आठ साल का बच्चा है, तो वे एक ही बॉक्स का उपयोग कर सकते हैं। यदि आवश्यक हो तो बड़े बच्चों के पास एक अलग बॉक्स हो सकता है। सुझाए गए काम हैं एक कमरे की धूल झाड़ना, एक कमरे को वैक्यूम करना, पीछे आँगन की सफाई करना, खेल के कमरे में खिलौने उठाना, या आपके घर में जो भी काम होता है।

अपने बच्चों को बॉक्स बनाने और काम लिखने में मदद करने को कहें। उन्हें सुधारात्मक परिणाम चुनते और उन्हें कागज़ों पर लिखते हुए देखना मज़ेदार है। वे खुद को इसका परिणाम भुगतने के बारे में नहीं सोच रहे हैं। वे एक भाई-बहन को इसे पाने के बारे में सोच रहे हैं, जो उन्हें रचनात्मक बनाता है।

जब सुधारात्मक परिणाम का समय आता है, तो वे अंधाधुंध तरीके से कागज का एक टुकड़ा निकालते हैं और जो कुछ भी वह कहता है वही करते हैं। यदि कार्य हाल ही में पूरा किया गया है, तो उन्हें एक और चित्र बनाने को कहें।

यदि वे कहते हैं, "मैं इसका परिणाम नहीं भुगतूंगा," तो उन्हें विद्रोह के लिए प्रेरित करें। यदि वे पिटाई के बाद भी सुधारात्मक परिणाम को स्वीकार नहीं करते हैं, तो वे तब तक अपने कमरे में चले जाते हैं जब तक वे अनुशासन का पालन करने के लिए तैयार नहीं हो जाते। उन्हें उस परिणाम से बाहर न जाने दें। याद रखें, सज़ा प्रशिक्षक नहीं है। यह शिक्षित या चरित्र निर्माण नहीं करता-सुधारात्मक परिणाम देता है। सज़ा का पालन करें, लेकिन उन्हें परिणाम भी खत्म करना होगा।

जब निक ग्यारह साल का था, तो उसने सुधारात्मक परिणाम बॉक्स से बाहर निकाला, जो वह अक्सर करता था। उनका परिणाम था "सभी शौचालय साफ़ करें।" उस समय हमारा जो घर था उसमें चार शौचालय थे। मैंने और मेरी पत्नी ने एक-दूसरे की ओर देखा और कहा, "शौचालय साफ़ करो? हमें उसे वहां रखना याद नहीं है।" मेरी पत्नी ने अपने रबर के दस्ताने और टॉयलेट ब्रश पकड़ा, उसे शौचालय में ले गई, उसे दिखाया कि पहला काम कैसे करना है, और वह चला गया।

जब वह चली गई, मैंने बॉक्स में देखा। जब वह वापस रसोई में आई तो मैंने कहा, "देखो, दोगुने कागज़ हैं।" इसलिए हमने उन्हें बाहर फेंक दिया और पढ़ना शुरू कर दिया। आखिरकार, हमें एक ऐसा संदेश मिला, जिसमें लिखा था, "जस्टिन के सभी काम करो।" दो दिन पहले, निक जस्टिन को परेशान कर रहा था, और जस्टिन उस पर पलटवार करना चाहता था, इसलिए उसने परिणाम बॉक्स को मसालेदार बना दिया। जस्टिन को औसतन हर चौथे दिन एक परिणाम मिलेगा। निक को कभी-कभी दिन में पांच मिलते थे। उसने सोचा कि निक पर वापस लौटने का यह सबसे अच्छा तरीका है।

हम सभी ने सोचा कि जस्टिन ने जो किया वह काफी मज़ेदार था। वास्तव में, हमने उनमें से कम से कम आधे को छोड़ दिया जो उसने जोड़ा था। वह बहुत रचनात्मक थे। लेकिन सावधान रहें कि आपने बक्सा कहाँ रखा है - क्योंकि इससे अनहोनी हो सकती है। इसे बनाने में लगी सारी मेहनत के बावजूद यह रहस्यमय तरीके से गायब हो सकता है।

### संबंधित सुधारात्मक परिणाम

जैसे-जैसे बच्चा परिपक्व होता है, लगभग आठ साल का होता है, उपयुक्त होने पर संबंधित परिणाम पेश करें। उदाहरण के लिए, आप एक बंद सड़क पर रहते हैं, जो साइकिल चलाने के लिए एक सुरक्षित जगह है। चूँकि इससे परे यह खतरनाक है, आपका नियम केवल एक निश्चित बिंदु तक ही बाइक चलाने का है। यदि वे अनुमति प्राप्त किए बिना उस रेखा को पार करते हैं, तो वे दो दिन की अवधि के लिए उस बाइक का विशेषाधिकार खो देते हैं।

आप रचनात्मक हो सकते हैं, लेकिन सुनिश्चित करें कि यह साइकिल से संबंधित हो। उनके वीडियो गेम न छीनें, जिनका सड़क पर उनकी बाइक चलाने से कोई लेना-देना नहीं है।

### बुनियादी नियम

सभी उम्र के बच्चों को स्पष्ट रूप से परिभाषित नियमों और परिणामों की आवश्यकता होती है। अपेंडिक्स एन की समीक्षा करें: आयु-उपयुक्त उदाहरणों के लिए नियम और परिणाम और अपनी खुद की सूची बनाने के लिए एक टेम्पलेट।

### कोई लड़ाई या बहस नहीं

जब आपके बच्चे एक आपसी संघर्ष में होते हैं जो उन्हें अनुशासित करने के आपके प्रयास पर निर्भर करता है, तो आप अक्सर यह जानकारी लेकर परेशान हो जाते हैं कि इसे किसने शुरू किया, किसने पहले क्या किया, इत्यादि। यदि आपके पास कोई लड़ाई या बहस न करने का लिखित नियम है, तो आप केवल कमरे में जा सकते हैं और कह सकते हैं, "ठीक है, अगले पंद्रह मिनट में दूसरे से बात करने वाले को सुधारात्मक परिणाम मिलेगा।" उन्हें घर के अलग-अलग क्षेत्रों में अलग करें, टाइमर सेट करें और अपना काम शुरू करें।

जब कोई अंदर आता है और कहता है, "उसने मुझ पर अपनी जीभ निकाली," तो आप एक सुधारात्मक परिणाम प्रदान करते हैं। फिर तुम दूसरे को ले आओ और उसे भी सुधारात्मक परिणाम दो। दोनों ने नियम तोड़े। उनकी बचकानी मूर्खता को अपने ऊपर हावी न होने दें।

### झूठ नहीं बोलना

अगर बच्चों का झूठ पकड़ा जाता है तो उन्हें दोहरा परिणाम मिलता है। लेकिन उन्हें यह बात पहले ही बता देनी चाहिए, इसलिए अपने पारिवारिक नियमों में इसे स्पष्ट कर लें। यदि आप उन्हें किसी भी चीज़ के बारे में झूठ बोलते हुए पकड़ते हैं तो बस उन्हें सूची या बॉक्स से दो परिणाम बताएं।

### अपनी गंदगी स्वयं साफ करें

तुम नौकरानी नहीं हो। बच्चों को अपनी गंदगी स्वयं साफ करनी चाहिए। जब वे ऐसा नहीं करते, तो उन्हें सुधारात्मक परिणाम मिलता है।

एक अच्छा नियम यह है कि प्रत्येक बच्चे को अपना कमरा साफ रखना चाहिए। मेरे बच्चों से अपेक्षा की जाती थी कि वे स्कूल जाने से पहले अपना बिस्तर ठीक कर लें और कमरों को साफ कर दें। हालाँकि, यदि आपका अपना कमरा साफ नहीं होता है, तो अपने बच्चों से यह अपेक्षा न करें।



जब हमने यह नियम प्रस्तुत किया, तो मेरे बच्चों ने कहा कि उनके पास स्कूल से पहले समय नहीं होगा। मेरी प्रतिक्रिया थी, "यह सही है। यदि आप सोने से पहले अपना शयनकक्ष को साफ कर लेते हैं, तो सुबह आपको केवल अपनी चादरें ऊपर करनी हैं।" शयनकक्ष एक अद्भुत प्रशिक्षण उपकरण है।

### नई सजा तकनीकें

जैसे-जैसे बच्चा किशोरावस्था (दस से तेरह वर्ष की आयु) की ओर बढ़ता है, माता-पिता को पिटाई से लेकर सजा के विभिन्न तरीकों की ओर बढ़ना चाहिए। बड़े बच्चों की पिटाई आम तौर पर उन्हें उकसाने और अपमानित करने से फायदे की बजाय नुकसान ज्यादा पहुंचाती है। किसी किशोर को सुधारात्मक परिणाम स्वीकार करने के लिए प्रेरित (दंडित) करने और समझाने के लिए नई तकनीकों का उपयोग किया जाता है।

### बंद करना

यदि आपका बच्चा सुधारात्मक परिणाम से इनकार करता है, तो एक प्रभावी सजा "बंद करना" है। इसका मतलब है कि कोई विशेष अधिकार नहीं: कोई टेलीविजन, फोन, संगीत, खेल या दोस्त नहीं हैं, और इसमें उनके शयनकक्ष तक ही सीमित रहना शामिल हो सकता है। उनकी एकमात्र स्वतंत्रता स्कूल और चर्च जाने, खाना खाने, शौचालय का उपयोग करने और अपने काम और होमवर्क करने की होगी। यह तब तक जारी रहता है जब तक वे सुधारात्मक परिणाम स्वीकार करने को तैयार नहीं हो जाते। बंद करना पांच मिनट या पांच दिन (या उससे अधिक) तक चल सकता है।

### शनिवार कार्यदिवस

एक कार्यदिवस उस किशोर के लिए एक प्रभावी सजा है जो आपके अधिकार (या जिसे आपने प्रभारी छोड़ा है) को स्वीकार करने से इनकार करता है, खासकर पिता की अनुपस्थिति में (जैसे मां, सौतेले माता-पिता, दादा-दादी, दाई या अभिभावक)।

दिए गए कार्यों को पूरा करने के लिए अपने बच्चे को शनिवार की सुबह काम पर भेजें। सुबह 8:00 बजे शुरू करने के लिए एक कार्य सूची प्रदान करें। वे तब किए जाएंगे जब सूची में सब कुछ सही ढंग से समाप्त हो जाएगा। यह घर के उन कामों को करने का बहुत अच्छा समय है जिन्हें आप नहीं कर पाते। यदि वे कार्य को आवश्यकता से अधिक समय तक खींचना चुनते हैं, तो उन्हें करने दें, लेकिन जब तक सभी कार्य सही ढंग से नहीं हो जाते, वे शटडाउन मोड में हैं।

### ड्राइविंग प्रतिबंध

छोटी या लंबी अवधि के लिए ड्राइविंग विशेष अधिकार मना करें। निर्धारित समय निर्धारित करें कि इसे हटा लिया गया है और इसे कब वापस किया जाएगा। उनके ड्राइविंग विशेष अधिकार केवल उस निर्धारित समय के बाद स्थापित करें, न कि तब जब उनका रवैया बेहतर हो। यदि आवश्यक हो, तो आप माता-पिता से डीएमवी को लिखित अनुरोध के साथ कानूनी रूप से उनके ड्राइवर का लाइसेंस या परमिट रद्द करा सकते हैं। इस आधिकारिक परिणाम का उपयोग केवल तभी किया जाना चाहिए जब कोई बच्चा नियमों और सुधारात्मक परिणामों के खिलाफ विद्रोह कर रहा हो और अपनी कार या आपकी कार में जा रहा हो। इस नियम को तोड़ने के कानूनी प्रभावों के बारे में बताना सुनिश्चित करें ताकि आपका बच्चा समझ सके।

## कार्य योजना

अपने पारिवारिक नियम और परिणाम बनाएँ। ऐसा करने के लिए यथाशीघ्र समय निर्धारित करें। भगवान से आपकी मदद करने और अपने परिवार के नियम बनाने में बुद्धि देने के लिए कहें। उदाहरण के लिए और अपनी स्वयं की सूची बनाने के लिए अपेंडिक्स एन: नियम और परिणाम का उपयोग करें। उससे पति और पत्नी के रूप में (यदि विवाहित हैं) एकजुट होने में मदद करने के लिए कहें। हालाँकि, इन नियमों को तब तक लागू न करें जब तक कि आप पाठ 11, "फिर से शुरू करना" पूरा न कर लें।

## पाठ 10

### किशोरावस्था के दौरान प्रशिक्षण

यदि माता-पिता ने बच्चे के पहले नौ वर्षों के दौरान अच्छी तरह से परिभाषित सीमाओं को लागू किया है और लगातार सुधारात्मक परिणामों का उपयोग किया है, तो किशोरावस्था में संक्रमण अपेक्षाकृत सहज होगा। तेरह और पंद्रह वर्ष की आयु के बीच कई परिवर्तन होते हैं: यौवन का मौसम। यौवन दो से चार साल की अवधि है जब एक बच्चे के शरीर में ऐसे परिवर्तन होते हैं जिन्हें हम वयस्कता कहते हैं। यह अद्भुत परिवर्तन उनके लिए डरावना और हमारे लिए निराशाजनक हो सकता है। यह एक ऊबड़-खाबड़ सवारी हो सकती है और शायद रहेगी भी। लेकिन हमें याद रखना चाहिए कि यह सीज़न ईश्वर-निर्धारित है, एक निर्धारित प्रक्रिया जिसे वह पूरी तरह से जानता है, जैसा कि उसने इसे डिज़ाइन किया है।

हर एक बात का एक अवसर और प्रत्येक काम का, जो आकाश के नीचे होता है, एक समय है। (सभा-उपदेशक 3:1)

यौवन वह समय है जब बच्चों का विकास तीव्र गति से होता है। जैसे-जैसे आकार और शारीरिक शक्ति बढ़ती है, शरीर का आकार एक वयस्क जैसा दिखने लगता है। आपके बेटे की आवाज बदलने लगेगी। विडम्बना यह है कि इससे पहले कि वे पिताजी की तरह गहरी मर्दाना आवाज़ हासिल कर लें, वे एक कर्कश अवधि से गुज़र सकते हैं जहां वे माँ की तरह अधिक आवाज़ करने लगते हैं, खासकर टेलीफोन पर। आपकी बेटी को अपनी पहली चोली पाने में शर्मिंदगी और उतेजना का अनुभव होगा। माता-पिता को यह याद रखना चाहिए कि वे वयस्क हैं और उन्हें अपने परिपक्व होते बच्चों के साथ धैर्य और करुणा रखने की आवश्यकता है।

इस अवधि के दौरान भावनात्मक परिवर्तन भी होते हैं क्योंकि बच्चा अधिक स्वतंत्र रूप से सोचना शुरू कर देता है और माता-पिता से दूरी चाहता है। उनमें अपने साथियों द्वारा स्वीकार किए जाने की प्रबल इच्छा होती है और वे घनिष्ठ मित्रता कायम करना शुरू कर देते हैं। विपरीत लिंग के प्रति बढ़ती जागरूकता, आकर्षण की भावनाओं के साथ, परिपक्व कामुकता का हिस्सा है। हमारे संभोग-जुनूनी समाज में, किशोरों को संभोग के बारे में कई प्रलोभनों, दबावों और मिश्रित संदेशों का सामना करना पड़ता है। इस समय के दौरान, यह बेहद महत्वपूर्ण है कि घर वह स्थान है जहां यौन शुद्धता और ईश्वरीय नैतिकता को व्यवहारिक मानक के रूप में सिखाया और अपेक्षित किया जाता है। यह भी महत्वपूर्ण है कि माता-पिता संभोग पर खुलकर चर्चा करें। एक बच्चे को सच सुनना चाहिए और स्वस्थ दृष्टिकोण विकसित करना चाहिए, जो आपसे आना चाहिए। यदि आप प्रश्नों का उत्तर नहीं देते हैं और उनकी जिज्ञासा को संतुष्ट नहीं करते हैं, तो उन्हें अपने दोस्तों से जानकारी, या गलत सूचना मिलेगी।

किशोरों को बेहतर ढंग से समझने और विपरीत-लिंग वाले दोस्तों के साथ अपने बच्चों के लिए स्वस्थ सीमाएँ निर्धारित करने में आपकी सहायता के लिए, अंडरस्टैंडिंग टीन्स पुस्तक के लिए हमारी वेबसाइट पर जाएँ।

#### आपका विकासशील बच्चा

किशोरावस्था वह अवधि होती है जब आपका विकासशील बच्चा अमूर्त और प्रतीकात्मक रूप से सोचना शुरू कर देगा, जिसका अर्थ है कि वह बहुत कुछ वैसा ही सोच रहा है जैसा आप सोचते हैं। जब उन्हें लगता है कि कुछ सही नहीं है, तो वे स्थिति को बेहतर समझ के साथ देख सकते हैं और दूसरे व्यक्ति का दृष्टिकोण देख सकते हैं।

किशोर आमतौर पर अलग-अलग स्तर पर उस संरचना और मूल्यों का परीक्षण करेंगे जो आपने उन्हें घर पर सिखाया है। आपके बच्चे जीवन भर आपके शब्दों और कार्यों को देखते और आत्मसात करते रहे हैं। वे आपको बहुत अच्छे से जानते हैं। सावधान रहें कि जब एक युवा किशोर को प्रबंधन शैली में माँ और पिताजी के बीच विभाजन, नियमों में विरोधाभास या किसी पाखंड का एहसास होता है, तो वे निश्चित रूप से इसका इशारा करेंगे।

जैसे-जैसे बच्चा बड़ा होता है, वह अक्सर लक्ष्य-उन्मुख हो जाता है और उसमें जीवन जीने की इच्छा होती है। अधिक स्वतंत्रता की इस अजेय आवश्यकता को महसूस करते हुए, वे चिड़चिड़े, अधीर, चिंतित और यहां तक कि विद्रोही भी लग सकते हैं। उनके साथ क्या हो रहा है, इस बारे में अहम सवालों के जवाब उनके पास नहीं हैं।

जैसे सवाल: किशोरावस्था के साथ आने वाले इन सभी परिवर्तनों का स्रोत क्या है? एक परिपक्व वयस्क क्या है, और मैं एक वयस्क कैसे बन सकता हूँ? इसलिए, माता-पिता को किशोरों को परिपक्वता के लक्ष्यों पर ध्यान केंद्रित रखते हुए, सकारात्मक दिशा में मार्गदर्शन करने के लिए इन प्रश्नों को परिभाषित करने की आवश्यकता है।

किशोरों द्वारा अनुभव किए जाने वाले परिवर्तन अनिवार्य, स्वस्थ और परमेश्वर की आदर्श योजना का हिस्सा हैं। हमारे बच्चों ने यौवन नहीं मांगा। कई लोगों को इन परिवर्तनों के साथ तालमेल बिठाने में कठिनाई होती है, यही कारण है कि माता-पिता को स्वयं को शिक्षित करने की आवश्यकता होती है। प्रत्येक बच्चे को इस अवधि से उबरने के लिए माता-पिता के ज्ञान और सहायता की आवश्यकता होती है, कुछ को दूसरों की तुलना में कहीं अधिक। और इनमें से प्रत्येक परिवर्तन (शारीरिक, भावनात्मक और संज्ञानात्मक) वे उपकरण हैं जो परमेश्वर ने उन्हें परिपक्व वयस्क बनने की राह पर प्रदान किए हैं।

## कार्य योजना 1

अपने किशोर बच्चों में देखे जाने वाले कुछ परिवर्तनों की सूची बनाएं। यदि आप परिवर्तन के इस समय (सब कुछ ईश्वर द्वारा निर्धारित) के दौरान संवेदनशील नहीं रहे हैं, तो ईश्वर से अपने नकारात्मक कार्यों के लिए क्षमा करने के लिए कहें, और फिर मदद के लिए प्रार्थना लिखें। यदि आवश्यक हो तो अपने किशोर के पास जाएँ और क्षमा माँगें।

---



---



---



---



---



---

## आजादी की ओर बढ़ रहे हैं

अपने किशोर को अधिक स्वतंत्रता और आजादी देना शुरू करें। उनकी गोपनीयता का सम्मान करें, लेकिन मानकों से समझौता न करें। केवल ताक-झांक के लिए उनके कमरे में ताक-झांक न करें। आपके बेटों और बेटियों को यह जानने की ज़रूरत है कि आप उन्हें युवा वयस्कों के रूप में देखते हैं, बच्चों के रूप में नहीं। ऐसा करने का एक तरीका यह है कि उनके तेरहवें जन्मदिन को एक विशेष कार्यक्रम बनाया जाए। अपने बच्चे के साथ समय बिताएं और उन परिवर्तनों पर चर्चा करें जिनका वे सामना कर रहे हैं। उनके प्रति अपने प्यार और आपके लिए उनके मूल्य की पुष्टि करने के लिए हर अवसर का लाभ उठाएँ। उन्हें बताएं कि आप उनकी टीम में हैं और आप इस समय उनका समर्थन और मदद करने के लिए वहाँ मौजूद रहेंगे।

हमारे किशोर बच्चे भले ही वयस्कों जैसे दिखते हों, लेकिन वे अभी परिपक्व नहीं हुए हैं। कई माता-पिता किशोरों के साथ प्रशिक्षण प्रक्रिया से पीछे हटने की गलती करते हैं। जब वे जिम्मेदार, परिपक्व वयस्क बन जाएं, या जब वे आपका घर छोड़ दें, जो भी पहले हो, आप प्रशिक्षण बंद कर सकते हैं। आपको उन्हें यह स्पष्ट करना होगा। और याद रखें कि आप उन्हें प्रशिक्षित कर रहे हैं, उन्हें नियंत्रित नहीं कर रहे हैं।

## परीक्षण प्राधिकरण

किशोर स्वाभाविक रूप से आपके अधिकार का परीक्षण करना शुरू कर देंगे। ऐसा महसूस हो सकता है कि "भयानक दो" वापस आ गए हैं, लेकिन बच्चे का वजन सौ पाउंड बढ़ गया है। इस मौसम में विशेष रूप से निम्नलिखित क्षेत्रों में समझौता न करें। सक्रिय रूप से पालन-पोषण करना जारी रखें।

## नंबर 1: सम्मान करें और आज्ञापालन करें

माता-पिता दोनों का सम्मान करें। कोई अपवाद नहीं। इसका मतलब है आज्ञापालन करना और सम्मानपूर्वक बोलना, और आक्रामक तरीके से न बोलना। इसमें अन्य भाई-बहनों के पालन-पोषण में उनकी "मदद" भी शामिल हो सकती

है। किशोरों का ऐसा व्यवहार करना आम बात है कि आपको अपने छोटे भाई-बहनों की मदद की ज़रूरत है, इसलिए यह स्पष्ट कर दें कि घर में दो माता-पिता हैं - तीन नहीं।

अनुमति मांगने के बजाय, किशोर आपको यह बताना शुरू कर सकते हैं कि वे क्या करने जा रहे हैं: "मैं टेलर के घर जा रहा हूँ, और मैं 7:00 बजे तक घर आ जाऊंगा।" जिस पर आप उत्तर देते हैं, "वाह, क्या आप मुझसे पूछ रहे हैं या मुझे बता रहे हैं?" हो सकता है कि आपका किशोर यह न सोचे कि यह कोई बड़ी बात है, इसलिए आपको इसे स्पष्ट करना होगा। यदि वे आपको बता रहे हैं, तो उत्तर नहीं है। यदि वे आपसे पूछ रहे हैं, तो आप इस पर विचार करेंगे।

यह इन वर्षों के दौरान एक विशिष्ट सत्ता संघर्ष है, लेकिन यह अचानक से बढ़ सकता है और आपको आश्चर्यचकित कर सकता है कि कब उन्होंने नियंत्रण हासिल कर लिया। हालाँकि इस व्यवहार को पहचानने और जाँचने की आवश्यकता है, इसे सामान्य मानें। परेशान न हों और गुस्से में प्रतिक्रिया न करें। बस इसे प्यार से और लगातार सही करें।

## नंबर 2: नैतिकता और मूल्य

अपने घर में स्थापित नैतिकता और मूल्यों से समझौता न करें। इसमें फोन का उपयोग, संगीत, टीवी और गेम जैसे व्यक्तिगत हित और आनंद शामिल हैं। मेरा बेटा निक वास्तव में संगीत में रुचि रखता था, इसलिए हमने एक नियम बनाया। वह अपनी इच्छानुसार कोई भी संगीत सुन सकता था, लेकिन अगर यह मसीही संगीत नहीं था तो मुझे पहले गीत को पढ़ना और अनुमोदित करना था। एक बार मेरी पत्नी को निक की दराज के नीचे कुछ अनुचित सीडी मिलीं। हमने बैंड को ऑनलाइन देखा और गीत पढ़े। उनकी सीडी नष्ट कर दी गई, और उन्हें सुधारात्मक परिणाम बॉक्स से परिणाम भुगतने पड़े - उपयुक्त सीडी में प्रत्येक के लिए एक।

हमें पता चला कि हमने जो सीडी नष्ट कीं उनमें से सात निक की नहीं थीं। वे उसके ईसाई मित्र के थे। जब माता-पिता को यह पता चला कि हमने उनके बेटे की सीडी नष्ट कर दी है, और मेरे बेटे को सुधारात्मक कार्रवाई करनी पड़ी, तो उन्होंने हमें फोन किया और माफी मांगी। "अपने बेटे से कहो कि उसे पैसे वापस करने की ज़रूरत नहीं है क्योंकि हम अपने घर में भी ऐसा नहीं चाहते हैं।" फिर उन्होंने मुझसे सलाह मांगी कि अपने बेटे के साथ इस बेकाबू समस्या से कैसे निपटा जाए।

चूंकि आज अधिकांश संगीत प्लेलिस्ट में डाउनलोड किया जाता है, इसलिए माता-पिता को इसकी जांच करनी चाहिए। समीक्षा करें कि आपके बच्चे क्या देखते और सुनते हैं, विशेषकर वे अपने फोन, टैबलेट और कंप्यूटर पर क्या डाउनलोड करते हैं। यदि यह उचित नहीं है, तो इसे हटा दें।

## नंबर 3: अनिवार्य प्रशिक्षण

जब वे जिम्मेदार वयस्क बन जाते हैं या जब वे आपका घर छोड़ देते हैं, जो भी पहले हो, प्रशिक्षण बंद हो सकता है। यदि आपका किशोर आपसे कहता है कि उन्हें अब प्रशिक्षण की आवश्यकता नहीं है, तो आप उन्हें बता सकते हैं कि यदि वे नियमों के भीतर रहेंगे तो उन्हें सुधारात्मक परिणाम नहीं मिलेंगे। यदि वे कोई नियम तोड़ते हैं, तो वे आप दोनों को यह प्रदर्शित कर रहे हैं कि उन्हें और प्रशिक्षण की आवश्यकता है।

## किशोरों के लिए नमूना नियम

### समय पर जागना

यदि आप अपने किशोर को जगाने के लिए हर सुबह दो या तीन बार जाते हैं, तो आप उस बच्चे की मदद नहीं कर रहे हैं। उन्हें एक अलार्म घड़ी दिलवाएं (या उन्हें अपने फोन पर एक ऐप का उपयोग करने के लिए कहें)। जब मेरे लड़के नौ साल के हुए, तो मैंने उन्हें एक अलार्म घड़ी दी और कहा, "जागो। खुद उठो, कपड़े पहनो और स्कूल के लिए तैयार हो जाओ।"

आप जितना अधिक समय टालेंगे, इसे लागू करना उतना ही कठिन होगा। यदि आपका किशोर देर से आता है या किसी निश्चित समय तक तैयार नहीं होता है, तो उसे सुधारात्मक परिणाम दें। उस रात आधे घंटे या एक घंटे पहले बिस्तर पर जाना हो सकता है, साथ ही उस दिन घर पहुंचने पर इसका परिणाम भी हो सकता है।

### स्नानघर कार्यक्रम

सुबह के समय स्नानघर बाँटना व्यस्त हो सकता है। अपने किशोरों को अपने घर में शांति बनाए रखने के लिए एक कार्यक्रम दें। उनके निर्धारित समय (सुबह 6:00 से 6:30 बजे तक) से सहमत हों। यदि वे समय पर बाथरूम से बाहर नहीं निकलते हैं, तो उन्हें एक सुधारात्मक परिणाम मिलता है। अनुसूचियों का उपयोग ऐसे किसी भी क्षेत्र को ठीक करने के लिए किया जा सकता है जो परिवार के लिए संकट पैदा कर सकता है।

### कफर्यू

यदि आप रात 10:00 बजे कफर्यू लगाते हैं, तो आपका बच्चा उस समय तक हर रात बाहर रहना चाहेगा। इसके बजाय, प्रत्येक स्थिति के लिए कफर्यू को विशिष्ट बनाएं। हर बार जब वे आपका घर छोड़ते हैं, तो उन्हें आपको यह बताना होगा कि वे कहां जा रहे हैं, वे किसके साथ जा रहे हैं, वहां कौन से माता-पिता होंगे, कौन गाड़ी चला रहा है, और वे कब घर आएंगे। यदि योजनाएँ बदलती हैं, तो अनुमति प्राप्त करने के लिए उन्हें पहले आपको कॉल करना होगा।

यहां सावधान रहें - उन्हें दूर जाने न दें, प्रत्येक सप्ताह कई बार बाहर रहकर।

### फोन और कंप्यूटर सुविधा

जब तक आपका बच्चा तेरह वर्ष का हो जाता है, तब तक आप उन्हें शायद ही कभी देख पाते हों क्योंकि वे अपने कमरे में ही रहते हैं। उस समस्या का उत्तर शयनकक्ष में फोन न रखना हो सकता है। लेकिन एक सख्त नीति के कारण वे समय से पहले ही परिवार से दूर हो सकते हैं। नियम का अर्थ अवश्य होना चाहिए, शायद तब जब फोन होमवर्क, अन्य जिम्मेदारियों या पारिवारिक समय में बाधा डाल रहा हो। अपने किशोर को परिवार के साथ भाग लेने के लिए प्रोत्साहित करें, जिससे साथ में बिताया गया समय आकर्षक लगे।

अधिकांश बच्चों के पास अब कम उम्र में ही अपना फोन है, और कुछ किशोरों के पास अपना कंप्यूटर है। लेकिन सावधान रहना। सेल फोन और कंप्यूटर लाभ तो देते हैं लेकिन ध्यान भटकाने वाले भी हो सकते हैं। इससे पहले कि यह एक समस्या बन जाए, आपको सेल फोन और कंप्यूटर के उपयोग के लिए पारिवारिक नियम बनाने होंगे।

ये नियम महत्वपूर्ण हैं, विशेष रूप से विपरीत लिंग के साथ आपके बच्चे के संचार के संबंध में। उन दिनों और समय के लिए एक शेड्यूल निर्धारित करें, जब वे फोन या कंप्यूटर पर अपने दोस्तों के साथ संवाद कर सकें। और सुनिश्चित करें कि आप उनके दोस्तों को जानते हैं। यदि उनके फोन या कंप्यूटर पर चैट का समय शाम 7:30 से 8:00 बजे तक है, तो नियम तोड़ने का सुधारात्मक परिणाम फोन या कंप्यूटर या दोनों के बिना दो दिन है।

उदाहरण के लिए नियमों के लिए अपेंडिक्स एन: नियम और परिणाम देखें। माता-पिता के नियंत्रण के बारे में अधिक सुझावों के लिए हमारी वेबसाइट, [FDM.world](http://FDM.world) पर जाएँ।

### किशोरों के लिए रचनात्मक दंड

पिछले पाठ में हमने किशोरों के लिए तीन नई दंड तकनीकों की पहचान की: बंद करना, शनिवार कार्यदिवस, और ड्राइविंग प्रतिबंध। लेकिन क्या होता है जब वे उन्हें चुनौती देते हैं?

### जब एक किशोर माँ के अधिकार को चुनौती देता है

जब सुधारात्मक प्रशिक्षण की बात आती है तो माताएं अक्सर पिता की तरह भयभीत करने वाली नहीं होती हैं। माँ, जब पिताजी घर पर न हों और आपका ग्यारह वर्षीय बेटा सुधारात्मक परिणाम देने से इंकार कर दे तो आप क्या करेंगी? उस समय, वह तब तक बंद रहता है जब तक पिताजी घर नहीं जाते या जब तक वह सुधारात्मक परिणाम स्वीकार नहीं

कर लेता। यदि पिताजी के आने तक उसने सहयोग नहीं किया है, तो उसे दोहरा सुधारात्मक परिणाम दें। जब तक आपका बेटा अपना परिणाम नहीं देता तब तक कोई स्वतंत्रता नहीं दी जाती।

जब मेरा बेटा निक मेरी पत्नी को चुनौती देने लगा और सुधारात्मक परिणाम को स्वीकार नहीं करने लगा, तो उसने उसे अपने कमरे में भेज दिया। जब मैं घर आता तो मेरी पत्नी मुझे बताती कि क्या हुआ था। मैं अंदर जाता और कहता, "निक, क्या हुआ?" वह मुझे कहानी का अपना पक्ष देंगे। वास्तविकता यह थी कि वह दरवाजा नंबर 3 (समीक्षा पाठ 5) चाहता था, लेकिन यह मौजूद नहीं था। माँ ने उसे जो करने के लिए कहा, वह न करने के लिए मैं उसे दो परिणाम दूंगा ।

### **जब एक किशोर सजा से इनकार करता है**

कभी-कभी एक किशोर कामबंदी से इंकार कर देता है। अब पिताजी को फोन करने और समस्या का विवरण करने का समय आ गया है ताकि वह घर पहुंचने पर स्थिति को हल करने के लिए तैयार रहें। जब पिताजी किशोर से समस्या के बारे में पूछते हैं, तो किशोर अक्सर कहता है कि यह उचित नहीं है। पिताजी के लिए अब इस मुद्दे से निपटने का सबसे अच्छा तरीका अतिरिक्त सजा प्रदान करना है। समझाएं कि अलगाव से इनकार करके माँ के अधिकार को प्रस्तुत नहीं करने पर शनिवार को काम की अतिरिक्त सजा की आवश्यकता होती है। किशोरों को हर बार एक घंटे का काम मिलता है जब उन्होंने माँ की बात नहीं मानी या पूर्व निर्धारित परिणाम के बारे में बात नहीं की। शनिवार का कार्य उन्हें यह याद दिलाने के लिए सजा है कि उन्हें उसके अधिकार के प्रति समर्पित होना आवश्यक है। कोई अपवाद नहीं। जब पिताजी घर पर नहीं होते, तो माँ ही प्राधिकारी होती हैं। उन्हें उसका उसी तरह सम्मान करना चाहिए।

### **उन्हें काम पर लगाओ**

सामान्य कामकाज से परे काम सौंपना एक प्रभावी दंड/प्रेरक है। जब निक बारह साल का हुआ, तो उसने मेरी पत्नी के अधिकार को चुनौती देना शुरू कर दिया। वह उसे सुधारात्मक परिणाम देती थी और कभी-कभी वह बहस भी करता था।

मैं हमेशा अपनी पत्नी के अधिकार को चुनौती देने के लिए एक घंटे का कार्य निर्धारित करता था। मैंने यह नहीं कहा, "जाओ एक घंटे के लिए काम करो," नहीं तो उस एक घंटे में उसने एक खर-पतवार उखाड़ लिया होगा। मैं कहूंगा, "आप यहां से यहां तक खर-पतवार करें।" अगर तेजी से काम करने के कारण उसका काम जल्दी हो गया, तो बहुत अच्छा है। अगर इसमें उसे चार घंटे लगे या पूरा दिन, तो यह उसकी पसंद थी। जब तक वह कार्य पूरा नहीं हो जाता, तब तक स्वतंत्रता नहीं थी। निक एक मशीन बन गया, उसे एहसास हुआ कि अगर वह तेजी से और कड़ी मेहनत करेगा, तो वह एक घंटे से भी कम समय में काम पूरा कर सकता है।

### **गहराई में अध्ययन करें**

काम से संबंधित नीचे दिए गए फायदे और नुकसान की सूची बनाएं।

परिश्रम से सदा लाभ होता है, परन्तु बकवाद करने से केवल घटी होती है। (नीतिवचन 14:23)

---



---



---

जो बेटा धूपकाल में बटोरता है वह बुद्धि से काम करनेवाला है, परन्तु जो बेटा कटनी के समय भारी नींद में पड़ा रहता है, वह लज्जा का कारण होता है। (नीतिवचन 10:5)

---



---

और जैसी हम ने तुम्हें आज्ञा दी है, वैसे ही चुपचाप रहने और अपना-अपना काम-काज करने और अपने अपने हाथों से कमाने का प्रयत्न करो; ताकि बाहरवालों से आदर प्राप्त करो, और तुम्हें किसी वस्तु की घटी न हो। (1 थिस्सलुनीकियों 4:11-12)

## कामबंदी बनाम प्रतिबंध

कामबंदी और प्रतिबंध एक ही चीज नहीं हैं। कई माता-पिता हर चीज के लिए प्रतिबंध का उपयोग करते हैं, लेकिन इसका उपयोग केवल विशिष्ट मामलों में ही किया जाना चाहिए।

## कामबंदी परिभाषित

कामबंदी एक सुधारात्मक परिणाम से इनकार करने की सज़ा है। उस क्षण वे सभी विशेषाधिकार खो देते हैं और तब तक बंद रहते हैं जब तक वे परिणाम स्वीकार नहीं कर लेते। इसमें पाँच मिनट, पाँच घंटे या पाँच दिन लग सकते हैं। शटडाउन के दौरान, कोई सेल फोन, संगीत, टीवी, गेम, दोस्त, कंप्यूटर या नकदी प्रवाह नहीं है। उनके जीवन में स्कूल, होमवर्क, कामकाज और पारिवारिक रात्रिभोज शामिल हैं। एक बार जब वे परिणाम सही ढंग से कर लेते हैं, तो स्वतंत्रता फिर से शुरू हो जाती है।

आपका किशोर आपसे कह सकता है कि यह हास्यास्पद है। उनसे सहमत हूँ। जिस चीज में उन्हें कुछ मिनट लगेंगे, उसके लिए उन्होंने तीन दिनों तक अपने कमरे में रहना चुना। लेकिन आज्ञापालन करना उनकी पसंद है।

## प्रतिबंध परिभाषित

प्रतिबंध किसी अपराध से संबंधित एक सुधारात्मक परिणाम है। इसमें एक घोषित समय के लिए घर पर रहना शामिल है, जिसमें किसी भी दोस्त को आने की अनुमति नहीं है।

यदि आपका नियम एक निश्चित समय तक घर पहुंचने का है, तो सुधारात्मक परिणाम दो दिनों का प्रतिबंध है। प्रतिबंध एक सुधारात्मक परिणाम है जो निर्धारित समय तक घर न आने या बिना अनुमति के किसी अन्य स्थान पर जाने से जुड़ा है। यदि आपका बच्चा चुपके से या घर छोड़कर प्रतिबंध का उल्लंघन करता है, तो उन्हें घोषित दिनों के लिए बंद कर दिया जाता है। शटडाउन सफलतापूर्वक पूरा होने पर स्वतंत्रता प्राप्त होती है।

परमेश्वर चाहता है कि हम आज्ञा का उल्लंघन करने की इन घटनाओं का उपयोग अपने बच्चों को प्रशिक्षित करने के लिए करें। हम सुसंगत रहने के लिए प्रेरित हैं क्योंकि हमारा लक्ष्य उनमें एक परिपक्व वयस्क का चरित्र बनाना है।

## सुधारात्मक परिणाम सूची

तेरह वर्ष और उससे अधिक उम्र के बच्चों के लिए, परिणाम सूची का उपयोग करें। यह वही सटीक अवधारणा है, लेकिन एक बॉक्स के बजाय एक सूची में। मेरे बच्चे परिणाम बॉक्स के साथ बड़े हुए, इसलिए वे किशोरावस्था तक बॉक्स से कागज़ निकालते रहे। लेकिन जब आप पहली बार अपने तेरह साल के बच्चे को इस तरह का बक्सा पेश करेंगे, तो वे शायद कहेंगे, "यह बच्चों का सामान क्या है?"

सुधारात्मक परिणामों को आयु के अनुरूप बनाना सुनिश्चित करें। यदि आपके पास कई किशोर हैं, तो वे सभी एक ही सूची का उपयोग कर सकते हैं। उस सूची में आपकी कार को धोना, कार के अंदर वैक्यूम करना, रेफ्रिजरेटर को साफ करना, या अपने घर की पांच खिड़कियों को अंदर और बाहर से धोना शामिल हो सकता है। ये सुधारात्मक परिणाम उनके सामान्य कामकाज के अलावा दिए जाते हैं, जब वे कोई नियम तोड़ते हैं। वसंत ऋतु में आपके द्वारा की जाने वाली सफाई के बारे में सोचें और उन चीजों को सूची में रखें। उन कार्यों को करने का लक्ष्य रखें जिनमें तीन से पंद्रह मिनट लगते हैं।



जब आपका बच्चा किसी नियम को तोड़ता है, तो उसका सुधारात्मक परिणाम सूची में एक आइटम करना होता है। हालाँकि, आपके कुछ नियमों में संबंधित सुधारात्मक परिणाम हो सकते हैं जैसे कि कर्पूरू गायब होने पर प्रतिबंध या फ़ोन नियम तोड़ने पर दो दिनों के लिए अपना फ़ोन खो देना। प्रत्येक नियम के लिए, आपके सुधारात्मक परिणाम पूर्व निर्धारित होते हैं, या तो आज्ञा का उल्लंघन करने से संबंधित होते हैं या नहीं (नीचे कार्य योजना 2 देखें)।

परिणाम सूची पहले कार्य से लेकर अंतिम तक सौंपी जाती है, और जब वे नीचे पहुंच जाते हैं, तो यह फिर से शुरू हो जाती है। यदि देर रात हो गई है और परिणाम पिछले आँगन में झाड़ू लगाना है, तो आपके पास उस कार्य को अगली सुबह के लिए सौंपने या सूची से अगला कार्य चुनने का विकल्प है जिसे तुरंत किया जा सकता है। लेकिन बिना सोचे-समझे कार्य न सौंपें क्योंकि आप जानते हैं कि यह वह चीज़ है जिससे आपका बच्चा सबसे अधिक नफरत करता है।

## कार्य योजना 2

सुधारात्मक परिणाम सूची बनाने के लिए निम्नलिखित निर्देशों की समीक्षा करें और एक जोड़े के रूप में इस पर चर्चा करें। अपेंडिक्स एन में उदाहरण सूची देखें: नियम और परिणाम। आपकी अपनी पारिवारिक सूची बनाने के लिए अपेंडिक्स में एक टेम्पलेट प्रदान किया गया है।

1. उन कार्य परियोजनाओं की सूची बनाएं जो पहले से ही आपके नियमित रूप से सौंपे गए कार्यों का हिस्सा नहीं हैं। इन लघु कार्य परियोजनाओं को आम तौर पर साप्ताहिक आधार पर पूरा नहीं किया जाना चाहिए, जैसे वसंत या पतझड़ की सफाई परियोजनाएं या माता-पिता द्वारा नियमित आधार पर की जाने वाली चीजें।
2. परिणाम कार्य में लगभग तीन से पंद्रह मिनट का समय लगाना चाहिए।
3. उन्हें वह परिणाम प्राप्त होता है जो सूची में अगला है। विशेष परिस्थितियों को छोड़कर आदेश से बाहर न जाएं।
4. सूची को बहुत कठिन बनाने से बचें। याद रखें कि यह उन्हें एक परिपक्व वयस्क की व्यक्तिगत विशेषताओं को सिखाने के लिए एक प्रशिक्षण उपकरण है। यह माता-पिता अपने बच्चों से बदला नहीं ले रहे हैं।
5. इस सूची का उपयोग तब किया जाता है जब किसी नियम से संबंधित परिणाम निश्चित नहीं किया जाता है।
6. यदि आपका बच्चा मजबूत इरादों वाला है, तो आपको सूची में कई कार्य परियोजनाओं की आवश्यकता हो सकती है, ताकि आपका बच्चा हाल ही में किए गए सुधारात्मक परिणाम न दे सके।
7. यदि बच्चा सुधारात्मक परिणाम संतोषजनक ढंग से नहीं करता है, जैसा कि पहले प्रशिक्षित किया गया था, तो अपने बच्चे से इसे सही ढंग से करने के लिए कहें या जब तक वे इसे सही ढंग से करने के लिए तैयार न हो जाएं, तब तक उन्हें बंद कर दें।
8. माता-पिता को अपने बच्चे द्वारा किए गए कार्य का निरीक्षण करने के बाद सूची में बॉक्स पर पहला अक्षर लिखना चाहिए और चेक मार्क लगाना चाहिए कि कोई भी बच्चा लिख सकता है।
9. जब आपके बच्चे सूची पूरी कर लें, तो शुरुआत से दोबारा शुरुआत करें। माता-पिता हमेशा सूची में आइटम जोड़ सकते हैं, लेकिन अपने बच्चे को अनुशासित करते समय आइटम न जोड़ें। दूसरे माता-पिता से चर्चा के बाद ऐसा करें।

## कामकाज के माध्यम से प्रशिक्षण

कामकाज एक महान कार्य नीति स्थापित करने और चरित्र, व्यक्तिगत जिम्मेदारी और आत्म-नियंत्रण बनाने में मदद करने के लिए एक शक्तिशाली प्रशिक्षण उपकरण है।

इन पाँच दिशानिर्देशों के आधार पर कामकाज का सही ढंग से उपयोग करें:

1. काम को उचित बनाएं। यदि आपकी ग्यारह वर्षीय बेटी सप्ताह में पांच रात बर्तन धोती है और आपका दस वर्षीय बेटा सप्ताह में एक बार घास का एक छोटा टुकड़ा काटता है, तो यह उचित नहीं है। आपका बेटा रसोई में बर्तन मांजना, खाना बनाना और खुद की देखभाल करना सीख सकता है।
2. काम-काज को उम्र के अनुरूप बनाएं। बच्चा क्या संभाल सकता है, इसके प्रति संवेदनशील रहें। आठ साल के बच्चे से अपनी कार धोने के लिए कहना उनकी क्षमता से परे हो सकता है। लेकिन वे वैक्यूम कर सकते हैं।
3. काम लिखो। नियमों की तरह ही, कामकाज को भी लिखने की जरूरत है।
4. पूरा करने का दिन और समय लिखकर रखें। यदि कूड़ा-कचरा बुधवार की रात को बाहर निकालना जरूरी है क्योंकि संग्रहण गुरुवार की सुबह होता है, तो सुनिश्चित करें कि कचरा पूरा करने का समय बुधवार को उनके सोने से पहले या यहां तक कि रात के खाने के ठीक बाद हो। या कोई सुबह 5:45 बजे उठेगा।
5. उदाहरण के लिए, यदि आप तय करते हैं कि कचरा शाम 7:00 बजे तक बाहर निकल जाना चाहिए। बुधवार को, यदि यह 7:00 बजे से पहले नहीं किया गया तो आपके बच्चे को सुधारात्मक परिणाम मिलेगा। यदि समय पर काम नहीं किया जाता है, तो वे इसे तुरंत करते हैं और फिर सूची से एक आइटम करते हैं। समापन के समय उन्हें स्वयं के बारे में सोचने, समय का ध्यान रखने और काम करने के लिए अन्य चीजों को न कहने की आवश्यकता होती है। ये एक परिपक्व वयस्क का चरित्र स्थापित करते हैं।
6. प्रशिक्षण- परेशान मत करो। बहस करना, परेशान करना और धमकी देना बंद करें। अपनी योजना निर्धारित करें और लगातार उसका पालन करें।

### कार्य योजना 3

अपने पारिवारिक कार्यों और उन्हें सही या समय पर न करने के सुधारात्मक परिणामों की एक सूची बनाएं। अपेंडिक्स पी: काम सूची में उदाहरणों और रिक्त वर्कशीट की समीक्षा करें।

आदर्शवादी के लिए एक नोट: कोई भी बच्चा इसे पूरी तरह से नहीं करेगा, इसलिए इसे सही तरीके से करने के बारे में उचित रहें। उन्हें इसे सही तरीके से करना सिखाना शुरुआत करने का एक अच्छा तरीका होगा।

### वेतन के बारे में क्या?

वेतन को व्यक्तिगत कार्यों से नहीं जोड़ा जाना चाहिए। अन्यथा, जब आप किराने का सामान लाने में मदद मांगते हैं, तो वे पूछ सकते हैं कि मदद के लिए उन्हें कितने पैसे मिलते हैं।

यदि आप उन्हें वेतन देने की योजना बना रहे हैं, तो सोचें कि वे एक सप्ताह की अवधि में कितने घंटे काम करते हैं, और एक डॉलर की राशि के साथ आएँ जिस पर आप एक जोड़े के रूप में सहमत हों। फिर उन्हें मदद के लिए वह पैसा (शायद प्रति सप्ताह पांच डॉलर) दें और क्योंकि आप उनसे प्यार करते हैं। इन कारणों को समझाएं और यह कि यह उनका खर्च करने वाला पैसा है।

निक हमेशा अतिरिक्त पैसा कमाना चाहता था क्योंकि उसके पास हमेशा कुछ न कुछ होता था जिसे वह खरीदना चाहता था। मैं कुछ परियोजनाओं के लिए डॉलर की राशि आवंटित करूंगा, जो उनके नियमित कामों से संबंधित नहीं हैं, ताकि वे अपने वेतन के अलावा पैसा कमा सकें।

बच्चों को काम करना सीखना होगा, लेकिन उनके साथ गुलामों जैसा व्यवहार न करें। जब मुझे किसी विशेष परियोजना में मदद की जरूरत होती थी, तो मैं अपने बच्चों को पहले ही बता देता था कि हम इस पर कब काम करेंगे। मैं दिन, प्रारंभ समय और अवधि के बारे में विशिष्ट बताऊंगा। कभी-कभी मैं उन्हें भुगतान कर देता था, लेकिन कभी-कभी नहीं करता था। बच्चों को वेतन की अपेक्षा किए बिना घर चलाने में भाग लेना सिखाना अच्छा है।

आलसी का प्राण लालसा तो करता है, और उसको कुछ नहीं मिलता, परन्तु काम-काजी हृष्ट पुष्ट हो जाते हैं। (नीतिवचन 13:4)

### योजना बनाएं

परमेश्वर हमसे कहता है कि हम अपने बच्चों को कोमल फटकार के साथ प्रशिक्षित करें (इफिसियों 6:4)। माता-पिता और बच्चे दोनों द्वारा पालन की जाने वाली योजनाएँ बनाकर, कम से कम नाटक और भावना के साथ प्रशिक्षण में प्रगति की जा सकती है। रास्ते में आने वाली असफलताओं को संचार, अंगीकार और क्षमा माँगने के माध्यम से शीघ्रता से दूर किया जा सकता है।

प्रशिक्षण योजना में लिखित रूप में स्पष्ट रूप से परिभाषित नियम, सुधारात्मक परिणामों का स्रोत (बॉक्स, सूची, प्रतिबंध), और विद्रोह करने पर उन्हें प्रेरित करने का एक तरीका (पिटार्ई, बंद करना) शामिल है। अनुकूलता जरूरी है।

अपने किशोरों और युवा वयस्क बच्चों की गहरी समझ हासिल करने के लिए, अपेंडिक्स क्यू: किशोरों के लिए प्रश्नावली (वयस्कता तक पहुंचने की उनकी समझ निर्धारित करने के लिए) और अपेंडिक्स आर: नए वयस्कों के लिए प्रश्नावली (अठारह वर्ष के हो जाएं तो परिवर्तनों के बारे में सोचने के लिए) की समीक्षा करें।

अगले पाठ में, हम आपके द्वारा अर्जित जानकारी का उपयोग करेंगे और इसे आपके घर में लागू करना शुरू करेंगे।

## पाठ 11

### फिर से शुरू करना

फिर से शुरुआत करना बस इतना ही है। पालन-पोषण की नई अर्जित सच्चाइयों, उपकरणों और सिद्धांतों को लें और एक नया पारिवारिक वातावरण और अनुशासन योजना तैयार करने के लिए उनका उपयोग करें। इस पूरी शृंखला के दौरान, परमेश्वर ने आपको यह दिखाकर आपके वर्तमान पालन-पोषण के तरीकों और प्रबंधन शैली में बदलाव की आवश्यकता प्रकट की होगी कि आप कहाँ उनकी इच्छा के अनुसार काम नहीं कर रहे हैं।

जब भी हम परमेश्वर का वचन पढ़ते हैं, उसका वचन भी हमें पढ़ता है। यह हमारे गलत तरीकों और उन्हें अपनाने के हमारे उद्देश्यों को उजागर करता है।

“क्योंकि परमेश्वर का वचन जीवित, और प्रबल, और हर एक दोधारी तलवार से भी बहुत चोखा है; और प्राण और आत्मा को, और गाँठ-गाँठ और गूदे-गूदे को अलग करके आर-पार छेदता है और मन की भावनाओं और विचारों को जाँचता है।”

(इब्रानियों 4:12)

जैसे ही हम बाइबिल की सच्चाई को अपने जीवन में लागू करके परमेश्वर की आज्ञा मानते हैं, उनका वचन हमें पानी की तरह धो देता है, सभी अशुद्धियों को दूर कर देता है। रिफाइनर की आग की तरह, परमेश्वर का वचन हमारे जीवन में गंदगी, या उन चीजों को उजागर करता है जो उसकी महिमा नहीं करते हैं, जिन्हें वह हटाना चाहता है। तलवार की तरह, वचन हमारे दिलों की कठोरता को भेदता है। अंत में, वचन हमारे दिलों में रोपे गए अच्छे बीज की तरह है और जब इसे विनम्रतापूर्वक स्वीकार किया जाता है, तो यह गहरी जड़ें जमा लेता है और परमेश्वर की महिमा और दूसरों के निर्माण के लिए फल देता है।

क्या ही धन्य है वह पुरुष जो दुष्टों की युक्ति पर नहीं चलता, और न पापियों के मार्ग में खड़ा होता; और न ठट्ठा करनेवालों की मण्डली में बैठता है! परन्तु वह तो यहोवा की व्यवस्था से प्रसन्न रहता; और उसकी व्यवस्था पर रात दिन ध्यान करता रहता है। वह उस वृक्ष के समान है, जो बहती नालियों के किनारे लगाया गया है, और अपनी ऋतु में फलता है, और जिसके पत्ते कभी मुरझाते नहीं। इसलिये जो कुछ वह पुरुष करे वह सफल होता है। (भजन 1:1-3)

क्योंकि हमारे घर और परिवार हमारे लिए बहुत महत्वपूर्ण हैं, इसलिए इस तथ्य का सामना करना हिम्मत तोड़नेवाला हो सकता है कि हम किसी भी तरह से विफल रहे हैं। प्रोत्साहित रहें कि परमेश्वर की दया हर सुबह नई होती है।

### गहराई में अध्ययन करें

परमेश्वर के वादों की सूची बनाएं और वे आपके लिए क्या मायने रखते हैं।

हम मिट नहीं गए; यह यहोवा की महाकरुणा का फल है, क्योंकि उसकी दया अमर है।

प्रति भोर वह नई होती रहती है; तेरी सच्चाई महान है। (विलापगीत 3:22-23)

---



---



---

परन्तु प्रभु तू दयालु और अनुग्रहकारी परमेश्वर है,  
तू विलम्ब से कोप करने वाला और अति करुणामय है। (भजन संहिता 86:15)

---



---

क्योंकि हमारे पास एक महान, दयालु परमेश्वर है जो ईमानदारी से हमसे प्रेम करता है, हम उसकी महान शक्ति, ज्ञान, प्रेम और उपचार के साथ हमारे पक्ष में रहने के उसके वादे पर आशा कर सकते हैं। परमेश्वर हमारे घरों को आशीर्वाद देने में सक्षम और तैयार है, लेकिन हमें इसकी इच्छा रखनी चाहिए और वह सब कुछ करने का प्रयास करना चाहिए जो वह हमसे चाहता है।

जैसा कि मैं संयुक्त राज्य अमेरिका और विदेशों में माता-पिता से बात करता हूँ, इस सामग्री पर सबसे आम प्रतिक्रिया यह है, "मैंने ये बातें पहले कभी क्यों नहीं सुनीं?" मैं बीस वर्षों से मसीही हूँ। मैंने अपने बच्चों के साथ अपने संबंधों के संदर्भ में इन छंदों को क्यों नहीं समझा?"

आप में से कई लोग कहेंगे, "हमें फिर से शुरुआत करने की ज़रूरत है।" जबकि छोटे बच्चों वाले माता-पिता के लिए यह चुनौतीपूर्ण हो सकता है, बड़े बच्चों वाले माता-पिता उन लोगों के बारे में चिंतित हैं जो पहले ही घर छोड़ चुके हैं। इस शृंखला में सिद्धांतों का अध्ययन करने के बाद, आप सोच रहे होंगे, इसमें कोई आश्चर्य नहीं कि वे मुझसे नाराज़ हैं। इसमें कोई आश्चर्य नहीं कि हमारा रिश्ता इतना खराब है। अब मैं देख सकता हूँ कि मेरी पालन-पोषण शैली ने उन पर क्या प्रभाव डाला।

यदि आप निराश हैं क्योंकि आपके बच्चे किशोर हैं, या आपके घर पर वयस्क बच्चे हैं, तो आप पूछ सकते हैं, "मैं खेल में इतनी देर तक इन रणनीतियों और उपकरणों को कैसे लागू कर सकता हूँ?"

इस पर विचार करें: परमेश्वर ने आपको इस सामग्री से अवगत कराने के लिए अब तक इंतजार किया है। वह उसी समय सीमा में कार्य नहीं करता है जिस समय सीमा में हम कार्य करते हैं। परमेश्वर ने अब तक इंतजार क्यों किया? आश्वस्त रहें कि ऐसा नहीं है कि आप पराजित और निंदित महसूस करेंगे। परमेश्वर की नज़र में, उसके पूर्वज्ञान के अनुसार, यह सही समय है, वह समय जब वह जानता था कि आप अपने बच्चों के साथ अपना रिश्ता बदलने के लिए तैयार होंगे।

### गहराई में अध्ययन करें

ये पद हमारे जीवन में परमेश्वर की भागीदारी के बारे में क्या कहते हैं?

उसी में जिस में हम भी उसी की मनसा से जो अपनी इच्छा के मत के अनुसार सब कुछ करता है, पहिले से ठहराए जाकर मीरास बने। (इफिसियों 1:11)

---



---

हम जानते हैं कि जो लोग परमेश्वर से प्रेम रखते हैं, उनके लिये सब बातें मिलकर भलाई ही को उत्पन्न करती है; अर्थात् उन्हीं के लिये जो उसकी इच्छा के अनुसार बुलाए हुए हैं। (रोमियो 8:28)

---



---

इसलिए यदि आपके बच्चे आपके घर से बाहर हैं, तो भी आप कुछ महत्वपूर्ण कदम उठा सकते हैं। जाहिर तौर पर आप उन्हें घर वापस नहीं ला सकते और अनुशासन के साथ शुरुआत नहीं कर सकते। हालाँकि, जब रिश्तों की बात आती है, तो हर दिन एक नया दिन, एक नई शुरुआत होती है।

आपको पहुंचने वाला होना चाहिए। और याद रखें, आपका अपने माता-पिता के साथ जो रिश्ता था, वह आपके बच्चों के साथ आपके रिश्ते को प्रभावित करेगा। जब मैं पहली बार मसीह के पास आया, तो सबसे कठिन कामों में से एक जो परमेश्वर ने मुझसे करने को कहा वह था मेरे पिता को क्षमा करना। यह कठिन था, लेकिन यह इसके लायक था।

## फिर से शुरू करने के लिए बाइबिल के कदम

नकारात्मक, अप्रभावी और शायद विनाशकारी पालन-पोषण से दूर जाने और दोबारा शुरुआत करने के लिए आपको परमेश्वर के वचन में बताए गए तीन चरणों का पालन करना होगा:

1. अपने पापों को प्रभु के सामने स्वीकार करें।
2. क्षमा मांगें।
3. दूसरों को क्षमा करें।

### चरण 1: अपने पापों को प्रभु के सामने स्वीकार करें।

बच्चों के साथ एक सही रिश्ता स्थापित करने के लिए पहला कदम प्रभु के सामने अपने पापों को स्वीकार करना है।

नए सिरे से शुरुआत करने का अर्थ है परमेश्वर और दूसरों के प्रति

अपनी असफलताओं, गलतियों और पापों को विनम्रतापूर्वक स्वीकार करके, परमेश्वर के सामने ईमानदार होना। परमेश्वर जानता है कि हम पापी हैं। यीशु ने क्रूस पर अपना निर्दोष खून बहाया क्योंकि सारी मानवजाति परमेश्वर के सामने दोषी है और खुद को बचाने में असमर्थ है। जब हम मसीह को उद्धारकर्ता और प्रभु के रूप में स्वीकार करते हैं, तो हम तुरंत पाप करना बंद नहीं करते हैं। पवित्रीकरण (पाप से अलग होना) की प्रक्रिया, जिससे हम मसीह की छवि के अनुरूप बन जाते हैं, हमारे पूरे जीवनकाल में चलती रहती है।

जब हम परमेश्वर के सामने अंगीकार करते हैं, तो हम उसे कुछ ऐसा नहीं बता रहे हैं जो वह पहले से नहीं जानता है। वह हर विचार को जानता है, हर मकसद को जानता है, बोले गए हर शब्द को सुनता है और हमारे घरों में होने वाली हर कार्रवाई को देखता है। प्रार्थना यह स्वीकार करना है कि हम परमेश्वर पर निर्भर हैं और उस पर अपना भरोसा रख रहे हैं। अंगीकार करने का अर्थ केवल परमेश्वर को यह बताना नहीं है कि हमने क्या किया है, या करने में असफल रहे हैं, बल्कि यह उससे सहमत होना भी है कि हम गलत थे।

यदि हम अपने पापों को मान लें, तो वह हमारे पापों को क्षमा करने और हमें सब अधर्म से शुद्ध करने में विश्वासयोग्य और धर्मी है। (1 यूहन्ना 1:9)

परमेश्वर तख्ती को साफ करता है, जिससे हमारे लिए दोबारा शुरुआत करना संभव हो जाता है। लेकिन "यदि" अनुच्छेद पर ध्यान दें। हमें अपना सारा कचरा लेकर उसके पास आने के लिए तैयार रहना चाहिए।

### तथ्य - फ़ाइल

कबूल करना—परमेश्वर से सहमत होना कि आपने जो कुछ अज्ञानतापूर्वक या जानबूझकर किया वह गलत और पाप था।

पहचानें कि जब हम अपने पापों को स्वीकार करते हैं तो क्या होता है और जब हम ऐसा नहीं करते तो क्या होता है।

जो अपने अपराध छिपा रखता है, उसका कार्य सफल नहीं होता, परन्तु जो उनको मान लेता और छोड़ भी देता है, उस पर दया की जायेगी। (नीतिवचन 28:13)

---

---

---

यदि मैं मन में अनर्थ की बात सोचता, तो प्रभु मेरी न सुनता। (भजन संहिता 66:18)

---

---

---

जब मैं ने अपना पाप तुझ पर प्रगट किया और अपना अधर्म न छिपाया, और कहा, "मैं यहोवा के सामने अपने अपराधों को मान लूँगा," तब तू ने मेरे अधर्म और पाप को क्षमा कर दिया। (भजन संहिता 32:5)

---

---

---

इस सामग्री को पढ़ते समय, परमेश्वर संभवतः आपके अनुशासन की भागदौड़ में उन व्यवहारों को आपके दिमाग में ला रहा है जिनके बारे में अब आपको एहसास होता है कि वे पाप हैं। याद रखें, परमेश्वर आपसे नाराज़ नहीं हैं। वह इस समय केवल सत्य को प्रकाश में ला रहा है ताकि आप बदल सकें।

आपको उसे स्वीकार करना चाहिए, "मैं देख रहा हूँ कि यह पाप है, परमेश्वर। कृपया मुझे माफ़ करें।" परमेश्वर ने आपके सामने जो भी पापपूर्ण शब्द और गतिविधियाँ प्रकट की हैं (यहाँ तक कि वे चीज़ें भी जो आपने नहीं कीं जो आपको करनी चाहिए थीं), उन्हें प्रभु के सामने स्वीकार करें। अस्पष्ट मत बनो। प्रभु के साथ विशिष्ट होने का प्रयास करें। याद रखें, जो चीज़ें हमने नहीं कीं, जैसे ठीक से नेतृत्व न करना, अपने बच्चों को अनुशासित न करना, या अपने अनुशासन के अनुरूप न होना, उन सभी को भी स्वीकार करने की आवश्यकता है।

### गहराई में अध्ययन करें

अंगीकार न किये गये पाप के परिणाम का विवरण कीजिए। भजनहार ने क्या प्रतिक्रिया दी? परमेश्वर की प्रतिक्रिया क्या थी?

जब मैं चुप रहा तब दिन भर कराहते कराहते मेरी हड्डियाँ पिघल गईं। क्योंकि रात दिन मैं तेरे हाथ के नीचे दबा रहा; और मेरी तरावट धूप काल की सी झुर्राहट बनती गई। (सेला) जब मैं ने अपना पाप तुझ पर प्रगट किया और अपना अधर्म न छिपाया, और कहा, "मैं यहोवा के सामने अपने अपराधों को मान लूँगा," तब तू ने मेरे अधर्म और पाप को क्षमा कर दिया।

(भजन संहिता 32:3-5)

---

---

---

## कार्य योजना

अपनी असफलताओं का विवरण करें और उन्हें प्रभु के सामने स्वीकार करें। फिर बदलाव के लिए प्रतिबद्धता की प्रार्थना लिखें।

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

फिर से शुरू करने के लिए बाइबिल के कदम अगले दो पाठों में जारी रहेंगे ।



## पाठ 12

### अंगीकार और क्षमा

अंतिम पाठ में नए सिरे से शुरुआत करने के लिए बाइबिल के तीन चरण प्रस्तुत किए गए। प्रभु के सामने अपने पापों को स्वीकार करने के पहले चरण को बेहतर ढंग से समझने के लिए, हमें पापों को स्वीकार करने की अनिवार्य बातों को गहराई से समझना चाहिए।

#### अंगीकार की आवश्यकता

**सिद्धांत 1: विश्वास के द्वारा, अपने पापों के लिए क्षमा प्राप्त करें और विश्वास करें कि परमेश्वर ने आपको अपना बच्चा बनाया है।**

#### गहराई में अध्ययन करें

ये आयतें विश्वास के बारे में क्या कहती हैं?

और विश्वास बिना उसे प्रसन्न करना अनहोना है; क्योंकि परमेश्वर के पास आनेवाले को विश्वास करना चाहिए कि वह है, और अपने खोजनेवालों को प्रतिफल देता है। (इब्रानियों 11:6)

---



---



---

जो कुछ पिता मुझे देता है वह सब मेरे पास आएगा, और जो कोई मेरे पास आएगा उसे मैं कभी न निकालूँगा। (यूहन्ना 6:37)

---



---



---

**सिद्धांत 2: पश्चाताप करें, या पाप से फिरें, और प्रतिदिन मसीह की आज्ञाकारिता में चलें।**

#### गहराई में अध्ययन करें

ये आयतें पश्चाताप के बारे में क्या कहती हैं?

परन्तु पहिले दमिश्क के, फिर यरूशलेम के रहने वालों को, और तब यहूदिया के सारे देश के रहनेवालों को, और अन्यजातियों को समझाता रहा, कि मन फिराओ और परमेश्वर की ओर फिर कर मन फिराव के योग्य काम करो। (प्रेरितों 26:20)

---



---



---

क्या तू उसकी कृपा, और सहनशीलता, और धीरजरूपी धन को तुच्छ जानता है? क्या यह नहीं समझता कि परमेश्वर की कृपा तुझे मन फिराव को सिखाती है? (रोमियो 2:4)

---



---



---

मैं तुम से कहता हूँ कि इसी रीति से एक मन फिरानेवाले पापी के विषय में भी स्वर्ग में इतना ही आनन्द होगा, जितना कि निन्थानबे ऐसे धर्मियों के विषय नहीं होता, जिन्हें मन फिराने की आवश्यकता नहीं। (लूका 15:7)

#### तथ्य - फ़ाइल

विश्वास-पिस्तुओ (ग्रीक)। विश्वास करना, विश्वास करना; विशेष रूप से, किसी चीज़ के बारे में दृढ़ता से राजी होने के लिए। <sup>19</sup>यह सिर्फ एक मानसिक सहमति देने से अधिक है, इसका मतलब है कि जो माना जाता है उस पर कार्य करना पश्चाताप करना—अपने पापों के पश्चाताप के फलस्वरूप अपने जीवन में संशोधन करने का संकल्प करना; उसके लिए पछतावा महसूस करना जो उसने परमेश्वर के सामने किया है या छोड़ दिया है। चारों ओर मुड़ना और दूसरी दिशा में जाना; किसी के मन, इच्छा और जीवन को बदलने के लिए, जिसके परिणामस्वरूप व्यवहार में परिवर्तन होता है; चीजों को दूसरे तरीके से करने के लिए

“जब तक यहोवा मिल सकता है तब तक उसकी खोज में रहो, जब तक वह निकट है तब तक उसे पुकारो; दुष्ट अपनी चालचलन और अनर्थकारी अपने सोच विचार छोड़कर यहोवा ही की ओर फिरे, वह उस पर दया करेगा, वह हमारे परमेश्वर की ओर फिरे और वह पूरी रीति से उसको क्षमा करेगा। (यशायाह 55:6-7)

**सिद्धांत 3: अंगीकार करने और पश्चाताप करने के बाद, अपने जीवनसाथी, पासबान, या एक ईश्वरीय मित्र के प्रति जवाबदेह बनें।**

मसीह की देह के सदस्यों के रूप में, हमें प्रोत्साहन, सुरक्षा, उपदेश और सुधार के उद्देश्य से खुद को परमेश्वर और एक दूसरे के प्रति जवाबदेह बनाने के लिए कहा गया है। किसी पापपूर्ण व्यवहार को दूसरे के साथ बदलने की अपनी प्रतिबद्धता की साझेदारी करके, आप खुद को गोपनीयता से बाहर लाते हैं और किसी ऐसे व्यक्ति के समर्थन और प्रार्थना के लिए खुलते हैं जिस पर आप भरोसा कर सकते हैं। यह पाप को प्रकाश में लाने में मदद करता है।

#### तथ्य - फ़ाइल

जवाबदेही-एक खाता देने के अधीन, जवाबदेह, किसी के आचरण को समझाने वाला एक राज्य

### गहराई में अध्ययन करें

ये आयतें जवाबदेही के बारे में क्या कहती हैं?

इसलिये हम में से हर एक परमेश्वर को अपना अपना लेखा देगा। (रोमियों 14:12)

इसलिये तुम आपस में एक दूसरे के सामने अपने-अपने पापों को मान लो, और एक दूसरे के लिये प्रार्थना करो, जिस से चंगे हो जाओ: धर्मी जन की प्रार्थना के प्रभाव से बहुत कुछ हो सकता है। (याकूब 5:16)

हे भाइयो, यदि कोई मनुष्य किसी अपराध में पकड़ा भी जाए तो तुम जो आत्मिक हो, नम्रता के साथ ऐसे को संभालो, और अपनी भी चौकसी रखो कि तुम भी परीक्षा में न पड़ो। (गलातियों 6:1)

### निम्नलिखित सुझाई गई प्रार्थना करें:

प्रभु यीशु, मेरे सभी पापों के लिए क्रूस पर मरने के लिए धन्यवाद। आपने मेरे जीवन में जो काम शुरू किया था उसे पूरा करने के आपके वादे के लिए धन्यवाद। मेरे बच्चों के साथ मुझे आशीर्वाद देने के लिए धन्यवाद। अब मैं समझ गया हूँ कि वे आपकी ओर से उपहार हैं। इन बच्चों को उपहार न मानने और उन्हें बड़ा करने में जो गलतियाँ हुई हैं, उनके लिए मुझे क्षमा करें। मेरी मदद करें कि मैं आपको अपने जीवन में प्रथम स्थान दूँ, फिर आपके बच्चों को आपकी इच्छा और तरीकों के अनुसार प्यार करूँ और प्रशिक्षित करूँ। आपके नाम में मैं प्रार्थना करता हूँ। आमीन।

## चरण 2: क्षमा मांगें

शुरू करते समय, आप पहले परमेश्वर से क्षमा मांगते हैं और अंगीकार करते हैं, फिर अपने शब्दों, कार्यों या कार्यों की कमी से प्रभावित दूसरों से क्षमा मांगते हैं। (यह आपकी पालन-पोषण शैली पर लागू होता है।)

परमेश्वर ने हम पर शासन करने के लिए आत्मिक सिद्धांत दिये हैं। चाहे हम मसीही हों या गैर-मसीही, परमेश्वर के सिद्धांतों पर विश्वास करें या उन्हें अस्वीकार करें, ये आत्मिक सिद्धांत हमारे जीवन को नियंत्रित करते हैं। ऐसा ही एक सिद्धांत है क्षमा और मेल-मिलाप का। परमेश्वर हमें आदेश देते हैं कि जब भी संभव हो, हम उन लोगों के पास जाएं जिन्हें हमने ठेस पहुंचाई है, और विनम्रतापूर्वक उनसे क्षमा मांगकर मेल-मिलाप करें।

अफसोस की बात है कि माता-पिता शायद ही कभी अपने बच्चों के खिलाफ अपराध स्वीकार करते हैं। ये शब्द कम ही बोले जाते हैं: "मैंने ऐसा करके गलती की, और मुझे खेद है। क्या आप कृपया मुझे क्षमा करेंगे?" लेकिन ये माता-पिता और बच्चों के बीच उपचार और मेल-मिलाप लाने वाले सबसे शक्तिशाली शब्द हैं।

क्या आपको माफ कर दिया गया है यदि आपका बच्चा अठारह महीने का है और मुश्किल से बात करता है? नहीं यदि आप बचकाने व्यवहार के जवाब में क्रोधित होकर या चिल्लाकर असफल हो गए हैं, तो आपको यह समझाने की ज़रूरत है कि आप गलत क्यों थे और माफ़ी माँगें।

यीशु ने समझाया कि जब आप अपना उपहार वेदी पर ला रहे हैं (आज इसका मतलब होगा परमेश्वर की स्तुति, सेवा या उनका आशीर्वाद मांगने के लिए आना) और पवित्र आत्मा आपके मन में किसी अन्य व्यक्ति के संबंध में एक मुद्दा या अपराध लाता है (इस मामले में), आपका परिवार), आप उस रिश्ते को बहाल करने वाले पहले व्यक्ति हैं। इससे पता चलता है कि परमेश्वर के लिए यह कितना महत्वपूर्ण है कि हम एक-दूसरे के साथ मेल-मिलाप करें। वह कह रहा है कि उसके साथ अच्छा अनुग्रह सीधे दूसरों के साथ हमारे संबंध से संबंधित है।

यह जानकर, हमें अपराधों को शीघ्रता से दूर करने की आवश्यकता है। अभ्यास से आप पाएंगे कि यह जीवनशैली आशीर्वाद और शांति लाती है।

इसलिये यदि तू अपनी भेंट वेदी पर लाए, और वहाँ तू स्मरण करे, कि तेरे भाई के मन में तेरे लिये कुछ विरोध है, तो अपनी भेंट वहीं वेदी के सामने छोड़ दे, और जाकर पहले अपने भाई से मेल मिलाप कर और तब आकर अपनी भेंट चढ़ा। (मती 5:23-24)

शब्द "जाना" एक अनिवार्य क्रिया है, एक आदेश है। जब हम जानते हैं कि हमने अपने बच्चों के विरुद्ध पाप किया है, तो हमें उनके पास जाना चाहिए और क्षमा माँगनी चाहिए। ध्यान दें कि जाना शर्त नहीं है। कोई "यदि" शर्त नहीं है। शत्रु और हमारा अपना शरीर हमसे लड़ेगा और परमेश्वर की योजना का पालन न करने के लिए कई बहाने देगा।

ऊपर के पद में, परमेश्वर ने चार आवश्यकताओं की पहचान की:

1. उसकी ठीक से आराधना करने के लिए, आपको दूसरों के प्रति एक साफ दिल रखना होगा। वह रिश्तों को उच्च प्राथमिकता देते हैं।
2. मेल-मिलाप की एकमात्र जिम्मेदारी आप पर है, नाराज व्यक्ति पर नहीं।
3. परमेश्वर आपसे जल्द से जल्द कार्य करने की उम्मीद करता है।
4. पहले अपराध को दूर करो, फिर वापस आकर उसकी आराधना करो।

जब आप इसे पूरा करते हैं, तो आप न केवल प्रभु के प्रति आज्ञाकारी होते हैं, बल्कि आप अपने और अपने बच्चे के बीच चंगाई भी लाते हैं। जब अंगीकार किया जाता है और क्षमा दी जाती है, तो परमेश्वर आप दोनों में कार्य करता है। यह अलौकिक है।

## कार्य योजना

परमेश्वर से प्रतिदिन क्षमा का अभ्यास करने की शक्ति माँगते हुए एक प्रार्थना लिखें।

---



---



---



---



---

## परिवर्तन एक प्रक्रिया है

जैसे-जैसे आप इसका अभ्यास करेंगे यह प्रक्रिया आसान हो जाएगी और आप अपने बच्चे को परमेश्वर के मार्ग पर प्रशिक्षण देने का आशीर्वाद अनुभव करना शुरू कर देंगे। जैसे-जैसे आप पाप स्वीकार करते हैं और पश्चाताप करते हैं, आपका विवेक अधिक संवेदनशील हो जाएगा और धार्मिकता पर चलने की आपकी क्षमता बढ़ जाएगी। परमेश्वर की योजना का पालन करने से आपको शक्ति मिलेगी, और जैसे-जैसे आप आत्म-नियंत्रण हासिल करेंगे और प्यार से जवाब देना सीखेंगे, आपका पापपूर्ण व्यवहार कम हो जाएगा।

क्रोध तो करो, पर पाप मत करो; सूर्य अस्त होने तक तुम्हारा क्रोध न रहे, (इफिसियों 4:26)

गुस्सा स्वाभाविक है लेकिन जरूरी नहीं कि यह पाप की ओर ले जाए। और यदि ऐसा होता है, तो हमें प्रतिदिन क्षमा मांगने की प्रक्रिया का अभ्यास करना होगा। बस उस व्यक्ति के पास जाएं जिसे आपने नाराज किया है, विशेष रूप से अपराध बताएं, और माफी मांगें। "कृपया मुझे चिल्लाने के लिए क्षमा करें। कृपया मुझे उन कठोर शब्दों को कहने के लिए क्षमा करें। सुसंगत न रहने के लिए कृपया मुझे क्षमा करें।"

गुस्से में चिल्लाना दर्दनाक और अक्सर शर्मनाक होता है। इसलिए हम अपने पापपूर्ण व्यवहार और बढ़ती कड़वाहट को जारी रखने देते हैं क्योंकि हम समस्या पर दोबारा गौर नहीं करना चाहते हैं। जब परमेश्वर कहते हैं, "सूरज को डूबने मत दो," उनका मतलब है कि हमें अपने क्रोध को एक दिन से अधिक समय तक नहीं रहने देना है। हमें उस दर्द और तबाही को उसी दिन दूर करना होगा जो हम पैदा करते हैं। ऐसा करके हम स्वयं के साथ-साथ आहत व्यक्ति को भी मुक्त कर देते हैं।

हर बार जब आप अपने बच्चों पर चिल्लाते हैं, तो यह उनके दिलों को चाकू से काटने जैसा होता है। यदि आप क्षमा नहीं मांगते हैं और उपचार का मरहम नहीं लगाते हैं (जो क्षमा मांग रहा है), तो संक्रमण स्थापित हो जाएगा, फिर नाराजगी और फिर बदला। आपके पास ऐसे बच्चे हो सकते हैं जो पहले से ही क्रोधित, कड़वे और आहत हैं क्योंकि आपने उन्हें बार-बार काटा है और उन पर कभी माफी का लेप नहीं लगाया है।

जब आप क्षमा मांगते हैं, तो आप वह दवा दे रहे होते हैं जो परमेश्वर उनके फटे हुए दिल के लिए प्रदान करता है, और आप उपचार प्रक्रिया शुरू कर रहे हैं। यह बहुत महत्वपूर्ण है। यदि हम अपने बच्चों के साथ प्रतिदिन इसका अभ्यास नहीं करते हैं, तो यह हमारे स्वयं के आध्यात्मिक विकास और परिवर्तन में बाधा उत्पन्न करेगा। यदि हम ऐसा नहीं करना चुनते हैं, तो हम अपने बच्चे के दिल को कठोर बनाने के लिए दुश्मन के सबसे बड़े उपकरणों में से एक बन सकते हैं। और चले बनना और अनुशासन के बीज हृदय में प्रवेश नहीं कर पाएंगे और जड़ें नहीं जमा पाएंगे।

हमारे पापी व्यवहार का कोई बहाना नहीं है। हमें पूरी जिम्मेदारी लेनी चाहिए।

## पाठ 13

### क्षमा प्रदान करना

जैसा कि हमने पिछले दो पाठों में सीखा, फिर से शुरू करना - दोष स्वीकार करना और क्षमा मांगने के साथ शुरू होता है। आगे बढ़ने से पहले तीसरा और अंतिम कदम दूसरों को माफ करना है।

#### चरण 3: दूसरों को क्षमा करें

हमें क्षमा करने की आवश्यकता है, और इसमें निश्चित रूप से हमारे बच्चे भी शामिल हैं। आप सोच रहे होंगे, जब मेरे बच्चे मुझे चोट पहुँचाएँगे तो क्या होगा? आप अभी भी अपने बेटे पर उस कार को आनंद की सवारी पर ले जाने के लिए नाराज़ हो सकते हैं जिसकी कीमत \$800 थी। या आपकी बेटी जो कहती है कि आप उसकी जिंदगी बर्बाद कर रहे हैं और वह आपसे नफरत करती है।

जब क्षमा की बात आती है, तो मापने का उपकरण यह है कि मसीह ने हमें कितना क्षमा किया है (कुलुस्सियों 3:13)। हम यह नहीं माप सकते कि उसने कितना माफ किया है और कितना माफ कर रहा है।

#### गहराई में अध्ययन करें

क्षमा के बारे में परमेश्वर क्या कहता है? क्या आपकी आहत भावनाओं के संबंध में कोई शर्त है?

इसलिये परमेश्वर के चुने हुएों के समान जो पवित्र और प्रिय हैं, बड़ी करुणा, और भलाई, और दीनता, और नम्रता, और सहनशीलता धारण करो, और यदि किसी को किसी पर दोष देने का कोई कारण हो, तो एक दूसरे की सह लो और एक दूसरे के अपराध क्षमा करो; जैसे प्रभु ने तुम्हारे अपराध क्षमा किए, वैसे ही तुम भी करो। (कुलुस्सियों 3:12-13)

एक दूसरे पर कृपालु और करुणामय हो, और जैसे परमेश्वर ने मसीह में तुम्हारे अपराध क्षमा किए, वैसे ही तुम भी एक दूसरे के अपराध क्षमा करो। (इफिसियों 4:32)

#### क्षमा करना चुनने

आप अपने बच्चों के लिए मसीह के सेवक हैं और, इस तरह, आपके पास निरंतर क्षमा की मानसिकता होनी चाहिए। बस आज इसे जाने दो, चाहे जो भी हो। हमारे बच्चे जो गलतियाँ करते हैं उनमें से कुछ बड़ी हो सकती हैं और महंगी भी पड़ सकती हैं। लेकिन तुम्हें इसे जाने देना होगा। यह एक विकल्प है, परमेश्वर के प्रति आज्ञाकारिता का कार्य है। जब तक आपका मन न हो तब तक इंतजार न करें।

हमारे बच्चों का स्वभाव गिरा हुआ है और वे पाप करने में सक्षम हैं। क्योंकि हम उनके परमेश्वर प्रदत्त प्राधिकारी हैं, बचपन का विद्रोह अक्सर हम पर निर्देशित होता है। क्योंकि हम उनसे प्यार करते हैं और उनकी भलाई के लिए जिम्मेदार हैं, इसलिए उनका पाप हमें दुःख पहुँचाता है। लेकिन हमें प्रतिदिन अपने बच्चों के प्रति क्षमा और मेल-मिलाप के सिद्धांत को लागू करना चाहिए।

जब हम अपने बच्चों की असफलताओं को व्यक्तिगत रूप से लेते हैं, जब हम माफ करने से इनकार करते हैं और उनकी गलतियों को भूल जाते हैं (भले ही उन्होंने एक ही गलती दर्जनों बार की हो), तो हम मूर्ख हो रहे हैं। बढ़ते बच्चों के माता-पिता के रूप में, हमें सही दृष्टिकोण रखना चाहिए और उनकी असफलताओं का उसी तरह से इलाज

करना चाहिए जैसे जब वे चलना सीख रहे थे। उन्हें सीखने के लिए हताश नहीं बल्कि समर्थन, स्थिरता और प्रोत्साहन की जरूरत है।

जैसा कि हमने सीखा है, एक बच्चे की आज्ञा का उल्लंघन को प्रशिक्षण के साथ ठीक किया जाना चाहिए: नियम, सुधारात्मक परिणाम और दंड (जब आवश्यक हो)। लेकिन हमें उनके मूर्खतापूर्ण या विद्रोही व्यवहार के लिए उन्हें माफ करके माता-पिता-बच्चे के बीच प्यार भरा रिश्ता विकसित करने की चुनौती का भी सामना करना पड़ता है। चूंकि प्यार सबसे बड़ा प्रेरक है, यह बच्चे को आपके अधिकार का जवाब देने के लिए प्रेरित करेगा।

हमारा घर एक प्रशिक्षण स्थल है, और पालन-पोषण एक सेवकाई है। हम परमेश्वर की सेवा कर रहे हैं क्योंकि हम उनके बच्चों की सेवा और प्रशिक्षण कर रहे हैं। क्षमा एक गैर-परिवर्तनीय आवश्यकता है। कुछ बच्चे स्वाभाविक रूप से अधिक संवेदनशील होते हैं और आपसे क्षमा मांग सकते हैं, जबकि अन्य दूसरों की भावनाओं की परवाह किए बिना जीवन व्यतीत करते हैं। व्यक्तित्व चाहे जो भी हो, आपके कार्य और निर्देश किसी भी प्रकार के बच्चे को ईश्वरीय परिपक्वता की ओर ले जा सकते हैं। और जैसे हम अपने बच्चों को प्रशिक्षित कर रहे हैं, परमेश्वर हमें प्रशिक्षित कर रहे हैं। परिवर्तन कभी-कभी एक दर्दनाक प्रक्रिया होती यदि हम उस पर भरोसा करते हैं, तो परमेश्वर हमें अपने बच्चों की असफलताओं और गलतियों से मिलने वाली निराशाओं और चुनौतियों का उपयोग हमें अपनी छवि के अनुरूप बनाने के लिए करेगा।

## गहराई में अध्ययन करें

ये आयतें क्षमा के बारे में क्या कहती हैं?

और जब कभी तुम खड़े हुए प्रार्थना करते हो तो यदि तुम्हारे मन में किसी के प्रति कुछ विरोध हो, तो क्षमा करो: इसलिये कि तुम्हारा स्वर्गीय पिता भी तुम्हारे अपराध क्षमा करे। [और यदि तुम क्षमा न करो तो तुम्हारा पिता भी जो स्वर्ग में है, तुम्हारा अपराध क्षमा न करेगा।"] (मरकुस 11:25-26)

सब में श्रेष्ठ बात यह है कि एक दूसरे से अधिक प्रेम रखो, क्योंकि प्रेम अनेक पापों को ढाँप देता है। (1 पतरस 4:8)

## क्षमा के चार आवश्यक तत्व

### सिद्धांत 1: क्षमा गलतियों का लेखा-जोखा नहीं रखता।

एक बार जब आप अपने बच्चों सहित दूसरों को क्षमा कर देते हैं, तो आप उन गलतियों का लेखा जोखा नहीं रख सकते जो आपने ज़ेली हैं।

[प्रेम] गलतियों का कोई लेखा जोखा नहीं रखता। (1 कुरिन्थियों 13:5)

इसका मतलब यह है कि आप लगातार अपने बच्चों की असफलताओं को सामने नहीं ला सकते। कुछ माता-पिता लगातार अतीत में हुई बातों को सामने लाते हैं, जो विनाशकारी हैं और सच्ची क्षमा नहीं है। अगर आपमें वह बुरी आदत है तो उससे छुटकारा पाना जरूरी है। अपने नए पालन-पोषण के दृष्टिकोण, उपकरणों और रणनीतियों के साथ, आपने पल में अनुशासन करना सीख लिया है और अतीत को घसीटना नहीं सीखा है।

### आत्म-परीक्षा 1

क्या यह आपका अभ्यास रहा है? यदि हां, तो अंगीकार करने की प्रार्थना लिखें। परमेश्वर से अपने दिल को बदलने और आपको दोषी ठहराने की माँग कीजिए जब आप अतीत को सामने लाते हैं।

---



---



---



---



---

## सिद्धांत 2: क्षमा गपशप को समाप्त कर देती है।

अपने बच्चों की असफलताओं या पापों के बारे में दूसरों से गपशप न करें। जाहिर तौर पर पति-पत्नी के बीच अनुशासन के मुद्दों पर चर्चा करना स्वीकार्य है, लेकिन अपने बच्चों के सामने नहीं। अपने पासबान या आपकी सहायता करने वाले किसी सलाहकार से निजी तौर पर बात करना भी उचित होगा।

यदि आपका बच्चा पूरे दिन दुर्व्यवहार कर रहा है, तो माँ को दरवाजे पर पिताजी का स्वागत नहीं करना चाहिए और तुरंत नहीं चिल्लाना चाहिए, "आज जो हुआ उस पर आप विश्वास नहीं करेंगे।" इसके बजाय, माँ के लिए यह बताने के लिए एक समय निर्धारित करें कि दिन कैसा गुजरा, लेकिन बच्चों के सामने नहीं।

एक दिन, मेरी पत्नी और बेटी का एक साथ होमस्कूलिंग में खराब दिन गुजरा। जब मैं उस रात घर आया, तो मुझे पता चला कि यह बहुत कठिन था। बाद में उस शाम, मेरी पत्नी ने सारा विवरण बताया कि क्या हुआ था और उसने समस्याओं को कैसे संभाला था।

उस रात सोते समय, जब मैंने केटी के साथ प्रार्थना की, तो उसने परमेश्वर से कहा, "मैं प्रार्थना करती हूँ कि माँ और मेरा कल का दिन अच्छा हो।"

मैंने उसे चूमा और कहा, "हाँ, मैंने सुना है कि आपका दिन बहुत खराब गुजरा।"

वह हैरान थी। "आपको पता है?"

"बेशक मुझे पता है," मैंने कहा।

मैं उसे सोचते हुए देख सकता था। "क्या वह क्रोधित है?"

मैंने केवल इतना कहा, "मुझे यकीन है कि कल आपका दिन बेहतर होगा। मैं तुमसे प्यार करता हूँ, प्रिये," उसे एक चुम्बन दिया और बाहर चला गया।

स्थिति को संभाल लिया गया, और कैटी ने कभी भी अपनी माँ की सभी कमियों को सुनने की शर्मिंदगी महसूस नहीं की।

## आत्म-परीक्षा 2

क्या आप आत्म-दया की तलाश में या उनके पाप (गपशप) को उजागर करने के लिए अपने बच्चों की गलतियों और असफलताओं को दोस्तों या परिवार के अन्य सदस्यों के साथ बाँटा करते हैं? यदि हाँ, तो परमेश्वर से क्षमा मांगने के लिए प्रार्थना लिखें। फिर उन लोगों से क्षमा मांगें जिनसे आपने गपशप की थी, और समझाएं कि आपके लिए उन बातों को बाँटना गलत था।

---



---

## गहराई में अध्ययन करें

हमें जो बोलना है उसके बारे में ये आयतें क्या कहती हैं?

मेरे मुँह की सब बातें धर्म की होती हैं, उनमें से कोई टेढ़ी या उलट फेर की बात नहीं निकलती है। (नीतिवचन 8:8)

---

---

---

जो अपने मुंह को वश में रखता है वह अपने प्राण को विपत्तियों से बचाता है। (नीतिवचन 21:23)

---

---

---

शान्ति देने वाली बात जीवन-वृक्ष है, परन्तु उलट फेर की बात से आत्मा दुःखित होती है। (नीतिवचन 15:4)

---

---

---

### सिद्धांत 3: क्षमा अपराधों पर केन्द्रित नहीं होती।

इसलिये हे भाइयो, जो जो बातें सत्य हैं, और जो जो बातें आदरणीय हैं, और जो जो बातें उचित हैं, और जो जो बातें पवित्र हैं, और जो जो बातें सुहावनी हैं, और जो जो बातें मनभावनी हैं, अर्थात् जो भी सदगुण और प्रशंसा की बातें हैं उन पर ध्यान लगाया करो। (फिलिप्पियों 4:8)

जब कोई आपको ठेस पहुँचाता है, तो इसे उनके प्रति कड़वी भावना में न बदलने दें। इसे जाने दो, और यदि तुम नहीं कर सकते, तो परमेश्वर कहते हैं कि विनम्रता से उनके पास जाओ, मेल-मिलाप की तलाश में। यह बात हमारे बच्चों पर भी लागू होती है। उनकी पिछली गलतियों को अपने वर्तमान रवैये पर हावी न होने दें। सच्ची क्षमा माता-पिता में बच्चे से सर्वश्रेष्ठ की आशा करने, उसके लिए प्रार्थना करने और यहां तक कि सर्वश्रेष्ठ की उम्मीद करने का रवैया पैदा करती है, न कि अगली गलती होने की उत्सुकता से प्रतीक्षा करती है।

जहां तक हो सके, तुम भरसक सब मनुष्यों के साथ मेल मिलाप रखो। (रोमियों 12:18)

आपके बच्चे आपके प्रति गहरी कड़वाहट और क्रोध व्यक्त कर सकते हैं या रख सकते हैं। आपको किसी क्रोधित किशोर का सामना करना पड़ सकता है। आपके अच्छे इरादों के बावजूद, जब आप माफ़ी मांगेंगे तो हो सकता है कि वे सहयोग न करें। आपको अपने बच्चों तक पहुंचने की ज़रूरत है, लेकिन उनसे यह अपेक्षा न करें कि वे "ठीक हैं, धन्यवाद" कहें और आपको गले लगा लें। वे आप पर नजर रखेंगे और आपकी परीक्षा लेंगे। यह सामान्य है। धैर्यवान और प्रेमपूर्ण होने के लिए परमेश्वर की कृपा की तलाश करें।

### कार्य योजना

यदि आपका कोई बच्चा है जो आपके प्रति कड़वाहट या नाराजगी रखता है, तो परमेश्वर से प्रार्थना करें कि वह उनके दिल को नरम कर दे और दुश्मन के काम को रोक दे।

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

इसे रोजाना प्रार्थना में शामिल करें।



#### सिद्धांत 4: क्षमा बिना किसी सीमा के दी जाती है।

तब पतरस ने पास आकर उस से कहा, “हे प्रभु, यदि मेरा भाई अपराध करता रहे, तो मैं कितनी बार उसे क्षमा करूँ? क्या सात बार तक?” यीशु ने उससे कहा, “मैं तुझ से यह नहीं कहता कि सात बार तक वरन् सात बार के सत्तर गुने तक। (मती 18:21-22)

सेवक होने के नाते, हम अपने बच्चों को माफ करना कभी बंद नहीं कर सकते। हमारी मानसिकता होनी चाहिए कि हम उन्हें लगातार माफ करते रहेंगे, चाहे वे कुछ भी करें, भले ही उन्होंने जानबूझकर हमें चोट पहुंचाई हो। हमारा काम उन्हें प्यार करना और प्रशिक्षित करना है। हाँ, यह कठिन है। परमेश्वर के वचन पर कायम रहना और पवित्र आत्मा की शक्ति का आह्वान करना आवश्यक है—और यही एकमात्र तरीका है जिससे हम सफल होंगे।

पालन-पोषण करना कठिन है। यह निश्चित रूप से कार्यों के लिए नहीं है।

## पाठ 14

### पारिवारिक बैठक

अब समय आ गया है कि आप मेलमिलाप करें, अपने बच्चों को समझाएं कि आपने क्या सीखा है। दो माता-पिता वाले परिवार में, पति और पत्नी को पहले मिलकर प्रार्थना करनी चाहिए और प्रत्येक बच्चे के लिए नियमों, सुधारात्मक परिणामों, उचित दंडों और कामों पर सहमत होना चाहिए - और उन्हें लिखना चाहिए।

आप ऐसा अपने बच्चों के व्यवहार और रवैये से निराश होकर या अराजकता से तंग आकर नहीं कर रहे हैं। आप ऐसा इसलिए कर रहे हैं क्योंकि यह परमेश्वर की इच्छा है। उसने अपनी सच्चाई और आपके परिवार के लिए अपनी इच्छा प्रकट की है, इसलिए आपने जो सीखा है उसके जवाब में आप बदलाव कर रहे हैं।

यदि आपके किसी बच्चे को माता-पिता में से किसी एक के साथ गंभीर रिश्ते की समस्या है, तो परिवार की बैठक होने से पहले माता-पिता दोनों को उस बच्चे से व्यक्तिगत रूप से मिलना चाहिए। अन्यथा, यदि आप पहले पूरे समूह से मिलते हैं और समझाना शुरू करते हैं कि आप क्या करने जा रहे हैं, तो उस विशेष बच्चे का रवैया अन्य बच्चों की प्रतिक्रिया को कमजोर कर सकता है।

प्रार्थना के साथ इस व्यक्तिगत बैठक को खोलें, फिर विनम्रतापूर्वक पिछली समस्या को स्वीकार करें, और अपनी गलतियों के लिए उस बच्चे से क्षमा मांगकर उसके साथ मेलमिलाप स्थापित करें। विशिष्ट रहो। पिताजी को शुरुआत करनी चाहिए। माँ आगे जाती है। फिर अपने बच्चे को प्रतिक्रिया देने का अवसर दें। हालाँकि, अगर वे चुप रहें तो परेशान न हों।

#### तैयार रहें

सुनिश्चित करें कि पारिवारिक बैठक आयोजित करने से पहले आपने अपने नियम, सुधारात्मक परिणाम, उचित दंड और काम-काज की सूचियाँ लिख ली हों। अपने प्रत्येक बच्चे को एक कॉपी प्रदान करें, उन बच्चों को छोड़कर जो अभी तक पढ़ नहीं सकते हैं। बस अपने छोटे बच्चों को सूचियाँ दिखाएँ।

मेरे कार्यालय में कई मेलमिलाप बैठकें हुई हैं। मुझे उन आंसुओं और एकता को देखना अच्छा लगता है जो परमेश्वर उन बैठकों में लाते हैं, पवित्र आत्मा उन्हें कैसे आशीष देता है। लेकिन यह हमेशा उस तरह से नीचे नहीं जाता। कई बार बच्चा तुरंत सकारात्मक प्रतिक्रिया नहीं देता है। और यह ठीक है।

सबसे पहले, प्रार्थना के साथ बैठक शुरू करें, परमेश्वर से अपने घर में मदद और मार्गदर्शन मांगें। पिताओं, प्रार्थना का नेतृत्व करें, भले ही आपने पहले कभी अपने बच्चों के सामने प्रार्थना नहीं की हो। हाँ, आप शायद उन्हें परेशान कर देंगे, लेकिन फिर भी ऐसा करें। उन्हें साबित करें कि आप इन बदलावों के लिए परमेश्वर से मदद मांग रहे हैं।

दूसरा, एक समूह के रूप में अपने बच्चों से माफी मांगें। उनसे अपनी गलतियों, अपने पापों और अब तक उचित पालन-पोषण की समझ की कमी के लिए क्षमा करने के लिए कहें। भले ही आप पहले ही किसी एक बच्चे से व्यक्तिगत रूप से माफी मांग चुके हों, फिर भी ऐसा दोबारा करें ताकि आपके अन्य बच्चे इसे देख सकें। सामूहिक रूप से दोबारा क्षमा मांगना विनम्रता दर्शाता है। और दूसरे बच्चों ने शायद देखा होगा कि आपने अपने व्यवहार से उन्हें ठेस पहुँचाई है। सभी बच्चों के सामने आपकी स्वीकृति आपकी ईमानदारी पर जोर देती है।

यह इस तरह लग सकता है: "कुछ चीजें माँ और मेरे ध्यान में लाई गई हैं, ऐसी चीजें जो हम माता-पिता के रूप में गलत कर रहे हैं। हम पहले से ही जाँश के साथ बैठे थे और उससे कहा कि हम उसके साथ जो कह रहे हैं और कर रहे हैं उसके लिए हमें माफ कर दें। लेकिन हम आप सभी बच्चों से यह कहना चाहते हैं, चिल्लाने और असंगति के लिए, हमें खेद है।"

तीसरा, अपने बच्चों को अपनी भावनाओं को व्यक्त करने का अवसर दें, लेकिन इसकी आवश्यकता न रखें। यदि वे कुछ भी बाँटते हैं, तो पिताजी, प्रभु द्वारा उनके माध्यम से प्रकट किए गए किसी भी विशिष्ट पाप के लिए क्षमा मांगते रहें। माताओं, क्षमा मांगने के लिए भी तैयार रहें। याद रखें, पिताजी, आप इस चर्चा का नेतृत्व कर रहे हैं और चीजों को शांतिपूर्ण बनाए रख रहे हैं।

अंत में, पालन-पोषण के इस नए तरीके के लिए अपने कारणों और उद्देश्यों को पूरी तरह से समझाते हुए, अपने बच्चों को अनुशासन की नई योजना से परिचित कराएं। नियमों, सुधारात्मक परिणामों के उद्देश्य और सज़ा कैसे और क्यों होगी, स्पष्ट करें। परिणामों सहित कार्य सूची की समीक्षा करें। सुनिश्चित करें कि आप संचार करें कि ये परिवर्तन इसलिए नहीं हो रहे हैं क्योंकि वे खराब हैं। आप अचानक मार्शल लॉ लागू नहीं कर रहे हैं

पाठ 8, " पिटाई के सिद्धांत," और पाठ 9, "सकारात्मक बनाम सुधारात्मक की समीक्षा करें।"

### अनुशासन समझाने के लिए दिशानिर्देश

निम्नलिखित दिशानिर्देश आपको अपनी बैठक की तैयारी में मदद करेंगे। जब आप यह निर्धारित करते हैं कि आप क्या कहना चाहते हैं तो सिद्धांतों से परिचित होने के लिए पाठों की समीक्षा करें। तैयारी करते समय परमेश्वर से ज्ञान मांगें। आवश्यकतानुसार अपने स्वयं के नोट्स बनाएं।

1. समझाएं कि अनुशासन बाइबिल आधारित है, और जिस तरह से आप अपने बच्चों को प्रशिक्षित करते हैं उसके लिए परमेश्वर आपको जवाबदेह ठहरा रहे हैं।
2. सुधारात्मक परिणाम और सज़ा के बीच अंतर और प्रत्येक के कारणों को स्पष्ट करें। (पाठ 4 देखें)।
3. परिपक्व वयस्क की परिभाषा स्पष्ट करें। फिर समझाएं कि आपकी परमेश्वर प्रदत्त जिम्मेदारी उन्हें प्यार से परिपक्व वयस्क बनने के लिए प्रशिक्षित करना है। (पाठ 2 देखें)
4. समझाएं कि परिवार एक टीम है, और सभी को मिलकर काम करने की ज़रूरत है इसलिए घर परिवार के सभी सदस्यों के लिए आश्रय और शांति का स्थान होगा।
5. साप्ताहिक पारिवारिक बाइबल अध्ययन की ज़रूरत और अपनी इच्छा के बारे में समझाइए। उन्हें बताएं कि यह दिन और समय होगा। ("साप्ताहिक बाइबल अध्ययन के लिए सात कदम" के लिए वॉल्यूम 3, पाठ 10 देखें)।

### कार्य योजना

निम्नलिखित परिभाषाओं को अपने शब्दों में लिखिए। अगर शादी हो गई है, तो इसे एक साथ करें। इसके माध्यम से जल्दी मत करो। आपको अपने बच्चों को परमेश्वर की पालन-पोषण योजना को स्पष्ट रूप से समझाने की आवश्यकता है। आवश्यकतानुसार पाठ 2 की समीक्षा करें।

नैतिकता और मूल्य

---



---



---

व्यक्तिगत जिम्मेदारी

---



---

आत्म - संयम

---



---

**पारिवारिक बाइबल अध्ययन**

हर हफ्ते बाइबल अध्ययन करने से आपके परिवार को फिर से शुरुआत करने में मदद मिलेगी। यदि संभव हो, तो अपने पांच से दस साल के बच्चों के लिए एक और बड़े बच्चों के लिए अलग रखें। कुछ घरों में माताएँ छोटे बच्चों के साथ काम करती हैं जबकि पिता बड़े बच्चों के साथ भक्ति करते हैं। लेकिन सावधान रहें, पिताओं। इसे पूरी बात माँ से छीनने के अवसर के रूप में उपयोग न करें। आप अपने घर के याजक हैं। आपको उस जिम्मेदारी को बहुत गंभीरता से लेना चाहिए। आत्मिक अगुवे के रूप में अपनी भूमिका को पूरा करना आपकी पत्नी की साथी की आवश्यकताओं में से एक है और परमेश्वर की ओर से आपके लिए एक आदेश है (इफिसियों 6:4)।

मेरी पत्नी ने हमारी बेटी को घर पर ही पढ़ाया और बाइबल अध्ययन उनकी दिनचर्या का हिस्सा था। मैं लगभग हर दिन शाम को प्रार्थना के समय उसके साथ बाइबल अध्ययन करने जाता था। मैंने अपने बच्चों के साथ साप्ताहिक बाइबल अध्ययन भी किया जब तक कि वे हमारा घर नहीं छोड़ गए।

**परिवर्तन करना**

नियमों और अनुशासन की सूची अपने घर के किसी आवश्यक क्षेत्र, जैसे कि रसोई में लगाएं, लेकिन सामने (रेफ्रिजरेटर पर) नहीं। आपके बच्चों के दोस्त आकर इसके बारे में पूछ सकते हैं, जिससे आपके बच्चे असहज हो सकते हैं। छोटे बच्चों को इस बात से कोई फर्क नहीं पड़ता कि आप इसे कहां पोस्ट करते हैं, लेकिन जब वे बड़े हो जाते हैं तो ऐसी चीजों को लेकर अधिक संवेदनशील हो जाते हैं।

इसे किचन कैबिनेट, दर्राज या अलमारी के अंदर रखें और बच्चों को उनकी अपनी कॉपीयाँ दें। आपके किशोर शायद इसे अपने कमरे में नहीं लगाना चाहेंगे। उसपर ज़ोर ना दें। बस उन्हें एक कॉपी दें। वे शायद इसे खो देंगे या फेंक देंगे, यही वजह है कि आप अपनी कॉपी पोस्ट करें।

सावधान रहें कि यदि इससे पहले आपके घर में छोटी संरचना थी, तो आपके बच्चे आपकी नई योजना पर खुशी से नहीं उछलेंगे। पहले सप्ताह या उसके बाद अपने अनुशासन को लागू करने में कुछ अनुग्रह दें। यदि आपने अतीत में बहस करने और वाद-विवाद करने की अनुमति दी है, तो उन्हें काम पूरा करने में थोड़ा विलंब करने दें। बुरी आदतें छोड़ने में समय लगेगा। उन्हें बताएं कि उन्हें अगले पांच दिनों तक हर दिन एक अनुस्मारक मिलेगा, लेकिन फिर कोई अनुस्मारक नहीं होगा।

यदि आपने बहस को लंबे समय तक चलने दिया है, तो आपको अतिरिक्त कोचिंग प्रदान करने की आवश्यकता होगी। अब जब आपने सम्मान को परिभाषित कर लिया है और उचित सुधारात्मक परिणाम लागू कर दिए हैं, तो आप शांति से यह कहकर गर्म हो रही बातचीत को रोक सकते हैं, "रुको, प्रिये। मैं जानता हूँ कि यह कुछ ऐसा है जो हम किया करते थे, लेकिन याद रखें कि यह अनादर का क्षेत्र है। मैं अभी आपको इसे एक साथ खींचने की चेतावनी दे रहा हूँ। फिर, यदि वे जारी रखते हैं, तो आपको उनका पालन करना होगा और उन्हें पूर्व निर्धारित सुधारात्मक परिणाम देना होगा।

अनुग्रह अवधि की अनुमति दें। लेकिन पांच दिनों के बाद, उन्हें याद दिलाएं कि उन्हें और कोई चेतावनी नहीं मिलेगी।

## आवश्यकतानुसार पुनर्मूल्यांकन करें

एक बार जब नई व्यवस्था कुछ समय के लिए चल रही हो, तो आपको पता चल सकता है कि आपके कुछ नियम और अनुशासन अनुचित या बहुत कठोर हैं। व्यवस्था कैसे काम कर रही है, इसका मूल्यांकन करते समय परमेश्वर के मार्गदर्शन के प्रति संवेदनशील रहें।

माता-पिता अक्सर मुझसे संपर्क करते हैं और यह तय करने की कोशिश करते हैं कि क्या उचित है और क्या नहीं। सत्रह वर्षीय एक बच्चे के पिता ने पूछा कि क्या रात 9:00 बजे एक अनुचित सोने का समय था। मैंने उसे बताया कि यह उसकी उम्र के हिसाब से बहुत जल्दी है और बेटे से पूछा कि वह कितनी देर तक उठना चाहता है। जब बेटे ने दस बजे के लिए कहा, तो उसके पिता ने सोचा कि ठीक है। मैंने उनसे कहा कि नियम बदलना अच्छा है।

यदि बच्चे दृढ़तापूर्वक विरोध कर रहे हैं, और आपको लगता है कि नियम बहुत कठोर हो सकता है, तो परमेश्वर की तलाश करें और कुछ सलाह लें। पिताओं, अपनी पत्नी की बात सुनने और उस पर विचार करने के लिए तैयार रहें। यदि आप तय करते हैं कि नियम बहुत कठोर है, तो इसे बदल दें। याद रखें, आपका परिवार एक टीम है।

## समय समय पर पारिवारिक बैठकें

अगले छह महीनों तक हर दो महीने में एक अनुवर्ती बैठक करें। उनकी प्रतिक्रिया प्राप्त करना महत्वपूर्ण है। आपको उन क्षेत्रों को मजबूत करने की आवश्यकता हो सकती है जो पुरानी आदतों में वापस आना शुरू हो गए हैं। एक परिवार के रूप में एक साथ आएं और इन चीजों पर चर्चा करें। हालाँकि, इसे बातचीत का समय न बनाएं। आप अभी भी अगुवे हैं।

पति और पत्नी के लिए यह भी महत्वपूर्ण है कि वे इस बारे में नियमित रूप से संवाद करें कि चीजें कैसे आगे बढ़ रही हैं, जैसे कि जब मेरी पत्नी ने मुझे केटी के साथ होमस्कूलिंग के कठिन दिन के बारे में बताया था और उसने इसे कैसे हल किया था। लेकिन याद रखना, माँ, जैसे ही पिताजी उस दिन हुई सभी बुरी चीजों के साथ दरवाजे पर आते हैं, तो उन पर हमला न करें। घर को हर किसी के लिए आश्रय माना जाता है। उसके साथ चर्चा करें कि जानकारी प्रस्तुत करने का सबसे अच्छा समय कब है।

## अपने आप को बार-बार जाँचें

माता-पिता को व्यक्तिगत प्रगति का लगातार मूल्यांकन करने की आवश्यकता है। पहला, क्या यीशु अभी भी आपकी मजबूत नींव की आधारशिला है? जैसा कि आप जानते हैं, आपकी आत्मिक नींव (दैनिक भक्ति समय) एक सेवक के रूप में आपकी नौकरी को पूरा करने का सबसे महत्वपूर्ण पहलू है।

दूसरा, प्रत्येक बच्चे के साथ अपने रिश्ते की गुणवत्ता के बारे में जागरूक रहना जारी रखें। प्रत्येक व्यक्ति अनोखा है और उसे अपनी विशिष्ट व्यक्तित्व आवश्यकताओं के अनुरूप आश्वासन और अनुशासन की आवश्यकता होती है। कभी भी अपने बच्चे की तुलना किसी और से न करें।

तीसरा, निम्नलिखित क्षेत्रों में अपनी प्रगति का मूल्यांकन करें:

- क्या आप प्यार से जवाब दे रहे हैं या गुस्से में?
- क्या आप समय और उचित स्नेह देकर प्रेम का संचार कर रहे हैं?
- क्या आप ईमानदारी से चले बना रहे हैं?
- क्या आपकी अनुशासन प्रणाली परमेश्वर की प्रबंधन शैली पर आधारित है?
- क्या आप एक टीम के रूप में काम कर रहे हैं?
- क्या आप प्रशिक्षण योजना के अनुरूप बने हुए हैं?

यदि आप इनमें से किसी भी सिद्धांत के बारे में अनिश्चित हैं, तो रिक्रेशर के लिए पाठों को दोबारा पढ़ें। मूल्यांकन करना महत्वपूर्ण है क्योंकि यदि एक भी विफल हो गया, तो योजना अस्त-व्यस्त हो सकती है। आप कैसे कर रहे हैं इसका प्रभावी ढंग से मूल्यांकन करने के लिए, अपैडिक्स एस: माता पिता आत्म-मूल्यांकन की समीक्षा करें।

## अंतिम उपदेश

याद रखें कि परमेश्वर आज्ञाकारिता को आशीष देता है। आपके द्वारा सीखे गए सिद्धांतों को लगातार लागू करने से, आप उनके हस्तक्षेप को सीधे अपने घर में लाएंगे। आप उसके तौर-तरीकों को समझना शुरू कर देंगे और परमेश्वर की इच्छा के प्रति समर्पित हो जाएंगे कि आप उसे यह बात करते हुए सुन सकेंगे कि तुम्हारे घर को कैसे काम करना चाहिए, तुम्हारे पास क्या नियम होने चाहिए, और प्रत्येक बच्चे की विशिष्ट आवश्यकताएँ क्या होनी चाहिए।

परमेश्वर चाहता है कि आप अपने बच्चों को उस तरह से प्रशिक्षित करने में सफल हों जिस तरह उन्हें करना चाहिए। यह मेरी गहरी आशा है कि इस श्रृंखला में आपने जो सिद्धांत और उपकरण सीखे हैं, वे उस लक्ष्य को प्राप्त करने में आपकी सहायता करेंगे। वॉल्यूम1 से याद रखें, परमेश्वर चमत्कार से वह नहीं करता जो उसने आपको आज्ञाकारिता द्वारा करने के लिए कहा है।

कृपया अतिरिक्त जानकारी और सामग्री के लिए या हमसे संपर्क करने के लिए हमारी वेबसाइट, [FDM.world](http://FDM.world) पर जाएँ। इस श्रृंखला में इन सिद्धांतों को लागू करने में आपकी सहायता के लिए कार्यपुस्तिकाएँ और वीडियो शामिल हैं। छोटे या बड़े समूहों के लिए एक अगुवे की मार्गदर्शिका भी उपलब्ध है।

अब जाओ और अपने बच्चों की सेवा करो। वे वास्तव में परमेश्वर द्वारा आपको दिए गए उपहार हैं। और जो बातें तुमने सीखी हैं उनमें दूसरों को चेले बनाने के बारे में प्रार्थना करना शुरू करो।

## अपेंडिक्स संसाधन

इन अपेंडिक्स को अतिरिक्त संसाधनों के रूप में शामिल किया गया है। वे सभी पाँच वॉल्यूम में पाए जाते हैं, लेकिन प्रत्येक वॉल्यूम में सभी अपेंडिक्स शामिल नहीं हैं। यदि आप किसी विशिष्ट अपेंडिक्स की समीक्षा करना चाहते हैं, तो नीचे दी गई सूची में देखें कि यह कहाँ स्थित है।

परिशिष्ट A: माता-पिता प्रतिबद्धता पत्र	वॉल्यूम 1
	खंड 1
परिशिष्ट B: मसीह के लिए अपना जीवन समर्पित करना	खंड 1
परिशिष्ट C: भगवान के साथ दैनिक अंतरंगता विकसित करना	खंड 1&3
परिशिष्ट D: अनुशासित पुस्तकें	खंड 2
परिशिष्ट E: विश्वास और क्षमा	खंड 2&4
	खंड 2&4
परिशिष्ट F: प्रभावी सुनना आत्म-मूल्यांकन	खंड 2
परिशिष्ट G: अपने प्यार संचार में सुधार	खंड 3
परिशिष्ट H: अपने बच्चे के लिए प्यार दिखा रहा है	खंड 3
	खंड 3
परिशिष्ट I: एकल माता-पिता के लिए आवश्यक	खंड 3
परिशिष्ट J: मिश्रित परिवार का पालन-पोषण	खंड 4
परिशिष्ट K: मसीह के लिए एक बच्चे का नेतृत्व करना	खंड 4
	खंड 4
परिशिष्ट L: अनुचित मनोरंजन	खंड 4
परिशिष्ट M: अनुशासित व्यवहार	खंड 4
परिशिष्ट N: नियम और परिणाम	खंड 4
	खंड 4
परिशिष्ट O: सकारात्मक सुदृढीकरण	खंड 1-4
परिशिष्ट P: घर का काम की सूची	
परिशिष्ट Q: किशोरों के लिए प्रश्नावली	
परिशिष्ट R: नए वयस्कों के लिए प्रश्नावली	
परिशिष्ट S: माता-पिता का आत्म-मूल्यांकन	
परिशिष्ट T: शब्दावली	

## परिशिष्ट F

### प्रभावी सुनना आत्म-मूल्यांकन

इस आत्म – मूल्यांकन को पूरा करें ताकि आप अपनी सुनने की आदतों के बारे में अधिक जागरूक हो सकें। प्रत्येक प्रश्न का उत्तर सोच-समझकर और ईमानदारी से दें।

#### संचार की आदतों का पता चला

#	क्या आप निम्नलिखित करते हैं?	अधिकांश समय	अक्सर	कभी-कभी	कभी नहीं
1	जब आप उनसे सहमत नहीं होते हैं या सुनना नहीं चाहते हैं तो अपने बच्चे को ट्यून करें?				
2	क्या कहा जा रहा है पर ध्यान केंद्रित करें, भलेही आप वास्तव में रुचि नहीं रखते हैं				
3	मान लीजिए कि आप जानते हैं कि आपका बच्चा क्या कहने जा रहा है और सुनना बंद कर देंगे ?				
4	अपने शब्दों में दोहराएं कि आपके बच्चे ने अभी क्या कहा है ?				
5	अपने बच्चे के दृष्टिकोण को सुनें, भलेही यह आपके दृष्टिकोण से अलग हो ?				
6	उनसे कुछ सीखने के लिए खुले रहें, भलेही यह महत्व हीन लगता है ?				
7	पता लगाएं कि शब्दों का क्या अर्थ है जब वे उन तरीकों से उपयोग किए जाते हैं जो आपसे परिचित नहीं हैं ?				
8	अपने मन में एक खंडन बनाएं, जब कि आप का बच्चा अभी भी बात कर रहा है ?				
9	जब आप नहीं सुन रहे हैं तो भी सुनने जैसा दिखा रहे हैं ?				
10	दिन में सपने देखते हैं जब आप का बच्चा बात कर रहा है ?				
11	मुख्य विचारों के लिए सुनते हैं, केवल तथ्यों के लिए नहीं ?				
12	पहचानते हैं कि शब्दों का मतलब हमेशा अलग-अलग लोगों के लिए एक ही बात नहीं है ?				
13	केवल वही सुनते हैं जो आप सुनना चाहते हैं, अपने बच्चे के पूरे संदेश को मिटा देते हैं ?				



## संचार की आदतों का पता चला (जारी)

#	क्या आप निम्नलिखित करते हैं?	अधिकांश समय	अक्सर	कभी-कभी	कभी नहीं
14	अपने बच्चे को देखो जब वे बोल रहे हैं?				
15	अपने बच्चे के अर्थ पर ध्यान केंद्रित करें बजाय इसके कि वह कैसा दिखता है?				
16	जानें कि आप किन शब्दों और वाक्यांशों को भावनात्मक रूप से जवाब देते हैं				
17	इस बारे में सोचें कि आप अपने संचार के साथ क्या हासिल करना चाहते हैं?				
18	यह कहने के लिए सबसे अच्छा समय योजना बनाएं कि आप क्या कहना चाहते हैं?				
19	इस बारे में सोचें कि आप जो कहते हैं उस पर दूसरा व्यक्ति कैसे प्रतिक्रिया दे सकता है?				
20	संवाद करने का सबसे अच्छा तरीका (लिखित, बोली जाने वाली, और / या समय) पर विचार करें?				
21	उनसे बात करते समय हमेशा अपने बच्चे की भावनात्मक स्थिति की परवाह करें (यदि वे तनावग्रस्त, उदास, चिंतित, शत्रुतापूर्ण, उदासीन, जल्दबाजी, गुस्से में, आदि हैं)?				
22	प्रत्येक बच्चे के व्यक्तित्व के लिए अपने संचार को समायोजित करें?				
23	मान लें कि आपका बच्चा जानता है और समझता है कि आप क्या संवाद कर रहे हैं और / या उनसे संवाद कर रहे हैं?				
24	अपने बच्चे को रक्षात्मक बनने के बिना आपके प्रति नकारात्मक भावनाओं को सम्मानपूर्वक व्यक्त करने की अनुमति दें?				
25	नियमित रूप से अपनी सुनने की दक्षता बढ़ाने के लिए प्रयास करें?				
26	याद रखने में आपकी मदद करने के लिए आवश्यक होने पर नोट्स लें?				
27	परिवेश से विचलित हुए बिना बारीकी से सुनो?				
28	न्याय या आलोचना के बिना अपने बच्चे को सुनो?				

**संचार की आदतों का पता चला (जारी)**

#	क्या आप निम्नलिखित करते हैं?	अधिकांश समय	अक्सर	कभी-कभी	कभी नहीं
29	यह सुनिश्चित करने के लिए निर्देशों और संदेशों को फिर से बताएं कि आप सही ढंग से समझते हैं?				
30	इस बारे में चिंता करें कि आपका बच्चा ऐसा क्यों महसूस करता है जैसा वे करते हैं?				

**तीस सवालों के जवाब देने के बाद, अगले पृष्ठ पर स्कोरिंग इंडेक्स पूरा करें।**

## प्रभावी श्रवण स्व-मूल्यांकन स्कोरिंग सूचकांक

उस संख्या को सर्कल या हाइलाइट करें जो उस श्रेणी का प्रतिनिधित्व करती है जिसे आपने प्रभावी श्रवण स्व-मूल्यांकन के प्रत्येक आइटम पर चेक किया था।

#	ज्यादातर समय	बार बार	कभी कभी	लगभग कभी नहीं
1	1	2	3	4
2	4	3	2	1
3	1	2	3	4
4	4	3	2	1
5	4	3	2	1
6	4	3	2	1
7	4	3	2	1
8	1	2	3	4
9	1	2	3	4
10	1	2	3	4
11	4	3	2	1
12	4	3	2	1
13	1	2	3	4
14	4	3	2	1
15	4	3	2	1
16	4	3	2	1
17	4	3	2	1
18	4	3	2	1
19	4	3	2	1
20	4	3	2	1
21	4	3	2	1
22	4	3	2	1
23	1	2	3	4
24	4	3	2	1
25	4	3	2	1
26	4	3	2	1
27	4	3	2	1
28	4	3	2	1
29	4	3	2	1
30	4	3	2	1
उपयोग				

नीचे अपने उप-योगों की गणना करें, और फिर उन्हें अपने भव्य योग के लिए एक साथ जोड़ें। अगले पृष्ठ पर अपने सुनने के स्तर का निर्धारण करें।

**महायोग** \_\_\_\_\_

## सुनने का स्तर

अपने सुनने के स्तर को निर्धारित करने के लिए नीचे दिए गए उचित लाइन पर अपना स्कोर लिखें।

110-120:	उत्कृष्ट श्रोता	_____
99-109:	औसत श्रोता से ऊपर	_____
88-98:	औसत श्रोता	_____
77-87:	निष्पक्ष श्रोता	_____
<77:	खराब से बहुत खराब श्रोता	_____

अपने सुनने के स्तर को निर्धारित करने के बाद, आपको बदलने के लिए क्षेत्रों की पहचान करने की आवश्यकता हो सकती है। परिशिष्टजी में अगले साथी कार्य पत्रक को पूरा करें: अपने प्यार संचार में सुधार, जिसका उपयोग इस आत्म-मूल्यांकन के साथ किया जाना चाहिए जब आप देखते हैं कि अप्रिय संचार प्रदर्शित किया जा रहा है।

याद रखें: मसीह का एक सच्चा शिष्य केवल बौद्धिक ज्ञान प्राप्त करने की कोशिश नहीं कर रहा है। एक सच्चा चेलास्वयं को सीखने और उन सिद्धांतों के अनुसार जीने के लिए निवेश करता है जिन्हें परमेश्वर अपने वचन में सिखाता है। परमेश्वर इस सामग्री के माध्यम से आपको जिन सिद्धांतों को प्रकट करता है, उनके अनुसार सीखने और जीने के लिए आपका निवेश आप के जीवन को परमेश्वर की इच्छाओं के अनुसार बदल देगा।

## परिशिष्ट G

### अपने प्यार संचार में सुधार

व्यक्तिगत रूप से पूरा करें, फिर समीक्षा करें और विवाहित होने पर एक जोड़े के रूप में चर्चा करें।

परिशिष्टएफ को पूरा करने के बाद: प्रभावी सुनना आत्म-मूल्यांकन और अपने स्कोर को कुल करना, प्राथमिकता से उन क्षेत्रों को सूची बद्ध करें जिन्हें आप को बदलने की आवश्यकता है।

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_
6. \_\_\_\_\_
7. \_\_\_\_\_

समीक्षा करें किवॉल्यूम 2 में प्रेम क्या है, पाठ 4-10। किसी भी बाइबिल संचार की आदतों को प्राथमिकता से सूची बद्ध करें जो आप अपने घर में अभ्यास कर रहे हैं। इन्हें बदलने के लिए भगवान की कृपा और शक्ति के लिए प्रार्थना करें।

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_
6. \_\_\_\_\_
7. \_\_\_\_\_
8. \_\_\_\_\_
9. \_\_\_\_\_
10. \_\_\_\_\_

### सामंजस्य

यदि आपको लगता है कि आप अपने बच्चों (या किसी अन्य व्यक्ति) के लिए प्यार भरे संचार का प्रदर्शन नहीं कर रहे हैं, तो सुलह के लिए नीचे दिए गए चरणों का पालन करें।

1. परमेश्वर के सामने यह स्वीकार करो और उससे अपने बच्चे/ बच्चों को प्रेम का संचारन करने के लिए आप को क्षमा करने के लिए कहें।

यदि हम अपने पापों को मान लें, तो वह हमारे पापों को क्षमा करने, और हमें सब अधर्म से शुद्ध करने में विश्वास योग्य और धर्मी है। (1 यूहन्ना1:9)

2. परमेश्वर से अपने दिल को अपने बच्चे / बच्चों के लिए नए सिरे से प्यार से भरने के लिए कहें।  
“और आशा से लज्जा नहीं होती, क्योंकि पवित्र आत्मा जो हमें दिया गया है उसके द्वारा परमेश्वर का प्रेम हमारे मन में डाला गया है।” (रोमियों 5:5)
3. अपने बच्चे / बच्चों के पास जाएं और एक उम्र-उपयुक्त स्वीका रोकित करें।  
उदाहरण के लिए, “मैं तुम से प्यार करता हूँ, लेकिन मुझे पता है कि मैं आपको अपने शब्दों के साथ उस प्यार को नहीं दिखा रहा हूँ। मैं अधीर (निर्दयी, आदि) रहा हूँ, और मुझे माफीमांगने की आवश्यकता है। कृपया मुझे क्षमा कर दो। मैं तुम से प्यार करता हूँ, और मैं तुम्हारी माँ / पिता जी होने के लिए बहुत खुश हूँ।”
4. अपने बच्चे के साथ प्रार्थना करें।

### प्रति बद्धता

इन क्षेत्रों को बदलने और माता-पिता परमेश्वर की इच्छा बनने की अपनी शक्ति के लिए प्रभुकी खोज करने के लिए प्रति बद्धता की प्रार्थना लिखें।

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## परिशिष्ट M

### अनुशासनात्मक व्यवहार

यदि विवाहित हैं तो एक जोड़े के रूप में समीक्षा करें और चर्चा करें।

माता-पिता को बुरे व्यवहार से कैसे निपटना चाहिए, इस बारे में बहुत भ्रम होता है। यह परिशिष्ट आपको अपने बच्चों के बुरे व्यवहार से निपटने के तरीके के बारे में एक बेहतर दृष्टिकोण प्राप्त करने में मदद करेगा। क्या करें और क्या न करें।

हमें अपने बच्चों को वैसा ही महसूस करने देना चाहिए जैसा वे महसूस करते हैं। आखिरकार, भगवान ने हमें हमारी भावनाओं को दिया

क्रोधित हो जाओ और पाप मत करो। (भजन संहिता 4:4)

#### दिल तक पहुँचना

व्यवहार कुछ ऐसा है जो हम करते हैं या नहीं करते हैं, या तो एक नियम तोड़कर या हमसे जो अपेक्षित है वह नहीं करते हैं। व्यवहार को अनुशासन / प्रशिक्षण के माध्यम से बदला जा सकता है, जो एक सुधारात्मक परिणाम है

दृष्टिकोण हृदय से उपजा है। एक बच्चे का हृदय केवल हमारे

अधिकार को स्वीकार करने की उनकी इच्छा के माध्यम से बदला जा सकता है, हमसे मसीह के प्रेम और उनके लिए परमेश्वर के निर्देशों को प्राप्त करने के लिए।

रवैया- एक आस [redacted]। व्यवहार-व्यवहार करने का कार्य या तरीका। हेरफेर- कलात्मक, अनुचित, या कपटी साधनों द्वारा नियंत्रित या खेलना, विशेष रूप से अपने स्वयं के लाभ के लिए। बदला-अपमान के बदले में चोट पहुँचाना

एक विद्रोही दिल एक दुखी दिल है। इसमें कोई शांति, आनन्द, संतोष या स्थायी आनंद नहीं है - यह सब परमेश्वर की रचना के द्वारा किया गया है। यदि आप जानते हैं कि आपका बच्चा आपके प्रति कड़वाहट पैदा कर रहा है या अपने जीवन के लिए परमेश्वर की योजना के खिलाफ विद्रोह कर रहा है, तो इसके लिए बिना किसी समझौते के प्रार्थना और धैर्य के प्रति आपकी प्रतिबद्धता की आवश्यकता है। समझौता करने का मतलब माता-पिता के लिए कई चीजें हैं:

- आप एक बच्चे के बुरे रवैये को आपको गुस्सा या नाराज करने की अनुमति देते हैं। आप अपने बच्चे के साथ जिस तरह से व्यवहार करते हैं, उसमें आप भगवान को गलत तरीके से प्रस्तुत करते हैं।
- आप बच्चे के बुरे रवैये को अपनी आंतरिक शांति से लूटने की अनुमति देते हैं।
- आप बच्चे के बुरे रवैये को यह निर्धारित करने की अनुमति देते हैं कि आप अपने सहमत सुधारात्मक परिणाम के साथ कैसे पालन करते हैं- या आप इसे जोड़ते हैं

कुछ बच्चे अपनी भावनाओं को हेरफेर या बदला लेने के रूप में उपयोग करते हैं। वे माता-पिता में हेरफेर करने की कोशिश करते हैं ताकि वे सुधारात्मक परिणामों का पालन न करें। बच्चे माता-पिता को कुछ ऐसा करने की अनुमति देने के लिए दोषी ठहराने का भी प्रयास कर सकते हैं जो वे सामान्य रूप से उन्हें करने की अनुमति नहीं देंगे

अन्य बच्चों को पता है कि यह उनके माता-पिता को परेशान करता है यदि वे एक बुरा रवैया प्रदर्शित करते हैं, जो अक्सर उन्हें इस व्यवहार को जारी रखने के लिए प्रेरित करता है। हमारा पाप स्वभाव बदला लेना है। जब उनका पाउटी, मूडी, या बुरा रवैया आपको क्रोध या उदासी के लिए उकसाता है, तो आप उन्हें इस बचकाने, जोड़तोड़ अभ्यास में जारी रखने के लिए प्रोत्साहित कर सकते हैं। इस खेल को खेलने के लिए दो लगते हैं।

जब हम क्रोधित होते हैं, तो यह हमारे बच्चों को संतुष्टि देता है जो उनके चरित्र विकास, आपके विश्वास और आपके अधिकार के लिए हानिकारक है। यह महत्वपूर्ण है कि अपने बच्चों को सुधारते समय या सुधारात्मक परिणाम देते समय कोई भावना न दिखाएं। समग्र अनुशासन योजना पर बने रहें। यदि आप उनकी इच्छानुसार प्रतिक्रिया नहीं देते हैं, यदि आप उन्हें वापस गेंद नहीं देते हैं, तो वे अंततः इस खेल को खेलना छोड़ देंगे।

यदि आप इस पापमय खेल को कुछ समय से खेल रहे हैं, तो आप दोनों की बुरी आदत को तोड़ने में कुछ समय लग सकता है। धैर्य रखें और मार्ग पर बने रहें, और प्रभु की विजय होगी।

याद रखें, यदि बुरा रवैया खराब व्यवहार विकल्प में बदल जाता है जैसे कि आप पर चिल्लाना, एक बुरा शब्द, दीवार को लात मारना, या दरवाजा पटकना, तो आप उस व्यवहार के लिए सुधारात्मक परिणाम के साथ पालन करते हैं, न कि रवैया।

प्रभु ने हमें अपने बच्चों को प्रशिक्षित करने का निर्देश दिया है, न कि उनके बचकाने और मूर्खतापूर्ण विकल्पों की प्रतिक्रिया में चोट पहुँचाने का। अगर हमारा रवैया ऐसा है जो उनके साथ बराबरी करना चाहता है या उन्हें किसी तरह से चोट पहुँचाता है क्योंकि वे वह नहीं करेंगे जो हम पूछते हैं, यह हमारी समस्या है, हमारे बच्चों की गलती नहीं है। प्रभु ने हमें ये बच्चे दिए हैं, और कभी-कभी उनकी इच्छा के अनुसार उनका परवरिश करना कठिन होता है। यदि उन्हें सुधारात्मक परिणाम देते समय आपका इरादा गलत है, तो आपको तुरंत पश्चाताप करना चाहिए और अपने बच्चे और प्रभु दोनों से क्षमा मांगनी चाहिए।

बदला हमारे बच्चों को प्रशिक्षित नहीं करता है बल्कि उन्हें उद्वेग बनने का कारण बनता है। इससे माता-पिता और बच्चों के बीच विभाजन होगा।

प्रशिक्षण हमारे बच्चों को सिखाता है। यह उचित है और क्रोध या प्रतिशोध से प्रेरित नहीं है। यह हमारे बच्चों के चरित्र को नष्ट या विभाजन किए बिना बदल देता है और आकार देता है।

प्रशिक्षण = अनुशासन (जो एक सुधारात्मक परिणाम है)



## अनुशासनात्मक व्यवहार: अभिभावक चर्चा गृहकार्य

सबसे पहले, वॉल्यूम 4, पाठ 5 में "व्यवहार को प्रशिक्षित करे —रवैया नहीं" खंड की एक साथ समीक्षा करें और चर्चा करें (यदि विवाहित हैं)

सूचीबद्ध करें कि आप क्या मानते हैं कि आपके प्रत्येक बच्चे में प्रकट होने वाले सामान्य बुरे व्यवहार हैं। (आप इस अभ्यास के लिए अलग-अलग कागज़ का उपयोग करना चाह सकते हैं।) एक पति और पत्नी के रूप में, यह आपके लिए महत्वपूर्ण है कि आप इससे निपटने के लिए अपनी योजना में एकीकृत हों। उनके दृष्टिकोण और इन व्यवहारों से उत्पन्न होने वाले व्यवहारों के बीच अंतर को स्पष्ट करने का प्रयास करें।

बच्चे का नाम:

---



---



---

बच्चे का नाम:

---



---



---

बच्चे का नाम:

---



---



---

बच्चे का नाम:

---



---



---

पति और पत्नी के रूप में एक साथ चर्चा करें कि आपने जो सीखा है वह आपके द्वारा पहले से स्थापित किए गए किसी भी नियम को कैसे बदल सकता है। क्या आप कोई बदलेंगे? क्यों या क्यों नहीं? चाहें तो नोट्स बना लें।

---



---



---



---



---

## परिशिष्ट N नियम और परिणाम

सभी उम्र के बच्चों को स्पष्ट रूप से परिभाषित नियमों और परिणामों की आवश्यकता होती है। अपने परिवार की सूची बनाते समय परमेश्वर से आपको बुद्धि देने के लिए कहें। हमने यहां कुछ उदाहरण और अगले पृष्ठ पर एक टेम्पलेट शामिल किया है ताकि आप अपना खुद का बना सकें। प्रार्थनापूर्वक विचार करें कि आपके परिवार के लिए सबसे अच्छा क्या है, और अपने बच्चों की उम्र और जिम्मेदारी के स्तरों के आधार पर अलग-अलग नियमों को समायोजित करें।

नियम 1: हर समय एक दूसरे का सम्मान करें।

परिणाम: परिणाम बॉक्स या सूची में से एक आइटम ड्रा करें।

नियम 2: कोई शारीरिक लड़ाई या मौखिक बहस नहीं।

परिणाम: परिणाम बॉक्स या सूची में से एक आइटम ड्रा करें। यदि शारीरिक हो, तो आधे दिन के कमरे की पाबंदी जोड़ें।

नियम 3: सुबह 7:15 बजे तक स्कूल के लिए तैयार रहें।

परिणाम: अगली सुबह 5:00 बजे उठें या आधा घंटा पहले सो जाएं।

नियम 4: अपनी गंदगी को तुरंत साफ करें।

परिणाम: परिणाम बॉक्स या सूची से एक आइटम ड्रा करें और गंदगी को साफ करें।

नियम 5: स्वीकृत आउटिंग से निर्दिष्ट समय तक घर वापस आएं।

परिणाम: दो दिन के लिए गृह प्रतिबंध।

नियम 6: सेल फोन विशेषाधिकार रात 8:00 बजे तक। (कम उम्र के लिए अनुमोदन के साथ)।

परिणाम: दो दिनों के लिए कोई फोन विशेषाधिकार नहीं।

नियम 7: सेल फोन स्कूल में, कार चलाते समय, होमवर्क करते समय और रात 9:00 बजे के बीच बंद होना चाहिए। और 6:00 पूर्वाह्न

नतीजा: तीन दिनों के लिए कोई सेल फोन विशेषाधिकार नहीं। (यदि आप फोन को भौतिक रूप से नहीं रखते हैं, तो आप उस समय के लिए सेल फोन बिल की जांच कर सकते हैं जब फोन इस्तेमाल किया जा रहा था।)

नियम 8: सेल फोन टेक्स्टिंग, फोटो या वीडियो का कोई भी अनुचित उपयोग। (बड़े बच्चों के साथ अधिक विवरण पर चर्चा करें।)

परिणाम: एक पूर्व निर्धारित समय के लिए सेल फोन पर टेक्स्ट, फोटो और वीडियो क्षमता का नुकसान।

नियम 9: रात 9:00 बजे तक गेमिंग विशेषाधिकार।

परिणाम: दो दिनों के लिए कोई गेमिंग विशेषाधिकार नहीं।

नियम 10: स्कूल जाने से पहले और सप्ताहांत पर 11:00 बजे तक कमरे को साफ किया जाना चाहिए: बिस्तर, फर्श से बाहरी सामान, और कपड़े रखना।

परिणाम: रिजल्ट बॉक्स और साफ कमरे में से एक आइटम बनाएं।

## नियम और परिणाम: हमारे परिवार की सूची

नियम 1: \_\_\_\_\_

परिणाम: \_\_\_\_\_

नियम 2: \_\_\_\_\_

परिणाम: \_\_\_\_\_

नियम 3: \_\_\_\_\_

परिणाम: \_\_\_\_\_

नियम 4: \_\_\_\_\_

परिणाम: \_\_\_\_\_

नियम 5: \_\_\_\_\_

परिणाम: \_\_\_\_\_

नियम 6: \_\_\_\_\_

परिणाम: \_\_\_\_\_

नियम 7: \_\_\_\_\_

परिणाम: \_\_\_\_\_

नियम 8: \_\_\_\_\_

परिणाम: \_\_\_\_\_

नियम 9: \_\_\_\_\_

परिणाम: \_\_\_\_\_

नियम 10: \_\_\_\_\_

परिणाम: \_\_\_\_\_

## नियम और परिणाम: सुधारात्मक परिणाम सूची

यह किशोरों के लिए एक नमूना परिणाम सूची है। जैसा है वैसा ही उपयोग करें या अगले पृष्ठ का उपयोग करके अपना स्वयं का बनाएं।

सुधारात्मक परिणाम	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1. वैक्यूम एक निर्दिष्ट कमरे (ओं)।										
2. बाथरूम के सभी दर्पणों को साफ करें।										
3. बाथरूम सिंक, टब और शॉवर को साफ करें।										
4. शौचालयों की सफाई करें										
5. सोफे और टीवी के पीछे साफ करें।										
6. पिछवाड़े में कुत्ते के बाद साफ करें										
7. स्वीप बैक आँगन।										
8. 15 मिनट के लिए सामने यार्ड में खरपतवार खींचें।										
9. पिछवाड़े घास काटना।										
10. 15 मिनट के लिए सामने यार्ड को पानी दें।										
11. अंदर और बाहर चार खिड़कियां धोएं।										
12. कार को धो लें										
13. कार के अंदर वैक्यूम।										
14. गैरेज स्वीप करें										
15. रेफ्रिजरेटर को साफ करें।										

## नियम और परिणाम: सुधारात्मक परिणाम सूची टेम्पलेट

सुधारात्मक परिणाम	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1.										
2.										
3.										
4.										
5.										
6.										
7.										
8.										
9.										
10.										
11.										
12.										
13.										
14.										
15.										

## परिशिष्ट 0

### सकारात्मक सुदृढीकरण

अच्छे व्यवहार के लिए चल रहे पुरस्कारों के साथ, बच्चे के व्यवहार को रिकॉर्ड करने के लिए चार्ट, ग्राफ या किसी अन्य प्रणाली का उपयोग करना सकारात्मक सुदृढीकरण है। यह दृढ़ इच्छाशक्ति वाले बच्चे के लिए बहुत प्रभावी नहीं है या निम्नलिखित कारणों से आज्ञाकारी बच्चे के लिए फायदेमंद नहीं है। विवाहित होने पर एक जोड़े के रूप में समीक्षा करें और चर्चा करें।

- प्यार, उपहार या चालबाज़ी नहीं, आत्म-मूल्य बनाने का सबसे शक्तिशाली प्रेरक और सबसे शक्तिशाली तरीका है।
- माता-पिता को अपने बच्चों की प्रतिदिन प्रशंसा और प्रशंसा करनी चाहिए क्योंकि वे भगवान की ओर से एक उपहार हैं, प्रदर्शन से बंधे नहीं हैं।
- अच्छे व्यवहार की अपेक्षा की जाती है, पुरस्कृत नहीं। उनके प्रति हमारा प्यार और हम इसे कैसे दिखाते हैं, उनकी असफलताओं के कारण नहीं बदलना चाहिए।
- माता-पिता के लिए उस बच्चे के लिए विशेष प्रोत्साहन का उपयोग करना फायदेमंद हो सकता है जो किसी विशेष कमजोरी या व्यक्तिगत चुनौती, जैसे बिस्तर गीला करना या स्कूल में शैक्षणिक संघर्ष को दूर करने के लिए संघर्ष कर रहा है। उदाहरण के लिए, बच्चे के साथ एक विशेष आउटिंग या एक भौतिक पुरस्कार यदि वे एक विशिष्ट क्षेत्र में प्रयास करते हैं और सुधार करते हैं, न कि सतत व्यवहार के लिए चल रहे इनाम प्रणाली।
- यदि आपके पास एक आज्ञाकारी बच्चा है जिसका स्वाभाविक झुकाव माँ और पिताजी को खुश करना है, तो उन्हें यह प्रणाली बहुत आकर्षक लगेगी। हालांकि, अगर उनका कोई भाई या बहन है जो आज्ञाकारी नहीं है, लेकिन एक मजबूत इरादों वाला (दृढ़-इच्छाशक्ति वाला बच्चा) है, तो वे अपने आज्ञाकारी भाई को नाराज करना शुरू कर देंगे और अपने स्वयं के मूल्य के साथ संघर्ष करेंगे। वे आसानी से निराश हो सकते हैं क्योंकि उनके आज्ञाकारी भाई-बहन को अधिक उपहार या प्रतिज्ञान प्राप्त होता है।
- छोटे आज्ञाकारी बच्चे के लिए भी अच्छे व्यवहार के लिए पुरस्कारों की एक सतत प्रणाली आज्ञाकारी बच्चे के बड़े होने पर उसके भीतर एक पात्रता मानसिकता के लिए मंच तैयार कर सकती है। एक बार जब पुरस्कार हटा दिए जाते हैं, या असंतोषजनक हो जाते हैं, तो अनुपालन करने वाला बच्चा अपने लाभ के लिए इनाम प्रणाली की बहाली या सुधार में हेरफेर करने के प्रयास में विद्रोह कर सकता है। बच्चे ने स्वार्थी रूप से पहले इनाम की तलाश करना सीख लिया है, और अच्छा व्यवहार केवल इनाम का एक साधन बन गया है। यदि पुरस्कार के साथ नहीं है तो साधारण काम नहीं हो सकते हैं। यह बच्चे को केवल तभी सेवा करना सिखा रहा है जब इससे उन्हें व्यक्तिगत लाभ हो।

अपने बच्चे की असफलताओं के प्रति माता-पिता का रवैया वैसा ही होना चाहिए जैसा कि बच्चे ने पहली बार चलना शुरू किया था: गर्व और उत्साहित जब वे पहली बार अपने दम पर खड़े हुए और अपना पहला कदम उठाया। जब वे गिरे, तो माता-पिता ने उन्हें प्यार से उठाया और उन्हें फिर से प्रयास करने के लिए प्रोत्साहित किया, इस विश्वास के साथ कि वे समय के साथ विकसित होंगे, परिपक्व होंगे और अपने आप चलना सीखेंगे।

## परिशिष्ट P

### घर के कार्यों की सूची

यह किसी भी आयु वर्ग के लिए एक नमूना काम का सूचा है। जसा ह वसा हा उपयोग करें या अगले पृष्ठ का उपयोग करके अपना स्वयं का बनाएं।

घर का काम 1:	कुत्ते को खाना खिलाएं। दिन
दिन और समय:	और हर दिन शाम 5:00 बजे तक
बच्चे का नाम:	परिणाम बॉक्स या सूची
परिणाम:	कचरा बाहर निकालो। बुधवार शाम 6:00 बजे तक
घर का काम 2:	परिणाम बॉक्स या सूची
दिन और समय:	डिशवॉशर को खाली कर दें।
बच्चे का नाम:	हर दिन शाम 7:00 बजे तक
परिणाम:	परिणाम बॉक्स या सूची
घर का काम 3:	डिशवॉशर लोड करें।
दिन और समय:	हर दिन शाम 7:00 बजे तक
बच्चे का नाम:	परिणाम बॉक्स या सूची
परिणाम:	बाथरूम शनिवार शाम 5:00 बजे तक साफ करें
घर का काम 4:	परिणाम बॉक्स या सूची
दिन और समय:	घास काट लें। शनिवार शाम 5:00 बजे तक
बच्चे का नाम:	परिणाम बॉक्स या सूची
परिणाम:	घर का काम 5:
दिन और समय:	परिणाम बॉक्स या सूची
बच्चे का नाम:	वैक्यूम और परिवार के कमरे को धूला। शनिवार को रात 8:00 बजे तक
परिणाम:	परिणाम बॉक्स या सूची
घर का काम 6:	
दिन और समय:	
बच्चे का नाम:	
परिणाम:	
घर का काम 7:	
दिन और समय:	
बच्चे का नाम:	
परिणाम:	

## हमारे परिवार की घर का काम सूची

काम-काज 1: \_\_\_\_\_ दिन \_\_\_\_\_ समय \_\_\_\_\_

बच्चे का नाम: \_\_\_\_\_ परिणाम: \_\_\_\_\_

काम-काज 2: \_\_\_\_\_ दिन \_\_\_\_\_ समय \_\_\_\_\_

बच्चे का नाम: \_\_\_\_\_ परिणाम: \_\_\_\_\_

काम-काज 3: \_\_\_\_\_ दिन \_\_\_\_\_ समय \_\_\_\_\_

बच्चे का नाम: \_\_\_\_\_ परिणाम: \_\_\_\_\_

काम-काज 4: \_\_\_\_\_ दिन \_\_\_\_\_ समय \_\_\_\_\_

बच्चे का नाम: \_\_\_\_\_ परिणाम: \_\_\_\_\_

काम-काज 5: \_\_\_\_\_ दिन \_\_\_\_\_ समय \_\_\_\_\_

बच्चे का नाम: \_\_\_\_\_ परिणाम: \_\_\_\_\_

काम-काज 6: \_\_\_\_\_ दिन \_\_\_\_\_ समय \_\_\_\_\_

बच्चे का नाम: \_\_\_\_\_ परिणाम: \_\_\_\_\_

काम-काज 7: \_\_\_\_\_ दिन \_\_\_\_\_ समय \_\_\_\_\_

बच्चे का नाम: \_\_\_\_\_ परिणाम: \_\_\_\_\_

काम-काज 8: \_\_\_\_\_ दिन \_\_\_\_\_ समय \_\_\_\_\_



## किशोरों के लिए परिशिष्ट Q प्रश्नावली

एक उपयुक्त समय चुनें जब आपका किशोर आराम के मूड में हो, संभवतः रात के खाने पर या एक साथ खेल खेलते समय, उनसे निम्नलिखित प्रश्न पूछने के लिए। आकस्मिक रहें, तीव्र नहीं।

अपने बच्चों को केवल अपने दम पर पूरा करने के लिए प्रश्नावली न सौंपें। आपको उन्हें थोड़ा उत्साहित करना पड़ सकता है। उदाहरण के लिए, यदि वे प्रश्न 3 का उत्तर देते हैं, "मुझे नहीं पता," तो उन्हें पूछकर दबाएं, "आप अभी अपनी उम्र में क्या कर रहे हैं, और आपके लिए क्या महत्वपूर्ण है?"

उन्हें जवाब देने के लिए समय देना न भूलें। उन्हें यह न बताएं कि आपको क्या लगता है कि उन्हें क्या जवाब देना चाहिए, और बिल्कुल भी उन्हें कम मत समझो।

1. किशोरावस्था शब्द का क्या अर्थ है?
2. किशोरावस्था कब शुरू होती है और कब खत्म होती है?
3. तेरह और अठारह वर्ष की आयु के बीच क्या करने का समय है?
4. एक परिपक्व वयस्क की आपकी परिभाषा क्या है, और कोई परिपक्व वयस्क कब बनता है?
5. आपको क्या लगता है कि आप वर्तमान में क्या कर रहे हैं जो आपको एक परिपक्व वयस्क बनने में मदद कर रहा है?
6. अभी आपके जीवन में आपके माता-पिता की क्या भूमिका है?

## नए वयस्कों के लिए परिशिष्ट R प्रश्नावली

यह प्रश्नावली माता-पिता की वास्तविकता बनाम बच्चे के संभावित भ्रम को प्रकट करती है। प्रश्न आपके बच्चे के साथ उसके अठारहवें जन्मदिन से ठीक पहले और उन माता-पिता के लिए चर्चा के लिए डिज़ाइन किए गए हैं जिनके घर में अठारह वर्ष से अधिक का बच्चा रहता है। आरामदायक स्थिति में चर्चा किए जाने पर वे सबसे प्रभावी होते हैं।

इसका उद्देश्य आपके बच्चे को सोचने के लिए प्रोत्साहित करना और वयस्कता में प्रवेश करने पर आपके बच्चे के साथ अधिक वयस्क संबंधों को प्रोत्साहित करना है। इससे यह भी पता चलेगा कि वे क्या सोचते हैं कि क्या बदलने वाला है या आपके और आपके समर्थन के साथ उनके संबंधों में क्या बदलाव आया है।

इन सवालों पर चर्चा करने के लिए अपने बच्चे से मिलने की तारीख और समय निर्धारित करें। सबसे पहले, अपने बच्चे से प्रश्न पूछें और उनके उत्तरों को ध्यान से सुनें। अपने बच्चे को उनके उत्तरों से असहज महसूस न करने के लिए सावधान रहें, और उन्हें यह जवाब देने के लिए प्रोत्साहित न करें कि वे कैसे सोचते हैं कि आप उन्हें चाहते हैं। एक बार जब वे सभी सवालों के जवाब दे दें, तो अपने जवाब (वास्तविकता) उनके साथ साझा करें। अपने उत्तरों के बीच के अंतरों पर चर्चा करें और अपने बच्चे को कारणों को समझने में मदद करें। वयस्क जिम्मेदारी को प्रोत्साहित करने के लिए इसे प्रेमपूर्ण लेकिन दृढ़ तरीके से किया जाना चाहिए।

1. अठारह साल की उम्र में माता पिता अपने प्यार के अलावा आप पर क्या एहसान करते हैं?
2. क्या आप मानते हैं कि वे आपकी मदद इसलिए करते हैं क्योंकि वे आपसे प्यार करते हैं?  
कृपया समझाएँ।
3. क्या वे वर्तमान में जो कर रहे हैं, क्या उन्हें आपके लिए अधिक करना चाहिए? कृपया समझाएँ।
4. क्या उन्हें आपके घर में रहने के बदले में आपसे कुछ मांगने का अधिकार है? कृपया समझाएँ।
5. यदि आप किसी ऐसी बात से सहमत नहीं हैं जो वे आपसे माँगते हैं या आपसे माँग करते हैं,  
तो आपको क्या करना चाहिए?
6. यदि आप उनके अनुरोध को नज़रअंदाज़ करते हैं और कुछ ऐसा करते हैं जिसे उन्होंने नहीं करने के लिए स्पष्ट किया है, तो आपको क्या लगता है कि उन्हें क्या करना चाहिए? तुम्हे क्या करना चाहिए?

## परिशिष्ट 5

### अभिभावक स्व-मूल्यांकन

अब जब आपने अपनी परवरिश ण संरचना स्थापित कर ली है, जिसमें प्यार में लागू प्रशिक्षण के चार उपकरण शामिल हैं (पाठ 4), तो आप हार या निराशा के समय का अनुभव कर सकते हैं और सोच सकते हैं कि यह परवरिश ण शैली आपके परिवार के लिए काम नहीं करती है। अगर ऐसा होता है, तो घबराएं नहीं और दुनिया के तौर-तरीकों को देखें। पुरानी आदतों से पीछे न हटें। इसके बजाय, समस्या के वास्तविक स्रोत को समझने के लिए इस मूल्यांकन का उपयोग करें, और फिर प्रत्येक कार्यपुस्तिका में सिद्धांतों की समीक्षा करें। विवाहित होने पर एक जोड़े के रूप में समीक्षा करें और चर्चा करें।

आपका आत्मिक आधार

- आपका भक्तिमय जीवन कैसा है? भजन 1:1-3 पढ़िए। क्या आप परमेश्वर के साथ अपने दैनिक संचार का वर्णन करने के लिए आराधना, सुनना, धन्यवाद देना, अंगीकार करना या मध्यस्थता करने जैसे शब्दों का प्रयोग करेंगे?
- क्या आप प्रतिदिन शांत समय में परमेश्वर के वचन को पढ़ते हैं और उस पर मनन करते हैं?
- क्या आप अपने वित्त के साथ परमेश्वर पर भरोसा करते हैं और नियमित रूप से दशमांश देते हैं?
- क्या आपकी प्राथमिकताएं आपके और आपके परिवार के लिए परमेश्वर की इच्छा के अनुसार हैं?
- क्या आत्मा का फल आपके जीवन में प्रकट होता है (गलातियों 5:22-23)?

आपको प्रभु पर निर्भर रहना चाहिए। कुंजी आपके परवरिश ण के तरीकों में नहीं है, बल्कि ईश्वर के साथ संबंध में है। वॉल्यूम 1 की समीक्षा करें, यदि आप इस क्षेत्र में कमी कर रहे हैं तो परिवर्तनकारी पेरेंटिंग।

### प्यार में संचार

- क्या आप अपने बच्चों की प्रभावी ढंग से सुनते हैं? परिशिष्ट एफ की समीक्षा करें: प्रभावी श्रवण स्व-मूल्यांकन।
- क्या आप अपने बच्चों के प्रति शारीरिक रूप से प्रतिक्रिया करते रहे हैं या उन्हें प्यार से जवाब दे रहे हैं?
- क्या ऐसे क्षेत्र हैं जहां आपको अपने संचार में सुधार करने या अपने बच्चों से माफी मांगने की आवश्यकता है? समीक्षा करें कि प्यार क्या है और क्या नहीं, वॉल्यूम 2, पाठ 4-10 में पाया जाता है।

आपके बच्चे के साथ और उसके प्रति आपका संचार उस मूल्य को दर्शाता है जो आपने उस पर रखा है। यदि आप इस क्षेत्र में संघर्ष कर रहे हैं, तो वॉल्यूम 2, प्रेमपूर्ण संचार की समीक्षा करें।

### अपने बच्चों को शिष्यता और अनुशासन के माध्यम से प्रशिक्षण देना

- प्रशिक्षित करने का सबसे अच्छा तरीका व्यक्तिगत उदाहरण है। आप कैसे हैं?
- अगर विवाहित हैं, तो क्या आप और आपके पति या पत्नी एक साथ काम कर रहे हैं और एक दूसरे का समर्थन कर रहे हैं? आपकी प्रबंधन शैली कैसी है? मुख्य अनुशासक कौन है?

बाइबल अनुशासन

अपने नियमों का पालन कर रहे हैं और केवल पूर्व निर्धारित परिणामों और दंड का उपयोग कर रहे हैं, या फिर आपको ताना, चिल्लाना, खाली धमकियां और असंगति वापस आ गई है?

- क्या आप अपने बच्चों के साथ नियमित रूप से प्रार्थना कर रहे हैं?
- क्या आपने साप्ताहिक पारिवारिक बाइबल अध्ययन करने की अपनी प्रतिबद्धता का पालन किया है?
- क्या आप अपने घर में शिष्यता के साथ संघर्ष कर रहे हैं? वॉल्यूम 3 की समीक्षा करें, अपने बच्चों को प्रशिक्षित करें।
- क्या आपके घर में अनुशासन को लेकर कोई समस्या है? समीक्षा वॉल्यूम 4, बाइबिल अनुशासन।

- क्या आपको विवाह, वित्तीय प्रबंधन, या किसी अन्य क्षेत्र में और अधिक शिष्यत्व की आवश्यकता है? अतिरिक्त संसाधनों के लिए FDM.world पर जाएँ।

परमेश्वर आपसे प्रेम करता है, और वह आपके बच्चों से प्रेम करता है। आपको उस पर भरोसा करना चाहिए। उसने तुम्हें गलत बच्चे नहीं दिए। जैसा कि आप उस पर भरोसा करते हैं और उसकी इच्छा का पालन करते हैं, उसने आपको पूरा करने की आपकी क्षमता से परे कोई कार्य नहीं दिया है।

पटरी पर लौटना

क्या परमेश्वर ने आपके पारिवारिक संबंधों में उन क्षेत्रों को प्रकट किया है जहाँ आप बह गए हैं? अगर ऐसा है, तो अपने घर को सही रास्ते पर लाने के लिए नीचे दिए गए चरणों का पालन करें।

1. अपनी कमजोरियों, गलतियों या असफलताओं को स्वीकार करते हुए, ईश्वर को स्वीकार करें।
2. परमेश्वर की क्षमा प्राप्त करें। उसे अपने प्रेम और अनुग्रह की बाहों में आपको आलिंगन करने दें।
3. अपनी गलती से मुँह मोड़कर पश्चाताप करें और उसकी इच्छा के अनुसार चलने के लिए प्रतिबद्ध हों।
4. यदि आवश्यक हो तो अपने बच्चों से क्षमा मांगें।
5. अपने बच्चों को क्षमा करने के लिए तैयार रहो, जैसे परमेश्वर ने मसीह में आपको क्षमा किया है।

## परिशिष्ट 1 शब्दावली

ये परिभाषाएं वेबस्टर के न्यू इंटरनेशनल डिक्शनरी ऑफ द इंग्लिश लैंग्वेज, जी एंड सी मेरीयम कंपनी और द कम्प्लीट वर्ड स्टडी डिक्शनरी, स्पाइरोस जोधिएट्स, एएमजी पब्लिशर्स से ली गई हैं।

**अबाइड** : बने रहना, रहना, एक स्थान पर बने रहना, बिना उपज के सहन करना।

**अकाउंटबलेटी** : जवाबदेही एक खाता देने के अधीन, जवाबदेह, किसी के आचरण को समझाते हुए एक बयान।

**आडमोनिशन** : नसीहत चेतावनी नौथेसिया (ग्रीक)। चेतावनी, प्रोत्साहन, प्रोत्साहन या फटकार का कोई भी शब्द, जो सही व्यवहार की ओर जाता है (इफिसियों 6:4)। यह समझ प्रदान करके किसी पर सुधारात्मक प्रभाव डालने का विचार है।

**अकफएक्सनली लॉगिंग अर फाउंड एफएक्शन : होमीरोमाई (ग्रीक)**। किसी के लिए जुनून और ईमानदारी से लालसा करना, और, एक माँ के प्रेम से जुड़ा होना, यहाँ एक स्नेह को इतना गहरा और सम्मोहक व्यक्त करना है कि वह नायाब हो (1 थिस्सलुनीकियों 2:8)। मृत शिशुओं की कब्रों पर प्राचीन शिलालेखों में कभी-कभी यह शब्द होता था जब माता-पिता बहुत जल्द दिवंगत बच्चे के लिए अपनी दुखद लालसा का वर्णन करना चाहते थे

**अप्रूव** : मंजूर लगातार परीक्षण करने के लिए, अपनी कार्रवाई के अनुमोदन से पहले जांच करें।

**एरोगेंट अर प्राउड** : अभिमानी होना; महसूस करना या आत्म-महत्व दिखाना, दूसरों के लिए उपेक्षा करना। अभिमानी; अपने आप को उच्च रैंक, या महत्व की एक अनुचित डिग्री देना।

**एटिटिउट** : एक आसन या स्थिति; एक भावना, राय या मनोदशा

**बेअस् ऑल थिंग** : बेअस् स्टेगो (ग्रीक)। छिपाना, छिपाना। प्यार दूसरों के दोषों को छुपाता है, उन्हें कवर करता है। यह असंतोष को बाहर रखता है क्योंकि जहाज बारिश के पानी या छत को बाहर रखता है

**बिहेवियर** : व्यवहार करने का कार्य या तरीका।

**बिलिविंग** : पिस्टुओ (ग्रीक)। किसी चीज़ पर विश्वास करना, या दृढ़ता से राजी होना। यह अपेक्षित आशा के दृष्टिकोण को इंगित करता है

**ब्लेवलेशली** : दोषरहित, आलोचकों की जांच को खड़ा करने में सक्षम। जैसे-जैसे तुम परमेश्वर की इच्छा की आज्ञाकारिता में आगे बढ़ते हो, तुम मसीह के स्वरूप में परिवर्तित हो जाते हो, और तुम्हारा ईश्वरीय व्यवहार दूसरों के लिए स्पष्ट हो जाता है।

**ड्रग** : अपने बारे में, या स्वयं से संबंधित चीजों के बारे में घमंडी तरीके से बात करना; घमंड करने के लिए।

**ब्रिंग दीम अप: एकट्रेफो (ग्रीक)**। पोषण करने, पालने, खिलाने के लिए (इफिसियों 6:4)। बच्चों जैसे परिपक्वता तक लाने के लिए, प्रशिक्षित करने या शिक्षित करने के अर्थ में पोषण करना, पीछे करना

**चारज एम्पलोर अर्जेन** : शहीदोमेनोई (ग्रीक)। "सत्य की डिलीवरी" का तात्पर्य है और संभवतः एक पिता के अधिक निर्देशक कार्यों को व्यक्त करने के लिए था। एक अच्छा पिता प्रोत्साहित करता है और मार्गदर्शन प्रदान करता है, जो मां भी करती है।

**चिजगनिग आर डिसिप्लिन पेडिया (ग्रीक)**। सुधार या प्रशिक्षण। हर अपराध के लिए एक परिणाम है; किसी प्रकार के प्रशिक्षण / सुधार का पालन किया जाएगा। इफिसियों 6:4 में प्रयुक्त

**चिट :** लूटना या लूटना जैसे युद्ध में लूट लिया जाता है। कुलुस्सियों 2:8 एनएएसबी में "तुम्हें बन्दी बना लो" के रूप में अनुवादित। इस मामले में यह विश्वासियों को मसीह में पूर्ण धन से लूटना है जैसा कि वचन में प्रकट किया गया है, साथ ही उसकी शक्ति और हस्तक्षेप

**चेरिस :** ध्यान देने के लिए, ध्यान देने के लिए, सेवकाई करने के लिए, गर्मी से नरम करने के लिए, पंखों के साथ अपने युवा को कवर करने वाले पक्षियों के रूप में गर्म रखने के लिए (व्यवस्थाविवरण 22: 6), कोमल प्रेम के साथ संजोने के लिए, कोमल देखभाल के साथ पालक करने के लिए। 1 थिस्सलुनीकियों 2:7 एनएएसबी में "कोमल देखभाल" के रूप में अनुवादित

**कमिनियुकेशन :** संचार का कार्य विचार, संदेश या जानकारी का आदान-प्रदान है।

**कनफ़ेस :** परमेश्वर से सहमत होना कि आपने जो कुछ अज्ञानतापूर्वक या जानबूझकर किया वह पाप था

**कॉनसीसिकवेनसेस** जो किसी नियम को तोड़ने के बाद होता है। जब आपके पास कोई नियम होता है, तो उस नियम को तोड़ने के लिए एक सुधारात्मक परिणाम होना चाहिए

**कंट्रोलिंग** शक्ति का प्रयोग करना, हावी होना या शासन करना, रोकना, एक निरोधक बल।

**काउंटेनेस** पाणियम (हिब्रू)। चेहरे का शाब्दिक अर्थ है (उत्पत्ति 43:31; 1 राजा 19:13) परन्तु इसका अर्थ किसी व्यक्ति की मनोदशा या मनोवृत्ति का प्रतिबिंब भी है जैसे कि अवज्ञाकारी होना (यिर्मयाह 5:3), निर्दयी (व्यवस्थाविवरण 28:50), आनन्दित (अय्यूब 29:24), अपमानित (2 शमूएल 19:5), भयभीत (यशायाह 13:8)। बाइबल एक बुरा चेहरा दिखाता है (मती 6:16) और एक अच्छा एक (भजन संहिता 4:6)

**डिफ़ेयन्स** जब एक बच्चा अधिकार और अनुशासन के खिलाफ विद्रोह करता है जो अपरिपक्वता के अपने मूर्खतापूर्ण कार्य का पालन करता है।

**डिफ़ाइल** प्रदूषित करने के लिए, अशुद्ध प्रस्तुत करने के लिए; या भ्रष्ट।

**डिवैनकलि** पवित्र, पवित्र, पवित्र, परमेश्वर को समर्पित। यह मसीह के साथ आपके स्थायी संबंध का वर्णन करता है। जब आप समर्पित होते हैं, या परमेश्वर के प्रति समर्पित होते हैं, तो वह संबंध एक पवित्र जीवन का स्रोत होता है

**डिजेनेटेली :** दृढ़ता से चौकस; किसी विषय या पीछा करने के लिए आवेदन में स्थिर और बयाना; सावधानीपूर्वक ध्यान और प्रयास के साथ मुकदमा चलाया गया; लापरवाह या लापरवाह नहीं

**डिसाइपल** (क्रिया): उदाहरण और निर्देश के माध्यम से हमारे बच्चों के दिलों में परमेश्वर के वचन को स्थापित करना, उन्हें प्रार्थना करना सिखाना और परमेश्वर के साथ संबंध बनाना (नैतिकता और मूल्यों का आध्यात्मिक प्रशिक्षण)

**डिसाइपल (नाऊन) :** मैथेट्स (ग्रीक)। छात्र, शिक्षार्थी, या शिष्य। परन्तु नए नियम में इसका अर्थ बहुत अधिक है। यह एक अनुयायी है जो उसे दिए गए निर्देश को स्वीकार करता है और इसे अपना नियम बनाता है।

आचरण। क्लासिक ग्रीक में, "एक प्रशिक्षु," जो न केवल शिक्षक से तथ्यों को सीखता है, बल्कि दृष्टिकोण और दर्शन जैसी अन्य चीजें सीखता है। मैथेट्स को "छात्र साथी" कहा जा सकता है, जो कक्षा में बैठकर व्याख्यान नहीं सुनता है, बल्कि जो जीवन के साथ-साथ तथ्यों को सीखने के लिए शिक्षक का अनुसरण करता है और उत्तरोत्तर शिक्षक के चरित्र को लेता है

**डिसाइपल शिप / डिसिप्लिन** : एक जानबूझकर रिश्ता जिसमें हम मसीह में परिपक्वता की ओर बढ़ने के लिए प्यार में एक दूसरे को प्रोत्साहित करने, लैस करने और चुनौती देने के लिए अन्य शिष्यों के साथ चलते हैं। इसमें शिष्य को दूसरों को भी पढ़ाने के लिए सुसज्जित करना शामिल है।

**डिसाइपल शिप ( डरेक्ट )**: शिक्षा-शिष्यता वह समय है जिसे आप अपने बच्चों के साथ भक्ति (बाइबल अध्ययन) करने के लिए अलग रखते हैं। यह एक नियोजित गतिविधि है जिसमें परिवार शामिल है।

**डिसाइपल शिप (इनडरेक्ट)**: शिक्षा-शिष्यता तब होता है जब परमेश्वर आध्यात्मिक चीजों की अनौपचारिक या अनियोजित चर्चा का अवसर प्रस्तुत करता है। इसका मतलब है कि माता-पिता उन अवसरों को देखकर ध्यान दे रहे हैं

**अनुशासन (बच्चों का)**: एक परिपक्व वयस्क के चरित्र लक्षणों को स्थापित करना (इफिसियों 6:4), जो नैतिकता, मूल्य, व्यक्तिगत जिम्मेदारी और आत्म-नियंत्रण हैं; प्रशिक्षण व्यवहार।

**डिसकरेज अथुमियो (ग्रीक)**। मूल शब्द थुमोस है, जिसका अर्थ है "हिंसक गति या मन का जुनून, जैसे क्रोध, क्रोध या क्रोध। इससे पहले कि यह नकारात्मक हो जाए, ए (अल्फा) को जोड़ना, जिसका अर्थ है "बिना" जुनून; निराश, मन में परेशान, और साहस की हानि का संकेत देता है (कुलुस्सियों 3:21)

**एटिकएफिशन ओइकोडोम (ग्रीक)**। किसी और के आध्यात्मिक लाभ या उन्नति के लिए निर्माण करना, घर या संरचना के निर्माण का संकेत देने के लिए उपयोग किया जाता है

**इंकरेजएरकनफोर्ट** प्रेरित करने के लिए, समर्थन; मुसीबत या चिंता के समय में सांत्वना, सुखदायक प्रोत्साहन खुश करने और सही व्यवहार को प्रेरित करने के लिए डिज़ाइन किया गया

**इंडियोर ऑल थिंक** सहन करने के लिए, हुपोमेनो (ग्रीक), दुखों के भार के रूप में, नीचे रहने के लिए, नीचे सहन करने के लिए, पीड़ित होने के लिए। रोगी सहमति, अपनी जमीन पकड़े हुए जब यह अब विश्वास नहीं कर सकता है और न ही आशा कर सकता है

**एनवी** दूसरे की उत्कृष्टता या सौभाग्य की दृष्टि से असंतोष, कुछ हद तक घृणा और समान फायदे रखने की इच्छा के साथ; दुर्भावनापूर्ण क्रोध।

**एक्सजोट परक्लियो (ग्रीक)**। किसी के पक्ष को बुलाना, सहायता करना; किसी को कुछ करने के लिए प्रोत्साहित करना, चेतावनी देना या प्रोत्साहित करना। हमें अपने बच्चों के साथ आना है और प्रभु की बातों में उन्हें बढ़ने में मदद करनी है।

**फेत : पिस्टुओ (ग्रीक)**। विश्वास करना, विश्वास करना; विशेष रूप से किसी चीज़ के रूप में दृढ़ता से राजी होने के लिए। यह सिर्फ एक मानसिक सहमति देने से अधिक है; इसका मतलब है कि जो माना जाता है उस पर कार्य करना

**फुलेसनएसलेस** चरित्र की कमी, समझ की कमी, मूर्खतापूर्ण, बुद्धिहीन, तर्कहीन, हास्यास्पद, निर्णय की कमी। और न ही आशा कर सकता है।

**फसेक** इनकार करना। प्रतिदिन हमारी प्राथमिकताओं को परमेश्वर के वचन के अनुरूप संरेखित करें, जो उसकी इच्छा को हमारे ऊपर रखता है।

**जेन्टल** प्रतीत होता है, फिटिंग; न्यायसंगत, निष्पक्ष, उदारवादी, सहनशीलता, कानून के पत्र पर नहीं। उस विचारशीलता को व्यक्त करता है जो किसी मामले के तथ्यों पर मानवीय और यथोचित रूप से दिखता है।

**जेनियननएस डोकिमियन** (ग्रीक)। कोई वस्तु जिसका परीक्षण और अनुमोदन किया गया हो। धातुओं का उपयोग किया जाता है जो सभी अशुद्धियों को दूर करने के लिए एक शुद्धिकरण प्रक्रिया के माध्यम से किया गया था

**ग्लोरीफाई** प्रतिबिंबित करने के लिए, सम्मान करने के लिए, प्रशंसा करने के लिए; उसे सम्मानजनक स्थिति में रखकर सम्मान या सम्मान देना

**हाएड** प्रमुख या प्रमुख व्यक्ति जिसके अधीनस्थ अन्य लोग हैं। रूपक रूप से व्यक्तियों की, उदाहरण के लिए, पति अपनी पत्नी के संबंध में (1 कुरिन्थियों 11:3; कुरिन्थियों 11:3)। इफिसियों 5:23) जहाँ तक वे एक शरीर हैं (मती 19:6; मती 19:6)। मरकुस 10:8), और एक शरीर को निर्देशित करने के लिए केवल एक सिर हो सकता है; उसकी कलीसिया के सम्बन्ध में मसीह की ओर से, जो उसकी देह है, और उसके सदस्य उसके सदस्य हैं (1 कुरिन्थियों 12:27; कुरिन्थियों 12:27)। इफिसियों 1:22; 4:15; 5:23; कुलुस्सियों 1:18; 2:10, 19); मसीह के सम्बन्ध में परमेश्वर की ओर से (1 कुरिन्थियों 11:3)। परमपिता परमेश्वर को मसीह के प्रमुख के रूप में नामित किया गया है (कुलुस्सियों 2:10; कुलुस्सियों 2:10)। इफिसियों 1:22)।

**हार्ट कार्डिया** (ग्रीक)। इच्छाओं, भावनाओं, स्नेह, जुनून, आवेगों की सीट; मन को

**हटस** किसी व्यक्ति को दूसरों के प्रति कड़वाहट पैदा कर सकता है। यह परमेश्वर के साथ हमारे सम्बन्ध और हमारे जीवन में उसकी पवित्रता प्रक्रिया को भी प्रभावित कर सकता है। यदि हम एक चोट को कड़वाहट में बदलने की अनुमति देते हैं, तो यह आध्यात्मिक रूप से चलने और बढ़ने के लिए आवश्यक परमेश्वर के अनुग्रह को प्रभावित करेगा, और यह हमारे आस-पास के लोगों को नकारात्मक रूप से प्रभावित कर सकता है। इब्रानियों 12: 15 कहता है, "ध्यान से देख रहा है कि कोई भी परमेश्वर के अनुग्रह से कम हो जाए; ऐसा न हो कि कड़वाहट की कोई जड़ परेशानी का कारण बनती है, और इससे कई लोग अशुद्ध हो जाते हैं।"

**हिपोक्रिट** कोई व्यक्ति जो नकली कार्य करता है, या नकली है; एक आदमी जो एक दिखावा चरित्र के तहत मानता है और बोलता है, या कार्य करता है

**इम्पार्ट** इस क्रिया में कुछ साझा करने का विचार है, जिसे पहले से ही भाग में बरकरार रखा गया है।

**इन्टीगुटी** दिल की एकलता को इंगित करता है, डबल-माइंडेड नहीं; जो परमेश्वर की इच्छा के अनुसार चलता है और उसकी धार्मिकता का उदाहरण देता है।

**जस्टली** ईमानदारी और ईमानदारी के साथ, न्यायपूर्ण, चरित्र और व्यवहार की ईमानदारी, दैनिक रूप से परमेश्वर को प्रसन्न करने के अनुसार जीवन जीने की इच्छा रखते हैं। जब आप परमेश्वर के वचन को जानते हैं, तो आप न्याय कर सकते हैं कि क्या सही है और क्या गलत है।

**काइन्ड** - क्रिस्टोस (ग्रीक)। अच्छा करने के लिए; कठोर, कठोर, तेज, कड़वा या क्रूर के विपरीत कोमल, दयालु, सहानुभूतिपूर्ण, दयालु और अच्छे स्वभाव का होना दर्शाता है। नैतिक उत्कृष्टता का विचार।

**नॉलेज एपिग्नोसिस** (ग्रीक)। ज्ञान प्राप्त करने और इसे लागू करने में पूरी तरह से भागीदारी

है, या कार्य करता है।

**लॉगसफरेंग अर पेशन** लंबे स्वभाव का होना, जल्दबाजी में क्रोध के विपरीत; इसमें लोगों के प्रति समझ और धैर्य रखना शामिल है। आवश्यकता है कि हम परिस्थितियों को सहन करें, विश्वास न खोएं या हार न मानें।



**लव अगापे** (ग्रीक)। अयोग्य पापियों के प्रति परमेश्वर के हृदय की प्रतिक्रिया। परमेश्वर का प्रेम अपने प्रेम की वस्तुओं के लाभ के लिए आत्म-बलिदान में प्रदर्शित होता है, उसका पुत्र मनुष्य के लिए क्षमा लाता है। परमेश्वर का आवश्यक गुण दूसरों के कार्यों की परवाह किए बिना दूसरों के सर्वोत्तम हितों की तलाश करता है; इसमें परमेश्वर को वह करना सम्मिलित है जो वह जानता है कि वह मनुष्य के लिए सर्वोत्तम है और यह आवश्यक नहीं कि मनुष्य क्या चाहता है। अगापे बिना शर्त प्यार करना चुन रहा है।

**लव फिलियो** (ग्रीक)। मानव आत्मा की प्रतिक्रिया जो इसे सुखद के रूप में अपील करती है। अगापे से अलग और सम्मान, उच्च सम्मान और कोमल स्नेह की बात करता है और अधिक भावनात्मक है। दोस्ती का प्यार; उस प्रेम की वस्तु से प्राप्त होने वाले आनंद से निर्धारित होता है। फिलियो सशर्त प्रेम है।

**मेक डिसाइपल** (वार्ब) मैथ्यूओ (ग्रीक)। एक शिष्य बनाने के लिए (मती 28:19; मती 28:19)। प्रेरितों के काम 14:21); एक शिष्य बनाने के उद्देश्य से निर्देश देने के लिए (मती 13:52)। यह बिल्कुल "कन्वर्ट्स बनाने" के समान नहीं है, हालांकि यह निश्चित रूप से निहित है। यह शब्द शिष्यों को इस तथ्य पर कुछ अधिक जोर देता है कि मन, साथ ही हृदय और इच्छा को नए विश्वासियों को यीशु का अनुसरण करने, यीशु के प्रभुत्व के प्रति समर्पण करने, और दयालु सेवा के अपने मिशन को पूरा करने के बारे में निर्देश देकर परमेश्वर के लिए जीता जाना चाहिए। इसमें लोगों को यीशु के साथ शिष्यों के रूप में शिक्षक के रूप में सम्बन्ध में लाना और उन्हें आधिकारिक के रूप में अपने ऊपर शिक्षा के जूए को लेने के लिए प्राप्त करना भी सम्मिलित है (मती 11:29), उसके वचनों को सत्य के रूप में स्वीकार करना, और उसकी इच्छा के प्रति समर्पण करना जो सही है

**मानिपीयूलेसन** कलात्मक, अनुचित और कपटी साधनों द्वारा नियंत्रित करना या खेलना, विशेष रूप से अपने स्वयं के लाभ के लिए।

**मेडिटेड** विलाप करना, बोलना, या बड़बड़ाना, जैसे आधा जोर से पढ़ना या खुद के साथ बातचीत करना, पाठ के साथ बातचीत करना ताकि यह आपके दिमाग में भिगो जाए। जैसे पानी में भिगोने वाला एक चाय बैग तरल में व्याप्त होता है, इसलिए बाइबल पर ध्यान करना हमारे दिमाग में व्याप्त है। बाइबल आधारित संसार में, ध्यान एक मूक अभ्यास नहीं था।

**मिनिस्टर** ( नाउन्न ) एक सेवक या वेंटर, जो देखरेख करता है, शासन करता है, और पूरा करता है।

**मिनिस्टर** ( वार्ब ) समायोजित करने, विनियमित करने और सेट करने के लिए क्रम में; सेवा करना, दूसरे की सेवा करना; एक सेवक के रूप में प्रभु के लिए श्रम करना।

**मोरल्स** परमेश्वर के दृष्टिकोण से सही और गलत क्या है, इसके द्वारा परिभाषित किया गया है।

**नोट राजोएसीग इन इनीकवटी** जब आप किसी को पाप में गिरते या गलती करते देखते हैं, तो आप उसके प्रति खुश या प्रतिशोधी नहीं होते हैं।

**नर्स नर्सिंग**, चूसना, पोषण, ट्रेन का कार्य; कुछ जो पोषण करता है, पोषण के साथ आपूर्ति करने के लिए; शिक्षित करना या बढ़ावा देना, किसी व्यक्ति या वस्तु के विकास को आगे बढ़ाना (1 थिस्सलुनीकियों 2:7)

**परफेक्ट अ र मिचियोर टेलीयॉस** (ग्रीक)। लक्ष्य या उद्देश्य; समाप्त हो गया, जो अपने अंत, अवधि, सीमा तक पहुंच गया है; इसलिए, पूर्ण, पूर्ण, कुछ भी नहीं चाहता है (इफिसियों 4:13)

**परफेक्टली ट्रेन्ड कटार्तिज़ो (ग्रीक)**। किसी वस्तु को उसकी उचित स्थिति में रखना, स्थापित करना, लैस करना ताकि यह किसी भी भाग में कमी न हो।

**पारसेक्यूट** चोट पहुँचाने, शोक करने या पीड़ित करने के तरीके से पीछा करना; अत्याचार करना; क्रूरता के साथ सेट करना; कष्ट उठाने का कारण बनता है।

**पर्सनल रिस्पॉन्सिबिलिटी** : खुद का खयाल रखने की क्षमता; उन चीजों का पालन करने के लिए जिन्हें आपने करने के लिए प्रतिबद्ध किया है, या आवश्यक चीजें, बिना किसी और को आपको संकेत दिए; स्वामित्व लेना, जवाबदेह होना और अपने कार्यों के लिए जिम्मेदारी स्वीकार करना।

**पवार डुनामिस (ग्रीक)**। गतिशील शक्ति या ऐसा करने की क्षमता जो केवल परमेश्वर ही कर सकता है।

**पनिसमेंट** प्रेरित करने के लिए दर्द की एक मापी गई राशि, या दंड का दमन। सजा समग्र अनुशासन योजना का हिस्सा है, लेकिन यह एक सुधारात्मक परिणाम से अलग है। सजा एक बच्चे को माता-पिता के अधिकार के लिए उपज और सुधारात्मक परिणाम स्वीकार करने के लिए प्रेरित करती है।

**पर्पस** एक इच्छित या वांछित परिणाम या लक्ष्य।

**रिअक्ट** उत्तेजक या उत्तेजना के जवाब में कार्य करना, विरोध में कार्य करना।

**रियकटिंग इन द फलेक्ट** एक मसीही विश्वासी किसी स्थिति पर पापपूर्ण रीति से, अपने पुराने पतन स्वभाव की आदत में, या पवित्र आत्मा की सामर्थ्य और बुद्धि के बजाय अपनी सामर्थ्य और समझ में प्रतिक्रिया करता है।

**रबईयुक** दोषी ठहराना, एक को गलत साबित करना।

**रिजॉइसिंग इन द डुथ** बड़ी खुशी है; परमेश्वर की प्रतिज्ञाओं के आधार पर जो सच है, उस पर आनन्दित होना।

**रिपेन्ट टू रिजॉल** अपने पापों के लिए पश्चाताप के परिणामस्वरूप किसी के जीवन में संशोधन करना; किसी ने परमेश्वर के सामने जो किया है या छोड़ा है, उसके लिए पछतावा महसूस करना। चारों ओर मुड़ना और दूसरी दिशा में जाना; किसी के मन, इच्छा और जीवन को बदलने के लिए जिसके परिणामस्वरूप व्यवहार में परिवर्तन होता है; चीजों को दूसरे तरीके से करने के लिए।

**रिसपॉण्ड** सकारात्मक या अनुकूल प्रतिक्रिया देना।

**रिसपॉण्डिंग इन लव** : आंतरिक मार्गदर्शन, प्रेम, ज्ञान और पवित्र आत्मा की सामर्थ्य के साथ जवाब देना।

**रईवेंज** अपमान के बदले में चोट पहुँचाना।

**रिवॉई** एक महान कीमती मूल्य।

**राइटली डिवाइडिंग** : बटुईगरी, चिनाई, या कपड़े के टुकड़े को एक साथ सिलने के लिए काटने के साथ सीधे कुछ काटना।

**रुड** खुरदरापन की विशेषता; कठोर, गंभीर, बदसूरत, अभद्र, या तरीके या कार्यवाही में आक्रामक।

**रूल** शासन करना, प्रबंधित करना, नेतृत्व करना, चरवाहा करना और मार्गदर्शन करना। निहितार्थ से इसका मतलब है कि किसी चीज़ की देखभाल करना, मेहनती होना, अभ्यास करना।

**स्कजएल** सभी पीड़ितों को परमेश्वर अपने बच्चों के लिए ठहराता है, जो हमेशा उनकी भलाई के लिए डिज़ाइन किया गया है। इसमें परीक्षाओं और क्लेशों की पूरी श्रृंखला शामिल है, जिन्हें वह ठहराता है और जो पाप को कम करने और विश्वास का पोषण करने के लिए काम करते हैं

**सिक** और अपना मन निर्धारित करें: अनिवार्य क्रियाएं, यह दर्शाती हैं कि कार्रवाई एक निरंतर प्रक्रिया है। तलाश का अर्थ है "खोजने और खोजने का प्रयास करना। अपने मन को निर्धारित करना इच्छा, स्नेह और विवेक को संदर्भित करता है (कुलुस्सियों 3:1-2)

**सिक** पहला: ऐसा करने और कभी न रोकने की आज्ञा (मती 6:33)

**सिक** अपना खुद का तरीका: आपके कार्यों या तरीकों से दूसरों को कैसे प्रभावित करते हैं, इसकी परवाह किए बिना अपने स्वयं के हितों को सबसे अच्छा करने का पीछा करना। इनपुट प्राप्त करने के लिए अनिच्छुक, जिसमें परमेश्वर के दृष्टिकोण से निर्देश शामिल है

**सेल्फ कंट्रोल** : भावनात्मक, शारीरिक और आध्यात्मिक रूप से खुद को नियंत्रित करने की क्षमता; हमेशा कम से कम प्रतिरोध के मार्ग पर उपज नहीं करने की क्षमता

**सेल्फ सिकइंग** : चीजों को अपने तरीके से करना, चुनाव करने में हमारे या इस दुनिया के ज्ञान का उपयोग करना।

**सेडाउन** कोई दोस्त, फोन, रेडियो, कंप्यूटर, खेल, या आइपॉड के साथ कमरे प्रतिबंध

**सीन ऑफ कमीशन** हम अपने अधिकार से बाहर काम करते हुए पाप करते हैं। परमेश्वर कहते हैं कि ऐसा मत करो, और हम इसे वैसे भी करते हैं। उदाहरण के लिए, परमेश्वर कहता है कि चोरी मत करो (इफिसियों 4:28), परन्तु हम चोरी करते हैं।

**सीन ऑफ कमीशन**: हम वह नहीं करके पाप करते हैं जो परमेश्वर के द्वारा सही है। वह हमें कुछ करने की आज्ञा देता है, और हम तय करते हैं कि ऐसा न करें या अज्ञानतावश, हम अपने बच्चों के साथ वही व्यवहार करते हैं जो हमें सबसे अच्छा लगता है, परमेश्वर की इच्छा को पूरा नहीं करते हैं। उदाहरण के लिए, परमेश्वर क्षमा करने के लिए कहता है, लेकिन हम इनकार करते हैं

**इस्टिवर्ड ओवरसियर**; प्रबंधक; जो संरक्षक, प्रशासक या पर्यवेक्षक के रूप में कार्य करता है।

**इस्टडी अनिवार्य क्रिया**; करने और जारी रखने के लिए एक आदेश। एक उत्साही दृढ़ता को दर्शाता है, मेहनती होना, अपना सर्वश्रेष्ठ करने के लिए हर संभव प्रयास करना, एक लक्ष्य को पूरा करने में उत्सुक और ईमानदार होना।

**साबमिससीव होपोटासो** (ग्रीक)। देने, सहयोग करने, जिम्मेदारी संभालने और बोझ उठाने का स्वैच्छिक दृष्टिकोण

**थिंग्स कोई बुराई नहीं**: लॉजिजोमाई (ग्रीक)। एक लेखांकन शब्द के रूप में उपयोग किया जाता है, जिसका अर्थ है किसी के दिमाग में चीजों को एक साथ रखना, गिनती करना या जोड़ना, गणना के साथ खुद पर कब्जा करना

**थाअरेलीग** हर अच्छे कार्य के लिए सुसज्जित: परमेश्वर हमारे लिए उसकी इच्छा को समझने और आज्ञाकारिता में पालन करने के लिए सशक्त होने का इरादा रखता है।

**ट्रेनप चानक** (हिब्रू)। ईश्वरीय सेवा के लिए समर्पित करना या अलग रखना (नीतिवचन 22:6)

**ट्रेनिंग पेडिया** (ग्रीक)। ताड़ना, क्योंकि मनुष्यों की पापी सन्तानों के लिए सभी प्रभावशाली शिक्षाओं में अनुशासन, सुधार सम्मिलित और तात्पर्य है, जैसा कि प्रभु अनुमोदित करता है (इफिसियों 6:4)। अनुशासन जो चरित्र को नियंत्रित करता है। वांछित के रूप में बढ़ने का कारण भी; तैयार या कुशल बनाना या बनना

**ट्रानफरोउंड मेटामोर्फो** (ग्रीक)। जिससे हम कायापलट शब्द प्राप्त करते हैं। तितली के लिए कैटरपिलर के रूप में, पूरी तरह से कुछ अलग में बदलना

**वेलीयुस** सिद्धांत या कार्य जिनके द्वारा आप जीते हैं। आपका व्यवहार दिखाता है कि आप सबसे अधिक क्या महत्व देते हैं।

**वॉइड्स** कुछ जो छोड़ दिया गया है। परमेश्वर ने हमारे भीतर भावनात्मक आवश्यकताओं को रखा है जो हमारे भौतिक लोगों के समान ही महत्वपूर्ण हैं। अगर हमारे पास सांस लेने के लिए हवा, पीने के लिए पानी और हमारे शरीर को पोषण देने के लिए भोजन नहीं है, तो हम अंततः मर जाएंगे। परमेश्वर ने हर बच्चे के भीतर भावनात्मक विकास की जरूरतों को रखा है। यदि नहीं मिले, तो वे एक वयस्क के रूप में गंभीर भावनात्मक और मनोवैज्ञानिक समस्याएं पैदा कर सकते हैं

उदाहरण के लिए, एक बच्चे की कुछ विकासात्मक भावनात्मक आवश्यकताएं होती हैं जिन्हें लगातार उचित अनुशासन के साथ प्रेमपूर्ण अधिकार के माध्यम से पोषित किया जाना चाहिए। यदि इन जरूरतों से समझौता किया जाता है या प्रदान नहीं किया जाता है, तो बच्चे के भीतर एक शून्य पैदा होता है। ऐसा अक्सर इसलिए होता है क्योंकि माता-पिता अपनी ईश्वर प्रदत्त जिम्मेदारियों या अच्छे या बुरे के लिए उनके प्रभाव की सीमा को नहीं समझते हैं। अधिकांश बच्चे यह नहीं पहचान सकते हैं कि क्या गायब है-शून्य क्या है-लेकिन वे सहज रूप से इसे किसी चीज़ से भरने की कोशिश करेंगे। वास्तविक प्रेम और उचित अनुशासन की कमी एक बच्चे को व्यसनों या भावनात्मक और मनोवैज्ञानिक समस्याओं के प्रति संवेदनशील बना सकती है जो विनाशकारी व्यवहार का कारण बनती हैं। जब इसका पालन किया जाता है, तो बाइबल आधारित शिक्षा आपके बच्चे के साथ एक स्वस्थ संबंध और आपके बच्चे में भावनात्मक रूप से स्वस्थ व्यक्ति का उत्पादन कर सकती है।

**विल्स: मेथोडिया (ग्रीक)**। जिससे हम शब्द विधि प्राप्त करते हैं। चालाकी, चालाक और धोखे का संकेत। इस शब्द का उपयोग अक्सर एक जंगली जानवर के लिए किया जाता था जो चालाकी से डंठल करता है और फिर अप्रत्याशित रूप से अपने शिकार पर झपट्टा मारता है। शैतान की बुरी योजनाएँ चुपके और धोखे के इर्द-गिर्द बनाई गई हैं

## अंतलेख

1. वेबस्टर्स न्यू इंटरनेशनल डिक्शनरी ऑफ द इंग्लिश लैंग्वेज, दूसरा संस्करण अनब्रिज्ड (स्प्रिंगफील्ड, एमए: जी एंड सी मरियम कंपनी, पब्लिशर्स, 1939)।
2. वेबस्टर्स न्यू इंटरनेशनल डिक्शनरी।
3. एच.ए. आयरनसाइड, नीतिवचन की पुस्तक पर नोट्स (नेप्च्यून, एनजे: लोइज़ॉक्स ब्रोस, 1908), 309।
4. वेबस्टर्स न्यू इंटरनेशनल डिक्शनरी।
5. वेबस्टर्स न्यू इंटरनेशनल डिक्शनरी।
6. स्पिरोस जोधियेट्स, द कम्प्लीट वर्ड स्टडी डिक्शनरी: न्यू टेस्टामेंट (चट्टानोगा, टीएन: एएमजी पब्लिशर्स, 2000), 1372।
7. विलियम मैकडोनाल्ड और आर्थर फ़ास्टेड, बिलीवर्स बाइबल कमेंट्री: दूसरा संस्करण (नैशविले, टीएन: थॉमस नेल्सन, 2016), 2146।
8. एंड्रयू मरे, द बिलीवर्स सीक्रेट ऑफ़ होलीनेस (बेथानी हाउस पब्लिशर, 1984), जैसा ईश्वर के खजाने के गुणों में उद्धृत (तुलसा, ओके: ऑनर बुक्स, 1995), 422।
9. जॉन मैकआर्थर, द मैकआर्थर न्यू टेस्टामेंट कमेंट्री: इफिसियों (शिकागो, आईएल: मूडी प्रेस, 1986), 319।
10. गेरहार्ड किटेल, जेफ्री डब्ल्यू. ब्रोमिली, और गेरहार्ड फ्रेडरिक, थियोलॉजिकल डिक्शनरी ऑफ़ द न्यू टेस्टामेंट, वॉल्यूम 5 (गेंड रैपिड्स, एमआई: एर्डमैन, 1964), 596, इलेक्ट्रॉनिक संस्करण।
11. जोधियेट्स, द कम्प्लीट वर्ड स्टडी डिक्शनरी, 1017।
12. जोधियेट्स, द कम्प्लीट वर्ड स्टडी डिक्शनरी, 562।
13. जोधियेट्स, द कम्प्लीट वर्ड स्टडी डिक्शनरी, 948।
14. "राज्य जेल कैदियों का सर्वेक्षण, 1991," अमेरिकी न्याय विभाग, न्याय कार्यालय प्रोग्राम्स, ब्यूरो ऑफ़ जस्टिस स्टैटिस्टिक्स, 2 जून, 2020 को एक्सेस किया गया, <https://www.bjs.gov/content/pub/pdf/SOSPI91.PDF>।
15. वेबस्टर्स न्यू इंटरनेशनल डिक्शनरी।
16. वेबस्टर्स न्यू इंटरनेशनल डिक्शनरी।
17. वेबस्टर्स न्यू इंटरनेशनल डिक्शनरी।
18. देब लॉरेस, "एक बच्चा की संपत्ति कानून (मूल पाप के साक्ष्य)," प्रोकोप, (नवंबर/दिसंबर 1992): 3, <https://bible.org/illustration/property-laws-toddler>।
19. जोधियेट्स, द कम्प्लीट वर्ड स्टडी डिक्शनरी, 160।

## लेखक के बारे में

एक मूर्ख। डिस्लेक्सिया के साथ एक छात्र। एक तीसरी कक्षा के पढ़ने के स्तर के साथ एक उच्च विद्यालय स्नातक। एक अज्ञानी पति और अपमानजनक पिता। सभी ने अपने जीवन में एक समय में पास्टर क्रेग कैस्टर का वर्णन किया, लेकिन भगवान के पास उसके लिए एक अलग योजना थी। क्रेग के सार्वजनिक बोलने के डर के बावजूद, परमेश्वर ने उसे 1994 में पूरे समय की सेवा के लिए बुलाया। उन्होंने औपचारिक शिक्षा या एक सेमीनरी की डिग्री के बिना विश्वास में कदम रखा। उन्हें 1995 में नियुक्त किया गया था और तब से उन्होंने चार किताबें लिखी हैं; कई पुरुषों को शिष्य बनाया; सैकड़ों लोगों को सलाह दी; मसीह के पास अनगिनत को पहुंचाया; और संयुक्त राज्य अमेरिका और अंतर राष्ट्रीय स्तर पर शादी और परिवर्तन से मिनार, पुरुषों की सभाएं, और पास बानों के सम्मेलनों के माध्यम से हजारों लोगों को सिखाया। सब कुछ परमेश्वर की कृपा और शक्ति से।

यद्यपि क्रेगने 1979 में यीशु को अपना जीवन दे दिया, लेकिन उनका परिवर्तन तब शुरू हुआ जब उन्होंने प्रति दिन यीशु और उसके वचन में रहना शुरू कर दिया। वह वास्तव में विश्वास करता है कि यीशु हममें से प्रत्येक के साथ घनिष्ठ संबंध चाहता है। उसका जीवन हमेशा के लिए बदल गया है क्योंकि वह इस रिश्ते का पीछा करते हैं और पूरी तरह से मसीह पर निर्भर है।

### प्रोत्साहितहों

यदि आप इस बात पर भरोसा करने के लिए संघर्ष कर रहे हैं कि परमेश्वर आप के जीवन में और उसके माध्यम से कार्य कर सकता है, तो पास्टर क्रेग की कहानी से प्रोत्साहित हों। अपने पिछले पापों, सीखने की अक्षमताओं, शिक्षण या बोलने के डर, या शिक्षा की कमी को अपने जीवन पर परमेश्वर के आह्वान के प्रति आज्ञाकारी होने से नरो कें। परमेश्वर आपको अपना शिष्य बनाना चाहता है, और यदि आप विवाहित हैं या आप के बच्चे हैं, तो वह आपको एक ऐसे पतिया पत्नी और माता-पिता के रूप में बनाना चाहता है जो उसका सम्मान करता है। उसका अनुग्रह अद्भुत और असीम है। वह आप से प्रेम करता है और आप के द्वारा महिमा प्राप्त करने की इच्छा रखता है।

### परमेश्वर का आपसे वादा

परमेश्वर को उसकी प्रचुर मात्रा में प्रतिज्ञाओं और प्रावधानों के लिए धन्यवाद। "शमौन पतरस, यीशु मसीह के एक दास और प्रेरित" के शब्दों से उसकी प्रतिज्ञाओं पर मनन करें।

शमौन पतरस की ओर से जो यीशु मसीह का दास और प्रेरित है, उन लोगों के नाम जिन्होंने हमारे परमेश्वर और उद्धारकर्ता यीशु मसीह की धार्मिकता से हमारा सा बहु मूल्य विश्वास प्राप्त किया है।

परमेश्वर के और हमारे प्रभु यीशु की पहचान के द्वारा अनुग्रह और शान्ति तुम में बहुतायत से बढ़ती जाए। क्योंकि उसके ईश्वरीय सामर्थ ने सब कुछ जो जीवन और भक्ति से सम्बन्ध रखता है, हमें उसी की पहचान के द्वारा दिया है, जिसने हमें अपनी ही महिमा और सद्गुण के अनुसार बुलाया है। जिनके द्वारा उसने हमें बहु मूल्य और बहुत ही बड़ी प्रतिज्ञाएं हैं किइ नके द्वा रातुम उसस इाहटसे छूट कर जोसंसा रमें बुरीअ भिलाषा ओंसेहो तीह ईश्वरीय स्वभाव के समभागी हो जाओ।

और इसी कारण तुम सब प्रकार का यत्न करके, अपने विश्वास पर सद्गुण, और सद्गुण पर समझ। और समझ पर संयम, और संयम पर धीरज, और धीरज पर भक्ति। और भक्ति पर भाईचारे की प्रीति, और भाईचारे की प्रीति पर प्रेमबढ़ातेजाओ। क्योंकि यदि ये बातें तुम में वर्तमान रहें, और बढ़ती जाएं, तो तुम्हें हमारे प्रभु यीशु मसीह के पहचान ने में निकम्मे और निष्फल नहो ने देंगी। (2 पतरस 1:1-8)

## परिवार शिष्यता सेवकाई के बारे में

परिवार शिष्यता सेवकाई (FDM), संस्थापक और निदेशक पादरी क्रेगकैस्टर द्वारा 1994 में स्थापित एक गैर-लाभकारी सेवकाई, एक शिष्यता नमूने के माध्यम से परिवारों को परामर्श करने के लिए मसीह की देह का समर्थन, शिक्षित और प्रशिक्षित करने का प्रयास करती है। इस लक्ष्य को पूरा करने के लिए, FDM व्यक्तिगत अध्ययन, छोटे समूहों, घर-समूह अध्ययन और एक-पर-एक शिष्यता के लिए कार्य पुस्तिकाओं, सहायक वीडियो

और ऑनलाइन सामग्री प्रदान करता है। वे शिष्यत्व, विवाह और परवरिश पर सेमिनार आयोजित करते हैं।

FDM की सेवकाई का लक्ष्य मसीही कलीसियाओं के अगुवों को प्रोत्साहित, शिष्यत्व और सुसज्जित करने के लिए एक दर्शन विकसित करने और उनके कलीसियाई परिवारों के प्रति सेवकाई करने में मदद करने के लिए बाइबिल की ठोस कार्य पुस्तिकाएं प्रदान करना है। 1995 के बाद से, हजारों लोगों ने विवाह और परवरिश कक्षाओं को पूरा कर लिया है, और संयुक्त राज्य अमेरिका और विदेशों में सैकड़ों कलीसियाओं ने एफडीएम सामग्री का उपयोग करके अपनी मंडलियों

की सेवा की है। उनकी सेवकाई [www.FDM.world](http://www.FDM.world) पर पाए जाने वाले मुफ्त ऑनलाइन संसाधनों के माध्यम से कई परिवारों की मदद करता है।

FDM सक्रिय रूप से भारत, रूस, यूक्रेन, क्यूबा, मेक्सिको, अफ्रीका, सिंगापुर, जापान और चीन जैसे देशों में अंतरराष्ट्रीय स्तर पर सेवकाई करता है। [www.FDM.world](http://www.FDM.world) | पर अधिक जानकारी प्राप्त करें।