# परामर्श देने की कला

एक प्रचारक के लिए उस मण्डली के बहुत से तथ्यों को स्वीकार करना आवश्यक है जिस में वह प्रचार करता है। सुन्दर कपड़ों, मुस्कुराते चेहरों और मित्रतापूर्वक अभिवादनों के पीछे ढेर सारी समस्याएं भी छिपी हैं।

उदाहरण के लिए, हो सकता है कि पीछे बैठा अधेड़ उम्र का एक आदमी दुखी है ज़्योंकि कुछ महीने पहले ही उसकी पत्नी की अचानक मृत्यु हो गई थी। वहां आदर्श लगने वाला एक मसीही जोड़ा भी बैठा है, परन्तु सच्चाई यह है कि पति और पत्नी शायद ही एक दूसरे से बात करते हैं। बाईं ओर एक परेशान युवती बैठी है जो आत्महत्या करने की तैयारी में थी। दाईं ओर एक ऐसी महिला बैठी है जिसके जीवन में बड़ी उथल – पुथल हुई है। एक और आदमी शराब छोड़ना चाह रहा है, एक युवक तो नशे का आदी हो चुका है, और साठ साल के एक बूढ़े को हाल ही में पता चला है कि उसे कैंसर है। अन्य शब्दों में, प्रचारक ऐसे लोगों की मण्डली में प्रचार करता और कलीसिया के अगुवे उनकी अगुआई करते हैं जो मरा तो नहीं लेकिन दुखी है। यह तथ्य किसी भी दूसरी बात से बढ़कर यह सुझाव देता है कि कलीसिया के अगुओं के लिए परामर्श देने या काउंसिलिंग की कला बढ़ाना ज़रूरी है।

## परामर्श देना ज़्या है

परामर्श या काउंसिलिंग देने वाले और उसकी शिक्षा के आधार पर परामर्श देने की परिभाषाएं अलग-अलग हैं। डॉ. पॉल सदर्न का कहना है कि निजी परामर्श या कांउसिलिंग का अर्थ देना, सिखाना, कोसना या प्रशंसा करना, या बातें करना *नहीं*, बल्कि इसका अर्थ बातें करने के बजाय सुनना अधिक है। उसका कहना है कि परामर्श या कांउसिलिंग देने वाला ''सुनने वाला कान और समझने वाला मन देता है।''[1] सदर्न ने एक सूची बनाई जिसमें उसने बताया कि निजी परामर्श या कांउसिलिंग ज़्या नहीं है। उसने इसमें (1) सलाह देना, (2) सलाह लेने वाले के लिए निर्णय लेना, (3) सलाह लेने वाले को डांटना, (4) सलाह लेने वाले की तारीफ करना, (5) सलाह लेने वाले की भावनाओं या व्यवहार को नज़रअन्दाज करना, (6) सहानुभूति दिखाना, (7) अति समानता, (8) सलाह लेने वाले पर परामर्श देने वाले द्वारा अपने सुझाव थोपना, (9) बहस करना, (10) नैतिक शिक्षा बनाना, (11) किसी दज़्पज़ि को परामर्श देने के समय दोनों में से एक का पक्ष दूसरे के विरुद्ध लेना, (12) समस्या की गंभीरता कम करना या बढ़ाना, (13) व्यज़्ति को बताना कि वह ज़्या है, (14) चिकित्सकीय प्रक्रिया को अति सरल बनाना (15) उदाहरण देना कि दूसरों ने अपनी समस्याओं को कैसे सुलझाया है।[2]

इसके विपरीत उसने कहा कि धार्मिक वातावरण में निजी परामर्श या काउंसिलिंग देने का लक्ष्य लोगों को सुनने वाले कान और समझने वाला मन देकर अपनी समस्याओं को अच्छी तरह समझकर अपनी सहायता स्वयं करने में सहायता करना है। इसके अलावा, ऐसा परामर्श कलीसिया के लिए स्थानीय होना चाहिए। पहले तो, नये नियम में मनोविज्ञान का हर सही सिद्धांत सिखाया गया है। दूसरा, परामर्श या कांउसिलिंग देना धार्मिक और नैतिक मुद्दों पर ही होता है। तीसरा, परामर्श देने के लिए उन लोगों को ''सहना'' सिखाया जाता है जो निर्बल हैं (रोमियों 15:1)। सदर्न के अनुसार परामर्श या कांउसिलिंग देने की मुज़्य बात empathy की धारणा है जहां *em* का अर्थ ''में''; *pathos* का अर्थ ''भावना'' है। इसका अर्थ यह हुआ कि निजी परामर्श या कांउसिलिंग देना एक व्यज़्ति का दूसरे (empathy) के साथ कुछ लाभ होने तक पारस्परिक क्रिया है।[3]

## काउंसिलिंग कौन दे?

ऐल्डरों और प्रचारकों को परामर्श या कांउसिलिंग देने के लिए बुलाया जाएगा। उन्हें लग सकता है कि वे परामर्श या कांउसिलिंग देने के योग्य नहीं हैं या वे उस काम में निपुण हैं। वे ''तैयार हों या न'', फिर भी वे देखेंगे कि लोग उनसे परामर्श या कांउसिलिंग लेना चाहते हैं। इसलिए परामर्श या कांउसिलिंग देने के क्षेत्र में बिल्कुल शिक्षा न लेने के बजाय थोड़ी बहुत शिक्षा लेना भी अच्छा है।

कलीसिया के अगुवे परामर्श देने के प्रति सकारात्मक व्यवहार रख सकते हैं और उन्हें रखना भी चाहिए। *उन्हें यह समझ होनी आवश्यक है कि परामर्श या कांउसिलिंग देने से कलीसिया में उनके उद्देश्य पूरे करने में सहायता मिल सकती है।* उदाहरण के लिए, अधिकतर (सभी नहीं) मानसिक या भावनात्मक समस्याएं पाप के कारण ही होती हैं। जब कोई ऐल्डर या प्रचारक पाप से निपटने के लिए किसी की सहायता करता है, तो वह उसे भावनात्मक समस्याओं पर काबू पाने में सहायता कर रहा होता है; और जब वह भावनात्मक समस्याओं से निपटने के लिए उसकी सहायता करता है, तो वह पाप से निपटने के लिए उसकी सहायता कर रहा होता है। दोनों में से किसी भी स्थिति में वह उद्धार पाने में उस व्यज़्ति की सहायता करता है। अन्य बातों में, शोक, अकेलापन, निराशा आदि पर विजय पाना आत्मिक रूप में बढ़ने से पहले ज़रूरी है। कई बार परामर्श या काउंसिलिंग की स्थितियों से, सुसमाचार के प्रचार के द्वार खुल सकते हैं, जैसे कि, विवाह से पूर्व दिया गया परामर्श या काउंसिलिंग।

लेकिन अल्पशिक्षा मनोविज्ञान और परामर्श या काउंसिलिंग दोनों में खतरनाक हो सकती है। उदाहरण के लिए, यदि किसी को मनोविज्ञान के बारे में थोड़ा बहुत ज्ञान है, तो उसे चाहिए कि हर किसी की मानसिक अवस्था का विश्लेषण करने से बचे। उसे व्यवहार के केवल एक कारण पर ध्यान केन्द्रित करने से भी बचना चाहिए। मानवीय जीव इतने जटिल हैं कि यह कल्पना करना कि हर समस्या का कारण केवल एक ही है गलत होगा। *ऐल्डर या प्रचारक के लिए अपनी सीमाओं को जानना, किसी स्थिति की ऊपरी समझ के*

*आधार पर सलाह देने से बचना, और यह जानना ज़रूरी है कि ज़रूरतमंद लोगों को कब और किसके पास भेजना चाहिए।*

लोगों द्वारा ऐल्डरों और प्रचारकों से परामर्श या काउंसिलिंग की बात करें तो सही, परामर्श या काउंसिलिंग देने का दान सबको एक जैसा नहीं मिला होगा। इसलिए, सब ऐल्डरों और प्रचारकों को परामर्श देने या मांगने में समय देने की अपेक्षा नहीं करनी चाहिए।

कलीसिया में ''परामर्श देने में सक्षम'' केवल ऐल्डर या प्रचारक ही नहीं होने चाहिए।[4] परामर्श देने (और परामर्श देने की शिक्षा पाने) में दूसरे मसीहियों को भी उत्साहित किया जाना चाहिए। किसी मण्डली के ''आम'' सदस्य में उन लोगों की सहायता करने का विशेष गुण हो सकता है जो भावनात्मक तौर पर दुखी हों। कलीसिया के अगुओं को चाहिए कि ऐसे लोगों की तलाश करके उनके इस गुण का इस्तेमाल करने में उन्हें उत्साहित करें और इस सेवकाई में अधिक प्रभावी ढंग से सेवा करने के लिए शिक्षा पाने में उनकी सहायता करें। मसीही होने के नाते, यदि हम निरन्तर ''आपस में एक दूसरे के साज्हने अपने पापों को'' मानते रहें (याकूब 5:16), यदि हम उन्हें ''... जो ठीक चाल नहीं चलते, ... समझाएं, कायरों को ढाढ़स दें, निर्बलों को सज़्भालें, सब की ओर सहनशीलता दिखाएं'' (1 थिस्सलुनीकियों 5:14), यदि ''निर्बलों की निर्बलताओं को सहें, न कि अपने आपको प्रसन्न करें'' (रोमियों 15:1), और विशेषकर यदि हम एक दूसरे से प्रेम करने की आज्ञा के कारण उसे कोमलता से स्नेहपूर्ण ढंग से व सज़्भाल से प्रेम करें जैसे मसीह ने हमसे किया है (यूहन्ना 13:34, 35),[5] तो हम ऐसा समर्थन और माहौल दे रहे होंगे जिसकी इनसानी तौर पर और परमेश्वर की संतान के रूप में कार्य करते रहने और बढ़ने के लिए हम में से अधिकतर को आवश्यकता है।

*इसलिए, एक अर्थ में हर मसीही को हर दूसरे मसीही के परामर्श देने वाले के रूप में सेवा करने का अवसर और ज़िज़्मेदारी दोनों मिले हैं।* इस ज़िज़्मेदारी को पूरा करने के लिए दूसरों की आवश्यकताओं और पृष्ठभूमि की संवेदनशीलता, ज़ोर देने की योग्यता और जैसे सदर्न ने कहा है, सुनने वाला कान और समझने वाला मन होना ज़रूरी है।

## एक अगुवे को किसे परामर्श देना चाहिए?

परामर्श देने के अवसर बहुत हैं। हो सकता है कि मसीही लोग परामर्श देने में भाग लेने में बहुत हिचकिचाते हों ज़्योंकि उन्हें डर होता है कि वे ''उलझन में पड़ जाएंगे,'' अर्थात ऐसा करने से वे ऐसे लोगों की समस्याओं में फंस जाएंगे जिनसे निपटना उनके लिए मुश्किल होगा। परन्तु कलीसिया के अगुओं को परामर्श की जिन समस्याओं को बुलाया जाता है उनमें से सभी समस्याएं बड़ी या प्राण को खतरे में डालने वाली नहीं होती। हर समस्या शराब छुड़ाने, नशे छुड़ाने या तलाक या आत्महत्या से जुड़ी नहीं होती।

बीमार, बेरोजगार, दुखी या ''उदास'' व्यज़्ति को किसी से बात करने की इच्छा होती है। ऐसे लोगों को आम तौर पर लज़्बे समय तक परामर्श की आवश्यकता नहीं होती; उन्हें किसी विशेष प्रकार के दबाव में होने पर केवल थोड़ी देर के लिए सहायता चाहिए। ऐसे

समयों और ऐसी परिस्थितियों में, कलीसिया के अगुओं की उपस्थिति और उनकी बात सुनने की उनकी इच्छा एक मरहम का काम करती है।

कलीसिया के अगुओं के लिए अपनी सीमाओं को जानना ज़रूरी होता है किसी समस्या को सचमुच गंभीर या खतरनाक होने पर उन्हें पता होना चाहिए कि उन्हें अपने पास आने वालों को सहायता के लिए किसके पास भेजना चाहिए। कलीसिया के अगुओं को हर मनोवैज्ञानिक या मनोचिकित्सक पर भरोसा नहीं करना चाहिए। कुछ लोग गैर मसीही मान्यताओं से काम करते हैं। उदाहरण के लिए यदि कोई पत्नी खुश नहीं है, तो ऐसा मनोचिकित्सक उसे तुरन्त अपने पति और परिवार को छोड़ देने की सलाह दे सकता है, ज़्योंकि उसके लिए व्यज़्तिगत प्रसन्नता ही सबसे बड़ी बात है। इसलिए कलीसिया के अगुओं को चाहिए कि लोगों को उस विशेष चिकित्सक के पास भेजने से पहले उसके बारे में अच्छी तरह जान लें। परामर्श देने के ''ढंग'' का पता लगाने के लिए कलीसिया के अगुओं के लिए अधिक से अधिक पढ़ना आवश्यक है और सज़्भव हो तो परामर्श की ज़्लासें लगानी चाहिए।

## सारांश

हर समाज में दुखी लोग होते ही हैं। लोग भजन लिखने वाले के साथ कह रहे हैं, ''कोई मेरी परवाह नहीं करता'' (भजन संहिता 142:4; RSV)। एक तरह से, वे वही प्रश्न पूछते हैं जो यिर्मयाह ने लिखा है: ''ज़्या गिलाद देश में कुछ बलसान की औषधि नहीं? ज़्या उसमें कोई वैद्य नहीं?'' (यिर्मयाह 8:22)। जो लोग यीशु के पीछे चलते हैं उन्हें यह दिखाना चाहिए कि कोई है जो उनकी परवाह करता है! हमारे पास दुखी मनों के लिए मरहम है: हमारा परमेश्वर ''खेदित मन वालों को चंगा करता है, और उनके शोक पर मरहमपट्टी बांधता है'' (भजन संहिता 147:3)। हम वह मरहम लगा सकते हैं।

हमें चाहिए कि भावनात्मक तौर पर दुखी लोगों को केवल, ''कुशल से जाओ, तुम गर्म रहो और तृप्त रहो'' कहने के बजाय उनके दुख को दूर करने के लिए उनकी सहायता करें (देखिए याकूब 2 अध्याय)। यीशु भलाई करता गया। आइए हम भी दुखी लोगों की सहायता के लिए अपनी पूरी कोशिश करें।

---

पाद टिप्पणियां

[1]पॉल सदर्न, ज़्लास लैज़्चर नोट्स, पर्सनल काउंसिलिंग सिडनी, ऑस्ट्रेलिया, जून 29,1970. [2]वहीं। [3]वहीं। [4]जे. ऐडज़्स, *कज़्पीटेंट टू काउंसिलिंग* (ग्रैंड रैपिड्स, मिशी.: बेकर बुक हाउस, 1970)। [5]''किसी मानसिक अस्पताल में होने वाला पचहज़र प्रतिशत उपचार TLC अर्थात टैंडर लविंग केयर से ही होता है।'' सदर्न, ''पर्सनल काउंसिलिंग।''