आत्मिक निर्माण

ख्रीष्टको स्वरूपमा बनिनु भन्ने विषयमा पाठहरू

तिमोथी कीप

shepherds
GLOBAL CLASSROOM

प्रतिलिपि अधिकार © 2022 शेफड्र्स ग्लोबल क्लासरूम
दोस्रो संस्करण । ISBN: 978-1-943953-86-8

सर्वाधिकार सुरक्षित । जाँचका पृष्ठहरू बाहेक, शेफड्र्स ग्लोबल क्लासरूम (SGC) को लिखित अनुमति बिना यस पुस्तकको कुनै पनि अंश कुनै पनि माध्यम जस्तै - इलेक्ट्रोनिक, यान्त्रिक, फोटोकपी, रेकर्डिङ वा अन्य कुनै पनि रूपमा पुन: उत्पादन वा प्रसारण गर्न पाईंदैन । हाम्रो SGC अंग्रेजी पाठ्यक्रमको प्रत्येक खरिदले हामीलाई संसारभरका ख्रीष्टियन अगुवालाई यही पाठ्यक्रम अनुवाद गर्न र प्रसारित गर्न सक्षम बनाउँछ । SGC लाई सम्पर्क गर्न, वा यो आकर्षक दर्शनमा सहयोग गर्न, www.shepherdsglobal.org मा जानुहोस् ।

अन्यथा संकेत नभएसम्म, सबै धर्मशास्त्रका उद्धरणहरू पवित्र बाइबल, न्यू किङ्ग्स जेम्स संस्करणबाट छ । "ESV" को रूपमा चिन्ह लगाइएको धर्मशास्त्र उद्धरणहरू ESV बाट हो® बाइबल (पवित्र बाइबल, इङ्गलिश स्टयाण्डर्ड संस्करण®), प्रतिलिपि अधिकार © 2001 क्रसवे द्वारा, गुड न्युज पब्लिसरहरूको प्रकाशन सेवकाई । अनुमतिद्वारा प्रयोग । सर्वाधिकार सुरक्षित ।

(NIV) चिन्हित धर्मशास्त्रका उद्धरणहरू पवित्र बाइबल, न्यू इन्टरनेशनल संस्करणबाट लिइएको हो®, NIV® । प्रतिलिपि अधिकार © 1973, 1978, 1984, 2011 Biblica, Inc द्वारा ।® जोन्डर्भन (www.zondervan.com) को अनुमति द्वारा प्रयोग गरिएको । विश्वव्यापी रूपमा सर्वाधिकार सुरक्षित । "NIV" र "नयाँ अन्तर्राष्ट्रिय संस्करण" Biblica, Inc द्वारा संयुक्त राज्य प्याटेन्ट र ट्रेडमार्क कार्यालयमा दर्ता गरिएका ट्रेडमार्कहरू हुन् ।®

अवधारणा डिजाइन: ब्रान्डन हिलिगोस
आवरण डिजाइन: शेन मुइर
सम्पादकीय लेआउट: एज्रा मोर्ली

विषयसूची

पाठ्यक्रमको संक्षिप्त विवरण ५

१. ख्रीष्टको स्वरूपमा निर्माण भएको ७

२. आत्मिक निर्माणको यात्रा २५

३. बाइबलीय विश्वासको निर्माण गर्ने शक्ति ४१

४. परमेश्वरको ज्ञानद्वारा हुने आत्मिक निर्माण ६३

५. आफ्नो बारेको सचेतनाद्वारा हुने आत्मिक निर्माण - भाग १ ७९

६. आफ्नो बारेको सचेतनाद्वारा हुने आत्मिक निर्माण - भाग २ ९९

७. आत्मिक तालिमबाट ख्रीष्टको स्वरूप १११

८. एकान्त, ध्यान, उपवास र सरलता १२७

९. गोप्य प्रार्थना १४९

१०. स्वीकार, समर्पण, र सेवा १६७

११. जिब्रो र विचारपूर्ण जीवन १९१

१२. भोक, समय, स्वभाव, र व्यक्तिगत विश्वास २०९

१३. कष्टबाट निर्माण भएको २२७

१४. ईसाई समुदायद्वारा निर्माण भएको २४५

विश्वास सम्बन्धि जाँच उत्तरहरू २६१

सिफारिस गरिएका स्रोतहरू २६३

गर्नुपर्ने कार्यहरूको रेकर्ड २६५

उद्धृत गरिएका बाइबल पदहरू २६६

सूची २६९

पाठ्यक्रमको संक्षिप्त विवरण

यस पाठ्यक्रमले ख्रीष्टको स्वरूपमा ख्रीष्टियनको आत्मिक निर्माणको जाँच गर्दछ। कक्षा बाहिरका असाइनमेन्टहरू गर्नको लागि छुट्याइएका समयको अतिरिक्त, तपाईंले प्रत्येक कक्षाको लागि ९०-१२० मिनेटको समय तालिका बनाउनु पर्छ।

यदि समूहको रूपमा अध्ययन गर्दै हुनुहुन्छ भने, पालैपालो पाठ पढ्नुहोस्। तपाईंले कक्षामा कुनै पनि छलफलको लागि बेलाबेलामा रोकिनुपर्छ। कक्षाको लिडर भएको कारण, अध्ययन भइरहेको सामग्रीभन्दा बाहिर छलफलाई भट्किनबाट जोगाउन तपाईं जिम्मेवार हुनुहुन्छ। प्रत्येक छलफलको लागि समय सीमा राख्नु उपयोगी हुन्छ। **छलफल प्रश्नहरू** र **कक्षा भित्रका गतिविधिहरू** तीर बुलेट बिन्दुहरु द्वारा संकेत गरिएको छ। कक्षामा सबै विद्यार्थीहरू संलग्न छन् भनी सुनिश्चित गर्ने प्रयास गर्नुहोस्। यदि आवश्यक भएमा, तपाईंले विद्यार्थीहरूलाई नामद्वारा बोलाउनुहोस्।

धेरै फुटनोटहरूले बाइबलको **पदहरूलाई** जनाउँछ। कृपया विद्यार्थीहरूलाई कुनैकुनै पदहरू हेर्न र तिनीहरूलाई समूहमा पालैपालो पढ्न लगाउनुहोस्।

प्रत्येक पाठको अन्त कुनै **असाइनमेन्टहरू** द्वारा हुन्छ। असाइनमेन्टहरू पूरा गर्नुपर्छ र अर्को पाठ शुरू हुनु अघि सूचित गरिनुपर्छ।

- विद्यार्थीहरूलाई डा. एलन ब्राउनको ***दैनिक प्रार्थना गाइड*** प्रयोग गर्न लगाइनेछ जसले धर्मशास्त्रलाई प्रार्थना गर्न र प्रार्थनामा परमेश्वरसँगको बातचित र सङ्गति गर्नको लागि आफूलाई तालिम दिन मद्दत गर्छ।
- विद्यार्थीहरूलाई तिनीहरूले पाठमा सिकेका कुराहरूको आधारमा एउटा **व्यक्तिगत प्रार्थना** लेख्न लगाइनेछ। यी प्रार्थनाहरूलाई व्यक्तिगत प्रार्थनाको पुस्तकमा लेख्ने गर्नुपर्छ। यस असाइनमेन्टको उद्देश्य विद्यार्थीहरूलाई पाठहरूमा सिकाइएका बाइबलीय सत्यताहरूलाई आफ्नो सत्यता बनाउने र तिनीहरूलाई सच्चा प्रार्थनामा परिणत गर्न प्रोत्साहित गर्नु हो।
- विद्यार्थीहरूलाई पढाइएका प्रत्येक पाठबाट परमेश्वरले सिकाउनु भएका शिक्षाहरूलाई **नोट पुस्तिका** मा लेख्न पनि भनिनेछ।

प्रत्येक कक्षाको सुरुमा विद्यार्थीहरूलाई, उनीहरूले चाहे भने, आफ्ना सहपाठीहरूसँग उनीहरूको लिखित प्रार्थनालाई साझा गर्ने अवसर दिइनेछ। यस अभ्यासको उद्देश्य नम्रता र पारस्परिक उत्तरदायित्व अभ्यास गर्नु र आध्यात्मिक संगतिको आनन्द लिनु हो।

प्रत्येक कक्षाको शुरूवात पहिलेको पाठको **जाँचबाट** शुरू गरिनुपर्छ। यो जाँच मौखिक वा लिखित रूपमा लिन सकिन्छ। यि जाँचहरूलाई पाठ्यपुस्तकको नाम, लिखित नोटहरू, बाइबल, वा सहपाठीहरूलाई पनि उल्लेख नगरी लिनुपर्छ। ShepherdsGlobal.org मा डाउनलोडको लागि एउटा जाँचको उत्तर कुञ्जी उपलब्ध छ।

यदि विद्यार्थीले शेफर्ड्स **ग्लोबल क्लासरूमबाट प्रमाणपत्र पाउन चाहन्छन् भने**, उसले कक्षामा उपस्थित हुनुपर्छ र असाइनमेन्टहरू पूरा गर्नुपर्छ। पूरा भएका असाइनमेन्टहरू रेकर्ड गर्नको लागि पाठ्यक्रमको अन्त्यमा फारम प्रदान गरिन्छ।

पाठ १

ख्रीष्टको स्वरूपमा निर्माण भएको

पाठका उद्देश्यहरू

१. *आत्मिक निर्माणलाई* परिभाषित गर्न सक्षम हुन ।

२. आत्मिक निर्माणको लागि बाइबलीयको सहयोग प्रदान गर्न सक्षम हुन ।

३. ईसाई जनादेश बुझ्न र व्यक्त गर्न ।

४. आत्मिक निर्माणका केही चुनौतीहरू छलफल गर्न सक्षम हुन ।

जीवनका तस्बिरहरू

हाम्रा छिमेकीहरूले भर्खरै येशूलाई चिनेका थिए, र उनीहरूलाई उनीहरूको विश्वासमा बढ्दै गएको हेर्न पाउँदा उत्साहित भएका थियौं । तिनीहरूमध्ये कोही पनि ख्रीष्टियन घरमा हुर्केका थिएनन् । तिनीहरूमध्ये कोहीसँग पनि मण्डलीको धेरै अनुभव भएकाहरू थिएनन् । तर सुसमाचारले कसरी तिनीहरूका घरलाई परिवर्तन गरेको र गर्दैछ भनेर हेर्दा बेकी र मलाई प्रोत्साहन मिलेको थियो । मलाई थाहा छैन कि मैले मेरो जीवनमा ड्यानी र किमको भन्दा बढि परमेश्वरको वचनको गहिरो भोक भएका मुट्ठीभर मानिसहरूलाई भेटेको छु ।

हामी भर्खरै यूहन्नाको सुसमाचारमा बाइबल अध्ययनको बीचमा थियौं, जसमा दुईवटा प्रश्नहरूमा विशेष ध्यान दिईरहेका थियौं: "यस खण्डले येशूको बारेमा के भन्छ?" र दोस्रो, "येशूको विषयको यो बुझाइले हाम्रो जीवनलाई कसरी परिवर्तन गर्नुपर्छ?" अचानक, र उनको आवाजमा विश्वस्तताका साथ, किमले घोषणा गर्दै भनिन्, "म येशू जस्तै बन्न चाहन्छु! मैले गर्ने हरेक कुरा र काममा; र मेरो जीवनको हरेक भागमा, म उहाँ जस्तै बन्न चाहन्छु!" यो एकदमै विशेष, पवित्र पल पनि थियो किनभने उनी त्यस्तो भाषा सुन्दै हुर्किएकी थिइनन् । यो एक विशेष क्षण थियो किनभने यो गवाही किमको हृदयमा पवित्र आत्माले उहाँको वचन मार्फत राखिदिनु भएको चाहनाको अभिव्यक्ति थियो । किम र ड्यानीले येशुलाई यति सम्मोहक र आकर्षक देखे कि उनिहरु जस्तै बन्न चाहन्छन् । यो हरेक विश्वासीमा हुनु पर्ने प्राकृतिक चाहना हो ।

ठूलो विचार

हामीलाई बचाउनको लागि परमेश्वरको उद्देश्य क्षमा मात्र होइन, तर हामीमा उहाँको स्वरूप पुनर्स्थापित गर्नु पनि हो ।

परिचय

आत्मिक निर्माण परिवर्तन गर्न र परिवर्तित हुन चाहने विश्वासीहरूका लागि डिजाइन गरिएको पाठ्यक्रम हो । यो ति नयाँ गरि जन्मेका पुरुष र महिलाहरूका लागि लेखिएको छ, जो शुद्ध हृदयबाट परमेश्वरलाई प्रेम गर्छन्, तर जो येशू ख्रीष्टको स्वरूपमा ठूलो मात्रामा निर्माण हुन चाहन्छन् ।

हामी मध्ये धेरै जसो हामी आत्मिक रूपमा जहाँ छौं त्यसमा पूर्ण रूपमा सन्तुष्ट छैनौं । (यो पवित्र असन्तुष्टि हो जुन सबै विश्वासीहरूको जीवनमा हुनुपर्छ ।) संसारको हरेक कुनामा विश्वासीहरू परमेश्वरसँग नजिक हिँड्न चाहना गर्छन् । यो तृष्णा भजनसंग्रहका लेखकको प्रार्थनामा सबैभन्दा राम्रोसँग व्यक्त गरिएको छ, "जसरी हरिणले खोलाको पानीको तृष्णा गर्दछ, त्यसरी नै हे परमेश्वर, मेरो प्राणले तपाईंको तृष्णा गर्दछ ।"[१]

आत्मिक निर्माणद्वारा परमेश्वरको लागि हाम्रो तृष्णा बढ्दो मात्रामा तृप्त गरिनेछ, किनकि यो येशूको जीवन हो जसभित्र यसलाई तृप्त गरिनेछ ।

> **"धेरै मानिसहरू परिवर्तन गर्न चाहन्छन् ... तर तिनीहरूमध्ये धेरैले यो सम्भव छ भनेर विश्वास गर्दैनन् । वर्षौंको प्रयास र असफलता पछि, तिनीहरू शान्त निराशाको ख्रीष्टियन जीवन बिताउँछन् ।"**
>
> **जेम्स ब्रायन स्मिथ**

साँचो ख्रीष्टियनहरू बढ्न चाहन्छन् । हामी हाम्रो विश्वासमा बढ्न चाहन्छौं । हामी परमेश्वरसँग घनिष्ठरूपमा हिँड्न चाहन्छौं - जुन जीवनको आनन्द र दुखमा परमेश्वरको उपस्थितिको बारेमा हुने ठूलो जागरूकता हो । हामी थप अनुशासित र आत्म-नियन्त्रित बन्न चाहन्छौं । हामी थप भरोसायोग्य, थप आनन्दित बन्न, र थप शान्तिमा बस्न चाहन्छौं ।

हामी मध्ये धेरैले अझ निरन्तर भक्तिमय जीवनको चाहना राख्छौं । हामी डर र चिन्ताबाट मुक्ति चाहन्छौं । हामी केही जिद्दी बानीलाई हराउन चाहन्छौं । कसै-कसैले घिनलाग्दो पापलाई जित्न चाहन्छन् । हामी सबै थप फलदायी, अधिक उत्पादनशिल बन्न चाहन्छौं । हामी हाम्रो सम्बन्ध आशिषित र सम्पूर्णता होस् भन्ने चाहन्छौं । हामी ख्रीष्टको जीवनलाई अरूको अगाडि निरन्तर रूपमा प्रकट गर्न चाहन्छौं । मैले चिनेका अधिकांश ख्रीष्टियनहरू परिवर्तन गर्न चाहन्छन्, तर धेरैलाई कसरी परिवर्तन गर्ने भन्ने थाहा छैन । धेरैलाई कहिँ गएर अड्किएको महसुस हुन्छ! धेरैजना गोप्य रूपमा आफू कहिल्यै केहि फरक हुन नसकेकोमा निराश हुन्छन् । *आत्मिक निर्माणले* हामीले चाहेको र खाँचो परेको परिवर्तनको लागि रोडम्याप प्रदान गर्दछ ।

हामीले चाहेको परिवर्तन चेलापन मार्फत हुनेछ, वा जसलाई हामीले यस पाठ्यक्रममा "आत्मिक निर्माण" भनिरहेका छौं । अन्य मिल्दोजुल्दो शब्दहरूमा "पवित्रतामा वृद्धि" र "प्रगतिशील पवित्रीकरण" हुन् । आत्मिक निर्माणमा "हृदयको नवीकरण"

१ भजनसंग्रह ४२:१

समावेश छ[२] र यो एक संकट र प्रक्रिया दुवै हो। यसमा निर्णायक परिवर्तन (परिवर्तनको नाटकीय क्षणहरू) र ढिलो वृद्धिशील परिवर्तन दुवै चाहिन्छ।

आत्मिक निर्माणसँग सम्बन्धित चार मुख्य बाइबलीय खण्डहरू

२ कोरिन्थी ३:१८, "हामी सबै घुम्टो हटाइएको मुहारले प्रभुको महिमा प्रतिबिम्बित गर्दछौं, **अनि एउटा महिमादेखि अर्को महिमातिर उक्लँदै उहाँको रूपमा बद्लिँदैजान्छौं** परमप्रभुबाट यो आउँछ, जो आत्मा हुनुहुन्छ।"[३]

गलाती ४:१९, "मेरा साना बालक हो, **ख्रीष्ट तिमीहरूमा नबनिनुभएसम्म** म फेरि प्रसवपीडामा छु।"[४]

कलस्सी १:२८, "प्रत्येक मानिसलाई चेताउनी दिँदै, र प्रत्येक मानिसलाई सारा बुद्धिमा सिकाउँदै हामी उहाँलाई घोषणा गर्दछौं, यस हेतुले कि **प्रत्येक मानिसलाई ख्रीष्टमा परिपक्व बनाई प्रस्तुत गर्न सकौं।**"[५]

एफिसी ४:१३-१४, "जबसम्म हामी सबैले विश्वासको र परमेश्वरका पुत्रको ज्ञानको एकता प्राप्त गर्दैनौं, **र परिपक्व मानिस बनी ख्रीष्टका पूर्णताको नापसम्म पुग्दैनौं;** यसरी हामी छालले अगि-पछि हुत्त्याइएका, धार्मिक-सिद्धान्तको प्रत्येक बतासले र मानिसहरूका जालझेल, धूर्तता र फट्याइँले यताउता उड़ाइएका बालकहरूजस्ता नहोऔं।"[६]

यी पदहरूबाट, साथै अन्य धेरैबाट, हामी शब्द "आत्मिक निर्माण" वाक्यांशलाई निकाल्छौं।

- » यी खण्डहरू अनुसार, ईसाई जीवनको अन्तिम उद्देश्य के हो? यी खण्डहरूमा उल्लेख गरिएका यस लक्ष्यमा पुग्ने केही माध्यमहरू के-के हुन्? एफिसीको खण्ड अनुसार, केही नतिजाहरू के-के हुन्?

आत्मिक निर्माण परिभाषित गरियो

आत्मिक निर्माण भनेको अनुग्रही प्रक्रियाद्वारा अरूको खातिर येशू ख्रीष्टको स्वरूपमा बद्लिँदै जानु हो।[७]

यस परिभाषालाई यसको तीन भागहरूमा विभाजन गरौं - "अनुग्रही प्रक्रिया," "ख्रीष्टको स्वरूप," र "अरूको लागि।"

आत्मिक निर्माण अनुग्रहको कार्य हो

एकअर्थमा, आफैलाई येशूको प्रतिरूपमा रूपान्तरण गर्न हामीले गर्न सक्ने केही छैन। तैपनि परमेश्वरको रूपान्तरण गर्ने अनुग्रहको लागि पूर्णरूपमा तत्पर हुन हामीले धेरै कुराहरू गर्नुपर्छ। **अनुग्रह कमाईको विपरीत हो तर प्रयासको विपरीत होइन।**

---

२ डलास विलार्डद्वारा प्रयोग गरिएको शब्द

३ जोड र कोष्ठक पाठ थपिएको छ।

४ जोड थपिएको छ।

५ जोड थपिएको छ।

६ जोड थपिएको छ।

७ एम. रोबर्ट मुल्होल्यान्ड जूनियरबाट अनुकुलित, *इन्भिटेशन टु अ जर्नी* (डाउनर्स ग्रोभ: इन्टरवर्सिटी प्रेस, १९९३), १२

संसारभरि, केही चर्चहरूले मानवीय प्रयास बिनाको अनुग्रहलाई जोड दिन्छन् । हामी यस पाठ्यक्रममा अनुग्रहलाई जोड दिनेछौं । हामी स्पष्ट गर्नेछौं कि ईसाई जीवनमा हरेक प्रगति अनुग्रहको आश्चर्यकर्म हो । तर अनुग्रहमा पवित्र आत्मा र ईसाई बीचको आपसी सहयोगको प्रयास समावेश छ ।

अनुग्रह र प्रयास बीचको यो सहकार्यको उदाहरणको रूपमा, धर्मशास्त्रहरू कसरी लेखिएको थियो विचार गर्नुहोस् । हामी जान्दछौं कि "सबै धर्मशास्त्रहरू परमेश्वरको प्रेरणाद्वारा आएको हो ।"[८] अर्को शब्दमा, सबै धर्मशास्त्र अनुग्रहको आश्चर्यकर्म हो । परमेश्वरले मानिसहरूलाई लेख्न प्रेरित गर्नुभयो, उहाँले तिनीहरूलाई लेख्नको लागि शक्ति दिनुभयो, र उहाँले तिनीहरूको लेखनलाई सुरक्षित गर्नुभयो । र तैपनि, हाम्रो बाइबल काम बिनाको अनुग्रहबाट आएको थिएन । मानिसहरूले ध्यान, जानकारी सङ्कलन, स्रोतहरू जाँच्ने, विचारहरू व्यवस्थित गर्ने र लेख्नमा धेरै प्रयास नगरेको भए हामीसँग बाइबल हुने थिएन ।[९] हाम्रा शास्त्रहरू पसिना सहितको प्रेरणाबाट आएका हुन्!

पावलले आफ्नो सेवकाईको बारेमा यस्तै कुरा भने: "मैले रोपें, अपोल्लोसले पानी हाले, तर परमेश्वरले नै बढ़ाउनुभयो ।"[१०]

"अन्तिम विश्लेषणमा, हामीले हाम्रो जीवनलाई परिवर्तन गराउने अनुग्रहको काम गर्न दिनको लागि आफैलाई परमेश्वरमा उपलब्ध गराउन बाहेक, हामीले आफैलाई येशूलाई प्रेम गर्ने र उहाँको सेवा गर्ने व्यक्तिमा परिवर्तन गराउन केहि गर्न सक्दैनौं । हामीले गर्ने भनेको परमेश्वरलाई अनुग्रहको त्यो परिवर्तनकारी काम गर्न दिने गरि आफूलाई परमेश्वरमा अर्पण गर्नु हो ।"

रोबर्ट मुल्होल्यान्ड जूनियर ।

आत्मिक निर्माण एक प्रक्रिया हो

» माथिका चार मुख्य आत्मिक निर्माण सम्बन्धि खण्डहरूमा, "महिमादेखि महिमा," "जबसम्म" र "हामी सबै नआउञ्जेल" शब्दहरूलाई रेखांकित गर्नुहोस् ।

यी खण्डहरूले हामीलाई प्रक्रिया र निरन्तर गतिविधिको बारेमा कुरा गर्छन् । पावलले रोप्ने, पानी हाल्ने र बढ्ने प्रक्रियाको बारेमा बताउँछन् ।[११] उनले प्रेम, विश्वास र ज्ञानमा बढ्दै जाने,[१२] विषयमा,[१३] कुरा गर्छन् ।[१४] ख्रीष्टको स्वरूपमा बदि्लने कुरा अद्भुत छ, यद्यपि कहिलेकाहीँ ढिलो र अनियमित हुन्छ र गहिरो छलांगको क्षणहरू द्वारा विरामित यात्रा हुन्छ । हामी असफल हुँदा निराश हुनुहुँदैन तर असफलताले हामीलाई नम्र बनाउन र तालिम दिन दिनुहोस् ।[१५]

---

८ २ तिमोथी ३:१६

९ लूका १:१-४

१० १ कोरिन्थी ३:६

११ १ कोरिन्थी ३:६-७

१२ एफिसी ४:१६

१३ २ कोरिन्थी १०:१५

१४ कलस्सी १:१०

१५ भजनसंग्रह १०३:८-११; हिब्रू १२:५-६

प्रत्येक विश्वासीको लागि आत्मिक निर्माण फरक-फरक गतिमा हुन्छ । गति विश्वासीको इच्छाको तीव्रतामा भर पर्छ । धर्मशास्त्रले सिकाउँछ, "धार्मिकताको निम्ति भोकाउने र तिर्खाउनेहरू तृप्त हुनेछन् ।"[१६] हरेक विश्वासीले भोक र तिर्खाको एउटै तीव्रता देखाउँदैनन् ।

आत्मिक निर्माण एक प्रक्रिया हो किनभने यसमा मनको परिवर्तन समावेश हुन्छ ।

परमेश्वरले हामीलाई रोबोट वा मेसिनको रूपमा बनाउनु भएको होइन । हामीलाई सोँच्ने, महसुस गर्ने र छनौट गर्ने क्षमताको साथ सिर्जना गरिएको हामी जटिल मानवहरू हौं । आत्मिक निर्माण मनको प्रगतिशील रूपान्तरणबाट सुरु हुन्छ, जसले हाम्रो स्नेहको परिवर्तन र हाम्रो व्यवहारको प्राकृतिक रूपान्तरणमा लैजान्छ ।

मेरो साथी, ब्लेक जोन्सले भर्खरै मलाई याद दिलाए कि जब पावलले "मनको परिवर्तन" द्वारा रूपान्तरण भएको कुरा गर्छन् ।[१७] "परिवर्तन" शब्दले नवीकरण वा पुन: निर्माणको विचारलाई बोक्छ । हामीले घर पुनर्निर्माण परियोजनाको बारेमा सोच्न सक्छौं । हामीमध्ये धेरैसँग सफा आत्मिक घरहरू र धर्मशास्त्रीय रूपमा बलियो घरहरू छन्, तर अझै पनि त्यहाँ सडेका भित्ताहरू छन् जुन बदल्न आवश्यक छ, टेढो ठाउँहरू जुन सीधा गर्न आवश्यक छ, र अप्ठ्यारो ठाउँहरू जसलाई सुन्दर बनाउन आवश्यक छ । हामी मध्ये धेरैलाई भित्ताहरूमा झुण्ड्याउनको लागि परमेश्वरको र हाम्रो पनि केहि नयाँ तस्बिरहरू चाहिन्छ! "त्यस प्रकारको पुन: निर्माणलाई प्रक्रिया भनिन्छ," ब्लेकले भने । "त्यो घरको पुन-सजावटको भिडियो क्लिप हेरे जस्तो होइन जुन दस मिनेटमा पुरानोबाट नयाँ देख्न सकिन्छ । यो त वास्तविक समयमा हाम्रो मन परिवर्तन गरिरहेको जस्तो हो! "

आत्मिक निर्माण एक प्रक्रिया हो किनभने यसमा राम्रो छनौटहरू गर्ने कुराहरू समावेश छ ।

ख्रीष्टको स्वरूपमा बढ्दैजाने महिमा हामीमा स्वतः हुने कुरा होइन, तर यो निरन्तर यसको पछि लागेर हुन्छ ।[१८] म प्रायः युवाहरूलाई भन्छु कि परमेश्वरसँग घनिष्ठ हिंड्ने पहिलो पाइला भनेको "बिहान ओछ्यानबाट उठ्नु" हो! हामीले हाम्रो प्रकृतिको अल्छी प्रवाहमाको पछि लागेर कहिले पनि सफलता पाउन सक्दैनौं तर परमेश्वरको अनुग्रहद्वारा धारको उल्टो दिशामा पौडी खेलेर सफलता पाउन सक्छौं भन्ने मैले पाएको छु । जस्तो एउटा भनाइ छ कि, "यदि तपाईं सधैं त्यही गर्नुहुन्छ जुन तपाईले सधैं गरिरहनु हुन्थ्यो भने, तपाई सधैं त्यही हुनुहुनेछ जुन तपाई सधैं हुनुहुन्थ्यो!"

"तर प्रभु येशू ख्रीष्टलाई **धारण गर,** र पापमय स्वभावको अभिलाषा पूरा गर्ने कुरामा **ध्यान नदेओ** ।"[१९]

आत्मिक निर्माण एक प्रक्रिया हो किनभने हाम्रो जीवनको आकार अनुभवहरू द्वारा ढल्दै जान्छ ।

अनुभव एकैचोटि आउँदैन तर थोरै थोरै गर्दै आउँछ । यो अनुभव धेरै पीडादायी छ । ए.डब्ल्यु. टोजरले हामीलाई स्मरण गराउनुहुन्छ कि, "परमेश्वरले पहिले मानिसलाई गहिरो गरि चोट पुर्याउनु भएपछि उसलाई महान तरिकाले धेरै प्रयोग गर्न सक्नुहुन्छ भन्ने कुरा शंकास्पद छ ।" सबैले पुष्टिको कदर गर्छन् । तर यो कठिनाईको समय हो, परीक्षण र प्रतिकूलताको कठोर हावा छ, शत्रुको अन्यायपूर्ण शब्दहरू, र आत्माको अँध्यारो रात छ जसले हामीलाई सबैभन्दा गहिरो आकार दिन्छ ।

---

१६ मत्ती ५:६

१७ रोमी १२:१-२

१८ यर्मिया २९:१३

१९ रोमी १३:१४, जोड थपियो ।

मेरी एउटी छोरीले अर्को दिन धेरै नाटकीय रूपमा यसो भन्छिन्, "म हुर्कन पर्खन सक्दिन!" हामी सबैलाई यो भावना थाहा छ । तर हाम्रो आत्मिक वृद्धिको सवालमा परमेश्वर हतार गर्नुहुन्न । जसरी एक बुबाले आफ्ना छोराछोरीहरूलाई उनीहरूको परिपक्वताको हरेक चरणको आनन्द लिन्छ, त्यसरी नै हाम्रो स्वर्गीय पिताले आज - हामी जस्तो छौं त्यसमा प्रसन्न हुनुहुन्छ, हामी कुनै दिन हुनेछैनौं जे हुनेछौं त्यसरी होइन! यो सायद हाम्रो लागि विश्वास गर्न र स्वीकार गर्नको लागि एक कठिन सत्य हो ।

ख्रीष्टियन वृद्धिलाई चिनियाँ बाँसको वृद्धिसँग तुलना गर्न सकिन्छ । यो बिरुवाको बीउलाई पाँच वर्षसम्म पानी हाल्दा केवल थोरै बढ्छ, तर पाँचौं वर्षमा चिनियाँ बाँस ६ हप्तामा नै ९० फिट बढ्छ!

एक लेखक यसो भन्छन्,

> नयाँ नियम वृद्धिको विचारले भरिएको छ... प्रक्रियाको असाधारण गतिको रूपमा आश्चर्यकर्महरूले देखाउँदछ कि परमेश्वरले जे चाहानुहुन्छ त्यो गर्न सक्ने गरि पर्याप्त शक्तिशाली हुनुहुन्छ । वृद्धिले जुन संसारमा हुने सामान्य तरिका जस्तै, परमेश्वरले सामान्यतया संसारमा काम गर्न रोज्नु भएको तरिकालाई देखाउँदछ । यदि हामीले आत्मिक वृद्धि संकट भएर जाँदा मात्र हुन्छ भनेर जोड दिन्छौं भने, हामी परमेश्वरलाई सीमित गर्छौं र उहाँको सार्वभौम छनौटलाई बेवास्ता गर्छौं ।[२०]

आत्मिक निर्माणः ख्रीष्टको स्वरूपमा बदि्लँदै जानु

» चार मुख्य आत्मिक निर्माण सम्बन्धि खण्डहरूमा यी शब्दहरू घेरामा लाउनुहोस्: "एउटै स्वरूपमा," "ख्रीष्ट बनिनु हुन्छ," "हरेक मानिस ख्रीष्ट येशूमा सिद्ध हुन्छ," र "ख्रीष्टको पूर्णताको कदको नापमा ।"

परमेश्वरको स्वरूप: ईसाईको लागि परमेश्वरको उद्देश्य

मानिस परमेश्वरको स्वरूपमा सृष्टि गरिएको थियो: यसैकारण परमेश्वरले मानिसलाई आफ्नै स्वरूपमा सृष्टि गर्नुभयो । परमेश्वरकै प्रतिरूपमा उहाँले तिनलाई सृष्टि गर्नुभयो । नर र नारी नै गरी उहाँले तिनीहरूलाई सृष्टि गर्नुभयो ।[२१] मानिसलाई परमेश्वरको चरित्रको प्रतिबिम्बको रूपमा र उहाँले बनाउनु भएको संसारमा उहाँका प्रिय प्रतिनिधिहरूको रूपमा सृष्टि गरिएको थियो । तिनीहरूको जीवन सुखमय र फलदायी थियो ।[२२] तिनीहरूको जीवन तिनीहरूको सृष्टिकर्ता र एकअर्कासँग नि: स्वार्थ, घनिष्ट, आनन्दित र निर्बाध संगतिको जीवन थियो ।[२३]

जब आदम र हव्वा पापले गर्दा पतन भए, परमेश्वरको स्वरूप बिगारिएको थियो (यद्यपि नष्ट भएको थिएन) । तिनीहरू सचेत, स्वार्थी बने र परमेश्वरको सङ्गतिबाट अलग भए । तर, त्यो निराशाजनक क्षणबाट, परमेश्वरले आफूले माया गर्नुहुने मानिसहरूलाई आफ्नो स्वरूपमा पुनर्स्थापित गर्न आफ्नो अनुग्रह योजना लागू गर्न थाल्नुभयो ।[२४]

---

२० मेल लरेन्ज, *आत्मिक निर्माणको गतिशीलता* (ग्रान्ड र्यापिड्स: बेकर बुक्स, २०००), ३१

२१ उत्पत्ति १:२७

२२ उत्पत्ति १:२८

२३ उत्पत्ति २:२५, उत्पत्ति ३:८

२४ कलस्सी ३:१०; एफिसी २:१०, एफिसी ४:२४

यद्यपि, परमेश्वरको उद्देश्य क्षमा मात्र होइन तर परमेश्वरको स्वरूपको पूर्ण पुनर्स्थापना हो । क्षमा -संगतिको पुनर्स्थापना - तात्कालिक हुने कुरा हो, जबकि परमेश्वरको स्वरूपको पुनर्स्थापना एक प्रक्रिया हो ।

प्रत्येक विश्वासीको लागि परमेश्वरको उद्देश्य भनेको हामीलाई जस्तो हुनको लागि सृष्टि गरिएको हो त्यस्तै बन्नु हो - जस्तै; ख्रीष्टको स्वरूप बोक्ने मानिसहरू, जो परमेश्वरको स्वरूप हुनुहुन्छ; त्यस्ता मानिसहरु जसले आफ्नो सुन्दर चरित्र प्रकट गर्दछ र जो संसारमा उहाँको प्रतिनिधिको रूपमा जिउँछ । तर हामी त्यहाँ कसरी पुग्न सक्छौं? यो पाठ्यक्रम तपाईंको यात्राको लागि रोडम्यापको रूपमा डिजाइन गरिएको छ ।

येशू ख्रीष्ट: अदृश्य परमेश्वरको रूप

"उहाँ **अदृश्य परमेश्वरको प्रतिरूप,** सारा सृष्टिका ज्येष्ठ हुनुहुन्छ ।"[२५]

"तिनीहरूका विषयमा भनौं भने **ख्रीष्ट, जो परमेश्वरको रूप हुनुहुन्छ,** उहाँको महिमाको सुसमाचार तिनीहरूले नदेखून्‌भनेर यस संसारको देवले अविश्वासीहरूको समझलाई अन्धो तुल्याइदिएको छ ।"[२६]

"उहाँ नै **परमेश्वरका महिमाको प्रतिबिम्ब र परमेश्वरकै स्वभावको वास्तविक प्रतिरूप हुनुहुन्छ,** र सम्पूर्ण विश्वलाई आफ्नो शक्तिको वचनले सम्हाल्नुहुन्छ ।"[२७]

यी पदहरूले हामीलाई येशू अदृश्य परमेश्वरको स्वरूप हुनुहुन्छ भनेर सम्झाउँछ । येशूमा हामी परमेश्वरले हामीलाई सृष्टि गर्न चाहनुभएको किसिमको व्यक्ति सिद्धरूपमा देख्छौं । येशू आत्मिक परिपक्वताको उत्तम उदाहरण हुनुहुन्छ ।

ख्रीष्टको स्वरूप भनेको आत्मिक परिपक्वता हो ।

बाइबलले आत्मिक परिपक्वता भनेको ख्रीष्टको स्वरूप हो । आत्मिक परिपक्वता, वा आत्मिक सिद्धता, केवल "ख्रीष्टको पूर्णताको कदको नाप" हो ।[२८]

पावलले रोमका विश्वासीहरूलाई उनीहरूको पीडाको बारेमा फरक तरिकाले सोच्न प्रोत्साहन दिए, किनभने सबै कुराहरू ख्रीष्टको स्वरूपमा हामीलाई बदल्नको निम्ति एकसाथ काम गरिरहेका छन् ।[२९] "सबै कुराहरू" मा सेवकाई, पारिवारिक जीवन, रोग, गरिबी, समृद्धि, द्वन्द्व, सतावट, विपत्ति, सफलता, शोक र एक्लोपन समावेश छ । सबै कुराको लागि परमेश्वरको उद्देश्य हामीलाई येशू जस्तै बनाउनु हो ।

येशू सिद्ध मानिस र हाम्रो महान उदाहरण हुनुहुन्छ । नयाँ नियम येशूका सुन्दर चित्रहरूले भरिएको छ । हामीले उहाँलाई मरुभूमिमा उपवास बसेको र प्रार्थना गरिरहेको, पापीहरूसँग टेबलमा बसेको, बच्चाहरूलाई आफ्नो काखमा समातेको, बालुवाको समुद्र तटमा आफ्ना चेलाहरूका लागि माछा पकाएको, कोर्रा हान्दै र आत्मिक रूपमा उत्पीडितहरूको लागि उभिएको, तिर्खाएको स्त्रीलाई साक्षी दिनुभएको देख्छौं । एउटा इनारमा, भोकाहरूलाई खुवाउँदै, दुई निरुत्साहित चेलाहरूसँग

---

२५ कलस्सी १:१५, *न्यू इन्टरनेशनल भर्जन*, जोड थपियो ।

२६ २ कोरिन्थी ४:४, *न्यू इन्टरनेशल भर्जन*, जोड थपियो ।

२७ हिब्रू १:३, *न्यू इन्टरनेशनल भर्जन*, जोड थपियो ।

२८ एफिसी ४:१३

२९ रोमी ८:२८-२९

इम्माउसको बाटोमा हिंड्दै र धर्मशास्त्रहरू व्याख्या गर्दै, र क्रुसमा आत्मसमर्पण गर्दै गरेको देख्छौं । यी दृश्यहरू र अरू धेरैले हामीलाई हामी कस्तो ख्रीष्टियन बन्ने हो भन्ने बारे अन्तरदृष्टि दिन्छ ।

ख्रीष्टियन चेलापन भनेको येशूको नम्रतामा बदि्लनु हो,[३०] अपरिपक्क चेलाहरू प्रति उहाँको नम्र प्रेम,[३१] पापीहरूका लागि उहाँको छुटकाराको प्रेम,[३२] उहाँको नम्रता,[३३] उहाँको अनुग्रह र सत्यको पूर्ण सन्तुलन,[३४] र दुःखमा उहाँको आनन्दित सहनशीलता,[३५] मृत्यु सम्म उहाँको आज्ञाकारिता,[३६] उहाँमा पवित्रआत्माको पूर्णता,[३७] दुष्टमाथि उहाँको विजय,[३८] र अझ धेरै ।

ख्रीष्टियन चेलापन भनेको येशूका प्राथमिकताहरूमा पनि बदल्नु हो - उहाँको सुसमाचारको प्रचार,[३९] उहाँको चेला बनाउने कार्य,[४०] उत्पीडितहरूको रक्षा,[४१] समाजका बिर्सिएका गरिबहरूका लागि उहाँको सेवा,[४२] र अझ धेरै ।

ख्रीष्टको गुणहरूमा उहाँको स्वरूप देखिन्छ ।

एफिसीहरूमा, पावलले ख्रीष्टियनहरूलाई "प्यारा छोराछोरीहरू जस्तै परमेश्वरको अनुकरण गर्ने" भएर येशूको उदाहरण पछ्याउन आज्ञा दिन्छन् ।[४३] हामीले अनुकरण गर्नुपर्ने येशू ख्रीष्टका गुणहरूको विषयमा एकछिन सौंचौं (जस्तैः प्रेम, दया, नम्रता, संयम, आदि) ।

» तलका सन्दर्भहरू हेर्नुहोस् र परमेश्वरले हामीमा बनाउन चाहनुहुन्छ भएको येशूका कम्तीमा आठ गुणहरू सूचीबद्ध गर्नुहोस् ।[४४]

---

३० फिलिप्पी २:५-११
३१ यूहन्ना १३:३४-३५
३२ १ यूहन्ना ४:१०-११
३३ मत्ती ११:२९
३४ यूहन्ना १:१७
३५ १ पत्रुस २:२१
३६ फिलिप्पी २:८
३७ यूहन्ना १४:१६
३८ १ यूहन्ना ३:८-९
३९ मर्कूश १:३८; लूका ४:१८
४० मर्कूश ३:१३-१९
४१ मत्ती २१:१२-१४; लूका ४:१८
४२ मर्कूश ३:१०-११, मर्कूश ६:३६-४४; मत्ती २५:३४-४०
४३ एफिसी ५:१
४४ उत्तरहरू यस पाठको अन्तिम फुटनोटमा छन् (page 22)

धर्मशास्त्र	गुणहरू
मत्ती ११:२९	
हिब्रू १:९	
१ पत्रुस २:२१-२४	
एफिसी ४:३२	
यूहन्ना १३:५	
यूहन्ना १३:३४	
लूका २३:३४	

» समूहमा यी गुणहरू छलफल गर्नुहोस्। हामी किन कुनै कुनै मसीही गुणहरूलाई जोड दिन्छौं तर अरूलाई दिँदैनौं?

विश्वासीहरूमा ख्रीष्टको स्वरूप कस्तो जस्तो देखिन्छ

कलस्सीमा ख्रीष्टको स्वरूपको एक शक्तिशाली चित्र छ कलस्सी ३:१०-१७। यस खण्डमा पावलले परमेश्वरको स्वरूपलाई वर्णन गर्दछन्, जुन हामीमा सृष्टि गरिएको छ, तर यसलाई धारण पनि गर्नुपर्छ।

» एकसाथ कलस्सी ३:१०-१७ पढ्नुहोस् र नयाँ जीवनका विशेषताहरू पत्ता लगाउने प्रयास गर्नुहोस्। लेख्ने ठाउँ प्रदान गरिएको ठाउँमा यी विशेषताहरू लेख्नुहोस्।

नयाँ जीवनको विशेषताहरू

प्रभु येशूको यो जीवन एक मात्र जीवन हो जसले उहाँका सन्तानहरूका लागि परमेश्वरको पवित्र मापदण्डहरू पूरा गर्नेछ। न त हाम्रो धार्मिकता वा हाम्रो सर्वोत्तम प्रयासहरूले परमेश्वरको धार्मिक मागहरू पूरा गर्न वा उहाँको आशिषको योग्यता पाउन सक्छ।[४५]

आत्मिक निर्माण अरूको खातिर हो

येशू ख्रीष्टको सुन्दर जीवनमा बाँड्दा हामीलाई परमेश्वरको निरन्तर आनन्द प्राप्त हुन्छ। यो हामी एक्लै पुग्ने आनन्द होइन, न त यो हामी एक्लैले लिने आनन्द हो। "हामी ख्रीष्टको शरीर भित्र अरूको खातिर र ख्रीष्टको शरीर बाहिर अरूको खातिर ख्रीष्टको स्वरूप अनुरूप बनाइएका छौं।"[४६] येशू ख्रीष्टको स्वरूप बोक्ने विश्वासीहरूले सधैं टुटेका मानिसहरूलाई यस्तै आनन्दमा ल्याउन खोज्छन् किनभने येशूले त्यसै गर्नुभयो। साँचो आत्मिकता टुटेको संसारबाट एक्लोपनमा पाइँदैन तर टुटेको निको पार्न आफ्नो जीवन दिनुमा पाइन्छ।[४७] उहाँको महिमा हामी मार्फत चम्किनेछ। यहाँबाट नै उहाँको सुगन्ध हामीबाट निस्कनेछ।[४८] यो येशूको जीवनले हामीलाई यहि नै प्रकट गर्छ।[४९]

आत्मिक निर्माणको परिणाम पूर्णतया ईश्वरीय प्रेमद्वारा शासित जीवन हुनेछ। ख्रीष्टको अनुरूपता ख्रीष्टको जस्तै व्यवहारको अनुरूप हो, न केवल उहाँको भित्री चरित्र। ख्रीष्टको अनुरूपता भनेको परमेश्वरलाई हाम्रो सारा हृदय, प्राण, शक्ति र मनले प्रेम गर्नु हो, र हाम्रो छिमेकीलाई हामी जस्तै प्रेम गर्नु हो।[५०] बलिदानमय प्रेम भन्दा आत्मिक निर्माणको नाप ठूलो छैन![५१] आफ्नो बुबासँगको येशूको सम्बन्धले उहाँ सधैं खाँचोमा परेकाहरूलाई—बहिष्कृत, माया नगरिएका, बिरामी, भोकाएका, आध्यात्मिक रूपमा थिचिएकाहरूको सेवा गर्न डोऱ्यायो। उहाँले भन्नुभयो कि यस प्रकारको प्रेमले उहाँको राज्यको उत्तराधिकारीहरू पनि चिनिनेछन्।[५२]

सतही आत्मिक्ताले चासो बिना भक्तिमा डोर्याउँछ। तर यदि आराधनाले हामीलाई आज्ञाकारितातर्फ डोर्याउँदैन वा खाँचोमा परेकाहरूका लागि थप उदार बनाउँदैन भने, यो साँचो आराधना होइन। यदि प्रार्थनाले हामीलाई अरूप्रति धेरै धैर्यवान, कोमल र दयालु बनाउँदैन भने, सायद हाम्रो प्रार्थना जीवन येशूको प्रार्थना जीवनको नमुना अनुसार बनिएको छैन।

आत्मिक निर्माण येशूलाई हेरेर हुन्छ

निम्न पद येशूको स्वरूपमा बन्नको लागि आधारभूत छ:

> हामी सबै घुम्टो हटाइएको मुहारले प्रभुको महिमा प्रतिबिम्बित गर्दछौं, अनि एउटा महिमादेखि अर्को महिमातिर उक्लँदै उहाँको रूपमा बद्लिँदैजान्छौं। परमप्रभुबाट यो आउँछ, जो आत्मा हुनुहुन्छ।[५३]

---

४५ लूका १७:१०; रोमी ३:१२

४६ एम. रोबर्ट मुल्होल्यान्ड जूनियर, *इन्भिटेशन टु अ जर्नी* (डाउनर्स ग्रोभ: इन्टरवर्सिटी प्रेस, १९९३), १६८

४७ यूहन्ना १७:१५; २ कोरिन्थी ४:११

४८ २ कोरिन्थी २:१५

४९ मत्ती ११:१९

५० लूका १०:२७

५१ रोमी ५:८

५२ मत्ती २५:३४-३६

५३ २ कोरिन्थी ३:१८

"प्रतिबिम्बित" भन्नाले आफ्नो आत्मिक आँखा लगाउनु वा गम्भीरतापूर्वक मनन गर्नु हो। तर हामीले के मनन गर्ने हो? "परमप्रभुको महिमा।" यस पदले हामीलाई देखाउँछ कि हामीले येशू ख्रीष्ट र उहाँको उद्धारको कामलाई गम्भीरतापूर्वक मनन गर्नुपर्छ,[५४] जुन परमेश्वरको वचनमा प्रकट छ। परिवर्तनको लागि हाम्रो सबै आशा येशूलाई हेर्ने कुरामा छ।

जब हामी येशूलाई हेर्छौं, पवित्र आत्माले हामीलाई निरन्तर बढ्दो महिमाको साथ येशूको स्वरूपमा रूपान्तरण गर्दछ।[५५]

जसै हामी देहधारी हुने कुरालाई विश्वासको साथ हेर्छौं, नम्रताको त्यही आत्माले हामीमा काम गर्न थाल्छ। जब हामी गेथसेमनीको बगैंचामा येशूसँग विश्वासद्वारा घुँडा टेक्छौं, पिताको इच्छामा आत्मसमर्पण र त्यागको उही आत्माले हामीले आत्मसमर्पण नगरेका भागहरूलाई हटाउँछ।

जब हामी महासभामा, पिलातस र हेरोदको अगाडि येशूसँग विश्वासद्वारा खडा हुन्छौं, तब शान्त, आत्म-संयम र आत्मविश्वासको आत्माले हामीलाई परिवर्तन गरिरहन्छ। जब हामी क्रुसलाई येशूसँगै बोक्छौं र यसको बोझमा ठेस खान्छौं, धैर्य र लगनशीलताको उही आत्मा हामीमा परिपक्क हुन्छ।

जब हामी क्रुसमा येशूसँग चिनिन्छौं र उहाँलाई क्षमा, दया र प्रेमका शब्दहरू सुन्दछौं, त्यही अनुग्रहको आत्मा हामीमा अझ विकसित हुन्छ। जब हामी विश्वासद्वारा येशूसँग दिनहुँ मर्छौं र उहाँले "अब सकियो" भनेको सुन्छौं।[५६] त्यही दृढताको आत्माले हामीलाई परमेश्वरले दिनुभएको काम पूरा गर्न सक्षम बनाउँछ! जब हामी विश्वासद्वारा येशूसँग बौरी उठ्छौं, हामी जान्दछौं कि येशूलाई मरेकाहरूबाट ब्यूँताउने र उहाँलाई स्वर्गीय स्थानहरूमा सबै प्रधानताहरू र शक्तिहरूभन्दा माथि बसाउने उही विजयी शक्ति हामी भित्र र मार्फत काम गरिरहन्छ।

यदि हाम्रो आँखा क्रुसमा स्थिर छ भने, हामीमा घमण्ड, आफ्नो-प्रशंसा, वा सांसारिक सुखले शासन गर्न सक्दैन। यदि हाम्रो नजर येशूमा छ भने, हामी घृणा गर्न सक्दैनौं, तितोपन वा आक्रोशलाई राख्न सक्दैनौं, बलिदानलाई इन्कार गर्न सक्दैनौं, गनगन वा गुनासो गर्न सक्दैनौं, पापलाई शासन गर्न दिन सक्दैनौं, न आत्मिक हारमा बाँच्न सक्छौं।

यदि हाम्रो आँखा येशूमा स्थिर छ भने, हामी पछाडि फर्कन सक्दैनौं, निराश हुन सक्दैनौं, लड्न सक्दैनौं, पराजित हुन सक्दैनौं, र परमेश्वरको प्रेमबाट अलग हुन सक्दैनौं। जब म सुसमाचारलाई हेर्छु, त्यसको शक्ति ममा झन्-झन् शक्तिशाली हुँदै जान्छ। येशू र सुसमाचारमा हाम्रो लागि कस्तो खजाना छ!

मण्डलीको परम्परा जति नै राम्रो होस्, त्यसमा हामीलाई परिवर्तन गर्ने शक्ति छैन। ईश्वरीय मानिसहरूसँग हामीलाई परिवर्तन गर्ने शक्ति छैन। जब तपाईं एक ईश्वरीय पुरुष वा महिलालाई विचार गर्नुहुन्छ जसले आफ्नो पुस्तालाई प्रभाव पारेको छ, तपाईंले तिनीहरूमा थाह गर्नुहुन्छ कि तिनीहरू ख्रीष्ट-केन्द्रित छन् तर मानिस-केन्द्रित होइन। मार्टिन लुथर लुथरन होइन, तर एक ईसाई थिए। जोन क्याल्भिन क्याल्भिनिस्टिक थिएनन्, तर एक ईसाई थिए। जोन वेस्ली वेस्लेयन होइन, तर एक ईसाई थिए। यो ख्रीष्ट र उहाँको सुसमाचारको कदर गर्नु हो जसले मानिसहरूलाई महान बनाउँछ!

---

५४ तुलना गर्नुहोस् २ कोरिन्थी ३:१८ सँग २ कोरिन्थी ४:६, साथै यूहन्ना १:१४, "अनि वचन देहधारी हुनुभयो, र अनुग्रह र सत्यताले पूर्ण भई हाम्रा बीचमा वास गर्नुभयो। हामीले उहाँको महिमा देख्यौं, जुन महिमा पिताबाट आउनुभएको एकमात्र पुत्रको जस्तो थियो।"

५५ २ कोरिन्थी ३:१८

५६ यूहन्ना १९:३०

हामी जे देख्छौं त्यही बन्छौं

हामी अक्सर धेरै भट्किन्छौं । यसले प्राय: पवित्र आत्माले हाम्रो जीवनमा परिवर्तन गर्न चाहनुभएको परिवर्तनहरू ल्याउने कामलाई सीमित गर्दछ । पास्टर जोन पाइपरले यो धेरै राम्रोसँग भन्नुहुन्छ:

> पवित्रआत्माले येशू बिना हामीमा यो रूपान्तरण काम गरिरहनु भएको छैन । हामीले घण्टौं तुच्छ टिभी हेर्दा होइन; जब हामी उद्देश्यविहीन वर्ल्ड वाइड वेबको खोजी गर्दै हाम्रा समयहरू खेर फाल्दा होइन; हामीले ख्रीष्टलाई बेवास्ता गर्ने कुराहरूमा हाम्रो मन लगाउँदा होइन । होइन । पवित्रआत्माले एक निश्चित वातावरणमा चल्नुहुन्छ र काम गर्नुहुन्छ र स्वतन्त्र हुन्छ, अर्थात्, जहाँ हामी "ऐनामा प्रभु येशूको महिमा प्रतिबिम्बित गर्छौं" (२ कोरिन्थी ३:१८)। पवित्रआत्माले ख्रीष्टलाई उच्च पार्नुहुन्छ । पवित्रआत्माले ख्रीष्टलाई हेर्ने आँखा खोलि दिनुहुन्छ । पवित्रआत्माले हाम्रो आत्मामा ख्रीष्टको स्वरूप लागू गर्नुहुन्छ । यदि हामीले ख्रीष्टमा ध्यान केन्द्रित नगर्ने छनौट गर्यौं भने, यदि हामी आफ्नै बाटोमा जान्छौं र जीवनमा अन्य कुरारूमा आफूलाई व्यस्त राख्छौं भने, तब "परमेश्वर कहाँ हुनुहुन्छ?" भनि नभनौं । जब हामीले पापको दासत्वको पीडादायी फल भोग्छौं र परमेश्वरको व्यवस्थालाई आनन्दको सट्टा बोझको रूपमा अनुभव गर्छौं । उहाँले हामीलाई स्वतन्त्रताको बाटो बताउनुभएको छ । यदि हामीले हाम्रा दिन र साँझ अन्यत्र हेर्दै बितायौं भने, हामी सायद हाम्रा सबै दासत्वहरूमा बाँधिएका हुनेछौं ।[५७]

जब हामी सांसारिक आकर्षणहरूलाई टाढा धकेल्छौं, आफूलाई धेरै हेर्न छोड्छौं, आफूलाई एक अर्कासँग तुलना गर्न छोड्छौं, तब पवित्र आत्माले काम गर्ने मौका पाउनु हुनेछ ।

» जोन पाइपरको उद्धरण छलफल गर्नुहोस्: पवित्रआत्मालाई हाम्रो जीवनमा काम गर्ने अनुमति दिनबाट हामी कसरी भट्किन सक्छौं? आफ्नो बानी कसरी परिवर्तन गर्नुपर्छ?

महत्त्वपूर्ण सत्यहरू जुन आत्मिक निर्माणमा जोड दिनु पर्छ

१. आत्मिक निर्माण भित्री र बाह्य दुवैको रूपान्तरण हो ।

जसरी हामी निम्न पाठहरूमा देख्नेछौं, आत्मिक निर्माणमा हाम्रो भौतिक शरीरहरू समावेश हुन्छन् । परमेश्वर हाम्रो शरीरमा महिमित हुन चाहनुहुन्छ, जुन मन्दिर हो ।[५८] तर आत्मिक निर्माण हृदयबाट सुरु हुन्छ । आत्मिक निर्माण व्यवहार बदल्ने कुरा भन्दा धेरै छ । बरु, हामी जान्दछौं कि आत्मिक निर्माण तब हुन्छ जब, हाम्रा बाहिरी कार्यहरू मात्र परिवर्तन हुँदैन, तर हाम्रो भित्री स्वभाव पनि परिवर्तन हुन्छ-जब हामी स्वाभाविक रूपमा ख्रीष्टले हाम्रो परिस्थितिमा जे गर्नुहुने थियो सो गर्छौं ।

डलास विलार्डले हामीलाई त्यो सम्झना गराउँदछन्

> आत्मिक निर्माण व्यवहार परिवर्तन होइन... [बरु] भित्री [मानिस] को पुन: आकार दिने वा पुन: विकास गर्ने प्रक्रिया हो जबसम्म यसले पर्याप्त मात्रामा, येशू आफैंको भित्री आयामहरूको चरित्र - उहाँको मन, उहाँको हृदय, उहाँको शान्ति, उहाँको आनन्दमा परिवर्तन हुँदैन । आत्मिक निर्माणमा तपाईंलाई वास्तवमा यी प्राप्त हुन्छ ।[५९]

---

५७ जोन पाइपरद्वारा २ कोरिन्थी ३:१८ मा वचन

५८ रोमी ८:११; १ कोरिन्थी ६:१९-२०

५९ डलास विलार्डले व्हीटन कलेजमा प्रचार गरेको सन्देशबाट लिइएका नोटहरूबाट ।

२. आत्मिक निर्माण अनुग्रहको माध्यमबाट हुन्छ ।

यस पाठ्यक्रममा, हामी परमेश्वरले हामीलाई ख्रीष्टको स्वरूपमा बनाउन प्रयोग गर्ने केही माध्यमहरूको बारेमा कुरा गर्नेछौं । यी माध्यमहरू धेरै छन् र निम्न पाठहरूमा धेरै छलफल गरिनेछ ।

» तपाईंको ख्रीष्टियन जीवनमा आत्मिक परिपक्कता ल्याउनको लागि परमेश्वरले प्रयोग गर्नुभएको, वा हाल प्रयोग गरिरहनुभएको केही माध्यमहरू एकसाथ सूचीबद्ध गर्ने प्रयास गर्नुहोस् ।

जसरी एउटा रूख वर्षा, घाम, सङ्कष्ट (जरालाई गहिरो बनाइदिन्छ), र पोषक तत्वले भरिपूर्ण माटोले मात्र स्वस्थ, फलदायी बन्न सक्छ, त्यसरी नै परमेश्वरले दिनुभएका सबै साधनहरू प्रयोग गरेर हामी स्वस्थ, उत्पादक ख्रीष्टियनहरू बन्नेछौं । धेरै विश्वासीहरू तिनीहरूको आध्यात्मिक वृद्धिमा रोकिएका छन् किनभने तिनीहरूले त्यो वृद्धिको केही महत्त्वपूर्ण माध्यमहरूलाई बेवास्ता गरेका छन् । उदाहरणका लागि, सार्वजनिक आराधनामा विश्वासयोग्य तर निजी प्रार्थनामा अप्रशिक्षित ख्रीष्टियनले ख्रीष्टियन जीवनको पूर्ण आनन्द अनुभव गर्न सक्दैन । यसबारे हामी पछिको पाठमा थप गहिराइमा छलफल गर्नेछौं ।

३. आत्मिक निर्माणको लागि परमेश्वरको आनन्द प्रेरणा हो ।

सबै अनन्तकालको लागि पिता, पुत्र र पवित्र आत्मा घनिष्ठता, आनन्दित संगतिमा रहनुभएको छ । सृष्टिको उद्देश्य मानिसजातिलाई परमेश्वरको स्वरूपमा बनाउनु र हामीलाई पिता, पुत्र र पवित्र आत्माको संगतिमा ल्याउनु थियो । बाइबलमा सीधै उल्लेख गरिएको सबैभन्दा प्रारम्भिक आवाज "दिनको चिसोमा बगैंचामा हिंडिरहेको प्रभु परमेश्वरको आवाज" भन्ने रहेको छ ।[६०] मलाई त्यो मन पर्छ । उहाँ किन बँगैचामा हिडिरहनु भएको थियो? उहाँ भेट गर्न आउनु भएको थियो— संगति गर्नको लागि—उहाँले सृष्टि गर्नुभएको पुरुष र स्त्रीसँग । बाइबलमा भएको विश्वास र ईश्वरीयता सम्बन्धि अभिव्यक्ति भनेको "उनी परमेश्वरसँग हिँडे" थियो ।[६१]

- हनोक परमेश्वरसँगै हिँडे ।
- नूह परमेश्वरसँग हिँडे ।
- अब्राहाम परमेश्वरसँगै हिँडे ।
- इस्राएल परमेश्वरसँग हिंड्नु पर्ने थियो ।

यो विचार नयाँ नियममा पनि समावेश छ ।[६२] यूहन्नाले हामीलाई स्मरण गराउँछन कि उद्धारमा परमेश्वरको उद्देश्य भनेको हामीलाई विश्वासीहरू, पिता र उहाँको पुत्र येशू ख्रीष्टसँगको सङ्गतिमा फिर्ता ल्याउनु हो ।[६३]

"परमेश्वरसँग हिँड्ने ।" "परमेश्वर संगको संगति ।" कति सुन्दर र अर्थपूर्ण अभिव्यक्ति जसले हामीलाई त्यो स्मरण गराउँछ कि **परमेश्वरलाई खुशी पार्ने जीवन जटिल होइन तर अनुग्रहले भरिएको संगति हो— एउटा सरल जीवन हो ।**

---

६० उत्पत्ति ३:८

६१ उत्पत्ति ५:२२, उत्पत्ति ६:९, उत्पत्ति १७:१; १ शमूएल २:३०; १ राजा २:४, १ राजा ८:२५, १ राजा ९:४; २ इतिहास ७:१७

६२ लूका २४:१५; १ पत्रुस २:२१; १ यूहन्ना २:६

६३ १ यूहन्ना १:३

परमेश्वरको उद्देश्य र प्राथमिकता भनेको हामीलाई नियमित रूपमा र सजिलैसँग उहाँको आज्ञा पालन गर्ने मानिसहरूको रूपमा बनाउनु हो किनभने उहाँ प्रभु हुनुहुन्छ, हामी उहाँको कदर गर्छौं, र उहाँ हाम्रा शिक्षक र मित्र हुनुहुन्छ । ।[६४] यो सरलतालाई हटाउने कुनै पनि शिक्षा बाइबलको शिक्षा होइन: "तर जसरी सर्पले आफ्नो चलाकीले हव्वालाई छल्यो, त्यसरी नै ख्रीष्टप्रतिका तिमीहरूको निष्कपट र चोखो भक्तिबाट तिमीहरूका विचारहरू भ्रममा पर्छन्‌कि भनेर मलाई डर लागेको छ ।"[६५]

पछिल्ला धेरै वर्षहरूमा, मेरो बुबालाई हृदयघात र दुई स्ट्रोक सहित धेरै शारीरिक चुनौतीहरू थिए । यी अवरोधहरूको कारणले गर्दा म मेरा आमाबाबुको सम्पत्तिको हेरचाहकर्ता बनेको छु - घाँस काट्ने, छाँट्ने, आदि । कहिलेकाहीँ म काम पूरा गर्न हतारमा हुन्छु, तर बुबाले मलाई केही समय बसेर उहाँसँग कुरा गरेको चाहनुहुन्छ । उहाँ मलाई एक गिलास पानी ल्याउँदै भन्नुहुन्थ्यो, "छोरा, तिमी बसेर केही बेर कुरा गर्न सक्छौ?" म प्रतिरोध गर्न सक्दिन, विशेष गरी जब म सम्झन्छु कि मसँग यो अवसर धेरै वर्षसम्म नहुन सक्छ । बुबालाई मेरो काममा त्यस्तो वास्ता छैन जति उहाँसँगको मेरो सङ्गतिमा छ । म विश्वास गर्छु कि परमेश्वरले हाम्रो बारेमा यस्तै महसुस गर्नुहुन्छ । उहाँ हामीलाई उहाँको अवर्णनीय आनन्दित संगतिमा ल्याउन चाहनुहुन्छ ।

"आओ चाखी हेर कि प्रभु कति असल हुनुहुन्छ"[६६] भन्ने विचारले हाम्रो हरेक धार्मिक अनुशासन र गतिविधि प्रेरित हुनुपर्छ । आत्मिक निर्माण भनेको बौद्धिक खोज मात्र होइन एक अनुभवात्मक हो । आउँदै गरेका पाठहरूमा, हामी प्रार्थना, उपवास, ध्यान, सेवा, र यस्तै कुराहरू छलफल गर्नेछौं । हाम्रो आँखा लक्ष्यमा राख्नु महत्त्वपूर्ण छ—परमेश्वरको आनन्दमा । हाम्रो लक्ष्य केवल ज्ञान र जानकारी मात्र होइन तर आत्मीय संगति हो । २०० वर्ष पहिले, जोनाथन एडवर्ड्‌सले भने:

> परमेश्वर कृपालु हुनुहुन्छ भनी विश्वास गर्नु र दयालु हुनुहुन्छ भनी चाख्नुमा मह मीठो हुन्छ भन्ने तर्कसंगत विश्वास र यसको मिठासको वास्तविक अर्थ हुनु जत्तिकै फरक छ ।[६७]

आत्मिक निर्माणका चुनौतीहरू

आत्मिक निर्माण अझ चुनौतीपूर्ण बनाइएको छ किनभने हामी पहिले नै विभिन्न प्रभावहरूद्वारा बनाइएका छौं । त्यहाँ यस्ता धेरै शक्तिहरू छन् जसले आज हामी जस्तो छौ त्यस्तो मानिसहरूमा आकार दिएको छ । हामी जुन घरमा हुर्केका थियौं त्यसले हामीलाई गहिरो तरिकाले आकार दिएको छ । हाम्रो संस्कृति, मण्डलीको परम्परा, जीवनका अनुभवहरू, र हाम्रा आफ्नै छनौटहरूले हामीले के विश्वास गर्छौं, हामीले के मूल्यवान ठान्छौं, हामी कस्तो महसुस गर्छौं, हामी कसरी कुराकानी गर्छौं र कसरी व्यवहार गर्छौं भन्ने कुरामा ठूलो प्रभाव पारेको छ ।

किनभने हामी भत्किएको संसारमा बाँचिरहेका छौं, मेरो अनुमान छ कि यी सबै निर्माण गराउने प्रभावहरूसँगै तपाईंले राम्रो र नराम्रो अनुभवहरू गर्नुभएको छ । हामीमध्ये धेरैलाई क्षति पुगेको छ । हामीले *आत्मिक निर्माणमा* सबैभन्दा महत्त्वपूर्ण प्रश्नको जवाफ दिने प्रयासमा: "आजदेखि शुरू गर्दा, सबैभन्दा महत्त्वपूर्ण शक्तिहरू, प्रभावहरू, र छनौटहरू के हुन् जसले मलाई परमेश्वरले मलाई चाहेको व्यक्ति बनाउँदछ?" मलाई विश्वास छ कि यो पाठ्यक्रमले हामीलाई यस प्रश्नको जवाफ दिन मद्दत गर्नेछ ।

---

६४ डलास विलार्ड, "डलास विलार्ड | मुक्तिको एक प्राकृतिक भागको रूपमा आत्मिक निर्माण । https: //www.youtube.com/ मा । जनवरी १८, २०२१ मा पहुँच गरिएको ।

६५ २ कोरिन्थी ११:३

६६ भजनसंग्रह ३४:८

६७ तिमोथी केलरको पुस्तकमा उद्धृत गरिए जस्तै, *उड्न्ते परमेश्वर* (न्यूयोर्क: डटन, २००८), १०८

» यो धेरै महत्त्वपूर्ण छ कि जब हामी यी पाठहरू भएर जान्छौं तपाईंको जीवनलाई आकार दिएका नकारात्मक र सकारात्मक प्रभावहरू बारे तपाईं सचेत हुनुहुनेछ । परमेश्वर र ईसाई जीवनको तपाईंको बुझाइलाई आकार दिने सबैभन्दा महत्त्वपूर्ण कुराहरूको सूची बनाउन केही मिनेट लिनुहोस् । धेरै इमानदार हुनुहोस् । यदि तपाईं सक्नुहुन्छ भने यी मध्ये एक वा दुई तपाईंको समूहमा साझा गर्नुहोस् ।

हामीले आत्मिक निर्माणको पछि लाग्दै गर्दा सुरक्षित रहनु पर्ने बाधाहरू

धेरै ख्रीष्टियनहरू ख्रीष्टको स्वरूपमा निर्माण हुन संघर्ष गर्नुका विभिन्न कारणहरू छन् । तिनीहरूमध्ये केही हेरौं ।

१. हामी कानूनवाद बाट होसियार हुनुपर्छ ।

कानूनवादले नियमहरू पालन गरेर परमेश्वरको स्वीकार कमाउने प्रयास गर्दछ । तर कानूनवाद मानिसहरू पनि आत्मनिर्भर छन् - धार्मिकता खोज्छन्, अनुग्रहद्वारा होइन, तर कडा भक्ति र अनुशासनद्वारा । कानूनवाद इच्छा शक्तिमा भरोसा गर्दछ । बाइबलले हामीलाई "इच्छाको-पूजा" को "शरीरको भोगविलास विरुद्धमा कुनै मूल्य छैन" भनी बताउँछ ।[६८]

याद गर्नुहोस् कि, प्रार्थना, बाइबल अध्ययन, ध्यान, उपवास, वा हामीले आत्मिक निर्माणमा गर्ने कुनै पनि कुरा सुसमाचार मार्फत मेरो लागि र गरिँदै आएको अनुग्रहपूर्ण कामको कारणले मात्र प्रभावकारी हुन्छ । कुनै पनि आत्मिक अनुशासनमा ठूलो खतरा भनेको येशू ख्रीष्टले पूर्ण गर्नुभएको कार्यको कारणले मेरो हृदय र जीवनमा पवित्र आत्माद्वारा खन्याइएको परमेश्वरको अनुग्रहमा नभई ती अनुशासनहरूमा विश्वास राख्नु हो ।

२. सस्तो अनुग्रह विरुद्ध हामी होसियार हुनुपर्छ ।

आत्मिक लापरवाही (सस्तो अनुग्रह), परमेश्वरको अनुग्रहलाई पाप गर्ने छुटमा परिणत गर्दछ ।[६९] आज धेरै ईसाईहरूले परमेश्वरको अनुग्रह र मानव प्रयास बीचको सम्बन्धलाई गलत बुझेका छन् । तिनीहरूका लागि, कामहरू सम्बन्धि कुनै पनि शिक्षा कानूनवाद हुन्छ । तर नयाँ नियम शिक्षाले भरिएको छ जसले विश्वासमा आधारित कामलाई जोड दिन्छ ।[७०] ख्रीष्टियन जीवनमा, हामी डर र काँप्दै "[हाम्रो] मुक्तिको काम गर्छौं; किनकि उहाँको इच्छा गर्न र उहाँको असल इच्छा गर्न दुवैमा काम गर्ने परमेश्वर नै हुनुहुन्छ ।" हामी बाहिर काम गर्छौं, र परमेश्वर भित्र काम गर्नुहुन्छ । हामीले हाम्रो मुक्तिको लागि काम गर्दैनौं, तर हामीले यसलाई दैनिक जीवनमा कामद्वारा देखाउनै पर्छ ।

ख्रीष्टको स्वरूपमा आत्मिक निर्माण अनुग्रहद्वारा हुन्छ, तर यसको लागि धेरै कडा परिश्रम पनि चाहिन्छ । कडा परिश्रम भनेको "हाम्रो जीवनलाई परमेश्वरको वातावरणमा राख्नु" हो ।[७१] जहाँ परमेश्वरको अनुग्रहले प्रभावकारी काम गर्छ ।

---

६८ कलस्सी २:२३

६९ रोमी ६:१; यहूदा १:४

७० फिलिप्पी २:१२-१३; २ पत्रुस ४:३-११

७१ एम. रोबर्ट मुल्होल्यान्ड जूनियर, *इन्भिटेशन टु अ जर्नी* (डाउनर्स ग्रोभ: इन्टरवर्सिटी प्रेस, १९९३), १०५

३. हामी सनसनीपूर्णताबाट जोगिनै पर्छ ।

त्यहाँ केही चर्चहरू छन् जसले विचारशील, व्यवस्थित, प्रार्थनापूर्ण, धर्मशास्त्र-उन्मुख ईसाई जीवनलाई लगभग पूर्ण बेवास्ता गर्दै सनसनीपूर्ण, उच्च व्यक्तिपरक, र भावनात्मक अनुभवहरूलाई एक साथ जोड दिन्छ । यस्ता गतिविधिहरूमा फसेका विश्वासीहरू परिपक्कतामा बढ्न सक्ने सम्भावना छैन किनभने उनीहरूलाई कुनै पनि आत्मिक खाँचोको समाधान झट्टै र सजिलो प्रकारले हुने आशामा प्रशिक्षित गरिएको छ । प्रक्रिया भएर आत्मिक परिपक्कतामा विश्वास गर्नु भनेको परमेश्वरको शक्तिलाई सीमित गर्नु होइन तर केवल उहाँले स्थापना गर्नुभएको सामान्य आत्मिक प्रक्रियाहरूलाई स्वीकार गर्नु हो ।

४. हामी सिद्धतावाद देखि होसियार हुनुपर्छ ।

ख्रीष्टियनहरू परिवर्तन हुन संघर्ष गर्छन् जब तिनीहरूले हृदयको सिद्धतालाई - सिद्ध प्रेमलाई - पूर्ण पूर्णतासँग भ्रमित हुन्छन् । येशूले हामीलाई ख्रीष्टियन पूर्णतामा र स्वेच्छिक पापको[७२] निर्णायक शोकमा बोलाउनुहुन्छ,[७३] तर धर्मशास्त्रले स्पष्ट पार्छ कि येशूको चरित्र र स्वभाव अनुसार बन्ने कुरा जीवनभर चल्ने प्रक्रिया हो । ईश्वरभक्तिलाई गन्तव्यभन्दा पनि यात्राको रूपमा बुझ्नुपर्छ ।[७४]

» यी अवरोधहरूलाई समूहको रूपमा छलफल गर्नुहोस् । तपाईंले ख्रीष्टियनहरूको जीवनमा यी कुराहरू कसरी देख्नुभएको छ? तिनीहरू तपाईंको आफ्नै जीवनमा कसरी देखिका छन्?[७५]

एकछिन मनन गर्नुहोस्

शायद हामी मननको लागि एकछिन रोकिनुपर्छ । के तपाईको आत्मिक जीवन प्रगति भइरहेको छ? के येशुको जीवन तपाईं भित्र र मार्फत बढ्दै गएको छ? के तपाईं विगतका महिनाहरूमा भन्दा आज उहाँ जस्तै सौँच्न, माया गर्न र सेवा गर्न सचेत हुनुहुन्छ?

हामी आत्मिक रूपमा बनिरहेका हुन्छौं जब येशूको सुन्दर जीवनले हामीमा बढ्दो मात्रामा काम गरिरहेको हुन्छ । यो निर्माण पवित्र आत्माद्वारा —विश्वास, परिवर्तित मन र बलियो प्रयासद्वारा हुन्छ—जसको परिणाम फलदायी ख्रीष्टियन सेवा हुन्छ ।

---

७२ मत्ती ५:४८

७३ कलस्सी ३:५

७४ फिलिप्पी ३:१२-१४

७५ यस पाठमा धर्मशास्त्र अध्ययनबाट येशूका सद्गुणहरू: भलाई, नम्रता, खुशी (आनन्द), धैर्यता, दयालु, कोमल हृदय, नम्रता, प्रेम, पापरहित, क्षमाशील हुनु, छलरहित हुनु ।

पाठ १ को कार्य

१. यस पाठमा दिईएको *आत्मिक निर्माणको* परिभाषा याद गर्नुहोस् ।

२. याद गर्नुहोस् २ कोरिन्थी ३:१८ र गलाती ४:१९ ।

३. यस पाठको सामग्रीमा आधारित परीक्षा गर्नुहोस् । माथि तोकिएको कण्ठ गर्ने काम यस परीक्षामा समावेश गरिएको छ ।

४. पवित्र आत्मालाई अन्तर्दृष्टि दिनुहोस् भन्नका लागि, धर्मशास्त्रका पदहरू सहित यस पाठको समीक्षा गर्न यो हप्ता कम्तिमा तीस मिनेट समय दिनुहोस् ।

५. तपाईको जीवनमा गर्नु पर्ने कुनै पनि विशेष परिवर्तनहरू तपाईको नोट कापीमा रेकर्ड गर्नुहोस्, जसरी प्रभुले तपाईलाई प्रकट गर्नुहुन्छ ।

६. तपाईंको दैनिक उपासनाको समयमा कम्तिमा एउटा भजनसंग्रह मनन गर्नुहोस्, र भजनरचयिताले परमेश्वरको स्वभाव र चरित्रको बारेमा के भन्दैछ सो तपाईंको दैनिकी नोटमा रेकर्ड गर्नुहोस् ।

७. यस पाठमा आधारित आत्मिक रूपान्तरण र वृद्धिको लागि आफ्नो नोट कापीमा व्यक्तिगत प्रार्थना रेकर्ड गर्नुहोस् ।

८. तपाईंको दैनिक व्यक्तिग प्रार्थनामा डा. ब्राउनको *दैनिक प्रार्थना गाइड* प्रयोग गरेर अभ्यास गर्नुहोस् ।

पाठ १ को जाँच

१. पाठ १ मा सिकाइ जस्तै *आत्मिक निर्माणको*, पापरिभाषा के हो?

२. आत्मिक निर्माणसँग सम्बन्धित चार मुख्य बाइबलीय खण्डहरू सूचीबद्ध गर्नुहोस् ।

३. यो भनाईलाई पूरा गर्नुहोस्: अनुग्रह ____________ को विपरीत हो, तर ____________ को विपरीत होइन । व्याख्या गर्नुहोस् ।

४. आत्मिक निर्माणको परिणाम के द्वारा शासित भएको जीवन हुनेछ?

५. प्रभुको महिमालाई हेर्नु भन्नुको अर्थ के हो?

६. आत्मिक निर्माण एउटा प्रक्रिया किन हो?

७. हामी आत्मिक निर्माणको पछि लाग्दा हामीले कुन चार बाधाहरूबाट जोगिनै पर्छ?

पाठ २

आत्मिक निर्माणको यात्रा

हामीमा ख्रीष्टको स्वरूप कसरी निर्माण हुन्छ

पाठ १ समीक्षा

कक्षाको अगुवालाई नोट: पाठ १ का मुख्य बुँदाहरू समीक्षा गर्नुहोस्। विद्यार्थीहरूमा पाठ १ बाट आफ्नो व्यक्तिगत प्रार्थना साझा गर्न इच्छुक को छन् सोध्नुहोस्।

पाठका उद्देश्यहरू

१. आत्मिक निर्माणको यात्राका तीन पक्षहरूलाई बुझ्नुहोस् र व्याख्या गर्नुहोस्।

२. आत्मिक निर्माणमा पवित्र आत्माको भूमिकाको प्रशंसा गर्नुहोस्।

जीवनका तस्बिरहरू

म यो पाठमा काम गरिरहेको बेला, एकजना युवकले मलाई आफ्नो मनको कुरा सुनाए। उनी एक निष्कपट ख्रीष्टियन हुन्। उनीसँग परिवर्तनको स्पष्ट जीवन गवाही छ र उनले आफ्नो इच्छालाई पूर्ण रूपमा ख्रीष्टको प्रभुत्वमा समर्पण गरेका छन् भनि उनी ठान्छन्। उनले धर्मशास्त्रको अध्ययन गर्छन्, उनको भक्तिमय जीवन छ, र म स्पष्ट प्रमाण देख्छु कि उनले परमेश्वरलाई चिन्छन् र डराउँछन्। तर यो युवकले एउटा विशेष पापलाई पूर्ण रूपमा जित्न संघर्ष गरिरहेको छ। "यो परीक्षा किन हटेको छैन? म प्रार्थना गर्छु, बाइबल पढ्छु, र अझै पनि पूर्ण विजय मबाट भाग्छ। के म मा केहि गल्ती छ?" उनले सोधे। "म मेरो संघर्षमा एकदम अलग भएको र धेरै एक्लो महसुस गर्छु। म आफूलाई दोस्रो दर्जाको ख्रीष्टियन ठान्छु!"

हामीले केही हप्ताहरूमा सँगै छलफल गर्दैगर्दा, मलाई अझ स्पष्ट भयो कि मेरो साथी एक निष्कपट विश्वासी हुनुहुन्थ्यो; तर उनले केहि क्षेत्रमा आफ्नो मन नवीकरण गर्न आवश्यक थियो। परमेश्वर र ईसाई जीवनको बारेमा उनको सोचाइ पूर्णतया परमेश्वरको वचनसँग मेल खाएको थिएन। मेरो साथीले पनि हृदय पवित्र भएमा मात्रै शुद्धता र आज्ञा पालन गर्न सजिलो

हुन्छ भन्ने विश्वास गर्थ्यो । मेरो साथीमा केही हराएको आत्मिक रक्षा र केही अनुशासनको कारण, पूर्ण विजयको अनुभव गरिरहेको थिएन ।

» तपाईं मेरो साथीलाई कसरी सल्लाह दिनुहुन्छ? कसरी एक साँचो विश्वासीले घेरिरहने पापलाई जित्न सक्छ?

जबकि हामी जान्दछौं कि पवित्र आत्माले हाम्रो आत्मिक यात्रामा तत्काल हाम्रो हृदयलाई परिवर्तन गर्न सक्नुहुन्छ, र गर्नु पनि हुन्छ, हामीलाई यो पनि थाहा छ कि उहाँले हामीलाई प्रक्रिया मार्फत पूर्ण परिपक्वतामा ल्याउनु हुन्छ—जसमा मनको नवीकरण, आत्मिक अनुशासन, र अन्य विश्वासीहरूसँग स्वस्थ सम्बन्धका प्रक्रियाहरू समावेश छ ।

आत्मिक निर्माण एउटा प्रक्रिया हो भनेर सिकाउनाले जागृतिको ती असाधारण क्षणहरूलाई टाढा राख्दैन । येशूका धेरै समर्पित चेलाहरूले आफ्नो नयाँ जन्मभन्दा बाहिरका ईश्वरीय क्षणहरू अनुभव गरेका छन् । यी क्षणहरूलाई प्राय: विभिन्न तरिकामा परिभाषित गरिएको छ, जस्तै: "पवित्र आत्माको बप्तिस्मा," "पूर्ण पवित्रता," "विश्वासका बाँकी," "सिद्ध प्रेम," "पवित्रआत्माको भरपूरी" र यस्तै यस्तै । जसरी आश्चर्यकर्महरूले प्रकृतिको सामान्य नियमहरूलाई नष्ट गर्दैनन्, त्यसरी नै हाम्रो यात्रामा आत्मिक वृद्धि तीव्र गतिमा चल्दै गर्दा, असाधारण क्षणहरू वा ऋतुहरू, जब आध्यात्मिक वृद्धि तीव्र गतिमा हुन्छ, परमेश्वरले राख्नुभएको परिपक्वताको सामान्य प्रक्रियाहरूलाई इन्कार नगर्नुहोस् ।

आत्मिक वृद्धि सामान्यतया शारीरिक वृद्धि जस्तै हुन्छ । शिशुहरू रातारात वयस्क हुँदैनन् तर परमेश्वरले राखिदिनुभएको परिपक्वताको प्रक्रिया पछ्याउँछन् । हाम्रो आत्मिक वृद्धिको सन्दर्भमा पनि यही कुरा लागू हुन्छ । शारीरिक र आध्यात्मिक बच्चाहरूमा तीव्र वृद्धि हुन्छ ।

ठूलो विचार

येशू ख्रीष्टको स्वरूपमा निर्माण हुने कुरा ठोस बाइबलीय जगमा निर्माण हुनुपर्छ । यस पाठमा, हामी एक बलियो जग स्थापित गर्न खोज्नेछौं जसमा परमेश्वरलाई प्रसन्न तुल्याउने जीवन र भित्र र बाहिर परमेश्वरको स्वरूप बोक्ने जीवन निर्माण गर्न सकिन्छ । यो जग नहुँदा धेरैजना आत्मिक रूपमा कमजोर छन् ।

परिचय

आत्मिक निर्माण सतही परिवर्तन भन्दा बढी छ

जसलाई हामीले रूपान्तरण भन्दछौं त्यो त सतही परिवर्तन मात्र हो, जस्तै गहिरो, संक्रमित घाउमा सानो पट्टी लगाए जस्तो । केहि समयावधिको लागि हामी सही कार्य गर्न र खराब विचार र व्यवहारलाई दबाउन सक्षम हुन सक्छौं; तर अन्ततः कसैलाई वा कुनै चीजले त्यो दुखेको ठाउँमा ठक्कर दियो भने, परीक्षा यति धेरै बलियो हुन्छ कि हामी वास्तवमा को हौं भनेर देखाउँछौं ।

एक एसियाली पादरीले एक पटक स्वीकार गरे कि कसरी प्रभुले उहाँलाई यो कुरा उहाँको एक कठोर सतावट मार्फत प्रकट गर्नुभयो । केहि वर्षको दौरानमा एक दुष्ट जनजातिको व्यक्तिले परमेश्वरको काममा बाधा पुर्याउन सक्दो प्रयास गरेको थियो । उसले वहाँहरूको आराधना सेवाहरूमा ढुङ्गा हानेको थियो, भित्ताहरूमा गोली हानेको थियो, र चर्चमा तोडफोड गरेको थियो । यस बीचमा, मेरो पास्टर मित्र र उहाँको मण्डलीले वहाँहरूलाई पीडा दिनेको लागि प्रार्थना गर्नुभयो र त्यसको सतावटलाई सहनुभयो । उक्त पास्टरले मलाई भन्नुभयो, "मलाई मसँग साँचो प्रेम र क्षमा छ होला भन्ने लागेको थियो," तर जब एक दिन घुमाउरो पहाडी सडकमा एक जम्काभेटमा मलाई रिस उठ्यो । मलाई यो भन्न लाज लाग्छ, तर मैले उसको

मोटरसाइकललाई मेरो ट्रकले हाने र धम्की दिएँ! त्यतिबेला मलाई थाहा भयो कि मसँग त्यति प्रेम छैन रहेछ जस्तो मैले सौँचेको थिएँ। त्यसैबेला मलाई थाहा भयो कि म आफ्नै शक्तिमा धेरै भर परिरहेको छु, र मैले मेरो जीवनको एउटा भागलाई पवित्र आत्माको नियन्त्रणमा सुम्पेको थिईंन। प्रभुले यस घटनालाई मलाई नम्र र परिवर्तन गर्न प्रयोग गर्नुभयो। जब मैले मेरो मण्डली र मेरो सतावटको सामु आफूलाई नम्र तुल्याएँ (अझ उसलाई नयाँ मोटरसाइकल किनि दिएँ), प्रभुले मेरो हृदयलाई साँचो प्रेम र शक्तिले भरिदिनुभयो।

परमेश्वरले केवल हाम्रो घाउमा पट्टी बाँध्ने भन्दा बढ्ता गर्न चाहनुहुन्छ। उहाँसँग हाम्रो लागि सतही परिवर्तन भन्दा बढी छ।

येशू ख्रीष्टको स्वरूपमा बन्नको लागि उहाँको चरित्र—उहाँको सद्‌गुण—हाम्रो आत्मामा गहिरो रूपमा कुँदिएको हुनुपर्छ। डेनिस किन्लले हामीलाई स्मरण गराउनुहुन्छ, "ख्रीष्टको स्वरूपमा बन्नु भनेको उहाँको अनुकरण गर्न सिक्नु मात्र होइन, तर उहाँको मन वा स्वभाव हुनु हो।"[७६] परमेश्वरले हामीलाई यस्तो रूपमा परिवर्तन गर्न चाहनुहुन्छ कि कुनै पनि परिस्थितिमा हाम्रो प्राकृतिक स्वभाव उहाँको स्वभाव बनोस।

जब ख्रीष्टको प्रेम हामीमा पूर्ण रूपमा निर्माण हुन्छ, तब आज्ञाकारिता बोझ हुँदैन। जब उहाँको धार्मिकता हामीमा पूर्ण रूपमा बन्दछ, तब हामी जे सही छ भनी जान्दछौं त्यो गर्न कुनै तनाव हुनेछैन। जब उहाँको शान्ति र आनन्द हामीमा निर्माण हुन्छ, हामी जीवनको भयंकर आँधीहरूमा अटल रहनेछौं।

दिगो परिवर्तन सम्भव छ

सुसमाचार यो हो कि परिवर्तन सधैं सम्भव छ - केवल यसको चाहना गरेर होइन, तर परमेश्वरले हामीलाई प्रकट गरिदिनु भएको परिवर्तनको प्रक्रिया प्रयोग गरेर। जब हामी फरक तरिकाले सोच्न सिक्छौं, फरक अभ्यासहरू अपनाउन सिक्छौं, र मानिसहरूसँग फरक अन्तरक्रिया गर्न सिक्छौं, आत्मिक परिवर्तन स्वाभाविक रूपमा आउँछ।

आत्मिक निर्माणको यात्रा

यस पाठ्यक्रममा हामी ख्रीष्टको स्वरूपमा आत्मिक रूपान्तरणको हाम्रो यात्रालाई हेर्नेछौं। हामी यस यात्राको तीन पक्षहरू विचार गर्नेछौं: [७७]

१. **एक नयाँ पारिएको मन** - जसले हाम्रो दिशा तय गर्छ (फिलिप्पी २:५; रोमी १२:१-२)।

२. **आत्मिक तालिम** - जसले हाम्रो गति निर्धारण गर्छ (१ तिमोथी ४:७; १ कोरिन्थी ९:२७; हिब्रू १२:११)।

३. **ईसाई समुदायमा सहभागिता** - जसले हामीलाई हाम्रो यात्रामा सुदृढ गर्छ (एफिसी ४:१३)।

» यी खण्डहरू पढ्नुहोस् र निम्न वाक्यांशहरू परिभाषित गर्ने प्रयास गर्नुहोस्: "तिमीमा यस्तो मन होस्," "आफै अभ्यास गर्नुहोस्," र "जबसम्म हामी सबै... एक सिद्ध मानिसमा बन्दैनौं।" यी वाक्यांशहरूको अर्थ के हो?

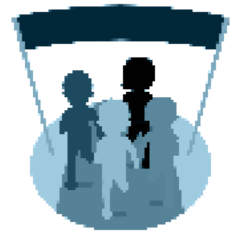
---

७६ डेनिस किनल, *ख्रीष्टको मन* (विल्मोर: फ्रान्सिस एस्बरी प्रेस, १९९८), १४

७७ जेम्स स्मिथबाट अनुकूलित गरिएको, *राम्रो र सुन्दर परमेश्वर* (डाउनर्स ग्रोभ: इन्टरवर्सिटी प्रेस), २४

नयाँ मनले मुक्तिको निश्चयता, परमेश्वरलाई चिन्ने, आफूलाई चिन्ने र पवित्र आत्माको काम समावेश गर्दछ। आत्मिक तालिममा प्रतिकूलता, आत्मिक अनुशासनहरूको अभ्यास र व्यक्तिगत अनुशासन समावेश छ। ख्रीष्टियन समुदायले (कम्तीमा) हामी परमेश्वरको परिवारको रूपमा को हौं भनेर बुझ्न र एकअर्कालाई सुधार गर्न, एकअर्कालाई स्वीकार गर्ने, र जवाफदेहिताको लागि एकअर्कासँग जोड्ने कुराहरू समावेश गर्दछ। यो सबै हामीमा भएको पवित्र आत्माको कामले गर्दा हो।

एक आत्मिक निर्माणको रोडम्याप

दृष्टिकोण	**एक नयाँ पारिएको मन**	**आत्मिक तालिम**	 **ख्रीष्टियन समुदाय**
हाम्रो यात्रामा...	हाम्रो दिशा तय गर्छ।	हाम्रो गति तय गर्दछ।	हामीलाई सुधार्छ।
पद(हरू)	▪ फिलिप्पी २:५ ▪ रोमी १२:१-२	▪ १ तिमोथी ४:७ ▪ १ कोरिन्थी ९:२७	▪ एफिसी ४:१३
के समावेश छ	▪ मुक्तिको निश्चयता ▪ परमेश्वरलाई चिन्ने ▪ आफैलाई चिन्ने	▪ दु: ख/कष्ट ▪ आत्मिक अनुशासनहरू ▪ व्यक्तिगत अनुशासन	▪ मण्डलीको प्रकृतिलाई बुझ्दै, र अन्य सदस्यहरूसँग उन्नतीको लागि जोडँदै ▪ ग्रहण ▪ जवाफदेहिता
माध्यम	**पवित्रआत्मा द्वारा**		

एक नवीकरण गरिएको मन - जसले हाम्रो दिशा तय गर्दछ

आत्मिक निर्माण एउटा नयाँ गरिएको मनबाट सुरु हुनुपर्छ, "किनकि जस्तो उसको हृदयले सौँच्दछ, ऊ त्यस्तै हुन्छ ।"[७८] ध्यान दिनुहोस् कि हृदय त्यही हुन्छ जस्तो मानिसले सौँच्दछ । धर्मशास्त्रमा मन र हृदय एउटै हो । परिवर्तनको सुरुवात यहीँबाट हुनुपर्छ । मन मानिसको सम्पूर्ण जीवनको नियन्त्रण केन्द्र हो । हामी जे हौं र बन्छौं सबै नियन्त्रण कक्षबाट प्रवाह हुन्छ ।[७९] येशूले भन्नुभयो, "किनकि हृदयबाट नै खराब विचार, हत्या, परस्त्रीगमन, व्यभिचार, चोरी, झूटो गवाही र निन्दा बाहिर निस्कन्छन् ।"[८०] उहाँले यो पनि भन्नुभयो, "जसले मलाई विश्वास गर्छ, धर्मशास्त्रले भनेझैं उसको हृदयबाट जीवित पानीका खोलाहरू बग्नेछन् । तर उहाँले यो आत्माको बारेमा भन्नुभएको थियो, जसलाई उहाँमा विश्वास गर्नेहरूले पाउनेछन् ।"[८१] यस पाठ्यक्रमको पहिलो खण्डमा, हामी आफ्नो विचारहरूलाई मुक्ति, परमेश्वरको विषयमा, र आफैलाई परमेश्वरको वचन अनुरूप ढाल्ने विषयमा काम गर्नेछौं । हाम्रो मनको यो नवीकरण परमेश्वरको स्वरूपको लागि महत्त्वपूर्ण छ ।

> ... र आफ्नो **भित्री** वर्तावमा **नयाँ होओ ।**[८२]

> ... र नयाँ स्वभाव धारण गरेका छौ, जो **आफ्नो सृष्टिकर्ताको रूपअनुसार ज्ञानमा नयाँ भइरहेको छ ।**[८३]

डा. डेनिस किनलो सिकाउँछन्,

> ख्रीष्टियन चेलापनका तीन नियमहरू हुन्:
>
> **१.** येशू को हुनुहुन्छ पत्ता लगाउनुहोस् । हरेक मानवीय आवश्यकताको लागि उहाँको पर्याप्तता जान्नुहोस् ।
>
> **२.** तपाईं को हुनुहुन्छ पत्ता लगाउनुहोस् । चाहे जतिसुकै लगनशीलतापूर्वक प्रयास गरेतापनि, परमेश्वरको राज्यमा सेवा गर्नको लागि आफ्नो अपर्याप्तता महसुस गर्नुहोस् ।
>
> **३.** ख्रीष्टको पूर्णताको साथ तपाईंको मानव कमजोरीलाई विस्थापित गर्न पवित्र आत्माको शक्ति खोज्नुहोस् ।
>
> जब हामी यी कुराहरू गर्छौं, हामी फरक तरिकाले सोच्न थाल्छौं; हामीसँग विभिन्न भावनाहरू हुन्छन्; हाम्रो सम्पूर्ण दृष्टिकोण परिवर्तन भएको हुन्छ ।[८४]

रोमी १२:२ ले यस्तो आज्ञा दिन्छ, "यस संसारको ढाँचामा नचल, तर **आफ्नो मनमा नयाँ भई पूर्ण रूपले परिवर्तित होओ ।**"[८५] हामी जे हौं र बन्छौं सबै नियन्त्रण कक्षबाट प्रवाह हुन्छ ।

---

७८ हितोपदेश २३:७

७९ मत्ती ११:१९

८० मर्कूश ७:२१

८१ यूहन्ना ७:३८-३९

८२ एफिसी ४:२३, जोड थपियो ।

८३ कलस्सी ३:१०, जोड थपियो ।

८४ डेनिस किनल, *ख्रीष्टको मन* (विल्मोर: फ्रान्सिस एस्बरी प्रेस, १९९८), ६८

८५ जोड थपिएको छ ।

रूपान्तरणको लागि बाइबलीय ज्ञान अत्यावश्यक छ ।

बाइबलले हामीलाई ज्ञानको पछि लाग्न र निर्देशनहरू प्राप्त गर्न निरन्तर चुनौती दिन्छ । हामीले "हाम्रा प्रभु र मुक्तिदाता येशू ख्रीष्टको अनुग्रह र **ज्ञानमा** बढ्नुपर्छ ।"[८६] यसैले पावलले एफिसीहरूका लागि निरन्तर प्रार्थना गरे कि "[तिनीहरू] का **समझको** आँखाहरू प्रज्वलित होस् ।"[८७]

जब म बाइबल स्कूलमा थिएँ, हाम्रा अध्यक्ष डा. रोबर्ट ह्वाइटेकरले हामी विद्यार्थीहरूलाई ख्रीष्टियन मनको बढाउनु पर्नेमा प्रायः कुरा गर्नुहुन्थ्यो । उहाँले हामीलाई अक्सर "एक ख्रीष्टियनको रूपमा सौँच्नु!" भनेर सल्लाह दिनुभयो । उहाँलाई थाहा थियो कि हामी ख्रीष्टियनहरू हौं, तर उहाँलाई यो पनि थाहा थियो कि उहाँका विद्यार्थीहरूको मनको केही क्षेत्रहरू अझै पनि संसारको आकार जस्तै थियो ।

हाम्रो मन ठीकसँग निर्माण हुनको लागि, हामीले सिक्नु पर्ने कुराहरू छन् र हामीले नजान्नु पर्ने कुराहरू पनि छन् । हामीले राम्रो जानकारी लिनुपर्दछ र गलत जानकारी हटाउनुपर्दछ । यो लगभग सधैं एउटा प्रक्रिया हो - सत्यले मेरो मनलाई भर्ने एउटा प्रक्रिया । यो मेरो मनलाई परमेश्वर, म, मेरो वरपरको संसार र ख्रीष्टियन जीवनको बारेमा अनुचित र विनाशकारी विचारहरूबाट शुद्ध गर्ने प्रक्रिया पनि हो । संस्कृतिको कोलाहल र अझ कहिलेकाहीँ मण्डली, वा मेरो आफ्नै हृदयको कोलाहलको बीचमा परमेश्वरको आवाज र सत्यको आवाज सुन्न सजिलो छैन । तर मेरो मन र हृदयमा सत्य नबोल्ने हरेक आवाजलाई चुप गराउनुपर्छ ।

सावधान हुनुहोस् ! परमेश्वर र आफ्नो विषयमा अस्वास्थ्यकर बुझाइलाई भत्काउनु वा विघटन गर्ने कार्य खतरनाक प्रक्रिया हुन सक्छ जबसम्म यो पूर्ण रूपमा बाइबलीय र पूर्ण नम्रतामा हुँदैन । यस प्रक्रियामा, अहंकारले हामीलाई परमेश्वरको बारेमा आफ्नै विचारहरू बनाउने परीक्षा दिन्छ । घमण्डमा हामीले, परमेश्वरको स्वरूपलाई घृणित कुरा जस्तो गरि अस्वीकार गर्न सक्छौं, तर अझै पनि परमेश्वरको सही स्वरूप पाउँदैनौं ।

नम्रता समझको चाबी हो ।

परमेश्वरको बारेमा सही सोच्ने हाम्रो चाहनाको क्रममा, परमेश्वरका मानिसहरू हाम्रा साथीहरू हुन्, धर्मशास्त्रहरू हाम्रो अधिकार हो, नम्रता हाम्रो चरित्र हुनुपर्छ, र पवित्र आत्मा हाम्रो सहयोगी हुनुहुनेछ । "परमेश्वरले घमण्डीहरूको विरोध गर्नुहुन्छ तर नम्रहरूलाई अनुग्रह दिनुहुन्छ ।"[८८]

नम्रताको अर्थ मैले नियन्त्रण गर्ने कुरा त्यागेको छु र परमेश्वरको प्रकाशलाई स्वीकार गर्छु, यसले मलाई जतिसुकै मूल्य चुकाउनु परेतापनि । यो साँच्चै आत्मिक रूपान्तरणको एक मात्र तरिका हो । हाम्रो आत्मिक यात्रामा सत्यलाई अस्वीकार गर्ने ठूलो परीक्षाहरू छन् किनभने हामीले यस प्रक्रियामा केही गुमाउन पनि सक्छौं । हामी हाम्रो परिवार, संस्कृति वा परम्परालाई ठेस लाग्छ कि भनि डराउँछौं । हामीलाई अरूले कुरा काटको, अस्वीकृत, वा बहिष्कृत गरेको चाहँदैनौं । हामी परमेश्वरको सट्टा मानिसहरूलाई खुसी पार्नको लागि मात्र पालन गर्ने गर्छौं । याद गर्नुहोस्, बाइबलले भन्छ, "मानिसको डरले पासो ल्याउँछ ।"[८९]

---

८६ २ पत्रुस ३:१८, जोड थपियो ।

८७ एफिसी १:१८, जोड थपियो ।

८८ याकूब ४:६

८९ हितोपदेश २९:२५

विश्वास नै सत्य अनुभव गर्ने चाबी हो ।

विश्वासद्वारा परमेश्वरको वचनलाई उपयुक्त (प्राप्त) गर्नाले परमेश्वरको वचनलाई हामीमा जीवित बनाउँछ । साँच्चै बाइबलीय रूपमा केहि जान्नुले मेरो सम्पूर्ण जीवनलाई असर गर्नेछ ।

बाइबलीय विश्वास ज्ञान भन्दा बढी छ; यो विश्वास र प्रतिबद्धता हो । यस क्षणमा तपाई सायद कुर्सीमा भरोसा गर्दै हुनुहुन्छ । यसको मतलब तपाईंले सामान्य रूपमा कुर्सीहरूको बारेमा पर्याप्त सिक्नुभएको छ र, सायद, विशेष गरी तपाईं बस्नु भएको कुर्सीको पनि, कि तपाईं आफ्नो शरीरको पूरा वजन यसमा राख्न गर्न इच्छुक हुनुहुन्छ । बाइबलले विश्वासको अर्थ यही हो भन्छ । यो सुसमाचारका लेखकहरूले भनेको कुरा हो जब तिनीहरूले भन्छन्: येशूले तिनीहरूको विश्वास देखेर त्यस पक्षाघातीलाई भन्नुभयो, "ए छोरा, तिम्रा पापहरू क्षमा भए ।"[९०] विश्वासलाई देख्नु हुँदा येशूले के देख्नुभयो? विश्वास के जस्तो देखिन्थ्यो? पक्षाघाती मानिसका साथीहरूले निको हुने आशामा आफ्ना साथीहरूलाई उहाँकहाँ लैजान पर्याप्त भरोसा गरेको येशूले देख्नुभयो । येशूले ति मानिसहरूलाई देख्नुभयो जसले येशूको बारेमा जानेका कुरा सत्य हो भनि प्रतिबद्ध थिए । उहाँले तिनीहरूको कार्य देख्नुभयो र क्षमा, चङ्गाई, परिवर्तन गर्ने अनुग्रहद्वारा प्रतिक्रिया दिनुभयो! यो विश्वासको शक्ति हो ।

> **"बाइबल कण्ठ गराई एउटा आत्मिक अनुशासन भएको छ जुन परमेश्वरले मेरो जीवनमा र यसलाई अभ्यास गरिरहेका मेरा साथीहरूको जीवनमा धेरै प्रयोग गर्नुभएको छ, चाहे केही विषयहरूमा मेरो विचारलाई उजागर गर्न र नवीकरण गर्न, परीक्षासँग लड्न वा भविष्यका चुनौतीहरू सामनाको तयारीमा ।"**
>
> **मारिका हेरर, मिसनरी**

जब हामी परमेश्वरको वचनमा विश्वास गर्छौं, उहाँले हामीलाई पवित्र आत्माको शक्तिद्वारा ख्रीष्टको स्वरूपमा परिवर्तन गर्नुहुन्छ । हामी पक्कै पनि आफूले आफैलाई ख्रीष्टको स्वरूपमा बनाउन सक्दैनौं । रोबर्ट मुल्होल्याण्ड जूनियर भन्छन्,

> परमेश्वरले मात्र हामीलाई हाम्रो बन्धनबाट मुक्त गर्न, हाम्रो टुटेको निको पार्न, हाम्रो अशुद्धताबाट शुद्ध पार्न र हाम्रो मृत्युबाट जीवन निकाल्न सक्नुहुन्छ भन्ने कुराको गवाहीमा धर्मशास्त्र पनि स्पष्ट छ । यो हामी आफैले गर्न सक्दैनौं । तसर्थ, आत्मिक निर्माण भनेको परमेश्वरद्वारा पूर्णताको लागि आकार दिने अनुभव हो... आत्मनिर्भरता हामी भित्र गहिरो गरि बसेको छ... पूर्णतातर्फ हाम्रो वृद्धिको प्रारम्भकर्ता परमेश्वर हुनुहुन्छ, र हामी परमेश्वरको हातमा लचिलो माटो हुनुपर्दछ ।[९१]

हामी आफ्नो चरित्रमा प्रेम, आनन्द र शान्ति उत्पन्न गर्न शक्तिहीन छौं । हाम्रो जीवनमा आत्मिक निर्माणको प्रक्रिया हुनको लागि, हामीले परमेश्वरले प्रतिज्ञा र घोषणा गर्नुभएको कुरामा विश्वास र प्रतिबद्ध हुनुपर्छ । यो त्यही विश्वास हो जसले परमेश्वरलाई प्रसन्न तुल्याउँछ ।[९२] विश्वासले येशू ख्रीष्टको प्रायश्चितको आशिष् र विशेषाधिकारहरूको ढोका खोल्छ र तिनीहरूलाई पक्रिन्छ । विश्वासले येशूले हाम्रो लागि उपलब्ध गराउनुभएको सबै कुरा हामीलाई पहुँचयोग्य मात्र होइन तर हामीमा वास्तविक बनाउँछ । साँचो विश्वासले प्राप्त गरेको सत्यलाई ग्रहण गर्छ र यसरी परमेश्वरका प्रतिज्ञाहरूलाई सक्रिय

---

९० मर्कूश २:५

९१ एम. रोबर्ट मुल्होल्यान्ड जूनियर, *इन्भिटेशन टु अ जर्नी* (डाउनर्स ग्रोभ: इन्टरवर्सिटी प्रेस, १९९३), १६

९२ हिब्रू ११:६

बनाउँछ। परमेश्वरको वचनमा विश्वास र प्रतिबद्धताको माध्यमबाट, पवित्र आत्माले हाम्रो चरित्रलाई परिवर्तन गर्न र ख्रीष्टको रूपमा जीवन बिताउन हामीलाई शक्ति दिन सुरु गर्नुहुन्छ।

तर त्यहाँ अझ धेरै कुरा छ।

आत्मिक तालिम—जसले हाम्रो गति तय गर्छ

आत्मिक निर्माणमा पूर्णतया आत्मिक तालिम समावेश हुनेछ। पावलले तिमोथीलाई चुनौती दिएझैं, "आफूलाई भक्तिमा तालिम देऊ।"[९३] उनले आफै भने, "म आफ्नो शरीरलाई कठोरतासाथ सधाउँछु, र यसलाई वशमा राख्तछु, नत्रता अरूहरूलाई प्रचार गरेपछि म आफैचाहिँ अयोग्य ठहरिनेछु।[९४]

आत्मिक तालिमलाई साँचो सिद्धान्तमा जोड्नुपर्छ।

जोन वेस्ली विश्वास गर्थे कि ख्रीष्टियन जीवनको लक्ष्य भनेको परमेश्वर र मानिसको लागि प्रेम थियो, तर हामी प्रेममा बढ्ने तरिका आत्मिक अनुशासनको माध्यम। हो। उनले विश्वास गरे कि ईसाई धर्मले "संसारमा यति थोरै राम्रो काम गरेको" वा यसले अधिकतम प्रभाव पार्न नसक्नुको, तीनवटा कुराको कारण थियो:

१. साँचो सिद्धान्तको अभाव
२. जवाफदेही अनुशासनको अभाव
३. स्वार्थ-त्यागलाई इन्कार[९५]

» प्रभावकारी ख्रीष्टियन जीवन र गवाहीको लागि यी मध्ये प्रत्येक - सिद्धान्त, अनुशासन र इन्कार किन आवश्यक छ?

वेस्लीले ईसाई जीवनको अनुशासनलाई दुई प्राथमिक खण्डहरूमा विभाजित गरे: **धार्मिकताका कामहरू** र **दयाको कामहरू**।[९६] यहाँ वेस्लीको उपदेशको एउटा अंश छ:

> "तर ती राम्रा कामहरू के हुन्, जसको अभ्यास तपाईं पवित्रीकरणको लागि आवश्यक छ भनी पुष्टि गर्नुहुन्छ?" पहिलो, (भक्ति) का सबै कामहरू जस्तै, सामूहिक प्रार्थना, पारिवारिक प्रार्थना, र हाम्रो कोठामा प्रार्थना; प्रभुको भोज ग्रहण; सुनेर, पढेर, मनन गरेर बचनहरूको खोजी; र हाम्रो शारीरिक स्वास्थ्यले अनुमति दिए अनुसार उपवासका उपायहरू प्रयोग गर्दै।
>
> दोस्रो, दयाका सबै कामहरू, चाहे ती मानिसहरूको शरीर वा आत्मासँग सम्बन्धित होस्; जस्तै, भोकाहरूलाई खुवाउने, नाङ्गोलाई लुगा लगाउने, अपरिचितलाई स्वागत गर्ने, जेलमा परेका वा बिरामी वा विभिन्न किसिमका पीडितहरूलाई भेट्ने; जस्तै, अज्ञानीलाई शिक्षा दिने प्रयास, मूर्ख पापीलाई जगाउने, मनतातो भएकाहरूलाई तताउने, डगमगाउनेलाई स्थिर गर्ने, कमजोर मन भएकाहरूलाई सान्त्वना दिने, प्रलोभितहरूलाई प्रोत्साहन दिने वा मृत्युबाट आत्माहरूलाई बचाउन कुनै पनि तरिकामा योगदान गर्ने प्रयास। यो पश्चात्ताप हो, र यी "पश्चात्ताप

---

९३ १ तिमोथी ४:७

९४ १ कोरिन्थी ९:२७

९५ म्याट फ्राइडम्यान, *चेलापन* (विल्मोर: फ्रान्सिस एस्बरी प्रेस, २०१७), ४०

९६ जोन वेस्ली, "धर्मशास्त्र अनुसार मुक्तिको मार्ग," *जोन वेस्लीको ५२ मानक उपदेश,* अनुच्छेद ९, १०

> अनुसारको फलहरू", जुन पूर्ण पवित्रीकरणको लागि आवश्यक छ । यो त्यो बाटो हो जसमा परमेश्वरले आफ्ना सन्तानहरूलाई पूर्ण मुक्तिको प्रतीक्षा गर्न नियुक्त गर्नुभएको छ ।

परमेश्वरको वचन स्पष्ट छ कि हामीलाई ख्रीष्टको स्वरूपमा बन्नको लागि रूपान्तरणको अनुभव भन्दा बढी चाहिन्छ । बाँकीका पाठहरूमा, हामी नियमित तालिम बाहेक, परमेश्वर र आफैंको बारेमा हाम्रा गलत विचारहरू, हाम्रो अप्रशिक्षित स्वभावहरू र भोकहरू, र हाम्रा क्षतिग्रस्त भावनाहरूले ख्रीष्टजस्तो बन्ने हाम्रो उत्तम मनसायलाई कसरी पराजित गर्नेछ भनेर देखाउनेछौं । पाठ्यक्रमको यस खण्डमा, हामी ख्रीष्टको स्वरूपमा हाम्रो निर्माणमा तालिम र आत्मिक अनुशासनले खेल्ने मुख्य भूमिकाबारे छलफल गर्नेछौं । मलाई विश्वास छ कि तपाईंले यसलाई सबैभन्दा व्यावहारिक खण्ड पाउनुहुनेछ ।

आत्मिक तालिम धेरै रूपहरूमा आउँछ ।

परमेश्वरले हामीलाई तालिम दिने विभिन्न माध्यमहरू छन् । **विरोधी**, वा दुःख, हामीलाई उहाँको स्वरूपमा आकार दिनको लागि परमेश्वरको सबैभन्दा शक्तिशाली माध्यमहरू मध्ये एक हो । साथै, प्रचलित **आत्मिक अनुशासनहरू-** प्रार्थना, ध्यान, एकान्त, उपवास, सरलता, बलिदान, उपासना, संगति, स्वीकार, र समर्पण सहित; साथै **व्यक्तिगत अनुशासनहरू-** जिब्रोलाई नियन्त्रणमा राख्नु, विचारहरूलाई र हाम्रो भोकलाई नियन्त्रण गर्नु, समयको व्यवस्थापन गर्नु, र व्यक्तिगत विश्वास स्थापित गर्नु जस्ता कुराहरू—हाम्रो चरित्रलाई आकार दिने परमेश्वरको माध्यम हो । यी पछिका पाठहरूमा अध्ययन गरिनेछ ।

आत्मिक तालिमद्वारा जीवनको हरेक परिस्थितिमा ख्रीष्ट जस्तै सोच्ने र व्यवहार गर्ने क्रम बिस्तारै सजिलो र बानी पर्न जान्छ । अनुशासित तालिमद्वारा, हामीमा ख्रीष्टको स्वरूप प्राकृतिक र स्थायी रूपमा हाम्रो चरित्रमा कोरिएको हुन्छ ।

मेरी श्रीमती बेकी र म बाइबल स्कूलमा पढ्दा हामी वृद्ध ख्रीष्टियन दम्पती मिस्टर एण्ड मिसेस फाउस्टको छेउमा एउटा सानो अपार्टमेन्टमा बस्थ्यौं । उहाँहरू हाम्रो लागि धीरज र आनन्दको राम्रो गवाही हुनुहुन्थ्यो! मिसेस फाउस्ट पूर्ण रूपमा पक्षघाती थिइन् जसको स्वास्थ्य दश वर्षदेखि खस्कँदै गइरहेको थियो, तर उनका श्रीमानले उनको कोमलता, स्नेह र उज्ज्वल आनन्दका साथ दिनहुँ हेरचाह गरे । ती दिनहरूमा, मैले आफूलाई मिस्टर फाउस्ट जस्ता पुरुषहरू र मेरा धेरै अनुभवी प्रोफेसरहरूसँग तुलना गरें । उहाँहरूको चरित्र मेरो लागि धेरै उच्च र पहुँच बाहिर देखिन्थ्यो । के म कहिल्यै उहाँहरूको प्रेम, साहस र धैर्यताको गुण प्राप्त गर्न सक्छु? उहाँहरूले ख्रीष्टियन जीवनलाई कति वर्षसम्म, दशकौंसम्म अभ्यास गरेका थिए भन्ने कुरा मैले बुझिनँ । उहाँहरू धेरै लामो समयदेखि तालिममा रहेकाले यात्रामा टाढा पुगि सक्नुभएको थियो ।

आत्मिक अनुशासन ईसाई जीवनमा सफलताको लागि महत्त्वपूर्ण छ, र यो बिना हामी परीक्षाको घडीमा असफल हुँदा हामी छक्क पर्नु पर्दैन । यसैकारण पावलले तिमोथीलाई "आफैलाई भक्तिमा तालिम दिन" सल्लाह दिए ।[९७] पत्रुसले पनि हामीलाई आग्रह गर्छन्,

> यसैकारण सबै किसिमका प्रयत्नद्वारा तिमीहरूको विश्वासमा सद्‌गुण र सद्‌गुणमा ज्ञान थप, ज्ञानमा आत्मसंयम, आत्मसंयममा धैर्य, धैर्यमा भक्ति, ७भक्तिमा भातृ-स्नेह, भातृ-स्नेहमा प्रेम थप । किनकि यी कुराहरू तिमीहरूमा प्रशस्त छन्‌भने हाम्रा प्रभु येशू ख्रीष्टको ज्ञानमा यी कुराहरूले तिमीहरूलाई बेकम्मा र निष्फल हुनदेखि बचाउनेछन् ।[९८]

उनी भन्दै छन् कि ख्रीष्टका गुणहरू लगनशील प्रयास बिना हाम्रो चरित्रमा जोडिने छैनन् ।

---

९७ १ तिमोथी ४:७

९८ २ पत्रुस १:५-८

आत्मिक तालिमले स्वतन्त्रता ल्याउँछ र आनन्द सुरु हुन्छ ।

जब, पवित्र आत्माद्वारा, हामीले आफूलाई परमेश्वरसँग पूर्ण रूपमा सन्तुष्ट हुन तालिम दियौं भने, हामी साँच्चै स्वतन्त्र हुन्छौं । जब हामी केवल हाम्रो शरीरको आवेगहरू पछ्याउनबाट मुक्त हुन्छौं - यदि हामीले हरेक प्राकृतिक भोकलाई परमेश्वरलाई दिन सिकेका हुन्छौं, तब उहाँको ठूलो आनन्दको लागि - हामी स्वतन्त्र छौं । जब हामी भौतिक कुराहरूविहीन हुन्छौं, वा कष्ट पनि भोग्छौं, तर अझै पनि येशूसँग सन्तुष्ट हुन्छौं भने, हामी स्वतन्त्र छौं । पावलको स्वयं-अनुशासनले यस प्रकारको स्वतन्त्रता उत्पन्न गरेको थियो । उनी लेख्छन्:

> खाँचो पर्यो भनेर मैले गुनासो पोखाएको होइन, किनभने जुनसुकै परिस्थितिमा भए पनि त्यसमा सन्तुष्ट रहन मैले सिकेको छुः कसरी होचिन र कसरी बढ्न म जान्दछु । परिपूर्णतामा होस्‌वा भोकप्यासमा होस्, प्रशस्ततामा होस् वा अभावमा होस्, सबै परिस्थितिमा सन्तुष्ट रहने रहस्य मैले सिकेको छु । जसले मलाई शक्ति दिनुहुन्छ, उहाँमा नै म सब कुरा गर्न सक्छु ।[९९]

प्रतिकूलता, अनुशासन, र व्यक्तिगत अनुशासनको आत्मा प्रशिक्षण मार्फत, हाम्रो आत्माहरू परमेश्वरको हुन र उहाँलाई खुशी पार्न स्वतन्त्र हुनेछन् । एक कलाकारको रङ्ग भर्ने कुरा तालिम मार्फत नै लचिलो र सजिलो बन्छ । शारीरिक व्ययाम, अभ्यास, र निरन्तरतामा अनगिन्ती घण्टा बिताएको कारण खेलाडीले कुशल गतिहरूसँग प्रतिस्पर्धा गर्न सक्छ । प्रार्थनामा र आफ्नो विषयको निपुणतामा समय बिताएको कारण शिक्षक सहज र आत्मविश्वासका साथ बोल्छन् । संगीतकारले स्वतन्त्र र सुन्दर रूपमा प्रदर्शन गर्छन् जुन उनको वर्षौंको अभ्यासले उनलाई तयार पारेको हुन्छ । र परिपक्क ख्रीष्टियनले जीवनको सबैभन्दा चुनौतीपूर्ण परिस्थितिहरूमा ख्रीष्टको जीवनलाई प्रकट गर्दछ किनभने दिनदिनै, महिना पछि महिना, र वर्ष पछि वर्ष गर्दै, उसले आफूलाई परमेश्वरको अनुग्रहले त्यसतर्फ तालिम दिएको हुन्छ ।

अनुशासन नहुँदा के हुन्छ?

जब अनुशासन हराइरहेको हुन्छ, कलाकार कम कुशल हुन्छ, गल्ती धेरै दोहोरिन्छ, र उनको कला कम सन्तोषजनक हुन्छ । खेलाडी कम फुर्तिलो हुन्छ, कम स्वतन्त्र रूपमा हिँड्छ, धेरै पटक ठक्कर खान्छ र कम उपलब्धि पाउँछ । जब ख्रीष्टियन जीवनमा अनुशासन हराइरहेको हुन्छ, हामी हाम्रो हिँडाईमा अकुशल हुन्छौं । हामी धेरै पटक ठेस खान्छौं । पवित्रआत्मा संग हाम्रो सम्बन्ध छिटपुट हुन्छ । गल्तीहरू धेरै सामान्य हुन्छन्, जीवन कम सन्तोषजनक हुन्छ, सम्बन्धहरू कम अनुग्रहपूर्ण, र परमेश्वरसँगको हाम्रो हिँडाइ कम फलदायी हुन्छ ।

हामीले यस पुस्तामा अनुशासित ख्रीष्टियन जीवनको बारेमा धेरै कुरा सुनेका छैनौं । किन? किनभने हामी हाम्रो आत्मिकता सजिलै र छिटो प्राप्त गर्न चाहन्छौं । केही ख्रीष्टियनहरू आत्मिक जादू चाहन्छन्! हामी हावामा हात हल्लाएर हामीलाई चाहिने सबै आत्मिकता पाउन चाहन्छौं । बिग्रिएका बच्चाहरू जस्तै, हामीमा कुनै पनि कठिन कुरा जस्तै- कुनै पनि धेरै काम गर्नुपर्ने कुरा, कठोर वा पीडादायी कुरा गर्न हामी चाहँदैनौं । हामी येशूका चेलाहरूलाई उहाँको बोलावटलाई बिर्सन्छौं: "यदि कोही मेरो पछि आउन चाहन्छ भने, उसले आफैलाई इन्कार गरोस्, र दिनहुँ आफ्नो क्रुस उठाओस्, र मेरो पछि लागोस् ।"[१००]

ख्रीष्टियन जीवनसँगको निराशा ख्रीष्टियन जीवनको गल्ती होइन तर हाम्रो आफ्नै त्रुटिपूर्ण अपेक्षाहरू हो । प्रायः परमेश्वरले हामीलाई तुरुन्तै ईश्वरभक्तिमा रूपान्तरण गरिदिनको लागि पर्खन्छौं! यद्यपि, परमेश्वरलाई आत्मिक जादूमा चासो छैन तर सशर्त आत्मिक सिपाहीहरू, सशर्त आत्मिक सेवकहरू, र सशर्त आत्मिक खेलाडीहरू खडा गर्नमा - लडाइँ जित्न सक्ने पुरुष

---

९९ फिलिप्पी ४:११-१३

१०० लूका ९:२३

र महिलाहरू, परमेश्वरले दिनुभएको काम पूरा गर्न र दौड जित्न सक्नेहरुमा उहाँ उत्सुक हुनुहुन्छ । यस पाठ्यक्रममा पछि, तपाईंलाई उत्तम र व्यक्तिगत दुवै विषयहरूमा निर्देशन दिइनेछ र तपाईंको दैनिक जीवनमा तिनीहरूलाई लागू गर्न प्रोत्साहित गरिनेछ र यो सबै ख्रीष्ट जस्तै बन्नको लागि हुनेछ ।

ईसाई समुदायमा सहभागिता - जसले हामीलाई हाम्रो यात्रामा सुदृढ गर्दछ

आत्मिक निर्माणमा ईसाई समुदाय (स्थानीय मण्डलीको संगतिमा संलग्नता) समावेश हुनुपर्छ । ख्रीष्टको शरीर— मण्डलीको मुख्य भूमिकालाई कम महत्त्वको ठान्न असम्भव छ - जसले हाम्रो आत्मिक निर्माणमा भूमिका खेल्छ । ख्रीष्टको शरीरद्वारा समृद्ध र सुशोभित नभएका ख्रीष्टियनहरू कसरी आत्मिक रूपमा गरिब र विकृत हुन्छन् भन्ने कुरालाई वेवास्ता गर्न असम्भव छ ।

परमेश्वरको परिवारमा सहभागी भएर हाम्रो चरित्र निर्माण हुन्छ । मण्डलीको जीवन मार्फत, म येशू ख्रीष्टको जीवन जिउनको लागि दक्ष बन्न आवश्यक अभ्यास पाउन सक्छु । कोहि पनि व्यक्ति टापु होइन; हरेक जसले आफैलाई परमेश्वको जनहरूको पालनपोषण, सङ्गति, सेवकाइ, सुरक्षा र अनुशासनबाट आफूलाई अलग गर्छ उसले परमेश्वरसँगको रमाइलो मिलनमा पूर्ण रूपमा सहभागी हुन सक्दैन । परमेश्वर त्रिएक हुनुहुन्छ - पिता, पुत्र र पवित्र आत्मा - र सबै अनन्तकालको लागि पूर्ण सद्भाव र सङ्गतिमा सँगै बस्नु भएको छ । जसरी मानिसहरू उहाँको स्वरूपमा बनिएका थिए, हामी एकअर्काको लागि बनेका थियौं । हामी सम्बन्धका लागि बनिएका थियौं । हामी आफैलाई एकअर्काबाट अलग गर्नको लागि बनाइएका होइनौं, तर ख्रीष्टको स्वरूपमा एकअर्कालाई पालनपोषण गर्नको लागि हो ।

मैले एक जना पास्टरको बारेमा पढें जसले एक किसानलाई भेटेका थिए जसले धेरै हप्तासम्म आइतवार सेवाहरूमा भाग लिएका थिएनन् । जब उनीहरू कुनै एक अँगेनाको अगाडि सँगै बसिरहेका थिए, ती व्यक्तिले पास्टरलाई भने कि उसलाई चर्चको आवश्यकता छ जस्तो लाग्दैन । "म खेतमा नै परमेश्वरसँग राम्रोसँग कुरा गर्न सक्छु," उनले भने । पास्टरले केही भनेनन्; तर किसानले आफूलाई अरू ख्रीष्टियनहरूको सङ्गति चाहिँदैन भनेर कुरा गरिरहँदा, पास्टरले आगोबाट जलिरहेको दाउराको ठुटालाई अन्य जलिरहेको काठहरूबाट बाहिर टाढा निकाले, र यसलाई अलग्गै राखे । चाँडै नै त्यो ठुटा चिसो हुन थाल्यो, र त्यसपछि आगो निभ्यो! किसानले नबोलि नै सन्देशलाई बुझे र अर्को आइतवार चर्चमा आए!

एक्लो रहेर हामी परमेश्वरले हामीलाई बनाउन चाहनुहुने जस्तो व्यक्ति हामी कहिल्यै बन्ने छैनौं । उदाहरण, आत्मिक संगति, सल्लाह, र ख्रीष्टको शरीरको वरदान स्वस्थ आत्मिक निर्माणका लागि महत्त्वपूर्ण छ । ख्रीष्टियन समुदायले मलाई कम्तिमा यी निम्न तरिकाहरूमा निर्माण हुन मद्दत गर्दछ:

- ख्रीष्टियन समुदायले मलाई एक आत्मिक परिवार दिन्छ, जस बिना मेरो आफ्नो भन्ने कुनै स्थान छैन, कतै साँचो स्वागत छैन, कुनै हेरचाह छैन, र कुनै प्रोत्साहन छैन ।
- ख्रीष्टियन समुदायले मलाई बाइबलीय निर्देशनहरू दिन्छ, जस बिना म परमेश्वरको वचनबाट पोषण पाउन सक्दिन ।
- ख्रीष्टियन समुदायले अक्सर मलाई परिवर्तन खोज्न आवश्यक दबाब दिन्छ ।
- ख्रीष्टियन समुदायले मलाई आत्मिक जवाफदेहिता प्रदान गर्दछ ।
- ख्रीष्टियन समुदायले मलाई संसार, शरीर र शैतानलाई जित्न आवश्यक सहयोग र बल प्रदान गर्दछ ।
- ख्रीष्टियन समुदायले मलाई सेवा गर्ने र मेरो आत्मिक वरदानहरू प्रयोग गर्ने व्यावहारिक अवसरहरू प्रदान गर्दछ ।

- ख्रीष्टियन समुदाय मार्फत, महान आज्ञा पुरा गर्न सकिन्छ ।

रूपान्तरणको यस यात्रा पवित्र आत्माको काम हो ।

येशू ख्रीष्टको स्वरूपमा निर्माण केवल बास गर्नुहुने पवित्र आत्माको सहायताले सम्भव छ ।

१. उनै पवित्र आत्माले दोषी ठहराउँनु हुन्छ ।

> अनि जब उहाँ आउनुहुन्छ, उहाँले संसारलाई पाप, धार्मिकता र न्यायको विषयमा दोषी ठहराउनुहुनेछ ।[१०१]

२. पवित्र आत्माले शुद्ध गर्नुहुन्छ र शक्ति दिनुहुन्छ ।

> र तपाईंहरू मध्ये केही यस्तै हुनुहुन्थ्यो । तिमीहरू कोही यस्तै थियौ, तर तिमीहरू धोइयौ, पवित्र पारियौ, प्रभु येशू ख्रीष्टको नाउँमा हाम्रा परमेश्वरका आत्माद्वारा निर्दोष ठहराइयौ ।[१०२]

> तर पवित्र आत्मा तिमीहरूमा आउनुभएपछि तिमीहरूले शक्ति पाउनेछौ, र तिमीहरू यरूशलेममा, सारा यहूदियामा, सामरियामा र पृथ्वीको अन्तिम छेउसम्म मेरा साक्षी हुनेछौ ।[१०३]

३. पवित्र आत्माले ख्रीष्टमा हाम्रो विश्वासलाई पक्का गर्नुहुन्छ ।

> उहाँका आज्ञा पालन गर्नेहरू सबै उहाँमा रहन्छन्, र उहाँ तिनीहरूमा रहनुहुन्छ । उहाँले हामीलाई दिनुभएको पवित्र आत्माद्वारा हामी जान्दछौं, कि उहाँ हामीमा वास गर्नुहुन्छ ।[१०४]

> तिमीहरू, जसले सत्यको वचन, अर्थात्‌आफ्नो मुक्तिको सुसमाचार सुन्यौ, र उहाँमा विश्वास गर्यौं, उहाँमा नै तिमीहरूलाई प्रतिज्ञा गरिएका पवित्र आत्माको छाप लगाइएको थियो ।[१०५]

४. पवित्र आत्माले हामीलाई ख्रीष्टको स्वरूप अनुरूप बनाउनुहुन्छ ।

> हामी सबै घुम्टो हटाइएको मुहारले प्रभुको महिमा प्रतिबिम्बित गर्दछौं, अनि एउटा महिमादेखि अर्को महिमातिर उक्लँदै उहाँको रूपमा बद्‌लिँदैजान्छौं । परमप्रभुबाट यो आउँछ, जो आत्मा हुनुहुन्छ ।[१०६]

---

१०१ यूहन्ना १६:८

१०२ १ कोरिन्थी ६:११

१०३ प्रेरित १:८

१०४ १ यूहन्ना ३:२४

१०५ एफिसी ४:१३

१०६ २ कोरिन्थी ३:१८

५. पवित्र आत्माले शरीरका कामहरूलाई क्रूसमा टाँग्नु हुन्छ ।

"किनकि पापमय स्वभावअनुसार जिउँछौ भने, तिमीहरू मर्छौ, तर यदि पवित्र आत्माद्वारा शरीरका कार्यहरू तिमीहरूले निर्मूल पार्यौ भने, तिमीहरू जिउनेछौ ।"[१०७]

तर म भन्दछु, पवित्र आत्माद्वारा हिँड, र पापमय स्वभावका लालसा पूरा नगर ।[१०८]

६. पवित्र आत्माले बातचित गर्नुहुन्छ ।

उनी पवित्र आत्माको प्रेरणामा मन्दिरभित्र आए । जब आमा-बुबाले बालक येशूलाई उहाँको निम्ति व्यवस्थाअनुसारको विधि गर्नलाई मन्दिरभित्र ल्याए ।[१०९]

७. पवित्र आत्माले नियन्त्रण गर्नुहुन्छ ।

दाखमद्यले नमात्तिओ, कारण त्यो विलासिता हो, तर पवित्र आत्माले भरिपूर्ण होओ ।[११०]

८. पवित्र आत्माले हामी परमेश्वरद्वारा ग्रहण गरिएका छौं भनि सचेत गराउनुहुन्छ ।

तिमीहरू पुत्र भएका हुनाले परमेश्वरले आफ्ना पुत्रको आत्मा हाम्रा हृदयमा पठाइदिनुभयो, जसले "हे अब्बा, पिता!" भनेर पुकार्नुहुन्छ ।[१११]

९. पवित्र आत्माले हामीलाई सहयोगी बनाउनु हुन्छ ।

हामी आफ्नै बलले प्रेम गर्न सक्दैनौं तर पवित्र आत्माद्वारा "खन्याइएको" प्रेम चाहिन्छ ।[११२]

जब हामी येशू ख्रीष्टको स्वरूपमा बन्न खोज्छौं, पवित्र आत्मा हाम्रो लागि माछाको लागि समुद्र जस्तै हुनुहुन्छ! माछाको लागि, समुद्र जीवनको लागि आवश्यक हुन्छ । माछाको लागि, समुद्र नै सबै थोक हो - उसको सास, उसको खाना, उसको पेय, उसको घर! समुद्र त्यो हो जहाँ माछा खेल्छ र शिकार गर्छ र सन्तान उत्पदान गर्छ । यदि माछाले ऊ समुद्र तटमा नै बस्छु भनि निर्णय गर्यो भने, ऊ लामो समय बाँच्दैन ।

पवित्र आत्मामा हुनुको मतलब उहाँलाई हाम्रो जीवन र शक्ति र प्रकाश र बुद्धिको बासस्थानको स्रोत हुन येशूद्वारा पठाइनु भएको हो, र उहाँदेखि बाहिर हामी मरेका हुन्छौं - जसरी समुद्र बाहिर बस्ने माछा मरेको हुन्छ! पवित्र आत्माबिना, ख्रीष्टको स्वरूपमा हामीमा कहिल्यै बन्ने छैनौं ।

---

१०७ रोमी ८:१३

१०८ गलाती ५:१६

१०९ लूका २:२७; यो पनि हेर्नुहोस् लूका ४:१

११० एफिसी ५:१

१११ गलाती ४:६

११२ रोमी ५:८

समापन

एक नवीकरण भएको मन, आत्मिक तालिम, र ईसाई समुदाय: आत्मिक निर्माणको यात्राको यी तीन पक्षहरूले हामीलाई ख्रीष्टको स्वरूपमा बनिँदै जान सक्षम बनाउँदछ ।

पाठ २ को गर्नु पर्ने कार्यहरू

१. आत्मिक निर्माण रोडम्यापको तालिकालाई राम्ररी अध्ययन गर्नुहोस् । यस पाठको जाँच बाट, तपाईंले स्मरणबाट तालिका पुन: लेख्न सक्नुहुनेछ र कक्षामा आत्मिक निर्माण रोडम्यापको व्याख्या गर्नुहुनेछ ।

२. पवित्र आत्मालाई अन्तर्दृष्टि दिनुहोस् भन्नका लागि, धर्मशास्त्रका पदहरू सहित यस पाठको समीक्षा गर्न यो हप्ता कम्तिमा तीस मिनेट समय दिनुहोस् ।

३. तपाईंको जीवनमा गर्नु पर्ने कुनै पनि विशेष परिवर्तनहरू तपाईंको नोट कापीमा रेकर्ड गर्नुहोस्, जसरी प्रभुले तपाईंलाई प्रकट गर्नुहुन्छ ।

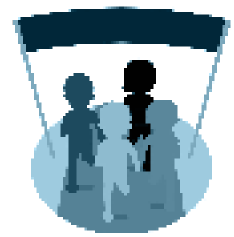
४. तपाईंको दैनिक उपासनाको समयमा कम्तिमा एउटा भजनसंग्रह मनन गर्नुहोस्, र भजनरचयिताले परमेश्वरको स्वभाव र चरित्रको बारेमा के भन्दैछ सो तपाईंको दैनिकी नोटमा रेकर्ड गर्नुहोस् ।

५. यस पाठमा आधारित आत्मिक रूपान्तरण र वृद्धिको लागि आफ्नो नोट कापीमा व्यक्तिगत प्रार्थना रेकर्ड गर्नुहोस् ।

६. तपाईंको दैनिक व्यक्तिग प्रार्थनामा डा. ब्राउनको *दैनिक प्रार्थना गाइड* प्रयोग गरेर अभ्यास गर्नुहोस् ।

पाठ २ को जाँच

स्मरणबाट, आत्मिक निर्माण रोडम्याप तालिकामा छुटेका सबै शब्दहरू भर्नुहोस्, बाइबलका पदहरू सहित पूरा गर्नुहोस्। त्यसपछि कक्षाको बाँकी भागलाई आत्मिक निर्माण रोडम्यापको बारे बुझाउनुहोस्।

एक आत्मिक निर्माणको रोडम्याप			
दृष्टिकोण			
हाम्रो यात्रामा...			
पद(हरू)			
के समावेश छ			
माध्यम			

पाठ ३

बाइबलीय विश्वासको निर्माण गर्ने शक्ति

पाठ १ र २ को समीक्षा

कक्षाको अगुवालाई नोट: यी प्रश्नहरूको साथ पाठ १ र पाठ २ को समीक्षा गर्नुहोस्: हरेक ख्रीष्टियनको लक्ष्य के हो? पाठ २ मा छलफल गरिएको आत्मिक निर्माणको यात्राका तीनवटा पक्षहरू के हुन्? विद्यार्थीहरूमा पाठ २ बाट आफ्नो व्यक्तिगत प्रार्थना साझा गर्न इच्छुक को छन् सोध्नुहोस् ।

पाठका उद्देश्यहरू

१. मुक्तिको निश्चयता किन महत्त्वपूर्ण छ भनेर बुझ्नुहोस् ।

२. निश्चयताको निर्माण गर्ने ईंटाहरूको विषयमा जान्नुहोस् ।

३. सुसमाचारलाई स्पष्ट रूपमा व्यक्त गर्न सक्षम हुनुहोस् - जो निश्चयताको आधार हो ।

४. प्रश्नको जवाफ दिन सक्षम हुनुहोस्: जीवित विश्वास के हो?

५. पवित्र आत्माको साक्षी बारे बुझ्नुहोस् ।

६. निश्चयताको दश ओटा जाँचहरू पास गर्नुहोस् ।

जीवनका तस्बिरहरू

के तपाईं कहिल्यै हराउनु भएको छ? म छु । म फिलिपिन्समा हुँदाको त्यो समय कहिल्यै बिर्सने छैन जब हामी मिसनरीहरू र राष्ट्रिय पास्टरहरूको एउटा समूहले बाटो गुमाएका थियौं । हामीले कर्डिलेराको एउटा भागमा बाइबल सम्मेलन सम्पन्न गरेका थियौं जहाँ सडकहरू थिएनन् र साँझको चिसोमा फर्कने निर्णय गर्यौं । त्यो बाटोले हामीलाई चार-पाँच घण्टा लाग्नु पर्नेथियो । गल्तीले गलत बाटो लिएपछि, तथापि, हामी रातभरि एघार घण्टा भन्दा बढी थकित घण्टासम्म घना जङ्गलमा घुम्यौं । रातमा आधि बाटोसम्म पुग्दा, हाम्रो समूहको एक वयस्क सदस्य बसेर रूनुभयो! हामी सबैलाई पनि त्यस्तै गर्न मनलाग्यो । हराउनुको शारीरिक र भावनात्मक पीडा वर्णन भन्दा बाहिर छ ।

हराउनु वा हराएको महसुसले डर, असुरक्षा, थकान र पराजय उत्पन्न गराउँछ। अर्कोतर्फ निश्चयताले आत्मविश्वास, शान्ति र शक्ति उत्पन्न गर्छ। जान्नुको प्रभाव यहि हो! ख्रीष्टियन जीवनमा, आत्मिक निश्चितताले स्थायी विश्वास, आत्मिक आत्मविश्वास, र विजयी राज्य जीवनमा डोर्याउँछ। त्यसैले आत्मिक निर्माणको यात्रा निश्चयताबाट सुरु हुन्छ।

ठूलो विचार

यदि येशूको जीवित उपस्थिति हामीमा वास गर्छ भने मात्र परमेश्वरको छवि हामीमा नवीकरण हुन सक्छ।

धेरै वर्षको सेवा पछि, मैले पत्ता लगाएको छु कि धेरै विश्वासीहरूले निश्चयतामा संघर्ष गर्छन्। जब शत्रुले हाम्रो मुक्तिको निश्चयतालाई चोर्छ, उसले हाम्रो निश्चयतालाई पनि चोर्नेछ र हाम्रो विश्वासलाई नष्ट गर्नेछ। निश्चयतासँग संघर्ष गर्नुको मतलब यो होइन कि एक व्यक्तिले मुक्ति पाएको छैन, तर यसको मतलब यो हो कि तिनीहरू शैतान र विवेकको आक्रमण प्रति धेरै कमजोर हुन्छन्। निश्चयताको कमीले शक्ति र प्रेम र आत्म-अनुशासनको सट्टा कमजोरीपन र डर निम्त्याउँछ।

"किनभने परमेश्वरले हामीलाई डरको आत्मा होइन, तर शक्ति, प्रेम र आत्मसंयमको आत्मा दिनुभएको छ।"[११३]

र, यदि हामी परमेश्वको सन्तान भएको दाबी गर्छौं भने, हाम्रो दावीको आधार के हो? हामी आफूलाई जे हौं भनि दाबी गर्छौं हामी सो नै हौं भनेर कसरी थाहा पाउने? यो एउटा अत्यावश्यक प्रश्न हो जसको जवाफ तपाईलाई थाहा हुनुपर्छ; किनकि हाम्रो आत्माको शत्रुले तपाईलाई दोष लगाउने,[११४] तपाईंलाई निल्ने,[११५] र तपाईंको विश्वास नष्ट गर्ने सक्दो प्रयास गर्नेछ। हामी विश्वासका हौं कि भनेर जाँच्न पावलले हामीलाई सल्लाह दिन्छन्।[११६]

परिचय

आत्मिक निर्माण तिनीहरूको लागि मात्रै हो जो पवित्र आत्माद्वारा आत्मिक रूपमा जीवित बनाइएका छन्

> उक्त विश्वासीमा तत्काल साँचो विश्वासको हृदयमा हुन्छ, ख्रीष्टको स्वरूपको अनुरूपता उसमा सुरु हुन्छ। हामी पवित्र बनिरहेका छौं। यदि हामी पवित्र बनिरहेका छैनौं भने, ख्रीष्ट हामीमा हुनुहुन्न र हाम्रो विश्वासको स्वीकार खोक्रो छ।[११७]

यद्यपि, ख्रीष्टको स्वरूपमा बनाइनु भनेको पवित्र आत्माद्वारा ख्रीष्टमा पहिले नै जीवित बनाइएकाहरूका लागि मात्र हो। येशुको जीवन बिना वृद्धि हुन सक्दैन! आत्मिक निर्माणले हामीलाई नयाँ स्वभाव दिन सक्दैन। हामीसँग ख्रीष्टको नयाँ स्वभाव भएको कारणले नै उहाँको स्वरूपमा आत्मिक निर्माण सम्भव छ।

---

११३ २ तिमोथी १:७

११४ प्रकाश १२:१०

११५ १ पत्रुस ५:८

११६ २ कोरिन्थी १३:५

११७ लिगोनियर मिनिस्ट्रीज, "ख्रीष्टको स्वरूपमा बनिँदै।" (मूल रूपमा प्रकाशित *टेबलटक पत्रिकामा*।) https: //www.ligonier.org/learn/devotionals/conforming-image-christ/ September १८, २०२० बाट साभार गरिएको।

जब धर्मशास्त्रले हामीलाई "उहाँ जस्तै हिँड" वा[११८] वा "परमेश्वरको अनुकरण गर्ने होओ"[११९] वा "उहाँको पाइला पछ्याउ"[१२०] भनि भनी आह्वान गर्दछ तब यी आज्ञाहरू आत्मिक रूपमा मरेका मानिसहरूलाई होइन तर परमेश्वरका सन्तानहरूलाई दिइएको हो जसलाई ख्रीष्टमा उद्धार गरिएको र जीवित पारिएको छ, र जसमा पवित्र आत्मा अहिले वास गर्नुहुन्छ ।

जसरी हामी चिहानमा गएर मरेका लाशहरूलाई ख्रीष्टजस्तै बन्ने आदेश दिने विचार पनि गर्दैनौं, त्यसरी नै हामीले नयाँ जन्म नभई ख्रीष्ट जस्तै बन्न सक्छौं भनेर सोच्नु हुँदैन ।

नयाँ जन्मको एउटा उदाहरण एफिसी ४:२४-२५

आत्मिक नयाँ जन्मले येशू ख्रीष्टको स्वरूपमा आत्मिक निर्माणको ढोका खोल्छ । जब पावलले एफिससका ख्रीष्टियनहरूलाई "नयाँ मनुषत्य धारण गर" भने, तब तिनले अझ यसो भने: "**जुन परमेश्वरद्वारा साँचो** धार्मिकता र पवित्रतामा सृजना गरिएको थियो ।"[१२१] अर्को शब्दमा, **किनभने परमेश्वरले तपाईंलाई नयाँ पुरुष र स्त्रीहरू बनाउनु भएको छ जो धर्मी र पवित्र छन्, र त्यस्तै व्यवहार गर्नुहोस्** । पावलले यसलाई पछ्याउँछन्, "**त्यसैले**, झूट छोडेर, हरेकले आफ्ना छिमेकी सँग सत्य बोल, किनकि हामी एकअर्काका सदस्य हौं ।"[१२२] हामीले सत्य बोल्न सक्ने कारण हामी जो एक पटक पापमा मरेका थियौं अहिले परमेश्वरद्वारा आत्मिक रूपमा सृष्टि गरिएको छौं । हामी भित्र पहिले नै परमेश्वरको जीवन छ ।

नयाँ जन्मको अर्को उदाहरण २ पत्रुस १:३-७

पत्रुसले हामीलाई येशू ख्रीष्टसँगको व्यक्तिगत सम्बन्धद्वारा हामीहरूलाई "जीवन र भक्तिसँग सम्बन्धित सबै कुराहरू" र[१२३] "ईश्वरीय स्वभावका सहभागीहरू" बनाइएका छौं र "संसारको भ्रष्टताबाट उम्किएका छौं भनि स्मरण गराउँछन् ।"[१२४] हाम्रो आत्मामा रोपिएको यस ईश्वरीय स्वभावको कारणले नै निम्न कुरालाई सम्भव बनाउँछ:

> यसैकारण सबै किसिमका प्रयत्नद्वारा तिमीहरूको विश्वासमा सद्गुण र सद्गुणमा ज्ञान थप, ज्ञानमा आत्मसंयम, आत्मसंयममा धैर्य, धैर्यमा भक्ति, भक्तिमा भातृ-स्नेह, भातृ-स्नेहमा प्रेम थप ।[१२५]

सद्गुण, ज्ञान, आत्मसंयम, धैर्य, र भक्ति सबै प्रभु येशूका चरित्रहरू हुन् जुन हामीमा पनि हुन सक्छ किनभने हामीले पहिले नै ईश्वरीय स्वभावको *बिऊ* प्राप्त गरिसकेका छौं ।

प्रश्न यो हो, "के तपाईंको आत्मामा परमेश्वरको बीउ छ?" के तपाई फेरि जन्मनु भएको छ?

---

११८ १ यूहन्ना २:६

११९ एफिसी ५:१

१२० १ पत्रुस २:२१

१२१ जोड थपिएको छ ।

१२२ जोड थपिएको छ ।

१२३ २ पत्रुस १:३

१२४ २ पत्रुस १:४

१२५ २ पत्रुस १:५-७

खेलकुदबाट एउटा दृष्टान्त

मलाई गल्फ खेल मज्जा लाग्छ, यद्यपि म धेरै कुशल खेलाडी भने होइन। संसारको नम्बर एक पेशेवर गोल्फर मेरो शरीरमा प्रवेश गर्न सम्भव भए के हुन्छ होला? अनि के हुन्छ यदि मैले स्वेच्छाले मेरो दिमाग र शरीरको नियन्त्रणलाई उसको नियन्त्रणमा दिएँ भने? के यसले मेरो खेलमा फरक पार्छ? पक्कै पनि पार्छ!

सुसमाचारमा विश्वास गरेर, प्रभु येशू ख्रीष्ट पवित्र आत्माद्वारा हामीमा बास गर्न आउनुभएको छ,[१२६] व्यक्तिगत रूपमा र ख्रीष्टको सम्पूर्ण शरीरको रूपमा।[१२७] यो बासको अर्थ ख्रीष्टमा काम गर्ने शक्ति हामीमा पनि काम गरिरहेको छ भन्ने हुन्छ।[१२८] यसले हरेक विश्वासीको लागि ख्रीष्टको स्वरूप अनुरूप हुन सम्भव बनाउँछ।

आत्मिक निर्माणमा ईश्वरीय चरित्रको गोडमेल गर्ने कुरा समावेश छ तर त्यो चरित्रलाई भने उत्पादन गर्न सक्दैन

हामीले हाम्रो आफ्नै हृदयमा परमेश्वरको चरित्र उत्पादन गर्दैनौं, तर हामीले त्यस्तो वातावारण उत्पन्न गर्नुपर्छ जहाँ उहाँको चरित्र परिपक्कतामा बढ्नेछ।

हामी आफैंमा परमेश्वरको चरित्र उत्पादन गर्न सक्दैनौं, किनकि यो पवित्र आत्माद्वारा अनुग्रहद्वारा हामीमा रोपि सकिएको छ। तर, हामीले परिस्थितिहरू उत्पादन गर्नुपर्दछ र बीउ रोप्नु पर्छ जसद्वारा परमेश्वरको चरित्र - येशूको जीवन - हाम्रो चरित्रमा परिपक्कता तर्फ बढ्नेछ।

हामी हाम्रो जीवनमा आत्माको फल उत्पादन गर्न सक्दैनौं: प्रेम, आनन्द, शान्ति, सहनशीलता, दया, भलाइ, विश्वासयोग्यता, कोमलता, र आत्म-संयम।[१२९] पावलले भने कि यो फल "पवित्र आत्माको फल," हो तर हाम्रो फल होइन। तर, पवित्र आत्माले यसलाई उत्पादन गर्नको लागि आवश्यक पर्ने हिँडाईको अभ्यास हामीले गर्नैपर्छ। "आत्मामा हिँड," पावलले हामीलाई आग्रह गर्छन्।[१३०] हिड्ने कुरामा सचेत छनोट, पवित्र आत्माको निर्देशनमा ध्यान दिने कुरा र प्रयासको हद जस्ता कुरा समावेश छन्।

> ***आत्मिक निर्माणले* हामीलाई हाम्रो हृदयको जमिन कसरी खेती गर्ने भनेर सिक्न मद्दत गर्नेछ ताकि हामीमा ख्रीष्टको स्वरूप बढ्न सकोस्।**

किसानसँग मकैको एक दाना पनि उत्पादन गर्ने शक्ति हुँदैन, तर सबैलाई थाहा छ कि किसान धेरै व्यस्त मान्छे हो। उसले माटोलाई उर्वर पार्छ र खेती गर्छ। उसले बीउ रोप्छ। उसले झार उखेल्छ जसले सानो बिरुवाको पालुवालाई निसास्सने खतरा दिन्छ। छोटकरीमा भन्नुपर्दा, किसानले प्रशस्त फसलको अवस्था सिर्जना गर्न आफूले सक्ने सबै गर्छ। प्रत्येक ईसाई

---

१२६ यूहन्ना १४:१६

१२७ १ कोरिन्थी ३:१६, १ कोरिन्थी ६:१५

१२८ एफिसी १:१९, एफिसी ३:२०

१२९ गलाती ५:२२-२३

१३० गलाती ५:१६

आफ्नै आत्माको किसान हो । यदि हाम्रो चरित्रमा प्रेम, धैर्यता, दया र आत्मसंयम जस्ता आत्मिक गुणहरू परिपक्कतामा बढिरहेका छैनन् भने, यो भित्र भएको परमेश्वरको स्वभावको दोष होइन, तर किसानको लगनशिलताको समस्या हो । तपाईंले आफू भित्र परमेश्वरको बीउ खेती गर्न कत्तिको ध्यान दिनुहुन्छ?

जोगिनु पर्ने दुई चरम घातक कुराहरू: अनन्त असुरक्षा र अयोग्यत अनन्त सुरक्षा

म आज व्याप्त दुई घातक कुराहरू बताउन चाहन्छु: (१) अनन्त असुरक्षा (एक ख्रीष्टियन कहिल्यै सुरक्षित हुन सक्दैन) र (२) अयोग्य र शर्तरहितको अनन्त सुरक्षा (एक ख्रीष्टियनको जीवनमा कुनै फल नलागे पनि उ सुरक्षित हुन्छ) । यी दुवै चरम विचार सुसमाचार र आत्मिक निर्माणको लागि विनाशकारी छन् ।

मलाई विश्वास छ कि म हुर्केको सम्प्रदायमा अनन्त असुरक्षाका केही तत्वहरू थिए । साँचो पश्चात्ताप, ध्यानपूर्ण आज्ञाकारिता, हृदयको शुद्धता, र ईश्वरीय व्यवहारमा बाइबलीय जोडलाई जब अनुग्रहको बाइबलीय शिक्षासँग सावधानीपूर्वक सन्तुलित गरिएको थिएन, यसले कसैलाई अस्वस्थ आत्मनिरीक्षण र निराशातर्फ डोऱ्यायो । हामीलाई कहिलेकाहीं मुक्ति पछिको कुनै पनि पापले उसको मुक्ति गुमाउन सक्छ भन्ने विश्वास गर्न लगाइयो, र आत्मिक युवावस्थाका पापहरूको साथ संघर्ष गर्नेहरूलाई थोरै आशा प्रदान गरिएको थियो ।

मलाई याद छ एउटा विशेष जागृती स्कूल पछि, जहाँ मेरा धेरैजसो साथीहरू र मैले फेरी मुक्ति पाएका थियौं, हामीले "यस पटक चाहिँ मुक्तिमा रहि रहन" सक्दो प्रयास गर्ने संकल्प गरेका थियौं! हाम्रो मतलब, हामी छिमेकीको टेलिभिजनमा नराम्रो चलचित्रहरू लुकाएर हेर्ने, हाम्रा भाइबहिनीहरूसँग बहस गर्ने, स्कूलको नियमलाई बेवास्ता गर्ने, आमा र बुबाको अवज्ञा गर्ने वा नराम्रो विचारहरू सोच्ने छैनौं, भन्ने थियो! हामी पाप नगर्न सक्दो प्रयास गर्नेछौं! हामी धेरै, धेरै नै होशियार हुनेछौं, किनकि जहाँसम्म हामीलाई थाहा थियो मुक्ति एक धेरै कमजोर चीज हो जुन सजिलै हराउन सकिन्छ । हामीले साँचो ख्रीष्टियन बन्ने साहसी प्रयास गरे तापनि करिब दुई हप्तापछि हामीले अन्ततः यो एकदमै गाह्रो छ भनी निर्णय गऱ्यौं र हार खायौं! हामीले अब दुर्व्यवहार गर्ने स्वतन्त्रताको भावना पनि महसुस गर्यौं, र हामीलाई थाहा थियो कि त्यहाँ अन्य जागृती कार्यक्रमहरू हुनेछन् जहाँ हामी फेरि मुक्ति पाउने छौं । सायद कुनै दिन हामी मुक्तिमा रहि रहने गरि पर्याप्त मात्रामा असल हुनेछौं, हामीले सोच्यौं; तर भित्रभित्रै हामीले शंका गर्यौं ।

जब विश्वास र निश्चयता आफैमा निर्भर हुन्छ तर क्रुसमा ख्रीष्टको योग्यता र उपलब्धिमा होइन, यसको परिणाम असुरक्षा नै हुनेछ । जब कसैको विश्वास उसका धार्मिक कामहरूमाथि हुन्छ, उसमा काम गरिरहेको ख्रीष्टको धार्मिकता भन्दा, तब ऊ कमजोर हुनेछ । अनुग्रहको सट्टा जब असल कामहरू मुक्तिको फल बन्नुको सट्टा मुक्ति पाउने माध्यम बन्छन्, तब सुसमाचार खराब समाचार बन्नेछ । ख्रीष्ट-केन्द्रित विश्वास बाहेक निरन्तर आत्म-मूल्याङ्कनले हार, त्यसपछि निराशा, र त्यसपछि आत्मिक जहाज डुबानमा पुर्याउँछ । अनन्त असुरक्षा विश्वासको लागि भ्रामक र विनाशकारी छ, अयोग्य बिना शर्तको अनन्त सुरक्षा जत्तिकै ।

उल्टो चरममा त्यहाँ अयोग्य अनन्त सुरक्षा छ, तथाकथित "मुक्ति" वा "क्षमा" बिनाको नयाँ जन्म । बाइबलले पूर्ण रूपमा सिकाउँछ कि विश्वासीहरू सुरक्षित छन्, र तिनीहरूको सुरक्षा आफैमा होइन, तर ख्रीष्टको समाप्त भएको काममा निर्भर छ । तर आज त्यहाँ भीडहरू छन् जसलाई सिकाइएको छ कि एक व्यक्तिलाई पुनर्जीवित वा नयाँ बनाउने कार्य बिना नै धर्मी बन्न

वा क्षमा पाउन सकिन्छ । तिनीहरूलाई अझ यस्तो सिकाईएको छ कि ख्रीष्टमा भरोसा गर्नाले मरेकाहरूमा "जीवनको नयाँपन"[१३१] ल्याउँछ भनि धर्मशास्त्र प्रशस्त मात्रामा स्पष्ट छ । यस गलत शिक्षाको कारण, धेरैजना धार्मिकताको बारेमा लापरवाह, विश्वासको लागि लाटिएका र आफ्नो साँचो आत्मिक अवस्था प्रति अन्धा छन् ।

"फूलले वसन्त ल्याउदैन, तर तपाईंले फूलबिना वसन्त पाउन सक्नुहुन्छ । चराहरूले गर्मी महिना ल्याउँदैनन्, तर चराबिनाको गर्मी महिना हुँदैन । मलाई बचाउने धार्मिकता होइन, तर मुक्तिले धार्मिकता ल्याउँछ ।"

ए. डबल्यु. टोजर

एक जना चर्चित बाइबल शिक्षक र फोन गर्ने व्यक्तिबीचको रेडियो कुराकानीले यो दुःखद वास्तविकतालाई चित्रण गर्छ । फोन गर्नेले यसरी भन्यो: "सर, मैले बाल्यकालमा ख्रीष्टलाई ग्रहण गरेको थिएँ, तर म चर्चबाट टाढा भएँ र धेरै वर्षदेखि म अनैतिक जीवन बिताइरहेको छु । म ड्रग्समा छु, धेरै पटक व्यभिचार गरेको छु, र जेलमा पनि समय बिताएँ । के तपाईंलाई लाग्छ मेरो मुक्ति अझै पनि रहि रहेको छ?" यसको जवाफमा बाइबल शिक्षकले जवाफ दिए, "यदि तपाईंले साँच्चै ख्रीष्टलाई बच्चा हुँदा नै ग्रहण गर्नुभएको छ, र त्यसपछि तपाईं जतिसुकै दुष्ट बने पनि, तपाईं वास्तवमा स्वर्गको बाटोमा हुनुहुन्छ र तपाईं त्यो बाटोबाट कहिल्यै बाहिर निस्कन सक्नुहुन्न ।" जवाफ त्यो थियो । कुनै चेतावनी छैन । कुनै प्रेमिलो हप्काई छैन । प्रोत्साहन मात्र ।

यो कुराकानी सुनेपछि मेरो दिमागमा गम्भीर प्रश्नहरू आए:

- जानाजानी पापमा बाँचिरहेको मानिसलाई निश्चयता दिने कुरालाई कसैले बाइबलीय रूपमा कसरी ठीक भन्न सक्छ?
- के बाइबलका लेखकहरूले अहिले अनाज्ञाकारितामा बाँचिरहेकाहरूलाई मुक्तिको निश्चयता दिन्छन्?
- के नयाँ नियमका लेखकहरूले जहिल्यै पाप गर्ने व्यक्तिलाई आश्वस्त पार्न खोज्छन्?

कहिल्यै छैन! वास्तवमा, येशू चेतावनी दिनुहुन्छ: "मलाई 'प्रभु, प्रभु' भन्ने सबै स्वर्गको राज्यमा प्रवेश गर्नेछैनन् । स्वर्गमा हुनुहुने मेरा पिताको इच्छा पालन गर्ने मानिस मात्र परमेश्वरको राज्यमा प्रवेश गर्नेछ ।"[१३२]

पावलले ख्रीष्टियन दाबी गर्नेहरूलाई केही पनि अनुमान नगर्न आग्रह गर्छन्: "तिमीहरू विश्वासमा दह्रिला छौ कि छैनौ भनी आफैले आफैलाई जाँचेर हेर । आफैलाई जाँच । जाँचमा असफल भएनौ भने येशू ख्रीष्ट तिमीहरूमा हुनुहुन्छ भन्ने तिमीहरूलाई थाहा हुनुपर्ने हो!"[१३३]

धेरै विश्वासीहरूले सुसमाचारलाई पूर्ण रूपमा बुझ्दैनन् । तिनीहरू विश्वास गर्छन् कि परमेश्वरले तिनीहरूलाई क्रूसमा येशूको मृत्युद्वारा क्षमा गर्नुभयो, तर तिनीहरूले कसरी भनि व्याख्या गर्न सक्दैनन् । एक व्यक्तिले सुसमाचारको पूर्ण समझ बिना मुक्ति पाउन सक्छ; ज्ञानद्वारा आत्मविश्वास र निश्चयता बलियो हुनेछ । तिनीहरूमा समझको कमी भएको कारण,

---

१३१ १ यूहन्ना ५:१२; एफिसी २:५; २ कोरिन्थी ५:१७

१३२ मत्ती ७:२१

१३३ २ कोरिन्थी १३:५

धेरै ख्रीष्टियनहरूले शत्रुको आरोपहरूको प्रतिरोध गर्न असमर्थ छन् । तिनीहरू कहिलेकाहीं शंका र निराशाद्वारा पराजित हुन्छन् । परमेश्वरले हामीलाई यसरी जिएको चाहनु हुन्न ।

» अर्को दुई पृष्ठहरूमा निश्चयताको जाँच लिनुहोस् र तपाईंले सुसमाचार कत्तिको राम्ररी बुझ्नुहुन्छ मूल्याङ्कन गर्नुहोस् । (यसलाई आफ्नो पुस्तकमा लेख्नुको सट्टा, यसको प्रतिलिपिहरू बनाउन सक्नुहुन्छ ।) आफ्नो बाइबल प्रयोग गर्न स्वतन्त्र महसुस गर्नुहोस् ।

निश्चयता जाँच

तपाईं सुसमाचार कत्तिको राम्ररी बुझ्नुहुन्छ?[१३४]

१. कुन वाक्यांशले यसलाई राम्रोसँग बताउँछ? (एउटा वाक्यांश छान्नुहोस् र बाइबलीय प्रमाण दिनुहोस्)

- विश्वास द्वारा अनुग्रह द्वारा बचाईएको, काम द्वारा राखिएको
- कामहरूद्वारा बचाईएको, कामद्वारा राखिएको
- विश्वासद्वारा अनुग्रहद्वारा बचाईएको, विश्वासद्वारा अनुग्रहद्वारा राखिएको

» तपाईंले त्यो जवाफ किन रोज्नुभयो? आफ्नो समूहलाई व्याख्या गर्नुहोस्।

बाइबलले स्पष्ट रूपमा बताउँछ कि सबै मानिसहरूले मुक्ति पाउनै पर्छ (प्रेरित ४:१२)। निम्न प्रश्नहरूले हामीलाई किन मुक्ति पाउनु पर्छ भनेर बुझ्न मद्दत गर्नेछ।

२. हामीले मुक्ति पाउनै पर्छ किनभने हामी _________ हौं (रोमी ३:१०, २३; यशैया ५३:६)।

३. पापीले भोग्ने पापका तीन परिणामहरू के हुन्?

- पापले हामीलाई परमेश्वरबाट _____ गर्छ (यशैया ५९:१-२)
- पापले हामीलाई परमेश्वरको ___________ मुनि राख्छ (एफिसी ५:५-६)
- पापको परिणाम _________ मा हुन्छ (रोमी ६:२३; एफिसी २:१)

४. येशूको मृत्यु र पुनरुत्थानमा विश्वासले पापका यी परिणामहरूलाई कसरी रद्द गर्छ?

- परमेश्वरले येशूलाई हाम्रो लागि _________ बनाउनुभयो (२ कोरिन्थी ५:२१; १ पत्रुस २:२४)।
- हाम्रो विकल्पको रूपमा, येशू पापको कारणले परमेश्वरबाट _________ हुनुहुन्थ्यो (मत्ती २७:४६)।
- येशूले हाम्रो तर्फबाट परमेश्वरको _____ बोक्नुभयो (यशैया ५३:६-७)।
- उहाँको पुनरुत्थानमा विश्वासद्वारा, येशूले हामीलाई आत्मिक र अनन्तको लागि ___________ बनाउनुहुन्छ(एफिसी २:६; १ पत्रुस १:३)।

५. येशू ख्रीष्टको पुनरुत्थानमा विश्वासद्वारा हामीले नयाँ जीवन पाएका स्पष्ट संकेतहरू के के हुन्?

- हामी परमेश्वरका सन्तान हौं भन्ने ___________ ___________ को गवाही छ (रोमी ८:१६)।
- हामीसँग परमेश्वरको बचन जान्ने इच्छा र ___________ छ (यूहन्ना ८:३१; १ पत्रुस २:२-३; १ यूहन्ना २:३-४)।
- हामीसँग येशू र अरूको लागि ___________ छ (यूहन्ना ८:४२, यूहन्ना १३:३५; १ यूहन्ना ३:१४)।

---

१३४ यस पाठ्यक्रमको पछाडि उत्तरहरू छन् (page 261)।

- यद्यपि हामीलाई अझै छाँट्नु आवश्यक छ, हामीमा आत्मिक ___________ फलोस् (यूहन्ना १५:८; गलाती ५(१ यूहन्ना २:१; हिब्रू १२:१), हामी स्वैच्छिक र बानी परेका __________ लाई परास्त गर्छौं(१ यूहन्ना २:२९)। जोन वेस्लीले यसलाई यसरी लेखेका छन्: ""पाप रहन्छ, तर यसले शासन गर्दैन।"

६. येशूले किन आफ्नो रगत बगाउनु पर्यो? (हिब्रू ९:२२; १ पत्रुस १:१८-१९)

किनभने परमेश्वरको नियम अनुसार निर्दोषको ___________ बहाव बिना पाप _________ हुन सक्दैन।

७. येशू मानिस बन्नु किन महत्त्वपूर्ण छ? (१ तिमोथी २:५)

मानिस र परमेश्वर दुवैको रूपमा, येशू परमेश्वर र मानिसको बीचमा _____ हुनुभयो। उहाँले पवित्र परमेश्वर र पापी मानिसहरू दुवैको प्रतिनिधित्व गर्नुभयो। उहाँ दोस्रो आदम बन्नुभयो जो पापमा पतन हुनुभएन, र त्यसैले हाम्रो सट्टामा उहाँ सिद्ध र योग्य बलिदान हुनुहुन्छ।

८. हाम्रो मुक्तिमा कामहरूको कस्तो भूमिका छ? (याकूब २:१७; तीतस ३:८; एफिसी २:१०)

राम्रो कामहरू नयाँ जन्मको _________ हुन्।

९. तपाईंले मुक्ति पाउन के गर्नुपर्छ?

- तपाई पापी हुनुहुन्छ भनि ___________ र ___________ (रोमी ६:२३; प्रेरित ३:१९)
- ________ सुसमाचार हो (प्रेरित १६:३१; एफिसी २:८)
- येशूलाई प्रभुको रूपमा ________ (रोमी १०:९)

१०. हामीले केवल ख्रीष्टको सम्पन्न काममा विश्वासद्वारा मात्र मुक्ति पाएका छैनौं तर ______________द्वारा पनि राखिएका छौं (१ पत्रुस १:५)।

निश्चयताको तीन निर्माणको ईंटाहरू

त्यहाँ निश्चयताका तीन निर्माण ईंटाहरू छन् जुन हामी अब छलफल गर्न चाहन्छौं: **ख्रीष्टको सम्पन्न कार्यमा विश्वास**, पवित्र आत्माको **विश्वासयोग्य साक्षीद्वारा पक्का गरिएको,** र **ख्रीष्टियनहरूको फलदायी यात्राद्वारा** ।

निम्न पृष्ठहरूमा, हामी यी थप नजिकबाट जाँच गर्नेछौं ।

> **"आफ्नो बोलावट र छनौटलाई सुनिश्चित गर्न पूर्ण लगनशील हुनु सबैको कर्तव्य हो; यसो गरेर उसको हृदय पवित्र आत्मामा शान्ति र आनन्दमा, परमेश्वरप्रतिको प्रेम र कृतज्ञतामा, र आज्ञाकारिताको कर्तव्यहरूमा बल र प्रफुल्लतामा, निश्चयताको उचित फल हुन्छ ।"**
>
> **विश्वासको वेस्टमिन्स्टर कन्फेशन**

हामी केवल येशू ख्रीष्टको सम्पन्न कार्यमा विश्वासद्वारा निश्चयता पाउँछौं

बचाउने विश्वासको ठोस आधार भनेको हाम्रा भावनाहरूको परिवर्तनशीलता, हाम्रा अनुभवहरूको कमजोरी, वा हाम्रो आत्मिक कार्यसम्पादनको अस्थिरतामा होइन तर मुक्तिको परमेश्वरको अपरिवर्तनीय र अनन्त कार्यमा आधारित छ ।

ख्रीष्टियन जीवनमा भावनाहरू र अनुभवहरू अद्भुत छन्, तर तिनीहरू अस्थिर, विविध र अविश्वसनीय पनि छन् । झूटा धर्महरूले पनि आत्मिक अनुभवहरू दिन सक्छन्, किनकी "ज्योतीको दूत"[१३५] झूटको मालिक हो ।

धार्मिकता मुक्तिको परिणाम हो, तर महान् सन्तहरूले पनि असफलताका क्षणहरू अनुभव गरेका छन् । हाम्रो मुक्ति आफैं, हाम्रा भावनाहरू र हाम्रा अनुभवहरू भन्दा धेरै भरपर्दो कुरामा आधारित छ: सुसमाचारको सत्यतामा ।

हामीलाई भनिएको छ कि जब पाइलट बादल भएर उड्छ, उसले आफ्नो इन्द्रियहरूमा विश्वास गर्नु हुँदैन, तर आफ्नो उपकरणहरूमा । त्यसै गरी, जब विश्वासीहरू आत्मिक आँधीहरूबाट गुज्रन्छन्, हामीले आफैंमा होइन, तर परमेश्वरको वचनमा भरोसा गर्नुपर्छ ।

मेरो बुबाले मलाई एक शिकारीको बारेमा बताउनुभयो जो जंगलमा अलमल भयो । उसँग कम्पास भए तापनि उसले त्यसमा विश्वास गर्न चाहेन । दुःखको कुरा, धेरै दिनको खोजी पछि, अधिकारीहरूले उसलाई मृत फेला पारे । परमेश्वरको वचन मुक्तिको कम्पास हो जसमा हामीले भरोसा गर्नुपर्छ ।

१३५ २ कोरिन्थी ११:३

ख्रीष्टको सम्पन्न भएको काम के हो?

येशू ख्रीष्टको सम्पन्न भएको कामको अर्थ के हो? यसको मतलब म उहाँको नामबाट मात्र मुक्ति पाउनुपर्दछ,[१३६] कि येशू मेरो साटोमा मर्नुभयो, मेरो पापको दण्ड तिर्नु भयो जुन मृत्यु थियो: [१३७]

- येशू मेरो विकल्पको मानिस बन्नुभयो। मानिसले पाप गरेको हुनाले मानिसले मूल्य तिर्नुपर्ने थियो। न्यायमा मानिसको स्थान लिन र मानिसलाई परमेश्वरसँग मिलाउन येशू मानिस (ईश्वर-मानिस) बन्नुभयो।[१३८]
- येशूले पापको प्रायश्चितको रूपमा आफ्नो निष्कलङ्क रगत बगाउनुभयो।[१३९]
- येशूले हाम्रो पाप आफ्नै शरीरमा बोक्नु भयो र सिद्ध पाप बलिदान बन्नु भयो।[१४०]
- येशू आफ्नो पिताबाट अलग हुनुभयो र हाम्रा पापहरूले पाउनु पर्ने क्रोध बोक्नु भयो, ताकि हामी परमेश्वरबाट अनन्तसम्म अलग हुन नपरोस्।[१४१]
- पापको लागि येशूको मृत्युमा विश्वास गरेर, हाम्रो पापको पुरानो जीवन उहाँसँगै बितेको छ।[१४२]
- मरेकाहरूबाट येशूको पुनरुत्थानद्वारा, हामी पनि, जीवनको नयाँपनमा बौरी उठेका छौं।[१४३]
- उहाँको पुनरुत्थानद्वारा, येशूले पाप, मृत्यु र हरेक दुष्ट शक्तिलाई जित्नुभयो; र विश्वासद्वारा, यही पुनरुत्थानको शक्ति हामीमा काम गरिरहेको छ।[१४४]
- पुनरुत्थानद्वारा, पवित्र आत्माले अपराध र पापहरूमा मरेकाहरूलाई नयाँ जीवन दिनुहुन्छ।[१४५]
- हामीमा ख्रीष्ट "महिमाको आशा" हुनुहुन्छ।[१४६]
- मुक्तिको अर्थ हामी ईश्वरीय स्वभावको सहभागी बन्यौं[१४७] र हाम्रो जीवन अब ख्रीष्टसँग परमेश्वरमा लुकेको छ भन्ने हो।[१४८]

---

१३६ प्रेरित ४:१२

१३७ २ कोरिन्थी ५:२१

१३८ २ कोरिन्थी ५:२१; रोमी ५:१९

१३९ हिब्रू ९:२२

१४० १ पत्रुस २:२४; यशैया ५३:५-६

१४१ गलाती ३:१३; मत्ती २७:४६

१४२ रोमी ६:६

१४३ रोमी ६:४

१४४ एफिसी १:१९-२१

१४५ एफिसी २:५; २ कोरिन्थी ५:१७

१४६ कलस्सी १:२७

१४७ २ पत्रुस १:४

१४८ कलस्सी ३:३

सुसमाचारमा विश्वास गर्नेहरूले यस बचनमा मात्र विश्वासद्वारा मुक्ति पाएका छन्, तर परमेश्वरलाई खुसी पार्ने उनीहरूको प्रयासले होइन।[१४९] हामीलाई बचाउने विश्वास त्यो त्यही विश्वास हो जसले अन्तसम्म सुरक्षित राख्छ।[१५०]

हामी हाम्रो ख्रीष्टियन जीवनमा त्यो स्थानमा आउनै पर्छ जहाँ अनन्तकालको लागि हाम्रो सम्पूर्ण विश्वास केवल क्रुसमा येशू ख्रीष्टको सम्पन्न भएको काममा रहन्छ। असल कामहरू मुक्तिको फल हुन् तर स्रोत कहिल्यै हुँदैन, जसरी पतिले आफ्नी पत्नीप्रति गर्ने दयालु कार्यहरू तिनीहरूको वैवाहिक करारको आधारबाट होइन तर यो त त्यसको फल हो। हाम्रो ख्रीष्टियन जीवनमा, हाम्रो मानव सम्बन्धहरूमा जस्तै, हाम्रो प्रेम सिद्ध छैन, हाम्रो कामहरू अक्सर त्रुटिपूर्ण छ, र हाम्रा अनुभवहरू कहिलेकाहीं निराशाजनक छन्।

बाइबल कलेजका मेरा एकजना प्रोफेसरले आफ्ना दुई जना विद्यार्थीको बारेमा भनेको कथा म कहिल्यै बिर्सने छैन। एउटा प्यारा जोडी प्रेममा परे, अन्ततः मगनी भयो, र विवाहको लागि मिति तय भयो। विवाह आयो, समारोह सुन्दर थियो, र तिनीहरूको वाचा ईमानदार र भावनाको साथ दोहोर्याइएको थियो। केहि घण्टा पछि, यो नवविवाहित दम्पती खानाको विषाक्तताको कारण भयानक बिरामी भए (जस्तै मलाई कथा याद छ) र अस्पतालमा आफ्नो हनीमून बिताए!

"विवाह पछिका दिनहरूमा उनीहरूले भोग्नु परेको अनुभवको कारण के उनीहरूको विवाह कम भएको थियो र?" मेरो प्रोफेसरले हाम्रो कक्षालाई सोध्नु भयो। अवश्य पनि, हामीलाई जवाफ थाहा थियो। विवाह, मुक्ति जस्तै, एक अपरिवर्तनीय प्रतिज्ञा, वा करारमा आधारित छ, र ढलपल हुने भावना र अनुभवहरूमा आधारित छैन।

विश्वासको प्रकृति

यदि मुक्ति विश्वासद्वारा हो भने, यो विश्वासको प्रकृति बुझ्न महत्त्वपूर्ण छ। परमेश्वरको वचनले स्पष्ट रूपमा सिकाउँछ कि विश्वास जसले बचाउँछ त्यो जीवित विश्वास हो। विश्वास भनेको अहिले ख्रीष्टमा विश्वास गर्नु हो! जीवित विश्वासले ख्रीष्टको उद्धारको काममा आज भरोसा राख्छ। जीवित विश्वासले परमेश्वरलाई विगतमा बचाउन र वर्तमानमा हामीलाई बचाई राख्ने अनुमति दियो। जीवित विश्वासले प्रमाण देखाउनेछ। मृत विश्वास भनेको काम बिनाको विश्वास हो - त्यो विश्वास जुन भूतहरूमा पनि हुन्छ।[१५१] हामी निम्न पदहरूमा जीवित विश्वास देख्छौं:

> हाम्रा हृदय **खराब** विवेकबाट छर्कोद्वारा **चोख्याइएर र**, शुद्ध पानीले **हाम्रो शरीरलाई धोएर साँचो हृदयले विश्वासको सम्पूर्ण भरोसामा** हामी परमेश्वरको समीप जाऔं।[१५२]

> आखिर समयमा **प्रकट** हुन आँटेका मुक्तिको **निम्ति तिमीहरू** विश्वासद्वारा परमेश्वरको शक्तिबाट सुरक्षित राखिएका छौ।[१५३]

यी खण्डहरू र अन्य धेरैबाट, हामी जीवित विश्वासको बारेमा निम्न कुराहरू सिक्छौं:

---

१४९ एफिसी २:८-९

१५० १ पत्रुस १:५

१५१ याकूब २:१४-२०

१५२ हिब्रू १०:२२, जोड थपियो।

१५३ १ पत्रुस १:५, जोड थपियो।

१. जीवित विश्वास निष्कपट हुन्छ—यो "साँचो हृदयबाट" आउँछ ।

निष्कपट विश्वासीले सफा विवेक पाउँछ । उ एक पापरहित विश्वासी त होइन, तर जो "खराब अन्तस्करणमाथि छर्किएको छ ।" बन्छ[१५४]

उ एक निष्कपट विश्वासी एक नम्र विश्वासी हो । उसले अब पाप लुकाएको वा ढाकेको छैन । यदि परमेश्वरको वचनले उसलाई आत्मिक रूपमा पापको दोषी ठहराउँछ भने, उसले यसलाई स्वीकार गर्दछ र कपटमा जिउन अस्वीकार गर्दछ ।[१५५] एक निष्कपट विश्वासीले मायालु पिता जस्तै परमेश्वरको पीडादायी अनुशासन प्राप्त गर्दछ ।[१५६] यो पीडा पनि साँचो जीवनको संकेत हो ।

एक निष्कपट विश्वासीले आज्ञाकारिता अभ्यास गर्दछ ।[१५७] आफूलाई विश्वासी भन्ने तर परमेश्वरको आज्ञा निरन्तर पालन नगर्नेलाई झूटा भनिन्छ ।[१५८]

२. जीवित विश्वासले निश्चयता उत्पन्न गर्छ—"विश्वासको पूर्ण निश्चयता ।"

निश्चयता सुसमाचारको ज्ञानबाट सुरु हुन्छ[१५९] जुन निश्चयताको आधार हो । समझ र निश्चयता शैतानको शंका, डर, प्रलोभन, र आरोप लगाउने झूटहरू विरुद्धको बलियो सुरक्षा हो ।[१६०]

३. जीवित विश्वास भनेको त्यो विश्वास हो जुन परमेश्वरको शक्तिद्वारा सुरक्षित हुन्छ - "विश्वासद्वारा परमेश्वरको शक्तिद्वारा राखिएको" ।

यो *राखिएको* शब्दको अर्थ महल वा किल्लाको रक्षा गर्नु जस्तै हो । विश्वासद्वारा परमेश्वरको ईश्वरीय शक्तिले हामीलाई बचाउँछ, रक्षा गर्छ र अन्ततः हामीलाई स्वर्गमा लैजान्छ । जीवित विश्वास भएका विश्वासीहरूले येशूलाई त्यो विश्वासको "शुरू र अन्त" को रूपमा हेर्छन् ।[१६१] उहाँ नै हुनुहुन्छ जसले तिनीहरूमा मुक्तिको असल काम सुरु गर्नुभयो र यसलाई पूरा गर्नुहुनेछ ।[१६२]

धेरै, धेरै स्पष्ट हुनुहोस्: सबै यस आत्मिक यात्राको लागि अनुग्रह परमेश्वरबाट आउँछ । उहाँ "तिमीहरूलाई ठेस लाग्नबाट जोगाउन र उहाँको महिमाको सामु अति आनन्दसाथ तिमीहरूलाई निर्दोष प्रस्तुत गर्न सक्षम हुनुहुन्छ ।"[१६३] परमेश्वरलाई आफ्नो अनुग्रह खन्याउनको लागि साँचो विश्वासको माध्यम चाहिन्छ । परमेश्वरको शक्तिद्वारा, विश्वासद्वारा प्राप्त गरेर, हामीले अनुग्रह पाउँछौं जसले हाम्रो आत्मालाई अनन्त जीवनको लागि सुरक्षित राख्छ ।

---

१५४ यो पनि हेर्नुहोस् प्रेरित २३:१, प्रेरित २४:१६; २ कोरिन्थी ४:२; १ तिमोथी १:५, १९

१५५ मत्ती ६:१२

१५६ हिब्रू १२:५-११

१५७ यूहन्ना ८:३१, यूहन्ना १५:१०

१५८ १ यूहन्ना २:३-४

१५९ १ कोरिन्थी १५:३-४; कलस्सी २:२

१६० एफिसी ६:१७

१६१ हिब्रू १२:२

१६२ फिलिप्पी १:६

१६३ यहूदा १:२४

४. जीवित विश्वास भनेको त्यो विश्वास हो जुन दृढ रहन्छ । यदि बचाउनु हुन्छ भन्ने कुरा विश्वासमा निर्भर छ भने, विश्वास सधैं वर्तमान काल हो ।

येशू र प्रत्येक नयाँ नियमका लेखकले स्पष्ट रूपमा सिकाउनुभयो कि साँचो विश्वास भनेको त्यो विश्वास हो जुन दृढ रहन्छ:

> **यदि तिमीहरू आफ्ना विश्वासमा**, अचल र स्थिर भइरह्यौ र तिमीहरूले सुनेका सुसमाचारको आशाबाट **हटेनौ भने ।**[१६४]

> तर मेरो धार्मिक जनचाहिँ विश्वासद्वारा बाँच्नेछ, र **यदि ऊ पछि हट्छ भनेता,** यदि ऊ पछि हट्छ भनेता म उसँग खुशी हुनेछैनँ ।[१६५]

> **विश्वास** र स्वच्छ, विवेक **कायम राख ।** कुनै-कुनै मानिसले विवेकलाई इन्कार गरेर आफ्नो विश्वासको जहाज डुबाएका छन् ।[१६६]

बाइबलीय विश्वास एक वर्तमान कालको विश्वास हो जुन मुक्तिको एकमात्र आशाको रूपमा ख्रीष्टमा टाँसिएको हुन्छ । विशेष गरी ती क्षणहरूमा जब हामी असफल हुन्छौं, हामीले क्रुसलाई बिन्ती गर्नुपर्छ, हामीले पश्चात्ताप पनि गर्नुपर्छ । यदि टाढा जानु, पछि हट्नु वा सुसमाचारमा विश्वास छोड्नु डरलाग्दो सम्भावना थिएन भने, नयाँ नियमका लेखकहरूले हामीलाई किन यति कडा चेतावनी दिने थिए होला? हामीले आफ्नो विश्वासको जाँच गर्नुपर्छ ।

> **"किनकि यसमा हामीलाई शुद्ध बनाउन ख्रीष्टको रगतको समान योग्यता र शक्ति चाहिन्छ ।"**
>
> **एडम क्लार्क**

बचाउने विश्वासको परिणाम

येशू ख्रीष्टको सम्पन्न कार्यमा जीवित विश्वासले हामीलाई उहाँसँग एकतामा ल्याउँछ । जब हामी मुक्ति पाउँछौं, हामी ख्रीष्टसँग आत्मिक रूपमा एकताबद्ध हुन्छौं र उहाँको शरीर, वा मण्डलीको अङ्ग बन्छौं । हामीले मुक्ति पाएको क्षण, धेरै अचम्मका कुराहरू हुन्छन् ।

» विद्यार्थीहरूलाई यी बुँदाहरूसँग सम्बन्धित पदहरू पढ्न लगाउनुहोस् । यी मध्ये कुन सत्य कुरा अहिले तपाईको लागि सबैभन्दा मूल्यवान छ?

१. **हामी धर्मी बनाइएका छौं ।** येशूको छुटकाराको काममा गरेको विश्वासद्वारा, परमेश्वर पिताले अब स्वतन्त्र रूपमा हामीलाई धर्मी घोषणा गर्नुहुन्छ - हामीले कहिल्यै पाप नै गरेका छैनौं जस्तो गरि ।[१६७] बाइबलले यो पनि सिकाउँछ कि बचाउने विश्वासको क्षणमा परमेश्वरले "कामहरूबाहेक धार्मिकतालाई हालि दिनुहुन्छ ।"[१६८]

---

१६४ कलस्सी १:२३, जोड थपियो ।

१६५ हिब्रू १०:३८, जोड थपियो ।

१६६ १ तिमोथी १:१९, जोड थपियो ।

१६७ रोमी ३:२४, रोमी ५:९

१६८ रोमी ४:६

२. **हामीलाई जीवित बनाइयो** । ख्रीष्टको मृत्यु र पुनरुत्थान मार्फत, हामी आत्मिक रूपमा जीवित, वा नयाँ जन्मिएको बनाइन्छौं ।[१६९] ख्रीष्टको रगतको शुद्धीकरणद्वारा[१७०] र पवित्र आत्माको नवीकरणद्वारा,[१७१] हाम्रो पापको दोष र दाग धोइ पखालिन्छ ।

३. **हामी शुद्ध पारिएका छौं** । परमेश्वरले अब हामीलाई पवित्र भन्नुहुन्छ! अर्को शब्दमा भन्नुपर्दा, उहाँले हामीलाई आफ्नो लागि अलग गर्नुहुन्छ । अब हामी केवल उहाँको हौं ।[१७२]

४. **हामीलाई परमेश्वरसँग मिलाप गरिएको छ** । आफ्नो बलिदानद्वारा, येशूले एक पवित्र परमेश्वर र पापी मानिसलाई एकसाथ नजिक ल्याउनुभयो । अब हामी परमेश्वरका शत्रु होइनौं, तर मित्रहरू हौं ।[१७३]

५. **हामीलाई परमेश्वरको परिवारमा ग्रहण गरिएको छ** । पिता-बच्चाको सम्बन्धको सबै अधिकार र विशेषाधिकारहरू सहित परमेश्वरले हामीलाई आफ्ना छोरा छोरी बनाउनुभएको छ ।[१७४] ख्रीष्टको सम्पन्न भएको काममा विश्वासद्वारा, हामी परमेश्वरका उत्तराधिकारी र ख्रीष्टसँग संयुक्त उत्तराधिकारी बन्छौं ।

६. **हामीलाई उत्तराधिकारको प्रतिज्ञा गरिएको छ** । यो सम्पत्ति हराउने छैन र हाम्रो लागि स्वर्गमा आरक्षित गरिएको छ ।[१७५]

हामीले मुक्ति पाएको क्षणमा यो सबै अनुग्रहको बारेमा हामी सचेत हुँदैनौं; तर जब हामी हाम्रो समझमा बढ्दै जान्छौं, यी सत्यहरू हाम्रा लागि झन्-झन् धेरै मूल्यवान् हुँदै जान्छ, र जब हामी यसमा ध्यान केन्द्रित गर्छौं तब हामी यो नयाँ पहिचानप्रति अझ बढी वफादार बन्छौं ।

तब जीवित निश्चयता फलाउँछ ।

एक निश्चित व्यक्तिले एक पटक जोन वेस्लीलाई यो विश्वास साथ पत्र लेखेर मुक्ति गुम्न सक्छ जसले विश्वासीहरूलाई निराशातर्फ लैजान सक्छ । यो मानिसले वेस्लीलाई भन्यो, "यदि [यस हो] भने, तब मेरा सबै आरामलाई बिदा दिन्छु ।" यसको लागि वेस्लीको भावुक हृदयले जवाफ दियो:

> मेरो सान्त्वना, कुनै विचारको आधारमा होइन, एक विश्वासी पतन हुन वा न हुन सक्छ भन्ने कुरा, हिजो ममा गरिएको कुनै पनि कुराको सम्झनामा होइन; तर आज जे छ, ख्रीष्टमा परमेश्वरको मेरो वर्तमान ज्ञानमाको आधारमा, मलाई उहाँमा मिलाप गर्नुभएको आधारमा; म अहिले येशू ख्रीष्टको मुहारमा परमेश्वरको महिमाको ज्योति देख्दै छु, जस्तो उहाँ ज्योतिमा हुनुहुन्छ त्यस्तै ज्योतिमा हिंड्दै, र पिता र पुत्रसँग सङ्गति गर्दैछु । मेरो सान्त्वना यो छ कि अनुग्रहद्वारा म प्रभु येशू ख्रीष्टमा विश्वास गर्न सक्छु, र पवित्र आत्माले मेरो आत्मासँग गवाही दिन्छ कि म परमेश्वरको सन्तान हुँ । मलाई केवल यसमा मात्र सान्त्वना मन पर्छ, कि म येशूलाई परमेश्वरको दाहिने हातमा देख्छु, कि म व्यक्तिगत रूपमा मेरो लागि, र अरूको लागि होइन, अनन्तताले भरिएको आशा छ, कि म मेरो हृदयमा भरि परमेश्वरको प्रेम

---

१६९ एफिसी २:५; यूहन्ना ३:३

१७० १ यूहन्ना १:९

१७१ यूहन्ना ३:१-८; तीतस ३:५-६

१७२ १ कोरिन्थी ६:९-११

१७३ कलस्सी १:२१-२२; रोमी ५:१०

१७४ यूहन्ना १:१२-१३

१७५ १ पत्रुस १:४, १ पत्रुस ५:४

> बगेको महसुस गर्छु, पाप मेरो लागि क्रूसमा टाँगिएको छ। मेरो आनन्द यहि हो, मेरो विवेकको गवाही, कि सरलता र इमानदारीतामा, शारीरिक बुद्धिले होइन, तर परमेश्वरको अनुग्रहले म यस संसारमा [मेरो जीवन] बाँचिरहेको छु। यदि तपाईं सक्नुहुन्छ भने, जानुहोसर अझ ठोस आनन्द; स्वर्गको यो छेउमा थप आनन्ददायी आराम खोज्नुहोस्। यदि तपाईं यो आरामको कुनै अन्य छोटो बाटो लिनुहुन्छ भने, तपाईं भाँचिएको निगालोको लौरोमा निर्भर हुँदै हुनुहुन्छ, जसले तपाईंको वजन थाम्न नसक्ने मात्र होइन, तर तपाईंको हात भित्र पस्छ र तपाईंलाई छेंड्छ।

वेस्ली के भनिरहेका छन् कि साँचो बचाउने विश्वास अतीत होइन, तर वर्तमान हो। यो जीवित छ। बाइबलीय विश्वास भनेको दैनिक येशूलाई हेर्ने र उहाँको अनुग्रहको दैनिक अनुभव हो। के तपाईंसँग यो विश्वास छ?

हामी पवित्र आत्माको विश्वासयोग्य गवाही मार्फत हामी निश्चयता पाउँछौं

बाइबलीय निश्चयताको दोस्रो निर्माण ईंटा भनेको पवित्र आत्माको गवाही हो।

> किनभने फेरि डरमा पर्नलाई दासत्वको आत्मा तिमीहरूले पाएका छैनौ, तर तिमीहरूले धर्मपुत्र हुने आत्मा पाएका छौ। यसैले जब हामी परमेश्वरलाई "अब्बा, पिता" भनी पुकाछौं, त्योचाहिँ हामी परमेश्वरका सन्तान हौं भनी पवित्र आत्माले हाम्रो आत्मासँग गवाही दिनुभएको हो।[१७६]

हामी अब परमेश्वरका छोरा र छोरीहरू हौं भन्ने पवित्र आत्माको गवाहीद्वारा बाइबलीय निश्चयता आउँछ। यो हामीले क्षमा पाएका छौं र परमेश्वरबाट जन्मेका छौं भन्ने आन्तरिक आत्मविश्वास र आत्मिक चेतना हो।

उद्धार र छोराछोरी हुने बाइबलीय विचार एक अद्भुत सत्य हो। नयाँ नियमको समयमा दासत्व एक दुखद वास्तविकता थियो। तर हामीलाई भनिएको छ कि निर्धारित मूल्यको भुक्तानी मार्फत, दासहरू छुटकारा पाउन सकिन्छ र स्वतन्त्र मानिस बन्न सकिन्छ। दासको स्वतन्त्रता खरिद गरिसकेपछि, उद्धारकर्ताले उसलाई आफ्नै सन्तान र आफूसँग भएको सबै कुराको उत्तराधिकारीको रूपमा ग्रहण गर्न सक्थे। ग्रहणले मुक्ति प्रक्रिया पूरा गर्थ्यो।

बाइबलले भन्छ कि जब हामी अझै विश्वासमा थिएनौं तब हामी दास थियौं। हाम्रो मालिक पाप थियो। आफ्नै रगत बगाएर, ख्रीष्टले पापबाट हाम्रो छुटकाराको मूल्य चुकाउनु भयो, हामीलाई दास बनाउने शक्तिलाई तोडेर, र हामीलाई आफ्नै छोरा र छोरीहरूको रूपमा ग्रहण गर्नुभयो। विश्वासद्वारा हामी अब "परमेश्वरका उत्तराधिकारी र ख्रीष्टका सह-उत्तराधिकारी" हौं।[१७७] यहि आत्मिक लेनदेनको पुष्टिकरणलाई बाइबलले पवित्र आत्माको साक्षी वा गवाही भन्छ। यो हामी अब परमेश्वरको प्यारो सन्तान हौं भन्ने भित्री चेतना हो।[१७८] परमेश्वर अब शत्रु वा अपरिचित हुनुहुन्न, तर उहाँलाई हामी "अब्बा पिता!" भनेर चिन्छौं - जससँग हामी सबैभन्दा घनिष्ठ स्तरमा सम्बन्ध राख्छौं।[१७९]

परमेश्वरसँगको घनिष्ठ सम्बन्ध आत्मिक निर्माणको सबैभन्दा महत्त्वपूर्ण निर्माण ईंटाहरू मध्ये एक हो। के तपाईं पवित्र आत्माको यो गवाहीको आनन्द लिइरहनुभएको छ? के तपाईंले कहिल्यै परमेश्वरले तपाईंलाई उहाँको नजिकमा चाहनुहुन्छ भनि महसुस गर्नुभएको छ? के तपाईंले तपाईं र म उहाँको नजिक हुन सकौं भनेर परमेश्वरले चुकाउन चाहनुभएको मूल्य

---

१७६ रोमी ८:१५-१६; १ यूहन्ना ४:१३

१७७ रोमी ८:१७

१७८ १ यूहन्ना ४:१३

१७९ गलाती ४:६

बुझ्नुहुन्छ? के तपाईंलाई थाहा छ परमेश्वरले तपाईंलाई कति आशिष् दिन चाहनुहुन्छ र उहाँको अनुग्रह तपाईंमाथि प्रशस्त पार्न चाहनुहुन्छ?

हामी फलदायी ख्रीष्टयान जीवन मार्फत निश्चयताको प्रमाण पाउँछौं ।

बाइबलीय निश्चयताको तेस्रो अंश भनेको परमेश्वरसँगको फलदायी हिँडाइ हो । यद्यपि हामी अनुग्रहद्वारा केवल विश्वास बचाइएको र विश्वासद्वारा अनुग्रहद्वारा सुरक्षित राखिएको छ, तर बचाउने विश्वास कहिल्यै एक्लो छैन । प्रत्येक साँचो विश्वासीले आफ्नो चरित्र र जीवनमा स्पष्ट प्रमाण पहिचान गर्न सक्षम हुनेछ । साँचो विश्वासीहरूले तिनीहरूका कामहरूद्वारा तिनीहरूको विश्वास देखाउनेछन्:

> किनकि हामी **असल कामहरूका** निम्ति ख्रीष्ट येशूमा सृजना गरिएका उहाँका हातका सीप हौं, हामी तीबमोजिम हिँडौं भन्ने हेतुले परमेश्वरले पहिलेबाटै ती तयार गर्नुभएको थियो ।[१८०]

> मूर्ख हो, **कामविनाको विश्वास व्यर्थ हुन्छ** भन्ने कुराको प्रमाण चाहन्छौ?[१८१]

फलदायी ख्रीष्टियन जीवन साँचो चेलाको प्रमाण हो भनी येशूले सिकाउनुभयो ।[१८२] यदि कसैको जीवन फलद्वारा चिनिदैन भने यो आत्मिक मृत्युको संकेत हो ।

बचाउने विश्वासको फल: निश्चयताको दश व्यावहारिक जाँच

निम्न दश जाँचहरू छन्[१८३] जसद्वारा हामीले हाम्रो विश्वास साँच्चै जीवित र फलदायी छ कि छैन भनी आफैलाई जाँच्न सक्छौं ।[१८४] ख्रीष्टको सम्पन्न कार्य नै मुक्तिको जरा हो भने, यी दश प्रश्नहरूले हामीलाई मुक्तिको फल जाँच्न मद्दत गर्दछ:

१. लुकेर के म के गर्नेगर्छु?

बाँचेका व्यक्तिहरूले आमूल परिवर्तन भएको गोप्य जीवनको अनुभव गर्छन् । तपाईले इन्टरनेटमा के हेर्नुहुन्छ र कसैले नहेर्दा तपाईले के गर्नुहुन्छ भन्ने कुरामा मुक्ति परिवर्तन हुन्छ । यदि तपाईंको गोप्य जीवन आमूल रूपमा परिवर्तन भएको छैन भने, तपाईं परिवर्तन भएको व्यक्ति हुन सक्नुहुन्न । बाँचेका पुरुष वा महिलामा शुद्ध हृदय प्रति चाहना हुन्छ![१८५]

---

१८० एफिसी २:१०, जोड थपियो ।

१८१ याकूब २:२०, जोड थपियो ।

१८२ यूहन्ना १५:८

१८३ पास्टर टिम कनवेको सन्देशबाट रूपान्तरित, "के म बाँचेको छु? १० निश्चयताको जाँच - टिम कनवे । https: //www.youtube.com/ सेप्टेम्बर १८, २०२० बाट प्राप्त ।

१८४ २ कोरिन्थी १३:५

१८५ भजनसंग्रह १३९:२३-२४

२. त्यहाँ साँचो पश्चाताप छ?

मुक्तिले एउटा नम्र पश्चतापी, हृदय उत्पन्न गर्छ—ग्रहणको बेलामा मात्र होइन, तर जबजब परमेश्वरले तपाईंलाई आत्मिक रूपमा गिरेकोमा दोषी ठहराउनुहुन्छ तब तब। तीन वर्षभन्दा बढी समयदेखि चेला भइसकेका पत्रुसले प्रभुलाई इन्कार गरेपछि शोकको आँसु रोए।[१८६] जब पावलले कोरिन्थीहरूलाई गल्तीको लागि हप्काए, ईश्वरीय शोकले तिनीहरूलाई पश्चात्तापमा डोऱ्यायो—पापबाट जोसिलो फर्काई र परमेश्वरतर्फको दौडाईमा![१८७]

३. के मसँग येशूको लागि माया छ?

मुक्तिले येशूको लागि बलियो स्नेह उत्पन्न गर्दछ। येशूले भन्नुभयो कि यदि परमेश्वर तपाईंको पिता हुनुहुन्छ भने तपाईं उहाँलाई प्रेम गर्नुहुनेछ।[१८८] कोही पनि अचम्म मान्नु पर्दैन कि तिनीहरू कसैको प्रेममा छन्, विशेष गरी परमेश्वरको। प्रेम त्यो हो जसले आत्मालाई रोमाञ्चित तुल्याउँछ। बिहान उठ्ने र राती सुत्दा हामीले सोच्ने कुरा यही हो। यो त्यो हो जसले हामीलाई प्रेरित गर्छ। यो त्यो हो जसले हामीलाई त्याग गर्न इच्छुक बनाउँछ। यो त्यो हो जसको लागि हामी बाँचिरहेका छौं।

४. के म मानिसहरूलाई माया गर्छु?

प्रेरित यूहन्नाले लेख्छन् कि जसले मानिसहरूलाई धेरै व्यावहारिक तरिकामा (जस्तै हाम्रो सम्पत्ति बाँडफाँड गर्ने) र क्रुस-जस्तो प्रेमको साथ प्रेम गर्दैन त्यो परमेश्वरको होइन।[१८९]

५. के म परमेश्वरको वचनप्रति आज्ञाकारी छु?

परमेश्वरको वचनको आज्ञापालन नयाँ जन्मको स्पष्ट संकेतहरू मध्ये एक हो। हामीले उहाँको वचन पालन गर्छौं भने हामी साँचो चेला हौं भनेर येशूले भन्नुभयो।[१९०] अनि उहाँले भन्नुभयो, "मलाई 'प्रभु, प्रभु' भन्ने सबै स्वर्गको राज्यमा प्रवेश गर्नेछैनन्। स्वर्गमा हुनुहुने मेरा पिताको इच्छा पालन गर्ने मानिस मात्र परमेश्वरको राज्यमा प्रवेश गर्नेछ।"[१९१] के तपाईंको जीवनमा परमेश्वरको वचनको अधिकार छ? वा, के तपाईं यसलाई सजिलै बेवास्ता गर्नुहुन्छ?

६. मेरो मन कहाँ छ?

मुक्तिले व्यक्तिको सौँच्ने बिचारमा परिवर्तन उत्पन्न गर्छ। रोमीको पुस्तकमा, पावलले पाप पूर्ण शरीर (गैर-ख्रीष्टियनहरू) अनुसार जीवन बिताउनेहरूले पापी शरीरका कुराहरूमा आफ्नो मन राख्छन् भनी भन्छन्। यो मृत्यु हो! तर पवित्र आत्मा अनुसार जीवन जिउनेहरूले (साँचो इसाईहरूले) आफ्नो मन आत्माका कुराहरूमा राख्छन्। यो जीवन र शान्ति हो।[१९२] के तपाईले आफैंलाई परमेश्वर, धर्मशास्त्र र स्वर्गीय कुराहरूको बारेमा धेरै भन्दा धेरै सौँचिरहेको पाउनु भएको छ? आत्माले-भरिएको विचारशील जीवन एक अनुशासन हो, तर यो नयाँ स्वभावको परिणाम पनि हो।

---

१८६ लूका २२:६२

१८७ १ कोरिन्थी ७:९-११

१८८ यूहन्ना ८:४२

१८९ १ यूहन्ना ३:१०, १६-१९

१९० यूहन्ना ८:३१

१९१ मत्ती ७:२१

१९२ रोमी ८:५-६

७. के मेरा मूर्तिहरू हट्दैछन्?

अगमवक्ता इजकिएल मार्फत, परमेश्वरले पापीहरूले उहाँको वचन पालन गरून भन्नका लागि तिनीहरूमा सफा पानी छर्कने, तिनीहरूलाई तिनीहरूका सबै अशुद्धता र मूर्तिहरूबाट शुद्ध पार्ने, तिनीहरूलाई नयाँ हृदय र नयाँ आत्मा दिने, तिनीहरूको ढुङ्गाको हृदयलाई कोमल हृदयले बदल्ने, र उहाँको आत्मा तिनीहरूमा राख्ने प्रतिज्ञा गर्नुभयो।[१९३] के उहाँले तपाईंको जीवनमा यस्तो गर्नुभएको छ? के उहाँले तपाईंको जीवनमा अझै यो गरिरहनु भएको छ? तपाईंको प्रेम र स्नेहको लागि परमेश्वर डाही हुनुहुन्छ; र यदि तपाईं उहाँको सन्तान हुनुहुन्छ भने, उहाँले त्यो प्रेमको लागि प्रतिस्पर्धा गर्ने सबै चीजहरू मेटाउँदै हुनुहुन्छ।

> **"जसरी एउटा फलाँटको बिरुवा फलाँट हो, त्यसरी नै एक बालक ख्रीष्टियन एक ख्रीष्टियन नै हो। तर जसरी ब्रम्बलको झाडीलाई फलाँटको रूख भन्नु हास्यास्पद हुन्छ, त्यसरी नै ख्रीष्टियनको कुनै पनि विशेषता नभएको मानिसलाई ख्रीष्टियन भन्नु हास्यास्पद हुन्छ।"**
>
> **अज्ञात**

८. के म नयाँ सृष्टि हुँ?

के अरूले ममा परिवर्तनहरू देख्छन्? ख्रीष्टियन बन्नु भनेको आत्मिक मृत्युबाट आत्मिक जीवनमा सर्नु हो। यो थाहा नभएसम्म कोही पनि मृतकबाट बौरी उठ्दैन! परमेश्वरको अनुग्रहले तपाईंमा गरेको परिवर्तनलाई अन्य मानिसहरूले नदेखेसम्म तपाई मृतकबाट जीवित हुनुहुन्न।

९. के म ख्रीष्टमा विश्वास गर्छु?

ख्रीष्टमा पूर्ण रूपमा विश्वास गर्ने हृदय मुक्तिको बलियो प्रमाण हो। साँचो विश्वासीहरूले ख्रीष्टलाई अनन्त मुक्तिको लागि मात्र होइन तर दैनिक जीवन, जस्तै खाना र कपडाको लागि पनि विश्वास गर्छन्।[१९४] के तपाईं सुरक्षित क्षेत्रबाट बाहिर निस्कन र पानीमा येशूकहाँ हिंड्न इच्छुक हुनुहुन्छ, अरूले तपाईंलाई गलत बुझेका र गलत व्याख्या गर्दा पनि? के तपाईं उहाँलाई विश्वास गर्नुहुन्छ? तपाईंका निर्णयहरूले तपाईं कसलाई भरोसा गर्नु भनि देखाउँछ — पैसा, माशुको हात वा ख्रीष्ट।[१९५] यदि तपाईं विश्वासी हुनुहुन्छ भने, तपाईंले आफ्नो आर्थिक, आफ्नो परिवार, तपाईंको स्वास्थ्य, तपाईंको जागिर र अन्य धेरै कुराहरूको बारेमा निर्णयहरू गरिरहनुभएको छ जसलाई गैर-विश्वासीहरूले मूर्ख ठान्छन्।[१९६]

१०. के म मानिसहरूलाई नयाँ तरिकाले हेर्छु?

साँचो विश्वासीहरूले मानिसहरूलाई फरक रूपमा हेर्नेछन्। पावलले भने कि अबदेखि हामी मानिसहरूलाई शारीरिक रूपमा हेर्दैनौं - तिनीहरूको सामाजिक वा आर्थिक स्थिति अनुसार होइन - तर तिनीहरूको आत्मिक स्थिति अनुसार - मानिसहरू जसलाई परमेश्वरले माया गर्नुहुन्छ र जसको लागि ख्रीष्ट मर्नुभयो र पुनरुत्थान हुनुभयो।[१९७] जसरी हामी अब ख्रीष्टलाई केवल

---

१९३ इजकिएल ३६:२५-२७

१९४ मत्ती ६:२५

१९५ १ तिमोथी ६:१७

१९६ १ कोरिन्थी १:२७

१९७ २ कोरिन्थी ५:१४-१५

एक साधारण मानिसको रूपमा मान्दैनौं, त्यसरी नै हामी अब हाम्रा सँगी विश्वासीहरूलाई तिनीहरू को हुन् भनेर देख्छौं - जो नयाँ सृष्टिहरू परमेश्वरसँग मेलमिलाप भएकाहरू हुन् । के तपाईं मानिसरूलाई पहिले भन्दा फरक रूपमा हेर्नुहुन्छ?

एकछिन मनन गर्नुहोस्

यहाँ विचार गर्न केहि आत्मिक निर्माण सम्बन्धि प्रश्नहरू छन्:

- के तपाईं अहिले ख्रीष्टको सम्पन्न भएको काममा भरोसा गर्दै हुनुहुन्छ? के तपाईंको आशा उहाँको बलिदानमा मात्र आधारित छ?
- के तपाईंले आफैलाई परमेश्वरमा ग्रहणयोग्य बनाउनो गर्नुभएको आफ्नै प्रयास र धार्मिकता माथिको भरोसाको लागि पश्चात्ताप गर्नुपर्छ? तपाईंको आफ्नै कार्य?
- के तपाईंले आफ्ना अस्थिर भावनाहरू वा असफलताको जागरूकतालाई सुसमाचारबाट तपाईंको विश्वास खोस्न दिनुभएको छ?
- के तपाईंले तपाईं परमेश्वरको सन्तान हुनुहुन्छ भन्ने पवित्र आत्माको भित्री गवाहीको आनन्द लिनुहुन्छ?
- के तपाईं परमेश्वरसँगको आफ्नो सम्बन्धको सुअवसर र जिम्मेवारीहरूबारे अझ धेरै सिक्दै हुनुहुन्छ?
- के तपाईंले आफ्नो जीवनमा बचाउने विश्वासको फल देख्नुहुन्छ? यदि तपाईंलाई ख्रीष्टियन भएको भनि अदालतमा आरोप लगाइयो भने के तपाईलाई दोषी ठहराउन पर्याप्त प्रमाण हुनेछ?

सायद अहिले नै तपाईको लागि प्रभुको सामु झुक्ने उपयुक्त समय हुनेछ । यदि तपाईंमा विश्वासको कमी छ भने, विश्वास गर्नुहोस् र सुसमाचार ग्रहण गर्नुहोस् । ख्रीष्टमा पूर्ण रूपमा भरोसा गर्न मद्दतको लागि प्रभुलाई प्रार्थना गर्नुहोस् । यदि तपाईं अविश्वास र पापको बारेमा सचेत हुनुभएको छ भने, पश्चात्ताप गर्नुहोस् र प्रभुसँग अनुग्रह र कृपा माग्नुहोस् । परमेश्वरले घमण्डीहरूको विरोध गर्नुहुन्छ तर नम्रहरूलाई अनुग्रह दिनुहुन्छ ।[१९८]

१९८ याकूब ४:६

पाठ ३ को गर्नुपर्ने कार्य

१. यो हप्ता निश्चयताको जाँचको समीक्षा गर्नुहोस् र अर्को कक्षा शुरू हुन अघि कम्तिमा तीन ख्रीष्टियन हुँ भनि भन्नेहरूलाई यो जाँच दिनुहोस्। अर्को हप्ताको कक्षामा परीक्षाको नतिजाको बारेमा कुरा गर्न तयार हुनुहोस्।

२. यस पाठको सामग्रीमा आधारित परीक्षा गर्नुहोस्।

३. पवित्र आत्मालाई अन्तर्दृष्टि दिनुहोस् भन्नका लागि, धर्मशास्त्रका पदहरू सहित यस पाठको समीक्षा गर्न यो हप्ता कम्तिमा तीस मिनेट समय दिनुहोस्।

४. तपाईको जीवनमा गर्नु पर्ने कुनै पनि विशेष परिवर्तनहरू तपाईको नोट कापीमा रेकर्ड गर्नुहोस्, जसरी प्रभुले तपाईलाई प्रकट गर्नुहुन्छ।

५. तपाईंको दैनिक उपासनाको समयमा कम्तिमा एउटा भजनसंग्रह मनन गर्नुहोस्, र भजनरचयिताले परमेश्वरको स्वभाव र चरित्रको बारेमा के भन्दैछ सो तपाईंको दैनिकी नोटमा रेकर्ड गर्नुहोस्।

६. यस पाठमा आधारित आत्मिक रूपान्तरण र वृद्धिको लागि आफ्नो नोट कापीमा व्यक्तिगत प्रार्थना रेकर्ड गर्नुहोस्।

७. तपाईंको दैनिक व्यक्तिग प्रार्थनामा डा. ब्राउनको *दैनिक प्रार्थना गाइड* प्रयोग गरेर अभ्यास गर्नुहोस्।

पाठ ३ को जाँच

१. निश्चयताको जाँच पुन: गर्नुहोस् ।

२. यस पाठमा निश्चयता निर्माणका तीनवटा ईंटाहरू के के हुन्?

३. बचाउने विश्वासका छ वटा परिणामहरू के हुन्?

४. साँचो मुक्तिका केही फलहरूको नाम दिनुहोस् ।

पाठ ४

परमेश्वरको ज्ञानद्वारा हुने आत्मिक निर्माण

पाठ ३ समीक्षा

कक्षाको अगुवालाई नोट: पाठ ३ का मुख्य बुँदाहरू छलफल गर्नुहोस्। विद्यार्थीहरूमा पाठ ३ बाट आफ्नो व्यक्तिगत प्रार्थना साझा गर्न इच्छुक को छन् सोध्नुहोस्। साथै पाठ २ मा छलफल गरिएको आत्मिक निर्माणको यात्राका तीनवटा पक्षहरू छलफल गर्नुहोस्?

पाठका उद्देश्यहरू

१. परमेश्वर को हुनुहुन्छ भनेर पत्ता लगाउन कहाँ हेर्ने भनेर जान्नुहोस्।

२. परमेश्वरले आफूलाई प्रकट गर्ने तीनवटा महत्त्वपूर्ण तरिकाहरू बुझ्नुहोस्।

३. आत्मिक निर्माणको लागि परमेश्वरलाई जान्नु कत्तिको महत्त्वपूर्ण छ भनेर बुझ्नुहोस्।

४. परमेश्वरका केही प्रमुख गुणहरू व्यक्त गर्न सक्षम हुनुहोस्।

५. बुझ्नुहोस् कि कसरी येशूले पूर्ण रूपमा परमेश्वरको स्वरूप प्रकट गर्नुहुन्छ।

जीवनका तस्बिरहरू

बगैंचामा मानिसले पाप गरेदेखि नै, उसलाई परमेश्वरको बारेमा सबैभन्दा खराब विश्वास गर्ने परीक्षा भएको छ। तर हामीले भरोसा नै नगर्ने परमेश्वरलाई प्रेम गर्न वा अनुकरण गर्न हामी कहिल्यै बाध्य हुन सक्दैनौं। केही निष्कपट विश्वासीहरूलाई ख्रीष्ट जस्तै हुनको लागि गाह्रो हुन्छ किनभने तिनीहरूले येशूमा अरूले देख्ने सुन्दरता देख्दैनन्।

विपद्का पीडितहरू

जब प्राकृतिक प्रकोप, आतंकका कार्यहरू वा व्यापक रोगले राष्ट्रलाई प्रहार गर्छ, केही आध्यात्मिक अगुवाहरूले दाबी गर्छन् कि यी परमेश्वरको क्रोध र न्याय खनिएका हुन् । धेरै ख्रीष्टियनहरू परमेश्वरको यस दृष्टिकोणसँग संघर्ष गर्छन्, विशेष गरी धेरै विश्वासीहरूले अविश्वासीहरूसँगै दुःख भोग्छन् ।

बाइबल स्कूल विद्यार्थीहरू

धेरै बाइबल स्कूलका विद्यार्थीहरूले सानो समूहको चेलापनको लागि आफ्नो कलेज अध्यक्षसँग साप्ताहिक भेटे । यी मध्ये एक साँझमा, तिनीहरूका अध्यक्ष र गुरुले विद्यार्थीहरूलाई यो प्रश्न सोधे: "यदि येशू अहिले त्यो ढोकाबाट भित्र आउनु भयो र सीधै तपाईलाई हेर्नुभयो भने, तब उहाँको अनुहारको भाव कस्तो हुनेछ जस्तो तपाईंलाई लाग्छ?" यो प्रश्न सुनेर विद्यार्थीहरू अचम्ममा परे तर यसले उनीहरूलाई सोच्न बाध्य बनायो । तिनीहरूमध्ये एक जोडीले येशूले तिनीहरूलाई निराश देख्नुहुनेछ भने । उहाँको भावले यसो भन्थ्यो, "तिमी अझ राम्रो गर्न सक्छौ ।" कम्तिमा एक विद्यार्थीले येशू क्रोधित देखिनुहुनेछ भनी विश्वास गरे । एक युवती रुन थालिन् र यति भावुक भइन् कि उनले जवाफ दिन सकिनन् । केवल एक विद्यार्थीले विश्वास गरे कि यदि येशू ढोकाबाट आउनु भयो भने उहाँ मुस्कुराउनुहुन्छ!

एक जवान पत्नी र आमा

नयाँ ख्रीष्टियन ट्रिशालाई सिकाउँदै र सल्लाह दिँदै एक बलियो र पूर्ण ख्रीष्टियन जीवन बनाउन कोसिस गर्दै हुनुहुन्थ्यो जुन सजिलो हुने थिएन । उनी एक अपमानजनक, टुटेको घरमा हुर्केकी थिइन् र जहाँ धेरै कम पछ्याउन लायकका उदाहारणहरू थिए । उनको किशोरावस्थाको अन्त्यमा, उनी ईसाई धर्म प्रचार गर्ने समूहको सम्पर्कमा आएकी थिइन् जसले उनलाई परिवार जस्तो महसुस गराए तर जसले उनलाई ईसाई धर्मको अत्यन्तै विकृत, अनुग्रहहीन रूपले उनको मस्तिष्क भरिदिए ।

यस्तो प्रभावमा ट्रिशालाई आफू कहिल्यै बनिन सक्छु जस्तो कहिल्यै लागेन । मुक्तिको आनन्द अनुभव गर्नुको सट्टा, उनी निरन्तर शंका, निराशा र लाजसँग निरन्तर लडि रहिन् । उनी आत्मिक रूपमा धेरै अलमलमा परिन् । उनलाई आफ्नो चर्चको गैर-आवश्यक सिद्धान्तहरूबाट बाइबलका आवश्यक सिद्धान्तहरूलाई कसरी अलग गर्ने थाहा थिएन । जब उनले दबाब सहन सकिनन्, ट्रिशाले त्यो चर्च छोडेर मैले पास्टर गरिरहेको चर्चमा आउन थालिन् । एक आइतवार धेरै थकित र निराश स्वरमा, उनी उभिइन् र गवाही दिइन्, आफ्नो गवाहीलाई यो धेरै दुखद तर खुलासा गर्ने भनाईको साथ यसरी समाप्त गरिन: "म केवल मुक्तिमा रहिरहन सक्दो प्रयास गरिरहेकी छु!" ट्रिशाको लागि परमेश्वर धेरै माग गर्ने परमेश्वर हुनुहुन्छ; उहाँको सेवा गर्नु एक बोझ हो, र उहाँलाई खुशी पार्न असम्भव छ ।

जब मैले ट्रिशालाई सुसमाचारको सत्यता र परमेश्वरको अनुग्रहको सिद्धान्तमा सिकाउने प्रयास गरें, उनले मलाई शङ्काको नजरले हेरिन् । मलाई लाग्छ कि उनको पहिलो चर्च परिवारले उनलाई चेतावनी दिएको सांसारिक पास्टरहरू मध्ये म एक हुँ कि भनेर उनले सोचिन् । सायद मैले उनलाई ख्रीष्टियन जीवनको सस्तो संस्करण प्रदान गरिरहेको थिएँ । सायद ख्रीष्टियन हुनु भनेको साँच्चै गाह्रो हुने थियो होला, र मैले चाहिँ यसलाई सजिलो बनाउन खोज्दै थिएँ!

पीडामा भएको एक विश्वासी

एसियाको एउटा सानो गाउँमा मैले भेटेकी एउटी गरिब किसानकी श्रीमतीलाई अचानक शरीरभरि रहस्यमय घाउले सताइयो। उनले हप्तासम्म अकल्पनीय पीडा सहेकी थिइन्। उनको डाक्टरले दिएको कुनै पनि उपचार प्रभावकारी भएको थिएन। एक दिन, एक समृद्धि प्रचारकले उनको गाउँ नजिकै जागृती सम्मेलन आयोजना गर्‍यो, र उनको परिवारले उनलाई भेट्न लगे। उसले भन्दै थियो कि रोग र पीडा पापको परिणाम हो, यो सधैं नै शारीरिक रूपमा निको पार्ने ईश्वरको इच्छा छ। उसले शारीरिक उपचारलाई हरेक विश्वासीले दाबी गर्न सक्ने आशिष्को र अझ तिनीहरूको हक अधिकारको रूपमा पनि रूपमा प्रचार गर्‍यो! उसले प्रचार गर्‍यो कि जोसँग पर्याप्त विश्वास छ, र भेटी दिन्छ, उ तुरुन्त निको हुनेछ। निराशाको कारण, यस गरिब महिलाले आफूले सक्ने सबै दिईन् र उपचारको लागि ईमानदारीपूर्वक विश्वास गरे र उत्कट प्रार्थना गरिन्। उनी निको भईनन्। किन? उनलाई थाहा थिएन। सायद उनी परमेश्वरको नजरमा योग्य थिईनन्। उनको विश्वासमा चोट लागेको थियो। उनलाई परमेश्वरले त्यागेएको महसुस गरिन्।

एक वृद्ध ईसाई

म एक वृद्ध ख्रीष्टियनलाई चिन्छु जो परमेश्वरको बारेमा विचारहरूले यातना पाएकी थिईन्। उनलाई लाग्थ्यो कि उनीसँग भएका नराम्रा कुराहरू परमेश्वरका सबै भित्री आवाजहरू पालन गर्न असफल हुनु परमेश्वरको सजायको परिणाम हो। एक पटक उनलाई परमेश्वरले एक निश्चित जागृती कार्यक्रममा जान भन्नुभएको जस्तो महसुस गरिन्; तर उनी र उनको श्रीमान् ठीक नभएको कारणले उनीहरूले नजाने निर्णय गरे। केही दिनपछि जब लडेर उनको पाखुरा भाँचियो तब यो "अनाज्ञाकारिता" को लागि परमेश्वरको सजाय हो भनेर तिनी पक्का भइन्। यो प्रीय महिला ठूलो चिन्ता संग बाँचि रहेकी छिन्।

एशियामा एकजना किसान

मलाई भर्खरै फिलिपिन्सका एक ख्रीष्टियन किसानको बारेमा भनिएको थियो जसले आफ्नो रिस र भ्रमको बारेमा आफ्नो चर्च परिवारमा स्वीकार गरे। "म त्यो बुझ्दिनँ!" उ चिच्यायो। "किन मेरो प्याजको बाली बिरामी र कम छ, जबकि मेरो गैर-ख्रीष्टियन छिमेकीहरूको स्वस्थ र प्रशस्त छन्? परमेश्वर अन्यायी देखिन्छ! म एक ख्रीष्टियन भएकोले के परमेश्वरले मेरो छिमेकीको प्याज भन्दा मेरो प्याजलाई धेरै समृद्ध बनाउनु पर्ने होइन र?"

मेक्सिकोमा किशोरहरूको समूह

मेक्सिकोमा किशोरहरूको समूहलाई चर्च जग्गामा खेल खेल्न निषेध गरिएको छ। "यो पवित्र भूमि हो!" उनीहरूलाई समय-समयमा लेक्चर दिइन्छ, "र यदि तिमीहरू खेल खेल्नै पर्छ भने, तिमीहरूले यो परमेश्वरको घरबाट टाढा गर्नु पर्छ!" यस मण्डलीका अगुवाहरू र किशोरकिशोरीहरू पनि आत्मिकताबारे अलमलमा छन्। यस स्थानीय चर्चमा हुर्केका धेरै किशोरहरू परमेश्वरबाट टाढा भइरहेका छन्।

» यी कथाहरूका व्यक्तिहरूले परमेश्वरको बारेमा के विश्वास गर्छन् जस्तो देखिन्छ? परमेश्वरप्रतिको तिनीहरूको दृष्टिकोणले तिनीहरूको जीवनलाई कस्तो आकार दिइरहेको छ?

हामीले परमेश्वरको बारेमा के विश्वास गर्छौं त्यो महत्त्वपूर्ण छ

निस्सन्देह, हाम्रो आत्मिक निर्माणमा सबैभन्दा ठूलो प्रभाव भनेको परमेश्वरप्रतिको हाम्रो दृष्टिकोण हो । परमेश्वरप्रतिको तपाईंको दृष्टिकोणले अहिले तपाईंको जीवनमा ठूलो प्रभाव पारिरहेको छ । यसले तपाईंको आफ्नै दृष्टिकोणलाई असर गर्छ । यसले अरूसँगको तपाईंको सम्बन्धलाई असर गर्छ । यसले परमेश्वरसँगको तपाईंको सम्बन्धलाई असर गर्छ । ए.डब्ल्यु. टोजर बाट यी शब्दहरू ध्यानपूर्वक पढ्नुहोस्:

> परमेश्वरको कम वा अयोग्य धारणा बाहेक अरू कुनै कुराले आत्मालाई भट्काउने र विकृत पार्दैन । फरिसीहरू जस्ता केही सम्प्रदायहरू, जबकि तिनीहरूले परमेश्वर कठोर र रूखो हुनुहुन्छ भनी ठान्छन्, तिनीहरूले बाहिरी नैतिकताको एकदम उच्च स्तर कायम राख्न सफल भए; तर तिनीहरूको धार्मिकता बाहिरी मात्र थियो… फरिसीको परमेश्वरसँग जीउन सजिलो हुने परमेश्वर थिएन, त्यसैले उसको धर्म कठोर र कडा र प्रेमविहीन भयो…
>
> परमेश्वरसँग बस्न सजिलो हुन्छ भनेर हामीले जानेको भने कत्ति राम्रो हुन्थ्यो । उहाँ हाम्रो बनोटलाई चिन्नुहुन्छ र हामी धूलो हौं भनि जान्नुहुन्छ । उहाँले हामीलाई कहिलेकाहीँ ताडना दिन सक्नुहुन्छ, यो सत्य हो, तर पनि उहाँले यो मुस्कानको साथ गर्नुहुन्छ - एक पिताको रूपमा, जो एक अपूर्ण तर आशालाग्दो छोरालाई देखेर कोमल मुस्कान भरिनुहुन्छ, जुन छोरा दिनहुँ अझ बढि आफ्नो पिताको छोरा जस्तै बनिनको लागि उहाँमा आउँछ ।[१९९]

हामीले परमेश्वरको बारेमा के विश्वास गर्छौं त्यो महत्त्वपूर्ण छ ।

- अय्यूबका साथीहरूले सोचेका थिए कि परमेश्वरले सधैं धर्मीहरूको उन्नति गर्नुहुन्छ र दोषीहरूलाई दण्ड दिनुहुन्छ, त्यसैले तिनीहरूले आफ्नो पीडादायी साथीलाई दुष्टको रूपमा न्याय र निन्दा गरे ।[२००]
- राजा शाऊलले सोचे कि परमेश्वर आज्ञाकारी भन्दा बलिदानले बढी प्रभावित हुनुहुन्छ, त्यसैले उनले आफ्नो राज्य गुमाए ।[२०१]
- राजा दाऊदले परमेश्वरका आज्ञाहरू केवल सुझावहरू हुन् भन्ने सम्झे, त्यसैले उज्जालाई मार्नभएकोमा उनी परमेश्वरसँग क्रोधित भए ।[२०२]
- फरिसीहरूले सोचे कि परमेश्वरको अगाडि पवित्रता गर्ने तरिका भनेको थप *गर्नु हो*, त्यसैले तिनीहरू अझ *थप* रूढिवादी बने र *थप* बलिदानपूर्ण बने, तर पनि *थप* आत्मिक रूपमा घमण्डी र थिचोमिचो गर्ने बने ।[२०३]
- येशूको समयका औसत मानिसहरूले व्यक्तिगत वा पारिवारिक पापको लागि विपत्ति र रोग सधैं परमेश्वरको श्राप हो भनेर विश्वास गर्थे, त्यसैले तिनीहरूले पीडितहरूलाई जन्म दोष र भत्किएको धरहराहरूलाई दोष दिए ।[२०४]

---

१९९ ए.डब्ल्यू. टोजर, "परमेश्वर सबै प्राणीहरूमा सबैभन्दा विनम्र हुनुहुन्छ" *दिन प्रति दिन नवीकरण (खण्ड १)* । https: //dailytozer.wordpress.com/२०१२/०९/०१/god-is-the-most-winsome-of-all-beings September १२, २०२० बाट प्राप्त गरिएको ।

२०० अय्युब २२:४-५ र अय्युब ३६:११-१२

२०१ १ शमूएल १५:१५, २२-२३

२०२ १ इतिहास १३:७-११

२०३ मत्ती २३

२०४ यूहन्ना ९:३; लूका १३:२, ५

- चेलाहरूले पनि विश्वास गरे कि येशू सांप्रदायिक हुनुहुन्थ्यो, त्यसैले तिनीहरूले ईश्वरीय काम गर्नेहरूलाई निन्दा गरे जो तिनीहरूको टोलीको भाग थिएनन्।[२०५]

हामीले परमेश्वरको बारेमा के विश्वास गर्छौं त्यसले साँच्चै फरक पार्छ!

ठूलो विचार

यो हामीले यस पाठमा जवाफ दिन मद्दत गर्ने प्रश्न हो: हामी कसरी परमेश्वरप्रति स्वस्थ दृष्टिकोण विकास गर्न सुरु गर्छौं? हामीले परमेश्वरलाई अझ स्पष्ट रूपमा सुन्नका लागि कानहरू र उहाँलाई अझ स्पष्ट रूपमा देख्ने आँखाहरू कसरी विकास गर्ने?

परमेश्वर सधैं उस्तै हुनुहुन्छ, तर हाम्रो आँखा बादलले छोपिएको छ: परम्पराको बादल, गलत धारणाको बादल, पापको बादल, घमण्डको बादल, र कहिलेकाहीँ आध्यात्मिक दुर्व्यवहारको बादल। हामीले हाम्रो परिवार, हाम्रो चर्च, र हाम्रो वरपरको संस्कृतिबाट प्राप्त जानकारी मार्फत परमेश्वरको विषयमा हाम्रो सोँचाई विकास गरेका छौं। हामीले सिकेका सबै त होइनन्, अवश्य पनि, तर त्यसमध्ये केही गलत छन्। त्यसैले, हरेक जीवनमा, परमेश्वरको स्वरूप कुनै न कुनै रूपमा लुकेको छ। हाम्रो आत्माको शत्रुले यो देखेको छ। आत्मिक निर्माणले परमेश्वरको वास्तविक अनुहार लूकाउने सबै कुरा हटाउन मद्दत गर्न सक्छ।

जब म सानो केटा थिएँ, मेरो परिवार केही समयको लागि वाशिंगटनको सुन्दर राज्यमा बस्थे। ती दिनहरूको मेरो मनपर्ने सम्झनाहरू मध्ये एउटा हामीले रेनियर पहाड भ्रमण गर्दा थियो जुन अति भव्य ४,३९२ मिटर अग्लो थयो, जसको चुचुरो, स्पष्ट दिनमा, सम्भवतः सय माइल सम्म देख्न सकिन्छ!

एक दिन जब मेरो बुबाले हाम्रो परिवारलाई रेनियर पहाडको फेदको माध्यमबाट गाडीमा जाँदै थियौं, हामी निराश भयौं कि हामीले दिनभर चुचुरो देख्न सकेनौं किनभने यो बादलले छोपिएको थियो। मलाई याद छ, मैले हाम्रो खैरो रङ्गको स्टेशन वैगन गाडीको पछाडिको सिटमा रहेको झ्यालबाट बाहिर हेरिरहेको थिएँ, त्यसको एक झलकको आशामा, जब अचानक, बादल हट्यो, र त्यो देखियो! यो अकल्पनीय महिमा थियो! हामीभन्दा दुई किलोमिटर माथि निलो आकाशमा टाँसिएको त्यो हिमाल चुचुरोको रमणीय दृश्यलाई वर्णन गर्ने शब्द आजसम्म पाउन सकिनँ।

यो एक विश्वासीको जीवनमा एक अद्भुत दिन हुन्छ जब बादलहरू गायब हुन्छन् र उसले परमेश्वरलाई देख्छ - परमेश्वरले येशूमा सबैभन्दा उत्तम र सुन्दर रूपमा प्रकट गर्नुभएको देख्छ!

यस पाठमा, हामी सिक्नेछौं कि परमेश्वरको बारेमा स्पष्ट, स्वस्थ दृष्टिकोण धेरै तरिकामा बन्छ:

१. **परमेश्वर आफैंले आफ्नो प्रकाश गर्नुभएको कुराहरूमा**, विशेष गरी उहाँको रचनात्मक कार्यहरूमा र धर्मशास्त्रहरूमा मनन गर्दै। हाम्रो दिमागलाई परमेश्वरको गलत दृश्यहरू बाट खाली गर्ने प्रयास व्यर्थ छ जबसम्म हामीले हाम्रो दिमागलाई निरन्तर रूपमा सत्यले भर्दैनौं। यो सत्यको ताजा हावा हो जसले बादललाई टाढा धकेल्छ।

२. **येशूलाई हेरेर**, जो मानिसको लागि परमेश्वरको पूर्ण प्रकाश हुनुहुन्छ। हामी आफैलाई येशूको व्यक्तित्व, शिक्षा र छुटकाराको काममा परमेश्वरलाई हेर्नको लागि तालिम दिनेछौं। हामी सिक्नेछौं कि येशूको अनुहारमा परमेश्वरलाई हेर्नु परमेश्वरको राम्रोसँग बनाइएको दृष्टिकोणको लागि महत्त्वपूर्ण छ।

---

२०५ मर्कूश ९:३८

३. **परमेश्वरलाई व्यक्तिगत रूपमा अनुभव गरेर**। हामी जान्नेछौं कि परमेश्वरले प्रायः उहाँसँगै हिँड्‌दा उहाँको सुन्दरता झन्‌धेरै प्रकट गर्नुहुन्छ। सम्पूर्ण इतिहासको माध्यमबाट परमेश्वरले सम्बन्धको सन्दर्भमा आफ्नो बारेमा सत्य प्रकट गर्न रोज्नुभएको छ।

तब, हामी दैनिक हरेक विचारलाई बन्दी बनाउन र उहाँले आफ्नो बारेमा प्रकट गर्नुभएको सत्यलाई आज्ञाकारी बनाउन सिक्नेछौं।

परमेश्वर स्वयंको प्रकटीकरण

त्यहाँ धेरै तरिकाहरू छन् जसमा परमेश्वरले मानिसकहाँ आफूलाई प्रकट गर्नुहुन्छ। उहाँले हरेक दिन आफूले सृष्टि गरेको र कायम राखेको संसारको सुन्दरता र आश्चर्यमा आफूलाई प्रकट गर्नुहुन्छ। स्वर्गले उहाँको महिमा र उहाँको हातको कामको घोषणा गर्दछ।[२०६] पृथ्वीका मनमोहक जीवजन्तुहरू, यसका भव्य पहाडहरू र बग्ने मुहानहरू, यसका टुक्रा-टुक्रा समुद्रहरू र प्रशस्त वनस्पतिहरू, यसको जटिल डिजाइन र मनमोहक रहस्यहरू सबैले उहाँको बुद्धि, उहाँको शक्ति, र उहाँको ईश्वरीय[२०७] स्वभावको बारेमा केही बोल्छन्।[२०८] येशूको आफ्नै मन आफूले बनाएको संसारमा कौतुहल थियो, र उहाँले आफ्नो शिक्षामा लगातार यसलाई उल्लेख गर्नुभयो।[२०९] तर यस पाठमा हामी मुख्यतया परमेश्वरको थप सिद्ध प्रकाशमा ध्यान केन्द्रित गर्नेछौं।

परमेश्वरले उहाँको गुणहरूद्वारा धर्मशास्त्रमा आफूलाई प्रकट गर्नुहुन्छ

परमेश्वरले आफूलाई वर्णन गर्न रोज्नुभएका तरिकाहरू अध्ययन गर्नु हाम्रो लागि महत्त्वपूर्ण छ। निम्न खण्डलाई उदाहरणको रूपमा लिनुहोस्:

> त्यसपछि परमप्रभु तिनको सामुन्नेबाट गएर यसो भनी घोषणा गर्नुभयो, "परमप्रभु, परमप्रभु टिठ्याउनमा भरिपूर्ण र दयालु परमेश्वर, जो क्रोध गर्नमा ढिलो, र प्रेम र विश्वस्ततामा प्रशस्त हुनुहुन्छ।"[२१०]

यो खण्ड सबै धर्मशास्त्रमा परमेश्वरका महिमित गुणहरूको झलक पाउनको लागि उत्तम ठाउँहरू मध्ये एक हो। यस खण्डमा, मोशा, परमेश्वरको मित्रले,[२११] परमेश्वरको महिमा हेर्न मागे! यो एक साहसी माग हो। परमेश्वरले जवाफ दिनुभयो,

> म तेरै सामुन्ने मेरो सारा श्रेष्ठता देखाउनेछु, र तेरै सामुन्ने 'परमप्रभु' नाउँको घोषणा गर्नेछु.... मेरो महिमा त्यहाँबाट भएर जाँदा तँलाई म त्यस चट्टानको धाँदोमा राख्नेछु, र म त्यहाँबाट भएर नजाउञ्जेल तँलाई मेरै हातले छोपिराख्नेछु।[२१२]

---

२०६ भजनसंग्रह १९:१

२०७ भजनसंग्रह १०४:२४। यो सम्पूर्ण अध्याय परमेश्वरको सृष्टिकर्ता र उहाँको संसारको पालनहारको रूपमा सुन्दर चित्रण हो।

२०८ रोमी १:२०

२०९ मत्ती ६:२६-२९ उदाहरणको रूपमा

२१० प्रस्थान ३४:६

२११ प्रस्थान ३३:११

२१२ प्रस्थान ३३:१९, २२

यद्यपि मोशालाई परमेश्वरको पीठको झलक मात्र दिइएको थियो, र उहाँको पूर्ण महिमा - उहाँको अनुहार - त्यो दिन थिएन,[२१३] तैपनि परमेश्वरको प्रकाश यति पवित्र र सुन्दर र मनमोहक थियो कि यसले मोशालाई "पृथ्वीतिर शिर निहुराएर आराधना गर्न" बाध्य तुल्यायो। मोशालाई भाग्न लगाउनुको सट्टा, परमेश्वरको यो दर्शनले मोशालाई उहाँका जनहरूसँगै जान, "हाम्रो अधर्म र पाप क्षमा" गर्न र "हामीलाई तपाईंको उत्तराधिकारको रूपमा लिनुहोस्" भनी बिन्ती गर्न लगायो।[२१४] मोशा यस परमेश्वरसँग सम्बन्ध *राख्न* चाहन्थे!

» सीनै पर्वतमा मोशालाई प्रकट गरिएका परमेश्वरका निम्न गुणहरूमा प्रार्थनापूर्वक प्रतिबिम्बित गर्दा, आफैलाई प्रश्न सोध्नुहोस्: के मोशाले देखेको परमेश्वर नै मेरो दिमाग र हृदयमा मैले चिनेको परमेश्वर हुनुहुन्छ?

१. परमप्रभु - *यहोवा*

मोशाले परमेश्वर "परमप्रभु, परमप्रभु परमेश्वर" हुनुहुन्छ भनी सिके। जब परमप्रभु शब्दलाई क्यापिटलमा लेखिएको छ, यसले इस्राएलका परमेश्वरको व्यक्तिगत नामलाई संकेत गर्छ। *यहोवा। यहोवा* नै त्यो परमेश्वर हुनुहुन्छ जसले आफ्नो उत्तराधिकारलाई प्रेम गर्नुहुन्छ, जुटाउनु हुन्छ, रक्षा गर्नुहुन्छ र अनुशासित गर्नुहुन्छ।

२. दयालु वा कृपालु

यहोवा दयालु परमेश्वर हुनुहुन्छ, यसको मतलब उहाँ साँच्चै मानिसहरूको ख्याल गर्नुहुन्छ र तिनीहरूप्रति चासो र दयाको कोमल स्वभाव राख्नुहुन्छ।

३. अनुग्रही

यहोवा आफूलाई "दयालु" भन्नुहुन्छ, जसको अर्थ हो कि उहाँले मानिसहरूको लागि कामहरू गर्नुहुन्छ जसको तिनीहरू योग्यका छैनन् र मानिसहरूलाई साँच्चै दयालु अनुग्रह दिन अपेक्षा सहित अझ धेरै गर्नुहुन्छ।

४. रिसाउनमा ढिलो

यहोवा आफूलाई "क्रोध गर्नमा ढिलो" भनेर वर्णन गर्नुभयो, यसको मतलब उहाँ मानिसहरूको सन्तोषजनक भन्दा न्यून व्यवहार र असफलताहरू र तिनीहरूको नैतिक असफलताहरू प्रति धैर्यवान हुनुहुन्छ। *यहोवा* दोस्रो मौकाको परमेश्वर हुनुहुन्छ!

५. प्रेम

यहोवाले आफूलाई प्रेममा महान भएको घोषणा गर्नुभयो। हिब्रू शब्द *हेसेद* परमेश्वरको सन्दर्भमा बाइबलमा १७५ पटक प्रयोग गरिएको छ। यसले उहाँको अयोग्य, अटल प्रेम र दयाको कुरा गर्छ। यो त्यो शब्द हो जसले दयालु, अमर, मायालु भक्तिको एक सदस्यको करारको सम्बन्धको अर्को सदस्यको बारेमा बोल्छ। जतिसुकै अस्थिर मानिसहरू परमेश्वरसँगको सम्बन्धमा भए तापनि उहाँलाई हरेक परिस्थितिमा र सधैं उहाँका प्रतिज्ञाहरूमा पूर्ण रूपमा वफादार हुनको लागि भरोसा गर्न सकिन्छ!

---

२१३ प्रस्थान ३३:२३

२१४ प्रस्थान ३४:९

६. सत्य

यहोवाले आफूलाई "सत्यमा प्रशस्त" भनी वर्णन गर्नुभयो, जसको अर्थ हो कि उहाँले जे भन्नुहुन्छ त्यो सही, भरपर्दो छ, र जीवन र मृत्युका विषयहरू, वा साँच्चै अनन्त जीवन र मृत्युका विषयहरूको हदसम्म पनि भरोसा गर्न सकिन्छ।[२१५]

» परमेश्वरका यी गुणहरूमा ध्यान दिनको लागि केही समय निकाल्नुहोस् र आफैलाई सोध्नुहोस् कि के यो तपाईंको मनमा रहेको परमेश्वर जस्तो देखिन्छ। के तपाईंलाई परमेश्वर मोशालाई जत्तिकै उदेकको लाग्छ?

येशू, परमेश्वर स्वयंको पूर्ण प्रकाश हुनुहुन्छ

येशू परमेश्वरको महिमा हुनुहुन्छ

» ध्यान साथ यूहन्ना १:१४-१८ पढ्नुहोस्।

यस पाठमा, यूहन्नाले हामीलाई बताउँदैछन् कि परमेश्वरको महिमा मोशाले हेर्न सकेनन्, र हेर्नको लागि अनुमति थिएन, हामीले येशूको प्रकाशमा देख्यौं:

> र वचन [जो "परमेश्वरसँग हुनुहुन्थ्यो" र जो "परमेश्वर हुनुहुन्थ्यो"[२१६]] देहधारी हुनुभयो र हामी माझ वास गर्नुभयो, र हामीले उहाँको महिमा देख्यौं... हामीले उहाँको महिमा देख्यौं.... परमेश्वरलाई कसैले कहिल्यै देखेको छैन। पिताको साथमा हुनुहुने एक मात्र पुत्रले उहाँलाई प्रकट गर्नुभएको छ।[२१७]

यी पदहरूमा, येशू नै परमेश्वरको महिमाको पूर्ण प्रकाश हुनुहुन्छ र त्यो येशू, जो "पिताको काखमा" हुनुहुन्थ्यो, वा जो एकतामा हुनुहुन्छ र जसले पितालाई घनिष्ठतामा चिन्नुहुन्छ, जो हामीलाई उहाँ चिनाउन हाम्रो संसारमा आउनु भएको छ; हामीले उहाँको बारेमा जान्ने मात्र होइन, तर उहाँलाई घनिष्ठतामा चिन्न सकौं भन्ने अचम्मको सत्यलाई यूहन्नाले सिकाउँदैछन्।

पिता *भनिने* नाम सुसमाचारका पुस्तकहरूमा अझ पूर्ण रूपमा प्रकट गरिएको छ। नयाँ नियमले बताउँछ कि ख्रीष्टमा विश्वास गरेर, परमेश्वर हाम्रा पिता बन्नुहुन्छ - परमेश्वरको यो नाम पुरानो नियममा मात्र १५ पटक प्रयोग गरिएको छ, तर नयाँमा २४५ पटक! परमेश्वरको नाममा, परमेश्वरको मायालु हेरचाह, प्रबन्ध, अनुशासन, र हामीले प्रार्थनामा परमेश्वरलाई सम्बोधन गर्ने तरिकालाई जोड दिइएको छ। येशूद्वारा, हामी पिता परमेश्वर संग संगतिमा ल्याइएका छौं![२१८]

येशूमा, परमेश्वरले उहाँको नाम र गुणहरू भन्दा अझ बढी दिनुभएको छ। उहाँले आफैलाई हामीलाई दिनुभयो! उहाँले हामीलाई हाम्रो आँखाले देख्न, कानले सुन्न र हातले छुन सक्ने एउटा व्यक्ति दिनुभयो।[२१९]

---

२१५ डी.के. स्टुअर्ट, *प्रस्थान (खण्ड २)*, (नासभिल: ब्रोडम्यान र होल्म्यान पब्लिशर्स, २००६), ७१५–७१६

२१६ यूहन्ना १:१

२१७ यूहन्ना १:१, १४, १६, १८

२१८ मत्ती ७:११; यूकाब १:७; हिब्रू १२:५-११; यूहन्ना १५:६, यूहन्ना १६:२३; रोमी ८:१४-१७; गलाती ४:४-७; एफिसी २:१८, एफिसी ३:१५; १ थेसलोनिकी ३:११

२१९ १ यूहन्ना १:१

येशूले परमेश्वरको स्वभावलाई देखिने गरि स्पष्ट पार्नुहुन्छ

> जुन परमेश्वरले "अँध्यारोबाट ज्योति चम्कोस्" भन्नुभयो, उहाँ हाम्रा हृदयमा चम्कनुभएको छ, ताकि **परमेश्वरका महिमाको ज्ञानको** ज्योति ख्रीष्टको मुहारमा चम्कोस् ।[२२०]

» "ज्योति ख्रीष्टको मुहारमा परमेश्वरको महिमा" भन्ने वाक्यांशको अर्थ के हो?

यस पदको अर्थ के हो भने परमेश्वरले प्रत्येक साँचो विश्वासीको हृदयलाई येशूमा प्रत्येक गुण, परमेश्वरको प्रत्येक उत्कृष्टता देख्नको लागि प्रज्वलित बनाउनुभएको छ । त्रिएक परमेश्वरको महिमा येशूमा देह र रगतमा देखिन्छ ।

परमेश्वर येशूमा पूर्ण रूपमा प्रकट हुनु भएको बुझाइले हाम्रो जीवनमा सबैभन्दा आत्मिक रूपले असरदार प्रभाव पार्नेछ जब हामीले यसलाई पूर्ण रूपमा बुझ्छौं । किन? किनभने परमेश्वर र उहाँका मार्गहरूको बारेमा हामी अन्योलमा भएको समय, हामी जवाफहरूको लागि येशूको जीवन र शिक्षामा फर्किन सिक्नेछौं ।

परमेश्वरको पूर्ण प्रकाश उहाँको सृष्टि, उहाँको नाम, वा उहाँका गुणहरूमा छैन । यी अद्‌भुत र सत्य प्रकाशहरू हुन् । तर **परमेश्वरको पूर्ण प्रकाश प्रभु येशू ख्रीष्टको व्यक्तिमा छ** । यो अचम्मको सत्यलाई साँच्चै बुझ्ने र प्राप्त गर्नेहरूलाई स्वतन्त्रता, चङ्गाई र पूर्णताको मार्गमा राखिनेछ ।

सबै जो परमेश्वर हुनुहुन्छ, येशू हुनुहुन्छ । परमेश्वरको हरेक गुण येशूको पनि गुण हो । परमेश्वरको हरेक नाम येशूको नाम हो । येशू जो हुनुहुन्छ, परमेश्वर हुनुहुन्छ । तसर्थ, मेरो मनमा परमेश्वरको कुनै पनि अवधारणा जुन येशू ख्रीष्टको व्यक्ति, छुटकाराको काम, र शिक्षासँग मेल खाँदै जस्तो गरि परमेश्वरको वचनमा सिकाइएको छ, त्यो नक्कली ईश्वर हो ।

पुरानो नियमका परमेश्वर र नयाँ नियमका परमेश्वर एउटै हुनुहुन्छ । तर अवतारमा मात्र, सुसमाचारमा मात्र परमेश्वरलाई स्पष्ट रूपमा बुझ्न सकिन्छ ।

येशूले प्रकट गर्नुहुन्छ कि परमेश्वर पवित्र प्रेम हुनुहुन्छ - उहाँ असल, धैर्यवान, विश्वासयोग्य, उदार, विश्वासयोग्य, पवित्र, न्यायी, र अन्य धेरै हुनुहुन्छ ।

» केहि समय तपाईंको जीवनमा रचनात्मक प्रभावहरूको बारेमा सोँच्नुहोस् । तपाईंको परिवार, मण्डली र संस्कृतिले परमेश्वरप्रतिको तपाईंको बुझाइलाई कसरी आकार दिएको छ जस्तो लाग्छ? आफ्नो बारे? के मेरो परिवार वा मण्डलीले परमेश्वरको बारेमा सिकाउने कुराहरू छन् जुन येशूको जीवन र शिक्षासँग मेल खाँदैन?

येशू परमेश्वरको अनुवादक हुनुहुन्छ

जब म विदेश जान्छु मलाई प्राय: अनुवादक चाहिन्छ । किन? अन्य भाषाहरूको अर्थ छैन भनेर होइन, तर तिनीहरू म बुझ्दिन! मेरो मस्तिष्कले विभिन्न ध्वनि र अभिव्यक्तिहरूलाई कसरी व्याख्या गर्ने भनेर सिकेको छैन, त्यसैले मलाई उनीहरूको व्याख्या गर्नको लागि बुझ्ने व्यक्ति चाहिन्छ । मैले बुझेको छु कि सबै भन्दा राम्रो अनुवादकहरू मेरो भाषा र संस्कृति बुझ्ने मानिसहरू मात्र होइनन्, तर मैले बुझ्न चाहेको संस्कृति र भाषाका स्थानीय मानिसहरू हुन् । स्थानीय वक्ताहरूले आफ्नो संस्कृतिलाई राम्रो तरिकाले बुझ्न र व्याख्या गर्न सक्छन् जुन बाहिरका मानिसहरूले सक्दैनन् । त्यसै गरी, परमेश्वरका अगमवक्ताहरू,

२२० २ कोरिन्थी ४:६, जोड थपियो ।

पुजाहारीहरू र कविहरूलाई परमेश्वरको स्वभाव, मार्ग र इच्छाको व्याख्या गर्न ईश्वरीयरूपमा प्रेरित गरिएको थियो। उनीहरूले गर्न सक्ने सक्दो गरे। तर केवल परमेश्वरले परमेश्वरलाई पूर्ण रूपमा प्रकट गर्न र व्याख्या गर्न सक्नुहुन्छ; त्यसकारण येशू, स्वर्गको मूल निवासी, ईश्वर-मानव, आउनुभयो। उहाँमा, र उहाँ मार्फत, अन्ततः परमेश्वरलाई देह र रगतमा सुन्न, देख्न र छुन सकिन्छ। उहाँद्वारा मात्र पापी मानिसलाई परमेश्वरसँग मिलाउन सकिन्छ।

एक व्यक्तिगत यात्रा

"ख्रीष्टमा आत्मिक निर्माणको प्रक्रियामा क्रमशः... विनाशकारी स्वरूपहरू र विचारहरूलाई येशूको मनमा भरिएका स्वरूप र विचारहरूले हटाईरहेको हुन्छ।"[२२१]

म एक अद्‌भुत, ईश्वरीय हुर्काई पाएकोमा धन्य छु। मेरो बाल्यकाल साँच्चै राम्रा, ईश्वरीय सन्तहरूले भरिएको थियो, मेरा आमाबाबु लगायत, जसले मलाई माया गर्नुहुन्थ्यो, मलाई परमेश्वरको वचनमा सिकाउनुभयो, र जसले अनुसरण गर्न अद्‌भुत उदाहरणहरू प्रदान गर्नुभयो। दुर्भाग्यवश, मैले जवान व्यक्तिको रूपमा सुनेका केही प्रचारकहरू र शिक्षकहरूले विकृत सुसमाचार सिकाए। तिनीहरूका सन्देशहरूले भ्रम, सन्तुलित, बाइबलीय शिक्षकहरूमा शंका, र केहि हदसम्मको आत्मिक असुरक्षा (झूटा ग्लानी र शर्मको केही संघर्षहरू पनि) उत्पन्न गरे।

मलाई परमेश्वरसँग मेरो प्रारम्भिक हिँडाइको ति अवधि याद छ जब मैले भनें, "बुबा, म यी सबै आवाज र विचारहरू बुझ्न सक्दिन! मेरो मण्डलीले एउटा कुरा सिकाउँछ, र अन्य मण्डलीहरूले अर्को कुरा सिकाउँछन्। एउटा बाइबल शिक्षकले एउटा कुरा भन्नुहुन्छ, र अर्को शिक्षकले उहाँको विरोध गरेको देखिन्छ। हे परमेश्वर, को सहि छ? म सत्य जान्न चाहन्छु!"

जवाफहरू खोज्ने यस घडीमा, यो बिस्तारै मलाई थाहा हुन थाल्यो कि परमेश्वरले आफ्नो पुत्रलाई संसारमा पठाउनुको मुख्य कारणहरू मध्ये एउटा परमेश्वरको बारेमा मेरो भ्रम हटाउनु थियो। बाल्यकाल देखि मलाई येशू परमेश्वर हुनुहुन्छ भनेर सिकाइएको थियो, तर मैले पूर्णतया बुझेको थिइनँ कि येशू परमेश्वर जस्तो हुनुहुन्छ त्यस्तै पूर्ण रूपमा प्रकट गर्न आउनुभयो। पवित्र आत्माले मेरो हृदयमा केही पदहरू ल्याउन थाल्नुभयो, जस्तो कि निम्न खण्डहरू:

- "**जसले मलाई देखेको छ उसले पितालाई देखेको छ**; त्यसोभए तिमीहरू कसरी भन्न सक्छौ, 'हामीलाई पिता देखाउनुहोस्'?"[२२२]
- "**उहाँ अदृश्य परमेश्वरको प्रतिरूप**, सारा सृष्टिका ज्येष्ठ हुनुहुन्छ।"[२२३]
- "किनकि **उहाँको आफ्नो सारा पूर्णता ख्रीष्टमा वास गरेकोमा** परमेश्वर प्रसन्न हुनुभयो।"[२२४]

यो अन्ततः बुझ्न थालें कि येशू साँच्चै शरीरमा परमेश्वर हुनुहुन्छ, परमेश्वरको पूर्ण र अन्तिम प्रकाश, र मलाई परमेश्वर र उहाँका मार्गहरू बुझ्न मद्दत गर्न म उहाँमा विश्वास गर्न सक्छु। मैले अब बुझ्न थालेको छु कि परमेश्वरले बाइबलीय इतिहासमा आफूलाई क्रमिक रूपमा प्रकट गरिरहनुभएको थियो, तर येशू देह र रगतमा परमेश्वरको पूर्ण र सिद्ध प्रकाश हुनुहुन्थ्यो र हुनुहुन्छ।[२२५]

---

२२१ डलास विलार्ड, जेम्स ब्रायन स्मिथमा उद्‌धृत, *असल र सुन्दर परमेश्वर* (डाउनर्स ग्रोभ: इन्टरवर्सिटी प्रेस, २००९), ७५

२२२ यूहन्ना १४:९, जोड थपियो।

२२३ कलस्सी १:१५, जोड थपियो।

२२४ कलस्सी १:१९, जोड थपियो।

२२५ हिब्रू १:१-३

मैले बुझें कि पुरानो नियमको इतिहासमा परमेश्वरले मानिसजातिलाई आफ्नो बारेमा, र विशेष गरी उहाँको उद्धार गर्ने प्रेमको बारेमा सिकाउनुभयो। उहाँले संसारको सृष्टि मार्फत बोल्नुभयो; अदनको बगैंचा मार्फत; साँझमा उहाँको आदम र हव्वासँग त्यो बगैंचामा हिंडाई; मुक्तिदाताको प्रतिज्ञाद्वारा, तिनीहरूको पतन पछि पनि; परमेश्वरले ढाक्नको लागि बनाउन भएको छालाको लूगा मार्फत; एउटै ढोका भएको नूहको जहाजबाट; अब्राहाम र तिनका सन्तानहरूसँगको उहाँको करारद्वारा; लाल समुद्र मार्फत दासत्वबाट उहाँका चुनिएका मानिसहरूको छुटकाराद्वारा; सिनाई पर्वतमा उहाँको अद्‌भुत उपस्थितिको माध्यमद्वारा; उहाँको पवित्र व्यवस्थाद्वारा; सबै छुटकाराका प्रतीकहरू, अभिषिक्त पुजाहारीहरू, रगतको बलिदान र महिमासहितको उहाँको सुन्दर पालद्वारा; विद्रोहमा उहाँको दण्डद्वारा; चट्टानबाट प्रहार भएको पानी र मन्नको रूपमा उहाँको चमत्कारी प्रावधानहरूद्वारा; दुष्ट राष्ट्रहरूमाथि आफ्नो विजयद्वारा; आफ्नो प्रतिज्ञाको भूमिद्वारा; र उहाँका अगमवक्ताहरू र इस्राएलका कविहरूद्वारा न्याय र आशाको सन्देशहरूद्वारा। प्रत्येक पटक जब परमेश्वरले बोल्नुभयो, उहाँले पापी मानिसलाई पापरहित मुक्तिदातातर्फ औंल्याउँदै हुनुहुन्थ्यो जसले पतित मानिसलाई छुटकारा दिनुहुनेछ र उसलाई परमेश्वरसँगको सङ्गतिमा पुनर्स्थापित गर्नुहुनेछ। त्यसकारण, बाइबलमा कुनै पनि कुरालाई साँच्चै बुझ्ने एक मात्र तरिका भनेको येशूलाई चिन्नु नै हो। सबैकुराले र सबैले देखाएको व्यक्ति येशू नै हुनुहुन्छ। उहाँ नै सबै कुराको आदि र अन्त्य हुनुहुन्छ।

जब म जवान छँदा प्रभु येशू मेरो केन्द्र बिन्दु हुनुभयो, बिस्तारै भ्रमको बादल हट्‌न थाल्यो। पवित्र आत्माको मद्दतले, मैले सुनेका शिक्षाहरू, साथसाथै परमेश्वरको बारेमा आफ्नै बुझाइको जाँच गर्न थालें, यो प्रश्नको साथ: **के यो शिक्षा र विश्वास येशूले प्रकट गर्नुभएको परमेश्वरको सत्यसँग मेल खान्छ?**[२२६]

म आफैलाई पनि सोध्दथें: **दुई हजार वर्षअघि चेलाहरूले येशूलाई पछ्याउनुको अर्थ के थियो? अहिले येशूलाई पछ्याउनुको अर्थ के हो?** बिस्तारै, मानिसहरूका भ्रामक, विवादास्पद आवाजहरू ओइलाउन थाले; अनि मैले गोठालोको आवाज सुन्न थालें। ईश्वरको कृपा र ईश्वरीय गुरुहरूको सल्लाहले, मैले येशू ख्रीष्टलाई पछ्याउने सुन्दरता र सरलता पुन: पत्ता लगाउन थालें।

परमेश्वर येशूको कथाहरूमा प्रकट हुनुभएको छ

सुसमाचारका पुस्तकहरूमा येशूका चित्रहरू छन् जसले हामीलाई परमेश्वर कस्तो हुनुपर्छ भन्ने हाम्रो बुझाइलाई आकार दिनमद्दत गर्छ। एउटा तस्विरमा, हामीले उहाँलाई पापीहरूसँग टेबलमा बसेको भेट्टाउँछौं। अर्को तस्विरमा, हामी रमाई रहेका साना केटाकेटीहरू उहाँको काखमा चढिरहेका देख्छौं, बिना डर। अर्को तस्विरमा, हामी उहाँलाई गालीलको किनारमा बलौटे समुद्र तटमा आफ्नो थकित र टुटेका चेलाहरूका लागि माछा पकाउँदै गरेको देख्छौं। मलाई येशू दुई जना चेलाहरूसँग ईम्माउसको बाटोमा हिंडिरहेको र सिकाउँदै गरेको बाइबलीय तस्विर पनि मन पर्छ। त्यसपछि, अन्तिम हप्तामा येशूका धेरै तस्विरहरू छन्: उहाँका चेलाहरूको खुट्टा धुनु, रोटी भाँच्नु र दाखमद्य खन्याउनु, बगैंचामा उहाँको अनुहारमा लड्नु, उहाँका अभियुक्तहरूको अगाडि चुपचाप उभिनु, र स्वेच्छाले क्रूसमा झुण्डिनु। यी प्रत्येक चित्रणको अर्थ परमेश्वरले उहाँको छुटकारा दिने प्रेममा को हुनुहुन्छ भन्ने बारेमा केही भन्न खोजेको छ।

हामीले परमेश्वरको बारेमा सिक्ने सबैभन्दा महत्त्वपूर्ण पाठहरू हामी येशूका कथाहरू—उहाँको शिक्षाबाट स्पष्ट रूपमा सिक्नेछौं।

- परमेश्वरले पापीहरूलाई प्रेम गर्नुहुन्छ भनी येशूले प्रकट गर्नुहुन्छ।
- परमेश्वर उदार हुनुहुन्छ भनी येशूले प्रकट गर्नुहुन्छ।
- चेलाहरू असफल भएमा परमेश्वर कठोर, अधीर, निर्दयी वा रिसाउनुहुन्न भनी येशूले प्रकट गर्नुहुन्छ।

---

२२६ जेम्स ब्रायन स्मिथबाट लिइएको अभिव्यक्ति, *असल र सुन्दर परमेश्वर* (डाउनर्स ग्रोभ: इन्टरवर्सिटी प्रेस, २००९)

- येशू प्रकट गर्नुहुन्छ कि एक साँचो चेला त्यो हो जसले दिनहुँ आफ्नो क्रुस उठाउँछ र येशूलाई पछ्याउँछ ।
- आफ्ना छोराछोरीहरूप्रति परमेश्वरको प्रेम निःशर्त छ भनी येशू प्रकट गर्नुहुन्छ ।
- मुक्ति कहिल्यै कमाउन सकिँदैन तर उहाँमा विश्वासद्वारा सधैं अनुग्रहद्वारा हुन्छ भनी येशू प्रकट गर्नुहुन्छ ।
- यस जीवनमा कसैले नचिन्ने अज्ञातहरूहरूमध्ये धेरैजना अनन्ततामा प्रसिद्ध हुनेछन् भनी येशू प्रकट गर्नुहुन्छ ।
- परमेश्वरको राज्यमा सेवा गर्ने नै सबैभन्दा ठूलो हो भनी येशूले प्रकट गर्नुहुन्छ ।
- अनुग्रह कमाउनको विरुद्ध हो तर प्रयासको विरुद्धमा होइन भनी येशू प्रकट गर्नुहुन्छ ।
- येशूले बताउनुभयो कि हामी हाम्रा असल कामहरूद्वारा परमेश्वरलाई कहिल्यै प्रभावित गर्न सक्दैनौं तर उहाँमा हाम्रो निर्भरताले मात्र ।
- येशूले प्रकट गर्नुहुन्छ कि परमेश्वरले हामीलाई कति पटक क्षमा गर्नुभयो भन्ने रेकर्ड राख्नुहुन्न, र उहाँले सधैं एक पश्चात्तापी आत्मालाई फेरि एक पटक क्षमा गर्नुहुनेछ ।
- उहाँलाई प्रेम गर्नेहरूलाई परमेश्वरले ताडना दिनुहुन्छ र सच्याउनुहुन्छ, तर कहिल्यै दण्ड दिनुहुन्न भनी येशूले प्रकट गर्नुभयो ।
- हाम्रो असफलताबाट परमेश्वर कहिल्यै छक्क पर्नुहुन्न भनी येशू प्रकट गर्नुहुन्छ ।
- परमेश्वरले उहाँप्रति र मानिसहरूप्रतिको हाम्रो प्रेमलाई हाम्रो बलिदानभन्दा धेरै कदर गर्नुहुन्छ भनी येशू प्रकट गर्नुहुन्छ ।
- येशूले प्रकट गर्नुहुन्छ कि परमेश्वरले आफ्ना छोराछोरीहरूलाई दुःख भोग्न र मर्न पनि दिनुहुन्छ, विशेष गरी जब यसले उहाँको छुटकाराको योजना पूरा गर्दछ भने ।
- येशूले प्रकट गर्नुभयो कि परमेश्वरले पापलाई यति धेरै घृणा गर्नुहुन्छ कि उहाँले आफ्नो एकमात्र पुत्रलाई हाम्रो पाप बोक्नेको रूपमा मर्न पठाउनुभयो ।
- येशूले प्रकट गर्नुभयो कि मृत्युको परमेश्वरमाथि कुनै शक्ति छैन!

हामीले उहाँलाई चिन्ने क्रममा येशूले स्पष्ट पार्नुहुने पाठहरूमध्ये यी केही थोरै मात्र हुन् ।

» यस पाठको सुरुमा दर्दनाक कथाहरू विचार गर्नुहोस् र तपाईंले यस पाठमा सिकेका कुराहरूले परमेश्वरको गलत अवधारणासँग संघर्ष गर्नेहरूलाई कसरी मद्दत गर्न सक्छ भनेर छलफल गर्नुहोस् ।

परमेश्वरलाई व्यक्तिगत रूपमा अनुभव गरेर

यद्यपि हाम्रा अनुभवहरू सधैं परमेश्वरको वचनसँग दाँजिनु पर्छ, तर पनि परमेश्वरले आफूलाई हाम्रा दैनिक जीवनको सन्दर्भमा प्रकट गराउन चाहनुहुन्छ ।

बाइबलमा, अब्राहाम र साराले परमेश्वरको विश्वासयोग्यताको बारेमा सिकेका थिए जब उनीहरू विश्वासमा परमेश्वरसँग हिँडे र समस्या, अनिकाल, र डरसँग संघर्ष गरे । याकूबले परमेश्वरको शुद्ध पार्ने अनुग्रहको बारेमा सिके जब उनले आफ्नै

भ्रामक स्वभावको नतिजाको सामना गरे (परिणाम उनको भाइको ४०० मानिसहरूको सेना हुनु थियो) र आशिषको लागि परमेश्वरसँग कुस्ती लडे । मिश्रमा जबरजस्ती दासको रूपमा योसेफले परमेश्वरको क्षमाशील प्रेमको गहिराइ थाहा पाए । जवान दाऊदले कमजोरीमा परमेश्वरको शक्तिको बारेमा सिके जब तिनी गोल्यत र पाँचवटा ढुङ्गा लिएर गोल्यततिर दौडे । परमेश्वरले बिनम्र, निराश प्रार्थनाको जवाफ दिनुहुन्छ भनी हन्नाले सिकिन् । येशूले आफूले भोग्नुपरेको कुराहरूद्वारा आज्ञाकारिता सिक्नुभयो । चेलाहरूले येशूको अन्तिम कष्ट हेर्दा पापको लागि परमेश्वरको घृणालाई जाने; तिनीहरूले उहाँको अद्भुत अनुग्रह र ईश्वरीय शक्तिको बारेमा सिके जब तिनीहरूले महान् आदेश पूरा गरे ।

यी जस्तै, हामी दिनहुँ उहाँसँग हिंड्दा हामी परमेश्वरको बारेमा धेरै कुरा सिक्नेछौं । परमेश्वरमा धेरै सुन्दरताहरू छन् जसलाई हाम्रो हृदयका आँखाहरू कठिनाईबाट र उहाँसँगको यात्राका केही चुनौतीपूर्ण स्थितिहरू मार्फत नखोलिएसम्म हामीले कहिल्यै देख्ने छैनौं । हाम्रो आफ्नै बारेमा धेरै पीडादायी सत्यहरू छन् जुन हामीले समस्याको सामना नगरेसम्म हामीले कहिल्यै देख्ने छैनौं । त्यसैले हतार नगर्नुहोस् । कहिल्यै निराश नहुनुहोस् । येशूसँगको हाम्रो हिड्ने प्रत्येक पाइला हामीलाई उहाँको समानतामा बनाउनको लागि एउटा साहसिक कार्य हो ।[२२७] हेर्ने आँखा र सुन्ने कान भए हरेक परीक्षा, हरेक गलत बुझाई र हरेक अनुभव हाम्रा गुरु बन्न सक्छन् ।

यसको बारेमा पढेर वा यसको बारेमा उपदेश सुनेर वा प्रेम सम्मेलनमा भाग लिएर हामीमा कहिल्यै प्रेमको गुण बन्न सक्दैन । पढाइ, अभिषेकयुक्त प्रचार, र सम्मेलनहरू मार्फत प्राप्त ज्ञान महत्त्वपूर्ण हुन्छ; तर अनुभव सबैभन्दा राम्रो शिक्षक हो ।

मलाई थाहा छ कि परमेश्वर सार्वभौम हुनुहुन्छ किनभने हाम्रो परिवारको संकटको यात्रा भएर जाँदा हामीले यसको बारेमा गहिरो रूपमा थाहा गर्यौं । फिलिपिन्सबाट संयुक्त राज्य अमेरिकाको छोटो भ्रमणमा जाने क्रममा, हाम्रो पाँच हप्ताको छोरा, जेसीलाई क्यान्सर भएको पत्ता लाग्यो । हामी त्यसबेला संयुक्त राज्य अमेरिकामा हुनुहुन्न थियो, तर मैले एक वर्ष अघि देखेको कुनै एउटा सडक अपराधको फौजदारी मुद्दामा मलाई गवाही दिन भनिएको थियो । यदि हामी संयुक्त राज्य अमेरिकामा नआएको भए, हामीले जेसीलाई आवश्यक पर्ने चिकित्सा सहायता पाउने थिएनौं । मेरी श्रीमतीको आमाबुवाको घर जाने बाटोमा गाडीमा, हाम्रो हृदय प्रशंसा र परमेश्वरको सार्वभौमिकताको गहिरो जागरूकताले भरिएको थियो । यस्तो सानो सानो कुराद्वारा जसमा परमेश्वरले हाम्रो पाइलाहरूलाई डोर्याउनु भयो, जेसीको जन्मको समय तय गर्नुभयो, मनिलाको अमेरिकी दूतावासमा सहजता सँग सफल गराउनु भयो र हामीलाई त्यो क्षणको लागि तयार पार्नु भयो भन्ने कुराहरू वर्णन गर्न नसकिने गरि यति आनन्दायी थियो ।

मलाई थाहा छ कि परमेश्वरसँग सबै शक्ति छ, किनकि हामीले यो अनुभव गरेका छौं । एक रात विदेशमा प्रभुको सेवा गरिरहेको बेला, मेरी श्रीमती र म दुबै मध्यरातमा हाम्रो कोठामा डरलाग्दो दुष्टको गर्दा उपस्थितिले ब्यूँझ्यौं! त्यतिकैमा, हाम्रो आठ वर्षको छोरा, तिमोथी उसलाई कुनै कुराले निसासिरहेको महसुस गर्दै घाँटी समातेर हाम्रो कोठामा आइपुग्यो । हामी स्तब्ध भयौं! म निराश भएर मेरो बाइबल लिएँ, यो पुस्तकलाई खोलें भजन ९१, र पढ्न थालैं, "जो परमप्रधानको शरणमा वास गर्दछ, त्यो मानिस सर्वशक्तिमान्‌एल शद्दाई) को छत्रछायामुनि रहन्छ... ।" मैले यो अध्याय पढि सकें, परमेश्वरको शान्तिले अन्धकारलाई पूर्ण रूपमा हटाइसकेको थियो, र तिमोथी भुइँमा सुतिरहेको थियो ।

हामीले परमेश्वरको अनुभव गर्नैपर्छ! हाम्रो खातिर, र हाम्रा छोराछोरी र नातिनातिनाहरूको लागि, हामीले व्यक्तिगत अनुभव मार्फत परमेश्वर को हुनुहुन्छ भनेर जान्नै पर्छ ।

» विद्यार्थीहरूलाई उनीहरूले परमेश्वरलाई अनुभव गरेका तरिकाहरू साझा गर्न भन्नुहोस् । धर्मशास्त्रको स्पष्ट प्रकाश द्वारा प्रत्येक अनुभवलाई दाँज्न निश्चित हुनुहोस् ।

---

२२७ रोमी ५:३

पाठ ४ को गर्नु पर्ने कार्य

१. यस पाठको सामग्रीमा आधारित परीक्षा गर्नुहोस् ।

२. पवित्र आत्मालाई अन्तर्दृष्टि दिनुहोस् भन्नका लागि, धर्मशास्त्रका पदहरू सहित यस पाठको समीक्षा गर्न यो हप्ता कम्तिमा तीस मिनेट समय दिनुहोस् ।

३. तपाईको जीवनमा गर्नु पर्ने कुनै पनि विशेष परिवर्तनहरू तपाईको नोट कापीमा रेकर्ड गर्नुहोस्, जसरी प्रभुले तपाईलाई प्रकट गर्नुहुन्छ ।

४. तपाईंको दैनिक उपासनाको समयमा कम्तिमा एउटा भजनसंग्रह मनन गर्नुहोस्, र भजनरचयिताले परमेश्वरको स्वभाव र चरित्रको बारेमा के भन्दैछ सो तपाईंको दैनिकी नोटमा रेकर्ड गर्नुहोस् ।

५. यस पाठमा आधारित आत्मिक रूपान्तरण र वृद्धिको लागि आफ्नो नोट कापीमा व्यक्तिगत प्रार्थना रेकर्ड गर्नुहोस् ।

६. तपाईंको दैनिक व्यक्तिग प्रार्थनामा डा. ब्राउनको *दैनिक प्रार्थना गाइड* प्रयोग गरेर अभ्यास गर्नुहोस् ।

पाठ ४ को जाँच

१. हामी कसरी परमेश्वरप्रति एउटा स्वस्थ दृष्टिकोण राख्न सक्छौं?

२. यस पुस्तकमा छोटकरीमा दिइएको ईश्वरको नाम र गुणहरू परिभाषित गर्नुहोस् प्रस्थान ३४:६ ।

३. येशू नै परमेश्वरको पूर्ण प्रकाश हुनुहुन्छ भनि देखाउने बाइबलका सन्दर्भ पदहरू दिनुहोस् ।

पाठ ५

आफ्नो बारेको सचेतनाद्वारा हुने आत्मिक निर्माण - भाग १

पाठ ४ समीक्षा

कक्षाको अगुवालाई नोट: पाठ ४ का मुख्य बुँदाहरू समीक्षा गर्नुहोस् । विद्यार्थीहरूमा पाठ ४ बाट आफ्नो व्यक्तिगत प्रार्थना साझा गर्न इच्छुक को छन् सोध्नुहोस् । साथै पाठ २ मा छलफल गरिएको आत्मिक निर्माणको यात्राका तीनवटा पक्षहरू छलफल गर्नुहोस्?

पाठका उद्देश्यहरू

१. महत्त्वपूर्ण आत्मिक सत्यहरू बुझ्नुहोस् जसले हामीलाई आफूलाई चिन्न मद्दत गर्नेछ ।

२. घमण्डका गुणहरू थाह गर्नुहोस् ।

३ टुट्नुलाई र टुटेको मान्छेको गुणहरु परिभाषित गर्न सक्षम हुनुहोस् ।

४. यस पाठमा भएका सत्यहरूलाई आफ्नो जीवनमा लागू गर्नुहोस् ।

जीवनका तस्बिरहरू

एक युवा पास्टर

मैले एक पटक बढ्दै गरेको चर्चको एक युवा पास्टरलाई सोधें, "तपाईंको सेवकाईमा सबैभन्दा ठूलो चुनौती के हो?" "म आफै!" उहाँले कुनै हिचकिचाहट बिना जवाफ दिनुभयो । मैले उहाँको इमानदारीताको कदर गरें ।

सेवकाईको तयारीमा हुँदैगरेका व्यक्ति

एक ख्रीष्टियान युवाले पास्टरीय सेवकाईको लागि अध्ययन गरिरहेका छन् तर प्रायः आफ्ना सहपाठीहरू र आफ्ना प्राध्यापकहरूसँग झगडामा परेको पाउँछन् । यस्तो किन भएको होला भनेर उहाँ छक्क पर्नुभएको थियो । उहाँले आफूले चाहेको भित्री शान्ति किन भेट्टाउन सक्दिन भनेर सौँच्नु भएको थियो । भर्खरै मात्र उहाँले आफ्नो हृदयको घमण्ड देख्न थाल्नु भएको छ—विशेष गरी उहाँको जिद्दी र स्वार्थीपन । उहाँले अन्ततः आफ्नो बारेको यो सत्यको सामना गर्दै हुनुहुन्छ । उहाँ यो स्वार्थपन र यसले उहाँको आत्मामा ल्याएको सबै भित्री अशान्तिबाट मुक्ति चाहनु हुन्छ र उहाँको हृदयलाई शुद्ध पार्न परमेश्वरसँग अनुरोध गर्दैहुनुहुन्छ ।

एकजना श्रीमती र आमा

एक ख्रीष्टियान पत्नी र आमाले आफ्नो परिवारको खातिर आफ्नो भविष्य त्याग्न परमेश्वरको बोलावट विरुद्ध आफूलाई पीसिएको अनुभव गरिन् । त्यसपछि, उनले परमेश्वरको प्रशस्तताको र पूर्ण योजनामा समर्पण गर्नुको आनन्दको रहस्य भेट्टाइन्! आफ्ना साना छोराछोरी र श्रीमानको हेरचाह गर्दा उनले आज अनुभव गरेको गहिरो आनन्द वर्णन भन्दा बाहिर छ ।

एक जोडी

एक ख्रीष्टियान दम्पतीले आफूहरू बिच लगभग जहिले झगडानै परिरहने बताए । तिनीहरूको स्नेह मर्दै थियो, र तिनीहरूको विवाह संकटमा थियो । धर्मशास्त्र र ईश्वरीय सल्लाह खोज्दैगर्दा, तिनीहरूले परमेश्वरको बलिदानपूर्ण प्रेमको सुन्दर स्वभावको अघि आफ्ना स्वार्थी हृदयको कुरूप स्वभावलाई देख्न थाले । जब तिनीहरूले पश्चात्ताप गरे, परमेश्वरले तिनीहरूको प्रेमलाई पुनर्जीवित गर्नुभयो!

यी केहि घटनाहरूले हामीलाई नम्र विश्वासीहरूले नै रूपान्तरण गर्ने अनुग्रह प्राप्त गर्छन् भनेर स्मरण गराउँछन् । हामी इतिहासको त्यस्तो समयमा बाँचिरहेका छौं जहाँ ख्रीष्टको शरीरलाई धार्मिकताको पुनरुत्थानको जागृति आवश्यकता छ । संयुक्त राज्य अमेरिकामा, धेरै नामधारी ख्रीष्टियानहरूले उद्धार नपाएकाहरू मानिसहरूको जस्तै गरि सौँच्ने र जिउने गरिरहेका छन् । धेरै युवाहरू गुप्त लडन्त लडिरहेका छन्यौन अनैतिकता, भौतिकवाद र संसारसित एकनासको हुने परीक्षा लगायत "शरीरका अभिलाषाहरू, आँखाका अभिलाषाहरू र जीवनको शेखी" सितको लडाइँ हारिरहेका छन् ।[२२८] अफ्रिका र एसियामा हामीले बाइबलीय ख्रीष्टियान विश्वासलाई पुर्खाको पूजा र पशुपंक्षी सम्बन्धित अन्धविश्वाससँग मिसाउने धेरै ख्रीष्टियानहरू भेट्टाएका छौं ।[२२९] संसारभरका मण्डलीहरू र परिवारहरू प्रायः द्वन्द्वले नष्ट भइरहेका छन् । धेरै जसो दोष पास्टर र मिसनरीहरूको काँधमा राख्न सकिन्छ जसले ईश्वरभक्तिको रूप सिकाउँछन् र जिउँछन तर यसको शुद्धीकरण, परिवर्तनकारी शक्तिलाई भने अस्वीकार गर्छन् ।[२३०]

---

२२८ १ यूहन्ना २:१६

२२९ मैले भ्रमण गरेको एउटा देशमा मलाई केराको झुप्पामा हात राख्न र तिनीहरूका लागि प्रार्थना गर्न भनियो ताकि मण्डलीका बाँझी महिलाहरूले तिनीहरूलाई खान सकून् र "तिनीहरूको गर्भमा फल लागोस्" । मैले महिलाहरूको लागि प्रार्थना गरें तर केराको लागि होइन! धेरै देशहरूमा कामुक उपासनाले श्रद्धा, वचनको प्रचार र प्रार्थनालाई विस्थापित गरेको छ ।

२३० २ तिमोथी ३:५

के हामी पवित्र हुन सक्छौं, जसरी परमेश्वरले हामीलाई हुन बोलाउनुभएको छ?[२३१] के हामी परिवर्तन हुन सक्छौं? के हामी यहोवालाई आफ्नो सारा हृदय, प्राण, शक्ति र मनले र आफ्नो छिमेकीलाई आफूलाई जस्तै प्रेम गर्न सक्छौं?[२३२] के हामी येशूको जीवन जिउन सक्छौं? हामी आफैं सामना गर्न इच्छुक छौं भने हामी सक्छौं।

ठूलो विचार

आत्म-जागरूकता - आफ्नो बारेमा ज्ञान - ख्रीष्टको स्वरूपमा निर्माण गर्न बिल्कुल महत्वपूर्ण कुरा हुन्। आफूलाई साँच्चै चिन्नु भनेको अशुद्ध-स्वयमं आफ्नो सबैभन्दा ठूलो शत्रु रहेछ भनेर जान्नु हो।

आफूलाई चिन्नुको महत्त्व

तपाई आफैलाई कत्तिको राम्ररी चिन्नुहुन्छ? डेनिस किनल लेख्छन्:

> प्रत्येक मानव जातिले अस्तित्वको धारलाई निर्धारण गर्ने दुईवटा प्रश्नहरूको सामना गर्दछ। पहिलो प्रश्न परमेश्वरको चरित्रसँग सम्बन्धित छ। उहाँ को हुनुहुन्छ र उहाँ कस्तो हुनुहुन्छ? एक व्यक्तिले सामना गर्ने दोस्रो सबैभन्दा महत्त्वपूर्ण प्रश्न भनेको तपाईं र म को हौं र हामी कस्तो छौं भन्ने प्रश्न हो। यदि हामीले परमेश्वरको चरित्र बुझ्यौं, र यदि हामीले आफ्नो स्वभावलाई बुझ्यौं भने, हाम्रो सेवकाईको सन्दर्भमा अर्थपूर्ण र प्रभावकारी जीवन बिताउन सक्षम हुने राम्रो मौका छ।[२३३]

आफूलाई चिन्नु भनेको आफू जस्तो छौं त्यस्तै हेर्न सक्ने इच्छाबाट सुरु हुन्छ। तर, आफूलाई परमेश्वरले चिन्ने तरिकामा आफूलाई चिन्नु पवित्र आत्मा बाहेक असम्भव छ। धर्मशास्त्रले सिकाउँछ, "मानिसको हृदय सबै कुराभन्दा छली हुन्छ, र त्यसलाई निको पार्न सकिँदैन। त्यसलाई कसले जान्न सक्छ र?"[२३४] हितोपदेशले पनि हामीलाई चेताउनी दिन्छ, "आफैमा भरोसा राख्ने व्यक्ति मूर्ख हो"[२३५]

» यस पाठ मार्फत प्रभुले हामीलाई आफ्नो बारेमा अझ ठूलो समझ दिनुहुनेछ भनी प्रार्थनाको साथ सुरु गरौं। यस प्रार्थनालाई भजन १३९:२३-२४ ले हामीलाई अगुवाफ गरोस्।

यस पाठ र अर्को पाठमा, हामी आठ महत्त्वपूर्ण सत्यहरू हेर्नेछौं जसले हामीलाई आफूलाई अझ राम्रोसँग जान्न मद्दत गर्नेछ।

---

२३१ १ पत्रुस १:१५-१६

२३२ लूका १०:२७

२३३ डेनिस किनल, *माल्खसको कान* (विल्मोर: फ्रान्सिस एस्बरी प्रेस, २०१७), ५६

२३४ यर्मिया १७:९

२३५ हितोपदेश २८:२६

अत्यावश्यक सत्य १

नयाँ जन्मले घमण्डको चेतना जगाउँछ ।

आत्मिक नयाँ जन्मद्वारा, हामी धोइएका छौं; र पवित्र आत्मा हामी भित्र बस्न आउनु भएको छ ।[२३६] हामी ख्रीष्ट येशूमा नयाँ सृष्टि हौं - पुरानो हटिगयो र नयाँ आएको छ ।[२३७] हाम्रा चाहनाहरू फेरिएका छन् । पापप्रति हाम्रो स्वभाव धेरै परिवर्तन भएको छ । एकै क्षणमा, हामी अन्धकारबाट उज्यालोमा सर्यौं; अब बाइबलले हामीलाई "पवित्र सन्तहरू" भनेर वर्णन गरेको छ ।[२३८] परमेश्वरको सामु हाम्रो धर्मी ठहरिएका छौं । यद्यपि हामीले अझै पनि आत्मिक रूपमा स्तर गुमाउन सक्छौं र घेरिराख्ने पापलाई सँग संघर्ष गर्न सक्छौं,[२३९] तैपनि हामीले गरिरहने पापमाथि विजयको अनुभव गर्छौं ।[२४०] यदि हामीले पाप गर्यौं भने, हामीले शोक र गल्ती महसुस गर्छौं जुन हामीले विश्वास गर्नु अघि कहिल्यै अनुभव गरेका थिएनौं ।[२४१] साँचो परिवर्तन आएको छ, र हाम्रो वरपरका मानिसहरूले यो परिवर्तनलाई याद गर्छन् ।

मुक्ति पाएको गवाही दिने, तर जानाजानी पाप गरिरहने व्यक्तिदेखि सावधान रहनुहोस् ।

» पढ्नुहोस् मत्ती ७:२१-२३ । येशूलाई "प्रभु, प्रभु" भनेर बोलाउने तर आफ्नो पिताको इच्छा पूरा नगर्ने वा व्यवहार नगर्ने व्यक्तिको बारेमा येशूले के भन्नुहुन्छ? न्यायको दिनमा उहाँले तिनीहरूलाई के भन्नुहुनेछ?

हाम्रो हृदय नयाँ बनेको छ भने पनि पुरानो स्वभाव अब नयाँको विरुद्ध लड्छ । धेरै पटक, यो भित्री युद्धले नयाँ विश्वासीहरूलाई आश्चर्यमा पार्छ । उनीहरुले त मनमा सधैं आनन्द र शान्तिको भावना रहिरहन्छ भन्ने सोँचेका थिए । तिनीहरू पुरानो स्वभाव र चाहनाले नयाँसँग लडाई गरिरहन्छन् भन्ने कुरालाई खोज्न निरुत्साहित हुन्छन् ।

यो पुरानो स्वभाव भनेको के हो? हामीले यसलाई कसरी परिभाषित गर्नुपर्छ? एउटा शब्द छ जुन पापको स्वभावलाई परिभाषित गर्दा यो जति अरू कुनै उपयुक्त शब्द छैन र त्यो हो *घमण्ड*। " घमण्ड सबैभन्दा ठूलो पाप हो किनभने यो सबै पापहरूको मुटुको ढुकढुकी हो ।"[२४२]

---

२३६ तीतस ३:५-६; रोमी ८:१-२, ९-११

२३७ २ कोरिन्थी ५:१७

२३८ १ कोरिन्थी १:२; २ कोरिन्थी १:१; एफिसी १:१

२३९ हिब्रू १२:१

२४० रोमी ६:१

२४१ यूहन्ना १६:८

२४२ पिटर क्रिफ्ट, "हामी कति घमण्डी छौं भनि जान्न नम्रता चाहिन्छ," *उच्च बोलावट,* जनवरी-फेब्रुअरी २०१७, ४ । http: //www.francisasburysociety.com/wp-content/uploads/JanFeb२०१७-High-Callinglr.pdf सेप्टेम्बर १२, २०२० बाट उद्धृत ।

महत्त्वपूर्ण सत्य २

घमण्ड - एक अटूट इच्छा - जो आत्मिक निर्माणको सबैभन्दा ठूलो शत्रु हो ।

पवित्रताको पछि लाग्दा हामीलाई घमण्डले जति अरू कुनै कुराले बाधा पु-याउने छैन—स्वयंको प्रेम । घमण्ड मूल पापको सार हो—आफ्नो बाटो बिराउनु,[२४३] "[ईश्वरीय] नियन्त्रणलाई स्वेच्छिक अस्वीकार गर्नु ।"[२४४]

घमण्ड भनेको त्यो पाप हो जसले लुसिफरलाई स्वर्गबाट बाहिर निकालेको थियो[२४५] र अदनको बगैंचाबाट पहिलो पुरुष र स्त्रीलाई पनि ।[२४६] तिनीहरू यो लोभमा फँसेका थिए, "तिमीहरू परमेश्वर जस्तै हुनेछौ ।" निषेधित फललाई खाएको कारण, आदम र हव्वाले परमेश्वरको इच्छा भन्दा माथि आफ्नो इच्छा राखे, आफ्ना शरिरको चाहनामा, र त्यसपछि आफ्नै नग्नता ढाक्ने प्रयास गरे ।

घमण्ड बाबेलको पाप थियो जसले भाषाहरूको भ्रम निम्त्यायो र जातिहरूको छरपस्ट भए । "लौ, हामी आफ्नो निम्ति एउटा सहर बनाऔं र ... अनि आफ्नो नाउँ राखौं र हामी पृथ्वीभरि जताततै नछरिऔं," उनीहरूले भने ।[२४७] घमण्ड, आफ्नै स्वार्थ खोज्ने कुरामा प्रकट हुन्छ, जसले नयाँ नियमका मण्डलीहरूमा समस्या ल्यायो, साथै ख्रीष्टको स्वार्थको सट्टा आफ्नै स्वार्थ खोज्ने चर्चका अगुवाहरूमा पनि ।[२४८] घमण्ड त्यो रोग हो जससँग हामी जन्मियौं, यो आत्माको क्यान्सर हो । परमेश्वरले यसलाई घृणा गर्नुहुन्छ![२४९] उहाँले यसको प्रतिरोध गर्नुहुन्छ![२५०] उहाँ यसलाई हाम्रो हृदयबाट सफा गर्न चाहनुहुन्छ ।

"परीक्षण नगरिएको जीवन बाँच्न लायक छैन ।"

प्लेटो

"सोक्रेट्सको एपोलोजी (स्पष्टीकरण)"

जब म अफ्रिकामा थिएँ, मैले एक जना मानिसको बारेमा सुनें जो आफ्नो खल्तीमा मासु लिएर हिँडिरहेको थियो तर कुकुरहरूले किन मेरो पछि नछोडेको होला भन्दै छक्क पर्दै थियो! घमण्ड हाम्रो आत्मिक खल्तीमा भएको मासु जस्तो हो जसले पीडा, हार र अझ मृत्यु पनि ल्याउनेछ । यसलाई सफा गर्नैपर्छ ।

ईश्वरशास्त्रीहरूले कहिलेकाहीं मानिसको पापी स्वभावलाई पापतर्फ झुकाव भएको वा, अझ विशेष रूपमा, आफै-प्रति झुकावको रूपमा उल्लेख गर्छन् - वा जुन मलाई सही र असल छ जस्तो लाग्छ र मलाई खुशी लाग्छ! "उद्धारको उद्देश्य हाम्रो स्वार्थ-केन्द्रित झुकावलाई रद्द गर्ने हो - हामीलाई बाहिरी दिशामा फर्काउनु हो; ताकि हामी आफ्नो मात्र होइन, अरूको हितमा पनि चासो राख्न सकौं ।"[२५१]

---

२४३ यशैया ५३:६

२४४ अलेक्जेन्डर म्याक्लारेनबाट उद्धरण, "यशैया ५३ को टिप्पणी"

२४५ यशैया १४:१२-१४

२४६ उत्पत्ति ३:५

२४७ उत्पत्ति ११:४

२४८ फिलिप्पी २:२१

२४९ हितोपदेश ६:१६-१७

२५० याकूब ४:६

२५१ डेनिस किनल, "ख्रीष्टको मन," *हाई कलिङ्ग,* जनवरी-फेब्रुअरी २०१७, १, ९ । http: //www.francisasburysociety.com/wp-content/uploads/JanFeb२०१७-High-Callinglr.pdf सेप्टेम्बर १२, २०२० बाट उद्धृत ।

यदि तपाई साँच्चै यसको बारेमा सोच्नुहुन्छ भने, हाम्रो जीवनमा हरेक पाप र संघर्ष घमण्डको माटोमा जरा गाडिएको हुन्छ। अभिलाषा, एक आलोचनात्मक आत्मा, क्षमाहीनता, लोभ र जिद्दी सबै घमण्डको विषाक्त पानीबाट निस्कन्छ। हामीले पवित्र जीवनको पूर्णतामा भाग लिन अघि, हामीले यो समस्या हाम्रो आफ्नै हृदयमा हेर्नुपर्छ।

» पढ्नुहोस् गलाती ५:१९-२१। यस खण्डमा उल्लेख गरिएका शरीरका पापहरू कसरी घमण्डका साथ उत्पन्न हुन्छन् भन्ने कुरा समूहमा छलफल गर्नुहोस्। के तपाईं आफ्नो हृदयको जाँच गर्न इच्छुक हुनुहुन्छ? तपाईको सम्बन्ध कस्तो छ? के तपाईं यति धेरै समस्याको स्रोत भएको घमण्डको बारेमा निर्दयी रूपमा इमानदार हुन इच्छुक हुनुहुन्छ?

उजाडस्थानमा, शैतानले येशूलाई आफ्नो प्राकृतिक इच्छाहरू पूरा गर्न, क्रुसलाई बाइपास गर्न र पार्थिव महिमा खोज्न प्रलोभनमा पार्यो। संक्षेपमा, शैतानले येशूलाई मूल पाप गर्न प्रलोभन दिइरहेको थियो—आफ्नो स्वार्थ खोज्न, आफूलाई बचाउन र आफूलाई उच्च पार्न। तर येशू हृदयमा शुद्ध रहनुभयो!

घमण्ड स्वार्थपनमा वा आफ्नै-चासोमा प्रकट हुन्छ। स्वार्थले स्वतन्त्र, अद्‍भुत पवित्र जीवन जिउने हाम्रो उत्तम प्रयास र नियतहरूलाई अक्सर पराजित गरिदिन्छ। यो त्यो म हो जसले परमेश्वरको वचन र परमेश्वरको आत्माको विरुद्धमा लड्न खोज्छ। यस शारीरिक म लाई निम्न तरिकामा वर्णन गर्न सकिन्छ:

- **आत्म-पूर्ति -** परमेश्वर बाहेक रहेर व्यक्तिगत खुशी खोज्छ।
- **आत्म-सन्तुष्टि -** परमेश्वरको महिमा गर्ने देखि अलग रहेर आफूलाई राम्रो लाग्ने कुरा खोज्छ।
- **आफ्नो-प्रचार -**परमेश्वरबाटको सम्मान भन्दा पनि मानिसहरूबाट सम्मान खोज्छ।
- **आत्म-निर्भरता -** परमेश्वर भन्दा आफैंमा भरोसा गर्ने प्रवृत्ति।
- **आत्म-ग्लानी -** हामीले पाएको भन्दा अझ राम्रो पाउनु पर्छ भन्ने भावना।
- **आत्म-संरक्षण -** परमेश्वरको बुद्धिमानी र सुन्दर योजनामा आफूलाई सुम्पिनुको सट्टा मेरो जीवनको मलाई उत्तम लागेका कुराहरूको खोजि गर्नु।
- **स्व-इच्छा -** परमेश्वरको अख्तियारमा भन्दा आफ्नै इच्छाको छनोट तिर झुकाव।

» मर्कूशको सुसमाचारमा निम्न पदहरू हेर्नुहोस् र ध्यान दिनुहोस् कि कसरी स्वयं-हित (अभिमान) यी जीवनहरूमा हरेक पाप र कमजोरीको मूलमा थियो: मर्कूश ८:३३, मर्कूश ९:१९, ३३, मर्कुश १०:१४, ३७, र मर्कूश १४:६६-६८।

प्रत्येक विश्वासीलाई हृदय भित्र बस्ने स्वार्थ-केन्द्रितपनाको चेतनामा ल्याउनु पर्छ। जोन वेस्लीले हामीलाई यो वास्तविकतालाई अस्वीकार गर्ने "घातक परिणामहरू" बारे स्मरण गराउँछन्। यो भित्री लडाईको अज्ञानताले "कमजोर विश्वासीहरूको ढाललाई च्यात्छ, तिनीहरूलाई विश्वासबाट वञ्चित गर्छ, र यसैले तिनीहरूलाई संसार, शरीर र शैतानका सबै आक्रमणहरूको सामना गर्न उदाङ्गो पारिदिन्छ।"[२५२]

चेलाहरू जस्तै, हामीलाई आफू स्वयंसँग आमनेसामने ल्याइनु पर्छ। डेनिस किनल भन्छन्, "हामी मध्येका सबै भन्दा राम्रोहरू खत्तम भन्दा कुनै राम्रो हुँदैनन्। सबैभन्दा बलियाहरू कमजोर भन्दा राम्रा छैनन्... शरीरको सबैभन्दा राम्रो पर्याप्त छैन।"[२५३]

---

२५२ जोन वेस्ली, उनको वचन शिर्षक, "विश्वासीहरूमा पापको विषयमा" बाट।

२५३ डेनिस किनल, *माल्खसको कान* (विल्मोर: फ्रान्सिस एस्बरी प्रेस, २०१७), ८०

जबसम्म कसैले विश्वास म आफ्नै शक्तिमा पवित्र जीवन बिताउन सक्छु भनि विश्वास गर्छ, परमेश्वरले उसलाई संघर्ष गर्न दिनुहुनेछ । जबसम्म एक व्यक्तिले आफूलाई परमेश्वरको दृष्टिले हर्न अस्वीकार गर्छ, ऊ असफल भइरहन्छ ।

१७९२ मा, जोन हाइड नामको एक नयाँ प्रेस्बिटेरियन मिसनरी भारत जान समुद्री यात्रा गरे । जहाजमा हुँदा, उनले एक उच्च सम्मानित पारिवारिक मित्रबाट आएको एउटा चिठी खोले जसमा यस्तो थियो: "प्रिय जोन, तपाईं पवित्र आत्माले नभरिनुभएसम्म म तपाईंको लागि प्रार्थना गर्न छोड्ने छैन ।" जोनको घमण्डमा चोट लाग्यो, र उनले पवित्र आत्माले भरिएको छैन भन्ने अर्थमा क्रोधमा प्रतिक्रिया देखाए:

> मेरो सम्मानमा ठेस लाग्यो, र मैले अत्यन्तै रिसाएको महसुस गरें, पत्र कुच्याए, यसलाई क्याबिननको एक कुनामा फाले, र डेकमा गए । मलाई लेखक मन पर्यो; उनले जिएको पवित्र जीवन मलाई थाहा भयो । र मेरो हृदयमा उनी सही थिए, र म चाहिँ मिसनरी बन्नको लागि फिट छैन भन्ने विश्वास भयो ...
>
> निराशमा, मैले प्रभुलाई मलाई पवित्र आत्माले भरिदिनुहोस् भनेर सोधें, र मैले यो गरेपछि सम्पूर्ण वातावरण ठिक भयो । मैले आफैलाई र ममा कस्तो स्वार्थी महत्वाकांक्षा रहेछ भनि देख्न थालें । यो यात्राको लगभग अन्त्यसम्म नै यो संघर्ष चलि रह्यो, तर मैले बन्दरगाह पुग्नुभन्दा धेरै अघि नै संकल्प लिएको थिएँ कि जे भए पनि, म साँच्चै पवित्र आत्माले भरिनेछु ।[२५४]

जोन भारतमा आइपुगेपछि, उनले सडक बैठकमा भाग लिए जहाँ प्रचारकले सुसमाचारको शक्तिलाई जोड दिए - पापलाई क्षमा गर्ने मात्र होइन तर त्यसमाथि विजय हुने, ताकि कसैले पाप गरिरहनु पर्दैन ।[२५५] जोनलाई पक्का भयो उनले यस्तो सुसमाचार प्रचार गरिरहेका भए तापनि उनी त्यसको शक्तिसँग अपरिचित छन् भन्ने महसुस गरे । उनको जीवनमा एउटा घेरिरहेको पाप थियो जसले गर्दा उनलाई आध्यात्मिक रूपमा ठेस पुग्यो । जोनले आफ्नो कोठामा गए र प्रार्थना गरे, "कि त तपाईंले मलाई मेरो सबै पापमाथि विजय दिनु पर्छ, र विशेष गरी ति पापमाथि जसले मलाई सजिलैसँग घेर्छ; नत्र म अर्को काम खोज्न अमेरिका फर्कनेछु । म सुसमाचार प्रचार गर्न असमर्थ छु जब सम्म म मेरो आफ्नै जीवनमा यसको शक्तिको गवाही दिन सक्दिन ।"

सरल विश्वासमा, उनले छुटकाराको लागि ख्रीष्टलाई हेरे । पछि उनले भने, "उहाँले मलाई छुटकारा दिनुभयो, र त्यसबेलादेखि मलाई यसमा कुनै शंका छैन । म अब बिना हिचकिचाहट उहाँले मलाई विजय दिनुभएको छ भनि उभिन सक्छु । पछि गएर जोन हाइडलाई हराएका आत्माहरू सम्म पुग्नको लागि उनको भावुक प्रार्थनाको लागि हाइडलाई "प्रेईङ्ग हाइड" (प्रार्थना गर्ने हाइड) भनियो । ४७ वर्षको उमेरमा आफ्नो मृत्यु हुनुभन्दा केही वर्ष अघि, जोनले स्पष्ट रूपमा परमेश्वरसँग दिनमा एउटा आत्माको लागि माग गर्न डोर्याइएको महसुस गरे । त्यो वर्षको अन्त्यसम्ममा, प्रभुले चर्चमा ३६५ भन्दा बढी नयाँ आत्माहरू थप्नुभएको थियो । अर्को वर्ष, जोनलाई दिनमा दुई आत्माहरू अगुवाई भयो; र अर्को वर्ष, चार । उनको प्रत्येक अनुरोध स्वीकार गरियो । जोनले पुनरुत्थानको रहस्य र परिणाम दुवैलाई औंल्याए जब उनले भने, "आज हामीलाई चाहिने कुरा भनेको पवित्रताको जागृती हो ।"

घमण्डले सधैं परमेश्वरको अनुग्रहलाई रोक्छ, तर उहाँले नम्रहरूलाई आशीर्वाद दिनुहुन्छ ।

---

२५४ एडविन र लिलियन हार्वे, *तिनीहरूले आफ्नो परमेश्वरलाई चिने (खण्ड १)*, (१९७४), १०५-१११ । http: //www.actsamerica.org/biographies/२०११-०४-Praying-Hyde.html मा पनि उपलब्ध छ ।

२५५ १ यूहन्ना १:९

महत्त्वपूर्ण सत्य ३

स्व-केन्द्रित स्वार्थले हामीलाई ख्रीष्टको स्वरूपमा निर्माण गर्नुहुने पवित्रआत्माको विरुद्धमा युद्ध गर्छ ।

विश्वासीको हृदय भित्र, सर्वोच्चताको लागि लडाई हुन्छ । यस युद्धलाई गलातीहरूमा यसरी वर्णन गरिएको छ:

> तर म भन्दछु, पवित्र आत्माद्वारा हिँड़, र पापमय स्वभावका लालसा पूरा नगर । किनकि पापमय स्वभावका लालसा पवित्र आत्माको विरुद्ध हुन्छन्, अनि पवित्र आत्माको इच्छा पापमय स्वभावको विरुद्ध । तिमी जे गर्न चाहन्छौ त्यसबाट तिमीहरूलाई रोक्नका निम्ति यीचाहिँ एक-अर्काको विरुद्धमा हुन्छन् ।[२५६]

जोन वेस्ली भन्छन्,

> म धर्मी ठहरिने कुनै पनि मानिस पापको दास हो भनी ठान्दिनँ: तैपनि मलाई लाग्छ कि पाप [स्वार्थपन] धर्मी ठहरिएका सबैमा (कम्तीमा केही समयको लागि) रहन्छ । त्यो हडप्नेवालाई पदच्युत गरिएको छ । [पाप] त्यहीँ रहन्छ जहाँ त्यसले एक पटक शासन गरेको थियो; तर जंजीरमा रहन्छ । [त्यसले लडाइँ गरे पनि] तैपनि त्यो कमजोर र कमजोर हुँदै जान्छ; जब विश्वासी बलमाथि बल, विजयमाथि विजय पाउँदै जान्छ ।[२५७]

स्वार्थपना ("शरीर") र पवित्रआत्मा बीचको लडाई ईसाईहरू बीचको सामान्य अनुभव हो । वेस्ली जारी गर्छन्,

> प्रत्येक व्यक्तिमा हुन्छ, ऊ धर्मी ठहरिएपछि पनि, दुई विपरीत सिद्धान्तहरू हुन्छन् ... सन्त पावल, शरीर र आत्मा । यसैले, यद्यपि ख्रीष्टमा बच्चाहरू पनि पवित्र पारिएका छन्, आंशिक रूपमा मात्रै हो । एक हदसम्म, तिनीहरूको विश्वासको नाप अनुसार हो, तिनीहरू आत्मिक छन्; अझै पनि एक हदसम्म तिनीहरू शारीरिक नै छन् । तदनुसार, विश्वासीहरूलाई निरन्तर शरीर, साथै संसार र शैतानको विरुद्धमा होसियार रहन आग्रह गरिन्छ । र यससँग परमेश्वरका सन्तानहरूको निरन्तर अनुभव सहमत छ । जबकि तिनीहरूले आफैंमा यो साक्षी महसुस गर्छन्, तिनीहरूले परमेश्वरको इच्छामा पूर्ण रूपमा अधिन नभएको महसुस गर्छन् । तिनीहरू जान्दछन् कि तिनीहरू उहाँमा छन् । र तैपनि उहाँबाट टाढा जान तयार भएको हृदय देख्छन्, जुन खराबप्रति झुकेको... र असल कुराको ठिक उल्ट भएको देख्छन्... हामीले ख्रीष्टमा साँचोरूपमा ग्रहण गर्ने क्षणमा हामी नवीकरण गरिएका, धोइएका, शुद्ध पारिएका, पवित्र गरिएका छौं, तर पनि हामी पूर्ण रूपमा नवीकरण गरिएका, धोइएका, शुद्ध भएका छैनौं; तर शरीर, दुष्ट प्रकृति, अझै पनि रहन्छ (यद्यपि अधिनस्त गरिएको छ) र पवित्र आत्माको विरुद्ध युद्ध गर्छ । अझ धेरै, "विश्वासको उत्तम लड़ाइँ लड्न" मा सबै लगनशीलता प्रयोग गरौं ।[२५८] अझ धेरै उत्कटताका साथ, हामी "जागा रहो, प्रार्थना गर"[२५९] भित्र भएको दुश्मनको विरुद्ध । जति होसियारीसाथ हामीले आफैमाथि "परमेश्वरको सम्पूर्ण हातहतियार धारण गरौं; कि... [हामी] खराब दिनको सामना गर्न सकौं, र सबै काम गरेर खड़ा हुन सक्ने होओ ।"[२६०]

---

२५६ गलाती ५:१६-१७

२५७ जोन वेस्लीको वचन शिर्षक, "विश्वासीहरूमा पापको विषयमा" ।

२५८ १ तिमोथी ६:१२

२५९ मत्ती २६:४१

२६० एफिसी ६:१३

स्वार्थले असफलताको अवस्थामा पुर्याउँछ

» पढ्नुहोस् गलाती ५:१६-२४ र पवित्र आत्मा र शरीरले एकअर्काको विरोध गर्दा के हुन्छ भनेर छलफल गर्नुहोस्। यस युद्धले तपाईंको जीवनमा कसरी चलेको छ भनेर छलफल गर्न तपाईं इच्छुक हुनुहुन्छ?

येशूका हरेक साँचो चेलाले नियन्त्रणको यो भित्री युद्धको अनुभव गरेका छन्। जब पवित्र आत्माले जितुहुन्छ र नेतृत्व गर्नुहुन्छ, मेरो जीवनमा प्रेम, आनन्द, शान्ति, धैर्य, दया, भलाइ, विश्वासयोग्यता, नम्रता र आत्मसंयमको आत्मिक फल उत्पादन भइरहेको हुन्छ। तर यदि घमण्डले त्यसको इच्छालाई एकै क्षणको लागि प्रयोग गर्न दिईयो भने, त्यहाँ केही हदसम्म असफलता हुनेछ: "...यौन अनैतिकता, अपवित्रता, कामुकता, मूर्तिपूजा, टुनामुना, कलह, ईर्ष्या, क्रोध, प्रतिद्वन्द्वी, मतभेद, विभाजन, ईर्ष्या, मादकता, भ्रष्टता, र यस्ता चीजहरू ..."[२६१] किनभने विश्वासीलाई एउटा नयाँ स्वभाव दिइएको हुन्छ, र बास गर्ने पवित्र आत्माले हृदयको स्वार्थ-केन्द्रित पापहरू विरुद्ध निरन्तर युद्ध गरिरहनुभएको कारण, तिनीहरूले साँचो ईसाईको जीवनमा कहिल्यै प्रभुत्व जमाउने छैनन्;[२६२] तर जबसम्म विश्वासीले पवित्र आत्माको पूर्ण नियन्त्रणमा बस्न सिक्दैन, त्यहाँ क्षणिक पराजय भने हुनेछ।

ख्रीष्टियनहरू पनि जो पवित्र आत्मामो पूर्णतामा बस्छन्, कुनै पनि क्षणमा, आफूमा घमण्डका कुराहरू रहेछन् भनि थाहा पाउनेछन् जुन उसको जीवनकालभरि प्रकट गर्न आवश्यक हुनेछ। एक मिसनरीको रूपमा मैले आफूलाई कसरी संघर्ष गरिरहेको पाएँ त्यो म कहिल्यै बिर्सने छैन। त्यहाँ समस्याहरू थिए, र मैले ख्रीष्टले जस्तो गरि प्रतिक्रिया दिन थालें। मलाई याद छ कि मलाई मेरो समस्या स्वीकार गर्न कत्ति गाह्रो थियो। प्रभुले मेरो हृदयमा बोल्नुभयो र भन्नुभयो, "छोरा, तिमी एक क्रोधित मानिस हौ।" "प्रभु, म रिसाएको छैन," मैले सोचें। "म एक मिसनरी हुँ जसले तपाईंलाई यो देशमा पछ्याउनको लागि सबै छोडेको छु।" प्रभुले मेरो हृदयसँग फेरि बोल्नुभयो र भन्नुभयो, "त्यसो भए, तिमी एक क्रोधित मिसनरी हौ!" यो नम्र गराउने सत्यलाई स्वीकार गराईले, आफैलाई उचित ठहराउनुको सट्टा, यो मेरो यात्राको अर्को महत्त्वपूर्ण क्षण बन्यो।

स्वार्थ द्वन्द्वको स्रोत हो

» पढ्नुहोस् याकूब ४:१-८। याकूबले लेखेका विश्वासीहरू बीचको भित्री अशान्ति र द्वन्द्वको कारण के थियो? किन तिनीहरूले आफ्नो प्रार्थनाको जवाफ पाईरहेका थिएनन्? याकूबले यी ख्रीष्टियनहरूलाई किन "व्यभिचारी र व्यभिचारीणीहरू" भने?

शरीर र आत्मा बीचको लडाई समाधान नभएसम्म, हामी विवाहित पुरुष र महिलाहरू जस्तै नै छौं जसले अझै पनि पूर्व प्रेमीका लागि रोमान्चक विचारहरूको आनन्द लिन्छन्। हाम्रो शारीरिक सम्बन्धनै त छैन, तर हाम्रो स्नेहहरू क्रूसमा टाँसिएको हुँदैन जबसम्म हामी पूर्ण रूपमा एउटै जीवनसाथीप्रति समर्पित हुँदैनौं। तपाईंले माथिको बाइबलीय उदाहरणलाई हेर्दा, मलाई लाग्छ कि तपाईंले स्पष्ट रूपमा देख्नुहुनेछ कि हृदयमा अशान्ति र चर्चमा द्वन्द्वको मूल कारण भनेको यसका सदस्यहरूको हृदयमा रहेको घमण्ड हो। घमण्डको कारणले गर्दा परमेश्वरले तिनीहरूको विरोध गर्नुभयो। "परमेश्वरले अभिमानीहरूको विरोध गर्नुहुन्छ।"[२६३]

---

२६१ गलाती ५:१९-२१

२६२ १ यूहन्ना २:३-४, १ यूहन्ना ३:७-९

२६३ याकूब ४:६

यो साझा संघर्ष, र यसले निम्त्याउने समस्याहरू निम्न कथामा चित्रण गरिएको छ । मैले फिलिपिन्समा सेवा गर्ने चर्चहरूको ठूलो समूहको इतिहासमा यो लगभग अविश्वसनीय कथा हो: एक पादरीलाई राष्ट्रिय चर्च अगुवाहरूले एक विशेष मण्डलीलाई पास्टरीय सेवा गर्न पठाएको थियो । यद्यपि, अघिल्लो पास्टरले बस्ने घर खाली गर्न अस्वीकार गरे किनभने चर्चका केही सदस्यहरूले उहाँलाई बसेको चाहन्थे । केही समयको लागि, नयाँ पास्टर र पुरानो पास्टर एउटै मण्डलीमा पास्टर गर्दै एउटै घरमा बसिरहेका थिए! नयाँ पास्टर आधिकारिक पास्टर थिए, बोलाइएका, चुनिएका, नियुक्त गरिएका, र राष्ट्रिय अगुवाहरूद्वारा समर्थन पाएका । केही सदस्यहरूको सहानुभूति र जिद्दीले पुरानो पास्टरलाई यथास्थितिमा राखिएको थियो । यसले कस्तो भ्रम पैदा गरेको होला, कल्पना गर्न सकिन्छ! यो धेरै टिक्न सकेन । बचन प्रचार कसले गर्ने ? को बाट परामर्श लिने? मण्डलीले कसको अख्तियारलाई पछ्याउने - पुरानो पास्टर वा नयाँ? यो कुरा मण्डलीले रोज्नुपर्छ । या त तिनीहरूले पुरानो पास्टरलाई राख्नेछन् र राष्ट्रिय चर्चको आशिषहरू र लाभहरू गुमाउनेछन्, वा तिनीहरूको अख्तियारप्रति नतमस्तक भएर राष्ट्रिय अगुवाहरूको आशीर्वाद जित्नेछन् । धन्यवाद तिनीहरूले राष्ट्रिय अगुवाहरूलाई समर्पण गर्न रोजे, र मण्डलीले परमेश्वरको लागि महान कामहरू गर्न गयो ।

"मलाई एक सय प्रचारकहरू दिनुहोस् जो पाप बाहेक अरू केहीसँग डराउँदैनन् र परमेश्वर बाहेक अरू केही चाहँदैनन्, र मलाई परवाह छैन, चाहे तिनीहरू पादरी होस् वा सामान्य मानिस, तिनीहरू एक्लैले नरकका ढोकाहरू हल्लाउनेछन् र पृथ्वीमा स्वर्गको राज्य स्थापना गर्नेछन् ।"

जोन वेस्ली

पुरानो मानिस र नयाँ मानिस बीचको द्वन्द्व हरेक विश्वासीले थाहा गरेको अनुभव हो । पूरानो मनुष्यत्वलाई मारिएको छ, यद्यपि त्यसले आफ्नो पद नछोड्ने, नियन्त्रण अभ्यास गर्ने र प्रभाव कायम राख्ने असाध्यै प्रयास गर्छ । त्यससँग कुनै अख्तियार छैन तर त्यसले तपाईंलाई विश्वास दिलाउने प्रयास गर्छ । नयाँ मनुष्यत्व ख्रीष्टको रगतले मुक्ति पाएको हुन्छ । नयाँ मनुष्यत्वले बोलावट पाएको छ, चुनिएको छ, र उहाँद्वारा धार्मिकता र पवित्रतामा सृष्टि गरिएको छ । नयाँ मनुष्यत्वलाई पवित्र आत्माले छाप लगाइएको छ र अब परमेश्वरको बासस्थान बनाइएको छ, र पुरानो मनुष्यत्वलाई तपाईंको हृदयको सिंहासनबाट नहटाएसम्म परमेश्वरले कहिल्यै विश्राम गर्नुहुनेछैन ।

जबसम्म पूरानो मनुष्यत्वलाई रहिरहन अनुमति दिईन्छ; जबसम्म तपाईं त्यसलाई पुष्ट्याई रहनुहुन्छ; जबसम्म तपाईले त्यसलाई एकै कुना पनि कब्जा गर्नको लागि जिद्दी गर्नुहुन्छ, त्यसले अशान्ति, भित्री द्वन्द्व र विनाश ल्याउनेछ । त्यो मर्नै पर्छ । यदि हामीले त्यस्को लागि दु: ख महसुस गर्छौं र त्यसलाई सानो कोठा पनि दिने छनौट गर्यौं भने, त्यहाँबाट त्यसले प्रेम, आनन्द, शान्ति, धैर्य र पवित्रताको आत्माको विरुद्ध युद्ध गर्नेछ ।

प्रत्येक पुस्ताको उत्कट विश्वासीहरूले जवाफ दिनै पर्ने प्रश्नहरू यी हुन्:

- के मैले आशा गरेको उत्तम जीवन भनेको स्वार्थसँग निरन्तर संघर्ष गरिरहने जीवन हो? वा, परमेश्वरले स्वार्थलाई मेरो हृदयबाट शुद्ध गर्नको लागि कुनै मार्ग प्रदान गर्नुभएको छ जसबाट मात्रै **परमेश्वरको इच्छा** र **परमेश्वरको लागी प्रेम** सर्वोच्च बन्छ?

- के परमेश्वरलाई मेरो सम्पूर्ण हृदय, मन र शक्तिले र मेरो छिमेकीलाई आफूलाई जस्तै प्रेम गर्न सम्भव छ?

- के म परमेश्वर र मानिससँगको मेरो हिँडाईमा यस्तो स्थितिमा पुग्न सक्छु जहाँ मैले कुनै कुरा स्वार्थी महत्वाकांक्षा वा अहङ्कारमा गर्दिन, तर सधैं अरूलाई आफूभन्दा श्रेष्ठ ठान्ने र मेरो आफ्नै भन्दा तिनीहरूको हित खोज्ने हुन्छु?[२६४]

२६४ फिलिप्पी २:३-४

एकछिन मनन गर्नुहोस्

म अहिले सबैलाई आफैंसँग धेरै इमानदार हुन र केही व्यक्तिगत मूल्याङ्कन गर्न आग्रह गर्दैछु । केहि मिनेट चुपचाप आफैलाई यो प्रश्न सोध्नुहोस्: वास्तवमा ___________ को कारण के हो? आफैलाई हेर्नको लागि पवित्र आत्मासँग मद्दत माग्नुहोस् । निर्देशनको रूपमा निम्न प्रश्नहरू प्रयोग गर्न स्वतन्त्र महसुस गर्नुहोस्:

- के म सजिलै रिसाउँछु?
- अरूको मभन्दा माथि पदोन्नति हुँदा के म रिसाउँछु?
- के बच्चाहरू मेरो नजिक आउन डराउँछन्?
- के म आलोचनाप्रति अति संवेदनशील छु?
- के मानिसहरू मेरो वरिपरि आफ्नो विचार साझा गर्न डराउँछन्?
- के म नैतिक वा आध्यात्मिक रूपमा अरूभन्दा उच्च महसुस गर्छु?
- के म मानिसहरूको कुरा सुन्छु, वा धेरै म आफै नै बोल्छु?
- के म विचारशील, सम्मानजनक मनन गर्नुको सट्टा मेरो कुरा गर्न आफ्नो आवाज ठूलो बनाउँछु?
- के म सबै तथ्यहरू सुन्नु अघि नै समाधान र रायहरू दिनेगर्छु?
- के म आफूलाई राम्रो देखाउनको लागि अरूको गल्तीहरू कोट्याउँछु?
- के म "परमेश्वरले मलाई भन्नुभयो" भन्ने खालका तर्कले जित्ने प्रयास गर्छु? (जब तपाईं यो गर्नुहुन्छ, तपाईं आफैलाई नैतिक र आध्यात्मिक श्रेष्ठताको स्थितिमा राख्नुहुन्छ ।)
- के म अरूलाई तिनीहरूको बाहिरी रूप हेरेर न्याय गर्छु?
- के म आफ्नो लागि सबैभन्दा असल र सबैभन्दा ठूलो बचत गर्छु?
- मेरो मनमा के म आफूलाई अरु भन्दा राम्रो ठान्छु?

महत्त्वपूर्ण सत्य ४

नयाँ जन्म पछि, परमेश्वरको पूर्णता र पवित्रताको जीवनको अनुभव गर्ने अर्को खुड्किलो भनेको आफ्नो लेखि मर्नु हो ।

येशूले भन्नुभयो कि उहाँको चेला बन्न चाहने जो कोहीले आफ्नो स्वार्थलाई पूर्ण रूपमा बेवास्ता गर्नुपर्छ र दिनहुँ आफ्नो क्रुस उठाउनुपर्छ र उहाँलाई पछ्याउनु पर्छ ।[२६५] क्रुस आज ख्रीष्टियानहरूले कहिलेकाहीँ आफ्नो घाँटीमा लगाउने सुन्दर पालिश गरिएको प्रतीक थिएन, तर रोमीहरूकोमृत्युदण्डको माध्यम थियो । जब कुनै अपराधीलाई क्रुसद्वारा मृत्युदण्ड दिइन्थ्यो, त्यहाँबाट तिनीहरू जिउँदै तल आउने कुनै मौका हुँदैनथ्यो । त्यो अपराधी जबसम्म त्यसको सबै जीवित-रगत बग्दैन र हरेक सास समाप्त हुँदैन तबसम्म झुण्डिनै रहनेछ । जब येशुले हरेक चेलालाई आफ्नो क्रुस उठाउन आदेश दिनु हुन्छ, उहाँले हाम्रो पुरानो घमण्डी, कामुक, जिद्दी स्वयंलाई निर्णायक रूपमा ख्रीष्टको क्रुसमा झुन्ड्याउनु पर्छ, ताकि हाम्रा नयाँ छुटकारा पाएको स्वयंले येशूको जीवन जिउन सकून् । स्वयंको मृत्यु भन्नुको अर्थ, हाम्रो पुरानो इच्छा, हाम्रा योजनाहरू, प्रतिष्ठाको लागि हाम्रो पुरानो सरोकार, हाम्रो सौँच्ने पुरानो तरिका, हाम्रो पुरानो आनन्दको खोजी, हाम्रा पुरानो शारीरिक इच्छाहरू ख्रीष्टको क्रुसमा टाँसिएको हुनु हो । अब, हामी पूर्ण रूपमा उहाँमा जिउँछौं!

» सँगै मत्ती १६:२४ पढ्नुहोस् ।

स्वयंको मृत्युको बाटो भनेको प्रशस्त जीवनको बाटो हो![२६६] सायद पापको क्षमाको लागि ख्रीष्टकहाँ आउने कोहीलाई परमेश्वर हाम्रो मृत्युको कत्तिको पूर्ण प्रतिबद्ध हुनुहुन्छ भनेर पूर्णतया थाह छैन! चर्चको इतिहासमा धेरै महान् पुरुष र महिलाहरूले यो सत्य बुझ्न सकेका छन्:

मार्टिन लुथर: "परमेश्वरले शुन्यताबाट सृष्टि गर्नुहुन्छ । त्यसैले, जबसम्म मानिस शुन्य बन्दैन तबसम्म परमेश्वरले उसलाई केही बनाउन सक्नुहुन्न ।"

चार्ल्स ह्याडन स्पर्जन: "अब मैले मेरा सबै प्रार्थनाहरू एउटैमा केन्द्रित गरेको छु, र त्यो एउटै प्रार्थना यो हो कि, कि म आफैंमा मर्न सकूँ, र उहाँमा पूर्ण रूपमा बाँचूँ ।"

रिचर्ड ब्याक्सटर: "स्वयं सबैभन्दा विश्वासघाती शत्रु हो… अरू सबै दुर्गुणहरूमध्ये यो पत्ता लगाउन सबैभन्दा गाह्रो छ, र निको पार्न सबैभन्दा गाह्रो छ ।"

डेट्रीक बेनहोफर: "जब ख्रीष्टले कुनै मानिसलाई बोलाउनुहुन्छ, उहाँले त्यसलाई आउन र मर्न आग्रह गर्नुहुन्छ ।"

जे.आई. प्याकर: "येशू ख्रीष्टले आफैलाई ईन्कार गर्न माग गर्नुहुन्छ, अर्थात्, स्वार्थ-त्याग, जुन चेलापनको लागि आवश्यक शर्त हो । आफैलाई-इन्कार गर्नु भनेको परमेश्वरलाई पिताको रूपमा र येशू ख्रीष्टलाई प्रभुको रूपमा अख्तियारमा मूनि समर्पण गर्नु भन्ने आह्वान हो… आफैलाई इन्कार गर्ने ख्रीष्टको आह्वान भनेको शारीरिक म ले प्राप्त गर्न चाहेको सबै कुराको लेखि मरेको छु भनि स्वीकार गर्नु हो ।"

जर्ज मुलरउन्नाइसौं शताब्दी तिरको इङ्गल्याण्डमा हजारौं अनाथहरूको लागि उहाँको ठूलो विश्वास र उहाँको सेवाको लागि परिचित, उहाँलाई प्रभुप्रति उहाँको फलदायी सेवाको रहस्य सोधिएको थियो । "त्यहाँ एक दिन थियो जब म मरे, पूर्ण रूपमा

---

२६५ मत्ती १६:२४

२६६ यूहन्ना १२:२४

मरे," उनले जवाफ दिए। उनले बोल्दै गर्दा, उहाँले लगभग भुइँ नछोएसम्म तल र तल झुक्नु भयो। "म जर्ज मुलरको लागि - उनको विचार, उनको प्राथमिकता, उनको स्वाद, र उनको इच्छाको लागि मरेँ - म मेरा भाइहरू र साथीहरूलाई समर्थन वा आरोप लगाउने प्रति पनि मरेँ - र त्यसबेलादेखि, मैले आफूलाई परमेश्वरद्वारा स्विकृत हुनको लागि मात्र अध्ययन गरेको छु।"[२६७]

स्वयंलाई मार्ने विषयमा अन्य बाइबलीय शब्दहरूमा "तोडिनु" र "पश्चात्तापी" हो:

> तोडिएको आत्मा नै परमेश्वरको निम्ति बलिदान हो। हे परमेश्वर, तोडिएको र पश्चात्तापी हृदयलाई तपाईं तिरस्कार गर्नुहुन्न।[२६८]

तोडिनु विषयमा गलत धारणाहरू[२६९]

१. **तोडिनु सधैं दुखी र उदास हुन्छ।** हामी कहिलेकाहीँ तोडिएको मान्छे भन्दा त्यस्तो व्यक्तिको कल्पना गर्छौं जो कहिल्यै मुस्कुराउँदैन वा हाँस्दैन। वास्तवमा, बाइबलीय चुर्णताले स्वतन्त्रता र आनन्द र शान्तिको गहिरो भावना उत्पन्न गर्छ।

२. **चुर्णता भनेको आफ्नो बारेमा नराम्रो गरि सोच्नु हो।** (उदाहरणहरू: "म राम्रो छैन! म कीरा हुँ!" त्यहाँ एक झुटा नम्रता हुन पनि सक्छ।

३. **तोडिएको हुनु भनेको गहिरो गरि भावनात्मक हुनु हो।** "दुर्भाग्यवश, अनगिन्ती मानिसहरूले आँसुले भरिएका बाल्टिनहरू बगाएका छन् तर अझै पनि साँचो टुटेको क्षण अनुभव गरेका छैनन्।"[२७०]

४. **तोडिएको हुनु भनेको दुखद परिस्थितिको कारण गहिरो चोट लागेको हुनु हो।** कसैले धेरै पीडा अनुभव गर्न सक्छ र अझै पनि धेरै घमण्डी भइ रहन सक्छ।

बाइबलले तोडिएको हुनुको परिभाषा

तोडिएको:

> तोडिएको हुनु भनेको मेरो आफ्नो-इच्छा पूर्ण चकनाचूर हुनु - परमेश्वरमा मेरो इच्छाको पूर्ण समर्पण हुनु हो। यो भनेको "हो, प्रभु!" भन्नु हो - कुनै प्रतिरोध छैन, कुनै जिद्दीपन छैन - केवल मेरो जीवनको लागि उहाँको निर्देशन र इच्छामा आफूलाई समर्पण गर्नु हो।[२७१]

पश्चतापी: यो शब्दले चट्टानलाई मसिनि पारेझैं साना कणहरूमा कुचिएको वा भुइँमा भुइँमा कुचिएको कुरालाई संकेत गर्छ। "परमेश्वरले हामीमा के पेलेर मसिनो बनाउन चाहनुहुन्छ? उहाँले तोड्न चाहनु भएको हाम्रो आत्मा होइन, न त हाम्रो

---

२६७ डि.डब्ल्यू. एकस्ट्राण्ड, "आफ्नो लेखि मर्नु।" http: //www.thetransformedsoul.com/additional-studies/spiritual-life-studies/dying-to-self सेप्टेम्बर १२, २०२० बाट पुनःप्राप्त।

२६८ भजनसंग्रह ५१:१७, *अंग्रेजी स्ट्याण्डर्ड भर्जन*

२६९ तोडिने बारेमा निम्न अन्तर्दृष्टिहरू मध्ये धेरै जसो नेन्सी लेइ डेमोसबाट लिइएको हो, *तोडिएको, समर्पण, पवित्रता* (शिकागो: मूडी पब्लिशर्स, २००८), ४३-४५।

२७० ईबीड, ४९

२७१ इबिड, ४४

आवश्यक व्यक्तित्व । उहाँले हाम्रो स्व-इच्छा तोड्न चाहनु हुन्छ ।[२७२] "यो एक काउबॉय जस्तै हो जसले घोडालाई तोड्न चाहन्छ, त्यसलाई चोट पुर्याउन वा अपाङ्ग गर्न होइन, तर यसलाई आफ्नो आज्ञाको अधीनमा राख्नको लागि हो ।

> साँचो तोडिनु भनेको मेरो स्व-इच्छालाई तोड्नु हो ताकि प्रभु येशूको जीवन र आत्मा म मार्फत देखिन सकोस् ... स्व-निर्भरता र ईश्वरबाट टाढा हुन खोज्ने कुरा हट्न सकोस्... मेरो हृदयको माटोलाई नरम पार्न .. ईश्वरको सामु इमानदारी बन्न... अरूको अगाडि नम्र बन्न सकोस् ।[२७३]

तोडिएको मानिसहरूको विशेषताहरु

हामीसँग "तोडिएको र पश्चतापी हृदय" छ भनेर कसरी थाह पाउने? निम्न विशेषताहरू पूर्णतया येशूमा मात्र पाइन्छ, तर ती आत्माले भरिएका ख्रीष्टियनहरूमा बढ्दो रूपमा पनि सत्य हुनेछन्:

- तोडिएको मानिसमा सिक्ने हृदय हुन्छ ।
- तोडिएका मानिस अरूलाई सुम्पन तयार हुन्छन् ।
- तोडिएकाहरु मानिससँग भन्दा परमेश्वरको बढी भय राख्छन् ।
- तोडिका मानिसहरूमा विनम्र आत्मा हुन्छ ।
- तोडिएका मानिसहरूले संस्कृति र परम्पराभन्दा माथि रहेर परमेश्वरकै विचारलाई स्वीकार गर्छन् ।
- तोडिएका मानिसहरु आफ्नै प्रचार गर्दैनन् र भुईंमा बस्नु परे पनि लाज मान्दैनन् ।
- तोडिएका मानिसहरूले घमण्ड बिनाको सम्मानलाई स्वीकार गर्छन् ।
- तोडिएका मानिसहरू आफ्नो छवि जोगाउन भन्दा बढी आफ्नो गल्ती स्वीकार गर्न तत्पर हुन्छन् ।
- तोडिएका मानिसहरू सा-साना कुराहरूमा परमेश्वरको आज्ञा मान्छन् ।
- तोडिएका मानिसहरूले निर्णय गर्नु अघि परमप्रभुलाई पर्खन्छन् ।
- तोडिएको मानिस विश्वासद्वारा हिँड्छ देखिने कुराले होइन ।
- तोडिएका मानिसहरू खुशीको सट्टा पवित्रताको पछि लाग्छन् ।

» यदि हामी मध्ये धेरै साँच्चै आफैंमा मर्ने हो भने के हुन्छ जस्तो लाग्छ? यो सूचीको साथ आफैलाई मूल्याङ्कन गर्नुहोस् । तपाईको घरमा के फरक होला जस्तो लाग्छ? मण्डलीमा? सेवकाईमा? समूहसँग बाँड्न चाहने जो कोहीलाई समय दिनुहोस् ।

महत्त्वपूर्ण सत्य ५

आफ्नो लेखि मर्न, एक पवित्र जीवनमा अघि बढ्नको लागि, निर्णायक आत्मसमर्पण आवश्यक छ ।

येशूले हामीलाई बोलाउनुभएको मृत्यु हाम्रो इच्छा, निर्णायक आज्ञाकारिता बिना हुनेछैन । हामी यसमा बढ्ने छैनौं, यद्यपि आत्मसमर्पण सम्भवतः हामी मध्ये धेरैको लागि संघर्षको अवधि बिना हुनेछैन । शैतान कति चलाख छ । त्यसले धेरैजना विश्वासीहरूको समूहलाई सामान्य ख्रीष्टियान जीवन भनेको परमेश्वरको इच्छा विरुद्धको संघर्ष हो, र तिनीहरूले निर्णायक

२७२　इबिड ।

२७३　इबिड ।

विजयको आशा गर्नुहुँदैन भनि विश्वास दिलाएको छ । संघर्ष सामान्य हो, तर साधारण भने छैन । विश्वासद्वारा हामीमा सञ्चालित येशूको जीवन नै सामान्य ईसाई जीवन हो ।

मानव र आत्मिक दुवै युद्धको इतिहासले बताउँछ कि प्रत्येक सफल युद्धमा त्यहाँ रणनीतिक निर्णयहरू हुन्छन् जसले निर्णायक मोडहरू निम्त्याउँछ । युद्धको मैदानमा निर्णायक विजय बिना, स्रोतहरू बर्बाद हुन्छन् र जीवनहरू गुम्छन् । ओह, विश्वासीहरूको यो पुस्तालाई कति निर्णायक विजयहरू चाहिन्छ!

येशू, मानिस, निर्णायक विजयको एक उदाहरण बन्नुभयो

गेतसमनीको बगैंचामा, मानव येशूले आफ्नो क्रुस उठाउन संघर्ष गर्नुभयो; तर बँगैचा छोड्नु अघि, उहाँले आफ्नो पिताको इच्छामा आफ्नो आत्मसमर्पणलाई नवीकरण गर्नुभएको थियो ।[२७४] सामान्य मानिएको कुरामा उहाँ नै परमेश्वरको स्तर हुनुहुन्छ ।

हामी देख्छौं कि:

- बगैंचामा, ईश्वर-मानिस येशूले धेरै वास्तविक संघर्षको अवधि अनुभव गर्नुभयो । उहाँसँग पापी स्वभाव थिएन, तर उहाँको मानवतामा आज्ञाकारिताको मागहरूको धेरै भारले थिच्यो ।
- येशूलाई उहाँको पिताले आत्मसमर्पणको निर्णायक क्षणमा अगुवाइ गर्नुभएको थियो, जहाँ अगाडि बढ्ने एकमात्र तरिका भनेको उहाँको इच्छालाई परमेश्वरको सार्वभौम इच्छामा अर्पण गर्नु थियो ।
- विजयको क्षण तब आयो जब येशूले प्रार्थना गर्नुभयो, "तैपनि, मेरो इच्छा होइन, तर तपाईंको पूरा होस् ।"[२७५]
- आत्मसमर्पणको त्यस क्षणदेखि, येशू एक्लोपन, विश्वासघात, अन्याय, अपमान र मृत्युको सामना अनुग्रह र साहसका साथ गर्न खडा हुनुभयो । आत्मसमर्पणको त्यो क्षणबाट, येशूले ईश्वरीय शक्तिको अनुभव गर्नुभयो ।

जसरी येशूलाई उहाँको पिताको इच्छामा निर्णायक आत्मसमर्पणको क्षणमा डोर्याइयो, त्यसरी नै येशूले हामी प्रत्येकलाई निर्णायक आत्मसमर्पणको क्षणमा डोर्याउनुहुनेछ । परमेश्वर हामी प्रत्येकको लागीआउनुहुनेछ र भन्नुहुनेछ, "मेरो छोरा, तिमीले यहाँ आफ्नो जीवन अर्पण गरेको म चाहन्छु ।" त्यसपछि ख्रीष्टसँग मर्ने निर्णायक छनौटले आत्मिक प्रशस्त जीवनमा डोर्याउनेछ ।

संसारको सृष्टिदेखि नै, येशू पापको लागि मारिएको परमेश्वरको थुमा हुनुहुन्थ्यो । एक अर्थमा, उद्धारको काम परमेश्वरको दिमागमा पहिले नै सम्पन्न भइसकेको थियो; र विजय पहिले नै निश्चित थियो । यद्यपि, छुटकाराको योजना स्वचालित थिएन, तर समयमै काम गर्नुपर्ने पनि थियो । त्यसैले यो हामी संग छ । धर्मशास्त्रहरू सुसंगत र स्पष्ट छन् कि परमेश्वरले प्रत्येक विश्वासीलाई बोलाउनुहुन्छ जसलाई उहाँले छुटकारा दिनुभएको छ "तिमीहरूको आत्मिक उपासनाको रूपमा आ-आफ्ना (उद्धार गरिएको) शरीरलाई पवित्र र परमेश्वरलाई ग्रहणयोग्य हुने जिउँदो बलिको रूपमा अर्पण गर ।"[२७६]

---

२७४ लूका २२:४२

२७५ लूका २२:४२

२७६ रोमी १२:१

अब्राहामः निर्णायक समर्पणताको एक उदाहरण

एक दिन, परमेश्वरले अब्राहाम र जवान इसहाकलाई उहाँसँग हिंड्न भन्नुभयो - एक पैदल यात्रा जसले मोरीयाह पर्वता, ख्रीष्टको मृत्युको पहाडमा, र अब्राहामको पूर्ण आत्मसमर्पणतालाई परमेश्वरमा लैजान्छ । यो अब्राहामको परमेश्वरसँगको सम्बन्ध र उनको जीवनको सबैभन्दा ठूलो परीक्षाको मुख्य क्षण थियो ।[२७७] यात्राको सुरुदेखि नै अब्राहामसँग परमेश्वर एकदमै स्पष्ट थिएः "तेरो छोरो, अर्थात्‌तैंले माया गरेको तेरो एउटै छोरो इसहाकलाई लिएर मोरीयाहको देशमा गई मैले तँलाई देखाएको डाँड़ामा त्यसलाई होमबलि गर् ।"[२७८] अब्राहामले विरोध गरेनन् । तीन दिनको कठिन यात्रा पछि, उनले आफ्नो प्रेमलाई वेदीमा बाँधे र चक्कु उठाए ... र अब्राहामको मृत्यु भयो ।

अन्ततः, परमेश्वरले अब्राहामको बलिदान - इसहाक -चाहनुभएको होइन तर उनको इसहाकको आत्मसमर्पण हो ।[२७९] परमेश्वरले इसहाकको सट्टा सिद्ध र पूर्ण बलिदान (येशू) प्रदान गर्नुभयो; नम्र आत्मसमर्पण मार्फत, अब्राहाम त्यो बलिदानमा सहभागी हुनेछन् । परमेश्वरलाई बलिदानको आवश्यकता थिएन । शताब्दीयौं पछि, राजा दाऊद, हृदय शुद्धताको लागि चाहना गर्दै, प्रार्थना गर्थे,

> किनकि तपाईं बलिमा प्रसन्न हुनुहुन्न, नत्रता म बलि चढ़ाउनेथिएँ । होमबलिमा तपाईं खुशी हुनुहुन्न । **तोडिएको आत्मा नै परमेश्वरको निम्ति बलिदान हो । हे परमेश्वर, तोडिएको र पश्चात्तापी हृदयलाई तपाईं तिरस्कार गर्नुहुन्न ।**[२८०]

साँच्चै, हामीले परमेश्वरलाई दिने वा परमेश्वरको लागि गर्न सक्ने केही छैन, जसले हामी को हौं र हामीले के गरेका कामलाई क्षमा गर्न सक्छ । हामी हाम्रो हृदयबाट दोष र दाग हटाउन सक्दैनौं । परमेश्वरले मात्र यो गर्न सक्नुहुन्छ । हामीले के गर्न सक्छौं भने तोडिएको र आत्मसमर्पणतामा परमेश्वरमा आउनु र उहाँको अनुग्रह प्राप्त गर्नु हो ।

फेरि, परमेश्वरले इसहाकलाई मार्न चाहनुभएन; उहाँ त अब्राहामले आफूलाई त्यागेको, नियन्त्रण त्यागेको, कुनै पनि प्रतिस्पर्धात्मक प्रेमलाई त्याग्नेको चाहनु हुन्थ्यो । "(परमेश्वरले) भन्नुभयो, 'तेरो हात त्यस केटामाथि नउठा", र "त्यसलाई केही नगर् । अब मैले थाहा पाएँ तैले परमेश्वरको भय मान्दोरहेछस्, किनकि **तेरो छोरो, तेरो एकमात्र छोरालाई** पनि मबाट तैंले रोकेर राखिनस् ।'[२८१] अर्को शब्दमा भन्नुपर्दा, "मैले चाहेको केटा होइन, तर तिमी हौ अब्राहाम! म केवल यो जान्न चाहान्छु कि तिमी मेरो हो र यो बहुमूल्य जीवन पनि मेरो हो ।" धेरै वास्तविक अर्थमा, जब अब्राहामले परमेश्वरको आज्ञाकारितामा चक्कु उठाए, तब अब्राहाम नै थिए जो मरे, इसहाक होइनन् । अब्राहाम प्रतिज्ञाको सन्तान इसहाकलाई आफ्नो स्वामित्वमा राख्ने आफ्नो अधिकारको लागि मरे । यो सबै समय परमेश्वरको अभिप्राय थियो ।

त्यसै गरी, परमेश्वरले उहाँमा विश्वासद्वारा हामीलाई अनन्त जीवन दिनुहुन्छ । र त्यसपछि उहाँले हामीलाई यो जीवन उहाँलाई जीवित बलिदानको रूपमा फिर्ता अर्पण गर्न आग्रह गर्नुहुन्छ - चक्कु उठाएर भन्न लगाउनु हुन्छ, "प्रभु, यो जीवन मेरो होइन, तर तपाईंको हो! मसँग र ममा जुन तपाईले चाहनभएका कुरा गर्नुहोस्, चाहे यो मानवीय रूपमा मूर्ख जस्तो देखिएता पनि! जहाँ तपाईं मलाई लैजान चाहनुहुन्छ म जानेछु, तपाईं मलाई जे गरेको चाहनुहुन्छ त्यही गर्नेछु, तपाईं मलाई के भनेको चाहनुहुन्छ सो भन्नेछु, र तपाईं मलाई जस्तो बनेको चाहनुहुन्छ सो बन्नेछु ।" यो हाम्रो प्राकृतिक जीवनको स्वार्थी भागको कारणले मात्र गाह्रो छ जसले समात्छ, जो अघि बढ्न दिँदैन र नियन्त्रण गरि राख्न चाहन्छ । यो हाम्रो प्रकृतिको त्यहि

२७७ उत्पत्ति २२:१

२७८ उत्पत्ति २२:२

२७९ उत्पत्ति २२:१२

२८० भजनसंग्रह ५१:१६-१७, *ईङ्लिश स्ट्याण्डर्ड भर्जन,* जोड थपियो ।

२८१ उत्पत्ति २२:१२, जोड थपियो ।

अंश हो जसलाई येशूले क्रूसमा सामना गर्नुभयो। यो हाम्रो प्रकृतिको अंश हो जुन उहाँले हामीलाई उहाँको आत्माले भर्न र उहाँको राज्यको पूर्ण आशीर्वाद दिनको लागि शुद्ध गर्नैपर्छ।

परमेश्वरले हामीलाई उहाँको सार्वभौम नियन्त्रण र उहाँको पूर्ण अख्तियारको प्रतिरोध गर्ने हामीभित्रको केवल त्यो भागलाई मार्न भन्नु हुनेछ, हाम्रो त्यो भाग — शरीर — जसले उहाँको विरुद्धमा युद्ध गर्छ र उहाँका हातहरूलाई टाढा धकेल्छ। यो हाम्रो प्रकृतिको अंश हो जसको छुटकारा हुन सक्दैन र कहिल्यै परमेश्वरको अधिकारको अधीनमा आउन सक्तैन।

परमेश्वरले हामीलाई दिनु भएका वरदानहरू र आशिषहरू खोस्नु भन्दा पनि उहाँको महिमाको लागि प्रयोग गर्नुहुन्छ। जबसम्म हामीले कुनै कुरा नराखि सबै कुरा परमेश्वरलाई अर्पण गर्दैनौं, तबसम्म हामी जान्न सक्दैनौं कि कुन भाग ख्रीष्टसँग वेदीमा रहनेछ, वा वेदीबाट कुन भाग निस्किनेछ। हामी पूर्ण आत्मसमर्पणको चक्कु उठाउँछौं। कुन जिउने छ र कुन मर्नेछ भन्ने कुरा उहाँले नै रोज्नु हुन्छ। जीवित बलिदान हुनुको अर्थ यही हो।

के तपाईंले निर्णायक आत्मसमर्पण अनुभव गर्नुभएको छ? तपाईंको जीवनमा कुन प्रेमको लागि परमेश्वरले तपाईंलाई मर्न भन्नुभएको छ?

पाठ ५ गर्नुपर्ने कार्य

१. यस पाठको सामग्रीमा आधारित परीक्षा गर्नुहोस् ।

२. पवित्र आत्मालाई अन्तर्दृष्टि दिनुहोस् भन्नका लागि, धर्मशास्त्रका पदहरू सहित यस पाठको समीक्षा गर्न यो हप्ता कम्तिमा तीस मिनेट समय दिनुहोस् ।

३. तपाईको जीवनमा गर्नु पर्ने कुनै पनि विशेष परिवर्तनहरू तपाईको नोट कापीमा रेकर्ड गर्नुहोस्, जसरी प्रभुले तपाईलाई प्रकट गर्नुहुन्छ ।

४. तपाईंको दैनिक उपासनाको समयमा कम्तिमा एउटा भजनसंग्रह मनन गर्नुहोस्, र भजनरचयिताले परमेश्वरको स्वभाव र चरित्रको बारेमा के भन्दैछ सो तपाईंको दैनिकी नोटमा रेकर्ड गर्नुहोस् ।

५. यस पाठमा आधारित आत्मिक रूपान्तरण र वृद्धिको लागि आफ्नो नोट कापीमा व्यक्तिगत प्रार्थना रेकर्ड गर्नुहोस् ।

६. तपाईंको दैनिक व्यक्तिग प्रार्थनामा डा. ब्राउनको *दैनिक प्रार्थना गाइड* प्रयोग गरेर अभ्यास गर्नुहोस् ।

पाठ ५ को जाँच

१. यस पाठमा आफूलाई जान्ने विषयमा सिकाइएको पाठबाट पाँच महत्त्वपूर्ण सत्यताहरूको नाम लेख्नुहोस् ।

२. आफ्नो विषयमा उल्लिखित यस पाठबाट चारवटा अभिव्यक्तिहरू दिनुहोस् ।

३. यस पाठबाट बाह्र मध्ये छ ओटा टुटेका मानिसहरूका गुणहरू लेख्नुहोस्?

४. आफ्नै शब्दमा येशू कसरी निर्णायक समर्पणको एउटा उदाहरण हुनुहुन्छ व्याख्या गर्नुहोस् ।

पाठ ६

आफ्नो बारेको सचेतनाद्वारा हुने आत्मिक निर्माण - भाग २

पाठ ५ समीक्षा

कक्षाको अगुवालाई नोट: पाठ ५ बाट पाँच महत्त्वपूर्ण सत्यहरूको समीक्षा गर्नुहोस् । साथै, आत्मिक निर्माणको यात्राका तीन पक्षहरूको समीक्षा गर्नुहोस् । विद्यार्थीहरूमा पाठ ५ बाट आफ्नो व्यक्तिगत प्रार्थना साझा गर्न इच्छुक को छन् सोध्नुहोस् ।

पाठका उद्देश्यहरू

१. आफैलाई चिन्नको लागि महत्त्वपूर्ण सत्यहरू बुझ्नुहोस् ।

२. बाइबलीय चुर्णताको उदार परिणामहरू बुझ्नुहोस् ।

३. येशूको जीवन कसरी आत्मिक रूपमा टुटेकाहरूमा प्रकट हुन सकेको छ भन्ने बारे कुरा गर्न सक्षम हुनुहोस् ।

४. ख्रीष्ट जस्तै हुने कुरामा कसरी बृद्धि हुँदै जाने भनि जान्नुहोस् ।

जीवनका तस्बिरहरू

मेरो ससुराको अगाडिको आँगनमा एउटा सुन्दर ब्राडफोर्ड जातको नाशपातीको रूख छ । एउटा सुन्दर रुख... अलिकति झुकेको बोट भएको । १५ वर्ष पहिले मलाई याद छ कि यो रोपेको लगत्तै, मेरो परिवार र म भेट्न आएका थियौं । मैले याद गरेको पहिलो कुरा के थियो भने, जसले पनि यो रोप्यो उसले होसियार नभईकन यसलाई सीधा रोपेन । मैले जराको वरिपरि खन्ने र यसलाई धकेलेर सीधा बनाउने बारे सोचें, तर प्रयास कहिल्यै गरिनँ । जब त्यो रूख बिरुवाबाट एक सुन्दर ठूलो रूखमा बढ्यो, यो अझै पनि रोपिएको बेला जस्तै झुकेको छ । समयले पनि यसलाई सीधा बनाएको छैन । वर्षौंको घाम, हावा र

वर्षाले यसलाई सीधा बनाउन सकेको छैन। रूख अग्लो र हाँगाहरू फराकिलो हुँदै जाँदा, तौलको असंतुलनले अन्ततः सुन्दर ब्राडफोर्डलाई ढाल्न सक्छ। सायद नढाल्न पनि सक्छ। सायद यो सधैं थोरै झुकेको रूख नै हुनेछ।

मानिसहरू पनि, रूखहरू जस्तै, अक्सर रोपिएकै स्थितिमा बढ्छन्। हाम्रा टेढो ठाउँहरू सीधा गर्न सकिन्छ र हाम्रा खस्रो क्षेत्रहरूलाई चिल्लो बनाउन सकिन्छ। अनुग्रह भनेको नै यही हो! हाम्रो ख्रीष्टियान जीवनमा कोमल हृदयलाई बढाउने, एउटा सिक्ने हृदय र परमेश्वरको वचनप्रति नम्र आज्ञाकारिता भन्दा महत्त्वपूर्ण अरू केही छैन। झुकेका रूखहरू जस्तै झुकेका मानिसहरूलाई सीधा गर्न गाह्रो हुन्छ कारण तिनीहरूले जीवनको मौसमहरूमा आफ्नो हृदयको माटोलाई कडा हुन दिएका हुन्छन्।

अन्तिम पाठमा, हामीले सिकाउन थाल्यौं कि आत्माले भरिएको पुरुष वा स्त्री हुनको लागि परमेश्वरले हामीलाई बोलाउनुभएको छ, हामी आठ महत्त्वपूर्ण सत्यहरूमा विश्वस्त हुनुपर्दछ। यस पाठमा, हामी यी नै कुराहरूमा निर्माण गर्नेछौं।

ठूलो विचार

आत्म-जागरूकता - आफ्नो बारेमा ज्ञान - ख्रीष्टको स्वरूपमा निर्माण गर्न बिल्कुल महत्वपूर्ण कुरा हुन्। आफूलाई साँच्चै चिन्नु भनेको अशुद्ध-स्वयमं आफ्नो सबैभन्दा ठूलो शत्रु रहेछ भनेर जान्नु हो।

महत्त्वपूर्ण सत्य ६

स्वयंको मृत्यु केवल विश्वासद्वारा अनुग्रह मार्फत सम्भव छ।

स्वयंको मृत्युलाई हामीले अनुग्रहको कामको रूपमा बुझ्न होसियार हुनुपर्छ। धेरै ख्रीष्टियनहरूले आफ्नो पापी स्वभावलाई मारेर धर्मी बन्न खोजिरहेका छन्। तर हामी पापी स्वभावलाई आफ्नै बलमा मार्न सक्दैनौं। न त हामी आफ्नै बलमा पवित्र, पुनरुत्थान भएको जीवन जिउन सक्छौं। केवल परमेश्वरले हामीमा यी पूरा गर्न सक्नुहुन्छ। हाम्रो घमण्डलाई त्यसका सबै स्वार्थ-केन्द्रित गतिविधिहरू सहितलाई पराजित गर्न जति नै अनुशासन र इच्छाशक्ति भएपनि त्यो पर्याप्त छैन।[२८२] एउटा विशाल रुखको जरा जस्तै, स्वयंले, मेरो जीवनको हरेक निर्णय, हरेक असल काम, हरेक कर्म, हरेक त्याग र हरेक सम्बन्धको वरिपरि आफैलाई बेह्रेको छ। केवल अनुग्रहले यसको बन्धन तोड्न सक्छ। यो अनुग्रह कहाँ पाइन्छ?

क्रुस र पुनरुत्थानको शक्तिमा अनुग्रह पाइन्छ, विश्वासद्वारा प्राप्त हुन्छ

केवल क्रुसले मात्र स्वार्थ-केन्द्रितता तोड्न सक्छ। यो नयाँ नियमको सुसंगत सन्देश हो। फेरी पढ्नुहोस् गलाती ५:२४। यहाँ पावलले विजयी, आत्माले भरिपूर्ण जीवनमा क्रुस र यसको महत्त्वपूर्ण भागको बारेमा कुरा गर्छन् जब उनी भन्छन्, "तर तिनीहरू, जो ख्रीष्ट येशूका हुन्, तिनीहरूले **पापमय स्वभावलाई** त्यसको वासना र लालसासहित **क्रूसमा टाँगिदिएका छन्।**"[२८३] "क्रूसमा टाँगिएको" शब्दले क्रुसलाई संकेत गर्छ।

यस गलातीका मण्डलीलाई आफ्नो पत्रमा पहिले पावलले लालसामाथिको विजय क्रुसमा **उपलब्ध गराईएको थियो**, र अहिले उ त्यसको **वास्तविकतामा बाँचिरहेको छन्** भनि गवाही दिए:

---

२८२ कलस्सी २:२३

२८३ जोड थपिएको छ।

> म ख्रीष्टसँगै **क्रूसमा टाँगिएको छु** । अब उप्रान्त जिउने म होइनँ, तर ख्रीष्ट ममा जिउनुहुन्छ । जुन जीवन शरीरमा म **अहिले** जिउँछु, त्यो परमेश्वरका पुत्रमा विश्वास गरेर जिउँछु, जसले मलाई प्रेम गर्नुभयो, र मेरो निम्ति आफूलाई अर्पण गर्नुभयो ।[२८४]

यहाँ विरोधाभास देखिन्छ । मानिस कसरी एकैचोटि मृत र जीवित दुवै हुन सक्छ?

» कुन अर्थमा एक व्यक्ति आत्मिक रूपमा मरेको र एकै समयमा आत्मिक रूपमा जीवित हुन सक्छ? यस खण्डमा विश्वास कत्तिको महत्त्वपूर्ण छ?

जब पावलले भने, "म क्रूसमा टाँगिएको छु," उनले केवल यसो भन्दै थिए कि पुरानो आत्मिक रूपमा मरेको मनुष्यत्व - पुरानो घमण्डी, आत्म-केन्द्रित पावललाई - क्रुसमा विजयी गरिएको थियो, यसको पहिचानद्वारा । "म" जसलाई जिवित पारियो र अहिले जीवित छ त्यो पुनरुत्थान भएको विजयी "म" हो जसमा येशू बस्नु हुन्छ र सर्वोच्चरूपमा शासन गर्नुहुन्छ । यो पवित्र आत्माले नियन्त्रित जीवन हो । यो नै त्यो जीवन हो जसमा आफ्नो स्वार्थलाई बेवास्ता गरिन्छ, र ख्रीष्टको चासो पहिलो हुन्छ । पावलको गवाहीले प्रकट गर्दछ कि येशूको मृत्यु र पुनरुत्थानमा विश्वासद्वारा साझा गर्नु भनेको पापको क्षमा मात्र होइन, तर स्वयंको मृत्यु हो ।[२८५]

धेरै ख्रीष्टियानहरू हारपूर्ण जीवन बाँचिरहेका छन् किनभने तिनीहरू आफ्नै बलद्वारा शत्रुलाई पराजित गर्ने प्रयास गरिरहेका छन् जसलाई केवल क्रुसमा हराउन सकिन्छ । तिनीहरू सधैं आफू भित्र हेर्छन्, तर विरलै येशूलाई हेर्छन् । एउटा साँचो कथा जापानी सैनिक हिरु ओनोडाको बारेमा भनिएको छ, जो फिलिपिन्सको लुबाङ टापुमा १९७४ सम्म बसे, दोस्रो विश्वयुद्ध समाप्त भएको उन्तिस वर्ष पछिसम्म, किनकि जापानले आत्मसमर्पण गरेको खबर उनीसम्म पुगेको थिएन ।[२८६] यी धेरै वर्षहरूमा मिस्टर ओनोडा स्थानीय फिलिपिनो बासिन्दाहरूसँग झडपमा संलग्न भए, तीस व्यक्तिको मृत्यु भयो! मानिसहरूले उनलाई युद्ध समाप्त भएको कुरा बुझाउन खोजे, तर उनको पूर्व कमाण्डिङ्ग अफिसर उनलाई भेट्न नआएसम्म र उनलाई आधिकारिक आदेशहरू प्रस्तुत नगरेसम्म उनलाई मनाउन सकिएन ।

हिरू जस्तै, धेरै विश्वासीहरू शरीरसँग लडाइँ हारेर लडिरहेका छन् किनभने पुरानो घमण्डी, आत्मकेन्द्रित स्वार्थलाई क्रुसमा पराजित भएको खबर उनीहरूको हृदयमा पुगेको छैन । अनुग्रहको एउटा रहस्य भनेको क्रुसमा आनन्दित हुनु हो!

अनुग्रह येशूको भित्री उपस्थितिमा पाइन्छ

पावलले गलाती २:२०-२१, मा स्पष्ट पारेका छन् कि ख्रीष्टसँग क्रूसमा टाँगिनु भनेको परमेश्वरको उपचारको एक भाग मात्र हो । ख्रीष्टसँग क्रूसमा टाँगिनुले हामीलाई ख्रीष्टको पूर्णताको लागि तयार बनाउँछ, जो एक्लै नम्र, आत्म-दिने प्रेमले भरिएको हुन्छ: "ख्रीष्ट ममा बस्नुहुन्छ ... जसले मलाई प्रेम गर्नुभयो र मेरो लागि आफैलाई अर्पण गर्नुभयो ।" पावलले आफ्नो जीवनलाई "ममा ख्रीष्ट बस्नुहुन्छ" भनेर वर्णन गर्छन् । यो हो पवित्र जीवनको रहस्य! डेनिस किनल भन्छन्, "ख्रीष्ट जस्तै बन्नु अनुग्रहको काम हो । यो ख्रीष्ट हामीमा बस्नु हुँदा मात्र हुन्छ, हामीले उहाँजस्तै बन्ने प्रयास गर्दा होइन ।"[२८७]

---

२८४ गलाती २:२०-२१, जोड थपियो ।

२८५ यसलाई पनि हेर्नुहोस् गलाती ६:१४-१५ ।

२८६ "आत्मसमर्पण गर्न अस्वीकार गर्ने जापानी दोस्रो विश्वयुद्धका सैनिक हिरु ओनोडाको मृत्यु ।" जनवरी १७, २०१४ प्रकाशित । http: //www.bbc.com/news/world-asia-२५७७२१९२ सेप्टेम्बर १२, २०२ बाट प्राप्त ।

२८७ डेनिस किनल, "ख्रीष्टको मन," *हाई कलिङ्ग,* जनवरी-फेब्रुअरी २०१७, १, ९ । http: //www.francisasburysociety.com/wp-content/uploads/JanFeb२०१७-High-Callinglr.pdf सेप्टेम्बर १२, २०२० बाट उद्धृत ।

दुःखको कुरा, आज धेरैले येशूको जीवनको अनुभव गरिरहेका छैनन् किनभने तिनीहरू उहाँको बासस्थानको उपस्थितिको सचेतनामा बाँचिरहेका छैनन् । अरूले उहाँको सङ्गतिलाई गर्नुपर्ने जस्तो विकास गरिरहेका छैनन् वा उहाँको शक्तिमा बाँचिरहेका छैनन् ।

» यूहन्ना १५ मा, फलदायी जीवनको रहस्य के हो भनेर येशूले भन्नुभयो? ख्रीष्टमा रहनुको अर्थ के हो छलफल गर्नुहोस् ।

अनुग्रह पवित्र आत्माको भित्री उपस्थितिमा पाइन्छ

आफैलाई रित्त्याउनाले पवित्र आत्माको पूर्ण बास र नियन्त्रणको लागि ठाउँ बनाउँछ । यहि नै एफिसी ५:१८ को अर्थ हो: "दाखमद्यले नमात्तिओ (अधिनमा).... तर पवित्र आत्माले भरिपूर्ण होओ ।" येशू पवित्र आत्माद्वारा हामीमा जिउनु हुन्छ तर हामी आफैंमा मर्यौं भने मात्र हामीमा पूर्ण रूपमा काम गर्न सक्नुहुन्छ ।[२८८] यस अनुसार गलाती ५ र नयाँ नियमका अन्य धेरै खण्डहरू, उहाँको बास गर्ने उपस्थिति ख्रीष्ट-जस्तो विजयी जीवनको साँचो हो । ध्यान दिनुहोस् कि पावलले यसलाई कसरी भन्छन्: "तर पवित्र आत्माको **फलचाहिँ** प्रेम, आनन्द, शान्ति, धैर्य हो ।"[२८९] यहाँ कुरा के हो भने आत्मिक फल पवित्र आत्माको फल हो, मेरो होइन! तपाईं र म भुइँमा खस्ने र मर्ने बीउहरू हौं;[२९०] तर जब हामी मर्छौं, र मरिरहन्छौं, उहाँ नै हुनुहुन्छ जसले हामीलाई जीवन दिनुहुन्छ र जसले हामीलाई बढाउनु र फल फलाउनुहुन्छ । कहिलेकाहीँ हामी यो बिर्सन्छौं र राम्रो बन्ने प्रयासमा आफैलाई थकित बनाउँछौं! तर परमेश्वरले मात्र मलाई राम्रो बनाउन सक्नुहुन्छ ।

मलाई असल बनाउने परमेश्वरको तरिका अक्सर पीडादायी हुन्छ । सुनमा मिसिएको अशुद्धता जस्तै, घमण्ड र त्यसका सबै अभिव्यक्तिहरू मेरो स्वभावमा गाँसिएका छन् । केवल पवित्र आत्माले यसलाई परिष्कृत गर्न सक्नुहुन्छ । उहाँले यो कसरी गर्नुहुन्छ? बप्तिस्मा दिने यूहन्नाले येशूले "तिमीहरूलाई पवित्र आत्मा र आगोले बप्तिस्मा दिनुहुनेछ" भनी घोषणा गरे ।[२९१] एक विश्वासीको हृदय, सुन जस्तै, बाहिरबाट सफा गर्न सकिदैन किनभने फोहोर भित्र छ, परमेश्वरको धार्मिकता संग मिसिएको छ । यसलाई पवित्र आत्माको आगोले पगाल्नुपर्छ र परिष्कृत गर्नुपर्छ ।

पत्रुसको गवाही अनुसार, यो पेन्टेकोस्टमा चेलाहरूले अनुभव गरेको सफाई हो:

> हृदयका कुरा जान्नुहुने परमेश्वरले तिनीहरूलाई पनि हामीलाई जस्तै पवित्र आत्मा दिनुभएर तिनीहरूलाई ग्रहण गर्नुभएको कुरा देखाउनुभयो । **उहाँले तिनीहरू र हामीहरूका बीच कुनै भेदभाव राख्नुभएन, तर तिनीहरूका हृदय विश्वासद्वारा शुद्ध पार्नुभयो ।**[२९२]

आउनुहोस् हाम्रो हृदयलाई निरन्तर पवित्र पार्नुहुने पवित्र आत्माको बास बस्ने उपस्थितिमा रमाहट गरौं ।

---

२८८ यूहन्ना १४:१६

२८९ गलाती ५:२२, जोड थपियो ।

२९० यूहन्ना १२:२४

२९१ मत्ती ३:११

२९२ प्रेरित १५:८-९, जोड थपियो ।

महत्त्वपूर्ण सत्य ७

हामीमा ख्रीष्टको जीवन हुनुनै आफ्नो लेखि मर्नुको फल हो ।

आफ्नो लेखि मर्नु भनेको अन्त होइन तर ख्रीष्टमा आत्मसमर्पणताको जीवनको सुरुवात हो । बीउहरू माटोमा गाडिनुको कारण यो होइन कि तिनीहरू मर्नेछन्, तर तिनीहरू यसरी बाँच्नेछन् जुन तिनीहरूले कहिल्यै सोचेका थिएनन्!

ईसाई जीवन त्यस्तो जीवन हो जसमा येशूको चरित्र अधिक र अधिक उज्ज्वल हुँदैजान्छ । पवित्र हुनुको अर्थ यही हो । पवित्रता वा पवित्रता सम्बन्धि कुनै पनि शिक्षाको दावि गर्ने तर त्यो त्यसको जीवन र शिक्षासँग मेल खाँदैन भने त्यो साँचो पवित्रता होइन । "संसारले ख्रीष्टलाई चिन्ने एक मात्र तरिका हामी मार्फत हो । तसर्थ, हाम्रो जीवन र हामीले प्रतिनिधित्व गर्ने व्यक्तिको बीचमा मेल हुनुपर्छ ।"[२९३]

- पवित्रता शक्ति होइन ।
- पवित्रता संसारबाट अलग हुनु होइन ।
- पवित्रता भनेको सही काम गर्नु होइन ।
- पवित्रता आत्मिक वरदान होइन ।

यी पवित्रताका फल हुन्, तर साँचो धार्मिकता येशूको जीवन हो । आफ्नो लेखि मर्नुको परिणाम सधैं हामी भित्र र मार्फत प्रकट हुने येशूको जीवन हुनेछ ।

जब येशूको जीवन हामीमा हुन्छ, हामी निम्नद्वारा चिनिने छौं:

- उदारता, स्वार्थ रहित, बलिदानपूर्ण प्रेम[२९४]
- सशक्तिकरण र पवित्र आत्माको निर्देशन[२९५]
- नम्र र इमान्दार व्यवहार[२९६]
- गहिरो आत्मिक ज्ञान[२९७]
- डर र चिन्ताबाट मुक्ति ।[२९८]
- परमेश्वर र सँगी विश्वासीहरूसँगको सङ्गति[२९९]
- घेरिरहने पापमाथि विजय[३००]

---

२९३ डेनिस किनल, "ख्रीष्टको मन," *हाई कलिङ्ग,* जनवरी-फेब्रुअरी २०१७, ९ । http: //www.francisasburysociety.com/wp-content/uploads/JanFeb२०१७-High-Callinglr.pdf सेप्टेम्बर १२, २०२० बाट उद्धृत ।

२९४ याकूब १:२७; १ यूहन्ना ३:१६

२९५ एफिसी ५:१८; प्रेरित २:४, प्रेरित ४:३१

२९६ याकूब ३:१६-१७

२९७ मत्ती ५:८

२९८ भजनसंग्रह ३७:३७; यशैया २६:३; मत्ती ११:२८-३०

२९९ १ यूहन्ना १:६-७

३०० हिब्रू १२:१

- बढ्‌दै जाने नम्रता[३०१]

यदि मैले बाइबको एउटा पृष्ठ छान्नु पर्ने भयो जहाँ मैले पवित्र जीवनको चरित्रको बारेमा जान्नु पर्नेछ भने, मलाई लाग्छ फिलिप्पी २ मेरो रोजाइ हुनेछ। यो साँच्चै बाइबलमा हामीले राख्ने मानसिकता र हामीले जिउने जीवनको बारेमा सबैभन्दा खुलस्त गरिएको अध्यायहरू मध्ये एक हो।

» तपाईंले फिलिप्पी २ बाट येशूमा पाइने निःस्वार्थ पवित्रताका गुणहरूको सूची बनाउनुहोस्। आफ्नो समुह संग यी बाँड्नु होस्।

स्वार्थमा डुबेको व्यक्ति देखावटी र प्रतिष्ठाको दास हो र नम्र तरिकाले आफ्नो सँगी मानिसको सेवा गर्न सक्दैन।

डा. डेनिस किनलले सामुएल ब्रेन्गलको निम्न कथा बताउँछन्, जो एक शक्तिशाली प्रचारक र स्यालभेसन आर्मीका सबैभन्दा प्रभावशाली अगुवाहरूमध्ये एक बनेका थिए:

> बोस्टन युनिभर्सिटीमा सामुएल ब्रेन्गलको वरिष्ठ वर्षको दौरानमा, उनलाई साउथ बेन्ड, इन्डियानाको धनी मण्डलीको पास्टरको प्रस्ताव गरिएको थियो। उनले सामाजिक रोस्टरको शीर्षमा आफ्नो सेवकाई सुरु गर्ने मौका पाएका थिए। तर, उनले महसुस गरे कि परमेश्वरले उनलाई स्यालभेसन आर्मीमा सामेल हुन बोलाउनुभएको छ, त्यसैले उनले एट्लान्टिक महाद्विप पार गरे र आफूलाई जनरल विलियम बुथ (सेवकाईका संस्थापक) समक्ष प्रस्तुत गरे।
>
> "हामीलाई तपाई चाहिँदैन। तपाईं खतरनाक हुनुहुन्छ," बुथले भने। "खतरानाक? तपाईंले के भन्न खोज्नु भएको हो?" ब्रेन्गलले सोधे। "तिमीले धेरै शिक्षा पाएका छौ। तिमी आफूलाई यहाँका अधिकारीहरू मध्ये कसैको अधीनमा राख्न इच्छुक हुनुहुने छैन जहाँ विश्वास गरि परिवर्तन भएकाहरू मादक पदार्थहरू पिउने र वेश्याहरू कर्मचारी अगुवाहरू छन्।" "कृपया मलाई मौका दिनुहोस्," ब्रेन्गलले भने। त्यसैले ब्रेन्गललाई लन्डनको केन्द्रीय स्याल्भेसन आर्मी कोर्प्सका लागि बुटब्ल्याक (जुता चम्काउने व्यक्ति) को रूपमा काम गर्न लगाइयो। अधूरो गोदाममा, पानीमा आधा डुबेको फोहोर भुइँमा, ब्रेन्गलले सडक खातेहरूको जुत्ताबाट माटो सफा गर्न थाले जो अब सेनाका सिपाहीहरूमा रूपान्तरित भएका थिए।
>
> एक दिन उनलाई एउटा भित्री आवाज सुनेको जस्तो लाग्यो, "तिमी मूर्ख हौ!" "तपाईंले के भन्न खोज्नु भएको हो?" ब्रेन्गलले सोधे। "आफ्नो तोडालाई माटोमा गाड्ने मान्छे याद छ?" त्यो भित्री आवाजले भन्यो। "तिमीले गरेको सबै तालिमको बारेमा सोँच। तिमीले यसलाई त्यत्तिकै फ्याँकिरहेका छौ।" ब्रेन्गल तनावमा डुबेर प्रार्थना गर्न थाले, "प्रभु, के मैले तपाईलाई असफल बनाएको छु? के मैले तपाईंको अगुवाईलाई कतै छुटाएँ?" र प्रभुले जवाफ दिनुभयो, "याद गर, साम, मैले तिनीहरूको खुट्टा धोएँ!" ब्रेन्गलले प्रभुको आश्वस्त उपस्थिति महसुस गरेपछि त्यो हिलाम्मे गोदाममा स्वर्गको एउटा प्रवेश कक्ष बन्यो। त्यस दिन देखि, उनलाई थाहा भयो कि उनलाई अरूको लागि आफैलाई खर्चिन बोलाइएको रहेछ। केवल पवित्र आत्माले यस प्रकारको बलिदानपूर्ण विचार सम्भव बनाउन सक्नुहुन्छ।[३०२]

कुनै पनि पवित्रता बारेको विचारमा सावधान रहनुहोस् जुन प्रभु येशूको नम्र जीवनसँग मेल खाँदैन।

---

३०१ फिलिप्पी २

३०२ डेनिस किनल, "ख्रीष्टको मन," *हाई कलिङ्ग,* जनवरी-फेब्रुअरी २०१७, ९। http: //www.francisasburysociety.com/wp-content/uploads/JanFeb२०१७-High-Callinglr.pdf सेप्टेम्बर १२, २०२० बाट उद्‌धृत।

महत्त्वपूर्ण सत्य ८

आफ्नो लेखि मर्ने र ख्रीष्टमा आत्मसमर्पणताको जीवनमा परिश्रम चाहिन्छ ।

हृदयको शुद्धता नै हाम्रो खोजको अन्त्य होइन । हामी पाइलटहरू जस्तै हौं जसले हाम्रो विमानलाई रनवेसँग पङ्क्तिबद्ध गरेका त हुन्छौं तर विमान अवतरण गर्नु अघि अझै अनगिन्ती सुधारहरू गर्न आवश्यक छ ।

ईसाईको आत्मिक आत्मको मृत्यु एक जीवित मृत्यु हो - एक निरन्तर मृत्यु ।[३०३] हाम्रो बलिदान एक जीवित बलिदान हो - निरन्तरको बलिदान । "आफ्नो लेखि मर्नु" जस्ता शब्द चित्रहरूले हामीलाई आत्मिक वास्तविकताहरू सिकाउनका लागि मात्र हुन्, तर हामी परमेश्वरको वचनबाट टाढा नहोस् भनेर होसियार हुनुपर्छ । शुद्ध हृदय नै पवित्रताको लागि हाम्रो खोजको अन्त्य होइन । शुद्ध हृदय र आत्मसमर्पणताले हामीलाई यात्राको लागि राम्रोसँग सुसज्जित बनाउँछ, तर हामीसँग माथि उक्लिदैँ जानु पर्ने पुरै एउटा जीवनकाल छ!

आत्माले भरिएको जीवन भनेको वृद्धि र प्रगतिशील शुद्धताको जीवन हो । परमेश्वरको आत्माद्वारा हामी "महिमाबाट महिमामा" परिवर्तन हुँदैछौं ।[३०४] पवित्रताको गहिरो जीवन चाहनेहरूका लागि निम्न व्यावहारिक सल्लाह छ ।[३०५]

निम्न लेखमा मेरो साथी डा. फिल ब्राउनले पवित्रताको पछि लाग्ने बारे केही धेरै उपयोगी, बाइबलीय सल्लाहहरू प्रदान गर्नु भएको छ ।

पवित्रताको खोजीमा छ चरणहरू

हिब्रू १२:१४ ले हामीलाई, "पवित्रताको पछि लाग्ने" आज्ञा दिन्छ![३०६] हामीले पछ्याउनु पर्ने पवित्रता भनेको परमेश्वरको पवित्रता हो, जुन येशूमा पूर्ण रूपमा देखिन्छ, जो सबै पापबाट अलग, निर्दोष, शुद्ध र धर्मी हुनुहुन्थ्यो ।[३०७]

१. हरकिसिमका बोझालाई पन्छ्याउ.[३०८]

म्याराथन धावकहरूले तिनीहरूलाई ढिलो बनाउने हरेक भारलाई कम गर्छन् । यदि तपाईंको पवित्रताको खोजीमा बाधा पुर्याउने कुनै कुरा छ भने, तपाईंले त्यसलाई अलग्गै राख्नुपर्छ! मिडिया, पैसा, संगीत, घमण्ड, सम्बन्ध - जे भए पनि फरक पर्दैन । यदि यसले पवित्रतामा तपाईंको प्रगतिमा बाधा पुर्याइरहेको छ भने, यसलाई हटाउने समय भएको छ । के तपाईंले आफ्नो पवित्रताको खोजीमा हरेक भारलाई पन्छाउनुभएको छ?

---

३०३ लुका ९:२३

३०४ २ कोरिन्थी ३:१८

३०५ १ कोरिन्थी ६:११

३०६ यो सम्पूर्ण खण्ड डा. फिल ब्राउनद्वारा लेखिएको थियो ।

३०७ हिब्रू १:९, हिब्रू ४:१५, हिब्रू ७:२६

३०८ हिब्रू १२:१

२. सजिलैसँग जालमा पार्ने पापलाई पन्छ्याउनुहोस् ।[३०९]

पन्छ्याउनु पर्ने कुरा केवल तौलहरू मात्र होइन । सजिलैसँग जालमा पार्ने पाप पनि हट्नै पर्छ । यो पप के हो? यो त्यो हो जसको तपाईं सजिलै शिकार बन्नुहुन्छ । सबै विश्वासीहरू सजिलै स्वार्थ जीवन, हाम्रो भ्रष्ट स्वभावको देखिने पहिलो कुराको शिकार हुन्छन् । उहाँको पवित्र आत्माको शुद्धीकरणको लागि ख्रीष्टकहाँ आएर हामी यो प्रमुख पापलाई पन्छाउँछौं । यद्यपि, तपाईंको हृदय विश्वासद्वारा शुद्ध भएपछि पनि, त्यहाँ कुनै पापहरू हुनेछन् जसमा तपाईं सजिलै पासोमा पर्न सक्नुहुन्छ । आफूलाई पापबाट जोगाउनको लागि धर्मशास्त्रले तोकेका सबै काम गरेर हामी यी पापहरूलाई पन्छाउन सक्छौं: अनुग्रहका साधनहरू प्रयोग गर्नुहोस्;[३१०] शरीरले अभिलाषा पूरा गर्न त्यसको लागि कुनै बाटो नराख्नुहोस्;[३११] धार्मिकता, विश्वास, प्रेम, शान्तिको पछि लाग्ने र शुद्ध हृदयबाट परमेश्वरलाई पुकार्नेहरूसँग संगत गरेर परीक्षाबाट भाग्नुहोस्;[३१२] र पवित्र आत्मामा हिंड्नुहोस् ।[३१३] के तपाईंले सजिलैसँग पासोमा पार्ने पापसँग व्यवहार गर्नुभएको छ?

३. येशुलाई हेर्नुहोस् ।[३१४]

प्रत्येक दौडने धावकलाई थाहा छ कि अन्तिम रेखामा अटल ध्यान दिनुनै जित्ने चाबी हो । एक ध्यान भट्किएको धावक हार्ने धावक हो । "हेर्दै" भनि अनुवाद गरिएको शब्दको अर्थ हो "कसैलाई ध्यान नदिई ध्यान केन्द्रित गर्नु, कसैको आँखा विश्वासपूर्वक एकटक लगाउनु" । हामीले अविचलित र विश्वासपूर्वक हाम्रो आत्माको आँखा येशूमा राख्नुपर्छ । किन? किनभने उहाँ पवित्रताको नमूना हुनुहुन्छ । हाम्रो पवित्रताको खोजीमा झुक्किने एउटा निश्चित तरिका भनेको वरिपरि हेर्नु र आफूलाई अरूसँग तुलना गर्नु हो । येशू जस्तो पवित्र हुनुहुन्थ्यो त्यस्तै पवित्र बन्न, हामीले उहाँमा ध्यान केन्द्रित गर्नैपर्छ । के तपाईंको नजर येशुमा टिकेको छ?

"जब हाम्रा प्रभु र मुक्तिदाता येशू ख्रीष्टले मत्ती ४:४ मा 'पश्चात्ताप गर' भन्नुभयो, उहाँले सम्पूर्ण ख्रीष्टियन जीवन पश्चाताम होस् भन्ने अभिप्राय राख्नुभयो ।"

मार्टिन लुथर

४. पाप विरुद्धको लडाइँमा दृढ रहनुहोस् ।[३१५]

यी पदहरूले हामीलाई पवित्र विजय सजिलै पाइन्छ भन्ने कुनै पनि विचारबाट टाढा राख्छ । हो, हरेक तौल र सजिलैसँग जालमा पार्ने पापलाई पर पन्छ्याउन सकिन्छ, तर हामी एउटा लडाइँमा छौं! पवित्रताको पछि लाग्दै गर्दा हामी युद्ध गर्छौं । ख्रीष्टसमान हुने हरेक प्रगतिको शत्रुले युद्ध गर्नेछ । यस टकरावबाट कोहि अछुतो छैन चाहे कुनै उमेर, परिपक्कता, वा अनुग्रहको अवस्था किन नहोस् । हाम्रो मनमा थकित र बेहोस हुने खतराले हामी सबैलाई सताई रहन्छ । ख्रीष्टको सहनशीलतालाई विचार गरेर हामी दृढ रहन्छौं । हाम्रो कप्तानले शैतानको भीडहरूमा जितेको छ । उहाँको कृपाले, हामी पनि सक्छौं! के तपाईं पाप विरुद्धको लडाइँमा दृढ हुनुहुन्छ?

---

३०९ हिब्रू १२:१

३१० भजनसंग्रह ११९:११; मत्ती २६:४१; एफिसी ६:१३-१८

३११ रोमी १३:१४

३१२ २ तिमोथी २:२२

३१३ गलाती ५:१६

३१४ हिब्रू १२:२

३१५ हिब्रू १२:३-४

५. धन्यवादका साथ प्रभुको ताड्नामा बस्नुहोस् ।[३१६]

यदि हामी पवित्रताको पछि लागिरहेका छौं भने, हामीले परमेश्वरको अनुशासनको हात अनुभव गर्नुपर्दैन, होइन र? गलत! उहाँ यसरी काम गर्नुहुन्न । वास्तवमा, परमेश्वरले सार्वभौम रूपमा हामीलाई ख्रीष्टको जस्तै पवित्रतामा बढ्न मद्दत गर्न कठिनाइहरूलाई आउन दिनुहुन्छ र नियुक्त गर्नुहुन्छ । "पीडा छैन, लाभ छैन," भन्ने पुरानो भनाइले हाम्रो अवस्थाको बारे साँचो बोल्छ । हामी धन्यवादी भएर प्रबन्धकर्ताको हप्काईहरूलाई नम्रतापूर्वक स्वीकार गरेर पवित्रताको पछि लाग्दछौं, किनभने तिनीहरूले उहाँको पवित्रतामा भाग लिनको लागि हामी प्रति उहाँको मायालु जोशलाई देखाउँछ । के तपाईं पितालाई उहाँको पवित्रता-उत्प्रेरित गर्ने ताड्नाको लागि धन्यवाद दिनुहुन्छ?

६. अन्य विश्वासीहरूलाई बलियो बनाउनुहोस् ।[३१७]

संसारको आदर्श वाक्य "हरेक मानिस आफ्नै लागि" भन्ने छ । पवित्रताको खोजीमा त्यस्तो हुँदैन । समाजमा पवित्रताको पालना हुनैपर्छ । हामी ख्रीष्टको जस्तो पवित्रतामा राम्रोसँग तब बढ्छौं जब हामी पारस्परिक उत्तरदायित्व भएको र सुधारको संरचनामा बस्छौं । हामी पवित्रताको दौड राम्रोसँग तब दौडन सक्छौं जब सँगी धावकहरूसँग हातमा हात मिलाउँछ । यदि कसैले ठोकर खायो भने, उसको मित्रहरूले उसलाई स्थिर गतिमा उठाउन मद्दत गर्छन् । के तपाईंले पवित्रताको खोजी गर्ने मित्रहरूसँग हातमा हात जोड्नुभएको छ?

समापन

हृदय र जीवनको पवित्रता एक यात्रा हो, र यी छवटा बाइबलीय सिद्धान्तहरूले हाम्रो आत्मालाई शत्रु र परीक्षाको हावा हुण्डरीबाट बचाउनेछ र परमेश्वरको राज्यको नागरिकको रूपमा बढाउनेछ ।

---

३१६ हिब्रू १२:५-११

३१७ हिब्रू १२:१२-१३

एउटा प्रार्थना

बुबा,

मैले देखेको छु कि मेरो आत्मिक यात्रामा घमण्ड-आफैमा प्रकट भएको पाप सबैभन्दा ठूलो बाधा छ । म बहानाहरूलाई यहिँ अन्त गर्छु । अरूलाई दोष दिने कुराबाट म अघाएको छु । म आफैंलाई पूर्णरूपले तपाईलाई जीवित बलिदानको रूपमा अर्पण गर्दछु । भजनरचयिताको साथ म प्रार्थना गर्छु, "हे परमेश्वर, ममा शुद्ध हृदय सृजना गर्नुहोस् ।"[३१८] पावलसँग म क्रुसमा हेर्छु र विश्वास गर्छु कि, "म ख्रीष्टसँगै क्रूसमा टाँगिएको छु, अब उप्रान्त जिउने म होइनँ, तर ख्रीष्ट ममा जिउनुहुन्छ । जुन जीवन शरीरमा म अहिले जिउँछु, त्यो परमेश्वरका पुत्रमा विश्वास गरेर जिउँछु, जसले मलाई प्रेम गर्नुभयो, र मेरो निम्ति आफूलाई अर्पण गर्नुभयो ।"[३१९] म अब पवित्र आत्माको शुद्ध गर्ने र सक्षम बनाउने शक्तिमा भरोसा गर्छु, जसलाई येशूले यसो भनेर प्रतिज्ञा गर्नुभएको थियो: "यदि कोही तिर्खायो भने त्यो मकहाँ आओस्‌र पिओस् । जसले ममाथि विश्वास गर्दछ, धर्मशास्त्रले भनेअनुसार 'त्यसको अन्तस्करणबाट जिउँदो पानीका खोलाहरू बगिनिस्कनेछन् ।"[३२०]

आमेन ।

३१८ भजन ५१:१०

३१९ गलाती २:२०

३२० यूहन्ना ७:३८-३८

पाठ ६ को गर्नुपर्ने कार्य

१. यस पाठको सामग्रीमा आधारित परीक्षा गर्नुहोस् ।

२. पवित्र आत्मालाई अन्तर्दृष्टि दिनुहोस् भन्नका लागि, धर्मशास्त्रका पदहरू सहित यस पाठको समीक्षा गर्न यो हप्ता कम्तिमा तीस मिनेट समय दिनुहोस् ।

३. तपाईको जीवनमा गर्नु पर्ने कुनै पनि विशेष परिवर्तनहरू तपाईको नोट कापीमा रेकर्ड गर्नुहोस्, जसरी प्रभुले तपाईलाई प्रकट गर्नुहुन्छ ।

४. तपाईंको दैनिक उपासनाको समयमा कम्तिमा एउटा भजनसंग्रह मनन गर्नुहोस्, र भजनरचयिताले परमेश्वरको स्वभाव र चरित्रको बारेमा के भन्दैछ सो तपाईंको दैनिकी नोटमा रेकर्ड गर्नुहोस् ।

५. यस पाठमा आधारित आत्मिक रूपान्तरण र वृद्धिको लागि आफ्नो नोट कापीमा व्यक्तिगत प्रार्थना रेकर्ड गर्नुहोस् ।

६. तपाईंको दैनिक व्यक्तिग प्रार्थनामा डा. ब्राउनको *दैनिक प्रार्थना गाइड* प्रयोग गरेर अभ्यास गर्नुहोस् ।

पाठ ६ को जाँच

१. यस पाठमा सिकाइएका तीनवटा महत्त्वपूर्ण सत्यहरू के हुन्?

२. आफ्नो लेखि मर्नुको मुख्य कुरा के हो?

३. यो वाक्य पूरा गर्नुहोस्: "केवल __________ ले स्वार्थपनलाई तोड्न सक्छ।"

४. यो वाक्य पूरा गर्नुहोस्: "आफैलाई रित्त्याउनुले ____________ __________ को लागि ठाउँ बनाउँछ र ____________ ____________ को नियन्त्रण गर्दछ।"

५. विश्वासीमा येशूको जीवनका तीनवटा गुणहरूको नाम दिनुहोस्।

६. डा. फिल ब्राउनले सिकाउनु भएको पवित्रतामा बढ्नु पर्ने वा पछि लाग्नुपर्ने विषयमा छवटा चरणहरू के थिए?

पाठ ७

आत्मिक तालिम मार्फत ख्रीष्टको स्वरूप

पाठ ६ समीक्षा

कक्षाको अगुवालाई नोट: पाठ ५-६ बाट आठ अत्यावश्यक सत्यहरू र पाठ ६ बाट पवित्रतालाई पछ्याउने छवटा चरणहरूको समीक्षा गर्नुहोस् । विद्यार्थीहरूमा पाठ ६ बाट आफ्नो व्यक्तिगत प्रार्थना साझा गर्न इच्छुक को छन् सोध्नुहोस् ।

पाठका उद्देश्यहरू

१. यस पदको अर्थ बुझ्नुहोस् १ तिमोथी ४:७ ।

२. येशूको स्वरूपमा बन्नको लागि किन आत्मिक तालिमको आवश्यक छ भनि जान्नुहोस् ।

३. यस पाठमा सिकेका सिद्धान्तहरूलाई व्यवहारमा उतार्न सुरु गर्नुहोस् ।

जीवनका तस्बिरहरू

एउटा भर्खरको विश्वासीले आज्ञाकारिताको सानो क्षेत्रहरूमा दृढ रहन संघर्ष गर्दछ । परमेश्वरले उसको जीवनलाई शक्तिशाली रूपमा परिवर्तन गर्नुभएको हुन्छ र उसलाई पीडादायी, स्वयंद्वारा दिईएको आत्मिक घाउबाट निको पार्नुभएको छ; र अझै पनि, त्यहाँ निरन्तर संघर्षका चलि रहेका क्षेत्रहरू छन् । उ विश्वासद्वारा हिँड्न संघर्ष गर्छ । उसले आफ्नो साँचको जीवनमा प्रभुत्व प्राप्त गर्न खोजिरहेको हुन्छ । उ आफ्ना साना छोराछोरीहरूप्रति बढी ध्यान दिने बुबा बन्न चाहन्छ । उ चाहन्छ कि उसका भावनाहरू उतार चढाव भएको नहोस् । उ आफ्नो समयको राम्रो भण्डारे बन्न चाहन्छ । उसलाई आफ्नो काममा सन्तुष्ट हुन गाह्रो भइरहेको छ र आफूलाई अन्य अवसरहरू आओस् भन्ने चाहना गरेको पाउँछ । उसले एक दिन मलाई बोलाए र भन्यो, "मलाई विश्वास छ कि परमेश्वरले मेरो जीवनको यस मौसममा मेरो लागि हरेक ढोका बन्द गरिरहनुभएको छ ताकि म लगनशीलताको अनुशासन सिक्न सकूँ । यस बिन्दुसम्म मेरो जीवन अधूरा परियोजनाहरूको श्रृंखला जस्तै भएको छ; मलाई

थाहा छ कि यदि म परमेश्वरसँगको मेरो सम्बन्धमा साँच्चै सफल हुन जाँदैछु भने, मैले सुरु गरेको कुरालाई निरन्तरता दिन र पूरा गर्न सिक्नुपर्छ। मेरो अधैर्यता चरित्रको समस्या हो जसले मेरो जीवनको हरेक क्षेत्रलाई असर गर्छ! " म मेरो साथीको नम्रता र अन्तरदृष्टि देखेर छक्क परें। ऊ गहिरो र बलियो हुँदै गइरहेको छ ... आभ्यास मार्फत!

ठूलो विचार

यस पाठको ठूलो विचार यो हो कि ईश्वरीय सद्गुण - हामीमा ख्रीष्टको स्वरूपको निर्माण हुनको लागि तालिम महत्त्वपूर्ण छ। यस तालिममा दुःख कष्ट, असल आत्मिक अनुशासनहरू (जस्तै पढाई, प्रार्थना, उपवास, आदि), साथै व्यक्तिगत अनुशासन समावेश छ।

केहीले तर्क गर्नेछन् कि माथि उल्लेख गरिएको मेरो मित्रलाई उसको जीवनमा केवल पवित्र आत्माको पूर्णता र शक्ति चाहिन्छ। निस्सन्देह यो सत्य हो। तर पवित्र आत्माले आज्ञाकारिता बिना विश्वासीहरूलाई भर्न र शक्ति दिन सक्नुहुन्न। जसरी मकै वा धानको फसल प्रत्यक्ष रूपमा किसानको इमानदार खेती र सिँचाइसँग सम्बन्धित छ, त्यसरी नै आत्मिक सद्गुणको फसल ख्रीष्टियानको विश्वासले भरिएको प्रयाससँग प्रत्यक्ष रूपमा सम्बन्धित छ।

यो पाठले हामीलाई ईश्वरसँग लगनशीलता, तत्परता र सतर्कसाथ हिँड्न, विश्वासमा जरा गाडेको हुन, र प्रेमद्वारा सशक्त बन्न आह्वान गरिरहेको छ।

ईश्वरभक्तिमा पावल र पत्रुसको दृष्टिकोण

दुई मुख्य खण्डहरूले आत्मिक निर्माणमा तालिमको भूमिकाको हाम्रो बुझाइलाई आकार दिन मद्दत गर्नेछ।

पावल लेख्छन्,

> भक्तिहीन र अर्थहीन कथाहरूदेखि एकदमै अलग बस। बरु आफैलाई **भक्तिमा तालीम** देऊ। किनभने शारीरिक तालीम केहीसम्म लाभको हुन्छ, तर ईश्वरभक्तिचाहिँ हरप्रकारले लाभदायक हुन्छ, किनकि यसमा वर्तमान र भविष्यत्जीवन दुवैको निम्ति प्रतिज्ञा रहेको हुन्छ।[३२१]

यहाँ मुख्य शब्दहरू "तालिम" र "ईश्वरभक्ति" हुन्। तपाईंलाई यी दुई अवधारणाहरू कसरी जोडिएका छन् जस्तो लाग्छ?

ईश्वरभक्तिको परिभाषा

» "ईश्वरभक्ति" शब्दलाई तपाईंको समूहसँग छलफल गर्नुहोस्। प्रत्येक व्यक्तिलाई एउटा परिभाषा दिन लगाउनुहोस्।

अहिलेको हाम्रो दिनमा, मलाई लाग्दैन कि हामीले ईश्वरभक्ति के हो भनेर स्वतः जान्दछौं। एक नजर लगाएर हाम्रो चर्च दूनियाको वरिपरि हेर्दा यसको विकृत बुझाई प्रकट गर्दछ। जब धेरै मानिसहरू एक ईश्वरभक्त मानिसको बारेमा सोच्छन् तिनीहरू प्रायः एक गम्भीर व्यक्तित्व भएको व्यक्तिको बारेमा सोच्छन्, जसले सधैं ठूलो बाइबल बोक्छ, आदरपूर्ण स्वरमा बोल्छ, र आफ्नो अधिकांश समय चर्चमा बिताउँछ।

---

३२१ १ तिमोथी ४:७-८, जोड थपियो।

तर ईश्वरभक्त मानिसहरू सबै स्वरूप, आकार, संस्कृति र व्यक्तित्वमा आउँछन् । ईश्वरभक्त व्यक्तिले पूरानो नीलो जीन्समा जति सहज महसुस गर्छ त्यति नै सुट र टाईमा गर्छ । ईश्वरभक्तको प्रार्थनाको स्वर वा मात्रा छुट्टै हुँदैन । ईश्वरभक्त मानिसको कुनै विशेष उपासना शैली वा संगीत विधा हुँदैन ।

भक्तिपूर्ण जीवन पवित्र आत्माले उत्पन्न गर्नुभएको येशूको सुन्दर जीवन हो । भक्तिपूर्ण जीवन भनेको परमेश्वरमा आनन्दित हुने, आज्ञाकारी हुने र उहाँमा बचन अनुसार निष्कपट र सच्चा रूपले हिंड्नु हो । ईश्वरभक्ति सबैको लागि हो, सबै ठाउँमा, हरेक संस्कृति, जाति र जीवनको हिडाइबाट, किनकि ईश्वरभक्ति कुनै वस्तु होइन, तर एक व्यक्ति हो । ईश्वरभक्ति प्रभु येशूको जीवन हो ।

» हामीलाई यो पालन गर्न किन यति गाह्रो छ? मण्डलीमा हुर्केका मानिसहरूलाई भन्दा नयाँ विश्वासीहरूलाई यो बुझ्न किन कहिलेकाहीं सजिलो हुन्छ?

ईश्वरभक्तिमा पावलको दृष्टिकोण

१. **ईश्वरभक्ति एक यात्रा हो-**"ईश्वरभक्ति तर्फ ।"[३२२]

हामी निरुत्साहित नहोऔं । हामी याद गरौं कि परमेश्वर हामीसँग धीरजी हुनुहुन्छ, किनभने, "जसरी पिताले आफ्ना छोराछोरीहरूलाई दया गर्नुहुन्छ, त्यसरी नै उहाँसँग डराउनेहरूलाई परमप्रभुले दया गर्नुहुन्छ ।" सिद्धतावाद एउटा शत्रु हो जससँग हामी मध्ये धेरैले लड्नु परेको छ ।

२. **ईश्वरभक्तिको हाम्रो यात्रामा जोगिनु पर्ने धेरै अवरोधहरू छन् ।** "भक्तिहीन र अर्थहीन कथाहरूदेखि एकदमै अलग बस ।"[३२३]

यी दन्त्यकथाहरू काल्पनिक यहूदी मिथ्या र परम्पराहरू थिए जसमा फलहीन अनुमानहरू समावेश थिए, जस्तै स्वर्गदूतहरूको उत्पत्ति र तिनीहरूका शक्तिहरू र अन्य धेरै कुराहरू जुन परमेश्वरले प्रकट नगर्न रोज्नुभएको छ । अनुमान, अन्धविश्वास र मिथ्याहरूको सूची त्यसबेलादेखि अझ बढेको छ!

३. **ईश्वरभक्ति अभ्यासद्वारा र विश्वासमा जरा गाडिएको बाट प्राप्त हुन्छ । "**बरु आफैलाई भक्तिमा तालीम देऊ ।"[३२४]

ओलम्पिक खेलहरूमा प्रतिस्पर्धा गर्ने खेलाडीहरूले जस्तै हामीले कडा परिश्रम र लगनशीलताद्वारा हृदय र जीवनको पवित्रतामा आफूलाई तालिम दिनु पर्छ ।

हामीले ध्यान दिनु पर्छ कि एक व्यक्तिले आफैलाई जानाजानीको पापबाट बाहिर निकाल्न सक्दैन । स्वेच्छिक पापलाई "मृत्यु" दिनुपर्छ![३२५]

---

३२२ १ तिमोथी ४:७

३२३ १ तिमोथी ४:७ यो पनि हेर्नुहोस् २ तिमोथी २:१६, २३ ।

३२४ १ तिमोथी ४:७

३२५ कलस्सी ३:५

मलाई यो चाखलाग्दो लाग्छ कि पावलले तिमोथीलाई भक्तिको छोटो मार्गमा प्रोत्साहित गर्दैनन्, किनभने त्यहाँ कुनै पनि छैन छोटो मार्ग छैन । नयाँ जन्म तात्काल हुने कुरा हो र केवल प्रभु येशू ख्रीष्टमा विश्वास गर्ने कुरा हो । ईश्वरीय गुण र चरित्रको विकासको लागि प्रयास चाहिन्छ ।

४. अभ्यास मार्फत प्राप्त भएको ईश्वरभक्तिले अहिले र आउने जीवनमा राम्रो गुणस्तरीय जीवनको प्रतिज्ञा गर्दछ ।

जोन वेस्लीको टिप्पणी छ,

> परमेश्वरसँग डराउने, प्रेम गर्ने र सेवा गर्ने मानिससँग जीवनभर परमेश्वरको आशिष् हुन्छ । उसको धर्मले उसलाई ती सबै अतिक्रमणहरूबाट जोगाउँछ, कार्य र जोश दुवैमा, जसले जीवनको जगलाई समेट्छ र अस्तित्वलाई अक्सर बोझ बनाउँछ । हृदयमा ईश्वरको शान्ति र प्रेमले एक निर्मलता र शान्तता उत्पन्न गर्दछ जसले जीवनको दियोलाई स्पष्ट, बलियो र स्थायी रूपमा बाल्छ.... तसर्थ, ईश्वरभक्तिको प्रतिज्ञा छ, र दुवै संसारको आशीर्वाद सुरक्षित गर्दछ ।[३२६]

ईश्वरभक्तिमा पत्रुसको दृष्टिकोण

पत्रुसले २ पत्रुस १:५-७ मा, विश्वासीहरूलाई लेख्छन् जसले "हाम्रा परमेश्वर र मुक्तिदाता येशू ख्रीष्टको धार्मिकताद्वारा हामी जस्तै बहुमूल्य विश्वास प्राप्त गरेका छन्" (१:१), जसले "जीवन र भक्तिसँग सम्बन्धित सबै कुराहरू प्राप्त गरेका छन्" (१:३), र "तिनीहरूलाई ... अत्यन्तै महान् र बहुमूल्य प्रतिज्ञाहरू दिईएको छ, ताकि यी मार्फत तिमीले ईश्वरीय स्वभावको सहभागी हुन सक" । (१:४) । "यही कारण" को लागि, तिनीहरूले "आफ्नो विश्वासमा थप्नु" पर्छ:

> यसैकारण पनि, **सबै किसिमका प्रयत्नद्वारा तिमीहरूको विश्वासमा** सद्‌गुण र सद्‌गुणमा ज्ञान थप, ज्ञानमा आत्मसंयम, आत्मसंयममा धैर्य, धैर्यमा भक्ति, भक्तिमा भातृ-स्नेह, भातृ-स्नेहमा प्रेम थप ।[३२७]

नोट: टिप्पणीकारहरू सहमत छन् कि "ईश्वरीय स्वभावका सहभागीहरू" भनेको **परमेश्वरको स्वरूपमा नवीकरण हुनु वा पुनर्स्थापना गरिनु हो**! एडम क्लार्क भन्छन्, "परमेश्वरका सबै प्रतिज्ञाहरूको उद्देश्य... पतित मानिसलाई उसले गुमाएको परमेश्वरको स्वरूपमा फिर्ता ल्याउनु थियो ।"[३२८] यो येशू ख्रीष्ट र सुसमाचारमा भएका प्रतिज्ञाहरूमा भरोसा गर्ने सबैको लागि परमेश्वरको योजना हो । ईश्वरको स्वभाव त्यो नदी हो जसबाट हरेक अनुग्रह बग्दछ, जसले ईश्वरभक्तिलाई अधिक र अधिक सम्भव बनाउँछ ।

१. पत्रुसले हामीलाई आश्वासन दिन्छन् कि ईश्वरीय स्वभाव परमेश्वरबाट भएको भए तापनि, उहाँको कृपाद्वारा, यसलाई धेरै भन्दा धेरै लिने कुरा हामीमा निर्भर छ ।

पत्रुसले यो स्पष्ट पार्दछन् कि बचाउने विश्वासको जगमा आत्मिक सद्‌गुण निर्माण गर्न हरेक प्रयास आवश्यक छ । एक टिप्पणीकारले यसलाई यसरी राख्छन्: "तेल र आगो पूर्ण रूपमा परमेश्वरको अनुग्रहबाट दिइन्छ, र विश्वासीहरूले 'लिन्छन्': अब तिनीहरूको काम 'तिनीहरूका बत्तीहरू काट्ने' हो ।"[३२९]

---

३२६ यस पदमा जोन वेस्लीको टिप्पणीहरू १ तिमोथी ४:८

३२७ जोड थपिएको छ ।

३२८ एडम क्लार्कको टिप्पणी २ पत्रुस १:४

३२९ यस पदमा जेमिसन-फौसेट-ब्राउन टिप्पणी २ पत्रुस १:४-५

२. प्रत्येक विश्वासीले आफूभित्र रोपिएको ईश्वरीय स्वभावलाई हुर्काउन र वृद्धि गर्न पूर्णतया लगनशील हुनुपर्छ ।

मूल भाषामा पत्रुसले एकदमै जोड दिएका छन् । त्यसोभए पत्रुसले हामीलाई विश्वासमा कस्ता ईश्वरीय गुणहरू थप्न भनेका छन्?

३. पत्रुसले "हाम्रा प्रभु येशू ख्रीष्टको ज्ञानमा बाँझो वा निष्फल" नहोस् भनेर हामीले हाम्रो विश्वासमा थप्नुपर्ने सातवटा गुणहरू सूचीबद्ध गरेका छन् ।[330]

- **सद्गुण** - नैतिक उत्कृष्टता, विशेष गरी कठिनाइ र सतावटको समयमा ।
- **ज्ञान** - यो परमेश्वरको इच्छालाई जान्ने ज्ञान हो ।
- **आत्मसंयम** - यो सबै सांसारिक आनन्दहरूको उचित प्रयोग हो, आत्म-संयमको अभ्यास गर्ने, र शारीरिक भोक वा जोशलाई कहिल्यै बग्न नदिने हो ।
- **धैर्य** - यो दुःख र कठिनाइको बीचमा हुने सहनशीलता हो ।
- **भक्ति** - एक ईश्वरभक्त व्यक्ति त्यो हो जो परमेश्वर, उहाँका मानिसहरू र उहाँका उद्देश्यहरू प्रति समर्पित हुन्छ ।
- **भातृ-स्नेह** - ईश्वरभक्तिमा हामीले उदारता, विनम्रता र प्रफुल्लता थप्नु पर्छ । ईश्वरभक्ति भनेको निरस, पाखण्डी पवित्रता, उदास वा खिन्न हुनु होइन!
- **प्रेम** - निस्वार्थ हेरचाह, केवल परमेश्वरको परिवारको लागि मात्र होइन, तर सम्पूर्ण मानवजातिको लागि ।

अभ्यासहरू मार्फत ख्रीष्टका गुणहरू हामीमा निर्माण हुनेछ

मलाई व्यायामको लागि हिड्न मन पर्छ । यसले मलाई राम्रो स्वास्थ्य पाउन मद्दत गरेको छ । यसले मेरो दिमागलाई ताजा बनाउँछ । र किनभने म हिँड्दा प्रार्थना गर्न सक्छु, हिँडाईले मलाई प्रभुको नजिक तान्छ । तातो हुँदा र चिसो हुँदा पनि म हिँड्छु । म वर्षा र हिउँमा पनि धेरै पटक हिँडेको छु ।

पृथ्वी लगभग ४०,००० किलोमिटर (२४,००० माइल) वारपार छ, र दूरीको हिसाबले, मेरो व्यक्तिगत लक्ष्य यसको वरिपरि मेरो तरिकाले हिंड्ने रहेको छ! अर्को शब्दमा भन्नुपर्दा, म मर्नु अघि, म कसरतको लागि कम्तिमा ४०,००० किलोमिटर हिँडि सक्ने आशा गर्दैछु । मैले आठ वर्ष अघि सुरु गरें; तर यदि म स्वस्थ रहेँ भने, र यदि प्रभुले मलाई बल दिनुहुन्छ भने, यसले मलाई थप बाईस वर्ष लाग्नेछ । आठ वर्षपछि, प्रतिदिन ६.४ किलोमिटर (४ माइल), हप्तामा २५ किलोमिटर (१६ माइल) र वर्षमा १,२८७ किलोमिटर (८३२ माइल) हिँड्दा, मैले करिब १०,३०० किलोमिटर (६,४०० माइल) हिडेको छु । मसँग अझै ३०,००० किलोमिटर बाँकी छ, तर मैले यसको बारेमा बिरलै सोँच्छु । म केवल (अधिकतर) दैनिक हिँडाईको आनन्द लिन्छु ।

संसारभर हिंड्ने एउटा ठूलो लक्ष्य जस्तै, एक पटकमा थोरै मात्र प्राप्त गर्न सकिन्छ । यो तब मात्र हुन्छ जब हरेक दिन उठ्न र हिँडेर व्यायाम गर्न प्रतिबद्ध हुन्छौं । र यदि मैले जारी राखें भने, म अन्ततः एक पटक असम्भव देखिने कुरा पूरा गर्नेछु ।

---

३३० २ पत्रुस १:८

आत्मिक निर्माणको जीवन धेरै जसो यस्तै छ । हामी यस पाठमा सिक्छौं कि ख्रीष्टको स्वरूप अनुरूप हुनु भनेको हाम्रो मनलाई नविकरण गरेर मात्र होइन, तर प्रेरित पावलले "तालिम" भनेर बोलाएको एक लक्ष्य हो ।

मैले चिनेका हरेक ईश्वरभक्त व्यक्तिले यसको लागि धेरै प्रयास गरेका छन् । मुक्ति अनुग्रहद्वारा, विश्वासद्वारा हुन्छ; तर पवित्रता - सद्‌गुण र चरित्रको विकास - प्रायः पीडादायी बलिदान र स्वेच्छिक प्रयास मार्फत आउँछ । पावलले यसलाई "लक्ष्यमा अघि बढ्नु" भने ।[३३१] अनुग्रहले, पक्कै पनि, हाम्रो प्रयासमा काममा गर्छ ।[३३२]

तालिममा अभ्यास समावेश छ

बेकी (मेरी श्रीमती) र म एकअर्का र हाम्रा बच्चाहरूसँगको हाम्रो अन्तरक्रियामा नम्रतालाई अभ्यास गर्ने आवश्यकतामा ध्यान दिइरहेका छौं । एक दिन हामीले लेट्टी काउम्यानको उपासना पुस्तक, *मरुभूमिमा धाराहरू*मा G.D.W द्वारा यो शिक्षा भेट्यौं:

> पवित्र आत्माको अनुग्रह (धैर्य जस्तै) संयोगले हामीमा बस्दैन; र यदि हामीले अनुग्रहका निश्चित अवस्थाहरू बुझ्दैनौं, र तिनीहरूलाई छनोट गर्छौं, र हाम्रा विचारहरूमा तिनीहरूलाई पोषण गर्छौं भने, तिनीहरू हाम्रो स्वभाव वा व्यवहारमा कहिल्यै बाँधिदैनन् । अनुग्रहमा बढ्दै गरेका प्रत्येक कदम भन्दा पहिले यसलाई बुझ्नु पर्छ, र त्यसपछि यसलाई प्राप्त गर्न प्रार्थनापूर्वक संकल्प गर्नु पर्छ ।[३३३]

सद्‌गुणको तालिम? यस्तो सोच्ने व्यक्ति भेट्टाउनु असामान्य छ, तर यो बुझ्न महत्त्वपूर्ण छ ।

याद गरौं कि ख्रीष्टियन जीवनको लक्ष्य भनेको सही कामहरू गर्नु मात्र होइन । विश्वासीहरूले धेरै गलत कारणहरूका लागि सही कामहरू गर्न सक्छन् - दोष, डर, र घमण्ड सहित । परमेश्वरको उद्देश्य र प्राथमिकता भनेको हामी "नियमित रूपमा र सजिलैसँग उहाँको आज्ञा पालन गर्ने" मानिसहरूनबने सम्म;[३३४] हाम्रो चरित्र परिवर्तन नभएसम्म; जबसम्म आत्माको फल हाम्रो आदत नबने सम्म हामीलाई भित्र देखि बाहिर सम्म निर्माण गर्नु हो ।

मत्तीको सुसमाचारमा, येशूले थकित र बोझले दबिएका मानिसहरूलाई विश्रामपूर्ण, आज्ञाकारिताको सजिलो जीवनमा उहाँसँग एक हुन निम्तो दिनुहुन्छ ।

> हे सबै थाकेका र बोझले दबिएका हो, मकहाँ आओ, र म तिमीहरूलाई विश्राम दिनेछु । मेरो जुवा (काठको घाँटीको भारी) आफूमाथि लेओ, र मसँग सिक, किनभने म विनम्र र कोमल हृदयको छु, अनि तिमीहरूले आफ्ना आत्मामा विश्राम पाउनेछौ । किनकि मेरो जुवा **सजिलो,** र मेरो भारी हलुको छ ।" ।[३३५]

येशूको लागि, यस जुवालाई "सजिलो" भन्न सकिन्छ जब भित्री स्वभाव परिवर्तन भएको हुन्छ: जब हृदय अब परमेश्वरको इच्छाको विरुद्धमा युद्ध गर्ने हुँदैन तर "कोमल र नम्र" भएको छ - यी शब्दहरू यस सन्दर्भमा स्वीकृतिको विषयमा कुरा गरेको हो । यो परमेश्वरले हामीमा गर्न चाहनुहुन्छ ।

---

३३१ फिलिप्पी ३:१४

३३२ फिलिप्पी १:६

३३३ लेटी काउम्यान, *मरुभूमिमा धाराहरू* (ग्रान्ड र्यापिड्स: जोनडर्भन, १९९६), जून ११

३३४ डलास विलार्डको उद्धरण पाठ १ मा उल्लेख गरिएको छ ।

३३५ मत्ती ११:२८-३०, *न्यु इन्टरनेशनल भर्सन*, जोड थपियो ।

तालिमले चरित्रको विकास गर्छ

ईसाई जीवनमा सद्‌गुण र चरित्रको भूमिका बुझ्न महत्त्वपूर्ण छ । आत्मिक असफलता प्रायः प्रत्यक्ष रूपमा, इमानदारीता वा इच्छा वा भक्तिको कमीको कारणसँग सम्बन्धित छैन, तर प्रभुसँगको हाम्रो हिँडाइमा ख्रीष्टियान सद्‌गुण र चरित्रको भूमिकाको गलत बुझाइसँग छ ।

यो पाठ लेख्दा, मेरी श्रीमती र मैले हाम्रो घरमा दम्पतीहरूको बाइबल अध्ययन आयोजना गऱ्यौं । हाम्रो संगतिको क्रममा, एउटी जवान आमाले निरन्तर मसीही जीवन बिताउन आफ्नो निराशाजनक असक्षमताको बारे बताउनुभयो । "यो म कति मूर्ख जस्तो लाग्दछ," उनले भनिन्, "तर कहिलेकाहीँ यो विचार मेरो दिमागमा आउँछ र भन्छ कि सायद म परमेश्वरले चुनेको मध्ये एक होइन, हुनसक्छ म जति कोसिस गरे पनि म बलियो हुन सक्दिन!"

अब, हुनसक्छ हामी यस्तै त भन्देनौं, तर त्यहाँ धेरै निष्कपट विश्वासीहरू छन् जसले परमेश्वरप्रतिको उच्च स्तरको भक्ति केवल विशेष ख्रीष्टियानहरू वा सुपर सन्तहरूका लागि आरक्षित छन् कि भनेर आश्चर्यचकित छन्! तर परमेश्वर मानिसको भेदभाव गर्नुहुन्न, र हरेक विश्वासीलाई ख्रीष्टको स्वरूपमा बनाउन सक्नुहुन्छ । हाम्रो समस्या प्रायः चरित्रको कमी र प्रभुसँगको हाम्रो हिँडाइमा चरित्रले खेल्ने भूमिकाको बुझाइ हो ।

जसरी रिबार (स्टीलको बार बलियो बनाउने कार्य) ले कंक्रीटलाई बलियो बनाउँछ र मांसपेशीसे शरीरलाई बलियो बनाउँछ, चरित्रले ख्रीष्टियान जीवनका सद्‌गुणहरूलाई बलियो बनाउँछ । चरित्रले आत्मालाई बलियो बनाउँछ । चरित्रले प्रेम, आनन्द, शान्ति, धैर्य, र आत्माका सबै फलहरूलाई हाम्रो आत्मामा थप स्थिर हुन सक्षम बनाउँछ । चरित्रले विश्वासीलाई ख्रीष्टमा रहन र येशूसँग निरन्तर संगति र आज्ञाकारितामा जिउन सक्षम बनाउँछ । आत्मिक रिबार बिना, हामी जतिसुकै ईमान्दार र असल नियतका भए तापनि, हामी जीवनको दबाब, प्रतिकूलताको बतास र परीक्षाका छालहरू विरुद्ध चकनाचूर हुनेछौं ।

पवित्र आत्माको मार्फतको, ईश्वरीय स्वभाव नै, **प्रेमको** स्रोत हो; तर सबै मानिसहरूले हामीप्रति अप्रिय व्यवहार गरिरहँदा पनि तिनीहरूलाई माया गर्ने कार्य (सम्मान र दयाको कार्यहरू देखाउने) को लागि तालिम चाहिन्छ ।

विश्वासद्वारा हाम्रो हृदयमा **नम्रताको** बिउ रोपिन्छ, तर कठोर आरोपको कोमल जवाफ र झगडा गर्ने व्यक्तिहरूलाई कोमल जवाफ भने जिब्रोको तालिमबाट प्राप्त हुन्छ ।

शान्तिको स्रोत नै पवित्र आत्मा हुनुहुन्छ, तर तनावपूर्ण र कष्टपूर्ण परिस्थितिहरूमा हाम्रो हृदयलाई पूर्ण शान्तिमा राख्न सिक्नको लागि भने आत्माको तालिम चाहिन्छ ।

आत्मसंयम पवित्र आत्माको फल पनि हो; तर हाम्रो भावना र रुचिहरूमा संयमताको लागि आत्म-अनुशासनको तालिम चाहिन्छ, विशेष गरी तिनीहरूका लागि जससँग आफैलाई "हुँदैन!" भन्ने बानी छैन ।

धैर्य । यो गुण पनि हाम्रो आत्मामा परमेश्वरबाट रोपिन्छ । यो ईश्वरीय स्वभावको गुण हो । तर हामीले गर्न चाहेको कुरामा पर्खन सक्ने, मोजमज्जामा ढिलाइ गर्न सक्ने, र स्थिर रहन सक्ने क्षमता भने स्वेच्छिक प्रयासबाट मात्रै हाम्रो चरित्रमा जोडिनेछ ।

विश्वासयोग्यता ईश्वरीय स्वभावको एक गुण हो; तर समयमा चल्नु, कडा परिश्रम गर्नु, आफ्नो वचन पूरा गर्नु, र हाम्रा प्रतिबद्धताहरू पालना गर्न सचेत तालिम चाहिन्छ, विशेष गरी अल्छी हुनेहरूको लागि।

नम्रता पवित्र आत्माको एउटा फल हो; तर अरूलाई आफूभन्दा श्रेष्ठ ठान्ने, टेबुलमा सबैभन्दा तल्लो सिटमा बस्ने र सेवकको भूमिका निर्वाह गर्ने काम अनुशासनबाट मात्रै हासिल हुने सीप हो।

हृदय शुद्धता पनि विश्वासद्वारा पवित्र आत्माबाटको हो, तर हाम्रो हृदयलाई रक्षा गर्ने बानी लगनशील आत्मिक तालिमद्वारा प्राप्त हुन्छ!

आत्मसंयुम परमेश्वरबाट आएको ईश्वरीय बिउ हो, तर मेरो जिब्रोलाई वशमा राख्ने र मेरो शब्दहरूमा पूर्ण रूपमा निपुण हुने कुरा तालिमबाट आउँछ।

आनन्द आत्माको एउटा फल हो, तर हर समय प्रभुको प्रशंसा गर्न सिक्न तालिम प्राप्त इच्छा बाट आएको हो।[३३६]

उद्धारको माध्यमबाट परमेश्वरले हामीलाई ईश्वरीय चरित्रको लागि आवश्यक पर्ने सबै निर्माण सामग्रीहरू दिनुहुन्छ; तर त्यो चरित्रको निर्माणमा, ढुङ्गामा ढुङ्गा, कोठामा कोठा थप्ने काम हाम्रो दैनिक चुनौती हो। यहाँ अनुग्रह कहाँ छ? अनुग्रह विश्वासीहरू तालिममा व्यस्त हुँदै गर्दा अनुभव गर्छन्।

सगरमाथा पर्वत आरोहणलाई कसैले यसलाई सहज भन्ने चुनौती दिनसक्दैन। सबैभन्दा अग्लो हिमाल लगभग १०,००० मिटर (३०,००० फिट) अग्लो छ, यसको शिखरमा समुद्र सतह भन्दा २/३ कम अक्सिजन छ। आरोहणको प्रयासमा तीन सय आरोहीले ज्यान गुमाएका छन्। यसको लागत लगभग $७५,००० छ र आरोहण गर्न ४० दिन लाग्छ! ख्रीष्टियन जीवनले पनि समर्पणताको माग गर्दछ, र यो हामीले सजिलो मान्न नसकिने यात्रा हो!

व्यायाममा कठिनाइहरू हुन्छ, ताडना पनि

कष्टले हामीलाई तालिम दिन्छ। पावल भन्छन्, "यति मात्र होइन, तर हामी आफ्नो सङ्कष्टमा रमाउँछौं, यो जानेर कि सङ्कष्टले सहनशीलता उत्पन्न गराउँछ; सहनशीलताले चरित्र, र चरित्रले आशा उत्पन्न गराउँछ।"[३३७] हामीले कठिनाईलाई परमेश्वरले हाम्रो जीवनमा उहाँको सद्गुणको पाठको रूपमा आउन दिनुभएको अनुमतिको रूपमा हेर्नुपर्छ।

परमेश्वरको ताड्नाले पनि हामीलाई तालिम दिन्छ। हिब्रूमा हामी सिक्छौं कि कसैले "ताड़नालाई हलुका नसम्झ, उहाँबाटको दण्डमा हरेस नखाऊ,किनभने जसलाई परमप्रभुले प्रेम गर्नुहुन्छ त्यसैलाई ताड़ना दिनुहुन्छ, र आफूले ग्रहण गर्नुभएको हरेक छोरालाई उहाँले दण्ड दिनुहुन्छ।"[३३८] हामी यो पनि सिक्छौं कि यो ताड़ना हाम्रो भलाइको लागि हो ताकि "हामी उहाँको पवित्रतामा सहभागी हुन सकौं।"[३३९]

---

३३६ भजनसंग्रह ३४:१

३३७ रोमी ५:३-४

३३८ हिब्रू १२:५-६

३३९ हिब्रू १२:१०

अभ्यासमा आत्मिक अनुशासनहरू समावेश छन्

यी अनुशासनहरूले हामीलाई तालिम दिन्छन् । आत्मिक अनुशासनहरू अनुग्रहको साधनहरू हो । यी अनुशासनहरूको अभ्यासको माध्यमबाट, पवित्र आत्माले हामीलाई स्वार्थपन, रूचि, भौतिकवाद र घमण्डको अत्याचारबाट मुक्त गर्नुहुनेछ, र हाम्रो आत्मालाई निको पार्नुहुनेछ, हामीलाई येशूको स्वरूपमा बनाउनुहुन्छ ।

यस पाठ्यक्रममा, हामी केवल केहि असल आत्मिक विषयहरूमा छुन सक्षम हुनेछौं । हामी तिनीहरूलाई निम्न तरिकामा वर्गीकृत गर्नेछौं:

उपासनाका अनुशासनहरू

- **एकान्त -** परमेश्वर संग एक्लै समय बिताउने ।
- **मनन -** परमेश्वरलाई चिन्ने र खुशी पार्ने संकल्पका साथ परमेश्वरको वचनको स्वाद लिने ।
- **उपवास र आफैलाई-इन्कार गर्ने -** परमेश्वरको मुहार खोज्नको लागि खाना (हरू) बार्नु, हल्का व्यायाम गर्नु, वा केही समयको लागि आफ्ना केही मज्जाका कुराहरू त्याग्नु ।
- **निष्कपटता -** सबैभन्दा महत्त्वपूर्ण कुराहरूमा ध्यान दिन न्यूनमा जिउन सिक्ने ।
- **बलिदान -** परमेश्वरमा धेरै भर पर्ने कुरामा बढ्नको लागि मानवीय रूपमा व्यावहारिक देखिने भन्दा बाहिर हाम्रो समय र स्रोतहरू दिने ।

क्रियाकलापको अनुशासन

- **प्रार्थना -** परमेश्वर संग कुराकानी गर्ने ।
- **आराधना -** परमेश्वरको प्रशंसा र आराधनामा नरोकिने ।
- **संगति -** हेरचाह र सेवा दिन र प्राप्त गर्न अन्य ईसाईहरूसँग भेटघाट गर्ने ।
- **स्विकार -** परमेश्वर र एक विश्वसनीय ख्रीष्टियान मित्रको अगाडि नियमित ईमानदारीता र पारदर्शिता ।
- **समर्पणता -** सम्बन्धमा जवाफदेहिता खोज्दा परमेश्वर र अरूको अगाडि आफैलाई नम्र बनाउने । सम्बन्धले हामीलाई तालिम दिन्छ । हामीलाई ख्रीष्टको स्वरूपमा आकार दिन परमेश्वरले प्रायः प्रयोग गर्ने उपकरणहरू अरू मानिसहरू हुन् । कहिलेकाहीँ यी उपकरणहरू धेरै पीडादायी हुन्छन् । तर सन्तहरूलाई सुसज्जित गर्न वा तालिम दिन परमेश्वरले अन्य विश्वासीहरूको आत्मिक वरदानलाई पनि (उही शब्द जसरी यहाँ प्रयोग गरिएको छ १ तिमोथी ४:७) प्रयोग गर्नुहुन्छ,[३४०] जबसम्म हामी येशू ख्रीष्टको पूर्ण कदमा बढ्दैनौं ।[३४१]

---

३४० एफिसी ४:१२

३४१ एफिसी ४:१३

व्यायाममा व्यक्तिगत अनुशासन समावेश हुन्छ

आफैलाई इन्कार गर्ने वा स्वयंको मृत्युले हामीलाई तालिम दिन्छ। आफैलाई इन्कार गर्नु भनेको एक व्यक्तिले शारीरिक भोगविलासलाई निर्णायक रूपले "होइन" भन्न सक्ने प्रतिबद्धतासँग सम्बन्धित छ जब ति धेरै बलियो भएर आउँछन्, र विशेष गरी जब तिनीहरूले कसैको आध्यात्मिक जीवनलाई नष्ट गर्न थाल्छन्। पावलले यसलाई यसरी भने:

> खेलमा भाग लिने खेलाडी सबै थोकमा आत्मसंयमी हुनुपर्छ.... तर म आफ्नो शरीरलाई कठोरतासाथ सधाउँछु, र यसलाई वशमा राख्तछु, नत्रता अरूहरूलाई प्रचार गरेपछि म आफैचाहिँ अयोग्य ठहरिनेछु।[३४२]

त्यहाँ व्यक्तिगत अनुशासनका कम्तिमा छवटा क्षेत्रहरू छन् जुन हामी यस पाठ्यक्रममा छलफल गर्नेछौं:

१. जिब्रो
२. विचारशील जीवन
३. भोक
४. स्वभाव
५. समय
६. व्यक्तिगत विश्वासहरू

अभ्यास, कष्ट, आध्यात्मिक अनुशासन, र व्यक्तिगत अनुशासन: यी प्राथमिक तालिमका अभ्यासहरू हुन् जसले परमेश्वरको अनुग्रहलाई हाम्रो जीवनमा प्रवाह गर्न अनुमति दिन्छ। यसले हामीलाई प्राकृतिक इच्छालाई नियन्त्रणमा राख्न, असल बानीहरू उत्पादन गर्न र पवित्र आत्मालाई उहाँले चाहनुभएअनुसार शासन गर्न दिन र हामीलाई येशू ख्रीष्टको अनुरूपमा ल्याउन मद्दत गर्नेछ।

किन नियमित रूपमा हामी बीच ख्रीष्ट र उहाँका उद्देश्यहरूको अनुरूप हामी भइरहेका छैनौं? किन यति धेरै मौन संघर्षहरू भइरहेका छन्? हामीमध्ये कोही-कोही ख्रीष्टियन जीवनबाट किन निराश छन्? किनभने धेरै थोरै इसाईहरू परमेश्वरको आत्मिक जिम कक्षामा सामेल भएका छन्!

अभ्यासमा वृद्धि हुने तरिका
हामीलाई निर्माण गर्ने परमेश्वरको सामान्य तरिका हो

जब हामी जान्दछौं कि पवित्र आत्माले हाम्रो आत्मिक प्रवास यात्रामा तात्कालिन क्षणमा हाम्रो हृदयलाई परिवर्तन गर्न सक्नुहुन्छ, र गर्नुहुन्छ पनि, हामीलाई यो पनि थाहा छ कि उहाँले हामीलाई प्रक्रियाहरू मार्फत पूर्ण परिपक्वतामा ल्याउनुहुन्छ। नयाँ जन्म र पवित्र आत्माको बप्तिस्माको आश्चर्यकर्महरू अद्‌भुत छन् र हृदयका समस्याहरूको ख्याल राख्छन्, तर तिनीहरूले स्वचालित रूपमा हाम्रा सबै चरित्रका समस्याहरू समाधान गर्दैनन्।

आत्मिक निर्माण एउटा प्रक्रिया हो भनेर सिकाउनाले जागृतिको ती असाधारण क्षणहरूलाई टाढा राख्दैन। येशूका धेरै समर्पित चेलाहरूले नयाँ जन्म र पवित्र आत्माको शुद्धिकरण भन्दा बाहिर पूर्ण पवित्रीकरण र समर्पणताको ईश्वरीय क्षण अनुभव

---

३४२ १ कोरिन्थी ९:२५, २७

गरेका छन् । जसरी आश्चर्यकर्महरूले प्रकृतिको सामान्य नियमहरूलाई नष्ट गर्दैनन्, त्यसरी हाम्रा यात्राका यी असाधारण क्षण र ऋतुहरूले परमेश्वरले राख्नुभएको परिपक्कताको सामान्य प्रक्रियाहरूलाई इन्कार गर्दैन ।

आत्मिक वृद्धि सामान्यतया शारीरिक वृद्धि जस्तै हुन्छ ।

शिशुहरू रातारात वयस्क हुँदैनन्, तर परमेश्वरले राखिदिनुभएको परिपक्कताको प्रक्रिया पछ्याउँछन् । हाम्रो आत्मिक वृद्धिको सन्दर्भमा पनि यही कुरा लागू हुन्छ ।

आत्मिक निर्माण एक वृद्धि हुँदै जाने प्रक्रिया हो किनभने हाम्रा समस्याहरू हामीले थाहा पाएभन्दा गहिरा छन्

हामीले महसुस गरेको भन्दा बढी हामी संस्कृति, परिवार, अनुभव, र असफलताको आकारमा हामी ढलिएका छौं । विश्वासमा आउने आश्चर्यकर्मले सबै बानीहरूलाई मेट्दैन । केही ख्रीष्टियान आमाहरू अझै पनि चर्को स्वरले कराउने गर्छन् । कतिपय ख्रीष्टियान श्रीमानहरूले समय समयमा रिसको व्यवहार देखाउँछन् । ख्रीष्टियान पत्नीहरू कहिलेकाहीं धेरै खर्च गर्छन् । ख्रीष्टियान पुरुषहरूले भौतारि रहने आँखा वा मनसँग संघर्ष गर्छन् । ख्रीष्टियानहरू प्रायः अति लिप्त हुन्छन्, "अत्याधिक बोल्छन्," धेरै सुत्छन्, आदी । म परमेश्वरको प्रशंसा गर्छु कि उहाँले पाप क्षमा गर्नुहुन्छ, हामीलाई नयाँ बनाउनुहुन्छ, हामीलाई पवित्र आत्मा दिनुहुन्छ, चमत्कारहरू गर्नुहुन्छ, र भूतहरू भगाउनुहुन्छ; तर हाम्रो जीवनमा तालिमको सधैं आवश्यक हुनेछ ।

आत्मिक निर्माण एक वृद्धि हुँदै जाने प्रक्रिया हो किनभने निश्चित बानीहरू तोड्न गाह्रो छ

यदि तपाईंले मुक्ति पाउनु अघि पढ्न नरुचाउने व्यक्ति हुनुहुन्थ्यो भने, तपाईं सायद पढ्न मन नपराउने एक ईसाई हुनुहुन्छ । पढ्नको लागि आफ्नो दिमागको व्यायाम गर्न आवश्यक पर्छ । यदि तपाईं नकारात्मक वा न्याय गर्ने व्यक्ति बन्न खोज्ने हुनुहुन्छ भने, तपाईंलाई धन्यवादी बन्न र स्विकार गर्ने तिर आफ्नो चरित्रलाई तालिम दिन आवश्यक छ । यदि तपाईं मुक्ति पाउनु भन्दा पहिले अत्याधिक भावनात्मक व्यक्ति हुनुहुन्थ्यो भने, अब तपाईं शायद मुक्ति पाएको एक भावनात्मक व्यक्ति हुनुहुन्छ । तपाईं अब आफ्नो भावनालाई तालिम दिनेमा व्यस्त बन्नुपर्छ । यदि तपाईं दुर्व्यवहार गर्ने बुबा वा महिलाहरूलाई कम महत्त्वको ठान्ने व्यक्तिसँग हुर्किनुभएको थियो भने, तपाईंले अझै पनि माया र आदर गर्न गाह्रो पर्न सक्छ । आफैलाई तालिम दिनुहोस् । यदि तपाईंको आमाले आफुले चाहे जस्तो नहुँदा तपाईंको बुबासँग नबोल्ने व्यवहार गर्नुहुन्थ्यो भने, तपाईं अझै पनि त्यो खराब बानी संग संघर्ष गर्न सक्नुहुन्छ । परमेश्वरको जिमखानामा जानुहोस्! यदि तपाईं वर्गमा उँचनिच हेर्ने वा पूर्वाग्रही हुनुहुन्छ भने, तपाईंले अझै पनि जातिको घमण्डको समस्या भोग्न सक्नुहुन्छ । सबै मानिसलाई परमेश्वरको नजरले हेर्न आफैलाई तालिम दिनुहोस् । यदि तपाईंले कहिल्यै पनि प्रेम प्राप्त गर्नुभएको छैन भने, तपाईंले ख्रीष्टियान प्रेम देखाउन प्रयास गर्न आवश्यक हुनेछ ।

खराब बानीहरू - सोच्ने तरिका, आफैलाई व्यक्त गर्ने, समस्याहरूमा प्रतिक्रिया जनाउने बानीहरूले - अक्सर हाम्रो चरित्रमा गहिरो खतहरू बनाउँछन् । यी पवित्र आत्मा र तालिम बिना बाहिर निस्कन असम्भव छ! निरन्तर चलिरहने तालिम बिना, हामी ख्रीष्ट जस्तै बन्ने छैनौं, र हुन सक्दैनौं । चेलाहरू यो सत्यको उदाहरण हुन्,

> तब उहाँ चेलाहरूकहाँ आएर तिनीहरूलाई निदाइरहेका भेट्टाउनुभयो, र पत्रुसलाई भन्नुभयो, "के तिमीहरू मसँग एक घण्टा पनि जागा बस्न सकेनौ? जागा रहो, प्रार्थना गर, र परीक्षामा नपर। आत्मा त साँच्चै तयार छ, तर शरीर दुर्बल छ।"[३४३]

येशूको कष्टसँगै भोग्ने र उहाँको अन्तिम घडीमा उहाँसँगै प्रार्थनामा उभिने कस्तो मौकालाई चेलाहरूले गुमाए। उहाँको पाइलामा हिड्ने र उहाँको जीवनको ढाँचा अनुरूप चल्ने कस्तो अवसर। तर शरीर हावी भयो र तालिम प्राप्त थिएन। यसकारण, चेलाहरूले युद्धको चरम विन्दूमा येशूलाई त्यागे।

कसैले तर्क गर्नेछ, "पेन्तिकोस पछि चेलाहरू फेरि कहिल्यै प्रार्थना गर्दा सुतेनन् तर सधैं सतर्क थिए!" मलाई यो तर्कमा धेरै शंका छ! पेन्तिकोसले पवित्र आत्मा भरपूरी प्रदान गर्यो, तर यसले चेलाहरूको आत्म-अनुशासनको खाँचोलाई हटाएन। पेन्तिकोसको दिनको कथाको मुख्य पात्र पत्रुसले चेलाहरूलाई उत्कट तालिमको आवश्यकताबारे लेख्छन्। याद गर्नुहोस् कि पत्रुस त्यो व्यक्ति हुन् जसले हामीलाई ख्रीष्टियान जीवनको लागि आवश्यक सबै कुराहरू हामीले प्राप्त गरेका छौं भनि विश्वास दिलाए,[३४४] तर हामीले तालिमको ईंटाहरू थप्दै लानुपर्छ।[३४५]

वास्तविक जीवनबाट तालिमका उदाहरणहरू

व्यावसायिक खेलाडीहरू तालिम मार्फत दक्ष बन्छन्। तिनीहरू खेल मैदानसम्म पुग्न पर्खदैनन्। तिनीहरू प्रदर्शनको लागि पर्खदैनन्। सिपाहीहरूले आफ्नो हतियार सिक्नको लागि रक्तपातपूर्ण युद्धको मैदानसम्म पुग्न पर्खदैनन्। सिकर्मीहरू निरन्तर प्रयोगद्वारा आफ्ना औजारहरू प्रयोग गर्नमा दक्ष हुन्छन्।

जसरी खेलाडीहरू, सिपाहीहरू र सिकर्मीहरू अभ्यासद्वारा दक्ष बन्छन्, त्यसरी नै ख्रीष्टियानहरू सद्‌गुण-धैर्य, दया, आत्मसंयममा निरन्तर अभ्यासद्वारा ख्रीष्टियान बन्न निपुण हुन्छन्।

> **विचार रोप्नुहोस्, कर्मको कटनी गर्नुहोस्;**
> **कर्म रोप्नुहोस्, बानीको कटनी गर्नुहोस्;**
> **बानी रोप्नुहोस्, भाग्य**
> **कटनी गर्नुहोस्।**

स्वयंको तालिमको एक उदाहरण

बेबिलोनबाट मोहित हुनसक्ने र परमेश्वर र आफ्नो प्यारो मातृभूमिलाई बिर्सन सक्ने खतरा बारे दानिएललाई थाह थियो। कैदीको रूपमा लगिदै गर्दा, उनले आफ्नो हृदय र मनलाई बेबिलोनसँग मिसिनबाट कसरी जोगाउने भनेर सौँचेको हुनुपर्छ। आफ्नो निर्वासनको सुरूवातको कुनै समयतिर नै, उनले आफूलाई परमेश्वर र आफ्नो मातृभूमिप्रतिको भक्तिमा तालिम दिने मन बनाए:

---

३४३ मत्ती २६:४०-४१

३४४ २ पत्रुस १:३

३४५ २ पत्रुस १:५

> जब दानिएलले त्यो आदेश प्रकाशित भएको थाहा पाए, तिनी आफ्नो घरको माथिल्लो तलाको कोठामा गए, जहाँ झ्यालहरू यरूशलेमतिर खुला थिए। पहिलेजस्तै तिनी दिनमा तीन पल्ट घुँडा टेकी **परमेश्वरलाई धन्यवाद दिँदै प्रार्थना गर्थे**।[३४६]

आफ्नो कैदको प्रारम्भिक दिनदेखि, दानिएलले दैनिक बानीहरू स्थापना गरे—त्यस्ता अनुशासनहरू जसले उनको हृदयलाई बेबिलोनको प्रेमबाट अलग राख्नेछ, उनको हृदयलाई आफ्नो मातृभूमिमा राख्नेछ र यहोवाप्रतिको प्रेमलाई जोगाउनेछ।

दानिएलको तालिमको नतिजा अचम्मको दर्शन, आध्यात्मिक र सांसारिक प्रतिष्ठा, प्रभावकारी प्रार्थना भएको थियो; र निर्वासनमा परेका यहूदीहरूमा तिनको गहिरो प्रभाव थियो। दानियएल जस्तै, सफल ख्रीष्टियानहरू ती हुन् जसले आफूलाई ईश्वरीभक्तिमा तालिम दिन्छन्।

समापन

के तपाईं एक बलियो ख्रीष्टियान भएको चाहनुहुन्छ? युवा पुरुष र महिलाहरूले अक्सर वास्तविक बललाई गलत बुझ्छन्। बल भनेको परीक्षाको अनुपस्थिति होइन। बल भनेको पीडा, सौन्दर्य, अन्याय, कामुक आनन्दप्रति निर्दोष उदासीनता होइन। बलियो ख्रीष्टियानहरू ती होइनन् जसमा घमण्ड नहुने, काट्ने र घाउ गराउने शब्दहरूले केहि असर नगर्ने, निषेधित फलहरूमा केही आकर्षण नदेख्ने, वा शारीरिक भोगहरूको लागि चाहनाको पीडा महसुस नगर्ने। केहि महसुस नगर्ने, केहि नहेर्ने, केहि थाहा नपाउने र कुनै स्वाद नचाख्ने मानिसहरूलाई वर्णन गर्ने उत्तम शब्द भनेको, उ बलियो होइन, तर... मरेको हो!

साँचो शक्ति पाइन्छ:

- पाप र हाम्रो आत्मिक प्रगतिमा बाधा पुर्याउने कुनै पनि कुरासँग निर्णायक रूपमा सामना गर्नको लागि पाउने अनुग्रहमा
- परमेश्वरको जिमखानामा हरेक दिन ईश्वरभक्ति तर्फ तालिम दिनको लागि पाउने अनुग्रहमा
- परीक्षाका लागि हाम्रा अति कमजोर क्षेत्रहरूमा सुरक्षाहरू निर्माण गर्ने नम्र साहसमा
- आत्मिक अनुशासन र बल निर्माणको प्रक्रियाको लागि एक प्रतिबद्धतामा
- दैनिक रूपमा प्रार्थनापूर्वक परमेश्वरको सम्पूर्ण हतियार लगाउन आत्मिक सतर्कतामा
- पवित्र आत्माले भरिएको हुनुमा!

हाम्रो छोरा जेसी, जो अन्धो छ, नाला नामक सुन्दर गाईड गर्ने कुकुर छ। नालाले मलाई अनुशासन र तालिमको फाइदाको बारेमा धेरै कुराहरू सिकाएको छ। त्यसले आफ्नो मालिकको लागि उपयोगी बन्नको लागि - उहाँको सुरक्षा र मार्गदर्शन गर्न - त्यसले सबैभन्दा पहिले आठ महिनाको कठोर प्रशिक्षण सहनुपरेको थियो। र उनको लागि उपयोगी भई राख्नको लागि, त्यसले अनुशासित जीवन बिताउनै पर्छ। त्यसको खाना र पानी सावधानीपूर्वक दिईन्छ। त्यसको सुत्ने र खाली समय मिलाइएको हुन्छ। त्यसलाई भुक्ने वा बिरालोको पछि दौडिन तालिम दिइएको छ! त्यसले दिनको लगभग हरेक पल या त बाटो देखाउने वा जेसीको अर्को आदेशको लागि चुपचाप पर्खने गर्छ। त्यसको प्रशिक्षणमा धेरै स्नेह, पौष्टिक खाना, र दैनिक खेल्ने समयद्वारा पुरस्कृत गरिएको हुन्छ! नालाको रमाइलो र इनामदायी जीवन छ... अनुशासनको कारणले।

---

३४६ दानिएल ६:१०, जोड थपियो।

पाठ ७ को गर्नुपर्ने कार्य

१. यस पाठको सामग्रीमा आधारित परीक्षा गर्नुहोस् ।

२. पवित्र आत्मालाई अन्तर्दृष्टि दिनुहोस् भन्नका लागि, धर्मशास्त्रका पदहरू सहित यस पाठको समीक्षा गर्न यो हप्ता कम्तिमा तीस मिनेट समय दिनुहोस् ।

३. तपाईको जीवनमा गर्नु पर्ने कुनै पनि विशेष परिवर्तनहरू तपाईको नोट कापीमा रेकर्ड गर्नुहोस्, जसरी प्रभुले तपाईलाई प्रकट गर्नुहुन्छ ।

४. तपाईंको दैनिक उपासनाको समयमा कम्तिमा एउटा भजनसंग्रह मनन गर्नुहोस्, र भजनरचयिताले परमेश्वरको स्वभाव र चरित्रको बारेमा के भन्दैछ सो तपाईंको दैनिकी नोटमा रेकर्ड गर्नुहोस् ।

५. यस पाठमा आधारित आत्मिक रूपान्तरण र वृद्धिको लागि आफ्नो नोट कापीमा व्यक्तिगत प्रार्थना रेकर्ड गर्नुहोस् ।

६. तपाईंको दैनिक व्यक्तिग प्रार्थनामा डा. ब्राउनको *दैनिक प्रार्थना गाइड* प्रयोग गरेर अभ्यास गर्नुहोस् ।

पाठ ७ को जाँच

१. भक्तिपूर्ण जीवनको अर्थ के हो?

२. पावलले "भक्तिमा आफूलाई तालिम देऊ" भन्नुको अर्थ के हो?१ तिमोथी ४:७)?

३. पत्रुसले हाम्रो विश्वासमा थप्नैपर्ने सात गुणहरू के के हुन् भनेका छन्?

४. आत्मिक अभ्यासमा कुन चार कुराहरू समावेश हुन्छन्?

५. यदि हामी ईसाई जीवनमा बढ्न चाहन्छौं भने हामीले अभ्यास गर्नै पर्ने केही आत्मिक अनुशासनहरू के हुन् नाम दिनुहोस् ।

पाठ ८

एकान्त, ध्यान, उपवास र सरलता

भक्तिको आत्मिक अनुशासन

पाठ ७ समीक्षा

कक्षाको अगुवालाई नोट: पाठ ७ का मुख्य बुँदाहरू समीक्षा गर्नुहोस् । विद्यार्थीहरूमा पाठ ७ बाट आफ्नो व्यक्तिगत प्रार्थना साझा गर्न इच्छुक को छन् सोध्नुहोस् ।

पाठका उद्देश्यहरू

१. आत्मिक निर्माणको लागि असल आत्मिक अनुशासनहरूको महत्त्व बुझ्नुहोस् ।

२. यी अनुशासनहरूका विषयमा राम्रोसँग बुझ्नुहोस् ।

३. यी अनुशासनहरूलाई अभ्यासमा उतार्न सुरु गर्नुहोस् ।

जीवनका तस्बिरहरू

कठिन परिस्थितिमा बाँचिरहेका ख्रीष्टियानहरू

डेजीले पेरिसमा विदेशी कामदारहरू (OFWs) को मण्डलीको नेतृत्व गर्नुहुन्छ । आर्थिक रूपमा बाँच्नको लागि, उनको लगभग सबै मण्डलीले धेरै भीडभाडमा सानो अपार्टमेन्टमा मिलेर बस्ने गर्छन् । वर्षमा थोरै विदा सहित धेरैजनाले धेरै लामो दिनहरू काम गर्छन् । के यी कठिन परिस्थितिहरूमा पनि आत्मिक निर्माण हुन सक्छ?

संयुक्त राज्य अमेरिका बाहिरका अधिकांश ख्रीष्टियानहरू अधिक जनसङ्ख्या भएको शहरी क्षेत्रहरूमा बस्छन् । धेरैजसो गरिबीमा बाँचिरहेका छन्, दिनको ४ डलर वा कममा बाँचिरहेका छन् । धेरैजना काममा लामो यात्रा गर्छन्, कहिलेकाहीँ दिनमा दुई देखि तीन घण्टासम्म । धेरैजसो आफ्नो ठूलो परिवारसँग बस्छन्, वा अरूसँग आफ्नो परिवारबाट टाढा बस्छन् ।

यी विश्वासीहरूका लागि, शान्त समय र एकान्त ठाउँ खोज्नु ठूलो चुनौती हो; परमेश्वरको वचनमा प्रार्थना र मननलाई दैनिक प्राथमिकता बनाउन ठूलो प्रतिबद्धता चाहिन्छ।

व्यस्त जीवन जिउने ईसाईहरू

पश्चिममा, अधिकांश ख्रीष्टियानहरू एकदमै द्रुत गतिको भौतिक संसारमा जिउँछन्। यो धेरै आत्मिक मन बनाउनको लागि पर्याप्त मात्रामा पर्खेर ढिलो गर्न गाह्रो छ। तिनीहरूसँग सामान्यतया पर्याप्त खाली ठाउँ छ, खाली बसोबास माथि बसिरहेका छन्, शान्त ठाउँहरूमा पहुँच छ, र यदि तिनीहरूले आफ्नो जीवनलाई अलिकति सरल बनाए भने तिनीहरूले आत्मिक अनुशासनहरूको लागि समय निकाल्न सक्छन्। तिनीहरूको चुनौती प्राय: केवल अनुशासनहरूको मूल्य देख्नु र परमेश्वरको उपस्थितिमा समय बिताउनु समय खर्च गर्नु हो।

परिचय

पेरिस आइल्याण्ड, साउथ क्यारोलिनामा रहेको समुद्री प्रशिक्षण शिविरको अगाडिको गेटमा एउटा संकेत छ, **"जहाँ फरक सुरु हुन्छ!"** संयुक्त राज्य अमेरिका समुद्री सेनाको लागी के फरक छ? समुद्री सेनामा केही भिन्नताहरू छन्: कठोर शरीरको मुद्रा, कुनै दाग नलागेको पोशाक, ध्यान र दृढ संकल्पको भावना, व्यक्तिगत अनुशासन, शारीरिक र मानसिक कठोरता, आदेशहरू पालना गर्ने तत्परता, र लडाई टोलीको सदस्यको रूपमा काम गर्ने क्षमता। यी विशेषताहरू पेरिस टापुमा गम्भीर प्रशिक्षणको क्रममा विकसित गरिन्छन्। समुद्री सेनाहरूलाई थाहा छ कि उनीहरूको जीवन उनीहरूको प्रशिक्षणको गुणस्तरमा निर्भर हुन सक्छ। जहाँ प्रशिक्षण हुन्छ त्यहाँ भिन्नता सुरु हुन्छ![३४७]

» यदि कुनै बाहिरी व्यक्तिले तपाईंको मण्डलीका ख्रीष्टियानहरूलाई हेर्यो भने, तिनीहरूले विश्वासी र गैर-विश्वासीहरू बीचको मुख्य भिन्नतामा के सूचीबद्ध गर्नेछन्?

चर्च, परमेश्वरको सेनालाई, "सबै राष्ट्रहरूलाई चेला बनाउन" बोलाइएको छ।[३४८] यो मुक्तिको गवाहीमा विश्वासमा ल्याउनु भन्दा बढी हो; यसले नयाँ विश्वासीहरूलाई ख्रीष्टको स्वरूपमा बन्न मद्दत गरिरहेको छ। तिनीहरूको जीवन, साथै मण्डलीको जीवन, यो बोलावट प्रतिको हाम्रो वफादारीमा निर्भर गर्दछ।

हामी यो कसरी पूरा गर्छौं? हामी कसरी येशूको समर्पित चेलाहरू बनाउन सक्छौं? यस पाठ्यक्रमको लागि अझ महत्त्वपूर्ण कुरा, हामीले कसरी अझ बढी *ख्रीष्ट* जस्तै चरित्र विकास गर्नसक्छौं? हामी कसरी टुटेको र स्वार्थी अवस्थाबाट परमेश्वरको राज्यमा पूर्णता र उपयोगिताको राज्यमा परिवर्तन हुनेछौं? यसको उत्तरको अंश असल आत्मिक अनुशासनहरूको अभ्यासमा छ। रिचर्ड फोस्टर भन्छन्, "उच्चता हाम्रो युगको श्राप हो.... आजको अत्याधिक आवश्यकता भनेको धेरै बौद्धिक व्यक्तिहरू, वा प्रतिभाशाली मानिसहरूको होइन, तर गहिरा मानिसहरूको लागि हो.... आत्मिक जीवनको असल अनुशासनहरूले हामीलाई सतहभन्दा बाहिर गहिराइमा जान आह्वान गर्दछ।"[३४९]

"असल" भन्नुको हाम्रो अर्थ हरेक पुस्ताका विश्वासी ईसाईहरूले अभ्यास गरेका कुराहरूलाई भनिन्छ।

---

३४७ डा. माइकल एभरीबाट उदाहरण र प्रयोग अनुकूलित

३४८ मत्ती २८:१९

३४९ रिचर्ड फोस्टर, *अनुशासनको उत्सव* (न्यूयोर्क: हार्परकोलिन्स, १९९८), १

ठूलो विचार

पवित्र आत्माको सेवकाईको साथसाथै आत्मिक अनुशासनहरूको अभ्यासले विजयी जीवनको लागि तालिम प्रदान गर्नेछ। तिनीहरू नामधारी, मनतातो, प्रायः पराजित ख्रीष्टियान जीवन भन्दा बाहिर जानको लागि एकदम आवश्यक छन्। ख्रीष्टियानहरूको हरेक विश्वासयोग्य पुस्ताले यो प्रमाणित गरेको छ।

प्रत्येक विश्वासीको जीवनमा आत्मिक अनुशासनहरूको महत्त्वपूर्ण स्थान

येशूको जीवनमा आत्मिक अनुशासनहरू महत्त्वपूर्ण थिए; यदि हामी उहाँको स्वरूपमा बनाइन्छौं भने, तिनीहरू हाम्रो जीवनमा पनि बढ्दो महत्त्वपूर्ण हुनुपर्दछ।

> **"अनुशासनहरूले हामीलाई नाममात्रको जीवनभन्दा बाहिर येशूको गहिराइमा जान बोलाउँछ। तिनीहरूले हामीलाई अनौपचारिक ख्रीष्टियन धर्म भन्दा पर एक ऊर्जावान आध्यात्मिक जोशमा बोलाउँछन् जसले हामीलाई परमेश्वरको सागरको गहिराइको अधिक र अधिक अनुभव गर्न दिनेछ।"**
>
> **रिचर्ड फोस्टर**

आत्मिक अनुशासनहरूले संसार, शरीर र शैतान विरुद्ध लड्छ।

ख्रीष्टियान जीवनलाई युद्धको मैदानको रूपमा बुझ्नु उत्तम हुन्छ।[३५०] उत्कट, विश्वासले भरिपूर्ण प्रयास र आत्मिक सैनिकको आवश्यकतालाई येशू र प्रेरितहरूले स्पष्ट रूपमा जोड दिएका छन्। येशूले भन्नुभयो, "बप्तिस्मा-दिने यूहन्नाको समयदेखि अहिलेसम्म स्वर्गको राज्य जोड़ले अगि बढ्रिरहेको छ, अनि शक्तिशाली मानिसहरू (एक सशस्त्र, उत्कट हृदय र गहिरो समर्पण) बलजफतीसँग यसलाई पक्रन्छन्।"[३५१] पावलले ख्रीष्टियान जीवनलाई लडाइको रूपमा बताउँछन्।[३५२] यो लडाईलाई सचेत, सतर्क, जागृत ख्रीष्टियानहरू चाहिन्छ। नामधारी, मनतातो विश्वासीहरू टिक्न सक्दैनन्।

जोन बुनयानको, *पिलग्रीम्स प्रोग्रेस,* को रूपकमा, मुख्य पात्र, ख्रीष्टियान, दोभाषेको घरमा जान्छ। त्यहाँ, यस ख्रीष्टियानलाई एक हतियारधारी मानिसले स्वर्गको ढोकामा दौडिरहेको, पहरेदारहरूलाई परास्त गरेको, र त्यसपछि ठूलो आनन्दका साथ पवित्र शहरको ढोकामा प्रवेश गरेको दर्शन देखाइएको छ। यस ख्रीष्टियानले यो दर्शन बुझेनन्, त्यसैले दोभाषेले व्याख्या गर्छन्। दर्शनको अर्थ यो हो कि स्वर्गमा प्रवेश गर्न चाहने हरेक ईसाईको लागि तत्काल, जोसिलो दृढ संकल्प आवश्यक छ, किनकि नरकको सबैकुराले हामीलाई रोक्न खोज्दैछ।

आत्मिक अनुशासनहरूको अभ्यासले हाम्रो हृदयलाई बलियो बनाउँछ र हामीलाई मानसिक र आत्मिक रूपमा संसार, शरीर र शैतानसँग युद्धको लागि बलियो बनाउँछ।[३५३]

---

३५० १ तिमोथी ६:१२

३५१ मत्ती ११:१२

३५२ १ तिमोथी ४:७

३५३ एफिसी ६:१२; १ यूहन्ना २:१६

आत्मिक अनुशासनहरू अनुग्रह को साधन हुन्, युद्धको लागि हामीलाई सुसज्जित गर्छन्

यस युद्ध मैदानमा, हामीलाई अनुग्रह चाहिन्छ। यस संसार, शरीर, वा शैतानको अघि तपाईं र मेरो कुनै ताकत छैन। साँच्चै, धार्मिकताको लागि सबै मानव प्रयास अपर्याप्त नै हुन्छ। धार्मिकता परमेश्वरको उपहार हो। येशूको पूर्णता प्राप्त गर्न हामीले गर्न सक्ने केही छैन। तर परमेश्वरले हामीलाई अनुग्रह प्राप्त गर्ने माध्यमको रूपमा आत्मिक अनुशासनहरू दिनुभएको छ। रिचर्ड फोस्टर लेख्छन्,

> एक किसान अन्न उब्जाउन असमर्थ छ; उसले केवल अन्न उब्जाउनको लागि सही वातावरण प्रदान गर्न सक्छ। उसले जमिन खेती गर्छ, बीउ रोप्छ, बोटलाई पानी दिन्छ, र त्यसपछि पृथ्वीको प्राकृतिक शक्तिहरूले काम गर्छ र अन्न माथि आउँछ। यो आत्मिक अनुशासनहरूमा पनि त्यस्तै हो - तिनीहरू आत्माको लागि रोप्ने तरिका हुन्। अनुशासनहरू हामीलाई भूमिमा ल्याउने परमेश्वरको तरिका हो; तिनीहरूले हामीलाई त्यहाँ राख्छन् जहाँ उहाँले हामी भित्र काम गर्न सक्नुहुन्छ र हामीलाई परिवर्तन गर्न सक्नुहुन्छ।[३५४]

आत्मिक निर्माण शिक्षक र लेखक रोबर्ट मुलहोलेण्ड लेख्छन्,

> **अन्तिम विश्लेषणमा, हामीले आफैलाई येशूले जस्तै प्रेम गर्ने र सेवा गर्ने व्यक्तिहरूमा रूपान्तरण गर्न हाम्रो जीवनमा अनुग्रह परिवर्तन गर्ने उहाँको काम गर्न आफूलाई परमेश्वरमा उपलब्ध गराउन बाहेक अरू केही गर्न सक्दैनौं।**।[३५५]

उहाँ यसरी व्याख्या गर्न गर्दै भन्नुहुन्छ कि त्यहाँ तीनवटा तरिकाहरू छन् जुन हामीलाई आत्मिक निर्माणको लागि परमेश्वरलाई उपलब्ध गराइन्छ: लडन्त, समर्पण, र आत्मिक अनुशासनहरू:

१. लडन्तमा भएर अनुग्रह बग्छ।

> कुनै माध्यम मार्फत - धर्मशास्त्र, आराधना ... ख्रीष्टमा एक भाइ वा बहिनी ... - परमेश्वरको आत्माले हाम्रा कुनै क्षेत्र जाँच गर्न सक्छ जहाँ हामी ख्रीष्टको स्वरूप अनुरूप छैनौं।[३५६]

२. अनुग्रह समर्पण मार्फत बग्छ।

> हामी असमानताको प्रत्येक बिन्दुमा परमेश्वरलाई "हो" भन्ने बिन्दुसम्म आउनै पर्छ। हामीले परमेश्वरलाई उहाँले गर्न चाहनु भएको काम गर्न अनुमति दिनै पर्छ ... किनकि परिवर्तन हामीमाथि जबरजस्ती गरिने छैन।[३५७]

हामीले हाम्रो आत्माको ढोका परमेश्वरलाई खोल्नै पर्छ।

३. अनुग्रह आत्मिक अनुशासनहरू मार्फत बग्छ।

यी एक सुसंगत तरिकामा परमेश्वरको ढोका खोलिने कार्यहरू हुन्।

---

३५४ रिचर्ड फोस्टर, *अनुशासनको उत्सव* (न्यूयोर्क: हार्परकोलिन्स, १९९८), ६

३५५ एम. रोबर्ट मुलहोलेण्ड जूनियर, *इन्भिटेशन टु अ जर्नी* (डाउनर्स ग्रोभ: इन्टरवर्सिटी प्रेस, १९९३), २६ जोड थपियो।

३५६ इबिड, ३७

३५७ इबिड, ३८

» छलफलका लागि प्रश्नहरू:

- सैन्य शिविरमा के हुन्छ र तपाईंको चर्चमा के हुन्छ भन्ने कुरा बीच के कुनै समानता छ?
- तपाईको व्यक्तिगत जीवनमा के छ?
- के तपाईंको स्थानीय मण्डलीका ख्रीष्टियानहरूले तपाईंलाई सक्रिय युद्धको मैदानको सिपाही वा खेल मैदानमा बच्चाहरूको झैं भएको सम्झना गराउँछन्?
- यदि तपाईं वास्तवमै युद्धको मैदानमा छु भन्ने विश्वास गर्नुहुन्छ भने तपाईंको जीवन कस्तो फरक हुन्छ जस्तो तपाईं सौँच्नुहुन्छ?

आत्मिक अनुशासनले परमेश्वरको ठूलो आनन्द उपलब्ध गराउँछ

हो, हामी सिपाही हौं । तर हामी विवाह भोजको बाटोमा गईरहेका सिपाहीहरू हौं । हामी प्रायः आत्मिक अनुशासनहरू अभ्यास गर्ने ख्रीष्टियनहरूलाई धेरै गम्भीर र कठोर, दुखी पनि ठान्छौं । कहिलेकाहीँ यो सत्य हो; तर हामीले ख्रीष्टियन जीवनलाई युद्धको रूपमा मात्र नभई विवाहको रूपमा पनि सोच्न आवश्यक छ ।[३५८]

हामी हाम्रो विवाहको बाटोमा ख्रीष्टको दुलही हौं । हाम्रो विवाहको दिन ख्रीष्टसँग पूर्ण एकताको दिन र अनन्त भोज र उत्सवको दिन जस्तो हुनेछ । यात्रा गरिरहेका ख्रीष्टियानहरूको रूपमा, हामीले अनुभव गरेको आनन्दमय आशा र ख्रीष्ट, हाम्रो दुलहाप्रति हाम्रो बढ्दो स्नेहले हामीलाई आनन्द दिन्छ - त्यो आनन्द जुन प्रायः हाम्रो हृदयबाट र हाम्रो दैनिक जीवनमा भरिएर पोखिन्छ । संसारभरमा परमेश्वरका सन्तहरू जसले मेरो जीवनलाई सबैभन्दा बढी प्रभाव पारेका छन्, तिनीहरू दुःखी र शोकाकुल मानिसहरू होइनन् । तिनीहरू निराश वा नकारात्मक होइनन् । तिनीहरूको आत्मिक अनुशासनहरूको अभ्यासले तिनीहरूलाई आत्मिक रूपमा घमण्डी वा अन्य मानिसहरूबाट टाढा हुने बनाउँदैन । तिनीहरू निश्चित रूपमा सचेत र शान्त मन भएका हुन्छन्; तर, येशू जस्तै, तिनीहरू संसारमा सबैभन्दा नम्र, आशावादी र आनन्दित मानिसहरू हुन् ।

आफ्नो काँधमा संसारको भार बोकेर हिँड्ने ख्रीष्टियानहरूले प्रार्थना, उपवास, वा बाइबलीय बचनको अध्ययन गर्दैनन् । परमेश्वरको उपस्थितिको अभ्यास, जुन अनुशासनहरूले हामीलाई गर्न मद्दत गर्नेछ, ले आत्मिक स्वतन्त्रता ल्याउनेछ । येशूको उपस्थितिमा चिन्ता, डर र थिचोमिचोले हामीमाथिको त्यसको पकड गुमाउनेछ ।

यो धेरै महत्त्वपूर्ण छ कि ख्रीष्टियानहरूले युद्धको मैदानमा पनि परमेश्वरको भलाइ र आशिषहरूको उत्सव मनाउन सिक्छन् । यस यात्रामा हाम्रा साना उत्सवहरू हाम्रो विवाहको दिनको आउने छायाँहरू हुन्! जोन वेस्लीले सिकाउनुभयो कि परमेश्वरलाई प्रेम गर्नु भनेको "उहाँमा आनन्दित हुनु, उहाँको इच्छामा रमाउनु, उहाँलाई खुसी पार्ने निरन्तर इच्छा गर्नु, उहाँमा हाम्रो आनन्द खोज्नु र भेट्टाउनु, र उहाँको पूर्ण आनन्दको लागि दिनरात तिर्खाउनु हो ।[३५९] **आत्मिक अनुशासनहरू केवल बानी बन्नु हुँदैन, तर अभ्यासहरू जसले परमेश्वरको पूर्ण आनन्द र उहाँका धेरै आशिषहरूतर्फ लैजान्छ** ।

हामीले प्रार्थना, उपवास, वा कुनै पनि आत्मिक अनुशासनलाई परमेश्वरको अनुग्रह कमाउने, परमेश्वरलाई हाम्रो ऋृणी बनाउने वा केही भौतिक आशिषहरू प्राप्त गर्ने माध्यमको रूपमा नहेर्न धेरै होसियार हुनुपर्छ । केही ख्रीष्टियानहरूलाई लाग्छ कि यदि

---

३५८ प्रकाश २१:९

३५९ जोन वेस्लीको उपदेश हेर्नुहोस्, "प्रेममा ।" http: //wesley.nnu.edu/john-wesley/the-sermons-of-john-wesley-१८७२-edition/sermon-१३९-on-love/ डिसेम्बर २१, २०१९ बाट प्राप्त ।

तिनीहरूले केही बलिदानहरू गरे भने, परमेश्वरले उनीहरूको ऋृणी बन्नुहुन्छ र उनीहरूले मागेको कुरा उनीहरूलाई दिनैपर्छ। आत्मिक अनुशासनहरू परमेश्वरसँग गहिरो सम्बन्ध बढाउने बारे हो, उहाँलाई हाम्रो ऋणी बनाउनु होइन।

आत्मिक अनुशासनहरू साधारण चेलाहरूलाई ख्रीष्टको स्वरूपमा निर्माण गर्ने अनुग्रहको साधन हुन्

आत्मिक अनुशासनहरू सुपर ईसाईहरूको लागि होइनन्। त्यहाँ कुनै पनि छैनन्। आत्मिक अनुशासनहरू घरमा बस्ने आमाहरू, किसानहरू, कारखानाका कामदारहरू, आप्रवासीहरू, प्राध्यापकहरू, विद्यार्थीहरू, व्यवसाय मालिकहरू, र... सबैका लागि हुन्।

येशूका चेलाहरू साधारण मछुवा मात्र थिए; र तैपनि, तिनीहरूले येशूबाट एकान्त, ध्यान, प्रार्थना, उपवास, बलिदान, उपासना, सेवा र प्रभुको भोजको अभ्यासहरू सिके। जसै तिनीहरूले अभ्यास गरे, तिनीहरू उहाँजस्तै भए। र यी अनुशासनहरूको अभ्यासद्वारा, तिनीहरूको जीवनमा परमेश्वरको शक्ति प्रवाह भयो।

यद्यपि याकूबले धेरै साधारण ख्रीष्टियनहरूलाई प्रोत्साहन दिन हतार गरे र भने कि

> एलिया हामीजस्तै स्वभाव भएका मानिस थिए... उनले पानी नपरोस् भनि भक्तिसाथ प्रार्थना गरे, र पानी परेन.... तिनले फेरि प्रार्थना गरे, र आकाशबाट वर्षा भयो, र भूमिले उब्जनी दियो।[३६०]

> **"परमेश्वरले आत्मिक जीवनको अनुशासनहरू साधारण मानिसहरू: काम गर्ने मानिसहरू, जसले बच्चाहरूको हेरचाह गर्छन्, जसले भाँडा धुने र घाँस काट्ने काम गर्छ तिनीहरूको लागि होस् भन्ने चाहनुहुन्छ। वास्तवमा, अनुशासनहरू हाम्रो पति वा पत्नी, हाम्रा भाइबहिनीहरू, वा साथीहरू र छिमेकीहरूसँगको सम्बन्धको बीचमा सबैभन्दा राम्रोसँग अभ्यास गरिन्छ। "**
>
> **रिचर्ड फोस्टर**

परमेश्वर साधारण मानिसहरूसँग भेट्नुहुन्छ र आफ्नो महिमाको लागि तिनीहरूलाई प्रयोग गर्नुहुन्छ।

उत्कृष्ट आत्मिक विषयहरू परिभाषित गर्दै

यस पाठमा र निम्नमा, हामी छोटकरीमा केही उत्कृष्ट आत्मिक विषयहरूको खोज गर्नेछौं र तिनीहरूलाई परमेश्वरसँगको हाम्रो हिँडाइमा समावेश गर्ने व्यावहारिक तरिकाहरू खोज्नेछौं।[३६१] तिनीहरूमध्ये केहीलाई अरू भन्दा बढी व्याख्या चाहिन्छ।

---

३६० याकूब ५:१७-१८

३६१ उत्कृष्ट आत्मिक विषयहरूमा यी पाठहरूको लागि म निम्न तीन पुस्तकहरूमा धेरै निर्भर छु:

किथ ड्रुरी, *सोल शेपर* (इन्डियानापोलिस: वेस्लेयन पब्लिशिङ हाउस, २०१३)

रिचर्ड फोस्टर, *अनुशासनको उत्सव* (न्यूयोर्क: हार्पर कोलिन्स, १९९८)

डा. डान ग्लिक, *अनुग्रहको अनुशासन।* (पुस्तिका)।

एकान्तको आत्मिक अनुशासन

बिहान उज्यालो हुनभन्दा धेरै अघि उठेर उहाँ बाहिर एकान्त ठाउँमा जानुभयो, र त्यहाँ प्रार्थना गर्नुभयो।[३६२]

एकान्तको अर्थ

एकान्त समय भनेको केवल परमेश्वरसँग एक्लै हुन र उहाँसँग नजिक हुनको लागि मानिसहरूबाट टाढा हुनु हो। आत्मिक अनुशासनको रूपमा, एकान्त समय भनेको एक्लै हुनु मात्र होइन, तर प्रभुसँग एक्लै हुनु हो। परमेश्वरसँगको हाम्रो प्राथमिक मित्रतामा ध्यान केन्द्रित गर्नको लागि मित्रताहरूबाट एकान्त हुनु हो।

तर हामीले एकान्तलाई भौतिक स्थानमा मात्र नभई मानसिक स्थानमा पनि फर्कने रूपमा बुझ्नुपर्छ। एकान्त समय भनेको हाम्रो मनको ढोकालाई, केही समयको लागि, बाहिरी संसारको लागि, भित्री मनुष्यत्वलाई नवीकरण गर्नको लागि, बन्द गर्नु हो। यदि हामीले एकान्तको बारेमा यसप्रकारले सोच्यौं भने, तब सायद शारीरिक एकान्त ठाउँ नपाउँदा, सबवेको यातयात वा भीडभाडयुक्त डाक्टरको अफिस पनि हाम्रो लागि एकान्त ठाउँ बन्न सक्छ।

येशूको जीवनमा एकान्त समय

लूकाले हामीलाई बताउँछन् कि येशू अक्सर "उजाड (एकान्त, एकान्त) ठाउँहरूमा जानुभयो र प्रार्थना गर्नुभयो"[३६३] उहाँले किन यस्तो गर्नुभयो? किनभने मानिसहरूको सेवा गर्दा उहाँको आत्मिक स्रोतहरू - स्रोतहरू जसलाई निरन्तर पुनःपूर्ति गर्न आवश्यक पर्थ्यो। यद्यपि आफ्नो पृथ्वीको काम पूरा गर्न उहाँसँग केही वर्ष मात्र बाँकी थियो, येशूले जानाजानी आफ्नो जीवनलाई आफ्ना चेलाहरूबाट टाढा राख्न र आफ्नो बुबासँग एक्लै बस्नको लागि समय व्यवस्थित गर्नुभयो।

"हामीले मानिसहरूसँग निरन्तर [वार्तालाप] मा एक पूरै दिन बिताउने, हाम्रो आत्मामालाई हानि नगरी, र केहि हदसम्म, परमेश्वरको पवित्र आत्मालाई शोक नगरी गर्न शायदै हुनसक्छ। हामीले दैनिक रूपमा संसारबाट अलग भएर, कम्तिमा बिहान र साँझ, परमेश्वरसँग कुराकानी गर्न, गोप्य रूपमा रहेको हाम्रा पितासँग अझ स्वतन्त्र रूपमा कुराकानी गर्नको आवश्यक छ।"

जोन वेस्ली

आत्मिक निर्माणमा एकान्त समयको शक्ति

चर्च फादरहरू मध्ये एकजना, फोटोकीका डायडोचोसले अवलोकन गरे कि यदि हाम्रो जीवनको ढोका अरू मानिसहरूका लागि धेरै लामो समयसम्म खुला रह्यो भने, हाम्रो आत्माको ताप पलायन हुन्छ।[३६४] यो कुरा मैले आफ्नै जीवनमा देखेको छु। म येशूको पाउमा बस्न असफल हुँदा म आत्मिक रूपमा गरीब हुन थाल्छु। चिन्ता, अधीरता, आत्मविश्वासको कमि, निराशावादी मन, खालीपनको भावना, एक आलोचनात्मक विचार - यी प्रायः एकान्तपनको समयलाई बेवास्ता गर्दा हुने परिणाम हुन्।

---

३६२ मर्कूश १:३५

३६३ लूका ५:१६ (यो पनि हेर्नुहोस्, मत्ती १४:२३; मर्कूश १:३५; लूका ४:४२)

३६४ किथ डरी, *सोल शेपर* (इन्डियानापोलिस: वेस्लीयन पब्लिशिङ हाउस, २०१३), २७

एकान्त समयमा, हामी मानिसहरूसँग हाम्रो अस्वस्थ संलग्नतालाई गुमाउँछौं । एकान्त समयमा, हामी मानिसहरूबाट हाम्रो आँखा र तिनीहरूले हामीलाई चोट पुर्याउने वा निराश पार्ने तरिकाहरूबाट अलग हुन्छौं र तिनलाई प्रभुमा फिर्ता ल्याउँछौं । साँचो एकान्त समयमा, हामी पवित्र आत्मालाई हाम्रो पूर्ण ध्यान दिन्छौं । उहाँले हाम्रो परिप्रेक्ष्य र प्राथमिकताहरूलाई उहाँको लागि पुन: ठिक गर्नुहुन्छ र हाम्रो हृदयमा ताजा शान्ति, प्रेम र आनन्द खन्याउनुहुन्छ । एकान्त समयमा, हामीले दिगो प्रभाव पार्न पवित्र आत्माको अभिषेकको साथ हाम्रो समुदाय र जिम्मेवारीहरूमा पुनः फर्कने अनुग्रह पाउँछौं ।

एकान्त समयले हामीलाई व्यस्तता र देखावाटी मानसिकताको घातक रोगबाट छुटकारा दिन्छ । एकान्त समयमा, हामीले सिक्छौं कि परमेश्वरले हामीलाई उहाँको लागि के गर्छौं भन्ने कुरालाई मूल्याङ्कन गर्नुहुन्न, तर हामी को हौं - हाम्रो भित्री अस्तित्वलाई हेर्नुहुन्छ । सांसारिक सौँच भएका मानिसहरूले परमेश्वरको उपस्थितिमा हाम्रो मनलाई नविकरण गर्नु भन्दा दृश्य उपलब्धिलाई धेरै महत्त्व दिन्छ । आत्मिक मन भएका मानिसहरूलाई थाहा छ कि हाम्रो भित्री अस्तित्वलाई ख्रीष्टको स्वरूपमा पुन: आकार दिनु नै उद्धारमा परमेश्वरको मुख्य उद्देश्य हो ।

एकान्त समयमा, हामीले पत्ता लगायौं कि पवित्र आत्माले उहाँको लागि केही महान काम गर्ने हाम्रो आशाहीन प्रयासहरू मार्फत भन्दा पनि बढी कुराहरू उहाँमा रह्यौं भने पूरा गर्न सक्नुहुन्छ ।[३६५]

एकान्त समयलाई सुरु गर्ने व्यावहारिक सुझावहरू

१. तपाईंको लागि उपयुक्त ठाउँ खोज्नुहोस् ।

सृजनात्मक बन्नुहोस् । एशियन बाइबल स्कूलमा एउटी विद्यार्थीले आफ्नो ओछ्यानमुनि परमेश्वरसँग एक्लै बस्नको लागि भित्र पसिन किनभने त्यो मात्र शान्त ठाउँ थियो । अरूहरू, म जस्तै, मेरो घर नजिकैको पार्कमा एक्लै हिंड्दा परमेश्वरलाई बातचित गर्ने ठाउँ दिएको पाउँछन् । फिलिपिन्समा, जो एक घना जनसंख्या भएको देश, त्यहाँ कम्तिमा एक जना पास्टरले भने कि उनले CR (आरामदायी कोठा) मा एक्लोपन पाएका थिए किनभने यो मात्र ठाउँ थियो जहाँ उनी मानिसहरूभन्दा टाढा हुन सक्छन्! शायद तपाईको परिस्थितिले अहिले शान्त ठाउँ खोज्न लगभग असम्भव हुनसक्ला । प्रभुले तपाईं कहाँ हुनुहुन्छ भनी बुझ्नुहुन्छ र तपाईंले उहाँलाई अनुमति दिनुभयो भने तपाईंलाई मद्दत गर्नुहुनेछ ।

२. एकान्त समयको नियमित समय तालिका बनाउनुहोस् ।

एकान्त समयलाई एक परिवर्तनकारी अनुशासन बनाउनको लागि, महत्त्वपूर्ण कुरा भनेको तपाईंले आफ्नो लागि उपयुक्त हुने नियमित समय पत्ता लगाउनुहोस् र त्यसमा अडिग रहनुहोस् । जोन वेस्लीले भने कि "जुनसुकै समय" "कुनै समय" नै होइन । अर्को शब्दमा, जबसम्म हामीले प्रभुसँग एक्लै बस्नको लागि नियमित समय मिलाउँदैनौं, यो सम्भव छैन ।

३. आफ्नो ध्यान परमेश्वरमा राख्नुहोस् ।

आत्मिक दर्शन, सपना, वा अलौकिक संकेतहरू नखोज्नुहोस् । केवल आफ्नो हृदयलाई शान्त पार्न र परमेश्वरसँग उहाँको पवित्र आत्माद्वारा, उहाँको वचन मार्फत कुराकानी गर्न खोज्नुहोस् ।

---

३६५ यूहन्ना १५:४

४. धैर्यवान हुनुहोस् ।

अनुशासन जहिले पनि खुशी भन्दा अघि आउँछ! यो सबै अनुशासनमा पूरा हुन्छ । हामीले एकान्त समयको फाइदाहरू अनुभव गर्न सुरु गर्नु अघि, हामीले यसलाई केही समय अभ्यास गर्न आवश्यक छ ।

» समूहका सदस्यहरूलाई एकान्तमा सबैभन्दा उपयोगी शिक्षा व्यक्त गर्ने मौका दिनुहोस् ।

मनन गराईको आत्मिक अनुशासन

> तर परमप्रभुको व्यवस्थामा नै त्यो खुशी रहन्छ, र त्यसले दिनरात उहाँकै व्यवस्थामा मनन गर्छ । यो खोलाको किनारमा रोपेको बोटजस्तै हुन्छ....[३६६]

मनन गराईको अर्थ

हागाह (हिब्रू) - आफैसँग कुरा गर्ने; विचार गर्ने ।[३६७]

मेलेटाओ (ग्रीक) - मनमा ध्यानपूर्वक विचार गर्ने; चिन्तन गर्ने ।[३६८]

मनन भनेको परमेश्वरको वचनलाई मनन गरेर आफैसँग कुरा गर्नु हो । हामी तब धर्मशास्त्रमा मनन गर्छौं जब हामी प्रार्थनापूर्वक परमेश्वरको वचनको विशेष खण्डहरूलाई हाम्रो दिमागमा घुमाउँछौं जबसम्म पवित्र आत्माले हाम्रो हृदयमा यसलाई जिवन्त बनाउन थाल्नुहुन्छ; जबसम्म हाम्रो हृदयले यसको निर्देशन, चेतावनी र सुधार प्राप्त गर्दैन; जबसम्म हाम्रो आत्माले यसको रूपान्तरण गर्ने स्वाद चाख्दैन । हरेक अनुशासनमा जस्तै, मननलाई पवित्र आत्माको चम्मकिलो अनुग्रह चाहिन्छ ।[३६९]

» कसैलाई पढ्न दिनुहोस् १ कोरिन्थी २:९-१४ । यस खण्डले परमेश्वरको वचनलाई प्रज्वल्लित पार्नमा पवित्र आत्माको भूमिकाको बारेमा के सिकाउँछ भनेर छलफल गर्नुहोस् ।

राजा दाऊदले परमेश्वरको वचनलाई "सुनभन्दा.....बढी चाहना गर्ने योग्य, निखुर सुनभन्दा धेरै राम्रो; मह र महको चाका भन्दा मीठो ।"[३७०] परमेश्वरको वचनमा मनन गर्ने ख्रीष्टियानले पढ्ने र बिर्सने मात्रै गर्दैन, तर हरेक गाँसको स्वाद लिन्छ र आफ्नो जीवनमा जिवन्त बनाउँछ । यो सबै आत्मिक अनुशासनहरू मध्ये यो सबैभन्दा रूपान्तरण गर्ने किसिमको छ । धेरै इसाईहरूले आफ्नो बाइबल पढ्छन्, तर थोरैले यसको स्वाद लिन समय दिन्छन् ।

---

३६६ भजनसंग्रह १:२-३क

३६७ यहोशू १:८, "व्यवस्थाको यो पुस्तक तेरो ओठबाट नहटोस्, तर त्यसमाथि तैंले दिनरात ध्यान गर्नू ।"

३६८ १ तिमोथी ४:१५, "यी कर्तव्यहरू पालन गर । तिनीहरूमा नै लागिबस, ताकि तिम्रो प्रगति सबैले देखून् ।"

३६९ १ कोरिन्थी २:९-१४

३७० भजनसंग्रह १९:१०

बाइबलीय मनन भनेको दिमागलाई खाली गर्नु होइन तर यसलाई परमेश्वरको वचनले भर्नु हो ।

पूर्वी ध्यान (जेन, योगा, र ट्रान्सेन्डेन्टल ध्यान) ले दिमाग खाली गर्न सिकाउँछ र यो धेरै खतरनाक छ । खाली छोडिएको मनमा भूतात्माका झूटहरू वा भूतहरू आफै पनि बास गर्नेछन् ।[३७१] बाइबलीय मनन भनेको परमेश्वरको वचनले दिमाग भर्नमा केन्द्रित हुन्छ । भजनरचयिताले भने, "आहा! तपाईंको व्यवस्थालाई म कति प्रेम गर्दछु! दिनभरि म तिनैमाथि मनन गर्दछु ।"[३७२]

पावलले फिलिप्पी ४मा, विश्वासीहरूलाई आफ्नो दिमाग खाली नगर्न तर "यी कुराहरूमा मनन" गर्न आग्रह गर्छन् ।[३७३] के कुराहरू? विगतको पाप, असफलता वा अरूको गल्तीहरू होइनन्; तर ती कुराहरू जुन आदरणीय, न्यायसङ्गत, शुद्ध, प्रेम-योग्य, कृपामय, श्रेष्ठता र प्रशंसायोग्य कुराहरू छन् । यदि परमेश्वरका हरेक छोराछोरीले पल पल गर्दै, नकारात्मक, आलोचनात्मक विचारहरूलाई राम्रो विचारहरूले प्रतिस्थापन गर्न रोजे भने, तिनीहरूको आत्मिक जीवन परिवर्तन हुनेछ ।

आत्मिक निर्माणमा बाइबलीय मननको उद्देश्य ।

मननको शक्ति यो हो कि यसले परमेश्वरको वचनद्वारा दैनिक धुने अवसर प्रदान गर्दछ ।[३७४] वचनले हाम्रो सोच्ने र व्यवहार गर्ने तरिका परिवर्तन गर्छ । वचनको ज्योतिले[३७५] लुकेका हरेक पाप [३७६] र शैतानको हरेक विनाशकारी झूटलाई उजागर गर्दछ । वचनले हाम्रो आत्मालाई नियमित रूपमा सत्यले शुद्ध गर्दछ जब सम्म हामी येशू जस्तै सोच्न र कार्य गर्न तालिम प्राप्त हुँदैनौं ।

धेरै ख्रीष्टियानहरूले आत्मिक लडाईहरू हार्नुको कारण यो हो कि तिनीहरू तरवार बिना युद्धको मैदानमा जान्छन् - पवित्र आत्माको एकमात्र तरवार ।[३७७] जब शैतानले कानेखुसी गर्दै भन्छ "परमेश्वरले तिमीलाई साँच्चै प्रेम गर्नुहुन्न," वा, "तिमीले यो कहिल्यै गर्न सक्दैनौं;" "तिमी साँचो ख्रीष्टियान होइनौ;" "तिमीले पवित्र जीवन बिताउन सक्दैनौ;" "सबै तिम्रो विरुद्धमा छन्;" "परमेश्वरले तिमीलाई क्षमा माफ गर्नुहुनेछैन..." तब, तिनीहरूसँग यसको कुनै प्रतिरक्षा हुँदैन । तर मनन गराईको अनुशासनको माध्यमबाट हामी दिनबाट महिना र महिना पछि वर्ष गर्दै परमेश्वरमा हाम्रो विश्वास स्थापित नभएसम्म र शत्रुको हरेक ज्वलन्त झूटको प्रतिरोध गर्छौं र पराजित नभएसम्म परमेश्वरको सत्यलाई दोहोर्याउँदछौं ।

धर्मशास्त्रमा मनन गराईको परिणाम

१. **वचनले विश्वास उत्पन्न गर्छ,**[३७८] त्यसैले मननले परमेश्वरमा हाम्रो विश्वासलाई बलियो बनाउँछ ।

२. **वचनले विचार र जीवनलाई शुद्ध पार्छ,**[३७९] तसर्थ मननले गलत विचारलाई सही विचारमा बदल्नेछ ।

---

३७१ मत्ती १२:४४

३७२ भजनसंग्रह ११९:९७

३७३ फिलिप्पी ४:८

३७४ एफिसी ५:२६

३७५ भजनसंग्रह ११९:१०५

३७६ भजनसंग्रह १९:१२

३७७ एफिसी ६:१७

३७८ रोमी १०:१७

३७९ भजनसंग्रह ११९:९; १ पत्रुस १:२२; एफिसी ६:१७

३. **वचनले शैतान विरुद्ध प्रभावकारी ढाल प्रदान गर्दछ,**[३८०] तसर्थ मननले हाम्रो रक्षा गर्नेछ ।

४. **वचनले विश्वासीको जीवनलाई समृद्ध बनाउँछ,**[३८१] तसर्थ मननले परमेश्वरको आशिषको ठूलो र ठूलो नापहरूतर्फ लैजान्छ ।

मनन सुरु गर्नका लागि व्यावहारिक सुझावहरू

१. यसलाई जटिल नबनाउनुहोस् ।

मलाई जोन वेस्लीको मनन गराईको सरल दृष्टिकोण मन पर्छ:

> तर अब म यहाँ छु, मानिसहरूको व्यस्तताबाट टाढा । म एक्लै बस्छु: यहाँ केवल परमेश्वर हुनुहुन्छ । उहाँको उपस्थितिमा म उहाँको पुस्तक खोल्छु; स्वर्गको बाटो भेट्ने गरि । के मैले पढेको कुराको अर्थमा शंका छ?... म ज्योतिको पिताकहाँ मेरो हृदय उठाउँछु: "प्रभु, के यो तपाईंको वचन होइन, 'यदि कसैलाई बुद्धिको कमी छ भने, उसले परमेश्वरसँग मागोस्'?..." म त्यसपछि खोज्छु र धर्मशास्त्रको समानान्तर खण्डहरूलाई विचार गर्छु, "आत्मिक कुराहरूलाई आत्मिकसँग तुलना गर्छु ।" मेरो मनले सक्ने सम्पूर्ण ध्यान र लगनशीलताका साथ म त्यसमा मनन गर्छु । यदि कुनै शंका अझै बाँकी छ भने, म परमेश्वरका कुराहरूमा अनुभवीहरूसँग परामर्श गर्छु; र त्यसपछि [ऐतिहासिक] लेखहरूसँग... र यसरी मैले जे सिक्छु, त्यो म सिकाउँछु ।[३८२]

२. शान्त ठाउँ खोज्नुहोस् । "शान्त हुनुहोस् र जान्नुहोस् कि [उहाँ]] परमेश्वर हुनुहुन्छ ।"[३८३]

३. ज्ञान र पालना गर्ने इच्छाको लागि प्रार्थना गर्दै पढ्नुहोस् र मनन गर्नुहोस् ।[३८४]

४. आफ्नो अपेक्षाहरुलाई रोक्न होसियार हुनुहोस् । चिन्ह वा अलौकिक प्रकाशहरूको खोजी नगर्नुहोस् । केवल परमेश्वरलाई चिन्न र उहाँद्वारा चिनिन खोज्नुहोस् ।

५. जब तपाईं आफ्नो शान्त ठाउँ छोड्नुहुन्छ, कम्तिमा एक विचार तपाईंसँग लिनुहोस् र त्यसमा दिनभरि सोच्नुहोस् ।

६. दिनभरि, पराजित गर्ने र जबरजस्त पस्न खोज्ने विचारहरूलाई परमेश्वरको वचनले प्रतिस्थापन गर्ने अभ्यास गर्नुहोस् ।

» ५ मिनेट सँगै मिलेर मननको अभ्यास गरौं । सबैलाई धेरै शान्त हुन दिनुहोस् र बस मनन गर्नुहोस् यहोशू १:८ । यस पदलाई बाइबल अध्ययनको लागि रूपरेखा बनाउने प्रयास नगर्नुहोस् । बरु, आफैलाई कथामा राख्नुहोस् । यहोशू बन्नुहोस्! यस सन्देशले उनको लागि के अर्थ राख्यो भनेर मनन गर्नुहोस् । त्यसपछि आफ्नो जीवनको बारेमा सोच्नुहोस् । प्रभुले तपाईंको लागि के सन्देश दिनुभएको छ?

---

३८० मत्ती ४:१-११; एफिसी ६:१७

३८१ यहोशू १:८; भजनसंग्रह १:३

३८२ यो जोन वेस्लीको प्रस्तावनाबाट *लिइएको हो: म्यान अफ वान बुक* ।

३८३ भजनसंग्रह ४६:१०

३८४ यूहन्ना ७:१७

उपवासको आत्मिक अनुशासन

> अनि उहाँले तिनीहरूलाई भन्नुभयो, "के दुलहा साथमा छउञ्जेल जन्तीहरूलाई उपवास बस्न लाउन सक्छौ? तर यस्ता दिन आउनेछन्, जब दुलहा तिनीहरूबाट छुट्टिनेछन्तब **तिनीहरू** ती दिनमा **उपवास बस्नेछन् ।**"[३८५]

सबैभन्दा आत्मिक रूपले परिवर्तन गर्ने मध्ये उपवास एक हो, तर यो सबै आत्मिक अनुशासनहरूमा सबैभन्दा कठिन छ र त्यसैले उपेक्षित पनि छ । यसलाई निष्कपट हृदयले अभ्यास गर्दा र प्रार्थनाको साथ गर्दा, यो परमेश्वरप्रतिको हाम्रो भोकलाई नवीकरण गर्ने, भट्किन खोज्ने विचारहरू कब्जा गर्ने, हठी इच्छाहरूलाई नियन्त्रण गर्ने, अहंको भुसलाई जलाउने, दिशा स्पष्ट गर्ने, परमेश्वरको वचनबाट ताजा आध्यात्मिक अन्तरदृष्टि प्राप्त गर्ने र पवित्र आत्माको शक्ति र अभिषेक कायम राख्ने सबैभन्दा प्रभावकारी माध्यम हो ।

उपवासको अर्थ

धर्मशास्त्रीय उपवास भनेको आत्मिक उद्देश्यका लागि भोजनबाट अलग रहनु, (वा खानाको सेवनमा संयमता अपनाउने) हो । उपवास भनेको डाइटिङ्ग होइन! उपवास अन्य प्रकारको परित्याग भन्दा फरक देखिन्छ जस्तै - मनोरञ्जन, यौन (विवाहित जोडीहरूका लागि),[३८६] सामाजिक घटनाहरू, वा अन्य कुनै पनि कुराहरू, यद्यपि यी क्षेत्रहरूमा संयम र आत्म-त्याग आत्मिक विकासको लागि अर्थपूर्ण हुनसक्छ ।

उपवासको आज्ञा दिइएको छैन, तर यो ईसाईहरू बीच मानिन्छ ।

धर्मशास्त्रले उपवासलाई प्रत्यक्ष रूपमा आदेश दिँदैन, तर यसले ख्रीष्टियानहरूमा यसको अभ्यासलाई मान्दछ । माथिको पाठमा यो हामीलाई स्पष्ट हुनुपर्छ कि येशूले प्रत्येक विश्वासीले उपवास गर्नेछन् भनी ठान्नुहुन्छ ।[३८७] फिलिपिन्समा भएको एउटा सम्मेलनमा मलाई एक दिउँसो यो कुरा याद आयो, जहाँ दिग्गज मिसनरी राजनीतिज्ञ वेस्ली ड्यूवेल वक्ता हुनुहुन्थ्यो । "येशूले उहाँका चेलाहरू उपवास बस्नेछन् भनी भन्नुभयो," उहाँले भन्नुभयो । "त्यसोभए, के तपाईं एक चेला हुनुहुन्छ? के तपाईं यो अनुशासन अभ्यास गर्दै हुनुहुन्छ?" परमेश्वरको वचनले मलाई दोषी ठहरायो, र मैले यो अनुशासनको बेवास्ता गरेको कारणले मेरो ख्रीष्टियान हिँडाईमा शक्तिको कमी भएको महसुस गरें ।

> **"पहिले, केवल प्रभुमा हाम्रो आँखा लगाएर उहाँमा [उपवास] राखौं । स्वर्गमा हुनुहुने हाम्रा पिताको महिमा गर्ने हाम्रो उद्देश्य यो होस्, र यो मात्र होस् ।"**
>
> **जोन वेस्ली**

उपवासले येशूको जीवन, प्रेरितहरूको जीवन र नयाँ नियमको मण्डलीमा धेरै महत्त्वपूर्ण स्थान राखेको थियो । र यो परमेश्वरको हरेक महान कार्यमा महत्त्वपूर्ण अनुशासन रहि आएको छ । जोन वेस्लीले भने, "सबैलाई थाहा छ कि हरेक असल मेथोडिस्ट हप्तामा दुई पटक (बुधवार र शुक्रबार) उपवास बस्छन् ।" एपिफानस, चर्च पिता र सलामिसका विशप साइप्रसले (३१५-४०३) भने, "कसलाई थाहा छैन र हप्ताको चौथो र छैटौं दिनको उपवास संसारभरका ईसाईहरूले अभ्यास गर्छन् भनेर?"

---

३८५ लूका ५:३४-३५, जोड थपियो ।

३८६ १ कोरिन्थी ७:५

३८७ लूका ५:३४-३५

उपवासको बाइबलीय उदाहरणहरू

धर्मशास्त्रहरू उपवासका उदाहरणहरूले भरिएका छन् । मोशा, हन्ना, दाऊद, एलिया, एस्तर, दानिएल, अगमवक्ताहरू, हननिया, बप्तिस्मा दिने यूहन्ना, येशू, पावल, प्रेरितहरू, एन्टिओकका एल्डरहरू र कर्नेलियस सबै उपवास बसे ।

> **"कसैले उपवासलाई सबै धर्मशास्त्र र तर्कभन्दा माथि उठाएका छन्; र अरूले यसलाई पूर्ण रूपमा बेवास्ता गरेका छन् ।"**
>
> **जोन वेस्ली**

जब मोशाले उपवास बसेका थिए, परमेश्वरले उनीसँग आमनेसामने कुरा गर्नुभयो ठिक जसरी मानिसले साथीसँग बोल्छ ।[३८८] हन्नाले उपवास र प्रार्थना गर्दा, परमेश्वरले उनको गर्भ खोलिदिनुभयो र उनलाई शमूएल दिनुभयो ।[३८९] दानिएलले उपवास र प्रार्थना गर्दा, उनलाई परमेश्वरको वचन बुझ्ने वरदान दिइयो ।[३९०] फारसका राजकुमारलाई पराजित गर्न परमेश्वरको शक्ति प्रकट भएको थियो, र दानिएलको प्रार्थनाको जवाफ दिइयो ।[३९१] जब शाऊल (पावल) ले प्रार्थना गरे र उपवास बसे, उनी पवित्र आत्माले भरिए र उनको आँखा खोलियो ।[३९२] कर्नेलियसले प्रार्थना गर्थे, उपवास बस्थे र दान दिन्थे, यी निष्कपट भेटीहरू परमेश्वरमा एक सम्झनाको रूपमा पुग्यो,[३९३] जसले कर्नेलियसको सम्पूर्ण परिवारलाई बचाउनु भएेर उनको प्रार्थनाको जवाफ दिनुभयो । यी उपवास र प्रार्थना मार्फत जारी गरिएका परमेश्वरको शक्तिको धेरै बाइबलीय उदाहरणहरू मध्ये केहि मात्र हुन् ।

उपवासको पाँच शक्तिशाली परिणामहरू

१. उपवासले आत्मालाई नम्र बनाउँछ ।

भजनरचयिताले भने, "तापनि तिनीहरू बिरामी हुँदा, मैले भाङ्ग्राको वस्त्र लगाएँ, र उपवास बसेर आफूलाई दीन बनाएँ ।"[३९४] निर्वासित यहूदीहरूलाई तिनीहरूको मातृभूमिमा लैजान ईश्वरीय अनुग्रह चाहिन्छ भनेर एज्रालाई थाह थियो । धेरै खतराहरू र परीक्षाहरूको प्रकाशमा, उनले लेखे: "त्यसपछि मैले त्यहाँ नदीमा उपवास बस्ने घोषणा गरें ... परमेश्वरको सामु हामी आफूलाई दीन तुल्याउन, र हाम्रा आफ्नै निम्ति, हाम्रा बालबच्चाहरूका निम्ति उहाँसँग कुशलको यात्रा मागौं भनी... र उहाँले हाम्रो प्रार्थनाको जवाफ दिनुभयो ।"[३९५]

उपवासले कसरी आत्मालाई नम्र बनाउँछ? शारीरिक भोजनबाट टाढा रहँदा यसले आत्मालाई परमेश्वरको र उहाँमाथिको निर्भरताको पूर्ण आवश्यकताको सम्झना दिलाउँछ; यसले हामीलाई सम्झाउँछ कि हामी शारीरिक, भौतिक चीजहरू भन्दा आध्यात्मिक कुराहरूद्वारा जिउँछौं । बाइबलीय, ख्रीष्ट-केन्द्रित उपवास भनेको परमेश्वर र हाम्रो आफ्नै आत्माको लागि गवाही

---

३८८ प्रस्थान ३३:१

३८९ १ शमूएल १:८, १७-१८

३९० दानिएल ९:३, २२-२३

३९१ दानिएल १०:३, १२-१३

३९२ प्रेरित ९:९, १७-१८

३९३ प्रेरित १०:४

३९४ भजनसंग्रह ३५:१३

३९५ एज्रा ८:२१, २३

हो: "हे परमेश्वर, म तपाईंको लागि भोको छु। पवित्र आत्मा, मलाई तपाईं भोजन भन्दा बढी चाहिन्छ, शारीरिक वा भौतिक आशिषहरू भन्दा बढी, यस संसारमा सबै भन्दा बढी!"

मैले उपवासलेआत्मिक बाँझोपनलाई ठिक गरेको देखेको छु। जब म आत्मिक रूपमा सुख्खा र बाँझो हुन्छु, उपवास र प्रार्थनाले मेरो हृदयको कठोर माटोलाई उर्बर बनाउँछ र यसलाई परमेश्वरको वचन रोप्नको लागि ग्रहणयोग्य बनाउँछ।

२. उपवासले हाम्रो प्राकृतिक भोकलाई हाम्रो आत्मिक भोकको अधीनमा ल्याउँछ।

उपवासले अजान पाप र स्वार्थको क्षेत्रहरू उजागर गर्दछ, हाम्रो सबैभन्दा बलियो प्राकृतिक भोकलाई मार्छ। उपवासले हाम्रो शरीरलाई आत्मिक कुराहरूको अधीनमा राख्छ। वा, एकजना चर्च फादरले भनेझैं, "उपवासले प्राणलाई बाधा दिने गरि पेटले शरीरलाई उमाल्दैन भन्ने सुनिश्चित गर्दछ।"[३९६] मेरो फिलिपिनो भाइ, डेभिड युकाङ्गीले मलाई एकपटक भनेका थिए कि जबजब उ भित्र अनुचित इच्छाहरू बढ्न थाल्छ तब उसले उपवास बस्नु पर्छ भनेर थाह हुन्थ्यो! अर्को शब्दमा, घमण्डको वा खराब इच्छाको हल्का मात्रै वृद्धि, उसको लागि उपवास बस्ने कारण बन्छ। उपवासले अनुचित यौन चाहनाको आगो निभाउँछ भनी अन्य धर्मी पुरुषहरूले पनि गवाही दिएका छन्।

मैले एक आइतवार उपवास बस्न सिकाइसकेपछि, एकजना ख्रीष्टियान व्यक्तिले यो अनुशासनलाई परमेश्वरसँगको आफ्नो हिँडाइमा समावेश गर्नु पर्ने रहेछ भनि बुझेको महसुस गरे। केही समय पछि उनले उपवासले उनको हृदयमा खाँचोहरू रहेको बारे सचेत गराएको गवाही दिए। "म उपवास नबसे सम्म म कति अधीर रहेछु भन्ने कुरा मैले कहिल्यै महसुस गरिन," उनले भने। "जब मैले मेरो शरीरलाई 'हुँदैन' भने, मैले आफूलाई मेरा बच्चाहरु संग धेरै अधीर बनेको भेट्टाएँ! हामी उनीसँग हाँस्यौं किनभने हामी यसलाई बुझ्न सक्छौं। आफैलाई त्याग्ने कुराले हाम्रो चरित्रहरूलाई सतह ल्याइदिन्छ जुन हाम्रा हृदयमा रहेछ भन्ने कुरा हामीलाई नै थाहै हुँदैन।

रिचर्ड फोस्टरले हामीलाई सम्झना गराउनुहुन्छ, "पेट बिग्रेको बच्चा जस्तै हो, र बिग्रिएको बच्चालाई सुखविलास होइन, तर ... अनुशासनको खाँचो छ।" बिग्रिएको बच्चालाई अनुशासन दिन थालेपछि के हुन्छ, हामी सबैलाई थाहा छ, होइन र? बच्चा जति बिग्रेको हुन्छ, उति चर्को स्वर। जबसम्म उसले वा उनले "हुँदैन" शब्दमा समर्पण बन्न सिक्दैन तबसम्म हामीसँग हाम्रो हातमा चुनौती हुनेछ। त्यसैले यो हाम्रो आफ्नै भित्री बिग्रिएको बच्चाको विषयमा हो!

> **"हाम्रो मानवीय लालसाहरू नदीहरू जस्तै हो जुन आफ्नो किनारमा बग्छ; उपवासले तिनलाई आफ्नो उचित स्थानमा रहन मद्दत गर्दछ।"**
>
> **रिचर्ड फोस्टर**

३. उपवासले हाम्रो आत्मिक भोक बढाउँछ।

येशूले शारीरिक भोजनमा भन्दा आफ्नो पिताको इच्छा पूरा गर्नमा भन्दा धेरै सन्तुष्टि पाउनुभयो।[३९७] र उहाँले हामीलाई उहाँ जस्तै हुन बोलाउनुहुन्छ। उहाँले भन्नुभयो, "धन्य हुन् धार्मिकताको निम्ति भोकाउने र तिर्खाउनेहरू, किनभने तिनीहरू तृप्त हुनेछन्।"[३९८] जब म उपवास गर्छु, र भोकको पीडा बलियो हुन्छ, म परमेश्वरलाई भन्नेछु, "हे प्रभु, यी भोकको पीडाहरू तपाईंको लागि भोकको पीडाहरू हुन्। म तपाईंको लागि यति नै भोको हुन चाहन्छु।" यसो गर्दा त्यस समयमा यसले मलाई खासै राम्रो महसुस गराउँदैन, तर मैले यस्तो निष्कपट प्रार्थनालाई

---

३९६ एस्टरियस, चौथो शताब्दीमा

३९७ यूहन्ना ४:३१-३२

३९८ मत्ती ५:६

परमेश्वरले बेवास्ता गर्नुभएको मलाई कहिल्यै थाहा छैन । हामीले हाम्रा पीडाहरूलाई प्रार्थनामा परिणत गर्ने प्रयास गर्नुपर्छ, विश्वास गर्नुपर्छ कि परमेश्वरले हामीलाई उहाँको प्रशस्त उपस्थितिद्वारा सन्तुष्ट पार्नुहुनेछ ।

४. उपवासले हामीलाई आत्मिक रूपमा अझ बढि विवेकशील बनाउँछ ।

उपवासको माध्यमबाट, एन्टिओकको नयाँ नियमको चर्चले आफ्नो मिशन सेवकाईको सुरुवातको लागि परमेश्वरको इच्छालाई बुझ्यो: तिनीहरूले प्रभुको आराधना गरिरहेका र उपवास बसिरहेका बेला पवित्र आत्माले भन्नुभयो, "मेरो निम्ति बारनाबास र शाऊललाई त्यस कामको लागि अलग्ग गर, 'जुन कामको निम्ति मैले तिनीहरूलाई बोलाएको छु ।'"[३९९] उपवास सहितको ध्यानपूर्ण प्रार्थनाले हाम्रो जीवनमा धेरै स्पष्टता ल्याउँछ र हामीलाई महत्त्वपूर्ण निर्णयहरू गर्न मद्दत गर्दछ ।

येशूको प्रार्थना र उपवासको जीवनले उहाँलाई आफ्नो वरपरका मानिसहरूको आत्मिक भोकको बारेमा अझ सजग बनायो, उहाँको हृदयलाई तिनीहरूप्रतिको प्रेमले भर्यो, र उहाँको पिताले उहाँले आत्मिक रूपले भोका मानिसहरूलाई जे गरेको र बोलेको चाहनुहुन्थ्यो त्यसप्रति उहाँको आत्मालाई सजग राख्नुभयो । चेलाहरू जस्तै, हामी प्रायः आफैं र आफ्नै आवश्यकताहरूमा व्यस्त हुन्छौं कि हामी अरूहरूप्रतिको हाम्रो स्नेह गुमाउँछौं । उपवासले हाम्रो भोकलाई नियन्त्रणमा राख्न मद्दत गर्छ, ताकि हामी हाम्रो वरिपरि पवित्र आत्माको काम देख्न र सुन्न सक्छौं ।

» सँगै यूहन्ना ४:२७-३४ पढ्नुहोस् । भोजनको विषयमा येशू र चेलाहरूको सम्बन्ध बीचको भिन्नताबारे छलफल गर्नुहोस् । "मसँग खानको लागि भोजन छ जुन तिमीहरूलाई थाहा छैन" र "मलाई पठाउनुहुनेको इच्छा पूरा गर्नु नै मेरो भोजन हो" भन्नुहुँदा येशूको अर्थ के थियो? के तपाईंलाई लाग्छ कि चेलाहरूको खानाप्रतिको प्रेमले गर्दा तिनीहरूले सामरियामा पवित्र आत्माले के गरिरहनुभएको थियो भनी नदेखेको हुन सक्छ?

५. उपवासले हाम्रो विश्वासलाई बलियो बनाउँछ र यसैले, हामीलाई संलग्न हुन र शत्रुलाई पराजित गर्न सक्षम बनाउँछ ।

म विश्वास गर्छु कि धेरै राम्रा पुरुष र महिलाहरू प्रायः कमजोर र शक्तिहीन हुनुको कारण तिनीहरू नियमित उपवासको अभ्यास गर्दैनन् । चेलाहरूले मत्ती १७मा, आफूहरूले एकजना जवान मानिसबाट दुष्ट आत्मा निकाल्ने शक्ति नभएको पाउँछन् । येशूले यो समस्या अविश्वास थियो भनेर स्पष्ट रूपमा बताउनुहुन्छ: "त्यसपछि चेलाहरू एकान्तमा येशूकहाँ आए र सोधे, 'हामीले यसलाई किन निकाल्न सकेनौं?' त्यसैले येशूले तिनीहरूलाई भन्नुभयो, 'तिमीहरूको अविश्वासको कारणले ।'"[४००] येशूले त्यसपछि सिकाउनुहुन्छ, "तापनि यस किसिमको भूतचाहिँ प्रार्थना र उपवासविना निक्लँदैन ।"[४०१]

उत्कट प्रार्थना र उपवास र विश्वासको बिचमा के सम्बन्ध छ? उत्कट प्रार्थना (उपवासको साथ प्रार्थना) ले विश्वासलाई बलियो बनाउँछ र परमेश्वरको सेवामा हाम्रो शक्ति र प्रभावकारिता बढाउँछ । हामी आत्मिक लडाइमा संलग्न छौं; प्रार्थना र उपवास बिना, हामीले कहिले पनि परमेश्वरको छुटकाराको अनुभव गर्दैनौं जुन उहाँले त्यो प्रकट गर्न चाहनुहुन्छ । पावलले अक्सर आफूलाई ठूलो आत्मिक लडन्तको बीचमा भेट्टाए र त्यसैले प्रायः उपवास बसे ।[४०२]

---

३९९ प्रेरित १३:२

४०० मत्ती १७:१९-२०क

४०१ मत्ती १७:२१

४०२ २ कोरिन्थी ११:२७-२८

विकासोन्मुख देशहरूमा सेवा गर्ने मेरा भाइबहिनीहरूले अक्सर भूतात्माको विरोधको सामना गर्छन्। तिनीहरू जान्दछन् कि प्रार्थना र उपवास बिना तिनीहरूले कहिल्यै आत्मिक किल्लाहरू भत्किएको देख्दै छैनन्। तिनीहरूले यहाँ येशूका शब्दहरूलाई गम्भीरताका साथ लिन्छन् र त्यसैले ईश्वरीय शक्तिको महान् उपस्थितिहरूको अनुभव गर्छन्।

बाइबलमा उपवासका दुई प्राथमिक रूपहरू

१. सामान्य उपवास - सबै ठोस वा तरल खानेकुराबाट अलग रहनु, तर पानीबाट होइन
२. आंशिक उपवास वा हलुका - भोजन प्रतिबन्ध, तर पूर्णतया भने होइन[४०३]

उपवास सुरु गर्नका लागि व्यावहारिक सुझावहरू

१. आफ्नो शारीरिक अवस्थालाई ध्यानमा राख्नुहोस् र डाक्टरको सुझावहरू पालना गर्नुहोस्।

२. २४-घण्टे आंशिक उपवासको साथ सुरु गर्नुहोस्। दिउँसोको खाना बाट दिउँसोको खानासम्म बस्नुहोस् (दुई छाक)। फलफूलको जुस मात्र पिउनुहोस्। धेरै हप्ता वा महिनासम्म यसलाई हप्तामा एक पटक गर्ने प्रयास गर्नुहोस्।

३. २४ घण्टे सामान्य उपवास प्रयास गर्नुहोस्। पानी मात्र पिउनुहोस्। आवश्यक भएमा भिटामिन लिनुहोस्। यो साप्ताहिक गर्नुहोस्।

४. केहि समय पछि, सामान्य ३६-घण्टा बढाउनुहोस्। बेलुकीको खानादेखि दोस्रो दिनको बिहानको खाजासम्म (तीन छाक) उपवास बस्नुहोस्। यो धेरै हप्ता वा महिनासम्म हप्तामा एक पटक गर्नुहोस्।

५. धेरै दिनसम्म उपवास प्रयास गर्नुहोस्। यहाँ तपाईंले आफ्नो जीवनमा महत्त्वपूर्ण आत्मिक सफलता पाउन सक्नुहुन्छ।

६. उपवासलाई आफ्नो जीवनको नियमित हिस्सा बनाउनुहोस्! खाली पेटको पीडा महसुस गर्नुहोस् र उहाँको कृपाले तपाईंलाई भर्नको लागि परमेश्वरमा भर पर्नुहोस्।

» यस अनुशासनको बारेमा गवाहीहरू साझा गर्न स्वतन्त्र महसुस गर्नुहोस्। यस हप्ता उपवास अभ्यास गर्नुहोस् र आफ्नो अनुभवको बारेमा कुरा गर्न अर्को हप्ता फेरी आउन तयार हुनुहोस्।

सरलताको आत्मिक अनुशासन

> तिम्रो आचरण लोभरहित होस्। आफूसँग भएका कुराहरूमा सन्तुष्ट हुनुहोस्। किनकि उहाँले आफैंले भन्नुभएको छ, "म तिमीलाई कहिल्यै छोड्ने वा त्याग्ने छैन।"[४०४]

---

४०३ दानिएल १०:३

४०४ हिब्रू १३:५

सरलताको अनुशासनको अर्थ

सरलताको अनुशासन भनेको परमेश्वरको प्राथमिकताहरूमा ध्यान केन्द्रित गर्ने र तदनुसार जीवन शैलीलाई व्यवस्थित गर्ने अनुशासन हो । यो जीवनको सर्वोच्च आनन्द - परमेश्वरलाई जान्ने र सेवा गर्ने बाहेक सबैबाट अलग हुने आन्तरिक स्वभावबाट सुरु हुन्छ । यसको परिणाम यो यस स्वभावसंग मिल्ने जीवन शैलीका छनोटहरू हुन्छन् ।

बाहिरी सरलता भनेको हाम्रो जीवनलाई आत्मिक र व्यवहारिक रूपमा प्रभावकारी बनाउनको लागि हाम्रो भागको कर्तव्य गर्ने बारे हो; हाम्रो आनन्द चोर्ने सबै कुराबाट आफूलाई मुक्त गर्ने बारे हो; हाम्रो हामीलाई सताउने फोहोरलाई जीवनबाट हटाउने बारे हो, त्यस्तो गडबढ जसले हामीलाई भट्काइ रहेको छ, त्यो ऋण जसले हामीलाई डुबाउँदैछ, र हामीलाई नियन्त्रण गर्ने गतिविधिहरू हटाउने बारे हो ।

परमेश्वरले प्रत्येक ख्रीष्टियानलाई भित्री सरलतामा बोलाउनुहुन्छ - परमेश्वर र मानिसहरूको लागि एकल-मनको प्रेममा र पहिले उहाँको राज्य खोज्नको लागि एकल-मनको भक्तिमा ।[४०५] तर भित्री सरलता तब मात्र टिक्नेछ जब हामीले जानाजानी आफ्नो दैनिक जीवनलाई सरल तरिकामा व्यवस्थित गर्छौं । धेरै ख्रीष्टियानहरू बढी स्वतन्त्र र सन्तुष्ट जीवन बिताउन चाहन्छन्, तर धेरै समय निर्धारण गर्ने, अति-बोल्ने, अति-व्यस्त हुने, अत- खर्च गर्ने, अति-सङ्कलन गर्ने, अति-काम गर्ने र अझ अत- सेवा गर्ने खराब बानीहरूले उनीहरूले इच्छा गरेको जस्तो जीवनबाट रोक्छ ।

येशूको जीवनमा सरलता

येशूले आफ्नो बोली र काममा सरलताको अनुशासनको नमूना देखाउनु भयो । जब हामी उहाँको जीवन कथाहरू पढ्छौं, उहाँ कहिल्यै हतारमा देखिनुहुन्न, तैपनि उहाँले धेरै हासिल गर्नुहुन्छ । उहाँका गतिविधिहरू सधैं उद्देश्यपूर्ण थिए ।[४०६] पवित्र आत्माले सधैं उहाँलाई अर्थपूर्ण, उद्देश्यपूर्ण तरिकामा निर्देशन दिई रहनुभएको थियो । उहाँले कडा परिश्रम मात्र गर्नुभएन; उहाँले बुद्धिमानीपूर्वक काम गर्नुभयो, सधैं उहाँको पितालाई खुशी पार्ने कामहरू गर्नुभयो ।[४०७]

येशूको जीवन सजिलो थिएन, तर यो सरल थियो । उहाँलाई आफ्नो जीवनको विषयमा थाहा थियो र बाल्यवस्था देखिनै आफ्नो पिताको काममा हुनुहुन्थ्यो ।[४०८] जब येशूले बोल्नुभयो उहाँले शब्दहरूको अर्थ प्रयोग गर्नुभयो ।[४०९] उहाँको "हो" को अर्थ "हो" र उहाँको "होइन" को अर्थ "होइन ।"[४१०] उहाँले सरल जीवनशैली रोज्नुभयो ।[४११] येशूले अनुग्रहका साथ अवरोधहरूको जवाफ दिनुभयो ।[४१२] भौतिक चीजहरू होइन तर मानिसहरू, सधैं उहाँको प्राथमिकता थियो - विशेष गरी मानिसहरू जसलाई छुटकारा चाहिन्छ र चेलाहरू जसलाई तालिम चाहिन्छ । उहाँले एक घुमन्ते प्रचारकको जीवन बिताउनु भयो, अरूले समर्थन गरे । उहाँलाई उधारो लिएको चिहानमा गाडियो । जब उहाँ क्रूसमा मर्नुभयो, उहाँको एक मात्र पार्थिव सम्पत्ति भनेको उहाँको पछाडिको लुगा थियो । येशूको जीवनमा सरलताको अनुशासनले उहाँलाई उहाँको पिताले दिनुभएको प्राथमिकताहरूमा ध्यान केन्द्रित गर्न लगायो ।

---

४०५ भजनसंग्रह २७:४, भजनसंग्रह ४०:८; मत्ती ६:३३

४०६ लूका ४:४३

४०७ यूहन्ना ४:३४

४०८ लूका २:४९

४०९ यूहन्ना १४:१०

४१० मत्ती ५:३७

४११ २ कोरिन्थी ८:९

४१२ मत्ती ९:२०

बाइबलमा सरलताको अनुशासन

हामीले हाम्रो जीवनलाई कसरी सरल बनाउनु पर्छ भनेर बाइबलले नियमहरू प्रदान गर्दैन, तर यसले धेरै चेतावनी र सुझावहरू प्रस्तुत गर्दछ। येशूले भौतिकवाद विरुद्ध युद्ध घोषणा गर्नुभयो। उहाँले सिकाउनुभयो कि हामीले परमेश्वर र पैसाको सेवा गर्न सक्दैनौं। उहाँले हामीलाई पृथ्वीमा सम्पत्ती जम्मा नगर्न[४१३] र लोभको बारेमा, चेतावनी दिनुभयो, यो घोषणा गर्नुभयो: "मानिसको जीवन त्यसको सम्पत्तिको प्रशस्तताले समावेश गर्दैन।"[४१४] उहाँले आफूलाई पछ्याउनको लागि धनी युवक शासकले आफूसँग भएका सबै थोक बेच्न पनि माग गर्नुभयो।[४१५] पावलले भने कि धनी हुन चाहनेहरू नै परीक्षामा पर्छन्।[४१६] भजनरचयिताले चेताउनी दिन्छन्, "यदि धन बढ्छ भने, त्यसमा आफ्नो मन नलगाउनुहोस्।"[४१७]

आत्मिक निर्माणमा सरलताको शक्ति

सरलताको उद्देश्य मात्र हामीलाई स्वतन्त्र बनाउनु हो। हाम्रो जीवन शैलीको सरलीकरणले हामीलाई भौतिकवादको अत्याचारबाट मुक्त गर्नेछ र हामीलाई परमेश्वरको राज्यमा धेरै भन्दा धेरै समय र स्रोतहरू लगानी गर्न सक्षम बनाउँछ, र यसले हामीलाई मानिसहरू प्रशंसा पाउने बन्धनबाट छुटकारा दिनेछ। हाम्रो काम र सेवकाईको सरलीकरणले हामीलाई बोलावट भएको र सुसज्जित पारिएको कुराहरू गर्न, र त्यसलाई अझ राम्रो गर्न हामीलाई स्वतन्त्र बनाउनेछ। हाम्रा शब्दहरूको सरलीकरणले हामीलाई हामीले पालन गर्न नसक्ने वाचाहरू र प्रतिबद्धताहरू गर्नबाट मुक्त गर्नेछ र हामीले गरेको वाचाहरू पूरा गर्न सक्षम बनाउँछ।

सरलताको खतरा

हामी निश्चित खतराहरूबाट धेरै सावधान हुनुपर्छ:

१. यहाँ कानूनवादको खतरा छ।

पवित्र आत्माले हामी सबैलाई एउटै जीवनशैलीका छनौटहरूमा डोर्याउने छैन। हामीले लगाउने कपडाको गुणस्तर वा शैली, हामी बस्ने घरहरू, हामीले बचत गर्ने वा दिने पैसाहरू हामीसँग परमेश्वरको व्यक्तिगत सम्बन्ध बमोजिम हो। हामी एक अर्काको न्याय नगरौं।

> **"येशूले हामीलाई सम्पत्तिको लागि एक चिन्ता र चासो नगर्नको लागि बोलाउनुहुन्छ (लूका ६:३०)।"**
>
> **रिचर्ड फोस्टर**

२. भौतिक कुराहरूलाई खराब हो भने त्याग्ने खतरा छ।

सरलताले सबै सम्पत्तिहरू त्याग्दैन (येशूले माग नगरेसम्म) तर तिनीहरूलाई तिनीहरूको उचित स्थानमा राख्छ।

---

४१३ मत्ती ६:२१

४१४ लूका १२:१५

४१५ मत्ती १९:१६-२२

४१६ १ तिमोथी ६:९

४१७ भजनसंग्रह ६२:१०

३. यहाँ परमेश्वरको अनुग्रही उपहारहरूलाई त्याग्ने खतरा छ ।

पावल बलिदान र प्रशस्तता दुवैबाट साथ सन्तुष्ट हुने एउटा स्थानमा आए ।[४१८] उहाँले बलिदान स्वीकार गरेजस्तै कृतज्ञतापूर्वक धेरै स्वीकार गर्न सक्नुहुन्छ । यदि परमेश्वरले तपाईंलाई आशिष दिनुभएको छ भने, रमाउनुहोस् र लाज नमान्नुहोस्! केवल आशिषमा आफ्नो हृदय नलगाउनुहोस् । यदि तपाईं दुखमा हुनुहुन्छ भने, "तिनलाई पूरा आनन्दको कुरा सम्झ ।"![४१९]

सरलताको अनुशासन अभ्यासको लागी व्यावहारिक सल्लाह

१. ऋणको दास नबनौं ।[४२०]
२. वस्तुहरूलाई तिनीहरूको चलन चल्ति भन्दा तिनीहरूको गुणस्तर र उपयोगिताको लागि किन्नुहोस् ।
३. वस्तुहरूलाई दिन बानीको विकास गर्नुहोस् ।[४२१]
४. वस्तुहरूको स्वामित्व बिना नै आनन्द लिन सिक्नुहोस् ।
४. जीवनका साधारण कुराहरूलाई, विशेष गरी परमेश्वरको संसारका प्राकृतिक उदेकका कुराहरूलाई माया गर्न सिक्नुहोस् ।
५. धनी बन्ने योजनाहरूबाट बच्नुहोस्, जसले लोभी भावनालाई बढाउँछ ।[४२२]
६. आफूले पूरा गर्न सक्ने मात्रै वाचाहरू र प्रतिबद्धताहरू गर्नुहोस् ।[४२३]
७. उदार बन्नु भएर पैसाको अत्याचारलाई तोड्न मद्दत गर्नुहोस् ।[४२४]
८. परमेश्वरको राज्य र उहाँको धार्मिकतालाई पहिले खोज्नबाट तपाईलाई अलमल्याउने कुनै पनि कुरा त्याग्नुहोस् ।

» तलको खाली ठाउँमा, आफ्नो बाइबलीय प्राथमिकताहरूमा बढी ध्यान केन्द्रित गर्न आफ्नो जीवनलाई सरल बनाउन सक्ने कम्तीमा तीनवटा तरिकाहरू लेख्नुहोस् । परमेश्वरको कृपाले यी परिवर्तनहरू गर्न इच्छुक हुनुहोस्, र तपाईंको अर्को बैठकमा आफ्नो समूहसँग तपाईंको गवाही साझा गर्न तयार हुनुहोस् ।

---

४१८ फिलिप्पी ४:१२

४१९ याकूब १:२

४२० हितोपदेश २२:७

४२१ लूका ३:११; हितोपदेश ११:२४

४२२ हितोपदेश २८:२०

४२३ भजनसंग्रह ७६:११; हितोपदेश २०:२५; मत्ती ५:३७

४२४ हितोपदेश ११:२५, हितोपदेश २२:९

मैले मेरो जीवनलाई सरल बनाउन सक्ने तीन तरिकाहरू

पाठ ८ को गर्नुपर्ने कार्य

१. यस पाठको सामग्रीमा आधारित परीक्षा गर्नुहोस् ।

२. पवित्र आत्मालाई अन्तर्दृष्टि दिनुहोस् भन्नका लागि, धर्मशास्त्रका पदहरू सहित यस पाठको समीक्षा गर्न यो हप्ता कम्तिमा तीस मिनेट समय दिनुहोस् ।

३. तपाईको जीवनमा गर्नु पर्ने कुनै पनि विशेष परिवर्तनहरू तपाईको नोट कापीमा रेकर्ड गर्नुहोस्, जसरी प्रभुले तपाईलाई प्रकट गर्नुहुन्छ ।

४. तपाईंको दैनिक उपासनाको समयमा कम्तिमा एउटा भजनसंग्रह मनन गर्नुहोस्, र भजनरचयिताले परमेश्वरको स्वभाव र चरित्रको बारेमा के भन्दैछ सो तपाईंको दैनिकी नोटमा रेकर्ड गर्नुहोस् ।

५. यस पाठमा आधारित आत्मिक रूपान्तरण र वृद्धिको लागि आफ्नो नोट कापीमा व्यक्तिगत प्रार्थना रेकर्ड गर्नुहोस् ।

६. तपाईंको दैनिक व्यक्तिग प्रार्थनामा डा. ब्राउनको *दैनिक प्रार्थना गाइड* प्रयोग गरेर अभ्यास गर्नुहोस् ।

पाठ ८ को जाँच

१. यस पाठमा सिकाइएको आत्मिक अनुशासनका दुईवटा फाइदाहरू के हुन्?

२. येशूको जीवनमा एकान्त समयको महत्त्व देखाउने बाइबलको पदहरू दिनुहोस्।

३. मनन भनेको के हो?

४. उपवासका चार शक्तिशाली परिणामहरूको सूची लेख्नुहोस्।

५. रिचर्ड फोस्टरका अनुसार, "हाम्रो मानव लालसाहरू _______________ जस्तै हो जसले तिनीहरूको _________ लाई बगाउँछ।"

६. दुई प्रकारको उपवासको नाम दिनुहोस्।

पाठ ९

व्यक्तिगत प्रार्थना

भक्तिको आत्मिक अनुशासन

पाठ ८ को समीक्षा

कक्षाको अगुवालाई नोट: पाठ ८ का मुख्य बुँदाहरू समीक्षा गर्नुहोस् । विद्यार्थीहरूमा पाठ ८ बाट आफ्नो व्यक्तिगत प्रार्थना साझा गर्न इच्छुक को छन् सोध्नुहोस् ।

पाठका उद्देश्यहरू

१. येशूले प्रार्थना गरेझैं प्रार्थना गर्न सिक्नुहोस् ।

२. येशूले स्थापना गर्नुभएको नमुना पछ्याएर प्रार्थना अभ्यास गर्नुहोस् ।

जीवनका तस्बिरहरू

एक युवकले मेरो साथी डा. फिल ब्राउनलाई निम्न पत्र लेखे:

> मलाई लाग्छ कि मैले परिवारको एक सदस्यको शारीरिक सुधारको लागि पर्याप्त प्रार्थना गरिरहेको छैन । यद्यपि उहाँ निरन्तर मेरो दिमागमा हुनुहुन्छ, र मैले उहाँलाई नियमित रूपमा परमेश्वरको पाउमा राखेको पाउँछु, म अझै पनि मेरो प्रार्थना अपर्याप्त महसुस गर्छु । मेरो सबैभन्दा ठूलो संघर्ष यो हो कि म कहिल्यै पर्याप्त राम्रो हुन नसक्ने मात्रै होइन, तर मैले मेरो बाइबल पर्याप्त पढ्न वा पर्याप्त प्रार्थना पनि कहिल्यै गर्न सक्दिन । परमेश्वरले उहाँलाई निको पार्न सक्नुहुन्छ भन्ने तथ्य, म परमेश्वरको इच्छा चाहन्छु भन्ने तथ्य, र परमेश्वरको इच्छा के हो भनेर मलाई थाहा छैन भन्ने तथ्यसँग मैले अपर्याप्त प्रार्थनामा दोषी महसुस गर्ने भावनालाई कसरी सन्तुलनमा राख्न सक्छु?

बाइबल अध्ययनको क्रममा एक साँझ मेरो साथी ड्यानी, एक नयाँ ख्रीष्टियानले हामीमध्ये धेरैको विषयमा जस्तै उनले भने जब उनले स्वीकार गरे, "प्रार्थना मेरो लागि साँच्चै गाह्रो छ! मलाई राम्रो प्रार्थनाको जीवन कसरी पाउने भन्ने थाहा छैन ।"

धेरै ख्रीष्टियानहरू प्रार्थनासँग संघर्ष गर्छन् । धेरै आफ्नो प्रार्थनाको जीवन संग असन्तुष्ट छन् । हामीले बोल्ने व्यक्तिलाई देख्न नसक्ने भएकोले, हामीलाई ध्यान केन्द्रित गर्न, वा परमेश्वरले सुन्दै हुनुहुन्छ भन्ने विश्वास गर्न पनि गाह्रो हुन्छ । के भन्ने हामी

अचम्ममा छौं। कतिपयले प्रार्थनाको महत्त्वमाथि प्रश्न उठाउँछन् किनभने हामीले प्रार्थना गर्नुअघि नै परमेश्वरले हाम्रा चिन्ता र आवश्यकताहरू जान्नुहुन्छ भन्छन्। हामी आश्चर्यचकित छौं कि कति प्रार्थना पर्याप्त प्रार्थना हुन्छ। हामी आश्चर्यचकित छौं किन हामीले थप परिणामहरू देख्दैनौं। यी सबै साझा संघर्षहरू हुन्।

यदि येशू प्रार्थनाको विद्यालयमा हाम्रो शिक्षक हुन सक्नुहुन्थ्यो भने के यो सुन्दर हुने थियो होइन र? उहाँको उदाहरणद्वारा, उहाँको वचनद्वारा, र उहाँको आत्माद्वारा, उहाँ साँच्चै हुनुहुन्छ! यदि हामीले सुन्नको लागि समय निकाल्यौं भने, प्रार्थनाको बारेमा हाम्रा धेरै प्रश्नहरूको जवाफ येशूको प्रार्थनामय जीवनको अध्ययन गरेर पाउन सकिन्छ।

» समूहका सदस्यहरूलाई उनीहरूको प्रार्थना संघर्ष र प्रार्थनासँग सम्बन्धित प्रश्नहरू साझा गर्ने मौका दिनुहोस् जुनसँग उनीहरूले लडन्त गरेका छन्।

ठूलो विचार

ख्रीष्टको स्वरूपमा आत्मिक निर्माण एक सुसंगत प्रार्थना जीवनसँग प्रत्यक्ष रूपमा जोडिएको छ।

यस पाठमा, हामीलाई येशूले प्रार्थना गर्न सिकाउन दिनेछौं। उहाँको प्रार्थनाको सरल ढाँचा, प्रभुको प्रार्थनाले लगभग २,००० वर्षदेखि इसाईहरूलाई निर्देशन दिइरहेको छ र यसलाई सुधार गर्न सकिँदैन। तर यो प्रार्थना मन्त्र होइन। यो एउटा ढाँचा हो जसले हामीलाई प्रार्थनाको उचित क्रम र प्राथमिकताहरू स्थापना गर्न मद्दत गर्छ, विशेष गरी व्यक्तिगत प्रार्थना:

१. उहाँको उपस्थितिमा श्रद्धापूर्वक आउनुहोस्।
२. पृथ्वीमा परमेश्वरको राज्यको सफलताको लागि प्रार्थना गर्नुहोस्।
३. व्यक्तिगत आवश्यकताहरूको लागि प्रार्थना गर्नुहोस्।

यस पाठमा, हामी यस ढाँचा अनुसार हाम्रो निजी प्रार्थनाहरू बनाउन प्रयास गर्नेछौं र, सँगसँगै, हामी यस ढाँचाको उदाहरणको रूपमा उहाँलाई हेर्नेछौं।

लूकाको सुसमाचारले हामीलाई येशूको प्रार्थनामय जीवनमा धेरै झ्यालहरू खोल्छ। हामी यस पाठमा यी झ्यालहरू मार्फत हेर्नेछौं। येशूको प्रार्थनामय जीवनलाई अवलोकन गरेर र प्रार्थनामा उहाँको शिक्षा सुनेर, हामीले अझ गहिरो, अझ पूर्णता र प्रभावकारी प्रार्थना जीवन कसरी प्राप्त गर्ने भनेर अझ राम्ररी बुझ्नेछौं।

लूकाले हामीलाई भन्छन् कि येशूको प्रार्थनामय जीवनमा यति धेरै सुन्दर-यति आकर्षक-कुनै कुरा थियो जसले गर्दा उहाँका चेलाहरू उहाँ जस्तै प्रार्थना गर्न चाहन्थे: "उहाँ कुनै एक ठाउँमा प्रार्थना गरिरहनुभएको थियो। उहाँले प्रार्थना गरिसक्नुभएपछि चेलाहरूमध्ये एक जनाले उहाँलाई भने, 'हे प्रभु, यूहन्नाले आफ्ना चेलाहरूलाई सिकाएँझै हामीलाई पनि प्रार्थना गर्न सिकाउनुहोस्।'"[४२५]

» प्रभुको प्रार्थना सँगै पढ्नुहोस्। यदि तपाईलाई थाहा छैन भने, यसलाई कण्ठ गर्नुहोस्।

---

४२५ लूका ११:१

स्वर्गमा हुनुहुने हाम्रा पिता, तपाईंको नाम पवित्र होस् । तपाईंखो राज्य आओस । तपाईंको इच्छा स्वर्गमा जस्तै पृथ्वीमा पूरा होस् । हामीलाई दिनहुँ हाम्रो दैनिक रोटी दिनुहोस् । किनकि हामी पनि हाम्रा विरुद्धमा अपराध गर्नेहरूलाई क्षमा गर्दछौं । हामीलाई परीक्षामा नलैजानुहोस् ।[४२६]

प्रार्थनाको गलत अवधारणाहरु

प्रार्थनामा शक्ति छ ।

धेरै ख्रीष्टियानहरूले यो विश्वास गरेको देखिन्छ । तर प्रार्थना गर्ने कार्यमा कुनै शक्ति छैन, केवल प्रार्थना मार्फत शक्ति! र कुनै पनि प्रकारको प्रार्थना मात्र होइन, तर परमेश्वरलाई प्रसन्न तुल्याउने तरिकामा प्रार्थना गर्नुहोस् । सबै शक्ति परमेश्वरकै हो । बालका ४०० अगमवक्ताहरूले प्रार्थनाको कार्यमा आफ्नो विश्वास राखे, जबकि एलियाले प्रार्थनाको जवाफ दिने परमेश्वरमा आफ्नो विश्वास राखे ।[४२७] हाम्रो ध्यान प्रार्थनामा मात्र होइन, तर हामीले प्रार्थना गर्ने परमेश्वरमा केन्द्रित हुनुपर्छ ।

धेरै प्रार्थनाले धेरै परिणामहरू ल्याउँछ ।

सधै होइन । येशूले हामीलाई अन्यजातिहरू जस्तै नबन भन्नुभयो जसले सोँच्दछन् कि तिनीहरूको प्रार्थनाको जवाफ दिइनेछ किनभने तिनीहरू धेरै प्रार्थना गर्छन् ।[४२८] परमेश्वर एउटा मेसिन होइन जसबाट हामीले पर्याप्त प्रार्थनाका सिक्का राख्दासम्म हामीले चाहेको क्यान्डी पाउन सक्छौं । प्रार्थनाले त्यसरी काम गर्दैन । जब म संसारभरि घुम्छु, म याद गर्छु कि बौद्ध, हिन्दू, इस्लाम र यहूदी धर्म लगायत विश्वका हरेक प्रमुख धर्मको सोँच यही छ । म धेरै तीर्थस्थलहरूमा गएको छु र हिन्दू र बौद्ध भिक्षुहरूलाई उनीहरूको प्रार्थना जप गर्दै गरेको, तिनीहरूको प्रार्थनाको पांग्रा घुमाउँदै गरेको, र तिनीहरूको प्रार्थना मोतीहरूबाट औंलाहरू घुमाउँदै गरेको देखेको छु । उनीहरू विश्वास गर्छन् कि उनीहरूले पर्याप्त प्रार्थनाको थुप्रो जम्मा गरे भने उनीहरूले मद्दत पाउनेछन् । प्रार्थनाको मात्रा हाम्रो प्रार्थनाको गुणस्तरसँग मिल्नुपर्छ । धेरै प्रार्थना सभाहरूले मात्र परमेश्वरको आशिष ल्याउँदैन ।

» तपाईंको समूहसँग प्रार्थनाको बारेमा यी गलत विचारहरू छलफल गर्नुहोस् । के तपाईंले देख्नुभएको अन्य गलत अवधारणाहरू छन्?

इनाम दिने सिद्धान्तहरू, प्रभावकारी निजी प्रार्थना, जसरी येशूले सिकाउनुभयो

येशूले सिकाउनुहुन्छ कि गोप्य प्रार्थनाको पहिलो प्राथमिकता भनेको परमेश्वरसँग घनिष्ठ संगति हो: "त्यसैले उहाँले तिनीहरूलाई भन्नुभयो, 'जब तिमीहरू प्रार्थना गर्छौ, यसो भन: "हे हाम्रा स्वर्गमा हुनुहुने पिता, तपाईंको नाम पवित्र होस् ।"[४२९]

अझ बढी पूरा हुने र प्रभावकारी प्रार्थनामय जीवनको रहस्य भनेको परमेश्वरसँगको हाम्रो सम्बन्धमा आनन्दित हुनु हो । "परमप्रभुमा आनन्दित होऊ, र उहाँले तिम्रो मनोरथ पूर्ण गर्नुहुनेछ ।"[४३०] यसरी नै इस्राएल सधैं परमेश्वरको उपस्थितिमा

---

४२६ लूका ११:१-४

४२७ १ राजा १८:३६-३८

४२८ मत्ती ६:७

४२९ लूका ११:२

४३० भजनसंग्रह ३७:४

आउनु पर्थ्यो,[४३१] र यसरी नै परमेश्वरले उहाँका हरेक सन्तान आएको चाहनुहुन्छ । आनन्दपूर्ण संगतिबाट प्रार्थना अनुरोध नगर्नेहरू भनेको विश्वासहीन, भ्रामक र स्वार्थीहरू हुन् ।[४३२]

लूकाले हामीलाई जानकारी दिन्छन् कि **उहाँको पितासँगको सङ्गति येशूको प्राथमिकता थियो ।** उहाँ प्रायः प्रार्थना गर्न सेवकाईको कामबाट पछि हट्नुभयो ।[४३३] प्रार्थनामा उहाँ आफ्नो पिताको उपस्थितिमा बस्नु भयो र आफ्नो बुबाको आवाज सुन्नुभयो । उहाँको पितासँग एकान्त प्रार्थनामा, येशूको विचार, शब्द र व्यवहारको निर्माण भयो ।[४३४] प्रार्थनामा अझ उहाँका अनुरोधहरू पनि निर्माण भयो । प्रार्थनामा, येशूले आफ्नो स्वर्गमा हुनुहुने पिताको इच्छासँग आफ्नो इच्छालाई मिलाउनुभयो ताकि उहाँले मागेका सबै कुरा परमेश्वरको योजना र उद्देश्यहरू अनुरूप होस् । प्रार्थना भनेको यस्तै हुनुपर्छ । जबसम्म पितासँग घनिष्ठ सम्बन्ध प्रार्थनाको प्राथमिकता हुँदैन, प्रभुसँगको हाम्रो समयमा आनन्दको कमी हुनेछ र हाम्रा प्रार्थनाहरू स्वार्थी र रित्तो हुनेछन् ।

जब जर्ज मुलर, ब्रिस्टल, जो एक इङ्गल्याण्डमा हजारौं अनाथ सडक बालबालिकाहरूलाई बचाउनको लागि परमेश्वरले प्रयोग गर्नुभएको व्यक्ति थिए, उनलाई उनको प्रार्थना जीवनको प्रभावकारिताको बारेमा सोधियो, उनले जवाफ दिए:

> मैले पहिले भन्दा धेरै स्पष्ट रूपमा देखेँ, कि म हरेक दिन उपस्थित हुनुपर्ने, मेरो पहिलो ठूलो र प्राथमिक काम भनेको, **प्रभुमा मेरो आत्मा खुसी हुनु हो** । चिन्ता गर्नुपर्ने पहिलो कुरा भनेको मैले प्रभुको कति सेवा गर्न सकुँला, कसरी प्रभुको महिमा गर्न सकूँला भन्ने होइन; तर म कसरी मेरो आत्मालाई खुशीको स्थितिमा ल्याउन सक्छु, र मेरो भित्री मानिसलाई कसरी पोषण दिन सकूँला भन्ने हो ।

परमेश्वरसँगको संगतिबाट उहाँको नाउँ सम्मानित होस् र उहाँको प्रतिष्ठा सुरक्षित होस् भन्ने चाहना बग्छ । येशुले "तपाईंको नाउँ पवित्र होस्" भन्नुको अर्थ यहि हो । हामीले सधैं उहाँको महिमा र उहाँको प्रतिष्ठालाई सबै भन्दा माथि राख्दा परमेश्वरले हाम्रो प्रार्थनाको सम्मान गर्नुहुनेछ । प्रार्थनाको पहिलो सिद्धान्तहरू मध्ये एउटा यो हो कि जसरी हामीले परमेश्वरको महत्त्वपूर्ण कुराहरूको ख्याल राख्छौं, उहाँले हाम्रा महत्त्वपूर्ण कुराहरूको ख्याल राख्नुहुनेछ ।

धेरैलाई आश्चर्य लाग्छ: "हामीले एउटा विशेष विषयमा पर्याप्त प्रार्थना गर्यौं भनेर हामीले कसरी थाहा पाउने? प्रत्येक दिन प्रार्थनामा प्रभुसँग बिताउनको लागि कति समय सही छ?" यी प्रकारका प्रश्नहरू गलत प्रार्थनाका जोडहरूका लक्षणहरू हुन् । मेरो साथी डा. फिल ब्राउनले यसको राम्रोसँग जवाफ दिए:

> यदि "निरन्तर प्रार्थना गर"[४३५] को मतलब हरेक समय बिउँझदाका विचार प्रार्थनाले भरिनुपर्छ भने, त्यसो भएको येशू लगायत कसैले पर्याप्त प्रार्थना गरेका छैनन् । येशूको उदाहरणमा धन्यवादको छोटो प्रार्थना समावेश छ,[४३६] एक

---

४३१ व्यवस्था १२:१८, व्यवस्था १४:२६, व्यवस्था १६:११, १५; १ राजा १:४०

४३२ याकूब ४:३

४३३ लूका ५:१६, जोड थपियो ।

४३४ यूहन्ना ५:२०, ३०

४३५ १ थेसलोनिकी ५:१७

४३६ मत्ती १५:३६

बिहानको प्रार्थना,[४३७] धेरै रातको प्रार्थना,[४३८] दिनको प्रार्थना,[४३९] र रातको प्रार्थना।[४४०] यद्यपि, न त येशू वा कुनै अन्य धर्मशास्त्र लेखकले "पर्याप्त" प्रार्थना भनि जनाउने कुनै समयको सीमाको स्तर दिएका छन्।

कुन कुराले मलाई मद्दत गर्छ (र विश्वास हुन्छ) भने मेरो प्रार्थनालाई **सम्बन्ध र जिम्मेवारीको** आधारमा मापन गर्नुपर्छ। मेरी श्रीमतीसँग मेरो सम्बन्ध छ, तर म आफैलाई "के मैले उनीसँग पर्याप्त कुरा गरें?" भनेर सोध्दिनँ। सम्बन्धमा आउने समस्या भनेको बुझाई र घनिष्ठता हो। म मेरी श्रीमतीलाई बुझ्ने र उसले मलाई बुझ्ने माध्यमको रूपमा बातचित गर्नुपर्छ भन्नेमा म प्रतिबद्ध छु। जब हामी एक निश्चित समयमा एक अर्कालाई बुझ्छौं, त्यो पर्याप्त हुन्छ। निस्सन्देह, आज आपसी समझदारी सिर्जना गर्नुको मतलब यो होइन कि हामीले भोलि कुराकानी गर्न आवश्यक पर्दैन। हामी परमेश्वरसँग सम्बन्धमा छौं, र प्रार्थना भनेको हाम्रो सम्बन्ध विकास गर्नको लागि परमेश्वरले नियुक्त गर्नुभएको माध्यम हो। परमेश्वरसँगको हाम्रो सम्बन्धमा हामी हुर्कन जतिसुकै पटक र जतिनै धेरै लाग्छ हामीले प्रार्थना गर्न आवश्यक छ। त्यो कुनैसमय धेरै र अन्य समय कम हुनेछ।

जिम्मेवारीको सन्दर्भमा, हामी सबैको प्रार्थनामा आत्मिक जिम्मेवारीहरू छन्। बाइबलले हामीलाई बताउँछ कि हामीले सबै मानिसहरूका लागि प्रार्थना गर्नुपर्छ,[४४१] "राजाहरू र उच्च पदहरूमा भएका सबै" को लागि।[४४२] फसलका प्रभुले खेतालाहरू पठाउनको लागि,[४४३] हामीलाई सताउनेहरूका लागि,[४४४] उहाँको नाम पवित्र पार्नको लागि, उहाँको राज्य आउनको लागि, उहाँको इच्छा पूरा हुनको लागि, हाम्रो दैनिक आवश्यकताहरू, कुनै पनि पापको लागि क्षमा, दुष्टबाट सुरक्षा,[४४५] र सबै सन्तहरूको लागि।[४४६] यी निर्दिष्ट गरिएका प्रार्थनाका जिम्मेवारीहरू बाहेक, हामीले हाम्रो आत्मिक निरीक्षण र प्रभाव मूनि भएकाहरूका लागि प्रार्थना गर्ने जिम्मेवारी पनि छ। शमूएलले स्वीकार गरे कि परमेश्वरले उनलाई आत्मिक अधिकारको रूपमा राख्नुभएको व्यक्तिहरूको लागि प्रार्थना गर्न असफल हुँदा परमेश्वरको विरुद्ध पाप हुनेछ।[४४७] हाम्रो हकमा पनि त्यस्तै हो।

जब प्रार्थनाको जोड सम्बन्ध र जिम्मेवारी हुन्छ, हामी समयको बारेमा धेरै सोँचि रहँदैनौं।

येशूको जीवन र सेवामा प्रार्थनाको प्रभाव

लूकाले येशूको बप्तिस्माको दृश्यको एक आकर्षक विवरण रेकर्ड गर्दछन् जुन अन्य सुसमाचार लेखकहरूले गरेनन्:

---

४३७ मर्कूश १:३५

४३८ मत्ती १४:२५

४३९ लूका ९:१८

४४० लूका ६:१२

४४१ १ तिमोथी २:१

४४२ १ तिमोथी २:२

४४३ लूका १०:२

४४४ मत्ती ५:४४

४४५ मत्ती ६:९-११

४४६ एफिसी ६:१८

४४७ १ शमूएल १२:२३

> अनि **उहाँले प्रार्थना गर्दा स्वर्ग खुल्यो ।** र पवित्र आत्मा शारीरिक रूपमा ढुकुरजस्तो उहाँमाथि ओर्लनुभयो । अनि स्वर्गबाट यस्तो एउटा आवाज आयो, "तिमी मेरा प्रिय पुत्र हौ, तिमीसँग म अति प्रसन्न छु ।"[४४८]

हामीसँग येशूले के प्रार्थना गरिरहनु भएको थियो भन्ने कुनै रेकर्ड छैन, तर उहाँ यर्दनको बीचमा भिज्दै, पानी चुहिरहेको अवस्थामा उभिएर, चुपचाप प्रार्थना गर्नुभयो । उहाँको पिताले उहाँलाई सम्मान गर्नुभयो, पक्का गर्नुभयो, उहाँलाई समर्थन गर्नुभयो, र उहाँलाई पवित्र आत्माले भरिदिनुभयो ।

येशूले आफ्नो पिताबाट प्रोत्साहन र अनुग्रह पाउनुभयो ।

जोन वेस्लीले सुसमाचारका पुस्तकहरूमा तीनवटा छुट्टाछुट्टै अवसरहरूमा स्वर्गबाट आवाज आउँदा यो "कि त उहाँ प्रार्थना गरिरहनुभएको बेला वा त्यसको पछि तुरुन्तै" भएको भन्ने कुरा उल्लेख गर्नुहुन्छ ।[४४९]

प्रार्थनाको ठाउँमा परमेश्वरसँग नियमित समयको सङ्गतिको आनन्द लिने पुरुष र महिलाहरू बढी विश्वस्त, साहसी र विजयी हुन्छन् किनभने तिनीहरू पवित्र आत्माको पूर्णतामा बाँच्छन् । परमेश्वरका आत्माले तिनीहरूको आत्मासँग गवाही दिनुभएको छ कि तिनीहरू परमेश्वरका छोराहरू हुन्; र परमेश्वरको आत्माद्वारा, तिनीहरूले अब्बा, पिता भनि पुकारिरहेका छन्!

प्रार्थनाविहीन पुरुष र महिलाहरू असुरक्षित हुन्छन् र त्यसैले मानिसहरूबाट पुष्टि खोज्छन् । तिनीहरूको डरले तिनीहरूलाई पासोमा पार्छ ।[४५०] जब म डरलाग्दो र असुरक्षित महसुस गर्न थाल्छु, मलाई थाहा छ मेरो प्रार्थना जीवनमा समस्या छ । जब जोश र उत्सुकता, विश्वास, र प्रेम मेरो हृदय र आवाजबाट हराउँछ, मलाई थाहा हुन्छ कि मेरो प्रार्थना जीवनमा समस्या छ । जब म अरूले के सोच्छन् भनेर चिन्तित हुन्छु, मेरो प्रार्थना जीवनमा समस्या हुन्छ । यदि म आफ्नै-प्रचार गर्छु भने, मलाई थाहा हुन्छ कि मेरो प्रार्थना जीवनमा समस्या छ । जब म मेरो शिक्षामा बलजफती बन्छु, मेरो आत्मामा आलोचनात्मक बन्छु, मेरो सार्वजनिक प्रार्थनामा देखावटी गर्छु, मलाई थाहा हुन्छ कि मेरो प्रार्थना जीवनमा समस्या छ । साहस र आत्मविश्वास प्रार्थना मार्फत आउँछ ।

येशूले पवित्र आत्मा प्राप्त गर्नुभयो ।

लूकाले हामीलाई बताउँछ कि पवित्र आत्मा ढुकुरको रूपमा ओर्लनुभयो र येशूले प्रार्थना गर्नुहुँदा उहाँमाथि विश्राम गर्नुभयो ।[४५१] (यसै गरी, जब प्रेरितहरूले प्रार्थना गरिरहँदा पवित्र आत्मा आउनु भएर तिनीहरूलाई भर्नुभयो ।)[४५२] त्यसपछि पवित्र आत्माले येशूलाई उजाडस्थानमा लैजानुभयो[४५३] जहाँबाट चालीस दिनपछि उहाँ "आत्माको शक्तिमा गालीलमा फर्कनुभयो ।"[४५४] उहाँको अगाडि रहेका मानवीय रूपमा असम्भव चुनौतीहरूको कारण उहाँलाई आफ्नै मानव शक्तिभन्दा बाहिरको उपस्थिति र शक्तिको आवश्यकता पर्यो । येशूलाई पवित्र आत्माको पूर्णता चाहियो, र यो पूर्णता प्रार्थनाद्वारा आयो ।

---

४४८ लूका ३:२१-२२, जोड थपियो ।

४४९ लूका ९:३५; यूहन्ना १२:२८

४५० हितोपदेश २९:२५

४५१ लूका ३:२१-२२

४५२ प्रेरित ४:३१

४५३ लूका ४:१

४५४ लूका ४:१४

प्रार्थना बिना परमेश्वरको राज्यमा महान हुन सम्भव छैन, किनकि प्रार्थनाद्वारा नै पवित्र आत्माले विश्वासीहरूलाई भर्नुहुन्छ, निर्देशन दिनुहुन्छ, सुसज्जित पार्नुहुन्छ र शक्ति दिनुहुन्छ। चार्ल्स स्पर्जनले भने, "यदि तपाईं प्रार्थना बिना महान हुन सक्नुहुन्छ भने, तपाईंको महानता नै तपाईंको विनाश हुनेछ। यदि परमेश्वरले तपाईंलाई धेरै आशिष् दिनुहुन्छ भने, उहाँले तपाईंलाई धेरै प्रार्थना गर्न मद्दत गर्नुहुनेछ।"

सयौं वर्षअघि, एकजना जवान सामुएल चाडविक नाउँ गरेका अंग्रेज पास्टरले परमेश्वरको शक्तिको खोजी गर्न थाले। उनले पत्ता लगाएको कुरा उनले कल्पना गरेको कुनै पनि कुरा भन्दा उत्तम थियो: पवित्र आत्माको भरपूरी। यहाँ उनको गवाही छ:

> सन् १८८२ को सुरुमा, मलाई एउटा अनुभव आयो जसले मेरो जीवनलाई समझ र शक्तिको नयाँ उचाईमा लग्यो। **मैले पवित्र आत्माको वरदान पाएँ**। मलाई थाहा नै नभएको त्यस्तो तरिकामा मलाई डोर्याइएको थियो, किनभने मैले यस्तो अनुभव पनि हुँदो रहेछ भनेर मैले विरलै सुनेको थिएँ। असम्भव कामको मागले ममा आवश्यकताको भावना जगायो। सेवा वा प्रार्थनामा मसँग न त शक्ति थियो न सामर्थ नै। मैले सेवाको शक्तिको लागि प्रार्थना गर्न थाले.... मैले चाहेको शक्ति थियो। मैले शक्तिको चाहना गरेँ ताकि म सफल हुन सकूँ, र शक्तिको लागि मेरो मुख्य चासो भनेको यसले ल्याउने सफलता थियो। मलाई त्यस्तो सफलता चाहिएको थियो जसले मेरो मण्डली भरियोस्, मानिसहरू बाँचुन्, र शैतानको बलियो किल्लालाई धरासायी पार्ने गरि भत्काउँन सकूँ। म जवान थिएँ, र म हतारमा थिएँ। हामी बाह्र जना झुण्डमा प्रार्थना गर्न थाल्यौं, र जवाफ आयो ... उहाँले हामीलाई पेन्तिकोसमा डोर्याउनुभयो। **मेरो सम्पूर्ण जीवनको चाबी त्यही अनुभवमा रहेको छ**। यसले मेरो मनलाई जागृत गर्नुका साथै मेरो हृदयलाई पनि शुद्ध बनायो। यसले मलाई नयाँ आनन्द र नयाँ शक्ति, नयाँ प्रेम र नयाँ करुणा दियो। यसले मलाई नयाँ बाइबल र नयाँ सन्देश दियो। **सबै भन्दा माथि, यसले मलाई संगतिमा र प्रार्थनाको सेवकाईमा एउटा नयाँ समझ र नयाँ आत्मीयता दियो**।[४५५]

» हेर्नुहोस् प्रेरित १:१४; प्रेरित २:४२; प्रेरित ३:१; प्रेरित ४:३१; प्रेरित ६:४। यी पदहरूबाट, नयाँ करारको चर्चको प्राथमिकता के थियो? तिनीहरूको प्रार्थनाको असरहरू के के थियो?

प्रार्थनामा परमेश्वरसँग थप घनिष्ठ सम्बन्ध कसरी विकास गर्ने

उहाँको उपस्थितिमा श्रद्धापूर्वक आउनुहोस्।

१. प्रशंसा र आराधनाको साथमा आउनुहोस्।

प्रार्थना शुरु गर्दा सँधै माथि तर्फ हेरेर गर्नुहोस् तर आफैलाई भित्र वा आफ्नो बाहिर आफ्ना समस्याहरूलाई हेरेर होइन। परमेश्वर जो हुनुहुन्छ त्यसको त्यसको लागि उहाँको आरधाना गर्नुहोस्। उहाँको महानतामा ध्यान दिनुहोस्। उहाँको नाम र उहाँका गुणहरूलाई ठूलो स्वरमा भन्नुहोस्। त्यसपछि उहाँले गर्नुभएको सबै कुराहरूको लागि उहाँलाई धन्यवाद दिनुहोस्। सधैं आफ्नो अभिप्रायमा उहाँको महिमा राख्नुहोस्!

---

४५५ शमूएल चाडविक, *प्रार्थनाको बाटो,* (मूल रूपमा प्रकाशित १९३८)। अध्याय ७। http: //www.justbychrist.org/images/PDF/The_Path_of_Prayer_by-Samuel_Chadwick.pdf सेप्टेम्बर १२, २०२० बाट पुनःप्राप्त।

२. आनन्दसाथ आउनुहोस् ।

भजनरचयिताले अर्थ यही हो जब उनले यसो भनेका थिए,

> हे सारा पृथ्वीका मानिस हो, परमप्रभुको जयजयकार मनाओ । आनन्दसाथ परमप्रभुको आराधना गर! हर्षका गीत गाउँदै उहाँको सामुन्ने आओ! परमप्रभु नै परमेश्वर हुनुहुन्छ भनी जान! उहाँले नै हामीलाई बनाउनुभयो, र हामी उहाँकै हौं, हामी उहाँका प्रजा र उहाँको खर्कका भेड़ाहरू हौं । उहाँको भवनका द्वारहरूभित्र धन्यवादसाथ पस, र प्रशंसा गर्दै उहाँको मन्दिरमा प्रवेश गर! उहाँलाई धन्यवाद चढ़ाओ, र उहाँका नाउँको प्रशंसा गर! किनभने परमप्रभु भला हुनुहुन्छ, र उहाँको करुणा सदाकाल रहन्छ । उहाँको विश्वसनीयता पुस्तादेखि पुस्तासम्म रही नै रहन्छ ।[४५६]

आनन्दसाथ प्रार्थनामा आउनुहोस्, तपाईलाई मन नलागे पनि । आफ्नो आत्मालाई परमेश्वर को हुनुहुन्छ भनेर स्मरण गराउनुहोस्, र उहाँको वास्ताको बारेमा, र खुसी हुनुहोस्! धन्यवादी हुनुहोस्! तपाईंको आत्मा र तपाईंको प्रार्थनाको स्थानलाई गीतहरू र परमेश्वरको प्रशंसाको भजनहरूद्धारा उज्यालो पार्नुहोस् । नयाँ गीत गाउनुहोस् । सधैं पहिले परमेश्वरमा रमाउनुहोस्, र तपाईंको प्रार्थनाको जीवन परिवर्तन हुनेछ । यो गर्नुभयो भने त्यहाँ त्यस्ता पलहरू हुनेछन् जहाँ तपाईंको आत्मा स्वर्गको आनन्दमा प्रवेश गर्नेछ र स्वर्ग तपाईंको समस्याको संसारमा आउनेछ । मलाई यो थाहा छ किनकि मैले यो अनुभव गरेको छु!

३. नम्रता र साहसका साथ आउनुहोस् ।

तपाई र मलाई परमेश्वरको निमन्त्रणा यस्तो छ: "यसकारण साहससँग अनुग्रहको सिंहासन नजिक जाऔं, र खाँचोको समयमा सहायता पाउनलाई कृपा र अनुग्रह प्राप्त गर्न सकौं ।"[४५७] परमप्रभुको प्रशंसा होस्!

यदि परमेश्वरको पवित्र उपस्थितिमा आउनको लागि पापरहित सिद्धता चाहिन्छ भने, हामी मध्ये कोही पनि आउनै सक्दैनौं । तर हामी येशू ख्रीष्टको सिद्धता र उहाँको योग्यता मार्फत आउँछौं! हामी आउँदा आत्मविश्वासका साथ आउन सक्छौं—पहिले भित्रतिर हेरेर होइन, तर माथितिर । यहाँ नै हामी अनुग्रह र दया प्राप्त गर्छौं ।

४. सफा हात र शुद्ध हृदय लिएर आउनुहोस् ।

फेरि, भजनरचयिताले गाउँछन्, "परमप्रभुको डाँड़ामा को उक्लन सक्ला? र उहाँको पवित्रस्थानमा को खड़ा हुन सक्छ? त्यही नै, जसको हात निर्दोष छ, र जसको हृदय निर्मल छ जसले आफ्नो मनलाई मूर्तितिर लगाएको छैन, र जसले झूटो कुरामाथि शपथ खाँदैन ।"[४५८]

यदि पापप्रति तपाईंको लापरवाह स्वभाव छ र यदि कुनै व्यक्तिसँगको सम्बन्ध टुटेको छ र तपाईंले यसलाई निको पार्न केहि गर्नुभएको छैन भने तपाईंले परमेश्वरसँग घनिष्ठ सङ्गतिको आनन्द लिन सक्नुहुन्छ भनेर कहिल्यै सोच्नुहोस् ।

---

४५६ भजनसंग्रह १००, *अंग्रेजी स्ट्याण्डर्ड भर्जन*

४५७ हिब्रू ४:१६, *ईङ्गिलश स्ट्याण्डर्ड भर्जन*

४५८ भजनसंग्रह २४:३-४, *ईङ्गिलश स्ट्याण्डर्ड भर्जन*

५. धैर्यताको अपेक्षा सित आउनुहोस् ।

दाऊदले प्रार्थना गरे, "मेरो प्राणले परमेश्वरमा मात्र विश्राम पाउँदछ, उहाँबाट नै मेरो उद्धार आउँदछ ।"[४५९] र फेरि, "हे मेरो प्राण, परमेश्वरमा मात्र विश्राम गर । मेरो आशा उहाँबाटै आउँछ ।"[४६०]

प्रार्थना गर्ने पुरुष र महिलाहरूको एउटा चिन्ह यो हो कि उनीहरूले परमेश्वरको आत्मालाई सुन्न समय बिताउँछन् किनकि उहाँले हाम्रो वास्तविक जीवनका परिस्थितिहरूमा परमेश्वरको दृष्टिकोण (धर्मशास्त्रबाट) प्रकट गर्नुहुन्छ । परमेश्वरले के भन्नुहुन्छ होला जब हामीले उहाँलाई मौका दिन्छौं, उहाँलाई पुकारा गर्छौं, र उहाँको जवाफको प्रतीक्षा गर्छौं, यो कति अचम्मको समय हुन्छ ।

» हाम्रो प्रार्थनाको जीवनमा परमेश्वरसँगको सङ्गति कति महत्त्वपूर्ण छ भनि देखाउन मोशा र प्रेरितहरूहरुको उदाहरण देख्छौं । केहि समय तुलना गर्नुहोस् प्रस्थान ३३:११, १७ र यूहन्ना १५:१४-१६ । हाम्रो प्रार्थनाको जीवनमा परमेश्वरसँगको मित्रताको भूमिकालाई छलफल गर्नुहोस् ।

पृथ्वीमा परमेश्वरको राज्यको सफलताको लागि प्रार्थना गर्नुहोस् ।

"तपाईंको राज्य आओस । तपाईंको इच्छा स्वर्गमा जस्तै पृथ्वीमा पूरा होस् ।."[४६१]

येशूले आफ्ना चेलाहरूलाई तिनीहरूका दैनिक प्रार्थनामा सधैं परमेश्वरको चिन्तालाई आफ्नो भन्दा अगाडि राख्नुपर्छ भनी सिकाउनुभयो । उहाँले सिकाउनुभयो कि उहाँसँगको बातचितबाट, उहाँले हाम्रो परिवार, समुदाय र संसारका मानिसहरूका बीचमा के गर्न चाहनुहुन्छ भन्ने कुरा प्रति हाम्रो विचार र प्रार्थनाहरू निर्माण गरिदिनु हुनेछ ।

परमेश्वरको इच्छा के हो? यो होइन कि पापी वा संतहरू सहज, पीडारहित, परीक्षा-रहित, आरामदायी जीवन जिउँछन्; तर यस जीवनका सबै कठिनाइहरूद्वारा, उहाँको छुटकारा दिने प्रेम र अनुग्रह हाम्रा घरहरूमा, हाम्रा चर्चहरूमा, हाम्रा समुदायहरूमा र सारा संसारमा देखियोस् भन्ने हो । यो परमेश्वरको इच्छा हो जुन हामीले प्रार्थना गर्नुपर्छ । यो स्वर्गलाई पृथ्वीमा ल्याउने कुरा हो!

परमेश्वरको इच्छा यो छ कि उहाँको आत्मिक राज्य सद्गुण र मूल्यहरु[४६२] सबै विश्वासीहरूमा प्रकट होऊन, र तिनीहरूद्वारा सारा संसारमा फैलिएको होस् । उहाँ चाहानुहुन्छ कि उहाँको राज्य नम्रता, राज्य दीनता, राज्य धार्मिकता, राज्य दया, राज्य शुद्धता, राज्य शान्ति, राज्य धैर्य र राज्य प्रेम संसारभर फैलियोस् ।

हाम्रो आफ्नै प्रार्थनाको समयमा, हामीले हाम्रा विवाह, हाम्रा छोराछोरी र नातिनातिनाहरू, संसारभरका ख्रीष्टियान सेवकहरू, नयाँ आत्माहरूको मुक्ति, कष्टमा परेको चर्च, र हामी बस्ने राष्ट्र र यसका नेताहरूको लागि प्रार्थना गर्नुपर्छ । हामीले, मानव-केन्द्रित प्रार्थना गर्ने होइन, तर उहाँको बचाउने, पवित्र पार्ने र जिवन दिने अनुग्रह तिनीहरूमा पुगोस् भन्ने प्रार्थना गर्नुपर्छ ।

---

४५९ भजनसंग्रह ६२:१

४६० भजनसंग्रह ६२:५

४६१ लूका ११:२

४६२ परमेश्वरको राज्य के हो भनेर बुझ्नको लागि, हामीले डाँडाको उपदेशको अध्ययन गर्नुपर्छ, मत्ती ५-७ ।

प्रार्थनाको माध्यमबाट हामी संसारभरि उहाँको आत्मिक राज्यको सफलतामा परमेश्वरसँगै सहभागी हुन पाउँछौं, यद्यपि हामीले सबै नतिजाहरू देख्न नसके पनि भन्ने कुरा लगभग अविश्वसनीय छ। प्रार्थनाद्वारा हामी मानिसहरूका आत्माहरू जित्नको लागि लड्छौं, र ती प्रार्थनाहरू "परमेश्वरद्वारा किल्लाहरू भत्काउनको लागि शक्तिशाली" हुन्छन् ।[४६३] जसरी परमेश्वरले हामीलाई उहाँले गर्न चाहनु भएको कुरा, पुग्न चाहनु भएका मानिसहरू, र उहाँको चाहना अनुसार हामीले गर्नुपर्ने सेवा आदीको बोझले भर्नुहुन्छ, हामीले प्रत्येक खाँचोको लागि प्रार्थना गर्नुपर्छ । र जब हामी हाम्रो प्रार्थनालाई उहाँको राज्यका प्राथमिकताहरू तर्फ लगाउँछौं, उहाँले हाम्रो प्रार्थनाको जीवनलाई आशिष दिनुहुन्छ र मानिसहरूको हृदयमा र राष्ट्रहरूमा उहाँको प्रभुत्व विस्तार गर्नुहुन्छ!

परमेश्वरको राज्य र इच्छा अनुरूप प्रार्थना गर्नुहोस् ।

यहाँ बुझ्नु पर्ने सबैभन्दा महत्त्वपूर्ण कुराहरू के छ भने सफलतापूर्वक प्रार्थना गर्न हामीले ती कुराहरूको लागि प्रार्थना गर्नुपर्छ जुन परमेश्वरको इच्छासँग मेल खान्छ। जब परमेश्वरले तपाईको मनमा त्यस्ता कुराहरू ल्याउनु हुन्छ जुन उहाँको इच्छा हो भनी तपाईलाई थाहा हुन्छ - पापीहरूको मुक्ति, निको पार्ने र टुटेको सम्बन्ध पुनर्स्थापना गर्ने, उहाँको मण्डलीमा एकता, ख्रीष्टियान सेवकहरूको बोलावट, सबै राष्ट्रहरूमा चेलाहरू बनाउने — यी कुराहरुको प्रार्थना गर्नुहोस् ।

ख्रीष्टियानहरू कहिलेकाहीं परमेश्वरको इच्छाको बारेमा भ्रमित हुन्छन् । हाम्रो भ्रम हटाउनको लागि पहिलो चरण भनेको परमेश्वरको इच्छा हो भनेर हामीले स्पष्ट रूपमा थाहा पाएका सबै कुराको लागि प्रार्थना गर्नु र काम गर्नु हो । त्यसपछि परमेश्वरले हामीलाई बाँकी कुरा बुझ्न मद्दत गर्नुहुनेछ ।

परमेश्वरको इच्छा हो भनेर हामीले स्पष्ट रूपमा थाहा पाएका कुराहरू

- हामीलाई थाहा छ कि सबै मानिसजातिको उद्धार गर्ने परमेश्वरको इच्छा हो ।[४६४]
- हामी जान्दछौं कि परमेश्वरको इच्छा सबै इसाईहरूले पवित्र जीवन बिताउन् र यौन अनैतिकताबाट टाढा रहुन् भन्ने हो ।[४६५]
- हामीलाई थाहा छ कि हामीले सबै कुरामा धन्यवाद दिनु परमेश्वरको इच्छा हो ।[४६६]
- हामीलाई थाहा छ कि हामीले कहिलेकाहीं दुःख भोग्नु परमेश्वरको इच्छा हो ।[४६७]
- हामी जान्दछौं कि ख्रीष्टियानहरूले राम्रो गरून् भन्ने सधैं परमेश्वरको इच्छा हुन्छ ।[४६८]
- हामीलाई थाहा छ कि आफ्नो फसल खेतमा कामदारहरू पठाउने परमेश्वरको इच्छा हो ।[४६९]

---

४६३ २ कोरिन्थी १०:४

४६४ २ तिमोथी २:४

४६५ १ थेसलोनिकी ४:३

४६६ १ थेसलोनिकी ५:१८

४६७ १ पत्रुस ४:१९

४६८ १ पत्रुस २:१५

४६९ मत्ती ९:३८

मेरा दुई छोराछोरी गिटार बजाउँछन् । एउटा कुरा मैले गिटार बजाउनेहरूमा ध्यान दिएको छु कि तिनीहरूले हरेक पटक संगीत बजाउन अघि तिनीहरूको बाजाको तार मिलाउन रोकिनु पर्छ । तिनीहरूले नमिलेका धुनलाई नमिले सम्मा कसेर र ढिला पारेर मिलाउँछन् । प्रार्थनामा के हुनुपर्छ भन्ने बारे यो राम्रो उदाहरण हो । निजी प्रार्थना भनेको हाम्रो इच्छालाई परमेश्वरको इच्छासँग मिलाउने र परमेश्वरको उद्देश्य र योजनासँग मेल नखाने हरेक चिन्तालाई त्याग्ने एउटा तरिका हो ।

हामीमध्ये धेरैको समस्या यो छ कि हामी अनन्त चासोको सट्टा अस्थायी चासोहरूमा बढी चिन्तित हुन्छौं । त्यसैले हाम्रो प्रार्थनाहरू कहिलेकाहीँ प्रभावकारी नहुनु कुनै अचम्म छैन । परमेश्वरको इच्छा अनुसार भन्दा, हामी मानिसहरू, योजनाहरू र परियोजनाहरूका हाम्रो आफ्नै इच्छामा प्रार्थना गर्छौं । यद्यपि हामीसँग शान्ति वा निश्चयता छैन र हाम्रो हृदय कलहले भरिएको छ, हामी जे भए पनि प्रार्थना चाहीँ गर्छौं । यो बाइबलीय प्रार्थना होइन ।

प्रार्थना भनेको नै, हाम्रो आत्मालाई परमेश्वरको आत्मामा धून मिलाउनु हो, उहाँले चाहनु भएका कुराहरूमा । प्रार्थना भनेको उहाँले हेर्ने कुराहरू हेर्न सिक्नु, उहाँले सुनेका कुरा सुन्न सिक्नु, उहाँले महसुस गरेका कुरा महसुस गर्न र उहाँ जस्तै बन्न सिक्नु हो । र जसरी वाद्यवादनहरू नियमित रूपमा सुर मिलाइएको हुनुपर्छ, त्यसरी नै हाम्रो आत्माहरू निरन्तर प्रार्थनाद्वारा ईश्वरको इच्छामा सुर मिलाइनु पर्छ ।

हाम्रा प्रार्थनाहरू हाम्रो प्रार्थना कोठाको छतभन्दा माथि कहिल्यै उठ्दैनन् यदि हाम्रा प्रार्थनाहरू परमेश्वरको मनसँग मेल खाँदैनन् । किन? किनभने पवित्र आत्मा, जो प्रार्थनामा शक्तिको साँचो हुनुहुन्छ, उहाँ केवल ती प्रार्थनाहरूसँग सहमत हुनुहुन्छ जुन हामीले परमेश्वरको इच्छा अनुसार प्रार्थना गर्छौं । "र मानिसहरूका हृदयको खोजी गर्नुहुनेले पवित्र आत्माको विचार के हो सो जान्नुहुन्छ, किनकि परमेश्वरको इच्छाअनुसार पवित्र आत्माले सन्तहरूका निम्ति मध्यस्थता गर्नुहुन्छ ।"[४७०] परमेश्वरको इच्छा अनुसार नभएका प्रार्थनाहरूमा पवित्र आत्मा कहिल्यै संलग्न हुनुहुन्न । उहाँलाई यो ईश्वरीय इच्छा बाहिर हामीलाई आशिष दिनको लागि फकाउन, जबरजस्ती गर्न, वा छल गर्न सकिनेछैन; त्यसकारण हामीले उहाँको इच्छा के हो भनेर पत्ता लगाउनुपर्छ र त्यसको अधीनमा हुनुपर्छ ।

हाम्रो प्रार्थनाको जीवनलाई परमेश्वरको राज्य र इच्छासँग कसरी मिलाउन सकिन्छ

१. धर्मशास्त्रबाट पोषण लिनुहोस् ।

धर्मशास्त्रले हाम्रो प्रार्थनालाई सूचित र आकार दिनै पर्छ । परमेश्वरले उहाँको वचनलाई प्रेम गर्नुहुन्छ र हामीलाई त्यसको विपरीत हुने कुनै पनि कुराको लागि प्रार्थना गर्न अगुवाइ गर्नुहुन्छ । यदि हामी प्रार्थनामा परमेश्वरसँग नजिक हुन चाहन्छौं भने, हामीले उहाँको वचनलाई सधैं कदर गर्नुपर्छ । सधैं आफ्नो निजी प्रार्थनाको शुरुवात धर्माशास्त्रको मनन बाट गर्नुहोस् । यदि तपाईंले अब्राहाम, मोशा, एलिया र हन्ना जस्ता मानिसहरूको प्रार्थनाको जीवनको अध्ययन गर्नुहुन्छ भने, तपाईंले थाह गर्नुहुनेछ कि तिनीहरूले राम्रोसँग प्रार्थना गर्दथे किनभने तिनीहरूले परमेश्वरको वचन थाह थियो । तिनीहरूले निरन्तररूपमा परमेश्वरको प्रतिज्ञाहरूलाई पक्रि राखे ।

जब हाम्रा छोराछोरीहरू मध्ये एकजना केही समयको लागि परमेश्वरबाट टाढा गईन्, धेरै पटक मेरी श्रीमती बेकी र म उनीमाथि बचनको प्रार्थना गर्थ्यौं । उनको विद्रोहमा उनलाई असहज पार्न हामीले काँडा र घोँच्ने झाडीको लागि प्रार्थना गर्यौं ।[४७१] हामीले धर्मीहरूको घरलाई आशिष दिने परमेश्वरको प्रतिज्ञाको विन्ती गर्यौं ।[४७२] हामीले विश्वासको लागि प्रार्थना

---

४७० रोमी ८:२७

४७१ होशे २:६; हितोपदेश २२:५

४७२ भजनसंग्रह १२७-१२८

गर्यौं ।[४७३] हामीले परमेश्वरको कृपाको लागि प्रार्थना गर्यौं ।[४७४] हामीले प्रार्थना गर्यौं कि उनको आत्मिक आँखा खोलियोस् र पिताले उनलाई आफूतिर खिँच्नुभएको होस् ।[४७५] हामीले हाम्रो छोरीलाई धेरै बचनहरू सहित निरन्तर प्रार्थना गर्यौं; अनि जब हामीले यस्तो गर्यौं, हाम्रो विश्वास बलियो भयो । यसमा समय लाग्यो, तर परमेश्वरले प्रार्थना सुन्नुभयो र जवाफ दिनुभयो । आज हाम्रो जेठी छोरी प्रभु संग हिंड्‌दै छिन् र उनी हाम्रो लागि ठूलो आनन्द हुन्!

२. बाइबलका प्रार्थनाहरू अनुरूप आफ्नो प्रार्थना बनाउनुहोस् ।

बाइबलमा सयौं प्रार्थनाहरू छन्, तीमध्ये धेरै भजनसंग्रहमा छन् । यी प्रार्थनाहरू प्रभुसँग तपाईंको आफ्नै निजी समयमा प्रयोग गर्नुहोस्, र तिनीहरूलाई आफ्नै परिस्थितिमा लागू गर्ने अभ्यास गर्नुहोस् ।

जर्ज मुलरले भने, "मैले गर्नुपर्ने सबैभन्दा महत्त्वपूर्ण कुरा भनेको आफूलाई परमेश्वरको वचन पढ्न र त्यसमा मनन गर्न दिनु हो भन्ने कुरा मैले जानेको छु ।"

३. पवित्र आत्माको अगुवाई पछ्याउनुहोस् ।

कहिलेकाहीँ त्यस्ता समय हुन्छन् जब परमेश्वरले एउटा विशेष कुराको लागि उहाँको महिमा होस् भनेर हामीले प्रार्थना गरेको उहाँ चाहनुहुन्छ; यो जान्ने एउटै तरिका भनेको पवित्र आत्माको अगुवाई हो ।[४७६] एक मिसनरी अगुवा, पति र बुबाको रूपमा, त्यहाँ समयहरू थिए जब प्रभुले मलाई एक विशेष कुरा (जस्तै ईश्वरीय चङ्गाई) को लागी प्रार्थना गर्न प्रेरित गर्नुभयो, यद्यपि बाइबलमा यसको लागि कुनै विशेष प्रतिज्ञा दिइएको थिएन । मैले बुझें कि भित्री मजबूत निश्चयताका साथ, विश्वास बलियो हुन्छ, र जवाफ आउँछ । अन्य समयमा, मैले त्यही विषयको लागि उस्तै विश्वास नाप अनुसार वा निश्चयताका साथ प्रार्थना गर्न सक्दिन तर मैले परमेश्वरमा मेरो इच्छालाई जबरजस्ती गर्ने प्रयास गर्नु हुँदैन भनेर मैले महसुस गरें । पवित्र आत्माले हामीलाई के कुराको लागि प्रार्थना गर्ने र कसरी यसको लागि प्रार्थना गर्ने भनेर जान्न मद्दत गर्नुहुन्छ ।[४७७]

४. ख्रीष्टको शरीरबाट पुष्टि खोज्नुहोस् ।

यदि परमेश्वरले हामीलाई कुनै खास कुराको लागि प्रार्थना गर्न अगुवाइ गरिरहनुभएको छ भने, उहाँले हाम्रो आत्मिक परिवारलाई यो पुष्टि गर्न र यसको लागि प्रार्थना गर्न एकताबद्ध हुन प्रयोग गर्नुहुनेछ । यदि त्यहाँ कुनै सहमति देखिँदैन भने, हामीलाई अगुवाइ गर्ने पक्कै पनि पवित्र आत्मा होइन ।[४७८]

व्यक्तिगत आवश्यकताहरूको लागि प्रार्थना गर्नुहोस् ।

> हाम्रो दैनिक भोजन हामीलाई प्रतिदिन दिनुहोस् । हाम्रा पाप हामीलाई क्षमा गरिदिनुहोस्, किनकि हामी पनि हाम्रा विरुद्धमा अपराध गर्नेहरूलाई क्षमा गर्दछौं । हामीलाई परीक्षामा नलैजानुहोस् ।[४७९]

---

४७३ यूहन्ना १६:८

४७४ भजनसंग्रह १०३:८

४७५ यूहन्ना ६:४४

४७६ रोमी ८:१४

४७७ रोमी ८:२७-२७

४७८ मत्ती १८:१९

४७९ लूका ११:३-४

अब हामीले आराधना र प्रशंसाको हृदय तयार गरेका छौं, हामीले उहाँको राज्यको सफलताको खोजी गरेकाछौं भने अब हामी हाम्रा मागहरू प्रस्तुत गर्न तयार छौं । अनि उहाँ सुन्न र तिनको जवाफ दिन खुसी हुनुहुन्छ!

१. हामी दैनिक रोटीको लागि प्रार्थना गर्छौं ।

हामी आगामी दिनको लागि आत्मिक र भौतिक जीवनको लागि आवश्यक सबै कुराको लागि प्रार्थना गर्छौं । परमेश्वरले हामीबाट यस्तै प्रकारको निर्भरता चाहनुहुन्छ, किनकि बालककोजस्तै भरोसाले उहाँको भलाइको महिमा गर्छ । जब येशूले आफ्ना चेलाहरूलाई दैनिक रोटीको लागि प्रार्थना गर्न सिकाउनुहुन्छ, उहाँले तिनीहरूलाई र हामीलाई सन्तुष्ट जीवन बिताउन स्मरण गराउँदै हुनुहुन्छ ।[४८०] एक शिक्षकले यसरी भनेझैं, "हामीले हाम्रा (व्यक्तिगत) इच्छाहरूलाई आवश्यकताहरूमा सीमित गर्नुपर्छ र भविष्य उहाँको हातमा छोड्नुपर्छ ।"[४८१]

२. अरूलाई क्षमा गर्दैगर्दा हामी दैनिक क्षमाको लागि प्रार्थना गर्छौं ।

जबकि साँचो विश्वासीहरू अभ्यस्त र जघन्य पापमा जिई रहँदैनन्, येशूले हामीलाई पाप क्षमाको लागि विनम्र निवेदन गर्न सिकाउनुभयो । हामी कसैलाई पनि आफ्नै हृदय बारे थाहा हुँदैन । हामी केवल आत्मिक रूपमा कमजोर र असावधान भएका क्षणहरूमा नबोल्नु पर्ने कुराले र कामले पवित्र आत्मालाई शोकित वा निभाउने काम मात्र गर्दनौं,[४८२] तर हामीले गर्नैपर्ने कामहरू पनि हामी अधुरो छोड्छौं । यिनीहरूलाई पनि येशूको रगतमा धुनु आवश्यक छ ।[४८३] त्यसकारण हामीले भजनरचयितासँगै प्रार्थना गर्नुपर्छ, "हे परमेश्वर, मलाई जाँच्नुहोस्र मेरो हृदयलाई जान्नुहोस् । मलाई जाँच्नुहोस्र मेरा चिन्ताहरूलाई जान्नुहोस् हेर्नुहोस्ममा कुनै खराब चाल छ कि, र मलाई अनन्तको मार्गमा डोर्याइदिनुहोस् ।"[४८४]

यस साझा प्रार्थनाको पुस्तकबाट दैनिक *पश्चातापको प्रार्थना* ईसाईहरूद्वारा दुई सय वर्ष भन्दा बढी देखि नै प्रार्थना गरिँदै आएको छ, र यो हाम्रो लागि राम्रो अभ्यास हुनेछ:

> परम दयालु पिता पिताको प्रार्थना, हामीले हराएको भेडाहरू जस्तै तपाईंको मार्गबाट गल्ती गरेका छौं र भट्केका छौं, हामीले हाम्रो आफ्नै हृदयका युक्ति र इच्छाहरू धेरै पछ्याएका छौं, हामीले तपाईंको पवित्र व्यवस्थाको अपमान गरेका छौं, हामीले ती कुराहरू गरेनौं जुन हामीले गर्नुपर्थ्यो, र हामीले ती कामहरू गरेका छौं जुन हामीले गर्नु हुँदैनथ्यो । तर तपाईं, हे प्रभु, हामीमाथि कृपा गर्नुहोस्, आफ्ना गल्तीहरू स्वीकार गर्नेहरूलाई बचाउनुहोस्, पश्चात्ताप गर्नेहरूलाई पुनर्स्थापना गर्नुहोस्, ख्रीष्ट येशू हाम्रा प्रभुमा मानिसहरूसामु घोषणा गरिएका तपाईंको प्रतिज्ञाहरू अनुसार; हे परम दयालु पिता, उहाँको खातिर, हामी यस पछि तपाईंको पवित्र नामको महिमाको लागि एक ईश्वरीय, धार्मिक र शान्त जीवन बाँच्न सक्छौं । आमेन ।[४८५]

---

४८० फिलिप्पी ४:११

४८१ अलेक्जेन्डर म्याक्लारेन

४८२ १ थेसलोनिकी ५:१९

४८३ प्रभुको प्रार्थनामा जोन वेस्लीको टिप्पणीहरूमा उहाँको प्रार्थना यस्तो छ, "हे प्रभु, हामीलाई (तपाईको) रगतमा छुटकारा दिनुहोस्, पापहरूको क्षमा पनि: जसरी तपाईंले हामीलाई प्रत्येक व्यक्तिलाई स्वतन्त्र रूपमा क्षमा गर्न सक्षम बनाउनुहुन्छ, त्यसरी नै तपाईंले हाम्रा सबै अपराधहरू क्षमा गर्नुहोस् ।"

४८४ भजनसंग्रह १३९:२३-२४, *ईङ्ग्लिश स्ट्याण्डर्ड भर्जन*

४८५ *साझा प्रार्थनाको पुस्तक*। https: //www.episcopalchurch.org/sites/default/files/downloads/book_of_common_prayer.pdf, ४१, सेप्टेम्बर १२, २०२० बाट प्राप्त ।

३. हामी दैनिक विजयको लागि प्रार्थना गर्छौं।

"हामीलाई परीक्षामा पर्न नदिनुहोस्," भनि दैनिक प्रार्थना गर्नु भनेको आत्मिक सतर्कताको प्रार्थना हो। यो बिन्ती भनेको यस्तो प्रार्थना हो, "पिता, तपाईलाई मेरो कमजोरी र विगतमा मलाई दुश्मनले कहाँ पासोमा पारेको थियो सो थाहा छ। मलाई लाज र पछुतोमा पर्न नदिनुहोस्। मलाई परीक्षामा सतर्क बनाउनुहोस्। हे प्रभु, आज मेरो ओठ, मेरो मन र मेरा रोजाइहरूमा पहरा राखि दिनुहोस्। तपाईलाईम आज हिड्ने बाटोहरू (इन्टरनेट सहित) का कुराहरू थाहा छ, त्यसैले कृपया, पिता, आज मलाई सधैं पवित्रताको मार्ग रोज्न मद्दत गर्नुहोस्। मलाई आज ति कुराहरू छनोट गर्न मद्दत गर्नुहोस् जसले मलाई आत्मिक हारको किनारबाट टाढा राख्छ।"

मैले यो प्रार्थना हरेक दिन विचार गरेर र निष्कपट भई प्रार्थना गर्दा म अझ आत्मिक रूपमा सचेत भएको पाएँ; पवित्र आत्माको उपस्थिति र शक्तिको बारेमा बढी सचेत भएको; र, यसकारण, अधिक विजयी भएको पाएँ!

व्यावहारिक सल्लाह

१. निरन्तर प्रार्थना गर्नुहोस्।

यदि प्रार्थना येशूको लागि धेरै महत्त्वपूर्ण थियो भने, यो हाम्रो लागि अझ महत्त्वपूर्ण छ।

येशूले लुका १८मा, विश्वासीहरूले प्रार्थनामा निरन्तर लाग्नु पर्छ भनि सिकाउनु हुन्छ:

> तिनीहरू सँधै प्रार्थना गरिरहून्र निराश नहोऊन्भन्ने हेतुले उहाँले तिनीहरूलाई एउटा दृष्टान्त भन्नुभयो... के परमेश्वरले उहाँलाई रातदिन पुकार्ने आफ्ना चुनिएकाहरूको न्याय गरिदिनुहुन्न र? के उहाँले तिनीहरूका निम्ति बियाँलो गर्नुहुन्छ र?[४८६]

येशुले लूका २१ मा, हामीलाई चेताउनी दिनुहुन्छ कि जागा रहि प्रार्थना गर्नाले हाम्रो आत्मालाई विश्वासबाट पछाडि हट्न र परमेश्वरको क्रोधबाट बचाउने रहस्य हो:

> तर तिमीहरू आफ्नो विषयमा होशियार रहो, नत्रता भोग-विलास, मतवालापन र जीवनको फिक्रीले तिमीहरूको मन दबिएला, र तिमीहरूमाथि एक्कासि त्यो दिन पासोँझै आइपर्ला। किनकि यसरी नै सारा पृथ्वीमा वास गर्ने सबैमाथि यो आइपर्नेछ। तर आइपर्ने यी सबै कुराहरूबाट उम्कन र मानिसको पुत्रको सामुन्ने खड़ा हुन समर्थ हुनलाई सबै समय प्रार्थना गर्दै जागा रहो।[४८७]

येशूले लूका २२ मा, परीक्षालाई जित्ने रहस्य प्रार्थना नै हो भनेर प्रकट गर्नुहुन्छ। गेतसमनी बगैंचामा प्रार्थना गर्नुहुँदा येशू आफ्ना थाकेका चेलाहरूलाई चेतावनी दिनुहुन्छ: "'तिमीहरू प्रार्थना गरिरहो, र परीक्षामा नपर।" उहाँ तिनीहरूबाट प्राय: तीस मिटर पर गएर घुँड़ा टेकी बढ्दो तीव्रता संग[४८८] प्रार्थना गर्नुभयो"। जब उहाँ प्रार्थनाबाट उठ्नुभयो, आफै विजयी

---

४८६ लूका १८:१, ६

४८७ लूका २१:३४-३६

४८८ लूका २२:४०-४१

हुनुभएर उहाँले चेलाहरूलाई यी शब्दहरूद्वारा फेरि हप्काउनुभयो, "तिमीहरू किन निदाइरहेका छौ? उठ र परीक्षामा नपर्नलाई प्रार्थना गर ।"[४८९]

मैले याद गरेको छु कि प्रार्थना बिना मेरो आत्मा अशान्त र बेचैन हुन्छ । मैले याद गरेको छु कि परीक्षाहरू अझ शक्तिशाली बन्छन् । मैले याद गरेको छु कि मानिसको डरले मलाई पासोमा पार्न थाल्छ । अरूका कमजोरीहरू झन् स्पष्ट हुँदै गएको मैले याद गरेको छु । चुनौतीहरू झन् डरलाग्दो हुँदै गएको मैले याद गरेको छु । मैले याद गरेको छु कि दैनिक समस्याहरू भारी महसुस हुन थाल्छन् । तर निरन्तर प्रार्थनाले मेरो आत्माले शान्ति पाउँछ, मेरो मनको नवीकरण हुन्छ, आत्मिक दृष्टिकोण र साहस पुन: प्राप्त हुन्छ । निरन्तर प्रार्थनाको माध्यमबाट, विश्वास जीवित हुन्छ र निश्चयताले मेरो शरीरमा अझ गहिरो जरा गाड्छ ।

२. विश्वासमा प्रार्थना गर्नुहोस्, र परमेश्वरको इच्छामा विश्राम गर्नुहोस् ।

प्रभावकारी प्रार्थनाको लागि सबैभन्दा महत्त्वपूर्ण आवश्यकताहरू मध्ये एक विश्वास हो ।[४९०] तर विश्वास भनेको के हो? हामीसँग पर्याप्त विश्वास छ कि छैन भनेर कसरी थाह पाउन सक्छौं? सायद हामी कुनै कुराको लागि प्रार्थना गर्दैछौं, उदाहरणका लागि चङ्गाइको लागि, तर परमेश्वरले हाम्रो कुरा नसुन्नु भएको हुनसक्छ ।

> विश्वासको प्रार्थना बुझ्नको लागि तीन तथ्यहरू महत्त्वपूर्ण छन् ।[४९१] **बाइबलीय विश्वास भनेको परमेश्वरले जे गर्नेछु**[४९२] **भनि भन्नुभएको छ**[४९३] **सो उहाँले जे गर्नसक्नु हुन्छ र गर्नुनै हुनेछ भनि विश्वास गर्नु हो** । विश्वास यो *होइन* कि परमेश्वरको इच्छाको वास्ता नगरी तपाईले उहाँलाई जे गर्न भन्नुहुन्छ त्यो गर्नुहुन्छ भन्ने विश्वास गर्नु । यो शायद विश्वासको सबै भन्दा सामान्य गलत बुझाई हो ।[४९४]

परमेश्वरलाई बाध्य पार्न प्रार्थना कहिल्यै प्रयोग नगर्नुहोस्; तर उहाँलाई चिन्न र उहाँलाई उहाँको उपस्थितिमा उहाँको सार्वभौम इच्छासँग तपाईंको हृदय, तपाईंको मध्यस्थता, र तपाईंको बिन्तीहरू एकबद्ध गर्न दिनुहोस् । यो नै प्रभावकारी प्रार्थनाको साँचो हो ।

३. अरूसँग प्रार्थना गर्नुहोस् ।

परमेश्वरका सन्तानहरूको संयुक्त प्रार्थनामा ठूलो शक्ति छ । जब आमाहरू आफ्ना छोराछोरीको लागि प्रार्थनामा अन्य आमाहरूसँग सामेल हुन्छन्, परमेश्वरले सुन्नुहुन्छ र जवाफ दिनुहुन्छ । जब मानिसहरू पवित्रता र विजयको लागि प्रार्थनामा एकसाथ सामेल हुन्छन्, परमेश्वरले सुन्नुहुन्छ र जवाफ दिनुहुन्छ । जब युवाहरू पुनरुत्थानको लागि प्रार्थनामा एकसाथ सामेल हुन्छन्, परमेश्वरले सुन्नुहुन्छ र जवाफ दिनुहुन्छ । जब ख्रीष्टियानहरूले अविश्वासीहरू र परमेश्वरको राज्यको उन्नतिको लागि उत्कट प्रार्थनामा एकसाथ सामेल हुन्छन्, परमेश्वरले ती प्रार्थनाहरू सुन्नुहुन्छ र जवाफ दिनुहुन्छ ।

---

४८९ लूका २२:४६

४९० याकूब १:६

४९१ याकूब ५:१५

४९२ मत्ती ८:५-१०

४९३ हिब्रू १०:२३; तीतस १:२

४९४ डा. फिलिप ब्राउनबाट प्रार्थनामा टिप्पणीहरू

समापन

एक बाइबल निर्मित, एकरूप प्रार्थनाको जीवन, जसमा परमेश्वरसँग घनिष्टता अनुभव गरिन्छ, जसमा हाम्रो माग भन्दा अघि परमेश्वरको प्रतिष्ठा र महिमा आउँछ, जसमा परमेश्वरको राज्य र इच्छालाई हार्दिकतापूर्वक खोजिन्छ, र जसमा हाम्रा दैनिक खाँचोहरू, दैनिक क्षमा, र दैनिक विजयको लागि प्रार्थना गरिन्छ, यो नै निश्चित रूपमा एक प्रभावकारी प्रार्थनाको जीवन हुनेछ । जब हाम्रो प्रार्थनाको जीवन येशूको निर्देशन अनुसार हुन्छ, तब हामी उहाँले दिनुहुने प्रार्थना प्रतिज्ञाहरूलाई पक्रन सक्छौं: "तिमीहरूले मेरो नाउँमा जेसुकै मागे तापनि पुत्रमा पिताको महिमा होस्‌भनेर म त्यो गर्नेछु । तिमीहरूले मेरो नाउँमा कुनै थोक माग्यौ भने म गरिदिनेछु ।"[४९५] फेरि,

> मलाई तिमीहरूले चुनेनौ, तर मैले तिमीहरूलाई चुनें र तिमीहरूलाई नियुक्त गरें, कि तिमीहरू जाओ, र फल फलाओ, अनि तिमीहरूको फल रहिरहोस् । यसैले तिमीहरूले पितासँग मेरो नाउँमा जे मागौला, उहाँले तिमीहरूलाई सो दिनुहुनेछ ।[४९६]

त्यसैले... माग, अनि तिमीहरूले पाउनेछौ । यसरी तिमीहरूको आनन्द पूर्ण होओस् ।"[४९७]

---

४९५ यूहन्ना १४:१३-१४

४९६ यूहन्ना १५:१६

४९७ यूहन्ना १६:२३ख

पाठ ९ को गर्नुपर्ने कार्य

१. यस पाठको सामग्रीमा आधारित जाचँ लिनुहोस् ।

२. पवित्र आत्मालाई अन्तर्दृष्टि दिनुहोस् भन्नका लागि, धर्मशास्त्रका पदहरू सहित यस पाठको समीक्षा गर्न यो हप्ता कम्तिमा तीस मिनेट समय दिनुहोस् ।

३. तपाईको जीवनमा गर्नु पर्ने कुनै पनि विशेष परिवर्तनहरू तपाईको नोट कापीमा रेकर्ड गर्नुहोस्, जसरी प्रभुले तपाईलाई प्रकट गर्नुहुन्छ ।

४. तपाईंको दैनिक उपासनाको समयमा कम्तिमा एउटा भजनसंग्रह मनन गर्नुहोस्, र भजनरचयिताले परमेश्वरको स्वभाव र चरित्रको बारेमा के भन्दैछ सो तपाईंको दैनिकी नोटमा रेकर्ड गर्नुहोस् ।

५. यस पाठमा आधारित आत्मिक रूपान्तरण र वृद्धिको लागि आफ्नो नोट कापीमा व्यक्तिगत प्रार्थना रेकर्ड गर्नुहोस् ।

६. तपाईंको दैनिक व्यक्तिग प्रार्थनामा डा. ब्राउनको *दैनिक प्रार्थना निर्देशिका* प्रयोग गरेर अभ्यास गर्नुहोस् ।

पाठ ९ को जाँच

१. प्रार्थनाको सन्दर्भमा दुइटा गलत अवधारणाहरू के हुन्?

२. येशूको अनुसार गुप्त प्रार्थनाको पहिलो प्राथमिकता के हो?

३. लूकाको विवरणअनुसार येशूको जीवन र सेवकाईमा प्रार्थनाको प्रभाव कस्तो थियो?

४. परमेश्वरको अघि आदरपूर्वक आउनुपर्ने पाँचवटा तरिकाहरू लेख्नुहोस्।

५. येशूद्वारा स्थापित गुप्त प्रार्थनाको लागि सरल नमूना के हो?

६. हाम्रो प्रार्थनालाई परमेश्वरको राज्य र इच्छासँग मेल खाने चारवटा तरिकाहरू के-के हुन्?

पाठ १०

स्वीकार, समर्पण, र सेवा

कार्यको आत्मिक अनुशासन

पाठ ९ को समीक्षा

कक्षाको अगुवालाई नोट: पाठ ९ का मुख्य बुँदाहरू समीक्षा गर्नुहोस्। विद्यार्थीहरूमा पाठ ९ बाट आफ्नो व्यक्तिगत प्रार्थना साझा गर्न इच्छुक को छन् सोध्नुहोस्।

पाठका उद्देश्यहरू

१. स्वीकार, समर्पण, र सेवाको महत्त्व बुझ्नुहोस्।

२. पापलाई परास्त गर्न व्यावहारिक बुद्धि प्राप्त गर्नुहोस्।

३. यी अनुशासनहरूलाई अभ्यासमा उतार्नुहोस्।

जीवनका तस्बिरहरू

गवाही १

मैले १७ वर्षको उमेरमा मुक्ति पाएँ।[४९८] हाम्रो सानो देशको चर्चको वेदीमा मैले एक अद्‍भुत रूपान्तरणको अनुभव पाएँ। यो यति अचम्मको थियो कि मलाई यति थाहा थियो कि म परमेश्वरलाई अब फेरि कहिल्यै कुनै पनि तरिकाले असफल गराउने छैन। तैपनि, धेरै हप्ता पछि, म कुनै कुरामा असफल भएँ र मेरो आत्मामा बादल छायो। मलाई वेदीमा फर्किनु पर्छ जस्तो लाग्यो। म आमाकहाँ गएँ र के गर्ने भनेर सोधें। उहाँले भन्नुभयो, "छोरा, आफ्नो हृदयमा एउटा वेदी बनाउ, यो सबै परमेश्वरमा स्वीकार गर र अगाडि बढ।" मैले त्यसै गरे, र स्पष्ट निश्चयताको घामको

४९८ डा. माइकल एभरीबाट

उज्यालो फर्कि आयो। प्रभुको लागि ४० वर्षको जीवन बिताएपछि, धेरै अध्ययन र तालिमद्वारा - मैले थाहा पाएको छु कि पापको समस्याको यस्तो सरल, व्यावहारिक जवाफ दिने क्षमता थोरै मानिसहरूसँग हुन्छ!

गवाही २

म सानैदेखि पाखण्डी कलामा निपुण थिएँ।[४९९] मेरा आमाबाबु संगीत सेवकाइमा हुनुहुन्थ्यो; र सानो बच्चाको रूपमा मैले सही कुराहरू कसरी भन्न, सही गीतहरू गाउन, र सही समयमा हात उठाउन सिकें। मैले बाइबल कलेजमा चार वर्ष सहित हाई स्कूल र कलेज भरि विश्वासको गवाही दिएको छु। यद्यपि, विश्वासको स्वीकार र मुक्तिको स्वामित्वमा भिन्नता छ। यद्यपि असल साथीहरू लगायत धेरैजसो मानिसहरूले म ख्रीष्टियान हुँ भन्ने सोचेका थिए, तर मलाई थाहा थियो कि यो सबै देखावटी प्रदर्शन थियो। मैले मेरा साथीहरू र परिवारबाट लुकाएर गोप्य पापपूर्ण जीवन बिताएँ। यो अवधिमा म सेवकाईमा पनि संलग्न थिएँ। कहिलेकाहीँ, म परमेश्वरको क्षमा खोज्ने गर्थे, तर म सधैं उहाँलाई भन्दछु कि म अझ राम्रो गर्नेछु, राम्रो बन्नेछु र आफैलाई ठीक गर्ने प्रयास गर्नेछु। त्यो प्रार्थना गरेको दिन वा हप्ता भित्र, म फेरी मेरो पापी मार्गहरूमै फर्किएको हुन्छु।

१९९९ को मार्चमा, मैले एउटा जागृती कार्यक्रममा संगितको नेतृत्व गर्नको लागि गाडीमा जाँदैगर्दा, म चट्टानको फेदमा ठोक्किँए। त्यो ४५ मिनेटको ड्राइभमा, परमेश्वरले मलाई मेरो पापको गहिराइ प्रकट गर्नुभयो र मैले देखेको कुरालाई मैले घृणा गरें। मैले परमेश्वरलाई पुकारे र उहाँलाई भनें कि म ख्रीष्टियान बन्न सक्छु जस्तो लाग्दैन। मैले उहाँलाई भनैं कि म आफूलाई ठीक गर्ने प्रयास गर्दा गर्दा म थाकैं र म असफल भएँ। म अझै पनि यी शब्दहरू प्रार्थनामा गरेको सम्झन्छु: "परमेश्वर, या त तपाईंले मलाई बचाउनुहुनेछ वा छैन, तर जे भएपनि अब म देखावटी गर्दिनँ!" एकैछिनमा, परमेश्वरले मेरो लागि त्यो गर्नुभयो जुन मैले धेरै पटक आफै गर्ने प्रयास गरेको थिएँ: उहाँले मलाई बचाउनुभयो! उहाँले ले यो काम गर्नुभएको हो भन्ने कुरामा मेरो मनमा कुनै शंका थिएन। त्यसयता मेरो जीवन कहिल्यै उस्तै रहेन।

मेरो रूपान्तरण पछिका केही वर्षहरूमा, परमेश्वरले मलाई सेवकाईका अवसरहरू दिनुभयो, अनुग्रहपूर्वक मलाई उहाँको महिमाको लागि प्रयोग गर्नुभयो। यद्यपि, मभित्र मानिसहरूले वास्तविक म देख्छन् कि भनि डराएँ। मलाई डर थियो कि यदि, कुनै तरिकाले, उनीहरूले म को हुँ भनेर थाहा पाए भने, उनीहरूले मैले भनेका शब्दहरू सुन्दैनन् वा मेरो सेवकाईलाई बदनाम गर्नेछन्। जब मैले परमेश्वरलाई स्वीकार गरेको थिएँ, मैले यो कुरा अरूको अघि स्वीकार गर्नु मेरो लागि गाह्रो कुरा थियो।

२००६ को मार्चमा मेरो व्यक्तिगत उपासनाको समय बिताउँदा एक बिहान प्रार्थना गर्न घुँडा टेक्दा, परमेश्वरले स्पष्ट रूपमा मेरो हृदयसँग कुरा गर्नुभयो र मलाई मेरो विगत स्वीकार गर्न आवश्यक छ भनी मलाई भन्नुभयो। एक हप्ता भन्दा बढी मलाई मेरो पुरानो जीवन बताउन गाह्रो भयो। अन्तमा, एक मंगलबार बिहान, मैले मेरो कलेजका पूर्व अध्यक्षलाई फोन गरें र मेरो कथा बताएँ, मेरो कपट स्वीकार गरें, र माफी मागैं। उहाँले जवाफमा के भन्नुभयो मलाई ठ्याक्कै याद छैन, तर मलाई एउटा बोझ म बाट हटेको अनुभव चाहीँ याद छ। म स्वतन्त्र भएँ!

यी दुई कथाहरूले विजयी जीवनको लागि उपयोगी अन्तर्दृष्टि प्रदान गर्दछ। डा. एभरीको गवाहीले युवा ख्रीष्टियनहरूलाई तिनीहरू प्रभुसँग हिंड्न सिक्दै गर्दा कसरी असफलताहरूको सामना गर्ने भनेर सिकाउँछ:

१. एउटा वेदी बनाउनुहोस्।

---

४९९ पास्टर किथ वैगनरबाट

२. यो सबैकुरा परमेश्वरमा स्वीकार गर्नुहोस् ।
३. अगाडी बढ्नुहोस् ।

म यसको सरलताको कदर गर्छु, तपाईं गर्नुहुन्न र? प्रायः हामीले ख्रीष्टियन जीवनलाई धेरै जटिल बनाउँछौं ।

तर निरन्तर सङ्घर्ष गर्ने, हामीलाई घरिरहने पाप वा हामीलाई बाँध्ने लाजको भावनाको बारेमा के गर्ने? पास्टर किथको स्वीकारोक्तिको गवाही हाम्रो लागि आत्मिक अनुशासनहरूले कसरी आत्मिक जीवनमा गहिरो जरा गाडिएका समस्याहरूबाट हामीलाई मुक्त गर्न सक्छन् भन्ने एउटा उदाहरण हो ।

ठूलो विचार

पवित्र आत्माको सेवकाईको साथसाथै आत्मिक अनुशासनहरूको अभ्यासले विजयी जीवनको लागि तालिम प्रदान गर्नेछ । तिनीहरू नामधारी, मनतातो, प्रायः पराजित ख्रीष्टियान जीवन भन्दा बाहिर जानको लागि एकदम आवश्यक छन् । ख्रीष्टियानहरूको हरेक विश्वासयोग्य पुस्ताले यो प्रमाणित गरेको छ ।

परिचय

हामीले हरेक विश्वासीको जीवनमा आत्मिक अनुशासनको महत्त्वपूर्ण स्थान सिकिरहेका छौं । तिनीहरू येशूको जीवनमा महत्त्वपूर्ण थिए; र यदि हामी उहाँको स्वरूपमा बनाइन्छौं भने, तिनीहरू हाम्रो जीवनमा पनि बढ्दो महत्त्वपूर्ण हुनुपर्दछ ।

हामीले यो पनि सिकेका छौं कि यी आत्मिक अनुशासनहरूले संसार, शरीर र शैतानको विरुद्ध लडाइँ गर्छन्; हामीलाई युद्धको लागि सुसज्जित गर्नको लागि तिनीहरू अनुग्रहको माध्यम हुन्,; तिनीहरूले परमेश्वरको ठूलो आनन्द प्रदान गर्छन्; र तिनीहरूले साधारण चेलाहरूलाई ख्रीष्टको स्वरूपमा बनाउनको लागि अनुग्रहको माध्यमहरू हुन् ।

यस पाठमा, हामी छोटकरीमा केही उत्कृष्ट आत्मिक अनुशासनहरूको खोज गर्नेछौं र तिनीहरूलाई परमेश्वरसँगको हाम्रो हिँडाइमा समावेश गर्ने व्यावहारिक तरिकाहरू खोज्नेछौं ।

पाप स्वीकारको अनुशासन

> तिमीहरू एकले-अर्कासँग आ-आफ्ना पाप स्वीकार गर, तिमीहरू निको हुनलाई एउटाले अर्काको निम्ति प्रार्थना गर..[५००]

येशूको अनुसार, व्यक्तिगत प्रार्थनामा परमेश्वरमा पाप स्वीकार गर्ने अभ्यास निरन्तर क्षमा प्राप्त गर्ने तरिका हो ।[५०१] तर पवित्र आत्माले यो पनि सिकाउनुहुन्छ कि एकअर्कालाई पाप स्वीकार गर्नु भनेको आत्मिक चङ्गाइको एउटा माध्यम हो । याकूबले आत्मिक चङ्गाईले कहिलेकाहीँ शारीरिक चङ्गाईको परिणाम दिन्छ भनि सिकाएको देखिन्छ ।

---

५०० याकूब ५:१६

५०१ मत्ती ६:१२

पाप स्वीकारको अनुशासन परिभाषित

पाप स्वीकारको अनुशासन भनेको आत्मिक चङ्‌गाईको माध्यमको रूपमा अर्को व्यक्तिलाई निश्चित आत्मिक असफलता(हरू) (पापहरू) र ख्रीष्ट रहित स्वभावहरूलाई विनम्रतापूर्वक स्वीकार गर्नु हो ।[५०२] अर्को ख्रीष्टियानसँग विशेष गरी घेरिरहने पापहरू स्वीकार गर्नु र जब विगतका असफलताका दोष र लाजका भावना सजिलै हट्‌दैन त्यस्ता कुराहरू स्वीकार गर्नु आवश्यक छ । क्षमा परमेश्वरमा गरिएको पाप स्वीकार मार्फत आउँछ, तर धेरैले पत्ता लगाएका छन् कि ख्रीष्टको शरीरको एक विश्वसनीय सदस्यसँग स्वीकार गर्नु प्राय: छुटकाराको नम्र शुरूवात हो ।

» सँगै मिलेर याकूब ५:१६ पढ्नुहोस् । स्वीकार र चङ्‌गाई बीचको सम्बन्धलाई ध्यान दिनुहोस् ।

पाप र स्वीकार बारे असहमति

पाप स्वीकार गर्ने बाइबलीय अभ्यासले केही ख्रीष्टियानहरूलाई असहज बनाउँछ किनभने यसले परमेश्वरसँगको पवित्रताको र विजयी यात्रालाई झुटा तुल्याएको जस्तो देखिन्छ । मानिसहरूले यस्तो सौँच्न सक्छन्, "पवित्र जीवन जिउने दाबी गरेर पनि कसरी ति मानिसहरूसँग अझै पनि स्वीकार गर्नु पर्ने पापहरू छ?" विवादको विभिन्न पाटोहरू मध्ये एउटा मुख्य कारण भनेको नै कसरी विभिन्न ख्रीष्टियान शिक्षकहरूले पापलाई परिभाषित गर्छन् भन्नेसँग सम्बन्धित छ ।

> **"अभ्यस्त पापलाई इन्कार गर्ने १ यूहन्ना ३:९ लाई बिर्सिएर त्यसको चरमतामा नगएर 'पाप' शब्दलाई केहि लचकता दिनु स्वस्थकर नै हुनेछ । धर्मी मानिसले 'प्रतिदिन विचार, वचन र काममा' पाप गर्दैन । तैपनि ऊ कहिलेकाहीं कमजोर हुन सक्छ र पश्चात्ताप र क्षमा चाहिन्छ ।**
>
> **रिचर्ड एस. टेलर**

कतिपय ख्रीष्टियानहरूले पापलाई परमेश्वरको सिद्ध धार्मिकतामा चुक्नु हो भनेरा धेरै व्यापक रूपमा परिभाषित गर्न खोज्छन् । यस परिभाषामा प्राय: पूर्वनियोजित पाप, जानाजानी गरेका पापहरू, ख्रीष्टियानहरूलाई अचानक (आत्मिक कमजोरीको कारणले गर्दा) आईपर्ने पाप, वा ख्रीष्टको जस्तो स्वभाव र प्रेमहरू नहुने जस्ता कुराहरूका बीचमा कुनै पनि बाइबलीय भिन्नताहरू छैनन् । अन्य ख्रीष्टियानहरूले पापलाई धेरै संकुचित रूपमा परमेश्वरको व्यवस्था विरुद्ध सचेत, नियोजित उल्लंघन हो र त्यो बाहेक अरू केही होइन भनेर परिभाषित गर्छन् । दुवै चरम परिभाषाहरूले इमान्दार ख्रीष्टियानहरूको वास्तविक जीवनको समस्यालाई बेवास्ता गर्छन् ।

एकातिर, यदि हामीले जानाजानी गरेको विद्रोह र आत्मिक गिरावट वा ख्रीष्ट जस्तो स्वभाव नभएको हुनु भनेको बराबर नै हो भनि विश्वास गर्छौं भने, तब हामीले जानाजानी, बानी परेको पापलाई हलुका दृष्टिकोणले हेर्नसक्छौं, जुन कुरा साँचो ख्रीष्टियनहरूले गर्न सक्दैनन् भनि बाइबलले भन्छ ।[५०३] कसैकसैले कुनै भिन्नता नराखी "हामी सबै पापी हौं," भन्ने गर्छन् ।

---

५०२ किथ डरी, *सोल शेपर* (इन्डियानापोलिस: वेस्लीयन पब्लिशिङ हाउस, २०१३), ८३

५०३ १ यूहन्ना ३:८-९

अर्कोतर्फ, केही ख्रीष्टियनहरू स्व-धर्मी बन्छन् किनभने तिनीहरूका अनुसार परमेश्वरको व्यवस्थाको स्पष्ट उल्लङ्घनलाई मात्र पाप मानिन्छ । यी ख्रीष्टियानहरू पवित्र आत्मालाई दुखित तुल्याउने केही पापहरूप्रति संवेदनशील छैनन्, जस्तै: अशुद्ध विचारहरू, अरूको दोष खोज्ने, गुनासो गर्ने मनोवृत्ति, प्रार्थनाको कमि, छल, आत्माद्वारा डोर्याइन नचाहनु, कट्टरता, अहंकार, र यस्तै अन्य । तिनीहरूले ख्रीष्ट जस्तो स्वभाव र व्यवहार नहुनुलाई वेवास्ता गर्छन् किनभने तिनीहरूले यसलाई पाप भन्दैनन् तर केवल मानवीय कमजोरी वा गल्तीहरू मात्र हुन् भनि देख्छन् ।

हामी पाप हाम्रो जीवन र चरित्रको वास्तविक समस्या हो जो हाम्रो र परमेश्वरको बिचमा आई रहन्छ र अन्य मानिसहरूसँगको हाम्रो सम्बन्धलाई बाधा दिन्छ भन्ने यो परिभाषालाई लिएर त्यति चिन्तित हुनुपर्दैन । याद गर्नुहोस्, उद्धारमा परमेश्वरको उद्देश्य हामीलाई उहाँको पुत्रको स्वरूपमा बनाउनु हो ।

हामीले परमेश्वरको वचनलाई हाम्रो गलत प्रतिको बुझाइ साथै जे सहि छ त्यसको मापदण्ड प्रतिको बुझाइलाई निर्माण गर्न दिनैपर्छ ।

"जसले तपाईंको तर्कलाई कमजोर बनाउँछ, तपाईंको अन्तस्करणको कोमलतालाई कमजोर बनाउँछ, परमेश्वरप्रतिको तपाईंको भावनालाई अस्पष्ट बनाउँछ, वा तपाईंको आध्यात्मिक कुराहरूप्रतिको स्वाद हटाउँछ; छोटकरीमा भन्नुपर्दा, जुन कुराले तपाईको मनमाथि तपाईको शरीरको शक्ति र अधिकार बढाउँछ, त्यो पाप हो, चाहे त्यो आफैमा जति नै निर्दोष किन नहोस् ।"

सुजाना वेस्ली

बाइबलले पापलाई वर्णन गर्ने केही तरिकाहरू[५०४]

जसरी उत्तर अमेरिकाका एस्किमो मानिसहरूसँग हिउँको वर्णन गर्न धेरै शब्दहरू छन्, बाइबलले पापलाई विभिन्न तरिकामा परिभाषित र वर्णन गर्दछ ।

» तलका प्रत्येक फुटनोट गरिएका खण्डहरू हेर्नुहोस् र छलफल गर्नुहोस् ।

- **बेवास्ताको रूपमा पाप**[५०५] - मैले गर्नु पर्छ भनि थाह भएर पनि ति सबै असल कुरा नगर्नु ।
- **छनौटको रूपमा पाप**[५०६] - यो परमेश्वरको नियमको विरूद्धमा छ भन्ने थाह हुँदाहुँदै त्यो गर्न छनौट गर्ने ।
- **विवेकको विरूद्धको रूपमा पाप**[५०७] - हामीलाई पाप होला भनि लागेका कुरा गर्नु, चाहे त्यो कुराले परमेश्वरको वचनलाई प्रत्यक्ष रूपमा उल्लङ्घन नगरे तापनि ।
- **अजानमा गरिने पाप**[५०८] - परमेश्वरको आज्ञाहरूको अनजानमा उल्लङ्घन जसलाई येशूको रगतको क्षमा चाहिन्छ चाहे हामी यसको बारेमा कहिल्यै सचेत नभए तापनि ।

---

५०४ डा. माइकल एभरी द्वारा प्रदान गरिएका नोटहरूबाट

५०५ याकूब ४:१७

५०६ १ यूहन्ना ३:४

५०७ रोमी १४:२२-२३

५०८ लेवी ४:२, २२

- **एउटै पाप**[५०९] - एक मात्र कार्य जसले प्रभुलाई अप्रसन्न तुल्याउँछ ।
- **पापको अभ्यास**[५१०] - जीवन जिउने मार्ग नै पाप, जुन परमेश्वरको कुनै पनि साँचो सन्तानले गर्दैन । यो यस्तो पाप हो जुन येशूले लङ्‌गडा मानिस र व्यभिचारी स्त्रीलाई अब फेरि नगर्न आज्ञा दिनुभयो ।
- **हाम्रो आफ्नै पूर्वाग्रह र पाखण्डपनमा अन्धो**[५११] - यो पत्रुस र उनीसँगका अन्य ख्रीष्टियानहरूको अज्ञानताको पाप हो ।
- **पवित्र आत्मालाई दुखित तुल्याउने**[५१२] - ख्रीष्टको स्वभाव देखि बाहिरका कुनै विचार, बोलिबचन, वा काम जसले पवित्र आत्मालाई दुखी तुल्याउँछ ।
- **सांसारिक स्वभाव वा इच्छाहरू**[५१३] - परमेश्वर विरुद्ध गनगन र गुनासो वा गलत कुराहरूको लालसा ।
- **अनियोजित पापहरू**,[५१४] वा **आश्चर्यका पापहरू**[५१५] - यस्तो पाप जसले परीक्षा र कमजोरीको क्षणमा एक ख्रीष्टियानलाई पराजित गर्छ ।

धर्मशास्त्रमा पाइने पापको धेरै विवरणहरूले हामीलाई नम्र बनाउनु पर्छ र हामीलाई येशूको शुद्ध रगतको निरन्तर आवश्यकता छ भन्ने हामीलाई महसुस गराउनुपर्छ । येशू मर्नुभयो र पुनरुत्थान हुनुभयो भनेर तिनीहरूले हामीलाई स्मरण गराउनुपर्दछ - यो प्रायश्चित केवल जानाजानी गरिने पापको लागि मात्र होइन, तर हरेक विचार, वचन र कार्य जसले पीडा दिन्छ र उहाँको महिमाबाट चुक्छ । यी कुराहरूले हामीलाई स्मरण गराउनु पर्छ कि हामी प्रभुसँगको हाम्रो हिँडाइमा जतिसुकै टाढा आए पनि, हामीलाई निरन्तर येशू हाम्रो अधिवक्ताको रूपमा चाहिन्छ: "मेरा साना बालकहरू, तिमीहरू पाप नगर भनी म यी कुरा तिमीहरूलाई लेखिरहेछु । तर कुनै मानिसले पाप गर्‍यो भने पनि पितासँग हाम्रो पक्षमा बोलिदिनुहुने एक जना हुनुहुन्छ, अर्थात्‌धार्मिक येशू ख्रीष्ट । "[५१६]

पाप र ख्रीष्टियान[५१७]

ख्रीष्टियानहरूले पापको अभ्यास गर्दैनन् । यद्यपि, हामी स्वर्गमा नपुग्दासम्म पापको सम्भावना रहि रहन्छ । त्यसैकारण १ यूहन्ना २:१-२ लेखिएको थियो ।

डा. एभरीले पापको सम्बन्धमा निम्न व्यावहारिक सल्लाह दिन्छन्:

१. यसले केही फरक पार्दैन जस्तो सोँचेर, पापलाई कहिल्यै सानो नबनाउनुहोस् ।

---

५०९ १ यूहन्ना २:१-२

५१० १ यूहन्ना ३:४-९

५११ गलाती २:११-२१

५१२ एफिसी ४:३०

५१३ नम्बर ११:१, ४

५१४ डा. जोन ओस्वाल्ट द्वारा प्रयोग गरिएको शब्द

५१५ गलाती ६:१

५१६ १ यूहन्ना २:१

५१७ यो खण्ड डा. माइकल एभरी, "गोइङ डीप" (अध्ययन निर्देशिका, भाग ३) बाट अनुकूलित गरिएको हो । https: //www.weisbachchurch.com/sermon-speaker/dr-michael-avery/ सेप्टेम्बर १८, २०२० बाट प्राप्त ।

२. यसलाई क्षमा गर्नै सकिन्न भन्ने सोँचेर, पापलाई कहिल्यै ठूलो नबनाउनुहोस् ।
३. परिस्थितिको कारणले पापलाई कहिल्यै न्यायोचित नठहराउनु होस् ।

एक व्यक्तिले आफ्नो पापसँग कसरी व्यवहार गर्छ भन्ने कुराले तिनीहरू र तिनीहरूको परिपक्कताको बारेमा धेरै कुरा बताउँछ । एक इमानदार, परिपक्क ख्रीष्टियान शब्दहरूद्वारा बहाना बनाउँदैन; तर चाँडै आफ्नो असफलता स्वीकार गर्छ, यसको पश्चात्ताप गर्छ, अनुग्रह खोज्छ, आवश्यक भएमा क्षतिपूर्ति तिर्छ, र अगाडि बढ्छ । एक अपरिपक्क ख्रीष्टियानले परमेश्वरसँग कुश्ती गर्छ, आफैलाई धर्मी ठहराउँछ, र सायद पापलाई पनि अस्वीकार गर्छ । यो धार्मिक घमण्ड हो । "परमेश्वरले घमण्डीहरूको विरोध गर्नुहुन्छ तर नम्रहरूलाई अनुग्रह दिनुहुन्छ ।"[५१८]

हाम्रा असलफलताहरूलाई "ख्रीष्टसमानता 'पापहरू' मा, असल पूरानो इमानदार नम्रतामा, सुधार गर्नु र हाम्रा असफलताहरूबाट सिक्नुलाई पवित्र मान्न सकिन्छ । हामीले इन्कार गरेका असफलताबाट कहिल्यै पाठ सिक्दैनौं..."

रिचर्ड टेलर

जब हामीले पाप गर्छौं, हामीसँग दुई विकल्पहरू छन्:

१. **हामी हाम्रो पाप लुकाउन सक्छौं र परिणामहरू भोग्न सक्छौं ।** "आफ्ना पापहरू लुकाउनेको उन्नति हुँदैन, तर जसले ती स्वीकार गर्छ र त्याग्छ, त्यसले कृपा पाउँछ ।"[५१९]

२. **हामी हाम्रो पाप स्वीकार गर्न र चङ्गाई पाउन सक्छौं ।** "तिमीहरू एकले-अर्कासँग आ-आफ्ना पाप स्वीकार गर, तिमीहरू निको हुनलाई एउटाले अर्काको निम्ति प्रार्थना गर ।"[५२०] आफ्नो पाप स्वीकार गर्नेहरू स्वतन्त्र हुनेछन् । आफ्नो पापलाई अस्वीकार गर्नेहरू स्वतन्त्र हुन सक्दैनन् ।

सुसमाचार यो हो कि हामी ख्रीष्टको अनुग्रह र पवित्र आत्माको शक्तिमा भर पर्दा पापलाई जित्न सक्छौं ।

पाप स्वीकारको शक्ति

भरोसा योग्यको भाइ वा बहिनीसँग स्वीकार गर्नु भनेको पाप र परीक्षाको विरूद्ध एउटा शक्तिशाली हतियार हो ।

१. स्वीकारोक्तिले परीक्षाको शक्ति गुमाउने बनाउँछ ।

गोप्य यद्धहरू जित्न सबैभन्दा गाह्रो युद्धहरू हुन्, र परीक्षा तब सबैभन्दा बलियो बन्छ जब हामी अलग्गिन्छौं र एक्लो हुन्छौं । शैतानले तपाईलाई कुन पापमा फसाउँदैछ? यदि तपाईंले तिनीहरूलाई ज्योतिले पर्दाफास गर्नुभएन भने तपाईंको हृदयमा कस्तो पापी स्वभाव बढ्न सक्छ? पाप स्वीकारले मेरो लडाईमा आत्मिक मित्रको बल, सान्त्वना र सल्लाह ल्याउँछ र विजयलाई धेरै सम्भव बनाउँछ ।[५२१] धेरै परिवारहरूले रातको समयमा आफ्नो घरबाहिर बत्तीको पोलहरू घुसपैठ गर्नेहरूलाई रोक्नको लागि राख्छन् । स्वीकार गराई पापको निवारक हो किनभने यसले हाम्रो परीक्षाहरूलाई त्यहाँ राख्छ जहाँ अरूले तिनीहरूलाई देख्न सक्छ र हामीलाई तिनीहरूको विरुद्धमा रक्षा गर्न मद्दत गर्न सक्छन् ।

---

५१८ याकूब ४:६

५१९ हितोपदेश २८:१३

५२० याकूब ५:१६

५२१ हितोपदेश ११:१४, हितोपदेश १७:१७, हितोपदेश २७:१७; उपदेशक ४:९

२. पाप स्वरीकार गराईले हाम्रो सबैभन्दा ठूलो घमण्डको शत्रुलाई निर्णायक प्रहार—गर्छ ।

हाम्रो छवि जोगाउने प्रवृत्ति हामी सबैमा रहेको हुन्छ । हामी मानिसहरूले हाम्रो बारेमा राम्रै सोँचेको चाहन्छौं र त्यसकारण, हामी मुखौटा लगाउन र हामी जो होइनौं त्यो देखाउने ढोंगको परीक्षामा पर्छौं । पाप स्वीकारको नम्र कार्यले कपटलाई जरैबाट उखेल्छ र धार्मिकताको फसलको लागि हाम्रो हृदयको माटो मलिलो पार्नेछ ।[५२२]

३. पाप स्वीकार गराईले प्रायः दोषी विवेकलाई स्वतन्त्र गर्छ र क्षमाको निश्चयताको परिणाम दिन्छ ।

हामीलाई थाहा छ कि परमेश्वरले मात्र क्षमा गर्न सक्नुहुन्छ; तर, उहाँको आत्माद्वारा वास गर्ने ख्रीष्टको शरीरका सदस्यहरूको रूपमा, हामीलाई पृथ्वीमा उहाँको प्रतिनिधित्व गर्न नियुक्त गरिएको छ । जब, पवित्र आत्माद्वारा, हामीले एकअर्कालाई क्षमा गर्छौं, परमेश्वरको आत्मिक निको पार्ने अनुग्रह प्रवाह हुन्छ । जब पवित्र-आत्माले भरिएका दाजुभाइ दिदीबहिनीहरूले एकअर्कालाई कृपाका शब्दहरू बोल्छन्, येशू आफैले ती शब्दहरू बोलिरहनुभएको जस्तो देखिन्छ । हामीले एकअर्कालाई स्वतन्त्र बनाउँछौं । यस अर्थमा, हामीले पृथ्वीमा त्यही फुकाउँछौं जुन स्वर्गमा फुकाइन्छ ।[५२३]

पुरानो नियमको करार अन्तर्गत, लेवी कुलका पूजाहारीहरू परमेश्वरका मानव प्रतिनिधिहरू थिए, जसले पृथ्वीमा मानिसहरूलाई परमेश्वरको क्षमा र पुनर्स्थापना गर्ने अनुग्रहको पुष्टि गर्छन् । यी पूजाहारीहरूले बलिदान र प्रार्थना मात्र गरेनन्, तर परमेश्वरका मानिसहरूलाई औपचारिक रूपमा चोखिएको र क्षमा पाएको भनि घोषणा गर्नको लागि लागि तिनीहरू परमेश्वरका मानवीय माध्यमहरू थिए ।[५२४] जब एकजना कुष्ठरोगी, उदाहरणका लागि, उसको कुष्ठरोगबाट निको हुन्छ — त्यस्तो रोग जसले उसलाई उपासना र सङ्गतिको लागि अयोग्य बनायो — उसले यस चङ्गाईको पुष्टिको लागि आफैलाई पुजाहारीहरूकहाँ प्रस्तुत गर्नुपर्थ्यो । परमेश्वरका पूजाहारीहरू परमेश्वरका मानव प्रतिनिधिहरू थिए, जसले मानिसहरूलाई सङ्गतिमा पुनर्स्थापित गराउने अधिकार पाएका थिए ।

» येशूले दश कुष्ठरोगीहरूलाई लूका १७:१४ मा चमत्कारिक रूपमा निको पार्नुभयो, उहाँले तिनीहरूलाई के गरेको चाहनु भयो?[५२५] किन उहाँले यो चाहनु भयो? यसले कुराले परमेश्वरले विरलै आफ्नो मण्डलीलाई उपेक्षा गर्नुहुन्छ तर मण्डली मार्फत आफ्नो अनुग्रह खन्याउनुहुन्छ भन्ने सत्यतालाई चित्रण गर्दछ ।

नयाँ करारले विश्वासीहरूको पूजाहारीपनको विषयमा सिकाउँछ । पवित्र आत्माले भरिएको, पूजाहारीको रूपमा, हामी परमेश्वरलाई स्वीकार्य आत्मिक बलिदानहरू मात्र चढाउँदैनौं,[५२६] तर हामी एकअर्कालाई परमेश्वरको प्रेमको पनि प्रतिनिधित्व गर्छौं । हामीले क्षमाशील प्रेम बढाउँदै गर्दा, परमेश्वरले आफ्नो क्षमाशील प्रेम बढाउनु भएको जस्तै हो । जब, पवित्र आत्माद्वारा, हामीले अर्को ख्रीष्टियानको साँचो तोडिएको अवस्था र पश्चात्तापलाई थाहा गर्छौं र तिनीहरूलाई भन्छौं, "परमेश्वरले तपाईंलाई क्षमा गर्नुहुन्छ, र हामी तपाईंलाई क्षमा गर्छौं," तब त्यहाँ उनीहरूको हृदयमा निको पार्ने अनुग्रह खन्याइन्छ, उनीहरूलाई दोषी र लाजको भावनाबाट धुन्छ । हामीले पाप स्वीकार गर्दा हाम्रो लागि पनि त्यस्तै हुन्छ । यो अनुभव गरेको जो कोहीले पनि परमेश्वरले आफ्नो मण्डलीलाई चङ्गाईको अनुग्रहको सेवा गर्न दिनुभएको अद्भुत अधिकारको गवाही दिनेछ ।

---

५२२ हितोपदेश २८:१३

५२३ मत्ती १६:१९, मत्ती १८:१८, मत्ती २०:२३

५२४ लेवी १३:२३

५२५ लूका १७:१४

५२६ १ पत्रुस २:५

पाप स्वीकारको अभ्यासको लागि व्यावहारिक सुझावहरू

१. एकजना ईश्वरीय (सिद्ध होइन) व्यक्ति खोज्नुहोस् जसलाई तपाईं केहि पाप वा गोप्य संघर्षहरू स्वीकार गर्न स्पष्ट हुन सक्नुहुन्छ। तपाईंको लागि प्रार्थना गर्न तिनीहरूलाई भन्नुहोस्।

२. इमानदार हुनुहोस् र अरूलाई दोष नदिनुहोस्। अनावश्यक विवरणहरू स्वीकार गर्नु पर्दैन। बुद्धि खोज्नुहोस्।

३. यदि तपाईंसँग स्वीकार गर्नको लागि केहि छैन जस्तो लाग्छ भने, तपाईको श्रीमान, रुममेट, वा साथीलाई तपाईलाई केहि सुझाव दिन भन्नुहोस्! सोध्नुहोस्, "के तपाईंले मेरो जीवनमा कुनै चोटदिने कुराहरू देख्नुहुन्छ?"

४. आफ्नो सुन्ने साथी मार्फत परमेश्वरको वचन स्वीकार गर्नुहोस्। "यो सम्पुर्ण विश्वासीहरूको पूजाहारीपनको सबैभन्दा राम्रो बुझाइ हो। तपाईंको क्षमा भएको छ भनि परमेश्वरको निश्चयता सुन्नुहोस् र त्यो विश्वास गर्नुहोस्।"[५२७]

५. आफ्नो पाप स्वीकारलाई प्रचार नगर्नुहोस्। आत्मिक अगुवाका केही नैतिक असफलताहरूलाई मण्डलीमा स्वीकार गर्नुपर्ने हुन सक्छ, तर हाम्रा धेरैजसो स्वीकारहरू एक वा दुईको सानो समूह मात्र गर्नुपर्छ। किथ डरी भन्छन्, "पाप स्वीकारको समूहको आकार अपराधको घेराभन्दा ठूलो हुनु आवश्यक छ।"[५२८]

» तपाईंको समूहमा पाप स्वीकारको अनुशासनमा मनन गर्नुहोस्। कुन शिक्षाहरू उपयोगी छन्? के यस शिक्षाका केही अंशहरू नबुझ्ने खालका छन्? व्यक्तिगत मननको लागि पनि केहि मिनेट छुट्ट्याउनुहोस्।

समर्पणताको आत्मिक अनुशासन

> यसै गरी जवान हो, बूढापाकाहरूका अधीनमा बस। एक-अर्काको अधीनमा रहेर तिमीहरू सबैले नम्रताको वस्त्र धारण गर, किनभने "परमेश्वरले अहङ्कारीहरूको विरोध गर्नुहुन्छ, तर नम्रहरूलाई अनुग्रह गर्नुहुन्छ।[५२९]

कुनै अनुशासन समर्पणताको अनुशासन भन्दा बढी महत्त्वपूर्ण छैन, यद्यपि यसमा केही चुनौतीहरू छ र प्रायः यसलाई गलत बुझिएको छ र दुरुपयोग गरिएको छ। (हामी यस खण्डमा यी चुनौतिहरू, गलतबुझहाईहरू, र दुरूपयोग मध्ये केही संक्षिप्त रूपमा पहिचान गर्नेछौं।)

बाइबलीय रूपमा समर्पणताको अनुशासन परिभाषित

रिचर्ड फोस्टरले समर्पणताको अनुशासनलाई "सँधै आफ्नै इच्छा पुरा हुनुपर्छ भन्ने भयानक बोझलाई तल उतार्न सक्ने क्षमता" भनेर परिभाषित गर्नुहुन्छ।[५३०] यो अनुशासनले येशूको उदाहरण पछ्याउँछ, जसले आफैलाई रित्तो बनाउनु भयो, सेवकको रूप धारण गर्नुभयो, र मृत्युसम्म आज्ञाकारी हुनुभयो।[५३१]

---

५२७ किथ डरी, *सोल शेपर* (इन्डियानापोलिस: वेस्लीयन पब्लिशिङ हाउस, २०१३), ९३

५२८ इबिड, ९२

५२९ १ पत्रुस ५:५

५३० रिचर्ड फोस्टर, *सेलेब्रेसन अफ डिसिप्लीन* (न्यूयोर्क: हार्पर कोलिन्स, १९९८), १११

५३१ फिलिप्पी २:७-८

» निम्न पदहरू ध्यानपूर्वक पढ्नुहोस् । समर्पण सँग सम्बन्धित सबै शब्दहरूको मूनि रेखा कोर्नु होस् ।

- "भाइ हो, तिमीहरूलाई थाहा छ, कि स्तिफनासका घराना अखैयामा विश्वास गर्नेहरूमा प्रथम हुन् । तिनीहरूले सन्तहरूका सेवामा आफैलाई अर्पण गरेका छन्यस्ताहरू र यस्तै परिश्रम गर्ने हरेक सहकर्मीको अधीनमा रहो भनेर म तिमीहरूलाई आग्रह गर्दछु । "[५३२]
- "ख्रीष्टको श्रद्धामा एक-अर्काको अधीनमा बस ।"[५३३]
- "पत्नी हो, प्रभुको अधीनमा रहेजस्तै आ-आफ्ना पतिको अधीनमा बस । किनकि पति पत्नीको शिर हो, जसरी ख्रीष्ट मण्डलीको शिर हुनुहुन्छ, जुन मण्डली उहाँको शरीर हो, र उहाँ स्वयम्त्यसको मुक्तिदाता हुनुहुन्छ ।"[५३४]
- "जसरी मण्डली ख्रीष्टको अधीनमा छ, त्यसरी नै पत्नीहरू पनि हरेक कुरामा पतिहरूका अधीनमा रहून् ।"[५३५]
- "कमारा हो, डर र कम्पसाथ साँचो हृदयले ख्रीष्टलाई गरेँझै यस संसारका तिमीहरूका मालिकहरूको आज्ञापालन गर; मानिसहरूलाई खुशी पार्नेले ँझै आँखाको अगि मात्र देखावटी काम नगर, तर ख्रीष्टका दासहरूँझै साँचो हृदयले परमेश्वरको इच्छा पूरा गर ।"[५३६]
- "पत्नी हो, प्रभुको दृष्टिमा सुहाउँदो गरी आ-आफ्ना पतिहरूका अधीनमा बस ।"[५३७]
- "छोरा-छोरी हो, प्रत्येक कुरामा आफ्ना आमा-बुबाको आज्ञापालन गर । किनकि यस कुराले प्रभुलाई प्रसन्न तुल्याउँछ ।"[५३८]
- "प्रभुको खातिर मानिसको हरेक शासनको अधीनमा बस, चाहे त्यो सर्वोच्च राजाको होस्..."[५३९]
- त्यसै गरी जवान हो, बूढापाकाहरूका अधीनमा बस । एक-अर्काको अधीनमा रहेर तिमीहरू सबैले नम्रताको वस्त्र धारण गर । किनभने, "परमेश्वरले अहङ्कारीहरूको विरोध गर्नुहुन्छ, तर नम्रहरूलाई अनुग्रह गर्नुहुन्छ ।"[५४०]
- "तिमीहरूका अगुवाहरूको आज्ञापालन गर, र तिनीहरूका अधीनमा बस । किनकि लेखा दिनुपर्छ भन्ने कुरा जानेर नै तिनीहरूले तिमीहरूका प्राणको हेरचाह गर्छन् । यो काम तिनीहरूले आनन्दसाथ गरून् । दुःख मानेर होइन, नत्रता त्यसबाट तिमीहरूलाई कुनै लाभ हुँदैन ।"[५४१]

---

५३२ १ कोरिन्थी १६:१५-१६

५३३ एफिसी ५:२१

५३४ एफिसी ५:२२-२३

५३५ एफिसी ५:२४

५३६ एफिसी ६:५-६

५३७ कलस्सी ३:१८

५३८ कलस्सी ३:२०

५३९ १ पत्रुस २:१३

५४० १ पत्रुस ५:५

५४१ हिब्रू १३:१७

यी पदहरूले कसैलाई छोड्दैनन्! समर्पणताको अनुशासन सबैको लागि हो: "सेवकहरू," "दाजुभाइहरू," "एक अर्का," "पत्नीहरू," "बच्चाहरू," "आफ्नै लागि," "जवान मानिसहरू," "तिमीहरू सबै ।" धर्मशास्त्रले हामीलाई परमेश्वर, राजा र शासकहरू, आत्मिक अगुवाहरू, पतिहरू, आमाबाबु, मालिकहरू र एकअर्काको अधीनमा बस्न आह्वान गर्दछ ।

समर्पणता आज्ञाकारिताको एक कार्य हो ।

पावल भन्छन्, "यसकारण प्रशासकहरूका विरुद्धमा खड़ा हुनेले परमेश्वरबाट नियुक्त भएकाहरूको विरोध गर्छ, र जस-जसले विरोध गर्छन्, तिनीहरूले दण्डको आज्ञा पाउनेछन् ।"[५४२] अख्तियारको अधीनमा बस्नु पवित्र आत्माद्वारा आज्ञा गरिएको छ । सायद हामीले सिक्न सक्ने सबैभन्दा महान पाठ भनेको मात्र परमेश्वरले भन्नु भएको कारण समर्पण गर्न सिक्नुपर्छ । यो परमेश्वरको वचनमा समर्पणता हो ।

समर्पणता एउटा कार्य हो, तर एक चरित्र पनि हो ।

समर्पणमा केवल समर्पणको कार्य मात्र होइन, तर समर्पणताको चरित्र पनि समावेश हुन्छ । हामी मानिसहरूले सोधेको कुरा बाहिरी रूपमा गर्न सक्छौं, जबकि भित्री रूपमा तिनीहरूप्रतिको रिस वा रिस राखिरहेको हुनसक्छ । मलाई बदमास गर्ने सानो केटाको कथाको याद आयो । उसको आमाले उसलाई बस्न भनिन्, जुन उसले गर्यो । तर कसैले उसले यसो भनेको सुन्यो, "म बाहिरबाट बसि रहेको छु, तर म भित्र उभि रहेको छु!" हामी भित्री र बाहिर दुवैतिर समर्पण गर्ने मानिसहरू भएको परमेश्वर चाहनुहुन्छ!

परमेश्वरद्वारा नियुक्त अख्तियारको अधीनमा बस्नु विश्वासको कार्य हो ।

सबैभन्दा पहिले, यो त्यो कार्य हो जसले परमेश्वरको सार्वभौम छनौटहरूमा हाम्रो विश्वासको गवाही दिन्छ । पावलले हामीलाई "शासक अधिकारीहरूको अधीनमा बस्न आग्रह गर्छन् । परमेश्वरबाट आएको अधिकारबाहेक अरू कुनै अधिकार हुँदैन, जुन प्रशासकहरू छन् ती **परमेश्वरबाटै नियुक्त भएका हुन्** ।"[५४३] यदि हामी विश्वास गर्छौं कि परमेश्वर साँच्चै सार्वभौम हुनुहुन्छ र उहाँले नै नियुक्त गर्नुहुन्छ, को मेरो प्रशिक्षक वा पर्यवेक्षक हुने हो, मेरो आमाबाबु को हुने हो, मेरो पति को हुन्छ, वा पद कसले प्राप्त गर्छ, तब समर्पण उहाँको बुद्धिमा एउटा गवाही बन्छ ।

याद गर्नुहोस्, पावल क्रूर रोमी तानाशाहहरूको अधीनमा थिए; तर पनि उनले विद्रोहलाई उपयुक्त ठहराएनन् । परमेश्वर सार्वभौम हुनुहुन्छ भनी उनलाई थाह थियो । उनी भन्दा शताब्दीयौं अघि, परमेश्वरले नबूकदनेसरलाई दानिएल मार्फत भन्नुभएको थियो, "मानिसहरूका राज्यमाथि सर्वोच्चकै सर्वाधिकार छ र उहाँले इच्छा गर्नुभएको कसैलाई पनि ती राज्यहरू दिनुहुन्छ ।"[५४४] परमेश्वर सार्वभौम हुनुहुन्छ भन्ने विश्वास गर्नुहोस् ।

दोस्रो, समर्पण भनेको प्रायः हाम्रो नेताहरूको हृदय परिवर्तन गर्ने परमेश्वरको क्षमतामा भरोसा गर्ने कार्य हो । जब हामीलाई गरिएका निर्णयहरू मन पर्दैन, तर परिवर्तन गर्न सक्ने हामीसँग केही क्षमता हुँदैन, हामी प्रतिज्ञा दावीको प्रार्थना गर्छौं, "राजाको हृदय परमप्रभुको हातमा हुन्छ, खोलाको पानीँझै जता मन लाग्यो उतै उहाँले फर्काउनुहुन्छ ।"[५४५] मैले श्रीमतीहरूले गवाही

---

५४२ रोमी १३:२

५४३ रोमी १३:१, जोड थपियो ।

५४४ दानिएल ४:२५

५४५ हितोपदेश २१:१

दिएको सुनेको छु कि जब उनीहरूले आफ्ना पतिहरूसँग झगडा गर्न छोडे र उनीहरूका लागि प्रार्थना गर्न र उनीहरूलाई आदर देखाउन थाले, परमेश्वरले उनीहरूका पतिहरूको हृदय परिवर्तन गर्न थाल्नुभयो!

समर्पण आराधनाको एउटा कार्य बन्न सक्छ ।

ख्रीष्टलाई आफ्नो अधीनताको केन्द्रबिन्दु बनाउनुहोस्, त्यसपछि तपाई डरबाट मुक्त हुनुहुनेछ! यसरी पावलले एफिसीका मण्डलीलाई सल्लाह दिन्छन्: "पत्नीहरू..अधीनमा बस**... प्रभुको अधीनमा रहेजस्तै**"[५४६] "छोरा-छोरी हो... आज्ञापालन गर ... किनकि यस कुराले **प्रभुलाई** प्रसन्न तुल्याउँछ"[५४७] "कमारा हो... **ख्रीष्टलाई गरे** झैंआज्ञा पालन गर ।"[५४८] यो पावलले लेख्दै गर्दा कठिनाई के छ भनि उनलाई थाहा भएको जस्तो हो । उनलाई राम्ररी थाहा छ कि मानवीय नेताहरू प्रायः कत्तिको त्रुटिपूर्ण हुन्छन्, त्यसैले उनी भन्छन्, "नेतालाई तिनीहरूभन्दा माथिको सिद्ध नेतालाई हेर, र उहाँलाई जसले तिनीहरूलाई नियुक्त गर्नुभयो! यो उहाँको खातिर गर्नुहोस्! यो उहाँ प्रतिको श्रद्धामा गर्नुहोस्! त्रुटिपूर्ण शरीरिक नेताको अधीनमा समर्पण हुने कार्यलाई कहिल्यै नचुक्नुहुने वा गल्ती नगर्नेको आराधनाको कार्य बनाउनुहोस् ।" जब हामी ख्रीष्ट प्रतिको श्रद्धाको रूपमा समर्पण गर्छौं, पार्थिव अख्तियारमा हाम्रो समर्पण पनि आराधनाको कार्य हुन्छ ।

» हामीले पहिले पढेका पदहरूमा, "ख्रीष्टको रूपमा," "परमेश्वरको डरमा," "परमप्रभुको रूपमा," इत्यादिलाई बुझाउनका लागि अधिकांश आज्ञाहरू कसरी पालना गरिन्छन् भनेर ध्यान दिनुहोस् । यदि तपाईंले आफ्नो जीवनसाथी, तपाईंको मालिक, शिक्षक, वा पास्टरको सट्टा प्रभुलाई तपाईंको समर्पणको केन्द्रबिन्दु बनाउनुभयो भने तपाईंको समर्पण तर्फ तपाईंको चरित्र कसरी परिवर्तन हुनेछ जस्तो लाग्छ?

हामी सबैले नेताहरूको सेवा गर्नुपर्छ र कहिलेकाहीँ काम गर्न कठिन हुने खालका मानिसहरूको लागि काम पनि गर्नुपर्ने हुन्छ । स्वतन्त्रताको साँचो भनेको समर्पणतालाई आराधनाको कार्य बनाउनु; "येशू, तपाईंले मेरो जीवनमा नियुक्त गर्नुभएको यो नेता त्रुटिपूर्ण छ, तर म तपाईंको खातिर समर्पण गर्नेछु! म तिनीहरूका कमजोरीहरू देख्छु, तर म तिनीहरूका कमजोरीहरूलाई खुला आलोचना वा शान्त विद्रोहको बहानाको रूपमा प्रयोग गर्दिन । म नेता भन्दा माथि तपाईलाई हेर्नेछु, हे परमेश्वर, र तपाईले हाम्रो लागि बनाउनु भएको छनोटमा तपाईको बुद्धिको लागि तपाईलाई आराधना गर्नेछु । तपाईलाई थाहा छ मेरो, मेरो परिवार र मेरो देशको लागि के राम्रो छ भनेर । भविष्यमा तपाईको उद्देश्य के छ भन्ने कुरा तपाईलाई थाहा छ । त्यसैले म तपाईंको इच्छाको विरुद्धमा विद्रोह गर्दिन, तर तपाईंको सार्वभौम योजनामा समर्पित हुनेछु ।" भन्ने यो प्रार्थना

निस्सन्देह, यसको मतलब हामी निष्क्रिय बनौं; परिवर्तनको लागि हामी प्रार्थना नै नगरौं वा परिवर्तनको कामै नगरौं; वा हामीले न्यायको लागि आफ्नो भूमिका नै नगरौं; भन्ने होइन । तर यसको मतलब यो हो कि सबै प्रयासहरू यो विश्वासमा र निश्चयतामा आधारित छन् कि परमेश्वर हाम्रो जीवन र हाम्रो संसारको नियन्त्रणमा हुनुहुन्छ ।

पत्रुसले दासहरूका निम्ति यी शब्दहरू लेख्छन्: "कमारा हो, सम्पूर्ण आदरपूर्वक आफ्ना मालिकहरूका अधीनमा बस ... दयालु र भला हुनेहरूका अधीनमा मात्र होइन, तर निर्दयीहरू (अन्यायी, ESV) का अधीनमा पनि... ख्रीष्टले पनि तिमीहरूका निम्ति कष्ट भोग्नुभयो, अनि तिमीहरूका लागि एउटा उदाहरण छोडिजानुभयो, र तिमीहरू उहाँकै पाइलामा हिँड्नुपर्छ ।"[५४९] यी शब्दहरू आज सुन्न सजिलो छैन, तर हामीले तिनीहरूलाई सुन्नै पर्छ ।

---

५४६ एफिसी ५:२२, जोड थपियो ।

५४७ एफिसी ६:१, जोड थपियो ।

५४८ एफिसी ६:५, जोड थपियो ।

५४९ १ पत्रुस २:१८, २१, कोष्ठभित्र जोड थपिएको छ ।

धर्मशास्त्रले ख्रीष्टियानहरूमा एकआपस बिचको समर्पणता बारे सिकाउँछ ।

बाइबलले स्पष्ट रूपमा परमेश्वरद्वारा नियुक्त अख्तियारवालाहरूको अधीनताको कुरा गर्छ तर ख्रीष्टको शरीरको आत्माले भरिएको अंगको रूपमा एकअर्काप्रति आपसी समर्पणताको कुरा पनि गर्छ । अक्सर, जहाँ समर्पण सिकाइन्छ, यो केवल पत्नी र बच्चाहरूको लागि हो भनेर मात्र सल्लाह दिइन्छ । तर धर्मशास्त्रले प्रत्येक ख्रीष्टियानको आपसी समर्पणतालाई पनि जोड दिन्छ । " एक-अर्काको, अधीनमा रहेर **तिमीहरू सबैले** नम्रताको वस्त्र धारण गर ।"[५५०] एकअर्काको अधीनमा रहनु भनेको आफ्नो अधिकार प्रति झुक्न, एकअर्काको आवश्यकतालाई सम्बोधन गर्न, एकअर्काको विचार सुन्न, शान्ति र सद्भावको लागि त्याग गर्न, सिक्नु हो । यो कलेजका विद्यार्थीहरू, बच्चाहरू, पति/पत्नीहरू र चर्चका सदस्यहरूलाई सिक्नको लागि सबैभन्दा कठिन विषयहरू मध्ये एक हो । तर, यो सिकाईमा स्वतन्त्रता छ!

घर, चर्च र सरकारमा परमेश्वरद्वारा नियुक्त अगुवाहरूले रेखदेख गर्नुपर्छ तर "आफ्नो जिम्मामा रहेकाहरूमाथि प्रभुत्व जमाउने" हुनुहुँदैन ।[५५१] हामीले अख्तियारलाई चोट पुर्याउने साधनको रूपमा प्रयोग गर्नु हुँदैन तर मद्दतको लागि गर्नुपर्छ । सुसमाचारले ख्रीष्टको शरीरको हरेक अंगलाई उच्च र सम्मान गर्दछ, र त्यसकारण विभिन्न तरिकाहरू छन् जसद्वारा हामी सबै एक अर्काको अधीनमा बस्न सक्छौं । पत्नीहरू आफ्ना पतिहरूको अधीनमा हुन्छन्, तर पतिहरूले पनि आफ्ना पत्नीहरूलाई प्रेम गर्नुपर्छ र ख्रीष्टले जस्तै तिनीहरूको सेवा गर्नुपर्छ । चर्चका सदस्यहरूले चर्चका अगुवाहरूका अधीनमा बस्नुपर्छ, तर यी अगुवाहरू कहिल्यै पनि "तपाईंलाई सुम्पिएकाहरूमाथि प्रभुत्व जमाउन होइन तर बगालको लागि उदाहरण बन्न" का लागि हो ।[५५२] जब प्रत्येक ख्रीष्टियानले नम्रताको वस्त्र धारण गरेका हुन्छन्, शरीरमा परमेश्वरले दिनुभएको आफ्नो स्थानलाई स्वीकार गर्दै र आनन्दसाथ एकअर्काको सेवा गर्छन्, तब समर्पण एउटा आशिषित अनुभव हुनेछ । जब ख्रीष्टियनहरू प्रेमले भरिएका हुन्छन् र नम्रताको वस्त्र पहिरिएका हुन्छन् भने अधीनता स्वस्थ रहन्छ ।

अख्तियारको अधीनमा बस्नु आत्मिक परिपक्वताको लागि महत्त्वपूर्ण छ ।

कुनै पनि व्यक्ति कहिल्यै ख्रीष्टको स्वरूपमा बनिनेछैन जबसम्म उसले अधिकारको अधीनमा बस्न सक्दैन वा आफ्नो चाहना, इच्छा र विचारहरूलाई अर्कोको अधीनमा राख्न सक्दैन । हामीले पछ्याउन नसिके सम्म हामी कहिल्यै नेतृत्व गर्न सक्दैनौं । जबसम्म हामीले आदेशहरू पालन गर्न सिक्दैनौं तबसम्म हाम्रो आज्ञामा कहिल्यै भरोसा गरिने छैन ।

एकअर्काप्रति झुक्नु र हाम्रा अधिकारहरूलाई बिसाउन नसक्नाले घर, विद्यालय, कार्यस्थल, समाज र स्थानीय चर्चमा धेरै द्वन्द्वहरूको मूल कारण बन्न जान्छ । अख्तियारको अधीनमा बस्नु भनेको हाम्रो रक्षा गर्ने, हाम्रो उन्नति गर्ने, हामीलाई एकताबद्ध गर्ने, र हामीलाई ख्रीष्टमा निर्माण गर्ने परमेश्वरको तरिका हो ।

फिलिपिन्समा शिक्षकको रूपमा एक सोमबार बिहान मैले महसुस गरेको निराशा र क्रोधलाई म कहिल्यै बिर्सने छैन । केही दिन अघि, मैले हाम्रा स्नातक हुनै लागेका सेवकाई संकायका विद्यार्थीहरूलाई एउटा सरल तर महत्त्वपूर्ण, अन्तिम कार्य दिएको थिएँ । मैले यो स्पष्ट गरेको थिएँ कि यो कार्य सोमबार बिहान सम्म गरि सक्नु पर्ने छ, जहाँ प्रत्येक विद्यार्थी उपस्थित हुनुपर्छ, र यो कार्य स्नातक हुनको लागि आवश्यक थियो । म छक्क परेँ जब म कक्षामा आइपुगेँ, मैले देखें कि हाम्रा तीन जना स्नातक हुन लागेका सेवकाई संकायका विद्यार्थीहरूले कक्षा र गर्नु पर्ने कार्य छोड्ने छनौट गरे । मैले बुझें कि तिनीहरूको अनुपस्थितिको कारण त तिनीहरूलाई गर्न दिइएको कार्य मूर्ख कार्य हो भन्ने विश्वास जनाउनलाई गरिएको एउटा विरोध रहेछ ।

---

५५० १ पत्रुस ५:५, जोड थपियो ।

५५१ १ पत्रुस ५:२-३

५५२ इबिड ।

मैले कक्षाबाट निस्के, पुरुषहरूको छात्रावासमा गएँ, र यी तीन विद्यार्थीहरूलाई तिनीहरूको एउटा कोठामा हाँसि रहेको र राम्रो समय बिताइ रहेको पाएँ। उनीहरूले आफूलाई चतुर ठाने। तिनीहरूले सोँचेका थिए कि तिनीहरूले कुनै परिणाम बिना जे पनि गर्न सक्छन्। तिनीहरूले दिईएको कार्यलाई महत्वहीन ठाने, र तिनीहरूले यो गर्नु पर्दैन भन्ने सोँचेका थिए। तिनीहरूले अन्यथा सिके! म तिनीहरूसँग धेरै कठोर भएँ किनभने मलाई के थाहा थियो भने तिनीहरूले गोठालोलाई पछ्याउन नसिके सम्म परमेश्वरको बगालको नेतृत्व गर्न योग्य हुनेछैनन्। तीनै जना युवाहरू मेरो अनुशासनको अधीनमा बसे, र वर्षौंपछि तिनीहरूले मलाई धन्यवाद दिए। ती युवाहरूमध्ये दुई जना आज पास्टर छन्।

समर्पणताको सीमा—कति बेला समर्पणता विनाशकारी बन्छ?

यस्ता समयहरू पनि छन् जब समर्पणता विनाशकारी हुन्छ र अस्वीकार गर्न आवश्यक पनि पर्नसक्छ। छलफलको लागि यहाँ केहि दिशानिर्देशहरू छन्:

१. समर्पणता तब विनाशकारी बन्छ जब यसले धेरै माग गर्छ र दुर्व्यवहारपूर्ण हुन्छ।

पत्नीहरूले दुर्व्यवहार गर्ने पतिहरूबाट आफूलाई हटाएर सहयोग लिनुपर्छ। ख्रीष्टियानहरू अन्धो वफादारी र विवेकहीन अधीनताको माग गर्ने अगुवाहरूबाट टाढै रहनुपर्छ। "म जे भन्छु त्यही गर र प्रश्न नगर!" यो शोषणको भाषा हो, विशेष गरी वयस्कसँग बोल्दा। यस प्रकारको दुर्व्यवहारबाट आज धेरै घाइते भएका छन्। समर्पणताको मतलब यो होइन कि हामीले कहिल्यै हाम्रो विचार व्यक्त गर्न पाउँदैनौं, समस्याहरूको सामना गर्न पाउँदैनौं, वा विवादास्पद मुद्दाहरू उठाउन पाउँदैनौं। यो सब हामी सम्मानजनक समर्पणताको भावना लिएर गर्न सक्छौं।

समर्पण, प्रेम जस्तै, एक उपहार हो जुन हामीले ख्रीष्टको लागि एक अर्कालाई दिन्छौं। त्यो कमजोर अगुवा हो जसले समर्पणताको माग गर्नुपर्छ। जब हाम्रो अख्तियार परमेश्वरबाट आउँछ, हामीले यसको माग गरिरहनु पर्दैन। परमेश्वरले आफ्ना अगुवाहरूको रक्षा गर्नुहुनेछ। परमेश्वरले तिनीहरूको युद्ध लड्नुहुनेछ। परमेश्वरले तिनीहरूलाई अरूले स्वेच्छाले पछ्याउने आत्मिक अख्तियार दिनुहुनेछ।

हारून र मिरियमले परमेश्वरले नम्र अगुवाको रक्षा गर्नु हुँदो रहेछ भन्ने कठिन पाठ सिके। तिनीहरूले मोशाको परिवारमा देखेका त्रुटिहरूको कारणले गर्दा मोशाको नेतृत्वको विरुद्धमा विद्रोह गर्न हुन्छ भन्ने सोँचे।[५५३] तिनीहरूको विद्रोह मोशाको पत्नीलाई घृणा गर्ने कुराबाट शुरू भएर र मोशाको अख्तियारमा प्रश्न गराईसम्म पुग्यो: "के परमप्रभुले केवल मोशाद्वारा मात्र कुरा गर्नुभएको छ र? के उहाँले हामीद्वारा पनि कुरा गर्नुभएको छैन र?" मोशाले यस समस्यालाई चुपचापै बसेर र परमेश्वरलाई सम्हाल्न दिएर हल गरे।[५५४]

२. समर्पण विनाशकारी हुन्छ जब यो कसैको पापको आवरण बन्छ।

पावलले प्रेरित १६:३७ मा, आदेश पालन गर्न अस्वीकार गरे किनभने यो पाप ढाक्नको लागि डिजाइन गरिएको थियो। यदि कुनै अख्तियारले हामीले तिनीहरूको पाप ढाक्न वा तिनीहरूको पापमा भाग लिन माग गर्छ भने, हामीसँग समर्पण अस्वीकार गर्ने अधिकार र दायित्व छ।

---

५५३ गन्ती १२:१-२

५५४ गन्ती १२:३

३. समर्पण विनाशकारी हुन्छ जब यसले हामीलाई परमेश्वरको वचन उल्लङ्घन गर्न लगाउँछ ।

जब महासभाका अधिकारीहरूले पत्रुस र यूहन्नालाई येशूको नाममा सिकाउन वा बोल्न बन्द गर भनि आग्रह गरे, तिनीहरूले यसरि आदरपूर्वक जवाफ दिए, "परमेश्वरको कुरा सुन्नुभन्दा तपाईंहरूको कुरा सुन्नु परमेश्वरको दृष्टिमा ठीक हो कि होइन तपाईंहरू आफै विचार गर्नुहोस् । किनकि हामीले देखेका र सुनेका कुराहरू हामी नबोली सक्दैसक्दैनौं ।"[५५५]

समर्पणको सीमाहरू निर्धारण गर्न सधैं सजिलो हुँदैन ।

यस विषयमा सिकाउन सधैं गाह्रो हुन्छ किनभने यसले मानव सम्बन्धहरू समावेश गर्दछ, र सम्बन्धहरूलाई पापद्वारा जटिल बनाइदिन्छ । राष्ट्रपतिहरू, तानाशाहहरू, निर्देशकहरू, पतिहरू, प्रबन्धकहरू, आदी सहित मानिसहरू सबैमा त्रुटिहरू हुन्छन् । के भ्रष्ट भएर पनि नागरिक आफ्नो सरकारको अधीनमा बस्नै पर्छ? के सम्मान योग्य नभए पनि कर्मचारीले आफ्नो मालिकलाई सम्मानपूर्वक व्यवहार गर्नैपर्छ? रिचर्ड फोस्टरले हामीलाई यहाँ एक धेरै बुद्धिमानी शब्द दिन्छन्:

> कहिलेकाहीँ समर्पणको सीमा निर्धारण गर्न सजिलो हुन्छ । एउटी पत्नीलाई बच्चालाई अनुचित रूपमा सजाय दिन भनिएको छ । एक बच्चालाई अवैध काममा वयस्कलाई मद्दत गर्न भनिएको छ । एक नागरिकलाई राज्य (सरकार) को लागि शास्त्र र विवेकको आदेश उल्लङ्घन गर्न भनिएको छ । यी प्रत्येक अवस्थामा, चेलाले घमण्डमा होइन, तर नम्रता र अधीनताकोक भावनामा, यसलाई इन्कार गर्दछ ।
>
> प्रायः समर्पणताको सीमा परिभाषित गर्न धेरै गाह्रो हुन्छ । पति वा पत्नीको करियरको कारणले व्यक्तिगत सन्तुष्टिमा बाधा भएको महसुस गर्ने विवाहित जोडीको बारेमा के हुन्छ? के यो आफैलाई इन्कार गर्ने कुराको सहि रूप हो, वा यो विनाशकारी हो? विद्यार्थीलाई अन्यायपूर्ण ग्रेड दिने शिक्षकलाई के भन्नहुन्छ? विद्यार्थी अधीनमा बस्छ वा विरोध गर्छ? पक्षपातका आधारमा आफ्ना कर्मचारीलाई बढुवा गर्ने रोजगारदातालाई के भन्नुहुन्छ? आफ्नो परिवारको भलाईको लागि खाँचो परेको तलब वृद्धिलाई रोकि दिँदा, उक्त कर्मचारीले के गर्छ?
>
> यी जटिल प्रश्नहरू हुन् किनभने मानव सम्बन्धहरू जटिल छन् । यी ति प्रश्नहरू हुन् जसको सरल जवाफहरू पाउन सकिन्न । समर्पणको कानून जस्तो कुनै चीज छैन जसले प्रत्येक अवस्थालाई समेट्छ । हामीले ति सबै कानूनहरुको शंका गर्नुपर्छ जसले हरेक परिस्थितिलाई सम्हाल्ने दावी गर्छ…
>
> समर्पणको सीमाहरू परिभाषित गर्दा, हामी पवित्र आत्मामा गहिरो [मा राखिएको] निर्भरतामा हुन्छौं ।[५५६]

» समर्पणको यी सीमाहरू छलफल गर्न केही समय लिनुहोस् । शायद अन्धभक्तियुक्त समर्पणताका खतराहरूका विषयमा तपाईंले थप्न चाहेका कुराहरू वा गवाहीहरूमा सीमाहरू हुनसक्छन् ।

---

५५५ प्रेरित ४:१९ख-२०

५५६ रिचर्ड फोस्टर, *सेलेब्रेसन अफ डिसिप्लीन* (न्यूयोर्क: हार्परकोलिन्स, १९९८), १२१

समर्पणता अभ्यासको लागि व्यावहारिक सल्लाह

१. यदि तपाईं कलेजको एक विद्यार्थी हुनुहुन्छ वा सेवकाई वा कम्पनीको लागि काम गर्नुहुन्छ भने, त्यहाँ सधैं संस्थागत नीतिहरू र नियमहरू हुन्छन् । तिनीहरूको पालना गर्ने अभ्यास गर्नुहोस् । बहानाहरू खोज्न छोड्नुहोस् ।

२. अख्तियारप्रति थप आज्ञाकारी चरित्र कसरी विकास गर्ने भनेर पवित्र आत्मालाई सिकाउनको सोध्नुहोस् ।

३. आफ्नो अधिकारको माग गर्नुको सट्टा आफ्नो वरपरका मानिसहरूलाई समर्पण गर्न सिक्नुहोस् ।

४. साना आदेशहरू प्रति आफैलाई समर्पण गर्न तालिम दिनुहोस्: "छुट्टै राख्नुहोस्," "फोहोर नगर्नुहोस्," आदि ।

"सेवाको अनुशासनले हामीलाई विश्वको प्रचार र अधिकारको खेलहरूमा 'होइन!' भन्नका लागि सक्षम गर्छ ।"

रिचर्ड फोस्टर

५. यस पाठमा समर्पण सम्बन्धि पदहरू समीक्षा गर्नुहोस् र तिनीहरूलाई आफ्नो जीवनमा कसरी लागू गर्ने भनेर जान्न मद्दतको लागि प्रभुलाई सोध्नुहोस् ।

सेवाको आत्मिक अनुशासन

> उहाँले तिनीहरूलाई भन्नुभयो, "अन्यजातिका राजाहरूले तिनीहरूमाथि प्रभुत्व गर्छन्.... तर तिमीहरूचाहिँ यस्तो नहोओ । तिमीहरूमध्ये जो ठूलो छ, त्यो सानो बनोस्, र अगुवा हुनेले चाहिँ सेवा गरोस् ।"[५५७]

सेवाको अनुशासनले हामीलाई अझ गहिरो, ख्रीष्टजस्तै नम्रतामा तालिम दिनेछ । पास्टरहरू, शिक्षकहरू, सङ्गीतकारहरू, र विश्वव्यापी चर्चमा साधारण ईसाईहरू बीच, ईर्ष्या मानव हृदयमा जरा गाडेको सबैभन्दा विषालु पापहरू मध्ये एक हो । धेरै पटक हामी त्यहाँ यसको घातक उपस्थिति बारे अनजान छौं । तपाईलाई आफूले पाउने सौँचेको जस्तो पहिचान र सम्मान नहुँदा के तपाईं कहिल्यैलाई चित्त दुखेको छ? तपाईंले गरेको कामको श्रेय अरूले पाउँदा के तपाईं रिसाउनुहुन्छ? के तपाईंलाई अरूको सफलतामा रमाउन गाह्रो लाग्छ? अरू असफल हुँदा के तपाईं गोप्य रूपमा खुसी हुनुहुन्छ? अरूले प्रशंसा गर्दा के तपाईं असुरक्षित महसुस गर्नुहुन्छ? जब अरूले देखाउँछन्, के तपाईंले यो भन्दा राम्रो गर्न सक्थें भन्ने गोप्य विचारहरू गर्नुहुन्छ? सेवाको अनुशासनले हामीलाई येशूमा फर्काई लैजान्छ, जो नम्र मनको सेवकको सिद्ध नमूना हुनुहुन्छ ।

हामी सबैलाई केही हदसम्म यी तरिकाहरूमा परीक्षामा परेका थियौं । हामी अरूले पाएको राम्रो जीवनलाई ईर्ष्या गर्ने परीक्षामा परेका छौं । हामी पद, उपहार, नाम पहिचान, कपडा, जीवनसाथी, मण्डली, र अरूको जीवनशैलीको लोभ गर्ने परीक्षामा परेका छौं । प्रख्यात बन्ने प्रतिस्पर्धात्मक होडबाजीलाई केवल पेन्तिकोस द्वारा, पवित्र आत्माको भस्म पार्ने आगोले हाम्रो यो चरित्रलाई जलाउन सकिन्छ ।[५५८] तर पेन्तिकोस पछि पनि, हामीले ख्रीष्टको विनम्र, नम्र मन - एक सेवकको मन रोप्नुपर्छ ।

---

५५७ लूका २२:२५-२६

५५८ मत्ती ३:११-१२

सेवाको अनुशासन परिभाषित गर्दै

सेवाको अनुशासन भनेको जीवनको हरेक मौसममा सेवकको मन र कर्मको विकास गर्नु हो । र येशूले सेवक के हो भनेर परिभाषित गर्नुहुन्छ । उहाँ अरूभन्दा ठूलो हुनुहुन्थ्यो, अरू जो कोहि भन्दा उहाँले धेरै दिनु भयो, र आफूलाई अरूभन्दा होँच्याउनु भयो ।

» सँगै मिलेर फिलिप्पी २:५-११ पढ्नुहोस् ।

फिलिप्पीहरूले हामीलाई सिकाउँछन् कि सेवकको जीवन सेवकको मनबाट सुरु हुन्छ ।

१. एक सेवक चिनिने भनेको उसको नम्रता हो, तर आफ्नै प्रचार बाट होइन ।

येशू "परमेश्वरको रूप" मा अस्तित्वमा हुनुहुन्थ्यो (पद ६) । येशूमा "ईश्वरत्त्वका अत्यावश्यक गुणहरू" थिए ।[५५९] हिब्रूको पुस्तकले भन्छ, "उहाँ नै परमेश्वरका महिमाको प्रतिबिम्ब र परमेश्वरकै स्वभावको वास्तविक प्रतिरूप हुनुहुन्छ ।"[५६०] येशूले भन्नुभयो, "म र मेरो पिता एक हौं ।"[५६१] र "यदि तिमीले मलाई देख्यौ भने तिमीले पितालाई देखेका छौ... म पितामा छु र पिता ममा छु भनी के तिमीहरू विश्वास गर्दैनौ?"[५६२]

तर येशूले "परमेश्वरसँगको बराबरी हुनेकुरालाई पक्रि राख्ने वस्तु" ठान्नुभएन (पद ६) ।[५६३] सबै जो परमेश्वर हुनुहुन्छ, येशू त्यो हुनुहुन्छ; तर पनि उहाँ त्यसमा टाँसि रहनु भएन । हरेक अर्थमा, येशू परमेश्वरसँग बराबर हुनुहुन्थ्यो । उहाँले अझ आफ्नो लागि यो समानता दावी गर्नुभयो, र यसका लागि यहूदीहरूले उहाँलाई घृणा गरे: "तिमी मानिस भएर पनि आफैलाई परमेश्वर तुल्याउँछौ"[५६४] र थोमाले उहाँलाई दण्डवत गरे: "मेरो प्रभु र मेरो परमेश्वर ।"[५६५] हिब्रू लेखकले येशूलाई परमेश्वरको स्वभावको वास्तविक प्रतिरूप [५६६] भनेर वर्णन गरेका छन्, जुन शब्द काठमा खोप्न, धातुमा खोप्नको लागि, लुगामा छाप्न, माटोमा बुट्टा छाप्न र सिक्कामा छाप लगाउन प्रयोग गरिन्छ । येशू परमेश्वर शरीरले बनिनु भएको हुनुहुन्छ!

> **"जब परमेश्वरले कसले श्रेय पाउँछ भन्ने वास्ता नगर्ने पुरुष वा महिला भेट्टाउनुहुन्छ तब उहाँले गर्ने कार्यमा कुनै सीमितता हुँदैन, जबसम्म परमेश्वरले महिमा पाउनुहुन्छ!"**
>
> **अज्ञात**

येशुले "आफैलाई रित्त्याउनु भयो" (पद ७) । "रित्त्याउनु भयो" भन्ने शब्दहरू ग्रीक शब्द केनोसिस बाट आएको *हो*, जसको अनुवाद "आफैलाई खाली गर्ने," वा "त्याग्नु भयो" भन्ने हुन्छ । यसको मतलब यो हो कि यद्यपि येशू ख्रीष्टले आफ्नो ईश्वरत्त्वलाई कहिल्यै त्याग्नु भएन,

---

५५९ *पुल्पिट कमेन्टरी*

५६० हिब्रू १:३, *ईङ्ग्लिश स्ट्याण्डर्ड भर्जन*; पनि हेर्नुहोस् कलस्सी १:१५ ।

५६१ यूहन्ना १०:३०

५६२ यूहन्ना १४:९-१०

५६३ *ईङ्ग्लिश स्ट्याण्डर्ड भर्जन*

५६४ यूहन्ना ५:१८

५६५ यूहन्ना २०:२८

५६६ हिब्रू १:३, *ईङ्ग्लिश स्ट्याण्डर्ड भर्जन*

तापनि केही समयको लागि उहाँले आफ्नो ईश्वरीय स्वभावको अधिकार र विशेषाधिकारहरूलाई अलग राख्नुभयो। यद्यपि येशू ख्रीष्टले आफ्नो ईश्वरत्त्वलाई कहिल्यै त्याग्नु भएन, केही समयको लागि उहाँले आफ्नो शाही वस्त्र फुकाल्न र मानवताको वस्त्र लगाउन रोज्नुभयो। जोन वेस्ली भन्छन्, **"उहाँ भरिपूर्ण भएर पनि,[५६७] उहाँ खाली भएको जस्तो देखिनु भयो; किनभने उहाँले मानिस र स्वर्गदूतहरूको दृष्टिबाट आफ्नो पूर्णतालाई ढाक्नु भयो।"**

येशूको सार र पहिचान कहिल्यै परिवर्तन हुनेछैन; तर छुटकाराको उद्देश्यका लागि, उहाँ कमजोर र असहाय बन्न र साधारण, सामान्य र कम सुविधा प्राप्त व्यक्ति बन्न आफ्नो भेदभाव र सम्मान र प्रतिष्ठालाई पन्छाउन इच्छुक हुनुभयो। यहाँ एक सेवकको हृदय र हाम्रो लागि अनुसरण गर्न उदाहरण छ।

जब म हाम्रा प्रभुले त्याग्नु भएको कुरालाई विचार गर्छु, म ती कुराहरूको मूर्खता देख्न बाध्य हुन्छु जससँग म टाँसि रहेको थिएँ र तिनलाई मेरो अधिकार भनेर रक्षा गरेको थिएँ। के हामी अक्सर सही काम गर्नु भन्दा पनि बढि मानिसहरूले हाम्रो बारेमा - हाम्रो प्रतिष्ठाको बारेमा के सोच्छन् वा राम्रो महसुस गर्छु कि गर्दिन भन्ने बारे बढी चिन्तित हुँदैनौं र? तिमीहरूमा यस्तो मन होस्, जो ख्रीष्ट येशूमा पनि थियो। येशूको जस्तो सोच्ने तरिका हरेक रूपमा स्वार्थी महत्वाकांक्षाको लागि एउटा कडा हप्की हो।

२. एक साँचो सेवक आफ्नो मालिकको इच्छामा पूर्ण समर्पणद्वारा चिनिन्छ।

येशूले "कमाराको रूप" लिनुभयो (पद ७)। कमारा बन्नु भनेको जीवनको निम्न स्तरमा हुनु थियो। कमारा आफ्नो मालिकको इच्छाको लागि मात्र बाँच्दछ।

जब येशू संसारमा प्रवेश गर्नुभयो, उहाँले आफ्नो इच्छालाई आफ्नो पिताको इच्छामा समर्पण गर्नुभयो र नम्र निर्भरताको जीवन बिताउन रोज्नुभयो। उहाँले व्यक्तिगत पदोन्नति वा कति कमाउने भन्ने बारे सौँच्नु भएन। कमाराको मानसिकता एक भण्डारेको जस्तै हो जसको सफलता मालिकलाई खुशी पार्ने कुराहरूमा दिने ध्यानमा पाइन्छ।

केही वर्षअघि हाम्रो सात वर्षीय छोरा तिमोथीको सौँचाइको तरिकालाई ध्यान दिनुहोस्। केहि समयको लागि घरबाट केही बेर जानु पर्दा मैले भनैं, "छोरा, बाबा एक दुई घण्टामा फर्किनुहुन्छ ल, म फर्कँदा तिम्रो सुत्ने कोठा सफा हुनुपर्छ।" "ठीक छ, बाबा!" उसले खुसीसाथ भन्यो। जब म फर्किएँ, उसले मलाई ठूलो मुस्कानका साथ भेट्यो र भन्यो, "हेर्नुहोस्, बाबा, मैले सिङ्कमा सबै भाँडाहरू धोएँ!" "ओह, यो साँच्चै राम्रो छ," मैले जवाफ दिए। "तिमीले आफ्नो कोठा पनि सफा गरेका छौ?" अब उसको टाउको झुक्यो, र मुस्कान गायब भयो। "अँ... छैन बाबा।" "त्यसो भए तिमीलाई अवज्ञाको नतिजा थाहा छ," मैले उदास हुँदै भनें। र मैले मेरो छोरालाई सच्याएँ किनभने उसले आज्ञाकारिताको आफ्नै मार्ग रोजेको थियो, उसको तथाकथित "बलिदान" विद्रोहको स्वार्थी कार्य भन्दा कम थिएन भनि मैले बताएँ। अरूले उनको कार्यको प्रशंसा गरेको हुन सक्छ, तर मलाई राम्रोसँग थाहा थियो। यस कथाले हामीलाई स्मरण गराउँछ कि हाम्रो आफ्नै स्वार्थी कार्यमा सबैभन्दा बहादूरी युक्त लगनशीलता पनि परमेश्वरको विरुद्धको विद्रोह हुन्छ। नोकरले आफ्नो मालिकको इच्छा पूरा गर्छ।

३. एक साँचो सेवक आफूलाई सेवा गर्न बोलाइएकाहरूको कमजोरीहरू बाँड्न इच्छुक हुन्छ।

पावलले सिकाउँछन् कि येशू "मानिसको स्वरूपमा" र "मानिसको रूपमा" आउनुभयो (पद ७-८)। यसको अर्थ येशूले मानवताका सबै आवश्यक गुणहरू धारण गर्नुभयो। ख्रीष्टमा, परमेश्वरले उहाँको अनन्त महिमाबाट झुक्नुभयो, हामी जस्तै देखिन, हाम्रो

---

५६७ यूहन्ना १:१४

पीडा अनुभव गर्न, हामी जस्तै कष्ट भोग्न र हामी जस्तै परीक्षामा पर्न । उहाँले किन यस्तो गर्नुभयो? प्रेमको कारण![५६८] हाम्रो विकल्प बन्न! हाम्रा कमजोरीहरूलाई सहानुभूति दिन:

- "किनकि छोरा-छोरीहरू मासु र रगतका सहभागी भएका हुनाले उहाँले पनि त्यही स्वभाव लिनुभयो, ताकि मृत्युद्वारा नै मृत्युको शक्ति भएकोलाई, अर्थात्‌दियाबलसलाई उहाँले नष्ट गरून्‌ ।"[५६९]
- "यसैकारण हरेक कुरामा उहाँ आफ्नै भाइहरूजस्तै बनाइनुपर्यो, र मानिसहरूका पापको प्रायश्चित गर्नलाई परमेश्वरको सेवामा उहाँ कृपालु र विश्वस्त प्रधान पूजाहारी बन्नुभयो ।"[५७०]
- "किनकि हाम्रा प्रधान पूजाहारी हाम्रो दुर्बलतामा हामीसँग सहानुभूति देखाउन नसक्ने हुनुहुन्न । तर हामीजस्तै उहाँ सबै कुरामा परीक्षित हुनुभयो, र पनि पापरहित हुनुहुन्थ्यो ।"[५७१]

येशूमा, परमेश्वर पूर्ण रूपमा मानिस बन्नुभयो । र ख्रीष्टको मन भनेको अरूको खातिर गरिबी, भोक, तिर्खा, घरबारविहीनता, थकान, क्रोध, उदासी, शारीरिक पीडा, विश्वासघात, र भावनात्मक निराशामा पनि साझेदारी गर्न इच्छुक हुनु हो । गेतसमनी बगैंचामा, येशू मृत्युको मुखमा पुगेजस्तै गरि दुःखित हुनुभयो ताकि हामीले उद्धारको अनुभव गर्न सकौं ।[५७२] उहाँले हाम्रो गाली, तिरस्कार, घृणा, क्रोध र घमण्डलाई लिनुभयो । र अझै पनि उहाँ अहिलेसम्म बाँचे मध्ये सबैभन्दा आनन्दित मानिस हुनुहुन्थ्यो ।[५७३] दासत्वपन भनेको यस्तै देखिन्छ । र हामीसँग यस्तै मन हुनुपर्छ । के यो सम्भव छ त?

अनुशासन र अनुग्रह-सक्षम गरिएको मानव प्रयास मार्फत ख्रीष्ट-जस्तै सेवकपन

ख्रीष्टको नम्रता धेरै गहिरो, यति विशाल थियो; तर हामी स्वार्थले परीक्षामा परेका छौं । हामीलाई सेवा गर्न बोलाइएकाहरू खाँचोमा परेकाहरू मात्र होइनन्, तर प्रायः स्वार्थी, असभ्य र अकृतज्ञ हुन्छन्, र कहिलेकाहीं हाम्रो थकान र एक्लोपनको आवश्यकताको लागि धेरै कम चासो देखाउँछन् । हाम्रो बारम्बार आलोचना हुन्छ । हाम्रो वार्तालापहरू प्रायः रुकावट गरिन्छ र हाम्रो मनोरञ्जनको समय तिनीहरूको माग र आपतकालिन परिस्थितिहरूले छोट्याइ दिन्छ । ख्रीष्टको मन बिना, हामीले उहाँको हृदयको कोमलता र स्वभावको प्रफुल्लता गुमाउनेछौं; र हाम्रा सेवकाईहरू नम्रता भन्दा चिडचिडापनले बढी चिनिदै जानेछन् । त्यसोभए हामीले यो मन कसरी प्राप्त गर्ने?

१. सेवकको मन अनुशासनद्वारा विकसित हुन्छ ।

पावलले फिलिप्पी २:५ मा भन्छन् कि हामीले ख्रीष्टको मन धारण गर्नुपर्छ । यसको मतलब हामीले ख्रीष्टको चरित्र र मनसाय छनोट गर्नुपर्छ । दैनिक जीवनमा, यसका सबै चुनौतिहरूको साथमा, हामीले आफ्नो भन्दा येशूको बाटो रोज्नुपर्छ!

---

५६८ यूहन्ना ३:१६

५६९ हिब्रू २:१४

५७० हिब्रू २:१७

५७१ हिब्रू ४:१५

५७२ मत्ती २६:३८

५७३ भजनसंग्रह ४५:७

२. सेवकको मनलाई नम्रतापूर्वक ग्रहण गरिनुपर्छ

हामीआफैले सेवकको मन सृजना गर्न सक्दैनौं। हामीले पवित्र आत्मालाई हामीमा अझ धेरै भन्दा धेरै बढ्‌न दिनुपर्छ। किनकि ख्रीष्टले अब उहाँको पवित्र आत्माद्वारा हामीमा बास गर्नुहुन्छ, हरेक विश्वासीसँग ख्रीष्टको मन पहिले नै हुन्छ भन्ने एउटा भावना छ; तर हामीले यसलाई स्वीकार गर्नैपर्छ। हामीले यसलाई अनुग्रहद्वारा प्राप्त गर्न रोज्नु पर्छ।

कसरी स्व-धर्मीपनको सेवालाई सच्चा सेवाबाट छुट्ट्याउने[५७४]

स्व-धर्मीपनको सेवा	सच्चा सेवा
मानवीय प्रयासबाट आउँछ।	यो परमेश्वरसँगको हाम्रो सम्बन्धबाट बगि निस्कन्छ।
ठूलो कुराबाट प्रभावित हुन्छ।	ठूला र सानामा भेद गर्दैन।
बाह्य पुरस्कार चाहिन्छ।	नदेखिँदा पनि सन्तुष्ट हुन्छ।
नतिजाको बारेमा धेरै चिन्तित हुन्छ।	परिणाम गन्ति गरिरहन आवश्यक ठान्दैन।
कसलाई सेवा गर्ने भनि छान्दछ।	जोसुकैको पनि सेवा गर्छ।
भावहरू द्वारा प्रभावित हुन्छ।	कठिन हुँदा पनि आवश्यकताहरू पूरा गर्न आफैलाई अनुशासित गर्छ।
यो अस्थायी छ।	यो एउटा जीवनशैली हो।
असंवेदनशील हुन्छ, नचाहेको बेला पनि सेवा गर्न जिद्दी गर्दै।	यदि आवश्यक भएमा यसले सेवा रोक्न सक्छ।
ख्रीष्टको शरीर भाँचिदिन्छ।	ख्रीष्टको शरीर भित्र एकता निर्माण गर्दछ।

सेवकहरूको इनाम

मैले फिलिपिन्समा सेवा गर्ने सुअवसर पाएका बखत त्यहाँका पास्टरहरूलाई केही वर्षअघि लेखेको हृदयस्पर्शी पत्रको साथ म यो पाठ समाप्त गर्छु। यस पत्रले धेरै वर्षहरूमा हामीले देखेका सेवाका धेरै कार्यहरूलाई चिन्हित गर्दछ, ख्रीष्टियानहरूले एकअर्काको सेवा गर्न सक्ने धेरै तरिकाहरू देखाउँदछ, र हाम्रो सेवाको इनाम पाउने दिन तर्फ हेर्दछ।

> प्रिय भाइहरु,
>
> तपाईंहरू मध्ये धेरै पास्टरहरू र कामदारहरूले हाम्रो परिवारमा ख्रीष्टको मनलाई सुन्दर रूपमा उदाहरण दिनुभएको छ, र हामीले तपाईंको विश्वासद्वारा अविश्वसनीय आत्मिक पाठहरू सिकेका छौं।

---

५७४ रिचर्ड फोस्टरबाट अनुकूलित, *सेलेब्रेसन अफ डिसिप्लीन* (न्यूयोर्क: हार्परकोलिन्स, १९९८), १२८-१२९

जब तपाईंले धैर्यता र प्रेमिलो रूपमा असक्षम बच्चाको हेरचाह गर्नुभयो जसले तपाईंलाई कहिल्यै धन्यवाद दिन सक्दैन, लामो समयदेखिको बिरामी जीवनसाथीको हेरचाह गर्नुभयो जबसम्म परमेश्वरले उहाँलाई निको पार्ने चमत्कार नगरेसम्म, तपाईंलाई चोट पुर्‍याएको मण्डलीको सेवा गर्न फर्किनु भयो, र परमेश्वरलाई तपाईंको घमण्ड तोड्न र त्यसपछि तपाईंलाई आत्मिक अख्तियारको ठाउँमा उचाल्न दिनुभयो, तपाईंले ख्रीष्टको मन देखाउनु भयो।

जब तपाईंले खराबीको बद्‌ला भलाई दिनुभयो, थोरै मान्यता वा प्रशंसाको साथ विश्वासयोग्यो साथ परिश्रम गर्नुभयो, विधवाहरू र तपाईंको बीचमा भएका गरिबहरूको हेरचाह गर्नुभयो, कुनै साथीको स्याहारपूर्ण प्रेम र सहयोग बिना खुशीसाथ प्रभुको सेवा गर्नुभयो, विगतका गल्तीहरूले तपाईंलाई नम्र बनाउन अनुमति दिनुभयो र आज तपाईं प्रार्थना र अभिषेक गर्ने व्यक्ति हुन दिनुभयो, तपाईंले ख्रीष्टको मनलाई प्रदर्शन गर्नुभयो।

जब तपाईंले संकट र गरिबीको बीचमा मालिकलाई निरन्तर रूपमा आफ्नो उत्कृष्ट दिनुभयो, अलोकप्रिय हुँदा पनि सत्य र धार्मिकताको पक्षमा उभिनुभयो, सेवकाईमा आफूलाई समर्पण गर्नको लागि आफ्ना अरू काम छोड्नुभयो, शान्तता र दीनतामा तपाईंको सानो स्थनामा नै परमेश्वरको सेवा गर्नुभयो, तपाईंले सेवकको हृदय देखाउनुभयो।

स्वर्गले तपाईंको सेवालाई देखेको छ। येशूले तपाईंलाई मुकुट पहिराइ दिने दिनको लागि म शायदै पर्खन सक्छु! तपाईंले ख्रीष्टको मन लिएर जिउनु भएको लागि तपाईंले आफ्नो महिमित इनाम प्राप्त गर्नुहुँदा म त्यहाँ हुन चाहन्छु!

» उपलब्ध गराइएको खाली ठाउँमा, तपाईंले सेवकको हृदयको विकास गर्न सक्नुहुने कम्तिमा तीनवटा तरिकाहरू लेख्नुहोस् जुन तपाईंलाई थाहा छ। परमेश्वरको कृपाले यी परिवर्तनहरू गर्न इच्छुक हुनुहोस्, र तपाईंको अर्को बैठकमा आफ्नो समूहसँग तपाईंको गवाही साझा गर्न तयार हुनुहोस्।

मैले सेवकको हृदय विकास गर्न सक्ने तीन तरिकाहरू
१.
२.
३.

पाठ १० गर्नु पर्ने कार्यहरू

१. यस पाठको सामग्रीमा आधारित जाचँ लिनुहोस् ।

२. पवित्र आत्मालाई अन्तर्दृष्टि दिनुहोस् भन्नका लागि, धर्मशास्त्रका पदहरू सहित यस पाठको समीक्षा गर्न यो हप्ता कम्तिमा तीस मिनेट समय दिनुहोस् ।

३. तपाईको जीवनमा गर्नु पर्ने कुनै पनि विशेष परिवर्तनहरू तपाईको नोट कापीमा रेकर्ड गर्नुहोस्, जसरी प्रभुले तपाईलाई प्रकट गर्नुहुन्छ ।

४. तपाईंको दैनिक उपासनाको समयमा कम्तिमा एउटा भजनसंग्रह मनन गर्नुहोस्, र भजनरचयिताले परमेश्वरको स्वभाव र चरित्रको बारेमा के भन्दैछ सो तपाईंको दैनिकी नोटमा रेकर्ड गर्नुहोस् ।

५. यस पाठमा आधारित आत्मिक रूपान्तरण र वृद्धिको लागि आफ्नो नोट कापीमा व्यक्तिगत प्रार्थना रेकर्ड गर्नुहोस् ।

६. तपाईंको दैनिक व्यक्तिग प्रार्थनामा डा. ब्राउनको *दैनिक प्रार्थना निर्देशिका* प्रयोग गरेर अभ्यास गर्नुहोस् ।

पाठ १० को जाँच

१. नयाँ करारको कुन खण्डले हामीलाई एकअर्कालाई हाम्रा अपराधहरू स्वीकार गर्न निर्देशन दिन्छ?

२. बाइबलले पापलाई वर्णन गर्ने पाँचवटा तरिकाहरू लेख्नुहोस्।

३. डा. एभरीले पापको सन्दर्भमा कस्तो व्यावहारिक सल्लाह दिनुभएको छ?

४. कुन समय संसारिक अख्तियारको अधीनता रहनु पनि आराधनाको एउटा कार्य हुन्छ?

५. अधिनतामा रहनु कुन समय विनाशकारी हुन्छ?

६. साँचो सेवाका तीन गुण बताउनुहोस्।

पाठ ११

जिब्रो र विचारशील जीवन

व्यक्तिगत अनुशासन

पाठ १० समीक्षा

कक्षाको अगुवालाई नोट: पाठ १० का मुख्य बुँदाहरू समीक्षा गर्नुहोस्। विद्यार्थीहरूमा पाठ १० बाट आफ्नो व्यक्तिगत प्रार्थना साझा गर्न इच्छुक को छन् सोध्नुहोस्।

पाठका उद्देश्यहरू

१. ख्रीष्टको स्वरूपमा आकारित हुनको लागि व्यक्तिगत अनुशासनको महत्त्व बुझ्नुहोस्।

२. जिब्रोलाई कसरी अनुशासन गर्ने भनेर सिक्नुहोस् र यो अनुशासनको अभ्यास सुरु गर्नुहोस्।

३. प्रत्येक विचारलाई कसरी बशमा राख्ने भनि सिक्नुहोस् र यस अनुशासनको अभ्यास गर्न थाल्नुहोस्।

जीवनका तस्बिरहरू

बोलीमा व्यक्तिगत अनुशासन

सेवकाईको लागि तयारी गर्दैगर्दा एक कलेज विद्यार्थीको रूपमा, मैले मेरो अनुशासनहीन जिब्रोबाट खराब आत्मिक प्रभाव बगेको महसुस गर्न थालें। मलाई डर छ कि मैले पवित्र आत्मालाई बारम्बार दुखित तुल्याएँ। मैले पवित्र आत्माको बुद्धि देख्न थालें जब उहाँले यी शब्दहरू प्रेरित गर्नुभयो: "जब कुरा बढ्ता गरिन्छ, पापको अभाव हुँदैन, तर जसले आफ्नो जिब्रोलाई वशमा राख्छ, त्यो बुद्धिमान्‌हो।"[५७५] मैले प्रभुलाई प्रतिज्ञा गरें कि यदि उहाँले मलाई अनुग्रह दिनुहुन्छ भने, म मेरो जिब्रो

---

५७५ हितोपदेश १०:१९

उहाँलाई दिनेछु। हो, जिब्रोको क्षेत्रमा संयम अभ्यास गर्नु मेरो ईसाई जीवनको सबैभन्दा कठिन अभ्यास हो; तर म महसुस गर्दैछु कि हामी यस क्षेत्रमा जति धेरै दक्ष बन्छौं, त्यति नै शान्ति, अभिषेक र सम्मानको आनन्द लिनेछौं।

उपवासमा व्यक्तिगत अनुशासन

नयाँ वर्षको सुरुवातमा, एक आत्मिक अगुवाले आफ्नो टोलीलाई २१ दिन उपवास र प्रार्थना गर्न चुनौती दिए। केही सातासम्म उनले यो घोषणा गरे। उनले टोलीका सदस्यहरूलाई सहभागी हुन भनेर नाउँ दिन आग्रह गरे। तर उपवास सुरु हुनुअघि नै उनी आफ्नो टोलीको अगाडि उभिए र आफूलाई मनपर्ने खानेकुरा खान पाइने एउटा बैठकमा उपस्थित हुनुपर्ने कार्यक्रमका कारण उपवास सुरु गर्न ढिलाइ हुने बताए। भन्न आवश्यक छैन, योजना गरिएको सामूहिक उपवासको कार्यक्रम असफल भयो।

» यी छोटा तस्विरहरूले हाम्रो व्यक्तिगत र आत्मिक जीवनमा र हाम्रो नेतृत्वमा पनि व्यक्तिगत अनुशासनको प्रभावलाई चित्रण गर्दछ। व्यक्तिगत अनुशासनको कमीले आत्मिक अस्थिरतालाई कसरी बढाउँछ जस्तो लाग्छ?

व्यक्तिगत अनुशासनको शक्ति

उनको एउटा सुन्दर पुस्तक *अनुशासित जीवनमा*, रिचर्ड एस. टेलर लेख्छन्, "**अनुशासन भनेको आधुनिक पुरुषहरूलाई सबैभन्दा बढी चाहिन्छ तर कम्ती चाहना गरिन्छ**... प्रायः घर छोड्ने युवाहरू, विद्यालय छोड्ने विद्यार्थीहरू, सम्बन्धविच्छेद खोज्ने श्रीमान् र पत्नीहरू, सेवाहरूलाई बेवास्ता गर्ने चर्चका सदस्यहरू, आफ्नो कामबाट छोडेर कर्मचारीहरू अनुशासनबाट भाग्न खोजिरहेका हुन्छन्।"[५७६]

पाठ ६ मा, मैले मेरो ससुराको सुन्दर ब्राडफोर्ड नाशपातीको रूखको दृष्टान्त दिएको थिएँ। त्यो एक सुन्दर रूख थियो ... झुकेको बोटको साथ जुन यसको आकारको कारणले अब सीधा गर्न सकिदैन। यो रूखले हामीलाई सम्झाउँछ कि स्वस्थ अनुशासन र अभ्यासहरूको निर्माण हुँदैगर्दा पनि तपाईंको मन, हृदय, र सम्बन्ध अझै बालकै हुन्छ जुन धेरै महत्त्वपूर्ण छ। एक शुद्ध मन, एक अनुशासित जीवन, उत्कृष्ट सीप, स्वस्थ सम्बन्ध, र परमेश्वर संग घनिष्ट सम्बन्ध अचानक हुँदैन। यिनीहरूलाई पूर्ण लगनशीलताका साथ हुर्काउनुपर्छ र बढाउनु पर्छ। यदि तपाईंले धेरै लामो पर्खनुभयो भने, तपाईंको जीवनमा साँच्चिकै राम्रो सबै कुरालाई फेरी सीधा गर्न सक्नुहुनेछैन।

जसरी एक खेलाडी निरन्तर अभ्यास बाहेक आफ्नो खेलमा उत्कृष्ट बन्न सक्दैन, त्यसरी नै प्रशिक्षण बाहेक कुनै पनि विश्वासी ख्रीष्टको स्वरूपमा बन्न सक्दैन। हामीले यस पाठ्यक्रममा सिकेका छौं कि त्यस प्रकारको हाम्रो प्रशिक्षण अभ्यासले **उत्कृष्ट आध्यात्मिक अनुशासनहरू** समावेश गर्दछ- प्रार्थना, एकान्त समय, मनन, सेवा, इत्यादि। तर यी अर्को दुई पाठहरूमा हामी हाम्रो प्रशिक्षणको अर्को पक्षमा केन्द्रित हुनेछौं-**व्यक्तिगत अनुशासन, वा आत्म-निपुणता**।

ठूलो विचार

ख्रीष्टको स्वरूपमा हुर्कनुलाई व्यक्तिगत अनुशासनबाट अलग गर्न सकिँदैन। अर्को दुई पाठहरूमा, हामी छवटा क्षेत्रहरू छलफल गर्नेछौं जहाँ व्यक्तिगत प्रशिक्षण वा अनुशासन आत्मिक निर्माणको लागि महत्त्वपूर्ण छ:

१. जिब्रो

५७६ रिचर्ड एस टेलर, *अनुशासित जीवन* (ब्लुमिङटन: बेथानी हाउस, २००२), किन्डल एलओसी २२

२. यौन इच्छा सहित, विचारपूर्ण जीवन
३. भोक
४. स्वभाव
५. समय
६. व्यक्तिगत दोषसिद्धिहरु

यस पाठमा, हामी यी दुईवटा व्यक्तिगत अनुशासनहरूको जाँच गर्नेछौं र तिनीहरूमध्ये प्रत्येकले हाम्रो आत्मिक, भावनात्मक, र शारीरिक भलाईमा गरेको प्रभावको अन्वेषण गर्नेछौं। हामी हाम्रो सम्पूर्ण अस्तित्वलाई ख्रीष्टको शासनमा ल्याउन व्यावहारिक बुद्धि प्राप्त गर्न खोज्नेछौं।

परिचय

व्यक्तिगत अनुशासन भनेको के हो?

व्यक्तिगत अनुशासन भनेको भावना, इच्छा, दबाब, वा सांस्कृतिक चलनहरू भन्दा सिद्धान्त र सही निर्णयद्वारा आचरणमा चल्न सक्ने क्षमता हो।।[५७७] व्यक्तिगत अनुशासनमा, हामी ख्रीष्टलाई चिन्न र अविनाशी मुकुट जित्नको लागि, प्रत्येक विचार, हरेक इच्छा, र हरेक भोकलाई पवित्र आत्माको अधीनमा राख्न परिश्रम गर्छौं:

> प्रत्येक खेलाडीले **हर कुरामा आत्म-नियन्त्रणको अभ्यास गर्दछ।** तिनीहरूले यो विनाशशील माला (विजेताको पदक) प्राप्त गर्नको लागी गर्छन्, तर हामी अविनाशीको लागि। यसकारण लक्ष्य नराखी म दगुर्दिनँ। हावामा मुक्का हान्नेले जस्तै म मुक्का हान्दिनँ। तर **म आफ्नो शरीरलाई कठोरतासाथ सधाउँछु, र यसलाई वशमा राख्तछु,** नत्रता अरूहरूलाई प्रचार गरेपछि म आफैचाहिँ **अयोग्य ठहरिनेछु**।[५७८]

» स्व-अनुशासन बिना उनलाई के हुन सक्छ भनी पावल भन्छन्?

यो ध्यान दिनु महत्त्वपूर्ण छ कि व्यक्तिगत अनुशासनले मात्र हामीलाई असल ख्रीष्टियनहरू, वा ख्रीष्टियनहरू मात्र पनि बनाउँदैन। आत्म-सुधारको खातिर अनुशासन अक्सर घमण्ड द्वारा प्रेरित हुन्छ। आत्म-नियन्त्रणको लागि उचित उद्देश्य भनेको पवित्र आत्माद्वारा नियन्त्रित भएको र सशक्त हुनु हो - उहाँको महिमा उहाँको मन्दिर र त्यस मार्फत चम्कन दिनु हो!

आत्मिक अनुशासनहरू, साथै व्यक्तिगत अनुशासनहरू, **अनुग्रहको एक माध्यम** हो। तिनीहरूले मलाई अझ धर्मी त बनाउँदैनन्, तर तिनीहरूले मलाई परमेश्वरबाट थप प्राप्त गर्ने स्थितिमा राख्छन्। अनुशासन भनेको परमेश्वरको नजिक पुग्ने माध्यम हो ताकि परमेश्वर मसँग भेट्न सकून्। अनुशासन भनेको परमेश्वरको अघि सफा, खाली कचौरा लिनु हो जसमा उहाँले यसलाई भर्न सक्नुहुन्छ!

---

५७७ इबिड, एलओसी १६०।

५७८ १ कोरिन्थी ९:२५-२७, *अंग्रेजी मानक संस्करण*, जोड थपियो

के व्यक्तिगत अनुशासन साँच्चै महत्त्वपूर्ण छ?

यो चाखलाग्दो छ कि पावलले तिमोथीलाई लेखेको, आखिरी दिनहरूमा डरलाग्दा समयहरू आउनेछन्भन्ने कुरामा "आत्म-आत्म-संयम बिनाको" लाई समावेश गर्दछ।[५७९] यी दुई खण्डहरूबाट मात्र, हामी सिक्छौं कि आत्म-नियन्त्रणको कमी ख्रीष्टियन जीवनमा पीडादायी, र कहिलेकाहीँ अनन्त, परिणामहरू सहितको एउटा गम्भीर समस्या हो।

» के तपाईंले ख्रीष्टियनहरूलाई तिनीहरूको आत्म-संयमको कमीको बारेमा ठट्टा गरेको सुन्नुभएको छ - धेरै खाने, धेरै सुत्ने, धेरै खर्च गर्ने, आदि? के तपाईलाई लाग्छ कि तपाईको वरपरका ख्रीष्टियनहरूले यस विषयलाई पर्याप्त गम्भीरताका साथ लिन्छन्? किन? वा किन लिँदैनन्?

किन व्यक्तिगत अनुशासन, वा आत्म-निपुणता, यति महत्त्वपूर्ण छ

१. परमेश्वर हाम्रो शरीरमा महिमा भएको चाहनुहुन्छ, हाम्रो हृदयमा मात्र होइन। हाम्रा शरीरहरू पवित्र आत्माका मन्दिरहरू हुन्।[५८०]

२. अनुशासनले वा यसको कमिले अरूलाई प्रभाव पार्ने कुरामा असर गर्छ। एक आत्मिक अगुवाको रूपमा आफ्नो शारीरिक इच्छाहरू रोक्न असक्षम हुने कुनै पनि कुरा छैन। उसको प्रभाव एक अपराजित शरीरद्वारा नष्ट भएको हुन्छ - एक त्यस्तो शरीर जुन दिनहुँ पवित्र आत्माको नियन्त्रणमा ल्याइएको हुँदैन।

एक अनियन्त्रित जोश, समयको अनुशासनहीन प्रयोग, एक अव्यवस्थित जिब्रो, एक अनियन्त्रित स्वभाव, र खाना, पैसा, वा सेक्सको लागि अनियन्त्रित इच्छाले पवित्र आत्मालाई निभाउनेछ, ख्रीष्टियन सेवकको विश्वसनीयतामा छाँया पारिदिन्छ, र तिनीहरूको इनाम कम गर्दछ। आत्मिक खेलाडीको लागि सफलताको पहिलो नियम, पुरस्कारको लागि प्रतिस्पर्धा गर्दै, आफैलाई शासन गर्नु हो।

रिचर्ड टेलरले धुम्रपान गर्न मन पराउने युक्रेनी-अमेरिकी गायक इगोर गोरिनको कथा बताउँछन्। एक दिन उनको आवाज शिक्षकले भने, "इगोर, तिमीले निर्णय गर्नुपर्नेछ कि तिमी महान गायक बन्ने वा ठूलो धुम्रपान गर्ने व्यक्ति।" त्यो चुरोट बल्यो। परमेश्वरले तपाईं बनाउन चाहनु भएको व्यक्ति बन्नको लागि स्व-अनुशासन आवश्यक छ।

व्यक्तिगत अनुशासनका महत्वपूर्ण क्षेत्रहरू: हाम्रो जिब्रोलाई वशमा राख्ने

त्यहाँ दुई खण्डहरू छन् जसले हाम्रो जिब्रो र हाम्रो जीवनमा यसको प्रभावलाई बुझ्न मद्दत गर्नेछ: याकूब ३:१-१२ र मत्ती १५:१८-१९।

» यी दुई खण्डहरू पढ्नुहोस्।

येशूले मत्ती १५ मा, हामीलाई हृदय र जिब्रो बीचको अविभाज्य सम्बन्धको सम्झना गराउनुहुन्छ: "तर जुन कुराहरू मुखबाट बाहिर आउँछन्, ती हृदयबाट निस्कन्छन्।"[५८१]

५७९ २ तिमोथी ३:३

५८० रोमी ८:११; १ कोरिन्थी ६:१९

५८१ मत्ती १५:१८, जोड थपियो।

दैनिक जीवन र सम्बन्धहरूमा जिब्रोको प्रभाव

येशुले यहाँ सिकाउँदै हुनुहुन्छ कि हामी **त्यही हुन्छौं** जो **हामी बोल्छौं**। यो सरल छ, तर हामी मध्ये केहीलाई स्वीकार गर्न धेरै गाह्रो छ। यदि हाम्रा शब्दहरू क्रोधित छन् भने किनभने हामी अझै पनि एक हदसम्म रिसाई रहन्छौं। यदि हाम्रा शब्दहरू असंवेदनशील छन् भने, यसको कारण हाम्रो हृदयमा असंवेदनशीलताका तत्वहरू छन्। यदि हाम्रा शब्दहरू तीखो, काट्ने, वा हेरफेर गर्ने खालका छन् भने यो किनभने हामी भित्र अरूको व्यक्तित्व र स्वतन्त्रताको लागि अनादरपूर्ण सम्मान रहेकोले गर्दा हो। यदि हाम्रो बोली घमण्डी वा रक्षात्मक छ भने, त्यहाँ निस्सन्देह हामीमा केही हदसम्म घमण्ड अझै बाँकी छ। यदि हामी अरूको आलोचना गरेर बोल्छौं भने, यो किनभने हामीसँग अझै पनि केही हदसम्म आलोचनात्मक भावना छ। यदि हामी गनगन गर्छौं र गुनासो गर्छौं, यसको कारण हो कि हामी अझै कृतज्ञ छैनौं। हाम्रो ओठको फल, निस्सन्देह, हाम्रो चरित्रको सबैभन्दा निर्दोष न्यायाधीश हो।

» यहाँ येशूका शब्दहरू विचार गर्न केही समय लिनुहोस्। यदि तपाईंको मुखबाट निस्केको कुराद्वारा चरित्र मापन गरिन्छ भने तपाईंलाई अझै पनि परमेश्वरको रूपान्तरण गर्ने अनुग्रह चाहिन्छ भनि के तपाईं स्वीकार्न तयार हुनुहुन्छ? के तपाई आफ्ना आवश्यकताका केहि क्षेत्रहरु बताउन इच्छुक हुनुहुन्छ?

याकूब एक सिद्ध मानिसको बारेमा कुरा गर्छन्। उनले "सिद्ध" भन्नुको अर्थ के हो? कुन अर्थमा सिद्ध? सिद्धको एक अर्थमा आफ्नो जिब्रोलाई नियन्त्रण गर्न सक्षम हुनु हो, र यसरी आफ्नो सम्पूर्ण आत्मको पूर्ण वा सिद्ध नियन्त्रण हुन्छ। यो अर्थमा एकदम सही छ कि ऊ आफ्नो बोलीमा आत्म-संयमको स्तरमा पुगेको छ जसले उनलाई जीवनको हरेक कार्य र जोशलाई रोक्न वा नियन्त्रण गर्न सम्भव बनाउँछ। याकूबका अनुसार, त्यहाँ यस्तो मानिस छ जसले आफ्नो जिब्रोमा यस्तो नियन्त्रण राखेकोले उनको जीवनको अरु सबै क्षेत्र पनि व्यवस्थित भएको छ, "जुन मानिसले आफूले बोल्ने कुरामा भूल गर्दैन, ऊ **सिद्ध मानिस हुन्छ**, त्यसले आफ्ना सारा शरीरमा पनि लगाम लगाउन सक्छ।"[५८२]

निम्न उद्धरणहरूले यस पाठको अर्थलाई सुदृढ गर्न मद्दत गर्दछ:

> "त्यसैले सारा शरीरलाई लगाम लगाउन सक्छ"—अर्थात, सम्पूर्ण मानिसलाई लगाम लगाउन सक्छ। र निस्सन्देह कोहीले यो गर्न सक्षम छन्, र त्यसैले यस अर्थमा सिद्ध छन्।[५८३]
>
> [याकूब']को उद्देश्य भनेको मानिसलाई सबै अर्थमा पूर्ण रूपमा निष्कलंक र पापबाट पूर्ण रूपमा मुक्त रूपमा प्रतिनिधित्व गर्नु होइन ... तर यस्तो आकार दिनु भनेको यो देखाउनु हो कि यदि कुनै व्यक्तिले आफ्नो जिब्रोलाई नियन्त्रण गर्न सक्छ भने, उसले एउटा मानिसले घोडालाई मुखमा लगाम लगाएर वा डुङ्गाको चालकले पतवार समातेर नियन्त्रण गरेझै आफूमाथि पूर्ण प्रभुत्व गर्छ। उनी यस अर्थमा सिद्ध छन्, कि ऊसंग आफैं माथि पूर्ण नियन्त्रण हुन्छ र कुनै पनि कुरामा त्रुटिको लागि उत्तरदायी हुनेछैन। यस्तो आकार दिनु भनेको जिब्रोले सम्पूर्ण मानिसलाई शासन गर्ने रूपमा ओगटेको महत्त्वपूर्ण स्थान देखाउनको लागि हो,[५८४]

यसलाई व्यावहारिक रूपमा सोच्नुहोस्। के यो सत्य होइन कि जिब्रो चुपचाप र शान्त हुँदा, यसलाई उक्साउँदा पनि यसले सम्पूर्ण जीवनमा शान्त, निश्चल प्रभाव पार्छ? र के यो सत्य होइन कि जब हामी हाम्रा शब्दहरू विचारपूर्वक र आदरपूर्वक बोल्छौं, पोल्ने कुराकानीहरु पनि रचनात्मकतामा परिणत हुन्छन्, र प्रेम र एकता सुरक्षित हुन्छ?

---

५८२ जोड थपिएको छ।

५८३ जोन वेस्ली

५८४ याकूब ३मा अल्बर्ट बार्नेसको टिप्पणी

के तपाईंले समयमै नम्रतापुर्वक बोलेको शब्दले तपाइलाई माया र स्नेहको इनाम प्रदान गरेको छैन र? वा कि एक अर्ती वा मायालु हप्काइले प्राय एक आत्मा को संरक्षणको इनाम दिदैन र? साँच्चै, हाम्रो जिब्रो हाम्रो जीवनको पतवार हो। जब यसले राम्रोसँग काम गरिरहेको हुन्छ, यसले तपाईंलाई समस्याग्रस्त पानीबाट सुरक्षित रूपमा लैजान्छ; तर जब यो भाँचिन्छ, यसले तपाईँको जीवनलाई तपाईँ आफैले सिर्जना गरेको आँधीबेहरीको दयामा राख्छ।

जब म केटा थिएँ, मैले उड्न चाहने घमण्डी कछुवाको हास्यास्पद कथा सुनेको थिएँ। एक दिन जब एउटा ठूलो चरा त्यस कछुवाको पोखरीमा आयो, तब त्यससँग एउटा धेरै चलाख विचार आयो। त्यसले चरालाई उडानमा लैजान आग्रह गर्यो। "त्यो असम्भव छ!" चराले ठट्टा गर्यो। "होइन, छैन!" कछुवाले भन्यो। "तिमीले यति मात्रै गर्नुपर्छ कि जब म यो लट्ठीको एक छेउमा टोक्छु तिमीले अर्को छेउमा टोक्नु पर्छ। त्यसपछि उड!" चरा राजी भयो। सबै राम्रो भईरहेको थियो तर जब जमिनमा भएका मानिसहरूले आफ्नो चुच्चोमा लट्ठी लिएर उडिरहेको चरा र आफ्नो बलियो बङ्गाराले अर्को छेउमा समातेको कछुवाको यो अद्‌भुत दृश्य देखे। "मलाई अचम्म लाग्छ कि यस्तो चतुर, शानदार विचार कसले सोच्यो!" कसैले चिच्याउदै भन्यो, र कछुवाले उसको कुरा सुन्यो। त्यसले घमण्ड गर्न आफ्नो मुख खोल्यो, "मैले गरे...!" निस्सन्देह, त्यो त्यसको अन्तिम शब्दहरू थिए! हामी मध्ये धेरैको जस्तै, त्यसको जिब्रो नै त्यसको विनाश भयो।

तपाईंको प्रशिक्षणको लागि व्यावहारिक सुझावहरू जिब्रो

१. शब्दहरूको मूल्य जान्नुहोस् र तिनीहरूलाई कम प्रयोग गर्नुहोस्: "निष्क्रिय बकबकले गरिबीमा मात्र पुर्याउँछ।"[५८५]

धेरै खर्चले पैसा सिद्ध्याएझै धेरै कुराले आत्मालाई दरिद्र बनाउँछ। धेरैले पत्ता लगाएका छन् कि विशेष गरी जब यसमा उद्देश्यको कमी हुन्छ धेरै कुराकानीले मानसिक र आत्मिक गरिबी निम्त्याउन सक्छ। ख्रीष्टको स्वरूपमा गठन हुनुको अंश भनेको उहाँले गर्नुभएजस्तै हाम्रा शब्दहरूलाई अझ सावधानीपूर्वक तौल्नु हो। यो जस्तो देखिन्छ त्यस्तो सजिलो छैन, किनकि मौनताले हामी मध्ये धेरैलाई असहज बनाउँछ।

२. शब्दहरूको विनाशकारी क्षमता सिक्नुहोस् र आफ्नो आत्मालाई शासन गर्नुहोस्: "यस्तै जिब्रो पनि एउटा सानो अङ्ग भएर ठूला-ठूला कुराको अभिमान गर्दछ। हेर, एउटा सानो आगोको झिल्काले ठूलो वन पनि स्वाहा पार्दछ!"[५८६]

हितोपदेशले हामीलाई सम्झाउँछ, "जो रिसाउनमा ढिलो छ, त्यो शक्तिशालीभन्दा उत्तम हुन्छ। र शहर लिने भन्दा आफ्नो आत्मालाई शासन गर्ने उत्तम हुन्छ।"[५८७] अपरिपक्व व्यक्तिको शब्दहरू नियन्त्रणबाट बाहिर जान्छ। निको पार्नुको सट्टा, तिनीहरूले घाउ पार्छन्; शान्त बनाउनुको सट्टा, तिनीहरूले झगडा मच्चाउँछन्। चिसो बनाउनुको सट्टा, तिनीहरूले जोशलाई उमाल्ने बिन्दुमा तातो पार्छन्। भावनाहरू धेरै उम्लिदा हामीले हरेक कुराकानी रोक्ने अनुशासन सिक्नुपर्छ।

३. प्रतिष्ठा शब्दहरूद्वारा बनाइन्छन् भनेर जान्नुहोस्, र तिनीहरूलाई बुद्धिमानीपूर्वक प्रयोग गर्नुहोस्: "मूर्ख पनि शान्त रहँदा बुद्धिमानी गनिन्छ। जब उसले आफ्नो ओठ बन्द गर्छ, उसलाई ज्ञानी मानिन्छ।"[५८८]

---

५८५ हितोपदेश १४:२३

५८६ याकूब ५:१६

५८७ हितोपदेश १६:३२

५८८ हितोपदेश १७:२८

शान्त आत्माको बुद्धिको बारेमा धर्मशास्त्रसंग भन्नको लागी धेरै कुराहरू छ भन्दा तपाईंलाई छक्क लाग्न सक्छ ।[५८९] यदि सबैजना शान्त अवस्थामा बस्छन् भने यो प्राय सुस्त र अल्छि लाग्दो संसार हुनेछ; तर ख्रीष्टियनको रुपमा हामीले लापरवाह, लक्ष्यविहीन कुरा बोल्नुको सट्टा सुन्न र विचारशील अन्तरक्रिया गर्ने क्षमताको विकास गर्नुपर्छ ।

उनीहरूसँग भन्ने कुरा थोरै छ भने पनि भीडमा सबैभन्दा बढी बोल्ने पुरुष वा महिलालाई ध्यान दिइन्छ ; तर कति खेर बोल्ने र शान्त रहने भन्ने कुरा सिकेको व्यक्तिलाई परमेश्वरले कदर गर्नुहुन्छ । परमेश्वरले बोल्नु अघि सोच्ने व्यक्तिको कदर गर्नुहुन्छ ।

परमेश्वरले कोमल मनका र शान्त नारीलाई सबैभन्दा अप्रत्याशित सुन्दर र आकर्षक देख्नुहुन्छ । ईतिहासले प्रमाणित गरेको छ कि धर्मी नारीको कोमल र शान्त आत्मामा राजा र राष्ट्रहरूको हृदयलाई हलचल गर्ने शक्ति हुन्छ ।[५९०]

४. मार्न र जीवन दिनलाई शब्दहरूको शक्ति सिक्नुहोस्: [५९१] "मृत्यु र जीवन फल जिब्रोको शक्तिमा हुन्छ: र यसलाई प्रेम गर्नेहरूले यसको फल खानेछन् ।"[५९२]

हामीले भनेको कुराहरूमा निको पार्ने वा घाउ बनाउने, पुनर्स्थापना गर्ने वा नष्ट गर्ने, प्रोत्साहन गर्ने वा निराश पार्ने शक्ति हुन्छ । एक बुबाको रूपमा, मैले मेरा बच्चाहरूमा स्वस्थ अपेक्षाहरूको र शब्दहरूको प्रभाव परेको देखेको छु । एक दिन, हामी मध्ये धेरै बुबाहरूले हाम्रा केटाहरूलाई अग्लो धातुको खम्बाको माथि उक्लिने प्रयास गरेको हेरिरहेका थियौं । तीन वा चार असफल प्रयासहरू पछि, मेरो छोरा तिमोथीले हार मान्नै आटेको थियो तब मैले भनें, "हे, छोरा अहिलेनै हार नमान! यदि तिमीले साँच्चै प्रयास गर्यो भने तिमीले यसलाई पार गर्न सक्छौ भन्ने मलाई विश्वास छ!" ती शब्दहरूको प्रभाव अचम्मको थियो । उसको बुबाले उसमा विश्वास गरेको तथ्यले मेरो केटालाई उसले पहिले भन्दा धेरै मेहनत गर्न प्रोत्साहन दियो । जसै ऊ फेरि चढ्न थाल्यो, यस पटक उसले सबै बलले प्रयास गर्यो । उ चढ्दा म चिच्याएँ, "चढ्दै गर छोरा! हार नमान! तिमी यसलाई सिद्ध्याउन सक्छौ! चढ्न जारीराख!" र उसले चढेर सिद्ध्यायो!

म विश्वस्त छु कि प्रायः चर्च र घरमा सफलता र असफलता बीचको भिन्नता सान्त्वना वा प्रोत्साहनको शब्दले हुन्छ । याद गर्नुहोस् कि हामीले अर्को पाठमा कसरी भन्यौं कि परमेश्वर पिताले पनि पुत्रको पार्थिव जीवनको महत्वपूर्ण क्षणहरूमा परमेश्वर पुत्रलाई पुष्टि गर्ने सुनिने शब्दहरू बोल्नुभयो ।[५९३] यदि येशूलाई सान्त्वनाका शब्दहरू सुन्न आवश्यक थियो भने, हामीलाई झन् कति धेरै आवश्यक छ ।

हाम्रा शब्दहरू प्राय अगमवाणीयूक्त हुन्छन् । यदि हामीले नानीहरुलाई "तिमी असफलता हौ" भन्यौ भने, तिनीहरू असफल हुने सम्भावना बढी हुन्छ । यदि हामीले, "तिमीहरू आफ्ना भाइबहिनीहरू जस्तो सुन्दर वा प्रतिभाशाली छैनौ," भन्छौ भने तब तिनीहरूले आफूलाई कुरूप ठान्न थाल्छन् र उनीहरूको मनोवृत्ति पनि कुरूप हुदै जानेछ । यदि, अर्कोतर्फ, हामीले हाम्रा बालबालिकाको कमजोरीको सट्टा उनीहरूको बलमा ध्यान केन्द्रित गर्छौं, र उनीहरूको आत्मविश्वास बढाउने उपायहरू खोज्छौ भने, हामी यसको परिणामहरू देखेर छक्क पर्नेछौं । दुःखको कुरा, धेरै बालबालिका र वयस्कहरूले उनीहरूलाई बिना शर्त माया गर्नेहरूका लागि उनीहरु निराशाबाहेक अरू केही नभएको सोचेर आफ्नो सम्पूर्ण जीवन बिताउँछन्; र सामाजिक, शैक्षिक र आत्मिक तवरमा तिनीहरू निरन्तर रूपमा खस्किदा हामीले अचम्म मान्नुपर्दैन ।

---

५८९ हितोपदेश १७:१; १ थेसलोनिकी ४:११; १ तिमोथी २:२; १ पत्रुस ३:४

५९० १ शमूएल २५:२३-३३

५९१ हितोपदेश १२:१८, हितोपदेश १५:१, ४

५९२ हितोपदेश १८:२१

५९३ लूका ३:२१-२२

के तपाईंको चर्च र घर यस्तो ठाउँ हो जहाँ शब्दहरू निर्माणको लागि प्रयोग गरिन्छ? श्रीमान्, के तपाई आफ्नी श्रीमतीलाई उनी सुन्दर छिन् भनी बताउनुहुन्छ? के तपाईं उनको प्रेम र सेवाको लागि प्रशंसाका शब्दहरूद्वारा आफ्नो प्रशंसा व्यक्त गर्नुहुन्छ? आफ्नो पतिबाट यस्ता कुराहरू सुनेकी पत्नी सम्भवतः अझ सुन्दर, आत्मिक व्यक्ति बन्न सक्छ! यो छोरीहरूको लागि पनि प्रयोग हुन्छ। पत्नीहरू, के तपाईं आफ्नो पतिलाई अरू पुरुषहरूसँग हुनसक्छ तपाईंको बुबासंग तुलना गर्नुहुन्छ, र उहाँलाई उहाँका असफलताहरू लगातार सम्झाउनुहुन्छ; वा तपाईं ती गुणहरूमा ध्यान केन्द्रित गर्नुहुन्छ जसको लागि तपाईं कृतज्ञ हुन सक्नुहुन्छ? सम्मान र प्रोत्साहन पाएका पुरुषहरू असल पुरुष बन्छन्।

पास्टर, के तपाईंले आफ्नो चर्चमा प्रोत्साहनको वातावरण स्थापना गर्न मद्दत गर्नुभएको छ, वा के तपाईं मानिसहरूका नकारात्मक गुणहरूमा ध्यान केन्द्रित गर्नुहुन्छ? पावलले भने कि ख्रीष्टको आगमनको समय नजिकिँदै जाँदा र प्रभुको दिन नजिकिँदै जाँदा, हामीलाई ख्रीष्टको शरीर भित्र थप सान्त्वना र प्रोत्साहन चाहिनेछ: "कति जनाको सङ्गतिमा नजाने बानी हुन्छ, तर हामीचाहिँ एकसाथ भेला हुन नछोडौं तर प्रभुको दिन नजिक आइरहेको तिमीहरूले देखेका हुनाले एउटाले अर्कालाई झन् *पाराकलियो* प्रोत्साहन देओ।" [५९४]

हामीले हाम्रो हप्काउने शब्दहरूलाई प्रोत्साहनका निष्कपट शब्दहरूसँग सन्तुलनमा राख्नुपर्छ। मैले निरन्तर जम्मा र खर्च गरिरहेको मुद्रा को रूप मा मेरो शब्दहरुलाई सोच्दा धेरै साहायता भएको छ। जहिले पनि म कसैलाई हौसला दिन्छु, म तिनीहरूको हृदयमा स-साना कुराहरु जम्मा गरिरहेको हुन्छु, जुन धेरै जम्मा भएपछि, मैले फिर्ता लिने अधिकार (सही कुराको वा हप्काई) कमाएको हुन्छु। मैले केही पीडादायी अनुभवहरू मार्फत सिकेको छु कि हामीले विरलै वा कहिल्यै प्रोत्साहित नगरेको व्यक्तिलाई हप्काउने वा सुधार्ने प्रयासले हाम्रो सम्बन्धमा एउटा खाडल सिर्जना गर्छ जुन भर्न गाह्रो वा असम्भव हुन्छ।

५. जान्नुहोस् कि जिब्रोलाई हामी एक्लैले नियन्त्रण गर्न सक्दैनौ, तर पवित्र आत्माद्वारा मात्र गर्न सकिन्छ: "हरेक किसिमका पशुपक्षी, घस्रने जन्तु र समुद्रका जीवजन्तुलाई तह लगाउन सकिन्छ, र मानिस जातिबाट नै तह लगाइएको छ। तर **तर जिब्रोलाई कुनै मानिसले तह लाउन सक्दैन।**; घातक विषले भरिएको यो चञ्चल दुष्ट हो।"[५९५]

परमेश्वरको अनुग्रह बिना हाम्रो जिब्रोलाई वशमा राख्नु भन्दा हामीलाई जंगली जनावरलाई वशमा राख्न सजिलो हुन्छ! हाम्रो जिब्रोसँगको लडाइले हामीलाई शुद्ध र पवित्र आत्माले भरिनु पर्ने आवश्यकताको सम्झना गराउँछ। यो यशैयाको कथा हो। परमेश्वरको उपस्थितिमा, यो उनको अशुद्ध जिब्रो थियो जसले उनलाई सबैभन्दा लाजमर्दो र दोषको कारण बनायो।[५९६] यो जवान अगमवक्ता आफ्नो अधर्ममा शोक गरेर र आशाहीन निराशामा डुबेको बेला, परमेश्वरले मात्र गर्न सक्नुहुने कुरा गर्नुभयो: उहाँले आफ्नो सराफलाई पवित्र वेदीबाट तातो कोइलाले यशैयाको ओठलाई भद्र रूपमा छुन र तिनीहरूलाई सफा गर्न पठाउनुभयो। सराफले भने "हेर, यसले तिम्रो ओठ छोएको छ। अब तिम्रो अधर्म मेटियो, र तिम्रो पापको प्रायश्चित भयो।"[५९७] अब यशैयाले भन्न सके, "म यहाँ छु, मलाई पठाउनुहोस्।"

हाम्रो ओठको शुद्धता र परमेश्वरको लागि हाम्रो उपयोगिता बीच सधैं प्रत्यक्ष सम्बन्ध छ।

६. जान्नुहोस् कि अनुशासित जिब्रोले जीवनको प्रेम र आगामी राम्रो दिनहरूको आशामा डोर्याउँछ: "जसले जीवनलाई प्रेम गर्छ र असल दिनहरू हेर्न चाहन्छ, उसले आफ्नो जिब्रोलाई खराबीबाट र आफ्नो ओठलाई छली बोल्नबाट जोगाउनुपर्छ।"[५९८]

---

५९४ हिब्रू १०:२५

५९५ याकूब ३:७-८, जोड थपियो।

५९६ यशैया ६:५

५९७ यशैया ६:७

५९८ १ पत्रुस ३:१०; हितोपदेश २१:२३

अनियन्त्रित जिब्रो जंगली, बेलगाम,पर्खाल भत्काउने, सम्पत्ति नष्ट गर्ने र फलफूल कुल्चीमिल्ची गर्ने घोडाजस्तै हुनेछ। हावाले चलाएको पतवारविहीन जहाजले आफ्नो बाटोमा रहेका सबैलाई खतरामा पार्नेछ र चट्टानहरू विरुद्ध चलाइनेछ। र ज्वलन्त जिब्रोले आगो बाल्नेछ जुन चर्चको परिदृश्यमा फैलिनेछ र वर्षौंको रोपण, खेती र वृद्धिलाई नष्ट गर्दछ।

परमेश्वरको राज्यमा भएका धेरैजसो क्षति मानिसहरूले गरेका छन् जसले आफ्नो ओठको ढोकामा पहरेदार राख्न असफल भएका छन्। तर यदि हामी जीवनलाई पूर्ण रूपमा प्रेम गर्न चाहन्छौं र परमेश्वरले हाम्रो लागि योजना गर्नुभएको सबै राम्रा र फलदायी दिनहरूको आनन्द लिन चाहन्छौं भने, हामी सबै सतर्कताका साथ अगाडिको ढोका हेर्ने संकल्प गरौं! बिहान सुरक्षाकर्मि राख्नुहोस्, दिउँसो उसलाई जगाउनुहोस्, र राती उसलाई जाँच गर्नुहोस्! परमेश्वरको कृपाले तपाईको ओठ कहिल्यै असुरक्षित हुनेछैन भनेर दृढ संकल्प गर्नुहोस्।

आफ्नो जीवनको यो अगाडिको ढोकाको रक्षा गर्नेको लागि राम्रो दिनहरू अगाडि छन्। उनका लागि आगामी दिनहरू राम्रो हुनेछन् किनभने उनको बोलीले तिनको इज्जत र सम्मान कमाएको छ। उनको परिवारको लागि अगाडि राम्रो दिनहरू हुनेछन् किनभने उनले पारिवारिक सम्बन्धलाई बलियो बनाउँने शब्दहरू बोलेका छन्। उनको मण्डलीमा अगाडि राम्रो दिनहरू हुनेछन् किनभने उनले ख्रीष्टको शरीरलाई प्रोत्साहन र सुधार गर्ने वचनहरू बोलेका छन्। र उनको लगानीको अन्तिम परिणाम जीवनको प्रेम—परमेश्वरका उपहारहरूको साँचो, शुद्ध आनन्द हुनेछ।

एक व्यक्तिगत यात्रा

साँच्चै, जिब्रो हाम्रो जीवनको पतवार हो, जसले हामीलाई कुनै न कुनै गन्तव्यतर्फ डोऱ्याउँछ। इमानदारीपूर्वक भन्नुपर्दा, मेरो विवाह र सेवकाईको सुरुमा मैले भोगेको कुनै पनि दुःख वा पीडा सामान्यतया मेरो अशुद्ध जिब्रोको असुरक्षित ढोकाबाट हिंड्ने गर्दथ्यो।[५९९] एक युवा मिसनरीको हैसियतमा मैले मेरा शब्दहरू र मेरो हृदयबीचको सम्बन्धलाई महसुस गर्न थालेको समयलाई म कहिल्यै बिर्सने छैन। एक प्रिय मित्र संग एक धेरै नाटकीय, पीडादायी अनुभव को माध्यम बाट, जुन बेला मैले मेरा शब्दहरुले उनलाई गहिरो अपमान गरें, प्रभु येशूको कोमल, दयालु हृदय को लागी मेरो आवश्यकता छ भनेर देख्न को लागी मेरो आँखा उहाँले खोलिदिनुभयो। म रोएँ र प्रभुको सामु स्वीकार गरें किनकि उहाँले मेरो दिमागमा केही दृश्यहरू देखाउनुभयो जहाँ मैले न्याय, चोट पुर्याएको, हेरफेर गरेको र अरूको भावना, स्वतन्त्रता र विचारहरूको लागि बेवास्ता गरेको थिए। त्यस दिन प्रभुले मेरो हृदयलाई अनुग्रहपूर्वक सफा गर्नुभयो र मेरो आत्मालाई अवर्णनीय आनन्दले भरिदिनुभयो, मलाई थाहा थियो कि मेरो आत्मिक यात्रामा म अलिक पर पुगेको थियो। मलाई थाहा थियो कि मैले एउटा कुना फर्काएको थिए, र म कहिल्यै फर्किन चाहन्नथे।

» गलाती ६:६-८.पढ्नुहोस् अब, तपाईंका शब्दहरू तपाईंको वरपरका मानिसहरूको हृदयमा रोपिएको सानो बीउको रूपमा सोच्नुहोस्। यदि हरेक शब्द राम्रो फल वा खराब फल दिने बीउ हो भने, तपाई भविष्यमा कस्तो फसलको आशा गर्नुहुन्छ? केहि मिनेट लिनुहोस् र प्रभुलाई सोध्नुहोस् कि उहाँले तपाईको शब्दहरूको मूल्याङ्कन गर्न मद्दत गर्नुभएको होस्। उहाँले तपाईंलाई के देखाउनुहुन्छ लेख्नुहोस्। आफ्नो समूहसँग आफ्ना जवाफहरूको बारेमा कुरा गर्न स्वतन्त्र महसुस गर्नुहोस्।

---

५९९ भजन १४१:३

व्यक्तिगत अनुशासनका महत्वपूर्ण क्षेत्रहरू: हाम्रोविचारको जिवनलाई नियन्त्रण गर्ने

हामी हाम्रोपरिपक्कता, येशूसँग हाम्रो समानता, हाम्रा शब्दहरूले मात्र होइन, तर हाम्रा विचारहरूद्वारा पनि मापन गर्न सक्छौं। हामी जे सोच्छौं, वा हामी जे मा रहन्छौ, हामी त्यही नै हौं![६००] हाम्रो दिमागमा जाने हरेक विचार हामी को हौं भन्ने हुँदैन। तर हामी रहन रोज्ने, प्रत्येक विचारलाई हामीले नियन्त्रण गर्न अनुमति दिन्छौं। मार्टिन लुथरले भनेझैं, "तपाईंले चराहरूलाई आफ्नो टाउकोमाथि उड्नबाट रोक्न सक्नुहुन्न, तर तपाईंले तिनीहरूलाई आफ्नो कपालमा गुँड बनाउनबाट रोक्न सक्नुहुन्छ।"

दैनिक जीवन र सम्बन्धहरूमा हाम्रो विचार जीवनको प्रभाव

मलाई एक जवान मिसनरीको रूपमा त्यो दिन राम्ररी याद छ जब प्रभुले मेरो हृदयसँग बोल्नुभयो र भन्नुभयो, "छोरा, तिमी रीसालु मानिस हौ।" मैले संस्कृतिले गर्दा केही निराशाहरू, साथै सेवकाईमा समस्याहरू सामना गरिरहेको थिएँ, र सिकाउने र अगुवाइ गर्ने कुरामा आफैलाई प्रेमको सट्टा रिसबाट गरेको पाए। एक बिहान मेरो भक्तिमय समयमा, मैले ती विश्वस्त पार्ने शब्दहरू पढें, "किनकि उसले आफ्नो हृदयमा जस्तो सोच्दछ, ऊ त्यस्तै हो।" यी शब्दहरूद्वारा पवित्र आत्माले मेरो हृदय छेड्नु भयो। तर मैले तर्क गरें, "प्रभु, म रिसाउने मानिस होइन। म एक मिसनरी हुँ!" मलाई लाग्छ कि बदलामा प्रभुले यसो भन्नु भएको मैले सुनें, "त्यसो भए, मेरो छोरा, तिमी रीसालु मिसनरी हौ!" म ठूलो स्वरले हाँसे! उहाँले मलाई कुनै पनि पद वा नाम पछाडि लुक्न दिनुभएन। यो स्वीकारले सफाई र स्वतन्त्रता ल्यायो।

के तपाईं अर्को व्यक्तिप्रति क्रोधित, रीसालु विचारहरू राख्ने प्रलोभनमा हुनुहुन्छ? के तपाई चिन्ता र डरले ग्रसित हुनुहुन्छ? के तपाईं कहिलेकाहीं गोप्य स्व-विनाशकारी विचारहरूसँग कुश्ती गर्नुहुन्छ? के कामुक विचारहरूले तपाईंलाई हार दिइरहेको छ? त्यहाँ आशा छ, तर यो सजिलो हुनेछैन! दुई सय वर्षअघि जोन वेस्लीले सिकाएका थिए, "प्राण र शरीरले मानिस बनाउँछ; तर आत्मा र अनुशासनले ख्रीष्टियन बनाउँछ।" कामुक, नकारात्मक, स्व-विनाशकारी विचारहरूमाथि विजय अनुग्रहद्वारा, व्यक्तिगत अनुशासनको माध्यमबाट हुनेछ। तपाईले सोच्ने तरिका परिवर्तन गर्न सक्नुहुन्छ।

एक विजयी विचार जीवन महत्त्वपूर्ण छ किनभने हामी जे सोच्दछौं त्यहिँ हुन्छौ। "यदि हामीले सकारात्मक, उत्थान, पुर्ण, स्वस्थ विचारहरू सोच्यौं भने, हामी अन्ततः सकारात्मक, उत्थानशील, पुर्ण, स्वस्थ व्यक्ति बन्नेछौं। यदि हामीले उदास, नकारात्मक, बिरामी विचारहरू सोच्यौं भने, हामी उदास, नकारात्मक, बिरामी व्यक्तिहरू हुनेछौं।... विचारले कार्यमा डोर्याउँछ।"[६०१]

जब यो हाम्रो विचार जीवनको बारेमा आउँछ, धेरै मानिसहरूले सामना गर्ने सबैभन्दा ठूलो लडाईहरू मध्ये एक वासनासँगको युद्ध हो। "वासना उद्देश्यपूर्ण रूपमा पापपूर्ण, कामुक विचारहरूमा बस्नु हो। यी हाम्रा दिमागका जंगली घोडाहरू हुन् जसलाई लखेटेर, समातेर ख्रीष्टप्रति आज्ञाकारी बनाउनु पर्छ।"[६०२] तिनीहरू निर्दोष छैनन्, तर लतपुर्ण र विनाशकारी छन्।[६०३] हामी तिनीहरूलाई कसरी समात्न सक्छौ?

---

६०० हितोपदेश २३:७

६०१ किथ डरी, *सोल शेपर* (इन्डियानापोलिस: वेस्लेयन पब्लिशिङ हाउस, २०१३), १६७-१६८

६०२ इबिड, १६५

६०३ इबिड, १६४-१६५

शुद्ध विचार जीवन को लागि व्यावहारिक अनुशासन

(यी सिद्धान्तहरूले हामीलाई असत्य, नकारात्मक, आलोचनात्मक, र स्व-विनाशकारी विचारहरूमाथि विजय प्राप्त गर्न मद्दत गर्न सक्छ ।)

१. **सावधान रहनुहोस्:** "आफैलाई नजिकबाट नियाल्नुहोस् ।"[६०४]

थाहा पाउनुहोस् जब प्रलोभन बलियो हुन्छ; थाहा पाउनुहोस् जब तपाइँ प्रलोभनको लागि सबैभन्दा कमजोर हुनुहुन्छ र तपाइँको जीवनमा सुरक्षाकवचहरु निर्माण गर्नुहोस् । म जवान पास्टर हुँदा, मैले स्पर्जन चार्ल्स द्वारा *मेरा विद्यार्थीहरूको लागी व्याख्यान*, पढेको याद छ । एउटा अध्याय, "बेहोसि अवस्था," मा उनले आत्मिक अगुवाहरूलाई सेवकाईको सफलता, थकाइ वा द्वन्द्वको समय पछ्याउने प्रलोभनहरूबाट सावधान रहन सिकाउनुहुन्छ । यो मेरो लागि ठोस सल्लाह भएको छ ।

जब हामी स्नेहको भोको हुन्छौं वा खानाको लागि भोको हुन्छौं; जब हामीलाई अनुचित व्यवहार गरिएको महसुस हुन्छ; जब हामी एक्लो र कोहि नभएको महसुस गर्छौं; र जब हामी मानसिक, आ्मिक र शारीरिक रूपमा थकित हुन्छौं तब हामी सबैभन्दा धेरै असुरक्षीत हुन्छौं । शैतानले हाम्रो सबैभन्दा कमजोर क्षणहरूमा हाम्रो फाइदा उठाउन मन पराउँछ । १ पत्रुस ५:८ ले हामीलाई भन्छ, "सचेत रहो, जागा रहो, तिमीहरूको शत्रु दियाबलस कसलाई भेट्टाऊँ र खाइहाँलू भनी गर्जने सिंहँझै खोजिहिँड्छ ।"

२. **कार्यमा शुद्धताको प्रतिबद्धता गर्नुहोस् ।**

परमेश्वरले क्रिश्चियनहरूलाई शुद्ध हुन आवश्यक पर्ने सबै अनुग्रह दिनुहुन्छ । "किनकि परमेश्वरको अनुग्रह प्रकट भएको छ, सबै मानिसहरूको लागि मुक्ति ल्याउँदै, हामीलाई अभक्तता र सांसारिक लोभलाई [हुन्न भन्नु] त्याग्न, र वर्तमान युगमा स्व-नियन्त्रित, ईमानदार र ईश्वरीय जीवन बिताउन प्रशिक्षण दिँदै हुनुहुन्छ ।"[६०५]

अनुग्रहले हामीलाईस्व-नियन्त्रण हुन सिकाउँछ । कुनै पनि ख्रीष्टियनले, "मेरो विचारमा मेरो कुनै नियन्त्रण छैन भनेर भन्न सक्दैन ।" हाम्रो हृदयमा बास गर्नुहुने पवित्र आत्माको माध्यमबाट परमेश्वरको बचाउने अनुग्रहले प्रत्येक ख्रीष्टियनलाई "भक्तिहीनता र सांसारिक इच्छाहरू त्याग्न" सक्षम बनाउँछ । तपाईं भित्रको पवित्र आत्मा आत्म-नियन्त्रणको आत्मा हो ।[६०६] परमेश्वरको अनुग्रहद्वारा, हामीले हार मान्नु पर्दैन । यो विश्वास गर्नुहोस् । पल पल यस पललाई सम्झनुहोस् । हस्तक्षेपकारी विचारहरू रोक्न र तिनीहरूलाई साँचो विचारहरूले प्रतिस्थापन गर्ने अभ्यास गर्नुहोस् ।[६०७]

जान्नुहोस् के कुराले शारीरिक विचार जगाउँछ । के कुराले **तपाईलाई** समस्या दिन्छ सो जान्नुहोस् । यसलाई आफ्नो जीवनबाट काट्नुहोस् । यसलाई मृत्युमा राख्नुहोस्! यदि यो धेरै कट्टरपन्थी सुनिन्छ भने, यसलाई मबाट मात्र नलिनुहोस्; येशूबाट लिनुहोस् । कामुक विचारहरूको सन्दर्भमा, उहाँले भन्नुभयो: "यदि तिम्रो दाहिने आँखाले तिमीलाई पाप गर्न लाउँछ भने त्यसलाई निकालेर फालिदेऊ, किनभने तिम्रो सम्पूर्ण शरीर नरकमा फालिनुभन्दा बरु तिम्रा अङ्गहरूमध्ये एउटा गुमाउनु तिम्रो निम्ति हितकारी हुन्छ ।"[६०८]

---

६०४ १ तिमोथी ४:१६, *ईङ्ग्लिश स्ट्याण्डर्ड भर्जन*

६०५ तीतस २:११-१२, *ईङ्ग्लिश स्ट्याण्डर्ड भर्जन*

६०६ गलाती ५:२३

६०७ फिलिप्पी ४:८

६०८ मत्ती ५:२८-२९

के तपाईं पवित्रताको बारेमा यति गम्भीर हुनुहुन्छ? के तपाईं आफ्नो मन र परमेश्वरप्रतिको आफ्नो स्नेह जोगाउन पीडादायी, असहज बलिदानहरू गर्न तयार हुनुहुन्छ? लामो समयदेखि बाइबल कलेजका अध्यक्ष डा. माइकल एभरीले आफ्नो अफिसमा बयान दिन आएका युवकको कथा बताउँछन् । उसले पोर्नोग्राफिक वेबसाइटहरू हेरिरहेको थियो, तर उनले भने कि उनी धेरै दु: खी थिए र अध्यक्ष एभरीले उनलाई माफ गरेर शुद्धताको लागि जवाफदेही बनेको चाहे । उनी *साह्रै* इमानदार, धेरै टुटेको देखिन्थ्यो । केही हप्तापछि उही जवान मानिस फेरि उही स्वीकारोक्ति लिएर आयो र केहि हप्ता पछि, फेरि त्यहिँ लिएर आए । अन्तमा, अध्यक्ष एभरीले ती युवकको आँखामा हेरे र उसको परीक्षण गरे । "मलाई लाग्छ तिमी शुद्धता चाहन्छौ, तर म निश्चित छैन । यदि तिम्रो कम्प्युटरले तिमीलाई फेरि पाप गर्न लगाउछ भने, तिमी यसलाई अरु कसैलाई दिने, बेच्ने वा हथौडाले टुक्रा टुक्रा पार्नेछु भनेर के तिमी आज प्रतिबद्धता गर्न इच्छुक छौ?" युवकले त्यसो कुनै हालतले पनि नगर्ने बताए । त्यो त ठुलो त्याग हुनेछ । विद्यालयका लागि कम्प्युटर चाहिने उनले बताए । "त्यसो भए तिमी साञ्चै शुद्धताको बारेमा अझै गम्भीर छैनौ!" अध्यक्ष एभरीले जवाफ दिए ।

जो सुरक्षाकवचहरू निर्माण गर्न र आत्मिक आनन्दको खोजीमा केही आराम र सुविधाहरू वञ्चित गर्न इच्छुक छैनन् तिनीहरूले वास्तवमा शुद्धता चाहँदैनन् । अय्यूबले गवाही दिए, "मैले मेरा आँखाहरूसँग करार बाँधेको छु । त्यसोभए मैले किन एउटी जवान युवतीलाई हेर्ने?" यो एउटा **निर्णायकताको** प्रमाण हो जसले विजयतर्फ डोर्याउछ ।

यदि तपाईं पवित्र हुन चाहनुहुन्छ भने, त्यस्ता परीक्षामा पार्ने कार्यक्रमहरू नहेर्नुहोस्, किताबहरू नपढ्नुहोस्, वा इन्टरनेट साइटहरूमा नजानुहोस् । तपाईंको शरीरलाई चाहने ठाउँहरूबाट र मानिसहरूबाट भाग्नुहोस् । तपाईं अर्को तिर के छ भनेर जतिसुकै उत्सुक भएपनि प्रलोभनको ढोका नखोल्नुहोस् । यदि तपाइँ विजयी हुन चाहनुहुन्छ भने, तपाइँले योसेफले जस्तै गर्नु पर्छ र प्रलोभनको प्रयासबाट भाग्नु पर्छ । यसलाई बानी बनाउनुहोस्!

पावलले तिमोथीलाई लेखे, "युवाका अभिलाषाहरूबाट पनि भाग ।"[६०९] वासना भोको सिंह जस्तै हो । तपाईंको दिमागको ढोकामा यसको नङ्ग्रा खुट्टा पस्न नदिनुहोस् । एकचोटि तपाईंले आफ्नो मनको ढोका खोल्नुभयो भने, सिंह (वासना)ले त्यसको भोक क्षणभरको लागि तृप्त गर्न खाइहाल्छ; र ऊ आफै कहिल्यै छोडेर जादैन । पावलले तिमोथीलाई भनेका छन् कि यदि ऊ साँच्चै पवित्र हुन चाहन्छ भने, ऊ वासनाको बङ्गाराबाट भाग्नुपर्छ । उसले तर्कसंगत, न्यायोचित, वा परमेश्वरले निषेध गरेको कुरामा आफूलाई सन्तुष्ट पार्ने विचार गर्नु हुँदैन ।

३. परमेश्वरको आनन्दको पछि लाग्नुहोस्: तर पवित्र हृदयले प्रभुलाई पुकार्नेहरूसँगै धार्मिकता, विश्वास, प्रेम, शान्तिको पछि लाग ।[६१०]

मेरो लागि सीमा भन्दा बाहिरका चीजहरूको लागि मेरो स्वाद गुमाउने सबैभन्दा राम्रो तरिका भनेको स्वर्गीय, अनन्त चीजहरूको धेरै उत्कृष्ट आनन्द र आनन्दको स्वाद लिनु हो । परमेश्वरको उपस्थितिमा एक क्षणले पापपूर्ण सुखलाई तुलना गर्दा सुस्त देखाइदिन्छ । धार्मिकताको पछि नलागी वासनाबाट भाग्नुले वासनालाई कहिल्यै टाढा पुर्याउदैन । विजयी पुरुष र महिलाहरू ती हुन् जो धार्मिकताको चर्को खोजीमा छन् -तिनीहरुले तिनीहरूको हृदय र दिमागलाई ती चीजहरूले भर्छन् जुन कुराहरुले उनीहरूको परमेश्वरसँगको हिँडाइलाई बलियो बनाउँदछ र परमेश्वरको आनन्द बढाउँदछ! तिनीहरूले परमेश्वरसँगको सङ्गतिको आनन्द लिन्छन्, स्वस्थ घनिष्टता खेती गर्छन्, असल पुस्तकहरू पढ्छन्, परमेश्वरले दिनुभएको वरदानको विकास र प्रयोग गर्छन्, र परमेश्वरको राज्य निर्माण गर्छन् । तिनीहरू आफ्नो दिमागलाई निष्क्रिय हुन दिँदैनन् । तिनीहरू जान्दछन् कि निष्क्रिय दिमाग शैतानको खेल मैदान हो!

---

६०९ २ तिमोथी २:२२

६१० २ तिमोथी २:२२

४. प्रत्येक विचारलाई परमेश्वरको वचनमा कैद गर्नुहोस् । "किनकि हाम्रो युद्धका अस्त्र-शस्त्र सांसारिक होइनन्, तर किल्लाहरू नाश गर्ने ईश्वरीय सामर्थ्य तिनमा छ । परमेश्वरका ज्ञानको विरुद्धमा खड़ा हुने बहसहरू र हरेक अहङ्कारपूर्ण बाधालाई हामी नाश गर्छौं, र हरेक विचारलाई ख्रीष्टको आज्ञापालन गर्नलाई वशमा पार्छौं ।[६११]

विजयको साचो भनेको हरेक विचारलाई परमेश्वरको वचनको दास बनाउनु हो । अर्को शब्दमा, प्रत्येक विचारलाई धर्मशास्त्रको सत्यता विरुद्ध जाँच्नुहोस् । स्टीफन आर्टरबर्न र फ्रेड स्टोकरले पुरुषहरूलाई यौन प्रलोभनहरू माथि जित्न मद्दत गर्न पुस्तकहरूको श्रृंखला लेखेका छन् । तिनीहरूले मानिसहरूलाई सिकाउने व्यावहारिक चीजहरू मध्ये एउटा भनेको तिनीहरूले "आँखा उछाल" भन्ने अनुशासन सिक्नु हो । अर्को शब्दमा, निषेधित फल देख्दा चाँडै टाढा हेर्ने अनुशासन अभ्यास गर्नुहोस् ।[६१२] यो एक शक्तिशाली, जीवन परिवर्तन अनुशासन हुन सक्छ । तर तिनीहरू यो पनि भन्छन् कि आँखा उछालको अनुशासन बाइबलको सत्यसंग: निरन्तर पुष्टि गर्न दिमागको प्रशिक्षण बिना पूरा हुनेछैन ।

- "मेरो आफ्नै अधिकार छैन ।"
- "म मुल्यमा किनिएको छु ।"
- "म परमेश्वरको प्रेमको-दास हुँ ।"

फ्रेड स्टोकर लेख्छन्,

> यो बन्धनबाट पूर्ण रूपमा बाहिर निस्कनको लागि, तपाईं आफ्नो आँखा उछाल्ने अनुशासनले मात्र रोक्न सक्नुहुन्न ... तपाईंले दोस्रो ढोकाबाट अर्को एक कदम चाल्नु पर्छ, जुन येशू जस्तै सोच्नको निम्ति परमेश्वरको वचनद्वारा रूपान्तरण हुनुपर्दछ ।
>
> येशूले कसरी सोच्नुभयो? अक बिनाको नोकर जस्तै । उहाँले आफ्नो पिताको खातिर धार्मिकतालाई प्रेम गर्नुभयो र दुष्टतालाई घृणा गर्नुभयो (हेर्नुहोस् हिब्रू १:९) ; र उहाँले हामीलाई उहाँको पिताको लागि मूल्यमा किन्न सक्ने सेवक बन्न आफ्नो अधिकार त्याग्न रोज्नुभयो ।
>
> र अब जब हामी मूल्य मा किनिएका छौ, हामीले येशू जस्तै सोच्नै पर्छ । हामी अब आफ्नो होइनौ, र उहाँ बिना हाम्रो आफ्नै अधिकार छैन... "यौन अनैतिकताबाट भाग... तिमीहरू स्वयम्आफ्नै होइनौ; तिमीहरू मोल तिरेर किनिएका हौ । त्यसैले आफ्नो शरीरले परमेश्वरको आदर गर" (१ कोरिन्थी ६:१८-२०) ।
>
> यौनको शुद्धता लागि मेरो लडाईको समयमा, मैले (फ्रेड) यस पदलाई कोर कर्नेलमा आसुत गरें, जसले अन्ततः मेरो दिमागलाई पूर्ण रूपमा परिवर्तन गर्यो:
>
> **तपाईलाई त्यो हेर्ने वा त्यसको बारेमा सोच्ने अधिकार छैन; तपाईसँग अधिकार छैन ।**
>
> जब तपाईंको दिमाग यस्तो सोच्नको लागि साँच्चै परिवर्तन हुन्छ, जसलाई हामी "परीक्षाको मृत्यु" भन्छौ, तपाईंले यसलाई अनुभव गर्नुहुनेछ ।[६१३]

---

६११ २ कोरिन्थी १०:४-५, *ईङ्ग्लिश स्ट्याण्डर्ड भर्जन*

६१२ उत्पत्ति २:१७

६१३ स्टीफन आर्टरबर्न र फ्रेड स्टोकर, *हरेक मानिसको चुनौती* (कोलोराडो स्प्रिंग्स: वाटरब्रुक प्रेस, २००४), ५३-५४

यदि तपाईं एक शुद्ध विचार जीवन चाहनुहुन्छ भने, परमेश्वर, पाप, आफैं, र परमेश्वरको वचनमा आज्ञाकारी नभएका अन्य मानिसहरूको बारेमा हरेक अविचलित विचारलाई कब्जा गर्नुहोस् । दिन रात वचनमा ध्यान गर्नुहोस् ।[६१४] ख्रीष्टमा तपाई को हुनुहुन्छ र तपाई कसको हुनुहुन्छ भनेर वचनलाई सिकाउन दिनुहोस् । तपाईं धर्मशास्त्रमा जति संतृप्त हुनुहुनेछ, त्यति नै तपाईंले कामुकताको बारेमा सही रूपमा सोच्नुहुनेछ । सायद तपाईंले दुर्वयवहार भोग्नुभएको छ होला । सायद एक ख्रीष्टियन पुरुषको हैसियतमा पनि तपाईं समान लिङ्ग प्रतिको आकर्षणको संघर्ष गर्नुहुन्छ होला, जुन आजको संसारमा असामान्य छैन । आफैलाई परमेश्वरको वचनमा संतृप्त गर्नुहोस् र हरेक विचारलाई बन्दी बनाउनुहोस् ।

पुरुषहरू, अरूको बारेमा सोच्ने अभ्यास गर्नुहोस्, काल्पनिक वा आत्म-सन्तुष्टिको लागि प्रयोग गरिने वस्तुहरूको रूपमा होइन, तर परमेश्वरको स्वरूपमा बनाइएका व्यक्तिहरूको रूपमा, परमेश्वरले माया गर्नुभएका र हेरचाह गरिएको रूपमा, परमेश्वरले आफ्नो एकमात्र पुत्रलाई तिनीहरूको लागि मर्न पठाउनुभएको बहु मुल्यतामा सोच्ने अभ्यास गर्नुहोस् । पवित्र आत्माद्वारा, आदर र सम्मानको हकदार हुने अनन्त मूल्यका व्यक्तिहरूको रूपमा पुरुष र महिलाहरूलाई सोच्न आफैलाई तालिम दिनुहोस् । पावलले तिमोथीलाई "युवा नारीहरूलाई दिदीबहिनीहरू सरह र शुद्धतासाथ" व्यवहार गर्न सिकाए ।[६१५] परमेश्वरको कृपाले यसरी सोच्न आफैलाई तालिम दिनुहोस्, र तपाईंले परिवर्तनको अनुभव गर्नुहुनेछ ।

५. स्वीकार्नु अभ्यास गर्नुहोस् र जवाफदेही बन्नुहोस्: "तिमीहरू एकले-अर्कासँग आ-आफ्ना पाप स्वीकार गर, तिमीहरू निको हुनलाई एउटाले अर्काको निम्ति प्रार्थना गर ।" धर्मी मानिसको प्रभावकारी, उत्कट प्रार्थनाले धेरै प्रभाव पार्छ ।"[६१६]

यदि तपाईं आफ्नो विचार जीवनमा संघर्ष गर्दै हुनुहुन्छ भने, म गवाही दिन सक्छु कि त्यहाँ स्वीकारको नम्र कार्यमा निको पार्ने शक्ति छ । हामीले टुटेको बारेमा पाठमा सिकायौं, घमण्ड अनुग्रहको लागि सबैभन्दा ठूलो बाधा हो । तर भाँचिएको र पछुताएको हृदयलाई परमेश्वरले जवाफ दिनुहुन्छ । यो मेरो कथा हो ।

झण्डै बीस वर्षअघि हाम्रो छोरा जेसी (त्यतिखेर ४ वर्षको हुँदा) (आँखाको) क्यान्सरबाट पीडित हुँदा मैले सात दिनको उपवास बस्ने निर्णय गरें । मेरी श्रीमती बेकी र म सायद हाम्रो अविश्वासले परमेश्वरले हाम्रो सानो छोरालाई निको पार्नबाट रोकेको थियो भनेर चिन्तित थियौं । केही असल ख्रीष्टियन मित्रहरूले यो संकेत गरेका थिए । हाम्रो मन दुखिरहेको थियो । हामी साह्रै दिक्क भयौं । हामीलाई थाहा थियो कि एउटै मात्र जवाफ परमेश्वर र उहाँको वचन हो । हामीले उहाँलाई खोज्नु पर्ने थियो । हाम्रो हृदयले शान्ति नपाएसम्म हामी उहाँको इच्छा खोज्ने थियौ । यस उपवासको समयमा, प्रभुले मसंग (बेकीसंग पनि) अद्भुत तरिकामा भेट्नुभयो । उहाँले मलाई जेसी र हाम्रो परिवारको लागि आफ्नो हेरचाहको आश्वासन दिनुभयो । र, उहाँले हामीलाई उहाँको इच्छामा पूर्ण विश्राम दिनुभयो ।

तर यस उपवासको समयमा, परमेश्वरले मलाई अर्को तरिकामा मुक्त गर्नुभयो जुन मैले सोचेको थिएन । छैटौं साँझ जब मैले मेरा बच्चाहरूको निम्ति बाइबलको कथा पढिरहेको थिएँ, पवित्र आत्माले मेरो हृदयमा स्पष्ट रूपमा बोल्नुभयो जुन मैले कहिल्यै त्यसरी सुनेको थिइन । उहाँको आवाज एक शक्तिशाली र पूर्णतया अप्रत्याशित विचारको रूपमा आयो - एक विचारमा मात्र होइन, तर स्वतन्त्रताको निमन्त्रणाको रुपमा आयो: "यदि तिमीले तिम्रो ख्रीष्टियन जीवनमा समय-समयमा तिमीलाई पिरोलेको कुरा स्वीकार गर्यौ भने, म तिमीलाई मुक्त गर्नेछु ।" मलाई तुरुन्तै थाहा थियो कि मैले कसलाई स्वीकार गर्न आवश्यक छ । म स्तब्ध भएँ र, एक क्षणको लागि, डराए । "म यसको बारेमा कुरा गर्न सक्दिन," मैले सोचें । "यो अपमानजनक थियो!" तर अर्को क्षण, मैले मेरो हृदयलाई "हो!" यस्तै गर्नु पर्छ भनेको भेट्टाए । यो आवाज यति प्रेममय तरिकामा आएको थियो, कि म स्वतन्त्र हुन चाहन्थे ।

---

६१४ भजनसंग्रह १:२

६१५ १ तिमोथी २:२

६१६ याकूब ५:१७

भोलिपल्ट म मेरो भरपर्दो साथीसँग बसेँ र मैले भित्र गहिराइमा लुकेका सबै कुरा स्वीकार गरें जुन कुरा म र परमेश्वर बाहेक अरू कसैले देख्न सक्दैनथे । म पापमा जिइरहेको थिइन; तर मैले मेरो हृदय कहिल्यै खोलेको थिइन र मेरो असफलतालाई खुल्ला रुपमा ल्याएको थिइन, त्यसले ममाथिको त्यसको पकड पूर्ण रूपमा गुमाएको थिएन । बेलाबेलामा म गिर्ने गर्थे । स्वीकारको क्षण मेरो लागि निको पार्ने र स्वतन्त्रताको प्रक्रिया सुरु भएको क्षण थियो । यस क्षणबाट, स्वीकार र उत्तरदायित्व एक बानी भयो जुन प्रभुले ममा परिवर्तनको प्रक्रिया जारी राख्न प्रयोग गर्नुभएको छ । एउटा कुरा मैले सिकेको छु कि प्रलोभनले आफ्नो पकड गुमाउँछ जब यो लगातार खुला रुपमा ल्याइन्छ ।

यदि तपाईं आफ्नो विचार जीवनमा संघर्ष गर्नुहुन्छ भने, यदि तपाईं कामुक विचारहरू वा अन्य कुनै प्रकारको अशुद्धतासँग संघर्ष गर्नुहुन्छ भने, म तपाईंलाई आत्माले भरिएको साथी वा अगुवा खोज्न चुनौती दिन्छु । आफ्नो आवश्यकता बाड्नुहोस्; र तिनीहरूलाई तपाईंको लागि प्रार्थना गर्न दिनुहोस् । र आफैलाई नियमित रूपमा जवाफदेही बनाउनुहोस् । स्वीकार र जवाफदेहिताको अभ्यासमा शक्ति छ । तर अन्य सल्लाहहरू पनि नबिर्सनुहोस् । अझै सजग रहनु पर्नेछ, अझै भाग्नु पर्नेछ, अझै "होइन!" भन्नु पर्नेछ, अझै पनि धार्मिकताको पछि लाग्नुपर्छ, र अझै पनि हरेक विचारलाई बन्धक बनाउनु पर्छ ।

» तपाईंको समूहमा दुई वा तीन जना व्यक्तिहरूलाई शुद्ध विचार जीवनको लागि कुन व्यावहारिक अनुशासनहरूले उनीहरूलाई सबैभन्दा बढी प्रभाव पार्छ भन्ने बारे कुरा गर्न सोध्नुहोस् । किन?

किथ ड्रीबाट एउटा अन्तिम याद दिलाउने कुरा:

> प्रयास गरेर तपाईंले कहिल्यै पूर्णतया [वासना] लाई हराउनुहुनेछैन, यद्यपि तपाईंले प्रयास गर्नुपर्छ । तपाईंले कडा परिश्रम मार्फत यो टाँसिने बानीलाई कहिल्यै हराउनुहुनेछैन, यद्यपि तपाईंले काम गर्नुपर्छ । येशूले मात्रै मनको यो दुष्ट आत्मालाई बाँध्न सक्नुहुन्छ । यी चोरहरूलाई तपाईंको हृदयको मन्दिरबाट भगाउन सक्ने परमेश्वरको पुत्र मात्र हुनुहुन्छ । परमेश्वरले तपाईंलाई छुटकारा दिन सक्नुहुन्छ । र यदि तपाईंले उहाँलाई अनुमति दिनुभयो भने उहाँले गर्नुहुनेछ ।[६१७]

६१७ किथ डरी, *सोल शेपर* (इन्डियानापोलिस: वेस्लीयन पब्लिशिङ हाउस, २०१३), १७३

पाठ ११ को गर्नुपर्ने कार्यहरु

१. यस पाठको सामग्रीमा आधारित जाचँ लिनुहोस् ।

२. पवित्र आत्मालाई अन्तर्दृष्टि दिनुहोस् भन्नका लागि, धर्मशास्त्रका पदहरू सहित यस पाठको समीक्षा गर्न यो हप्ता कम्तिमा तीस मिनेट समय दिनुहोस् ।

३. तपाईको जीवनमा गर्नु पर्ने कुनै पनि विशेष परिवर्तनहरू तपाईको नोट कापीमा रेकर्ड गर्नुहोस्, जसरी प्रभुले तपाईलाई प्रकट गर्नुहुन्छ ।

४. तपाईंको दैनिक उपासनाको समयमा कम्तिमा एउटा भजनसंग्रह मनन गर्नुहोस्, र भजनरचयिताले परमेश्वरको स्वभाव र चरित्रको बारेमा के भन्दैछ सो तपाईंको दैनिकी नोटमा रेकर्ड गर्नुहोस् ।

५. यस पाठमा आधारित आत्मिक रूपान्तरण र वृद्धिको लागि आफ्नो नोट कापीमा व्यक्तिगत प्रार्थना लेख्नुहोस् ।

६. तपाईंको दैनिक व्यक्तिग प्रार्थनामा डा. ब्राउनको *दैनिक प्रार्थना निर्देशिका* प्रयोग गरेर अभ्यास गर्नुहोस् ।

पाठ ११ को जाँच

१. यस पाठमा दिइएको व्यक्तिगत अनुशासनको परिभाषा के हो?

२. ख्रीष्टियानका लागि व्यक्तिगत अनुशासन महत्त्वपूर्ण हुने दुईवटा कारणहरू के के हुन्?

३. पाठ ११ मा उल्लेख गरिएका दुई व्यक्तिगत अनुशासनहरू के हुन्?

४. याकूबको अनुसार सिद्ध मानिस को हो?

५. जिब्रो नियन्त्रणको विषयमा पदहरू सहित तीन व्यावहारिक सुझावहरू दिनुहोस् ।

६. शुद्ध विचारपूर्ण जीवनको चार व्यावहारिक सुझावहरूको नाम लेख्नुहोस् ।

पाठ १२

भोक, समय, स्वभाव, र व्यक्तिगत विश्वास

व्यक्तिगत अनुशासन

पाठ ११ को समीक्षा

कक्षाको अगुवालाई नोट: पाठ ११ मा सिकेका व्यक्तिगत अनुशासनका क्षेत्रहरूको समीक्षा गर्नुहोस्। विद्यार्थीहरूमा पाठ ११ बाट आफ्नो व्यक्तिगत प्रार्थना बाड्न को इच्छुक हुनुहुन्छ भनेर सोध्नुहोस्।

पाठका उद्देश्यहरू

१. ख्रीष्टको स्वरूपमा आकारित हुनको लागि व्यक्तिगत अनुशासनको महत्त्व बुझ्नुहोस्।

२. उसको भोक, समय र स्वभावलाई कसरी तालिम दिने र यी अनुशासनहरूलाई व्यवहारमा कसरी राख्ने भन्ने बारे थप व्यावहारिक समझ प्राप्त गर्नुहोस्।

३. व्यक्तिगत विश्वासको विकासको महत्त्व सिक्नुहोस्।

जीवनका तस्बिरहरू

एक पास्टर

यस पाठ्यक्रममा काम गर्दा, मैले एक वृद्ध पास्टर साथीसँग संगतिको आनन्द उठाएँ। हाम्रो कुराकानीको क्रममा, उनले स्वीकार गरे कि उनको जीवन र सेवकाई भरीको सबैभन्दा ठूलो संघर्ष अल्छीपन हो। "म धेरै सुत्ने र थोरै प्रार्थना गर्ने परीक्षामा परे!" उनले स्वीकार गरे। "जब म निरुत्साहित वा बोर महसुस गर्छु, प्रार्थना वा अध्ययनको गर्नुको सट्टा, म आवश्यक भन्दा बढी

लामो समयसम्म सुत्छु ।" असल समाचार यो हो कि मेरो साथी अझै कोमल छ र प्रभुलाई उसलाई रूपान्तरण गर्न दिन प्रतिबद्ध देखिन्छ । एक साँझ, हाम्रो कुराकानीको केही समयपछि, उनले आफ्नो मण्डलीलाई प्रार्थना गर्ने मानिस बन्ने उनको मनसायको बारेमा कुरा गरे । उसले बुझ्छ कि यो प्रतिबद्धतालाई पछ्याउन सजिलो हुनेछैन तर पवित्र आत्मा द्वारा सक्षम भएको व्यक्तिगत अनुशासन चाहिनेछ ।

एक आमा

हामीले एकपल्ट चेला बनाउने प्रयास गरेकी एउटी जवान आमा आत्मिक रूपमा धेरै अस्थिर थिइन् । तिनीसंग परमेश्वरको लागि साँचो भोक थियो, तर तिनको व्यक्तिगत अनुशासनको कमीले गर्दा तिनी र तिनको परिवारलाई दुःख दिन्थिन् । धुने लुगाको थुप्रो जम्मा हुन्थ्यो, र फोहोर भाँडाहरूले सिङ्क भरिएर र उसले तिनीहरूलाई धुनु अगि भाडा धुने ठाँउ ढाकिन्थ्यो । उनको भक्तिपूर्ण जीवन अत्यन्तै अनियमित थियो । खराब खानपान र व्यायामको कमीका कारण उनी अस्वस्थ थिइन् । उनको श्रीमान र छोराछोरीको हेरचाह हुदैनथ्यो । उनको आफ्नै छनोटद्वारा, उनको स्व-अनुशासनको कमीले उनको आत्मिक जीवनलाई धेरै असन्तुष्ट बनायो । वर्षौंको संघर्ष पछि, उनी अन्ततः व्यक्तिगत अनुशासनको बारेमा गम्भीर भइन्, र उनको कथा परिवर्तन हुन थाल्यो ।

ठूलो विचार

ख्रीष्टको स्वरूपमा हुर्कनुलाई व्यक्तिगत अनुशासनबाट अलग गर्न सकिँदैन । यस पाठ र अन्तिम पाठमा, हामी व्यक्तिगत प्रशिक्षण वा अनुशासन आत्मिक गठनको लागि अत्यावश्यक हुने क्षेत्रहरूमा छलफल गर्दैछौं:

१. जिब्रो
२. यौन इच्छा सहित, विचारपूर्ण जीवन
३. भोक
४. स्वभाव
५. समय
६. व्यक्तिगत दोषसिद्धिहरु

हामीले यी मध्ये पहिलो दुई व्यक्तिगत अनुशासनहरू जाँचेका छौं । यस पाठमा हामी अन्तिम चारको बारेमा कुरा गर्नेछौं ।

ख्रीष्टियन जीवनमा सफलता - येशू ख्रीष्टको छवि बोक्ने - सीधै हामी आफैलाई निपुण बनाउन कत्तिको प्रभावकारी छौं भन्ने कुरामा सम्बन्धित छ । व्यक्तिगत अनुशासनले परमेश्वरमा हाम्रो आनन्दको साथै परमेश्वरको महिमा गर्ने र उहाँको सुसमाचारलाई अगाडि बढाउने हाम्रो क्षमतालाई बढाउँछ । दाऊदको जीवनले यसलाई चित्रण गर्छ ।

एक जवान गोठालो केटाको रूपमा, दाऊद वीणा, घुयँत्रो र कवितामा निपुण थिए । यी साना नियन्त्रणहरुले ठूलो प्रभावको ढोका खोलिदिए र उनको कल्पनाभन्दा बाहिरका अवसरहरू प्रदान गरे । वीणाले उसलाई राजासामु ल्यायो । घुयँत्रोले उनलाई सम्मान, र अन्ततः एक राज्य जितायो; र आफ्नो कविता मार्फत, उनले अझै पनि हरेक दिन लाखौंको भक्तिपूर्ण जीवनलाई प्रोत्साहन, प्रभाव, र आकार दिन मद्दत गर्दछ ।

सायद तपाईं साना कुराहरू साँच्चै महत्त्वपूर्ण छैन भनेर सोच्न प्रलोभित हुनुहुन्छ होला, तर तिनीहरू गहत्वपूर्ण छन् । साना साना कुराहरूमा विश्वासयोग्यता महत्त्वपूर्ण छ । एमी कारमाइकलले आफ्ना पाठकहरूलाई चुनौती दिए,

सबै कुरा, एउटा सानो कुरा पनि महत्त्वपूर्ण छ । यदि तपाईंले सबै कुरा, चाहे ठूलो होस् वा सानो, प्रभुको खातिर गर्नुहुन्छ भने, त्यसपछि उहाँले तपाईंको लागि रोज्नुभएको पछिका जुनसुकै काम गर्न पनि तयार हुनुहुनेछ ।[६१८]

परिचय

व्यक्तिगत अनुशासन त्यति सजिलो छैन जति सजिलो होस् भनी हामी चाहान्छौं! एक दिन मेरी श्रीमती बेकीले हाम्री एउटी छोरी क्यारीलाई आफ्नी बहिनीप्रति रिसाएको कारण अनुशासनमा राखिन् । क्यारी त्यतिबेला तीन वा चार वर्षकी मात्र थिइन् । "तिमिले वास्तवमै आत्म-नियन्त्रण प्राप्त गर्नको लागि प्रभुलाई सहायता माग्नुपर्छ," बेकीले भनीन् । क्यारी आफ्नो कोठामा गायब भइन् र केही मिनेट पछि अनुहारमा ठूलो मुस्कान सहित उनी देखा परिन्! "तिमी किन मुस्कुराउँदैछौ प्रिय ? तिमी किन यति खुसी छौ?" आमाले सोध्नुभयो । "किनभने मैले आत्मसंयमको लागि प्रार्थना गरें!" उनले भनिन् । धेरै ख्रीष्टियनहरू जस्तै, क्यारीले सोचिन् कि आत्म-नियन्त्रण भनेको परमेश्वरले उनलाई तुरुन्तै दिनुहुनेछ । तर, क्यारीको बुबाको रूपमा, मैले देखेको छु कि उहाँले त्यसो गर्नुभएन!

» व्यक्तिगत अनुशासनको वर्षौं आवश्यक पर्ने क्षेत्रहरूमा तत्काल परिपक्कता खोज्ने प्रवृत्ति के तपाईंले मण्डली भित्र देख्नुहुन्छ?

अनुशासित ख्रीष्टियनहरू सबैभन्दा आनन्दित हुन्छन्

अनुशासित व्यक्तिहरू गम्भीर र आनन्दविहीन हुन्छन् भन्ने धारणा छ । हामीले यसलाई कसरी हेर्छौं त्यसमा भर पर्छ । जब ओलम्पिकका खेलाडीहरूले आफ्नो खेल अभ्यास गर्छन्, तिनीहरूले पक्कै पनि आफ्नो भागको पीडा सहन्छन्; तर तिनीहरू प्रतिस्पर्धाको आनन्द र स्वर्ण पदक लगाउने मौकाको लागि गर्छन् । जब किसानले जमिनमा खेती गर्छ र बीउ रोप्छ, उसले आफ्नो भागको पीडा सहन्छ; तर उसले फसलको आनन्दको लागि यो गर्छ । "जो रुँदै-रुँदै बीउ बोकेर छर्न जान्छ, त्यो फसलका बिटाहरू बोकेर आनन्दले गीत गाउँदै फर्कनेछ ।"[६१९] र जब ख्रीष्टियनहरूले आफूलाई आत्मिक र व्यक्तिगत रूपमा अनुशासित गर्छन्, तिनीहरू त्यसो गर्छन् किनभने यसले परमेश्वरमा फस्टाउने जीवनतर्फ डोऱ्याउँछ । हामीले अनुशासित पुरुष वा महिलालाई कहिल्यै बिचारा सोच्नु हुँदैन । परमेश्वरको कृपाले, उनीहरूले जीवनबाट धेरै लाभ उठाइरहेका छन् ।

व्यक्तिगत अनुशासनका महत्वपूर्ण क्षेत्रहरू: हाम्रो भोकहरुलाई नियन्त्रण गर्नु

बिना कुनै प्रश्न, भोक सबै व्यक्तिगत अनुशासनहरू मध्ये सबैभन्दा कठिन हो; विशेष गरी जब यो खानेकुराको विषयमा हुन्छ । जीवनलाई कायम राख्नको लागि मात्र होइन, तर हाम्रो व्यक्तिगत आनन्दको लागि परमेश्वरले खाना प्रदान गर्नुभएको हो । तर, यो उहाँको ठाउँ लिने कुरा को रुपमा कहिल्यै थिएन । यो कहिले पनि परम सान्त्वना र सन्तुष्टि प्रदान गर्नको लागि थिएन । तपाईं चाहे गरिब देशमा बस्नुहोस् वा धेरै समृद्ध देशमा बस्नुहोस् यसले कुनै फरक पर्दैन, आत्मिक प्रगतिको लागि आफ्नो भोकलाई तालिम दिनु महत्त्वपूर्ण छ ।

पश्चिममा, केही ख्रीष्टियनहरूले घिचुवापन र आत्म-भोगको भावनालाई सामान्य बनाएका छन् । हाम्रो दराजमा एक दर्जन जोडी भए पनि हामी नयाँ जोडी जुत्ताहरू निरन्तर किनिरहन्छौं! हामी आफ्नो क्षमता भन्दा बाहिर बाँचिरहेका छौं र ऋणमा

---

६१८ एमी कारमाइकल, *अँध्यारोमा दियो ।* (फोर्ट वाशिङ्टन, पिए: सिएलसि प्रकाशन, २०१२), १६

६१९ भजन १२६:६

पर्छौं। हामी "तपाईंले खान सक्नुहुने सबै" रेस्टुरेन्टहरू छनौट गर्छौं ताकि हामी आफैंलाई घाटी गर्न सक्छौं। तर धर्मशास्त्रमा स्पष्ट छ, "पुरस्कारको लागि प्रतिस्पर्धा गर्ने हरेक मानिस **सबै** थोकमा आत्मसंयमी हुनुपर्छ।"[६२०]

किन हाम्रो भोकलाई जित्नु आत्मिक निर्माणको लागि महत्त्वपूर्ण छ

१. **हाम्रो भोकले हाम्रो जीवनको दिशा निर्धारण गर्छ।** "किनकि जहाँ तिम्रो धन छ, त्यहाँ तिम्रो मन पनि हुनेछ।"[६२१]

येशूले सिकाउनुभयो कि हामी सधैं आफूले चाहने कुराहरू खोज्छौं - चाहे त्यो हाम्रो पेटको लालसा होस्, यौन, सम्पत्ति, वा शक्तिको लागि उत्कट इच्छा होस्, वा परमेश्वरको लागि हाम्रो हृदयको चाहनाहरु होस्। हाम्रो हृदय हामीले मूल्य निर्धारण गर्न छनौट गर्ने चीजहरूद्वारा बनेको हुन्छ। यदि तपाईं एक पुरुष वा महिला हुनुहुन्छ जसमा अतिभोग गर्ने प्रवृत्ति छ भने, तपाईंले यो थाहा पाउनु पर्छ कि यसले तपाईंको आत्मिक प्रगतिमा बाधा पुर्याइरहेको छ।

हितोपदेशले भन्छ, "यदि तेरो खन्चुवा बानी छ भने, तेरो घाँटीमा चक्कू राख्।"[६२२] जोन वेस्लीले यस पदको व्याख्या गरे, "तिम्रो भोकलाई यसरी रोक, मानौं एक मानिस तिम्रो घाँटीमा छुरी लिएर उभिएको छ"![६२३] यो उस्तै प्रकारको कट्टरपन्थी आत्म-संयम हो जुन येशूले यौन प्रलोभनको बारेमा सिकाउनुभयो।[६२४] घिचुवापन खानाको समस्या मात्र होइन। घिचुवापनलाई परिभाषित गर्दा सामान्यता आवश्यकता भन्दा बढी खपत गर्नु हो; र यसैले, यो एक मनोवृत्ति हो जुन कुनै पनि भोकमा लागू गर्न सकिन्छ, चाहे त्यो खाना होस्, पैसा, सम्पत्ति, वा शक्ति।

२. **कुनै पनि असल कुराको अति-भोगले उत्तम कुरामा हाम्रो सन्तुष्टिलाई घटाउँछ।** "धन्य हुन् धार्मिकताको भोकाउने र तिर्खाउनेहरू, किनभने तिनीहरू तृप्त हुनेछन्।"[६२५]

प्राकृतिक भोकको व्यस्तताले हाम्रो दिमागमा अनन्त थोकहरूको लागि कम ठाउँ छोड्नेछ। जोन पाइपरले यसलाई भने जस्तै: "यदि हामीले परमेश्वरको महिमाको प्रकटीकरणको लागि बलियो इच्छाहरू महसुस गर्दैनौं भने ... यो किनभने हामीले धेरै लामो समयसम्म संसारको टेबुलबाट अलि अलि खाईरहेका छौं। हाम्रो आत्मा साना कुराहरूले भरिएको छ, र त्यहाँ ठूला कुराहरूको लागि कुनै ठाउँ छैन। "[६२६]

जब म सानो केटा थिएँ, दिनमा मेरो मनपर्ने समय भनेको रातको खानाको समय थियो! वास्तवमा, यो अझै पनि हो! स्वादिष्ट, घरमा पकाएको खानाको प्रत्याशा र टेबल वरपर मेरी श्रीमती र बच्चाहरूको संगति र हाँसो जीवनको सबैभन्दा ठूलो आनन्दहरू हुन्। तर कहिलेकाहीं, विशेष गरी मेरो युवावस्थाका दिनहरूमा, जब बेलुकाको खाना अघि मेरो अधीर खाजाले यसको शुद्ध आनन्दलाई बिगारेका छन्। म खान्छु, तर सन्तुष्टिको उही गहिराइको साथ होइन। यहाँ एउटा पाठ छ: अधीरताले प्रत्याशाको भावना हटाउँछ, जसले खानालाई अझ रमाइलो बनाउँछ; र आत्मभोगी—अत्यधिक राम्रो कुराले—ख्रीष्टियनहरूको आत्मिक सन्तुष्टिको भावनालाई चोरीदिन्छ।

---

६२० १ कोरिन्थी ९:२५

६२१ मत्ती ६:२१

६२२ हितोपदेश २३:७

६२३ जोन वेस्लीको हितोपदेश २३:२ को टिप्पणीहरू

६२४ मत्ती ५:२८-३०

६२५ मत्ती ५:६

६२६ जोन पाइपरको पुस्तक, *परमेश्वरको लागि भोक,* (वुटन: क्रसवे, २०१३) एक महान स्रोत हो।

३. यदि खानाको भोक धेरै बलियो छ भने, यसले हाम्रो आत्मिक दृष्टिलाई अन्धो बनाउँछ ।

जोन ४, जब चेलाहरू खाना किन्न सामरिया गएका थिए, येशूले तिर्खाएको आत्मालाई मुक्तितर्फ लैजानुभयो । जब चेलाहरू फर्केर आए, तिनीहरूले येशूलाई खाना खान आग्रह गरे । तर उहाँले भन्नुभयो, "मसँग खानेकुरा छ जुन तिमीलाई थाहा छैन... मलाई पठाउनुहुनेको इच्छा पूरा गर्नु र उहाँको काम पूरा गर्नु मेरो भोजन हो ।"[६२७] येशूलाई पनि चेलाहरू जस्तै बाँच्नको लागि खाना चाहिन्छ । तर उहाँले आफ्ना चेलाहरूलाई तिनीहरूको वरिपरिको आत्माको काममा तिनीहरूको भोकले अन्धो बनाउन नदिन तालिम दिनुभएको थियो । उहाँले तिनीहरूलाई सिकाउनुभयो कि पितालाई मनपर्ने काम गर्नु सबैभन्दा राम्रो खाना भन्दा धेरै सन्तुष्टि दिनेछ ।

परमेश्वरका कुराहरू बाहेक हाम्रो दिमागमा कुनै पनि कुरा हावी हुनु हुँदैन । खाना र यौन इच्छाको सन्दर्भमा - यद्यपि यो सबै भोकहरूमा लागू हुन्छ - पावलले भने, "सबै कुरा मेरो निम्ति न्यायसङ्गत छन्," तर सबै कुरा फाइदाका छैनन् । "सबै कुरा मेरो निम्ति न्यायसङ्गत छन्, तर म कुनै कुराको कमारो हुनेछैनँ ।"[६२८]

वचनमा घिचुवा र मादकताको घातक पापहरू आत्मभोगको एउटै मूलबाट बग्ने भनिएको छ ।

» हेर्नुहोस् व्यवस्था २१:२० र हितोपदेश २३:२१ । धेरैजसो मानिसहरूले पेटको पापलाई कत्तिको गम्भीरताका साथ लिन्छन् भन्ने तपाईंलाई लाग्छ?

हामीलाई हाम्रो भोकलाई रोक्न मद्दत गर्न व्यावहारिक सल्लाह

१. आफु भन्दा पहिले अरुको सेवा गर्नुहोस् । यो आत्म-भोगसँग लड्ने एक राम्रो तरिका हो ।

२. सबै कुरामा मध्यस्थता तर्फ आफैलाई अनुशासित गर्नुहोस् ।

३. परिस्थितिहरू, व्यक्तिहरू, वा स्थानहरूबाट जोगिनुहोस् जसले तपाईंलाई आफ्नो भोक बढाउन प्रलोभन दिन्छन् ।

४. आफ्नो स्वास्थ्य र स्रोतहरूको वफादार भण्डारेपनतिर आफैलाई अनुशासित गर्नुहोस् ।

५. उपवास अभ्यास गर्नुहोस्, जसरी आत्मिकअनुशासनहरुमा सिकाइएको छ । परमेश्वरको लागि भोक - उपवास - जलेको भोकको आगो निभाउनको लागि एक उत्तम अनुशासन हो ।

६. संयम र संयमको लागि तपाईंको अभिप्राय परमेश्वरको आनन्द बनोस्! याद गर्नुहोस् कि व्यक्तिगत अनुशासन आफैमा कहिल्यै अन्त्य हुनु हुँदैन तर यो अनन्त थोकहरूको थप आनन्द लिने माध्यम हो ।

---

६२७ यूहन्ना ४:३४

६२८ १ कोरिन्थी ६:१२-१३

व्यक्तिगत अनुशासनका महत्वपूर्ण क्षेत्रहरू: हाम्रो स्वभावहरुलाई नियन्त्रण गर्नु

> मानिस धैर्यवान्‌हुनु लड़ाका योद्धा हुनुभन्दा उत्तम हो, आफ्नो क्रोध वशमा राख्नु सहरै कब्जा गर्नुभन्दा बेस हो।[६२९]

> पर्खालहरू भत्किएको नगरँझै आत्मसंयम नभएको मानिस हो।[६३०]

मानव व्यवहारको अध्ययन गर्ने मानिसहरूले हामीलाई सिकाएका छन् कि प्रत्येक व्यक्ति व्यक्तित्व र स्वभावको अद्वितीय संयोजन हो। विभिन्न व्यक्तित्व लक्षणहरू कहिलेकाहीं निम्न रूपमा परिभाषित गरिएको छ: [६३१]

बहिर्मुखी र अंतर्मुखी

- बहिर्मुखीहरू मानिसहरूको वरिपरि रहन मन पराउँछन् तर आफूलाई ध्यानको केन्द्र बनाउँछन्।
- अन्तर्मुखीहरू बढी चिन्तनशील हुन्छन् र एकान्तको आनन्द लिन्छन् तर धेरै आवश्यक संगतबाट पछि हट्ने प्रवृत्ति हुन्छ।

संवेदन र अन्तर्ज्ञान

- दिनचर्या र विवरणहरू र चीजहरू गर्ने व्यवस्थित तरिकाहरू जस्ता व्यक्तिहरूलाई संवेदन गर्ने तर लचिलोपनको साथ संघर्ष।
- सहज व्यक्तिहरू समस्या समाधानकर्ता हुन् र दोहोरिने गतिविधिको आनन्द लिँदैनन् तर धैर्यता र अनुगमनका साथ संघर्ष गर्छन्।

सोच र अनुभूति

- सोच्ने व्यक्तिहरू विश्लेषणात्मक, तार्किक र व्यावहारिक हुन्छन् तर अरूप्रति संवेदनशीलतासँग संघर्ष गर्छन्।
- महसुस गर्ने व्यक्तिहरू अरूले कस्तो महसुस गर्छन् भन्ने संवेदनशील हुन्छन् तर मानिसहरूलाई खुसी पार्ने प्रवृत्ति हुन्छन्।

न्याय गर्ने र बुझ्ने

- आदेश र नियन्त्रण जस्ता व्यक्तिहरूको न्याय गर्ने तर अधीरता र क्रोधको साथ संघर्ष।
- बुझ्ने व्यक्तिहरू आराममा हुन्छन् तर ढिलाइसँग संघर्ष गर्छन्।

---

६२९ हितोपदेश १६:३२

६३० हितोपदेश २५:२८

६३१ एम. रोबर्ट मुलहोलेण्ड जूनियर, *इन्भिटेशन टु अ जर्नी* (डाउनर्स ग्रोभ: इन्टरवर्सिटी प्रेस, १९९३), ५०-५६

प्रत्येक व्यक्तिले आफ्नो व्यक्तित्व र स्वभावलाई पवित्र आत्माको नियन्त्रणमा ल्याउनुपर्छ। आत्म-संयमको फल बाहेक, पवित्र आत्माद्वारा सशक्त, हाम्रा कमजोरीहरूले हाम्रो जीवनमा हावी हुनेछन् र परमेश्वरको महिमा गर्ने हाम्रो अद्वितीय क्षमतालाई नष्ट गर्नेछ।

स्वभावको क्षेत्रमा आत्म-अनुशासन प्राप्त गर्नको लागि व्यावहारिक सल्लाह

१. येशूको जीवनको अध्ययन गर्नुहोस् र पवित्र आत्माद्वारा उहाँको व्यवहारलाई अनुरूप गर्नुहोस्। हामी जति उहाँजस्तै बन्छौं, त्यति नै हाम्रो व्यक्तित्व र स्वभाव पवित्र हुँदै जान्छ।

२. ख्रीष्टमा रहेका आफ्ना भाइबहिनीहरूलाई अपमान गर्ने बाहना नबनाउनुहोस्। नम्र हुनुहोस्। असफलताबाट निराश नहुनुहोस् तर अनुग्रह खोजिरहनुहोस्।

३. परमेश्वरले तपाईलाई बनाउनु भएको व्यक्तिको निम्ति कृतज्ञ हुनुहोस्, र अरूको व्यक्तित्व र स्वभावको लागि धन्यवाद दिनुहोस्।

» तपाईंको समूहका सदस्यहरूलाई बाइबलीय पात्रहरूको व्यक्तित्व र स्वभावको शक्ति र कमजोरीहरूको केही नाम दिन लगाउनुहोस्। तिनीहरूको स्वभाव र व्यक्तित्वको कुन-कुन गुणहरू पवित्र गरिनु आवश्यक छ जस्तो लाग्छ र कुन गुणहरू कहिल्यै पवित्र हुँदैनन्?

व्यक्तिगत अनुशासनका महत्वपूर्ण क्षेत्रहरू: हाम्रो समयको प्रयोगमा अनुशासन

> आफ्नो काममा सिपालु कुनै मानिसलाई तँ देख्छस् त्यसले राजाहरूका सामु सेवा गर्नेछ। त्यसले नचिनेका मानिसहरूको सेवा गर्नेछैन।[६३२]

> ढोका आफ्नो कब्जामा यताउता फर्कँझै अल्छे आफ्नो खाटमा पल्टन्छ।[६३३]

समयको अनुशासन: जे उत्कृष्ट छ त्यसको पछि लाग्नुहोस्

समयको मामिलामा अनुशासनको मतलब यो होइन कि हामी हरेक पललाई व्यस्त गतिविधिले भर्छौं, तर हामीले हरेक पललाई उत्कृष्ट असलताले भर्न सिक्नुपर्छ: "र यो म प्रार्थना गर्दछु ... यस हेतुले कि जे उत्तम छ सो तिमीहरू खुट्ट्याउन सक।"[६३४] यदि तपाइँले एक निश्चित क्षणमा गर्न सक्नुहुने सबैभन्दा उत्कृष्ट चीज भनेको सुत्नु हो, भने सुत्नुहोस्। इन्टरनेटमा लक्ष्यबिना स्क्रोल नगर्नुहोस्। यदि सबैभन्दा उत्कृष्ट कुरा मौन ध्यान वा प्रार्थनामा बसिरहेको छ भने, सो गर्नुहोस्, अरु कुरा गर्नुभन्दा। यदि कुनै निश्चित क्षणमा सबैभन्दा उत्कृष्ट कुरा आराधना, अध्ययन, वा पढ्ने, वा तपाईंको गिटार अभ्यास, वा लेख्ने, वा लुगा धुने, वा दोस्रो भाषा सिक्ने, वा सुसमाचार प्रचार गर्ने हो भने, त्यो सबैभन्दा उत्कृष्ट काम गर्न आफैलाई अनुशासित गर्नुहोस्। यदि तपाईले गर्न सक्नुहुने सबैभन्दा उत्कृष्ट कुरा भनेको तपाईको बिरामी बच्चालाई कोमल हेरचाह गर्नु, खाना पकाउनु, आफ्नो परिवारको लागि आम्दानी प्रदान गर्नु, घर बनाउनु, साथी वा सहकर्मीसँग कुराकानी गर्नु वा परमेश्वरको

---

६३२ हितोपदेश २२:७

६३३ हितोपदेश २६:१४

६३४ फिलिप्पी १:९-१०

संसारको सुन्दरताको आनन्द लिनु हो... सबैभन्दा उत्कृष्ट कुरा कुनै पनि क्षणमा जुन हो, अरू केहि गर्नुको सट्टा यसलाई गर्न आफैलाई तालिम दिनुहोस् ।

र हामीले यसमा थप्नुपर्दछ, कि समयलाई छुटकारा दिनुको अर्थ यो हो कि हाम्रो हातले जे गर्न खोज्छ, हामी प्रभु येशूको नाउँमा, धन्यवाद र उहाँको महिमाको लागि हाम्रो सम्पूर्ण शक्तिले गर्छौं । यदि हामीले यो गर्न आफैलाई तालिम दियौं भने, हामी पृथ्वीमा हाम्रा छोटो दिनहरूलाई छुटकारा दिनेछौं ।

१. **हाम्रो पूरा शक्तिले**-"तिम्रो हातमा जे काम छ त्यो आफ्नो पूरा शक्तिले गर,"[६३५]

२. **प्रभु येशूको नाममा, धन्यवाद सहित**—"कुरा वा काममा जे-जे गर्छौं, सबै कुरा उहाँद्वारा नै परमेश्वर पितालाई धन्यवाद चढाउँदै प्रभु येशूको नाउँमा गर ।"[६३६]

३. **परमेश्वरको महिमाको निम्ति**—"यसकारण चाहे तिमीहरू खाओ, अथवा पिओ, वा तिमीहरू जेसुकै गर, सबै परमेश्वरका महिमाको निम्ति गर ।"[६३७]

यो एक धेरै उच्च स्तर हो जहाँ धेरै कम मात्र पुग्छन्, म पक्का छु । तर यो अनुशासनको प्रकार हो जसको लागि हामीले प्रयास गर्नुपर्छ ।

समयको अनुशासन: परमेश्वरले तपाईलाई जे अद्वितीय रूपमा बोलाइएको र तपाईंलाई गर्न सुसज्जित गर्नुभएको छ त्यही गर्नुहोस्

येशूले ती कामहरू मात्र गर्नुभयो जुन उहाँका पिताले उहाँलाई गर्न बोलाउनुभएको थियो ।[६३८] पिताले भन्नु भएको ठाउँमा मात्र उहाँ जानुभयो र पिताले जे भन भन्नुभयो त्यही मात्र भन्नुभयो । समय व्यवस्थापनमा उहाँ हाम्रो नमुना हुनुहुन्छ ।

धेरै "दाऊदहरू" शाऊलको हतियार लगाउन खोजेर समय बर्बाद गर्छन्[६३९] वा सफल व्यक्तिहरूले गरेका कामहरू अनुशरण गर्न आफैलाई बाध्य पार्छन् । म आफैले पनि गरेको छु । मलाई मेरो प्रारम्भिक पास्टरीय सेवकाईको समय राम्ररी याद छ जब मैले एउटा सेमिनारमा भाग लिएको थिए र एक सफल पास्टरले हामीलाई घर-घर गएर मानिसहरूलाई मण्डलीमा निम्तो दिन चुनौती दिए । यो उनको सफलताको रहस्य थियो, यस्तो लाग्थ्यो, त्यसैले मैले पनि यो गर्नुपर्छ जस्तो लाग्यो (अमेरिकामा धेरैजसो मानिसहरू आफ्नो ढोका ढकढकाउने अपरिचितहरूप्रति धेरै अभद्र छन्) । एक शनिवार बिहान डराउँदै म आफैंलाई ढोकाबाट बाहिर निकालें । "सायद मेरो क्रुस उठाएर येशूको पछि लाग्नुको अर्थ यही हो," मैले सोचें । म नजिकैको छिमेकमा गएँ र आशा गरें कि कोही घरमा हुनेछैनन् । म हिम्मत बढाउने कोसिस गर्दै सडकमा हिंडें; तर, करिब एक घन्टापछि एक जनालाई पनि नभेटेर पूरै हार मानेर घर फर्किएँ! मलाई यो जान्नको लागि सेवकाईमा केही समय लाग्यो कि येशूको आज्ञाकारिताले हामीलाई प्रायः हाम्रो सहज क्षेत्रबाट बाहिर लैजान्छ, उहाँले विरलै, हामीलाई हाम्रो वरदानको क्षेत्रबाट बाहिर लैजानुहुन्छ ।

---

६३५ उपदेशक ९:१०क

६३६ कलस्सी ३:१७

६३७ १ कोरिन्थी १०:३१

६३८ यूहन्ना ८:२९

६३९ १ शमूएल १७:३८-३९

जुन कुराहरू तपाईंको लागि सही छैनन्, ती थोकहरू जुन गर्न तपाईं बोलाइनु भएको छैन वा गर्न योग्य हुनुहुन्न, सो असल कामहरू गर्न आफूलाई दबाब नदिनुहोस् । शुरुवातका प्रेरितहरूलाई विचार गर्नुहोस् प्रेरित ६ मा जसले टेबुलको सेवा गर्ने राम्रो सेवकाईबाट विचलित हुन बाट इन्कार गरे, किनभने उनीहरूले प्रार्थना गर्न येशूको बोलावट र परमेश्वरको वचनको सेवकाईमा ध्यान केन्द्रित गर्न आवश्यक थियो: "तर हामीचाहिँ प्रार्थना र वचनको सेवकाइमा सम्पूर्ण समय दिनेछौं ।"[६४०]

» तपाईंको समूहमा कसैलाई एक समयको बारेमा बाड्न लगाउनुहोस् जब उनीहरूले अरू कसैको आत्मिक वरदानको नक्कल गर्न दबाब महसुस गरे । नतिजा के भयो?

समयको अनुशासन: निरन्तर परिश्रम - उत्तेजना बिनाको काम

यो पुस्ता उत्तेजना खोज्नेहरूको पुस्ता हो, तर संसारमा सबैभन्दा राम्रो गर्नेहरूले उत्तेजना नभएको बेला पनि सही गरिरहन्छन् । तपाईले जे गरेपनि, अन्ततः केहि नयाँ गर्ने उत्साह नै परिश्रममा परिणत हुन्छ । हामी अब इच्छाद्वारा संचालित र उत्प्रेरित हुँदैनौं, र तब त्यहाँ अनुशासन आउँछ । केही समय अघि मैले तीव्र अल्छिपनाको मौसम सहें! कुनै समय मलाई उत्तेजित गर्ने सेवकाईहरू अहिले ज्यादै कठिन देखिन्थे । चुनौती पहिले जस्तो थिएन । जीवनको स्वाद तितो भयो । मलाई लाग्छ यो परिक्षा सबैले बुझेका छन् । ख्रीष्टियान जीवनलाई प्रायः धैर्य चाहिन्छ! मेरो अल्छिपनाको बीचमा, मैले हिड्ने बारेमा ओसवाल्ड चेम्बर्सबाटको यो समय सान्दर्भिक शब्द भेट्टाएँ:

> बाइबलमा कुनै व्यक्तिको चरित्र अभिव्यक्त गर्न "हिँडाई" भन्ने शब्द प्रयोग गरिएको छ ।... जब हामी अस्वस्थ अवस्थामा हुन्छौं, या त शारीरिक वा भावनात्मक रूपमा, हामी सधैं जीवनमा उत्तेजना खोज्छौं ।[६४१]

ख्रीष्टियन जीवन अरू कुनै पनि कुरा भन्दा बढी हिड्ने बिषयमा हो ।

- "तर म भन्दछु, आत्माद्वारा हिँड ।"[६४२]
- "र प्रेममा हिँड ।"[६४३]
- " यदि हामी पनि ज्योतिमा हिँड्छौं भने, ... ।"[६४४]

दौडनु भन्दा हिड्दा धैर्यको निरन्तरताको बारेमा धेरै कुरा बोल्छ । प्रेरणाको लागि थोरै भए पनि निरन्तरता, वफादारीता र अनुशासित संकल्पको जीवनले उहाँलाई खुशी तुल्याउँछ । हिँड्न गाह्रो छ । हिड्न धैर्य र लगनशीलता चाहिन्छ । "**धैर्यको निरन्तरतासँग** असल काम गरेर महिमा, इज्जत र अमरत्व खोज्नेहरूलाई चाहिँ उहाँले अनन्त जीवन दिनुहुनेछ ।" [६४५] हिँडाईले चरित्र निर्माण हुन्छ । हिँडाईले हामीलाई राम्रो चेला बनाउँछ र हाम्रो आत्मिक जीवनमा परमेश्वरको केही उद्देश्य पूरा हुनेछ । यो अनुशासनले हामीलाई थप सन्तुष्ट बनाउँछ ।

---

६४० प्रेरित ६:१-४

६४१ ओसवाल्ड चेम्बर्स, *उहाँको सर्वोच्चको लागि मेरो यथासक्य* (जुलाई २० प्रविष्टि) । https: //utmost.org/dependent-on-god%E२%८० बाट प्राप्त%९९s-उपस्थिति/ जनवरी १६, २०२१ मा ।

६४२ गलाती ५:१६

६४३ एफिसी ५:२४

६४४ १ यूहन्ना १:७

६४५ रोमी २:६, जोड थपिएको ।

राज्य निरन्तर परिश्रम गर्नेहरू मार्फत अघि बढ्छ, उत्तेजना खोज्नेहरूबाट होइन। विलियम केरी, भारतका महान मिसनरी, जसको धर्मशास्त्रको अनुवाद लाखौंलाई परमेश्वरको राज्यमा ल्याउन प्रयोग भएको थियो, उनले भने कि उनको सफलताको रहस्य यो थियो कि उनले निरन्तर परिश्रम गर्न सिकेका थिए: "म परिश्रम गर्न सक्छु। म कुनै पनि निश्चित खोजमा दृढ रहन सक्छु।" यसका लागि म ऋणी छु।"

श्रीमती चार्ल्स ई. काउम्यान, मिसनरी र भक्ति लेखक, ले अवलोकन गरीन् *मरुभूमिमा धाराहरू*: "**भोलिको महिमा आजको परिश्रममा जरा गाडिएको छ।** धेरैले क्रुस बिनाको महिमा चाहन्छन्, ज्वलन बिनाको चमक चाहन्छन्; तर क्रुसिकरण राज्याभिषेक भन्दा अगाडी आउँछ।"[६४६]

आजको जीवनको निरन्तर परिश्रमबाट वफादार भई कठिन परिश्रम गर्न सिक्नेहरू नै हुन् जसले भोलि परमेश्वरले दिनुहुने सबैभन्दा राम्रो कुराको आनन्द लिनेछन्। निरन्तर परिश्रम गर्नेहरू खुसी कटनी गर्नेहरू हुनेछन्: "जो रुँदै-रुँदै बीउ बोकेर छर्न जान्छ, त्यो फसलका बिटाहरू बोकेर आनन्दले गीत गाउँदै फर्कनेछ।"[६४७] भविष्यको बारेमा दिवास्वप्न देख्नु वा आफूसँग नहुने कुराको लोभ गर्नुको सट्टा आफ्नो वर्तमान कर्तव्यहरूमा ध्यान केन्द्रित गर्ने अनुशासन सिक्नुहोस्, र तपाईं अझ खुशी ख्रीष्टियन बन्नुहुनेछ।

समयको क्षेत्रमा आत्म-अनुशासनको लागि व्यावहारिक सल्लाह

१. उत्कृष्टको लागि राम्रोको त्याग गर्नुहोस्।

राम्रो भनेको उत्तमको शत्रु हो। तपाईंको लागि उत्तम नहुने गतिविधिहरू, व्यक्तिगत वा आत्मिक रूपमा उत्पादनशील नहुने गतिविधिहरूमा तपाईंको आँखा खोलिदिनु हुन प्रभुलाई भन्नुहोस्। उहाँलाई भन्नुहोस् कि तपाईलाई उत्तम थोकहरूको लागि असल थोकहरू छोड्न इच्छुक बनाउनुभएको होस्। खेलकुद, वा टिभी र चलचित्रहरू, वा समाचारहरू, वा किनमेलमा धेरै समयले तपाईंबाट अझ बढी आनन्द दिने गतिविधिहरू लुटिरहेको हुन सक्छ भन्ने विचारमा तपाईंको हृदय खोल्नुहोस्: तपाईंको वरदानलाई सिद्ध बनाउने, प्रभुसँगको सङ्गति, तपाईंको वैवाहिक पोषण, तपाईंको बच्चाहरूको आनन्द, ईसाई सेवा, वा शारीरिक व्यायाम।

२. प्रार्थनापूर्वक योजना र लक्ष्यहरू बनाउनुहोस्।

धेरै ख्रीष्टियन पुरुष र महिलाहरूको सबैभन्दा ठूलो कमजोरी, जवान र वृद्ध दुवै नै स्पष्ट लक्ष्य बिना दैनिक जीवनमा व्यर्थमा भौंतारिन्छन्। प्रार्थनापूर्वक लक्ष्य निर्धारण गर्नु एक आत्मिक अभ्यास हुन सक्छ - जसले हाम्रो ध्यानलाई केन्द्रित राख्छ।

हाई स्कूल पछि, मेरो जेठो छोरा, तिमोथीले कलेज जान अघि एक वर्ष बिदा लिने निर्णय गरे। मेरी श्रीमती र मैले भन्यौं कि हामी यो निर्णयको साथ ठीक छौं जबसम्म उनीसँग केही विशेष लक्ष्यहरू छन् जस तर्फ उनी लाग्नेछन्। उनले चुनौती लिए; र उसलाई स्वस्थ लक्ष्यहरू बनाउन मद्दत गर्ने तरिकाको स्वरूप, मैले यो साधारण वृद्धि योजना बनाएको छु।

---

६४६ श्रीमती चार्ल्स ई. काउम्यान, *मरुभूमिमा धाराहरू* (अप्रिल २६ प्रविष्टि)। जनवरी १६, २०२१ मा https: //annointing.files.wordpress.com/२०१३/०१/devotional-streams-in-the-desert.pdf बाट प्राप्त गरियो।

६४७ भजनसंग्रह १२६:६

विचारशील वृद्धि योजना	
पाँच महत्वपूर्ण क्षेत्रहरू जसको बारेमा म विचारशील हुनुपर्छ:	**परमेश्वरको अनुग्रहले म... (आफ्नो प्रतिबद्धताहरू लेख्नुहोस्)**
आत्मिक विकास • मैले सार्थक भक्तिमय जीवनको खेती गर्नुपर्छ। • मैले त्यस्ता पुस्तकहरू पढ्नु पर्छ जसले मलाई निर्देशन दिन्छ र चुनौती दिन्छ।	
नैतिक जवाफदेहिता • मैले उत्तरदायित्व साझेदार वा अगुवा खोज्न र संलग्न हुनुपर्दछ। • म टेक्नोलोजीको प्रयोग, मिडियाको पर्योग, व्यक्तिगत नम्रता, आदि संग पारदर्शी हुनुपर्छ। • मैले नैतिक शुद्धताको रक्षा र पालनपोषण गर्न सुरक्षाछडहरू स्थापना गर्नुपर्छ।	
व्यक्तिगत अनुशासन • मैले मेरो विचार जीवनलाई अनुशासित गर्नुपर्छ। • मैले मेरो समय अनुशासन गर्नुपर्छ। • मैले मेरो भोकलाई अनुशासन गर्नुपर्छ। • मैले विश्वास स्थापित गर्नुपर्छ। • मैले मेरो सुत्ने र उठ्ने बानीलाई अनुशासित गर्नुपर्छ।	

काम • मैले घरमा मद्दत गर्ने पहल गर्नुपर्छ । • म काममा सेवक-अगुवा हुनुपर्छ । • मैले मेरो हातले गर्ने सबै कुरामा उत्कृष्टतालाई पछ्याउनुपर्छ ।	
आर्थिक भण्डारेपन • मैले (दशांशबाट सुरु गरेर) दिनुपर्छ । • मैले बचाउनु पर्छ । • मैले समयमै मेरो बिलहरू तिर्नु पर्छ ।	

इमानदारीपूर्वक भन्नुपर्दा, मैले चिनेको सबैभन्दा धेरै आत्माले भरिएका पुरुष र महिलाहरू आफ्नो जीवनलाई व्यवस्थित तरिकामा जिउँदछन् । हाम्रो जीवनमा पवित्र आत्माको महत्त्वपूर्ण सेवाहरू मध्ये एक हाम्रो अराजकतामा व्यवस्थितपना ल्याउनु हो । जुन हदसम्म हामीले पवित्र आत्मासँग सहकार्य गर्छौं, त्यही हदसम्म हाम्रा विचारहरू, शब्दहरू, व्यवहारहरू र परिवेशहरू सुव्यस्थित हुनेछन् ।

हरेक मिनेट वा घण्टाको लागि योजना गरिएको छ होइन, तर उनीहरूको जीवनमा स्पष्ट केन्द्र र दिशा हुन सकोस् । ती मौसमहरूमा जब थोकहरू स्पष्ट हुँदैनन्, उनीहरू निर्देशनको लागि प्रभुलाई पर्खिरहेका हुन्छन् ।

३. जुन अर्को कुरा गर्न आवश्यक छ, तुरुन्तै गर्नुहोस् ।

> म अल्छी मानिसको खेतको छेउमा गएँ ... र त्यहाँ काँडाहरूले भरिएको थियो । जब मैले यो देखें, मैले यसलाई राम्रोसँग सोचें; मैले यसलाई हेरें र निर्देशन प्राप्त गरे: क्षणभरको सुताइ र क्षणभरको उँघाइले, हात बाँधेर क्षणभरको आराम गराइले, दरिद्रता तँमाथि डाँकूँझै, र अभावचाहिँ सशस्त्र मानिसँझै आइलाग्नेछ ।[६४८]

हाम्रो सेवाको पहिलो केही वर्षको दौडान, बेकी र म एलिजाबेथ इलियटको, *आनन्दको लागि ढोका*भन्ने रेडियो प्रसारण सकेसम्म प्रायः सुन्थ्यौं । उनले सुनाएका सबै मिसनरी कथाहरू र उनले प्रस्तुत गरेका सबै बुद्धिमत्ताहरूमध्ये, "अर्को कुरा गर" भन्ने बारम्बार दोहोरिने सल्लाहले हामीलाई अरू कुनै कुराले भन्दा ज्यादा मदत गर्यो । उनको यसको मतलब के थियो भने कि हाम्रो बोरिंग वा नचाहेको अवस्थाको बारेमा सोच्नुको सट्टा, हामीले अर्को काममा - विशेष गरी यदि त्यो काम सानो र तुच्छ देखिन्छ भने त्यसमा हाम्रो दिमाग र प्रयास लगाइ हाल्नु पर्छ । यदि लुगा धुनु आवश्यक छ ; यदि त्यहाँ हामीले पढ्नु पर्ने किताब वा लेख्ने पत्र छ; यदि हाम्रो आर्थिक व्यवस्थित गर्न आवश्यक छ ; यदि हामीले सन्देशको लागि अध्ययन गर्नुपर्छ;

---

६४८ हितोपदेश २४:३०-३४

यदि बगैचाबाट झारपात निकाल्न आवश्यक छ; यदि त्यहाँ हामीले सल्लाह दिनुपर्ने कोहि छ; यदि हाम्रा छोराछोरी वा जीवनसाथीलाई हाम्रो माया, स्नेह र ध्यान चाहिन्छ ; वा यदि लाइट बल्ब परिवर्तन गर्न आवश्यक छ; यदि हामीले अरूको जीवनलाई अझ सुखद बनाउन केही गर्न सक्छौं भने, हामीले त्यो काम गरि हाल्नु पर्छ ।

हामीले के गर्न आवश्यक छ, तुरुन्तै गर्ने अनुशासन विकास गर्नुपर्छ, विशेष गरी जब यो गर्न कुनै उत्साह हुदैन । हामीले पहिले कठिन कामहरू गर्न सिक्नुपर्छ ।

४. याद गर्नुहोस् कि समयमा गरिएको विश्वासयोग्यताले आनन्दमा डोर्याउछ ।

हरेक कुराको एउटा मौसम हुन्छ,[६४९] रमाईलो गर्ने मौसमहरू पनि हुन्छन् । परमेश्वरिय-समय र परमेश्वर-प्रदत्त आनन्दहरू हामीले आफ्नै लागि खोजेका आनन्दहरू भन्दा सधैं पूर्ण र इनामदायी हुन्छन् ।

म मेरो सेवाको तेस्रो वर्षमा छब्बीस वर्षको जवान पास्टर थिएँ, र शैतानले मलाई लगभग विश्वस्त गराइसकेको थियो कि म परमेश्वरको लागि कहिल्यै केही गर्न सक्दिन । म निराशामा थिएँ । म अलमलमा परें । मलाई फँसिएको महसुस भयो । महिनौसम्म । मैले छातीमा यति धेरै बोझ बोकेको थिएँ कि, इमानदारीपूर्वक भन्दा, कहिलेकाहीँ मलाई मर्न पनि मन लाग्थ्यो । एक दिन, पवित्र आत्माले मलाई स्वर्गतिर हेर्ने अनुग्रह दिनुभयो र भन्न लगाउनु भयो, "बुबा, मलाई थाहा छैन तपाईंसँग मेरो र बेकीको लागि के छ । मलाई थाहा छैन यदि तपाईं हामी पास्टरल सेवकाईमा रहेको चाहनुहुन्छ, वा यदि तपाईंले कुनै दिन हाम्रा लागि अन्तर-सांस्कृतिक सेवाको ढोका खोल्नुहुनेछ । तर, पिता, म आफूलाई तपाईं र तपाईंको सिद्ध इच्छामा, जुनसुकै र जहाँ भए पनि नयाँ रूपमा समर्पित गर्दछु ।" मैले त्यो दिन पनि प्रभुलाई प्रतिज्ञा गरें कि त्यो जतिसुकै प्रलोभनमा पर्ने खालको भए पनि, म आफैंले कहिल्यै ढोका खोल्ने प्रयास गर्ने छैन, तर उहाँको इच्छामा मानिसहरूको हृदयलाई पङ्क्तिबद्ध गर्न उहाँको शक्तिमा भरोसा गर्नेछु । परमेश्वरले नयाँ अभिषेकको यो प्रार्थना सुन्नुभयो र भोलिपल्टै हाम्रो परिवारलाई, निर्विवाद निश्चितताका साथ, मिसनरी सेवामा बोलाउनुभयो । हामीलाई थाहा थियो कि परमेश्वरले हामीलाई यसका लागि तयार गरिरहनुभएको थियो ।

व्यक्तिगत अनुशासनका महत्वपूर्ण क्षेत्रहरू:
हाम्रो व्यक्तिगत सीमा र विश्वासताहरू

> सबै चीजहरू मेरो लागि वैध छन्, तर सबै चीजहरू उपयोगी छैनन्; सबै चीजहरू मेरो लागि वैध छन्, तर सबै चीजहरूले सुधार गर्दैनन् ।[६५०]

परिपक्वताको लक्षण मध्ये एउटा भनेको हामी अब,"व्यवस्थाले के अनुमति दिन्छ भनेर सोध्दैनौं?" वा "म के द्वारा प्राप्त गर्न सक्छु?" तर यसको सट्टा सोध्न सुरु गर्नुहोस्, "के यो मेरो लागि उपयोगी छ?" र "यसले मलाई परमेश्वरको नजिक ल्याउनेछ त वा मलाई ख्रीष्टको राम्रो अनुयायी बनाउन सक्छ त?" सबैभन्दा महत्त्वपूर्ण अनुशासनहरू मध्ये एक हाम्रो जीवनमा व्यक्तिगत सीमाहरू र विश्वासहरूको गठन हो - व्यक्तिगत शुद्धता, मित्रता, पोशाक, संगीत, मनोरञ्जन, प्रभुको दिन, र अन्यसँग सम्बन्धित सीमाहरू र विश्वासहरू ।

---

६४९ उपदेशक ३:१

६५० १ कोरिन्थी १०:२३

विश्वास र व्यक्तिगत सीमाहरू बारे सम्झनाको लागि बिन्दुहरू

१. **यी विशिष्ट विश्वासताहरू र व्यक्तिगत सीमाहरू सबैको लागि आवश्यक छैनन् ।** सैद्धान्तिक रूपमा बाहेक हामीले बाइबलमा तिनीहरूका लागि कुनै विशेष पद पाउन सक्दैनौं । त्यसकारण हामीले अरूबाट तिनीहरूको माग गर्नु हुँदैन वा अरूको न्याय गर्न हाम्रो दोषसिद्धि प्रयोग गर्नु हुँदैन ।

२. **यी व्यक्तिगत सीमाहरू र विश्वासहरू बाइबलीय सिद्धान्तहरूमा आधारित छन्, तर विशिष्ट व्यवहारहरू भने तपाईंका लागि अद्वितीय हुनसक्छन् ।** जसरी प्रभुले तपाईलाई तपाईका कमजोरीहरू बारे सचेत गराउनुहुन्छ, तपाईले व्यक्तिगत सीमाहरू र विश्वासहरू विकास गर्नुहुन्छ जसले परमेश्वरप्रतिको तपाईंको जोशलाई जोगाउन मद्दत गर्दछन् ।

३. **यी व्यक्तिगत सीमाहरू र विश्वासहरू अरूको लागि प्रेममा गठन हुनुपर्छ ।**[६५१] हाम्रो क्रिश्चियन हिडाईमा धेरै पटक प्रेमको लागि हाम्रो स्वतन्त्रतालाई सीमित गर्नेछौं । परिपक्क ख्रीष्टियनहरू यसरी आफ्नो हक अर्पण गर्न इच्छुक हुन्छन् ।

४. **व्यक्तिगत सीमाहरू र विश्वासहरू आनन्दले उत्प्रेरित हुनुपर्छ ।** विचार नगरी चर्चको परम्परा वा असल मानिसहरूको विश्वासलाई पछ्याउँदा, जब ती विश्वासहरू तपाईंको हृदयमा हुदैनन्, तब त्यसले केवल बन्धनमा लैजान्छ । जर्ज मुलरसँग यहाँ हाम्रो लागि धेरै राम्रो शब्द छ:

> मैले प्रायः काम गर्ने (हानिकारक) प्रभावहरूलाई टिप्पणी गरेको छु किनभने अरूले ती गरे, वा यो चलन थियो, वा तिनीहरू बाहिरी स्व-इन्कारको कार्यमा उक्साइएका थिए, वा हृदयले साथ नदिदा छोडियो, र जबकि **बाहिरी कार्य पवित्र [आत्मा] को भित्री शक्तिशाली कार्यको रुपमा र पिता र पुत्रसँगको हाम्रो सङ्गतिमा खुशीको प्रवेशको परिणाम होइन ।**
>
> सबै कुरा जो मात्र एक रूप हो, मात्र एक बानी प्रति पनि... अति नै डराउनु पर्छ... चीजहरू बाहिरबाट होइन, तर भित्रबाट उत्पन्न हुनुपर्छ । मैले लगाउने कपडा, म बस्ने घरको प्रकार, मैले प्रयोग गर्ने फर्निचरको गुणस्तर—यस्ता सबै कुराहरू अरूले त्यसो गरेको थियो त्यहि भएर भन्ने कुरासंग मिल्नु हुँदैन, वा मैले संगत गर्ने भाइहरू बीचको चलन भएकोले यस्तो र त्यस्तो सरल, सस्तो, स्व-अस्वीकार गर्ने तरिकामा बाँच्ने हुनुहुन्न; तर यी चीजहरूमा जे गरे पनि, त्याग गर्ने, वा स्व-त्याग, वा संसारको कुरा प्रतिको मृत्यु, सबै हामी परमेश्वरका सन्तान भएको ज्ञान र हाम्रो भविष्यको सम्पदाको बहुमूल्यताको प्रवेशबाट हामी परमेश्वरमा भएको आनन्दको परिणाम हुनुपर्छ ।[६५२]

मानव निर्मित नियम र परम्पराहरूको दासत्वको सट्टा तपाईंको विश्वासतता स्वतन्त्रताबाट उत्पन्न भएको निश्चित गर्नुहोस् ।[६५३]

व्यक्तिगत सीमा र विश्वासतताको अनुशासन को लागी व्यावहारिक सल्लाह

१. आफ्नो कमजोरी र प्रवृत्ति जान्नुहोस् ।

---

६५१ रोमी १४:१३-१९

६५२ मलाई थाहा छैन मैले यो कहाँबाट पाएँ, तर यो निम्न वेबपेजमा फेला पार्न सकिन्छ: https: //goodnessofgodministries.wordpress.com/२०१०/०७/०९/the-wise-sayings-of-george-mueller/ September १२, २०२० ।

६५३ गलाती ५:१

२. अन्य विश्वासयोग्य ख्रीष्टियन व्यक्तिहरूबाट सल्लाह खोज्नुहोस् ।
३. हतारमा वा सोचविहीन सीमाहरू र विश्वासतताहरू नबनाउनुहोस् ।
४. तपाईंले पालन गर्न नसक्ने मूर्ख वाचाहरू नगर्नुहोस् ।
५. प्रेमबाट प्रेरित हुनुहोस् ।
६. तपाईंले आत्मिक बल र परिपक्वतामा विकास गर्दा केही विश्वासताहरू समयसँगै परिवर्तन हुनेछ भनी महसुस गर्नुहोस् । केवल परमेश्वरको वचन स्थायी छ!

अगमवक्ता दानिएल एक मानिसको सुन्दर उदाहरण हो जसले आफ्नो बेबिलोनी कैदको प्रारम्भिक दिनहरूमा केही व्यक्तिगत चलनहरू स्थापित गरे: जब दानिएलले त्यो आदेश प्रकाशित भएको थाहा पाए, तिनी आफ्नो घर गए । तिनी आफ्नो घरको माथिल्लो तलाको कोठामा गए, जहाँ झ्यालहरू यरूशलेमतिर खुला थिए, **पहिलेजस्तै** तिनी दिनमा तीन पल्ट घुँड़ा टेकी परमेश्वरलाई धन्यवाद दिँदै प्रार्थना गर्थे ।[६५४]

यरूशलेम तिर झ्यालहरू खोल्नुहोस्? दिनमा तीन पटक घुँडा टेक्ने? यी चलनहरू धर्मशास्त्रमा आदेश दिइएको थिएन, तर दानियलले तिनीहरूलाई स्थापित गरेका थिए किनभने उनी परमेश्वर, परमेश्वरका मानिसहरू र परमेश्वरको शहरप्रतिको आफ्नो स्नेह जोगाउन चाहन्थे । दानियल कानून भन्दा पर गएर, प्रेम गरे । यही कारणले गर्दा परमेश्वरले उनलाई यति शक्तिशाली रुपमा प्रयोग गर्नुभयो ।

समापन

ख्रीष्टको रुपमा बदलिन, हामीले व्यक्तिगत अनुशासनमा ध्यान केन्द्रित गर्नुपर्छ । हामीले हाम्रो मन र शरीरलाई सेवक बनाउनु पर्छ । मैले मेरा एक जना छोराछोरीले एक दिन (जब मैले उनीहरूलाई केही अप्रिय काम गर्न दिदा) व्यक्त गरेको कुरा सुनें, "म इच्छा गर्छु कि मसंग एउटा नोकर भएको भए हुन्थ्यो! मैले उनीहरूलाई भनें कि यदि तिनीहरूले आफूलाई आफ्नो सेवक बनाउने हो भने, तिनीहरूसँग सधैं एक हुनेछ!

» पछिल्लो दुई पाठहरूमा छलफल गरिएका व्यक्तिगत अनुशासनहरूमध्ये कुनचाहिँ तपाईंले सबैभन्दा उपयोगी पाउनुभयो? किन? तपाईंले गर्न आवश्यक केही परिवर्तनहरू प्रतिबिम्बित गर्न पाँच मिनेट लिनुहोस् । मन परेमा आफ्नो ग्रुपमा एक वा दुई कुरा सेयर गर्नुहोस् ।

६५४ }दानिएल ६:१०, जोड थपियो ।

पाठ १२ को गर्नुपर्ने कार्यहरु

१. यस पाठको सामग्रीमा आधारित जाचँ लिनुहोस् ।

२. पवित्र आत्मालाई अन्तर्दृष्टि दिनुहोस् भन्नका लागि, धर्मशास्त्रका पदहरू सहित यस पाठको समीक्षा गर्न यो हप्ता कम्तिमा तीस मिनेट समय दिनुहोस् ।

३. तपाईको जीवनमा गर्नु पर्ने कुनै पनि विशेष परिवर्तनहरू तपाईको नोट कापीमा लेख्नुहोस् जस्तो प्रभुले तपाईलाई प्रकट गर्नुहुन्छ ।

४. तपाईंको दैनिक उपासनाको समयमा कम्तिमा एउटा भजनसंग्रह मनन गर्नुहोस्, र भजनरचयिताले परमेश्वरको स्वभाव र चरित्रको बारेमा के भन्दैछ सो तपाईंको दैनिकी नोटमा लेख्नुहोस् ।

५. यस पाठमा आधारित आत्मिक रूपान्तरण र वृद्धिको लागि आफ्नो नोट कापीमा व्यक्तिगत प्रार्थना लेख्नुहोस् ।

६. तपाईंको दैनिक व्यक्तिग प्रार्थनामा डा. ब्राउनको *दैनिक प्रार्थना निर्देशिका* प्रयोग गरेर अभ्यास गर्नुहोस् ।

पाठ १२ को जाँच

१. हामीले पाठ ११ र १२ मा सिकेका छवटा व्यक्तिगत अनुशासनहरू के के हुन्?

२. आत्मिक निर्माणको भोकमा निपुणता अत्यावश्यक छ भनेर तीनवटा कारणहरू लेख्नुहोस् ।

३. हितोपदेश १६:३२ ले रिसाउनमा ढिलो हुने व्यक्तिको बारेमा के भन्छ ?

४. मिसनरी विलियम केरीले उनको सफलताको रहस्य के हो भनेका छन्?

५. व्यक्तिगत विश्वासतताको सम्बन्धमा जर्ज मुलरको असल सल्लाहलाई आफ्नै शब्दमा बताउनु होस् ।

पाठ १३

कष्टबाट निर्माण भएको

पाठ १२ समीक्षा

कक्षाको अगुवालाई नोट: पाठ १२ मा सिकेका व्यक्तिगत अनुशासनका क्षेत्रहरूको समीक्षा गर्नुहोस् । विद्यार्थीहरूमा पाठ १२ बाट आफ्नो व्यक्तिगत प्रार्थना बाँड्न को इच्छुक हुनुहुन्छ भनेर सोध्नुहोस् ।

पाठका उद्देश्यहरू

१. दुखको लागी मुख्य वचनहरु जान्नुहोस् ।

२. दुःखलाई अनुमति दिनको लागि परमेश्वरको मुख्य उद्देश्यलाई जान्नुहोस् ।

३. दुखको फाइदा बुझ्नुहोस् ।

४. समृद्धि ईश्वरशास्त्रका केही प्रमुख त्रुटिहरू व्यक्त गर्न सक्षम हुनुहोस् ।

जीवनका तस्बिरहरू

वुइसेङ्ग

वुइसेङ्ग[६५५] मेरो एक साथी हो जसलाई परमेश्वरले मुख्यतया बौद्ध पृष्ठभूमिका विद्यार्थीहरूलाई सुसमाचार सुनाउन प्रयोग गरिरहनुभएको छ । यद्यपि उसको काम कठिन र खतरनाक छ, प्रभुले उसलाई आत्माहरु दिदै हुनुहुन्छ । तर वुइसेङ्ग लगातार रूपमा गम्भीर डिप्रेसनले पीडित छ । उनलाई एकसमय भेट्न जाँदा, उनले यो कुरा भने: उनले भने "कहिलेकाहीँ मेरो दिमाग यति अँध्यारो हुन्छ कि मैले प्रभुसँग एक्लै केही दिन बिताउनु पर्छ," । "म मेरी श्रीमतीलाई साधारण खाना मात्र

६५५ उनको वास्तविक नाम होइन ।

ल्याइदिन आग्रह गर्छु; र मेरो कोठामा एक्लै, धर्मशास्त्र पढ्छु र अँध्यारो नहुञ्जेल प्रार्थना गर्छु। यद्यपि यी समय धेरै गाह्रा छन्, म तिनीहरूलाई कुनै पनि चीजको लागि साट्दिन; किनभने **यी मौसमहरूमा, येशू मेरो लागि धेरै मूल्यवान हुनुभएको छ!"**

एक ख्रीष्टियन जोडी

मलाई चिनेका एक जवान ख्रीष्टियन दम्पतीले धेरै वर्षदेखि बच्चाको लागि उत्कटताका साथ प्रार्थना गरिरहेका छन्, तर परमेश्वरले उनीहरूको अनुरोध स्वीकार गर्न रोज्नुभएन। उनीहरुको मन टुटेको छ। यद्यपि, तिनीहरूको वरपरका मानिसहरूले याद गरे कि तिनीहरूको पीडाद्वारा प्रभुले तिनीहरूको आत्मिक जीवनलाई गहिरो बनाउँदै हुनुहुन्छ।

जेसि

जब हाम्रो छोरो जेसी २००१ मा क्यान्सरले अन्धा भयो, येशूले एकै क्षणमा शक्तिशाली रूपमा तिनको हृदय निको नपार्नु भएसम्म तिनी एकदमै तीतो सानो केटा बनेको थियो।[६५६] यस अनुभवबाट, बेकी र मैले सिकेका छौं कि सबै भन्दा ठूलो उपचार शरीर निको हुनु होइन, तर हृदयको निको पार्नु हो।

चार्ल्स स्पर्जन

इङ्गल्याण्डमा "प्रचारकहरूको राजकुमार" भनेर चिनिने चार्ल्स स्पर्जन अक्सर निराशाबाट ग्रस्त थिए। तर उसले एक पटक भन्यो, **"मैले मलाई युगको चट्टान विरुद्ध फ्याँक्ने त्यो लहरलाई चुम्बन गर्न सिकेको छु।"**

यी स्न्यापशटहरूले हामीलाई ख्रीष्टको नजिक ल्याउन र उहाँको प्रतिरूपमा बनाउनको लागि दुःखको शक्तिलाई चित्रण गर्दछ।

» सायद तपाईको समूहमा कोही हुनुहुन्छ जसले दुःखकष्टले उनीहरूमा ख्रीष्टको जीवन विकास गर्न कसरी मद्दत गरेको छ भन्ने कुरा साझा गर्न चाहन्छ।

ठूलो विचार

ख्रीष्टको स्वरुपमा गठन गर्न कष्ट चाहिन्छ। दु: खबाट धेरै भन्दा धेरै लाभ उठाउनको लागि, हामीले यसको बारेमा बाइबलीय रूपमा बनेको बुझाइ विकास गर्न आवश्यक छ।

परिचय

सबै ख्रीष्टियनहरूको लागि दुःख एक वास्तविकता हो। पत्रुसले यी शब्दहरू पीडित ख्रीष्टियनहरूलाई लेखे: "यसकारण **परमेश्वरको इच्छाबमोजिम दुःख भोग्ने**हरूले भलाइ गरून् र तिनीहरूले आफ्ना आत्मा विश्वासयोग्य सृष्टिकर्ता कहाँ सुम्पून्।"[६५७]

---

६५६ यो कथा बेकी र टिम किप, *हेर्नका लागि आँखाहरू: मा पाइन्छ अन्धकारमा परमेश्वरको झलक,* (शोआल्स: विसपरिङ्ग पाइन्स प्रकाशन, २०१३।

६५७ १ पत्रुस ५:१९, जोड थपियो।

विश्वासीको रूपमा हामी संसारलाई दुईवटा नजरबाट हेर्छौं। पहिलो नजर मार्फत, **हामी संसारलाई यो जस्तो हुनुपर्छ त्यस्तै देख्छौं र यो कुनै दिन कस्तो हुनुपर्ने** ख्रीष्टको महिमित विजयको कारण त्यस्तै देख्छौं। विश्वासद्वारा, हामी द्वन्द्व, क्षय, पीडा, वा मृत्यु बिनाको संसार - पूर्ण रूपमा उद्धार गरिएको र पुनर्स्थापित संसार; क्षयबाट मुक्त र पूर्ण रूपमा नयाँ बनाइएको संसार; सिद्ध प्रेम, सौन्दर्य, धार्मिकता र शान्तिको संसार देख्छौं।

> किनकि हामीमा प्रकट हुने महिमासँग हाम्रा वर्तमान दु: खहरू तुलना गर्न लायक छैनन्भनी मलाई लाग्छ। किनकि सृष्टिले परमेश्वरका सन्तानहरू प्रकट हुनेछ भनी उत्सुकतासाथ पर्खिरहेको छ।[६५८]

दोस्रो नजर मार्फत, **हामी संसारलाई अहिले जस्तै देख्छौं** — यस्तो संसार जहाँ सबै सृष्टि अन्तिम छुटकाराको पर्खाइमा रोइरहेको छ। पावलले रोममा दुःख र सतावटको सामना गरिरहेका ख्रीष्टियनहरूलाई यी शब्दहरू लेखे:

> हामी जान्दछौं, सारा सृष्टि अहिलेसम्म एकसाथ प्रसववेदनाको आर्तनाद गरिरहेछ। सृष्टि मात्र होइन, तर हामी आफै पनि, जसमा पवित्र आत्माको पहिलो फल छ, सन्तानको रूपमा ग्रहण गरिनलाई, अर्थात्हाम्रो देहको उद्धारको निम्ति प्रतीक्षा गरेर हामी आफै पनि भित्र-भित्रै आर्तनाद गर्दछौं।[६५९]

जसले पहिलो नजरबाट मात्र हेर्छन्, तर दोस्रोलाई स्वीकार गर्न अस्वीकार गर्छन्, तिनीहरूले संसारको विकृत छवि चित्रण गर्नेछन् र सुसमाचारले कहिल्यै अभिप्रेरित नगरेका अपेक्षाहरू सिर्जना गर्नेछन्। येशूले आफ्ना छोराछोरीहरूलाई समस्या-मुक्त जीवनको प्रतिज्ञा गर्नुभएन। वास्तवमा, उहाँले यो प्रतिज्ञा गर्नुभयो: "मैले तिमीहरूलाई यी कुराहरू भनेको छु, ताकि ममा तिमीहरूलाई शान्ति होस्। संसारमा **तिमीलाई कष्ट हुनेछ**; तर खुशी होउ, मैले संसारलाई जितेको छु।"[६६०]

अय्यूबका तथाकथित "सान्त्वना दिनेहरू" बारम्बार घोषणा गर्छन् कि परमेश्वरले धर्मीहरूलाई सधैं स्वास्थ्य, धन र समृद्धिको आशिष् दिनुहुन्छ, र त्यो पीडा सधैं दुष्टता माथिको उहाँको न्याय हो। अय्यूब गहिरो पीडामा परेको हुनाले, यस ईश्वरशास्त्र अनुसार, अय्यूब दुष्ट थियो भन्ने मात्र निष्कर्ष थियो।

अय्यूबको कथाले प्रमाणित गर्छ कि साँचो समृद्धिमा दुःख पनि समावेश छ। अय्यूबका साथीहरूले गरेझैं ख्रीष्टियन अगुवाहरू कहिलेकाहीं परमेश्वरको वचनलाई विकृत गर्ने दोषी हुन्छन्। मैले एक पटक एक बेइमान आराधना अगुवाले आर्थिक "समृद्धि!" विकासोन्मुख देशमा धेरै गरिब पास्टर र चर्च सदस्यहरूको सम्मेलनमा घोषणा गरेको सुनेको छु। यसले मलाई क्रोधित तुल्यायो, किनकि यसले यी पास्टरहरूले साँचो समृद्धिको एक भागको रूपमा सहने दुःखको लागि अनुमति दिएन। यस संसारलाई पूर्णतया छुटकारा दिइएको छैन, विश्वासयोग्य ख्रीष्टियनहरूले अक्सर दुष्टहरूसँगै दुःख भोग्छन्।

धर्मशास्त्रले घोषणा गर्दछ कि सारा सृष्टि जन्म दिने महिला जस्तै रुन्छ, र आत्मामा जीवनको आनन्द लिनेहरूसँग कराउने झन् ठुलो कारण छ। जो जसले धर्मपुत्र बनाउनुहुने आत्मालाई जान्दछन्, जसले परमेश्वरलाई मायालु पिता भनेर चिन्छन्, तिनीहरू पतित संसारमा बाँच्ने पीडाबाट मुक्त छैनन्। यी पार्थिव शरीरहरूमा जीवन बाहिरी रूपमा सजिलो नहुन सक्छ। हामीलाई राम्रो परिस्थितिको प्रतिज्ञा गरिएको छैन, तर हामीलाई ख्रीष्टमा विश्वासद्वारा भित्री फस्टाउने प्रतिज्ञा गरिएको छ। "त्यसैले, हामी हिम्मत हार्दैनौं। हाम्रो बाहिरी मानिस नष्ट हुँदै गए पनि भित्री मानिस दिनप्रतिदिन नवीकरण हुँदै गइरहेको छ।"[६६१]

---

६५८ रोमी ८:१८-१९, *नयाँ अन्तर्राष्ट्रिय संस्करण*

६५९ रोमी ८:२२-२३

६६० यूहन्ना १६:३३, जोड थपियो।

६६१ २ कोरिन्थी ४:१६

हामीले दुःखको सन्तुलित, बाइबलीय दृष्टिकोण बनाउन आवश्यक छ ।

हामीलाई येशू ख्रीष्टसँग दुःख भोग्न बोलाइएको छ

> किनकि यसैको निम्ति तिमीहरू बोलाइएका हौ । ख्रीष्टले पनि तिमीहरूका निम्ति कष्ट भोग्नुभयो, अनि तिमीहरूका लागि एउटा उदाहरण छोडिजानुभयो, र तिमीहरू उहाँकै पाइलामा हिँड्नुपर्छ ।[६६२]

येशूको चेला हुनुको केहि भागको अर्थ के हो भने दुःख भोग्नु हो । यसका लागि हामीलाई बोलाइएको छ । प्रेरित पावलले येशूलाई अझ धेरै चिन्ने खातिर दुःखकष्टलाई पूर्ण रूपमा अँगाले । उनले लेखे:

> साँच्चै भन्ने हो भने ख्रीष्ट येशू मेरा प्रभुलाई चिन्न पाउने अमूल्य कुराको तुलनामा सबै कुरालाई म हानि नै ठान्दछु । ख्रीष्टलाई प्राप्त गर्न सकूँ भनेर उहाँको निम्ति मैले सबै कुराको नोक्सानी भोगेको छु, अनि ती सबैलाई फोहोर-मैला तुल्य म गन्दछु,[६६३]

पावलको जीवनमा दुःखकष्टले धेरै फरक रूपहरू लिए, जसै यसले हाम्रो जीवनमा पनि लिनेछन् । तिनले "शरीरमा काँढा" अनुभव गरे[६६४] जसबाट परमेश्वरले उसलाई छुटकारा दिनुभएन । उनले सतावट, परित्याग, कारावास, एक्लोपन, शारीरिक असुविधा, गरिबी, डर, सेवकाइको दबाब, र दैनिक जीवनका परीक्षाहरू सहे । तर, यी सबैको माध्यमबाट, परमेश्वरले पावललाई आफूसँगको गहिरो सङ्गतिमा ल्याउनुभएको थियो ।

दुःखले हामीलाई ख्रीष्टको स्वरूपमा बनाउँछ ।

रोमी ८मा, पावलले सुस्केरा र प्रसव पीडा र सबै सृष्टि वर्तमानमा ख्रीष्टको आगमन र अन्तिम छुटकाराको प्रतीक्षामा गरिरहेको बारेमा कुरा गरेपछि, उनले हामीलाई यो सत्यको साथ प्रोत्साहन दिनुहुन्छ: "र हामी जान्दछौं, उहाँलाई प्रेम गर्नेहरू र उहाँका अभिप्रायअनुसार बोलाइएकाहरूका निम्ति **हरेक कुरामा** परमेश्वरले भलाइ नै गर्नुहुन्छ ।" [६६५]

अनि परमेश्वरको उद्देश्य के हो? " जस-जसलाई उहाँले पहिलेबाटै चिन्नुभएको छ, **उहाँले तिनीहरूलाई आफ्ना पुत्रको रूपसमान बनाउनुभयो**"[६६६] हाम्रो दुखमा परमेश्वरको एउटा उद्देश्य छ, र त्यो हो हामीमा ख्रीष्टको स्वरूपलाई पुनस्थापना गर्नु हो, जो परमेश्वरको स्वरूप हुनुहुन्छ ।

येशूका सद्‌गुण र चरित्र जसको बारेमा हामीले यस पाठ्यक्रममा कुरा गरेका छौं, हामीमा पीडा र अप्ठ्याराहरू बाहेक पूर्ण रूपमा गठन हुन सक्दैन । पावलका शब्दहरू सुन्नुहोस्: पावल भन्छन्, "३यति मात्र होइन, तर हामी आफ्नो सङ्कष्टमा रमाउँछौं, यो जानेर कि सङ्कष्टले सहनशीलता उत्पन्न गराउँछ,"[६६७]

---

६६२ १ पत्रुस २:२१

६६३ फिलिप्पी ३:८

६६४ २ कोरिन्थी १२:७

६६५ रोमी ८:२८, जोड थपिएको ।

६६६ रोमी ८:२९, जोड थपिएको ।

६६७ रोमी ५:३-४

परमेश्वरका छोराहरू र छोरीहरूको रूपमा, हामीले दुःखको माध्यमबाट प्राप्त गर्ने अनुशासन हाम्रो प्रशिक्षणको आवश्यक भाग हो, र यो बिना हामी उहाँको पवित्रतामा भाग लिन सक्दैनौं:[६६८] "सबै ताड़ना सुरुमा सुखद हुँदैन तर दुःखदायी हुन्छ, तर ताड़नाद्वारा **तालीम** पाएकाहरूका लागि यसले पछि धार्मिकताको शान्तिपूर्ण फल उत्पन्न गराउँछ।"[६६९]

दुःखका धेरै फाइदाहरु हुन्छन्

दुःखले हामीलाई ख्रीष्टको स्वरूपमा बनाउँछ। दुःख एक आगो हो जुन परमेश्वरले हामीलाई परिष्कृत गर्न र ख्रीष्टको स्वरूपमा बनाउन प्रयोग गर्नुहुन्छ। उनको पुस्तकमा, *चंगाई गर्ने ठाउँ*, जोनी एरिक्सन टाडाले दुःखका पाँच फाइदाहरू प्रदान गर्दछ।[६७०] म यी तीन थपको साथ बाँड्न चाहन्छु।

» तलका खण्डहरू सँगै पढ्नुहोस् र छलफल गर्नुहोस्। दुःखकष्टले ख्रीष्टियनहरूमा चरित्र, आज्ञाकारिता, शुद्धता, निर्देशन, शक्ति, प्रेम र महिमा कसरी उत्पन्न गर्छ छलफल गर्नुहोस्।

१. **दुःखले हामीलाई खतरनाक दिशाबाट फर्काउन सक्छ।**[६७१]

२. **दुःखले हामीलाई हाम्रो वास्तविक बल कहाँ छ भनेर स्मरण गराउँछ।**[६७२]

३. **दुःखले ख्रीष्टमा हाम्रो हराएको सुन्दरतालाई पुनर्स्थापित गर्न सक्छ।** [६७३]

४. **दुःखले ख्रीष्टको लागि हाम्रो तिर्खा बढाउन सक्छ।**[६७४]

५. **दुःखकष्टले हामीलाई ख्रीष्टसँग अझ राम्रो सङ्गतिमा ल्याउन सक्छ।**[६७५]

६. **दुःखले ख्रीष्टको लागि फललाई वृद्धि गर्न सक्छ।**[६७६]

७. **दुःखले परमेश्वरलाई हाम्रो जीवनमा र हाम्रो जीवनबाट ख्रीष्टको महिमा प्रकट गर्ने अवसरहरू प्रदान गर्न सक्छ।** [६७७]

बेकी र मलाई जनवरी २००६ मा चंगाई अति नै आवश्यक थियो। बेकी जर्मन दादुराको कारण मनिलाको सेन्ट ल्यूक अस्पतालमा केही दिनदेखि भर्ना भएकी थिइन्। डिस्चार्ज भएपछि पनि उनी निकै कमजोर भइन्। यस माथि, जब हामी

---

६६८ हिब्रू १२:१०

६६९ हिब्रू १२:११, जोड थपिएको।

६७० जोनी इयरेक्सन टाडा, *चंगाई हुने ठाउँ: दु: ख, पीडा र परमेश्वरको सार्वभौमिकताको रहस्यसँग कुश्ती,* (कोलोराडो स्प्रिंग्स: डेभिड सी कुक, २०१०), ८० एफएफ

६७१ भजन ११९:६७; १ पत्रुस ४:१-३

६७२ २ कोरिन्थी १२:९

६७३ १ पत्रुस १:६-८

६७४ यर्मिया २:१३

६७५ फिलिप्पी ३:१०

६७६ प्रेरित १४:२२; यूहन्ना १५:५

६७७ यूहन्ना ११:४, ४०

हाम्रो क्याम्पसको घरमा फर्कियौं, हामीले हाम्रो छ महिनाकी क्यारीलाई साह्रै बिरामी, उच्च ज्वरो आएको, र सुत्न वा खाना नखाइरहेको भेट्टायौं । उनी केवल रोइरहन्थिन्, र हामीले थाहा पायौं कि उनी दुई दिनदेखि यस अवस्थामा थिइन् । बेकी र म थाकेका थियौं र डराएका थियौं र हामीले अर्को कदम चाल्न नसक्ने महसुस गर्यौं ।

जब बेकीले क्यारीको अवस्था देखिन्, उनले मलाई मनिला (त्यतिबेला चारदेखि पाँच घण्टाको ड्राइभ) जान आग्रह गरिन्, तर मैले उनलाई भनैँ कि म धेरै थाकेको छु, मैले यो गर्न सक्दिनँ । तब, यति स्पष्ट रूपमा, परमेश्वरको मधुरो आवाज मेरो हृदयमा बोल्यो; र याकुब ५:१४ ले सिकाए जस्तै हाम्रो बिरामी छोरीको लागि प्रार्थना गर्न मण्डलीका एल्डरहरूलाई बोलाउनुपर्छ जस्तो हामीलाई लाग्यो । तिनीहरू खुसीसाथ आए; र म कहिल्यै बिर्सने छैन कि कसरी हामीले प्रार्थना गर्दा परमेश्वरको शान्तिपूर्ण, सुनिश्चित उपस्थिति हाम्रो बैठक कोठामा आयो । हामीलाई थाहा थियो कि हाम्रो पिताले मद्दतको लागि हाम्रो पुकार सुन्नुभएको थियो, र उहाँले निको पार्ने प्रतिज्ञा गर्नुभएको थियो । हाम्रो प्रार्थनाको लगभग तीस मिनेट भित्र, सानी क्यारीको ज्वरो हट्यो; उनीले दुध पिईन् र सुतिन् । त्यस क्षणदेखि, उनी पूर्ण रूपमा निको भइन्; र परमेश्वरको महिमा भयो!

८. दुःखले हाम्रो अनन्त आशा बढाउन सक्छ ।[६७८]

अन्धो कवि फनी क्रसबीले बाल्यकालमा नै पनि दुःखकष्टप्रति अचम्मको मनोवृत्ति देखाउनुभयो । नौ वर्षको उमेरमा उनले निम्न कविता लेखे:

> ओहो म कस्तो खुसी आत्मा हुँ
> यद्यपि म देख्न सक्दिनँ
> मैले यो निश्चय गरेको छु कि संसारमा म
> सन्तुष्ट हुनेछु!
>
> कति आशीषहरुमा म रमाउँछु
> जुन अरूले गर्दैनन्
> रुनु र सास फेर्न किनकी म अन्धो छु
> म सक्दिन र गर्दिन ।

एक दिन, एक असल स्कटिश सेवकले वयस्क फ्यानी क्रसबीलाई टिप्पणी गरे, "मलाई लाग्छ कि यो ठूलो दु: खको कुरा हो कि मालिकले तपाईलाई धेरै वरदानहरू बरसाउनुभयो, तपाईलाई दृष्टि दिनुभएन ।" यसका लागि फ्यानीले जवाफ दिईन्: "के तिमीलाई थाहा छ कि यदि म जन्मने क्रममा मेरो सृष्टिकर्तालाई एउटै निवेदन गर्न सकेको भए, म अन्धो जन्मन पाउँ भन्ने हुनेथियो?" "किन?" आश्चर्यभकित परेका सेवकले सोधे । "किनभने, जब म स्वर्गमा पुग्छु, त्यो पहिलो झलक जसलाई देखेर मेरो दृष्टि रमाउनेछ उहाँ मेरो मुक्तिदाताको हुनुहुनेछ ।" त्यसपछि फ्यानी क्रसबीले मण्डलीलाई "सबैभन्दा पहिले मेरो मुक्तिदाता" भन्ने अद्‌भुत भजन दिए:

> १. जब मेरो जीवनकार्य समाप्त हुन्छ, र म सुन्निने छाल पार गर्छु,
> जब उज्यालो र गौरवशाली बिहान म देख्नेछु;
> जब म अर्को छेउमा पुग्छु तब मैले मेरो मुक्तिदातालाई थाहा गर्नेछु,
> र उनको मुस्कानले पहिले मलाई स्वागत गर्नुहुनेछ ।

---

६७८ २ कोरिन्थी ४:१६-१८

रोक्नुहोस्:
म उहाँलाई चिन्छु, म उहाँलाई चिन्छु,
र उहाँको छेउमा छुटकारा पाएर म उभिनेछु,
म उहाँलाई चिन्छु, म उहाँलाई चिन्छु,
उहाँको हातमा भएको किल्लाको छापद्वारा।

२. ओह, आत्मा रोमाञ्चक महिमित अलप जब म उहाँको धन्य अनुहार देख्छु,
र उहाँको दयालु चम्किरहेको आँखाको चमक;
कसरी मेरो पूरा हृदयले उहाँको दया, प्रेम र अनुग्रहको प्रशंसा गर्नेछ,
जसले मेरो लागि आकाशमा एउटा महल तयार पार्नुहुन्छ।

४. दागरहित सेतो लुगामा सहरको ढोकाबाट,
उहाँले मलाई डोर्याउनुहुनेछ जहाँ आँसु कहिल्यै खस्नेछैन।
युगौंको खुशीको गीतमा म रमाउनेछु;
तर म सबैभन्दा पहिले मेरो मुक्तिदातालाई भेट्न चाहन्छु।

दुःखले हामीलाई पृथ्वीबाट छुटकारा दिन्छ र स्वर्गीय आनन्दहरूको लागि हाम्रो स्वाद बढाउँछ!

समृद्धि ईश्वरशास्त्र

धेरै ख्रीष्टियनहरू दुःखकष्टको प्रतिरोधी भएकाले समृद्धिको धर्मशास्त्र प्रचलित भएको छ।

संसारभरका ख्रीष्टियनहरूले पहिले कहिल्यै नभोगेको पीडा भोगिरहेका छन्। उदाहरणका लागि, विगत दुई सय वर्षमा ख्रीष्टको समयदेखि शहीद भएको मानिने ७ करोड ईसाईहरूमध्ये धेरैजसो शहीद भएका थिए।[६७९] विश्वासी क्रिश्चियनहरू बीचको अभूतपूर्व गरिबी र पीडाको बीचमा, समृद्धि ईश्वरशास्त्र जङ्गलको आगो जस्तै मण्डलीमा फैलिरहेको छ। ख्रीष्टियनहरूले यस ईश्वरशास्त्रलाई छुट्टाउन आवश्यक छ र यसको शिक्षाको जवाफहरू प्राप्त गर्न आवश्यक छ।

समृद्धि ईश्वरशास्त्र के हो?

समृद्धि धर्मशास्त्र (कहिलेकाहीँ समृद्धिको सुसमाचार, स्वास्थ्य र धनको सुसमाचार, वा सफलताको सुसमाचार भनिन्छ) केही ख्रीष्टियनहरूका बीचमा एउटा धार्मिक विश्वास हो, जसले आर्थिक आशिष् र शारीरिक कल्याण सधैंको इच्छा हो भनी ठान्छन्। तिनीहरूको लागि परमेश्वर; र त्यो विश्वास, सकारात्मक बोली, र धार्मिक कारणहरूमा दानले व्यक्तिको भौतिक सम्पत्ति बढाउनेछ।…

> समृद्धि ईश्वरशास्त्रलाई पेन्टेकोस्टल र क्यारिज्म्याटिक आन्दोलनहरू सहित विभिन्न ईसाई सम्प्रदायका अगुवाहरूले यसलाई गैरजिम्मेवारपूर्ण छ, मूर्तिपूजालाई बढावा दिने, र धर्मशास्त्रको विपरीत छ भनी आलोचना गरेका छन्।[६८०]

---

६७९ "लौसेन सम्मेलनले विश्व मिशनका लागि प्रमुख चुनौतीहरूलाई सम्बोधन गर्दछ।" https: //www.christiantoday.com/article/lausanne.conference.addresses.major.challenges.for.world.mission/११२२४.htm सेप्टेम्बर १२, २०२० बाट प्राप्त गरिएको।

६८० "समृद्धि ईश्वरशास्त्र।" https: //en.wikipedia.org/wiki/Prosperity_theology सेप्टेम्बर १२, २०२० बाट प्राप्त।

समृद्धिको सुसमाचारलाई परमेश्वरको वचनको विकृति र धेरै इसाईहरूको विश्वासको लागि यसको विनाशकारीताको कारणले गर्दा यसको पर्दाफास गर्नुपर्छ। शैतानले प्रायः सत्यको थोरै विकृतिहरू मार्फत परमेश्वरको वचनलाई आक्रमण गर्दछ किनभने उसलाई थाहा छ कि शंका र झूटो आशाको सानो बीउले अविश्वासको फसल कटनी गर्नेछ।

अब हाम्रा अगाडिका प्रश्नहरू "के परमेश्वरले अझै पनि निको पार्नुहुन्छ, वा आश्चर्यकर्महरू गर्नुहुन्छ, वा कहिलेकाहीँ उहाँका मानिसहरूलाई भौतिक आशिष् दिनुहुन्छ?" तर "के अनन्तकालको यो भागका ख्रीष्टियनहरूले शारीरिक र भौतिक आशिषलाई आफ्नो अधिकारको रूपमा दाबी गर्न सक्छन्? के येशू ख्रीष्टको प्रायश्चित मृत्युद्वारा अनन्तकालको यो भागमा शारीरिक निको पार्ने प्रतिज्ञा गरिएको छ? "

उनको क्लासिक पुस्तकमा, *आश्चर्यजनक चंगाई,*[६८१] हेनरी फ्रस्टले निको पार्ने (समृद्धि ईश्वरशास्त्रको प्रमुख जोड) सम्बन्धी धेरै शिक्षाहरू औंल्याए जुन परमेश्वरको वचनद्वारा परीक्षण गरिनु पर्छ। फ्रस्टको पुस्तकको मेरो पढाइबाट, मैले समृद्धि ईश्वरशास्त्र (विशेष गरी आश्चर्यजनक चंगाईसँग सम्बन्धित) को सात शिक्षाहरू रेखांकित गरेको छु जसले धेरै निष्कपट ईसाईहरूमा भ्रम ल्याएको छ।

समृद्धि ईश्वरशास्त्रका सात त्रुटिहरू

त्रुटि १

समृद्धि ईश्वरशास्त्रले सिकाउँछ कि मुक्तिले हाम्रो आत्माको सुरक्षा र अनन्तताको यस पक्षमा हाम्रो शरीरको चङ्गाई पनि समावेश गर्दछ।

बाइबलले के सिकाउँछ? धर्मशास्त्र यस कुरामा सहमत छ कि ख्रीष्टको उद्धारमा अन्ततः हाम्रो भौतिक शरीर समावेश हुनेनैछ, तर यस जीवनमा चङ्गाई प्रतिज्ञा गरिएको छैन। यद्यपि धर्मशास्त्रहरूले हामीलाई चङ्गाईको लागि प्रार्थना आमन्त्रित गर्दछ, सुसमाचारले यस जीवनमा पतनको सबै असरलाई उल्टाउँदैन।

अहिले भएका यी शरीरहरू कुहिदै गईरहेका छन्। पुनरुत्थानमा, हामीलाई "उहाँको आफ्नै महिमित शरीर जस्तै" नयाँ शरीरहरू दिइनेछ।[६८२] यो पुरानो "मासु र रगत स्वर्गका राज्यको हकदार हुन सक्दैन... तर हामी सबैको परिवर्तन हुनेछ।"[६८३] पावल भन्छन् कि यी पार्थिव पालहरू नष्ट हुनेछन्; तर हामीलाई "तापनि स्वर्गमा अनन्तसम्म रहने परमेश्वरले दिनुभएको हाम्रो घर छ, जो हातले बनाइएको होइन" दिइनेछ।[६८४] सडिरहेको बीउ जस्तै,

> जुन [पार्थिव] शरीर विनाशमा गाडिन्छ, त्यो अविनाशमा जीवित हुन्छ। अनादरमा त्यो गाडिन्छ, महिमामा त्यो जीवित हुन्छ। दुर्बलतामा त्यो गाडिन्छ, शक्तिमा त्यो जीवित हुन्छ। प्राकृतिक शरीरमा त्यो गाडिन्छ, आत्मिक शरीरमा त्यो जीवित हुन्छ त्यहाँ एक प्राकृतिक शरीर छ; र त्यहाँ एक आत्मिक शरीर छ।[६८५]

---

६८१ हेनरी फ्रस्ट, *आश्चर्यजनक चंगाई: परमेश्वरले किन कसैलाई निको पार्नुहुन्छ र कसैलाई पार्नुहुन्न?* (हेगर्सटाउन: ख्रीष्टियन हेरिटेज, २०००)। डा. मार्टिन लोयड-जोन्सले यो पुस्तकलाई ईश्वरीय चङ्गाईको विषयमा आफूले पढेको सबैभन्दा राम्रो पुस्तकको रूपमा वर्णन गर्नुभयो।

६८२ फिलिप्पी ३:२१

६८३ १ कोरिन्थी १५:५०

६८४ २ कोरिन्थी ५:१

६८५ १ कोरिन्थी १५:४२-४४

जोनी एरेक्सन जो एक ख्रीष्टियन महिला थिईन उनी ४० वर्ष भन्दा बढी समयदेखि सबै हात खुट्टा नचल्ने (क्वाड्रीप्लेजिक) रोगले थिईन, उनले यसरी लेखिन्, "सम्पूर्ण जीवन, सबै चङ्गाई, र सबै प्रायश्चितहरू एउटै झरनाबाट बग्छन् जो प्रभु येशू ख्रीष्ट हुनुहुन्छ। यो अरु कहाँबाट आउन सक्छ र?" उनी व्याख्या गर्दै जान्छिन्, **"येशूले पापलाई जे गर्न शुरू गर्नुभयो र त्यसको परिणाम [रोग, क्षय, मृत्यु] दोस्रो आगमन नआउञ्जेल पूरा हुनेछैन।"**[६८६] जसरी बीउ नगाडिए सम्म पूर्ण विकसित बिरुवा बन्दैन, त्यसरी नै यी शरीरहरू मृत्युमा नगाडिए सम्म पूर्ण मुक्तिको अनुभव गर्दैनन्।

हामीले शारीरिक चङ्गाई बारेको हाम्रो शिक्षालाई कहिलेकाहीँ परमेश्वरले निको नपार्नु रोज्न हुन्छ कारण उहाँको मनमा हाम्रो लागि केही राम्रो योजना छ भन्ने सत्यसँगको सन्तुलनमा राख्नुपर्छ।[६८७] उदाहरणका लागि, "शरीरमा काँढा" भन्ने वाक्यशं मार्फत पावलले नम्रता र ख्रीष्टको पर्याप्तताको शक्ति सिके।[६८८] जोनी पनि भन्छन् कि, "परमेश्वरले आफूलाई प्राप्त गर्न मनपरेको कुरा (हाम्रो पवित्रता) को लागि उहाँले घृणा गर्ने कुरा (मानव कष्ट) लाई अनुमति दिनुहुन्छ।"[६८९]

हाम्रो छोरा जेसी क्यान्सरको बिरामी हुँदा, हामीले चार वर्षको लडाईमा चङ्गाईको लागि परमेश्वरसँग अक्सर कुस्ती गर्यौं। शाब्दिक रूपमा भन्नुपर्दा, हजारौं मानिसहरूले उनको चङ्गाईको लागि प्रार्थना गरिरहेका थिए। केही असल र ईश्वरीय मानिसहरूले हामीलाई भने कि उनीहरूले जेसीको लागि शारीरिक चङ्गाईको ईश्वरीय प्रतिज्ञा पाएका थिए, र हामीले अब चिन्ता गर्नुपर्दैन किनभने अब डाक्टरलाई देखाउन जाँदा उनी निको भएको कुरा प्रकट हुनेछ। तर निको हुनुको सट्टा, क्यान्सर झन फैलिन थाल्यो, र २००१ मा उनले आफ्नो आँखा गुमाए। यी अति कठिन दिनहरूमा पनि आमाबाबुको रूपमा हामीले पाएको आश्चर्यकर्म भनेको शान्ति र आनन्दको आश्चर्यकर्म र परमेश्वरले शारीरिक चङ्गाई भन्दा उत्तम कुनै कुरा गर्न जाँदै हुनुहुन्छ भन्ने कुरामा अन्तर्निहित विश्वास थियो! प्रार्थनाको यो राम्रो उत्तरले अझै पनि हाम्रो जीवनमा र आज जेसीको जीवनमा काम भइरहेको छ।

त्रुटि २

समृद्धिको ईश्वरशास्त्रले कहिलेकाहीं इस्राएललाई दिनुभएको परमेश्वरको करारका प्रतिज्ञाहरू मण्डलीलाई पनि लागू हुन्छ भनेर सिकाउँछ।

समृद्धि ईश्वरशास्त्रका केही शिक्षकहरूले इस्राएलसँग परमेश्वरले बाँध्नु भएका करारका प्रतिज्ञाहरू आजका ख्रीष्टियनहरूलाई पनि हो भनि लागू गर्छन्। उदाहरणका लागि, प्रस्थानमा, परमेश्वरले इस्राएलका मानिसहरूलाई प्रतिज्ञा गर्नुहुन्छ कि यदि तिनीहरूले "तिमीहरूले परमप्रभु आफ्ना परमेश्वरका कुरा ध्यानसित सुन्यौ र उहाँको दृष्टिमा जे ठीक छ सो गर्यौं भने... जुन रोगहरू मैले मिश्रीहरूमाथि ल्याएको थिएँ, तीमध्ये एउटै पनि तिमीहरूमाथि ल्याउनेछैनँ। किनकि तिमीहरूलाई निको पार्ने म परमप्रभु हुँ।"[६९०] "बिरामी मिश्रीहरूको हो, परमेश्वरका मानिसहरूलाई होइन। र जब हामी मिश्रमा आत्मिक रूपमा फर्कन्छौं, हामी यसको [रोग] र खतराहरूमा फर्कन्छौं।[६९१]

---

६८६ जोनी इयरेक्सन टाडा, *चंगाई हुने ठाउँ: दु: ख, पीडाको रहस्य र परमेश्वरको सार्वभौमिकताको सँग कुश्ती,* (कोलोराडो स्प्रिंग्स: डेभिड सी. कुक, २०१०), ६४

६८७ हिब्रू ११:३५-३९

६८८ २ कोरिन्थी १२:७-१०

६८९ जोनी इरेक्सन टाडा, "जोनी इरेक्सन टाडा अन्तरवार्ता: विश्वास शृङ्खलाका प्रतीकहरू।" https: //www.youtube.com/ सेप्टेम्बर १८, २०२० बाट प्राप्त।

६९० प्रस्थान १५:२६

६९१ हेनरी फ्रस्ट, *आश्चर्यजनक चंगाई: परमेश्वरले किन कसैलाई निको पार्नुहुन्छ र कसैलाई पार्नुहुन्न?* (हेगर्सटाउन: ख्रीष्टियन हेरिटेज, २०००)।

यस दृष्टिकोण अनुसार, विश्वासी ख्रीष्टियनहरू कहिल्यै बिरामी पर्दैनन् । रोग अविश्वासीहरूको लागि आरक्षित छ । परमेश्वरले इस्राएलसँग निको पार्ने करार गर्नुभएको हुनाले, यो करार आत्मिक इस्राएल-मण्डलीमा लागू हुनुपर्छ ।

यस करारको सिद्धान्तसँग धेरै समस्याहरू छन्, तर म केवल केही उल्लेख गर्नेछु:

१. पुरानो करार तर्फ फर्कनु भनेको पुरानो करारको व्यवस्थामा फर्कनु हो ।

ख्रीष्टियनहरू पुरानो नियमको व्यवस्थाको अधीनमा बाँचिरहेका छैनन्, न त पुरानो करारको व्यवस्थाको प्रत्येक प्रतिज्ञा हामीलाई इस्राएलमा जस्तै लागू हामीमा हुन्छ । यदि पुरानो नियमको नियमहरू अझै पनि येशूमा विश्वास गर्नेहरूले गर्न आवश्यक छ भने, उहाँ व्यर्थमा मर्नुभयो ।[६९२]

२. इस्राएल परमेश्वरद्वारा शासित राज्य थियो ।

इस्राएल मार्फत उहाँले आफ्नो सिद्ध शासन कस्तो देखिनेछ भनेर देखाउन चाहनुहुन्थ्यो, आफ्ना मानिसहरूलाई आउन बाँकी रहेको राज्यको दृश्य चित्र प्रदान गर्न चाहनुहुन्थ्यो । जब ख्रीष्टले, वास्तवमा, यस पृथ्वीमा राज्य र शासन गर्नुहुन्छ, उहाँका मानिसहरूले कुनै पनि प्रकारको पीडा अनुभव गर्नेछैनन्![६९३]

३. परमेश्वरले इस्राएललाई पार्थिव मानिसहरू बनाउनुभयो र तिनीहरूलाई र हामीलाई आत्मिक सत्यता सिकाउनको लागि तिनीहरूलाई भौतिक आशिषहरू दिनुभयो ।

यसको मतलब उहाँले हामीलाई इस्राएललाई जस्तै भौतिक आशीर्वाद दिनुहुनेछैन भन्ने होइन, तर तिनीहरू इस्राएल राष्ट्रलाई जस्तै गरी **ठ्याक्कै हामीलाई प्रतिज्ञा गरिएको थिएन ।** परमेश्वरले इस्राएलका भौतिक शत्रुहरूलाई जित्नुभयो; भौतिक चट्टानबाट तिनीहरूको शारीरिक तिर्खा मेटाइ दिनुभयो; तिनीहरूलाई भौतिक भोजन दिनुभयो; उनीहरूलाई भौतिक जमिन नियुक्त गरिदिनुभयो जुन उनीहरूले किनेनन्; तिनीहरूलाई भौतिक घरहरू र तिनीहरूले नबनाएका सहरहरू दिनुभयो, तिनीहरूले नपालेका गाईवस्तुहरू र तिनीहरूले रोपेका फसल दिनुभयो ।[६९४] तर परमेश्वरले हामीलाई स्वर्गीय मानिसहरू बनाउनुभएको छ र हामीलाई "स्वर्गीय स्थानहरूमा आत्मिक आशिषहरू" दिनुभएको छ ।[६९५] उहाँले हाम्रा आत्मिक शत्रुहरूलाई जित्नुहुनेछ,[६९६] हामीलाई आत्मिक चट्टान- ख्रीष्टबाट पिउन दिनुहुन्छ,[६९७] हामीलाई आत्मिक भोजन (ख्रीष्ट नै मन्ना हुनुहुन्छ),[६९८] र स्वर्गीय यरूशलेम दिनुहुन्छ ।[६९९] हामी आत्मिक मन्दिर हौं,[७००] एक आत्मिक पुजाहारी, र एक पवित्र राष्ट्र हौं ।[७०१] जबसम्म हामी उज्यालोमा हिंड्छौं कुनै पनि आत्मिक रोग (पाप) ले हामीलाई भ्रष्ट बनाउनेछैन ।[७०२]

---

६९२ गलाती ५:२

६९३ प्रकाश २१:४

६९४ व्यवस्था ११:२७

६९५ एफिसी १:३

६९६ २ कोरिन्थी १०:३-४

६९७ १ कोरिन्थी १०:४

६९८ यूहन्ना ६:३३-३६; १ कोरिन्थी १०:१-४

६९९ प्रकाश २१:२

७०० १ कोरिन्थी ३:१६

७०१ १ पत्रुस २:९

७०२ १ यूहन्ना १:९

धर्मशास्त्रमा यो एकदम स्पष्ट छ कि इस्राएल राष्ट्रसँग गरिएको प्रत्येक करार आत्मिक अर्थमा बाहेक मण्डलीमा प्रत्यक्ष रूपमा लागू हुँदैन । त्यसकारण हामीले हाम्रो लागि नभएका प्रतिज्ञाहरू दाबी गर्नु हुँदैन । यस्तो सोचले भ्रम मात्र पैदा गर्छ । इस्राएलले पाएका भौतिक आशिष र अनुभवहरू आज हामी ख्रीष्टियनहरूले पाएका ठूला आत्मिक आशिषहरूको छायाँ र प्रतीक मात्र थिए, "ख्रीष्ट हातले बनाएको पवित्रस्थानभित्र प्रवेश गर्नुभएन, जोचाहिँ **साँचो पवित्रस्थानको नकल मात्र हो**, तर उहाँ स्वर्गभित्रै प्रवेश गर्नुभयो, र उहाँ हाम्रो पक्षमा परमेश्वरको सामु उपस्थित हुनुभएको छ ।"[७०३]

त्रुटि ३

समृद्धि ईश्वरशास्त्रले अक्सर यशैया ५३:४-५ लाई अहिले दिइएको शारीरिक चङ्गाईको प्रतिज्ञाको रूपमा व्यख्या *गर्दछ*।

> निश्चय नै उसले हाम्रा निर्बलताहरू बोक्यो, र हाम्रा दु: ख भोग्यो, तापनि हामीले उसलाई परमेश्वरबाट हिर्काइएको, उहाँबाट पिटिएको र दु: खमा परेको सम्झ्यौं । तर ऊ त हाम्रा अपराधहरूका निम्ति छेड़ियो; हाम्रा अधर्मका निम्ति ऊ पेलियो; हामीमा शान्ति ल्याउने दण्ड उसमाथि पर्यो; र**उसको कोर्राको चोटले हामी निको भयौं** ।[७०४]

यस सुन्दर खण्डमा, यशैयाले येशू ख्रीष्टको दोहोरो सेवकाईको भविष्यवाणी गर्दछ:

१. येशू हाम्रो बोझ बोक्ने (पद ४) ।
२. येशू हाम्रो पापको बलिदान (पद ५) ।

चोट पाएकाहरूमा प्रेमपूर्वक भेट्न, तिनीहरूका भूतात्माहरू धपाउन र तिनीहरूका रोगहरूलाई निको पार्न येशू मानिसजातिको बोझ बोक्ने व्यक्ति बन्नुभयो । मत्तीले यो सिकाउँछ:

> जब साँझ पर्यो, तब तिनीहरूले उहाँकहाँ भूत लागेका धेरै जनालाई ल्याए । र उहाँले वचनद्वारा नै भूतहरूलाई निकाल्नुभयो, र जति बिरामी थिए, सबैलाई निको पार्नुभयो, यशैया अगमवक्ताले बोलेको अगमवाणी **पूरा** हुनलाई यो भएको थियो: "उहाँ आफैले हाम्रा दुर्बलताहरू लिनुभयो, र हाम्रा रोगहरू उठाइलानुभयो ।"[७०५]

जब येशू घाईते हुनुहुन्थ्यो, क्रुसमा घाउ र चोट सहनुभयो, तब उहाँले हाम्रा अपराधहरूको मूल्य तिर्दै हुनुहुन्थ्यो: "तर ऊ त हाम्रा अपराधहरूका निम्ति छेड़ियो, हाम्रा अधर्मका निम्ति ऊ पेलियो... र उसको कोर्राको चोटले हामी निको भयौं ।" यशैयाले बोलेको निको पार्ने कुरा विशेष गरी हाम्रो पापको रोगबाट निको पार्ने कुरामा केन्द्रित छ, शारीरिक रोग होइन! प्रेरित पत्रुसले पापीहरूको साटोमा कठोर व्यवहार सहनुभएको येशूको उदाहरण पछ्याउनको लागि कष्ट भोगिरहेका ख्रीष्टियनहरूलाई प्रोत्साहन दिए: "हामी **पापका** लेखि मरेर धार्मिकताको लेखि जिऔं भनी उहाँले क्रूसमा आफ्नै शरीरमा हाम्रा **पाप** बोक्नु भयो— **उहाँकै चोटहरूद्वारा तिमीहरू निको भयौ ।**"[७०६]

---

७०३ हिब्रू ९:२४ यो पनि हेर्नुहोस् हिब्रू १०:१

७०४ यशैया ५३:४-५, जोड थपियो ।

७०५ मत्ती ८:१६-१७, जोड थपियो ।

७०६ १ पत्रुस २:२४, जोड थपियो; यो पनि हेर्नुहोस् रोमी ५:८-९, १ कोरिन्थी १५:३

आज पनि उहाँले हामीलाई हाम्रो सबै फिक्रीहरू उहाँमाथि राख्न आमन्त्रित गर्नुहुन्छ ।[७०७] उहाँले हामीलाई भन्नुहुन्छ, "हे सबै परिश्रम गर्ने र बोझले दबिएका हो, मकहाँ आओ, र म तिमीहरूलाई विश्राम दिनेछु ।"[७०८] जब हामी कष्ट भोग्छौं, उहाँले हामीसँगै कष्ट भोग्नुहुन्छ, हाम्रो लागि प्रार्थना गर्नुहुन्छ, कहिलेकाहीँ हामीलाई निको पार्नुहुन्छ, र सधैं हाम्रो आत्माको लागि चङ्गाई प्रदान गर्नुहुन्छ । हाम्रो वर्तमान पार्थिव शरीरहरू नष्ट हुँदैगर्दा, हाम्रो आत्माहरू क्रुसको कारण दिन प्रतिदिन नयाँ पारिँदै छन् ।

> **"ख्रिष्ट रोगलाई नष्ट गर्न मर्नुभयो, र उहाँले अझै पनि नष्ट गर्नुहुनेछ । तर उहाँले गर्छु भन्नुभएन, अझ सही अर्थमा, अहिले नै गर्छु भन्नुभएन, तर, पछि आउने समयमा जब उहाँ शक्ति र ठूलो महिमामा आउनुहुन्छ ।"**
>
> **हेनरी फ्रस्ट**

यो ध्यान दिनुपर्छ कि हरेक घाउहरू, चोटहरू, र येशूको रगतको जुन यशैया ५३ मा लेखिएको छ ति सबै **पापसँग** जोडिएको छ — प्रत्यक्ष रूपमा शारीरिक रोग होइन ।[७०९] हाम्रो पाप नै त्यो भयानक रोग थियो जसले येशूलाई यस्तो पीडा, अपमान, कष्ट र रक्तपात गराएको थियो । यो हाम्रा पापहरू नै थिए जसले येशूलाई क्रुसमा झुण्ड्यायो, र येशूका कोर्राहरूले हामी आत्मिक रूपमा निको भएका छौं ।

यहि रगतको कारणले गर्दा, हामी अब उप्रान्त पापको पन्जामा परेका छैनौं, अब उप्रान्त हामी शारीरिक इच्छाहरूको दास छैनौं, र यस संसारका कुराहरूको मोहमा पर्दैनौं । येशूको रगतले हामीलाई मुक्त गरेको छ! येशूले हाम्रो आत्माको लागि गर्नुभएको कुरालाई शारीरिक क्षय र मृत्युले हटाउन सक्दैन! शारीरिक दु: खले कहिलेकाहीं परमेश्वरको अनुहार लुकाउनेछ, तर कुनै पनि कष्ट वा दुःखसँग हामीलाई उहाँको प्रेमबाट अलग गर्ने शक्ति छैन ।[७१०] तपाईंको शरीरमा जे भए पनि, ख्रीष्टको प्रायश्चितमा तपाईंको आत्मा सधैं सुरक्षित र निर्धक्क हुनेछ । क्रूसको कारणले, हामी भविष्यको दिनको पर्खाइमा छौं जब श्रापको हरेक प्रभाव हट्नेछ! हाम्रो संसार नयाँ बन्नेछ । सामा र सिउँडीहरू अब हुनेछैनन् । हाम्रो शरीर पूर्ण बनाइनेछ । दुःख, पीडा र मृत्यु सदाको लागि नष्ट हुनेछ ।

सबै चङ्गाई - शारीरिक र आत्मिक दुवै - क्रूसमा छ । येशूमा विश्वास गर्ने सबैलाई पापबाट निको पार्ने प्रतिज्ञा गरिएको छ । रोगबाट चङ्गाई कहिलेकाहीं अहिले दिईएको छ तर पछिको लागि प्रतिज्ञा गरिएको छ ।

त्रुटि ४

समृद्धिको ईश्वरशास्त्रले अक्सर सिकाउँछ कि यूहन्ना १४:१२ का येशूको "ठूला कार्यहरू" को प्रतिज्ञाको अर्थ महान आश्चर्यकर्म हो ।

धेरैले यस खण्डलाई सबै चेलाहरूले येशूले गर्नुभएका भन्दा ठूलो चमत्कारहरू गर्नेछन् भनि येशूको प्रतिज्ञाको रूपमा व्याख्या गर्छन् ।

के प्रेरितहरूले येशूभन्दा ठूलो चमत्कारहरू गरे? त्यहाँ सुसमाचारका पुस्तकहरूमा ख्रीष्टका पैंतीस विशिष्ट आश्चर्यकर्महरू रेकर्ड गरिएका छन्, यद्यपि उहाँले अरू धेरै कार्यहरु गर्नुभयो; तर प्रेरितका पुस्तकहरूमा, प्रेरितहरूका बाह्र आश्चर्यकर्म मात्र

---

७०७ १ पत्रुस ५:७

७०८ मत्ती ११:२८

७०९ हेर्नुहोस् यशैया ५३:५-६, ८, १०-१२

७१० रोमी ८:३१-३९

रेकर्ड गरिएका छन्, यद्यपि तिनीहरूले अरू धेरै काम पनि गरे । यसको अर्थ यो हो: जबकि आश्चर्यकर्महरू निश्चित रूपमा नयाँ नियमबाट अलग गरिएका छैनन्, तर तिनीहरू कहिल्यै केन्द्र भने थिएनन् ।

के कुनै शुरूका चेलाहरूले रोटी र माछाको आश्चर्यकर्म, वा पानीलाई दाखमद्यमा परिणत गर्ने वा आँधीबेहरीलाई शान्त पार्ने, वा धेरै माछा समात्ने, वा दुई अन्धा मानिसहरूलाई दृष्टि दिने भन्दा ठूलो चमत्कार गरे?, वा लाजरसलाई मृतकबाट जीवित पारे? यद्यपि केही चेलाहरूले साँच्चै केही शक्तिशाली आश्चर्यकर्महरू गरे तापनि, प्रभुले गर्नुभएका आश्चर्यसँग कुनै पनि कुरा पूर्ण रूपमा मेल खाएन । यससँगै, मण्डलीले येशू भन्दा ठूलो आत्मिक कार्यहरू गरेको छ यस अर्थमा कि उहाँको मृत्यु र पुनरुत्थानद्वारा येशूले बसाल्नु भएको जग माथि नै हामीले पहिलेदेखि नै निर्माण गर्दै आइरहेका छौं ।

शुरूका ख्रीष्टियनहरूका लागि, सुसमाचारको प्रचार सधैं केन्द्रमा थियो; सन्देश र सन्देशवाहकहरूलाई प्रमाणित गर्नको लागि कहिलेकाहीं चिन्हहरू र आश्चर्यकर्महरू प्रयोग गरियो, विशेष गरी जहाँ सुसमाचार कहिल्यै प्रचार गरिएको थिएन । आज पनि चिन्ह र चमत्कारहरूले मानिसहरूलाई चकित पार्ने र अचम्भित पार्ने यस्तो शक्ति छ, कारण, तिनीहरू धेरै दुर्लभ छन् । यदि आश्चर्यकर्महरू सामान्य र अनुमान गर्न सकिने भए, तिनीहरूले आफ्नो प्रभावकारिता गुमाउनेछन् र परमेश्वरको सन्देशलाई बेवास्ता गरिनेछ ।

जब म केटा थिएँ, मैले एक जना शिक्षकलाई चिनेको थिएँ जसले विद्यार्थीहरू सुत्दा वा कुनै न कुनै कारणले सुन्न छाडेको बेलामा ताली बजाउने गर्थे । उहाँसँग भन्नको लागि धेरै महत्त्वपूर्ण कुरा थियो र उनीहरूको आँखा उहाँमा पूर्ण रूपमा स्थिर हुनु आवश्यक थियो । उहाँले कक्षालाई चकित गरिसकेपछि र तिनीहरूको ध्यान पुनः कब्जा गरेपछि, उहाँ ताली बजाउँनु हुन्नथ्यो, तर पाठलाई अघि बढाउनु हुन्थ्यो । यदि यो शिक्षकले धेरै पटक ताली बजाएको भए, उनका विद्यार्थीहरूले यसलाई ध्यान दिन छोडिसकेका हुनेथिए । हामीले आश्चर्यकर्महरूलाई मानिसजातिको ध्यान खिच्नको लागि उहाँको शक्तिशाली हातहरूद्वारा ताली बजाउनु भएको रूपमा बुझ्नुपर्छ, ताकि सुसमाचारको शक्तिशाली सन्देश स्पष्ट रूपमा सुनियोस्, र त्यो सामान्य, नियमित घटनाहरू जस्तो नभएको होस् ।

केही वर्ष अघि एउटी सानो पहाडी केटीको नाटकीय चङ्गाईको प्रभावलाई म कहिल्यै बिर्सने छैन । हामीले उनको लागि प्रार्थना गर्न थालेपछि, एउटा भीड जम्मा हुन थाल्यो—केहीले विश्वास गरे, तर कोही अझै मूर्तिपूजक अन्धकारमा नै हराए । जब हामी ख्रीष्टियनहरूले यस सानी केटीलाई घेरेर उनलाई हाम्रो काखमा राख्यौं, हामीले शैतानको डरलाग्दो शक्ति महसुस गर्यौं र आफ्नै आँखाले शैतानको आक्रमणको प्रभाव देख्यौं । तर जब हामीले परमेश्वरलाई पुकार्यौं, सँगै भजन गायौं, र येशूको रगतको विजयको घोषणा गर्यौं, ती सानी केटी एकदम शान्त भइन् र निदाइन् । करिब पन्ध्र मिनेट पछि, उनी उठिन्, पानी पिउनको लागि सोधिन्, र त्यसपछि, हामी छक्क पर्यौं, किनकी तिनी केहि भएको छैन जस्तो गरी हिँडिन्! यो आश्चर्यकर्म लामो समयदेखि शैतानको नियन्त्रणमा रहेको गाउँमा ख्रीष्टको उच्च अधिकारको शक्तिशाली चिन्ह बन्यो; र परमेश्वरको महिमा भयो ।

चिन्हहरू र अचम्मका कामहरू खोज्ने खतरादेखि सावधान रहनुहोस्,[७११] तर आफ्नो हृदयलाई अविश्वासबाट जोगाउनुहोस् । परमेश्वरले आफ्नो इच्छा अनुसार आज पनि निको पार्दै र छुट्कारा दिँदै हुनुहुन्छ ।

---

७११ लूका ११:२९

त्रुटि ५

समृद्धि ईश्वरशास्त्रले कहिलेकाहीं चिन्हहरू खोज्नुपर्छ भनेर सिकाउँछ ।

येशूले मर्कूश १६:१७-१८ मा भन्नुहुन्छ, "र विश्वास गर्नेहरूसँग यी चिन्हहरू हुनेछन्: मेरो नाउँमा तिनीहरूले भूतहरू धपाउनेछन्, तिनीहरूले नयाँ भाषाहरूमा बोल्नेछन्; तिनीहरूले सर्पहरू समात्नेछन् र कुनै विषालु कुरा पिए तापनि कुनै किसिमले त्यसले तिनीहरूको हानि गर्नेछैन । तिनीहरूले रोगीहरूमाथि आफ्ना हात राख्नेछन् र तिनीहरू निको हुनेछन् ।"

यी चिन्हहरूले, वास्तवमा, सुसमाचारलाई पछ्याउँछन् जब यसलाई विश्वभरि विश्वासयोग्य रूपमा प्रचार गरिन्छ, विशेष गरी यो नसुनाइएका ठाउँहरूमा । प्रभु, हाम्रो अविश्वासको लागि हामीलाई क्षमा गर्नुहोस्!

तथापि, यी चिन्हहरू र आश्चर्यहरूको खोजी गर्नु हुँदैन । तिनीहरूले स्वाभाविक रूपमा सुसमाचारको विश्वासयोग्य प्रचारलाई पछ्याउनेछन् । जब हामी विनम्र, आज्ञाकारी र आशापूर्वक यस संसारमा सुसमाचार प्रचार गर्न जान्छौं, परमेश्वरको शक्ति उहाँको मण्डलीमा र मार्फत प्रदर्शित हुनेछ ।

उदाहरणको रूपमा, जब पावलको जहाज भत्कियो र माल्टा टापुको किनारमा बगायो,[७१२] यो पक्कै पनि परमेश्वरको दृष्टिकोणबाट कुनै दुर्घटना थिएन । परमेश्वरले हराएका मानिसहरूले भरिएको एउटा टापु देख्नुभयो जसलाई छुटकारा दिन येशू मर्नुभएको थियो । पावलले आगोको लागि दाउराका बिटाहरू बटुल्दै गर्दा, एउटा विषालु सर्पले उनको हातमा बेह्रियो । तिनी नमरेको कारण, परमेश्वरले त्यस टापुमा पावलको लागि सेवाको ढोका खोल्न थाल्नुभयो ।

त्रुटि ६

समृद्धिको ईश्वरशास्त्रले कहिलेकाहीं येशू "हिजो, आज र सदासर्वदा उस्तै हुनुहुन्छ" त्यसैले[७१३] हामीले सधैं प्रार्थनाको एउटै जवाफको आशा गर्नुपर्छ भनी सिकाउँछ ।

येशू ख्रीष्ट वास्तवमा आफ्नो स्वभाव र चरित्रमा अपरिवर्तनीय हुनुहुन्छ, तर उहाँका गतिविधिहरू एकदम अप्रत्याशित छन् । परमेश्वर एउटा मेसिन होइन जसलाई हामीले प्रोग्राम गर्न, नियन्त्रण गर्न वा हेरफेर गर्न सक्छौं । उहाँ हाम्रो भलाइ र उहाँको महिमाको लागि उहाँको इच्छा अनुसार काम गर्ने व्यक्ति हुनुहुन्छ ।

दुःख भोग्ने आफ्ना सन्तानहरूप्रति परमेश्वरको प्रेम अपरिवर्तनीय छ । हामीले भरोसा गर्न सक्ने एउटा कुरा यो हो कि येशू आफ्नो प्रेममा अपरिवर्तित हुनुहुन्छ! उहाँले हामीलाई कहिल्यै छोड्नुहुनेछैन वा हामीलाई त्याग्नुहुन्न । उहाँको पुनरुत्थानको शक्ति हामीमा शक्तिशाली हुनेछ—कहिले पहाडलाई सार्ने, कहिले चढ्ने, र कहिले सुरंग बनाउन सक्ने शक्ति! उहाँको प्रशस्तको पूर्ण अनुग्रह र शान्तिले हामीलाई सधैं दुःख र पीडामा सँभाल्नेछ । किनकि उहाँ सार्वभौम हुनुहुन्छ, हामीले सामना गर्ने हरेक परिस्थिति उहाँको अधिन मूनि आउनेछ र उहाँको सिद्ध डिजाइनको वस्त्रमा बुनिने छ ।

पाँच हप्ताकी जेसीलाई रेटिनोब्लास्टोमा (आँखामा क्यान्सर) भएको पत्ता लागेपछि हामी घरमा फर्किँदै गरेको त्यो एक घन्टा म कहिल्यै बिर्सने छैन । कुनै पनि मायालु अभिभावकजस्तै, बेकी र म, हाम्रो अगाडि रहेको अनिश्चितताले दुखित थियौं; तर जब हामी हिँड्दै गयौं, एक अव्यक्त ईश्वरीय शान्तिले हामीलाई घेर्यो । यो शान्तिले प्रवेश पाएको थियो जब हामीलाई

७१२ प्रेरित २८

७१३ हिब्रू १३:३

यस क्षणमा ल्याउने अस्पष्ट, भविष्यात्मक परिस्थितिहरूलाई हामीले सम्झन थाल्यौं । यहाँ केहि कुराहरू छन् जसले हाम्रो हृदयलाई शान्ति र प्रशंसाले भरिदिन्छ । पहिले, हामी संयुक्त राज्य अमेरिकामा हुनुहुँदैन थियो, तर हामी थियौं । हाम्रो पहिलो मिसनरी सेवकाईको कार्यकाल सुरु गर्नु भन्दा केही हप्ता अघि, मैले एउटा अपराधको साक्षी बसेको थिएँ र इन्डियाना राज्यले हाम्रो परिवारलाई घर फर्किने खर्च तिर्न राजी भयो यदि मैले गवाही दिएँ भने । दोस्रो, हामीले जेसीको जन्मदर्ता प्रमाणपत्र र राहदानी समयमै यस मुद्दाको लागि मनिलाबाट बाहिर जानको लागि प्राप्त गर्न सक्षम हुने थिएनौं, तर हामीले पायौं । उसको जन्म भएको तीन दिन भित्र, हामीले अस्पतालबाट चेकआउट गर्यौं, मनिलाको ट्राफिकको भीडबाट भएर गर्यौं, र पन्ध्र मिनेट अझै बाँकी हुँदा अमेरिकी दूतावास पुग्यौं । हामी त्यस दिनको अन्तिम ग्राहक थियौं । तेस्रो, हामी मिचिगनमा डाक्टरको कार्यालयमा हुनुहुँदैन थियो, तर हामी थियौं । यद्यपि हामीलाई केहि शंका थिएन, तर हामीले फिल्डमा फर्कनु अघि हाम्रो बच्चाको स्वास्थ्य जँचाउने गर्ने निर्णय गर्यौं । चौथो, डाक्टरको अफिसबाट बाहिर निस्कन हामीले पहिले नै कोट लगाएर हिँडिरहेका थियौं, हाम्रा बाल रोग विशेषज्ञ साथीले जेसीको आँखामा अन्तिम नजर हेर्नुभयो । यो अन्तिम नजर जेसीको जीवन बचाउने नजर बन्यो । हामी विश्वस्त छौं कि यदि हामी यो रोग उपचार नगरि फिलिपिन्स फर्केका थियौं भने, जेसी पक्कै मर्ने थिए ।

त्यो अक्टोबरको दिन हामी कारमा चढ्दा, परमेश्वरले उहाँको पर्दा-पछाडीको-काम, हाम्रो जीवनको विस्तृत व्यवस्थापन देख्ने गरि हाम्रा आँखा यसरी खोलिदिनुभयो जसरी तिनीहरू पहिले कहिल्यै नखोलेका थिए; र उहाँको सार्वभौमिकताको प्रशस्त सुन्दरता, प्रेमिलो हेरचाहले हामी निशब्ध थियौं । हाम्रो भरोसा परमेश्वरलाई हामीले दिने आदेश र फकाउन सक्ने हाम्रो क्षमतामा रहँदैन, तर हाम्रो जीवनका हरेक परिस्थितिलाई उहाँको मायालु, हेरचाह गर्ने, सार्वभौमको अधिनमा ल्याउन सक्ने उहाँको शक्तिमा भर पर्छ ।

त्रुटि ७

समृद्धि ईश्वरशास्त्रले कहिलेकाहीं विश्वासको अर्थलाई विकृत गर्दछ ।

याकूबको पुस्तकले मण्डलीलाई यो सुन्दर निमन्त्रणा दिन्छ:

> के तिमीहरूमध्ये कोही बिरामी छ? त्यसले मण्डलीका एल्डरहरूलाई बोलाओस् । तिनीहरूले प्रभुको नाउँमा त्यसलाई तेलले अभिषेक गरेर त्यसको निम्ति प्रार्थना गरून् । र विश्वासको प्रार्थनाले बिरामीलाई बचाउनेछ, र प्रभुले त्यसलाई निको पार्नुहुनेछ ।[७१४]

एक दिन दिउँसो म केही पास्टरहरूसँग एउटा गाउँमा हिँड्दा, एउटा धेरै बिरामी परेको बच्चालाई प्रार्थनाको लागि हामीकहाँ ल्याइयो । बच्चा दुई हप्तादेखि बिरामी थियो, जस्तो मलाई याद छ; र जब हामीले रोई रहेको आमाको दुखद कथा सुन्यौं, हाम्रो हृदय प्रभुको करुणाले भरियो । म यो कहिल्यै बिर्सने छैन किनकी हामीले यस बिरामी बच्चामाथि हात राखेर प्रार्थना गर्न थाल्यौं, पवित्र आत्माले हाम्रो हृदयमा बोल्नुभयो कि उसलाई वास्तवमा निको पार्ने उहाँको इच्छा थियो । प्रार्थना गर्न गाह्रो थिएन, तर स्वाभाविक थियो । हामीले हाम्रो इच्छा परमेश्वरमा थोपरेका थिएनौं बरु हामी उहाँका साधन हौं भन्ने महसुस गर्यौं । निको पार्ने हाम्रो आत्मविश्वास र प्रार्थनामा माग्ने साहस हाम्रो आफ्नै प्रयासले होइन, तर प्रभुको उद्देश्य र अनुग्रहले आएको हो । अर्को दिन जब हामी त्यो गाउँमा फर्कियौं, हामीले आशा गरेजस्तै बच्चालाई पूर्णरूपले निको पायौं । मलाई विश्वास छ कि यो नै याकूबले भनेको विश्वासको प्रार्थना हो ।

---

७१४ याकूब ५:१५

विश्वास भनेको भरोसा मात्र हो । परमेश्वरका छोराछोरीहरूले आफ्नो इच्छाको माग गर्नुभनेएको भरोसा होइन । भरोसा भनेको केवल परमेश्वरले गर्न चाहनुहुने सबै कुरा गर्न सक्नुहुन्छ र गर्नुहुनेछ भन्ने विश्वास गर्नु हो ।

शारीरिक पीडाले हामीलाई विश्वासमा बढ्ने अवसरहरू प्रदान गर्दछ । हेनरी फ्रस्ट लेख्छन्:

> मेरो लागि यो धन्यको अनुभव हो: यदि रोगले मलाई पूर्ण रूपमा उहाँको नियन्त्रणमा राख्छ, या त बिरामीमा वा स्वास्थ्यमा; चङ्गाईको खोजीमा उहाँले मलाई के गरेको चाहनुहुन्छ भनेर सोध्न; यस परिस्थितिले यो चमत्कारिक रूपमा निको हुनेछ कि भनेर सोध्न; त्यस्तो चङ्गाईको अभावमा, कुनै अन्य प्रकारको चङ्गाईको सन्दर्भमा उहाँको मन जान्न वा खोज्न; र, अन्तमा, उहाँको इच्छाको प्रकटलाई स्वीकार गर्न, चाहे त्यो जे भए पनि, नम्रतापूर्वक मात्र होइन, तर विश्वास र प्रशंसाका साथ पनि स्वीकार गर्न ।[७१५]

» समृद्धि ईश्वरशास्त्रका यी सात त्रुटिहरू सँगै मिलेर छलफल गर्नुहोस् । के यी त्रुटिहरू मण्डलीहरूमा वा तपाईंले चिनेका ख्रीष्टियनहरूमा देखिन्छन्? यी त्रुटिहरूलाई विश्वास गर्दाका केही नतिजाहरू के के हुन्? चङ्गाई र छुटकाराका कथाहरू पनि बाँड्नको लागि स्वतन्त्र महसुस गर्नुहोस् ।

समापन

दुःख एक असल र मायालु परमेश्वरको हातमा भएको एक साधन हो । यसलाई अँगाल्नुहोस् । यसबाट उहाँले तपाईं र मलाई पुत्रको स्वरूपमा बदि्ल गर्दै हुनुहुन्छ । यसले हाम्रो हृदयमा शान्ति ल्याउनेछ र हाम्रो परिवर्तनलाई छिटो बनाउँछ भनि स्मरण गर्नुहोस् ।

> काठको सानो टुक्राले एकपल्ट तीतो गुनासो गर्यो किनभने यसको मालिकले त्यसलाई टाढै राख्यो, यसलाई काट्यो र प्वालहरू पार्यो; तर जसले यसलाई काट्दै थियो ... उसले त्यसको गुनासोमा ध्यानै दिएन । उसले त एउटा बाँसुरी बनाइरहेको थियो....[७१६]

---

७१५ हेनरी फ्रस्ट, *आश्चर्यजनक चंगाई: परमेश्वरले किन कसैलाई निको पार्नुहुन्छ र कसैलाई पार्नुहुन्न?* (हेगर्सटाउन: ख्रीष्टियन हेरिटेज, २०००), ११०

७१६ एम. आर. देहान, *ब्रोकेन थिङ्ग्स*, चार्ल्स स्विन्डोलमा उद्धृत छ, *फेभरेट स्टोरीज एण्ड इलुस्ट्रेशन्स* (फिलिपिन्स, ओएमएफ लिटेरेचर, १९९८), ५४७

पाठ १३ को गर्नुपर्ने कार्य

१. यस पाठको सामग्रीमा आधारित जाचँ लिनुहोस् ।

२. पवित्र आत्मालाई अन्तर्दृष्टि दिनुहोस् भन्नका लागि, धर्मशास्त्रका पदहरू सहित यस पाठको समीक्षा गर्न यो हप्ता कम्तिमा तीस मिनेट समय दिनुहोस् ।

३. तपाईको जीवनमा गर्नु पर्ने कुनै पनि विशेष परिवर्तनहरू तपाईको नोट कापीमा रेकर्ड गर्नुहोस्, जसरी प्रभुले तपाईलाई प्रकट गर्नुहुन्छ ।

४. तपाईंको दैनिक उपासनाको समयमा कम्तिमा एउटा भजनसंग्रह मनन गर्नुहोस्, र भजनरचयिताले परमेश्वरको स्वभाव र चरित्रको बारेमा के भन्दैछ सो तपाईंको दैनिकी नोटमा रेकर्ड गर्नुहोस् ।

५. यस पाठमा आधारित आत्मिक रूपान्तरण र वृद्धिको लागि आफ्नो नोट कापीमा व्यक्तिगत प्रार्थना रेकर्ड गर्नुहोस् ।

६. तपाईंको दैनिक व्यक्तिग प्रार्थनामा डा. ब्राउनको *दैनिक प्रार्थना गाइड* प्रयोग गरेर अभ्यास गर्नुहोस् ।

पाठ १३ को जाँच

१. कष्ट ख्रीष्टियनहरूको लागि परमेश्वरको इच्छाको भाग हो भनि धर्मशास्त्रबाट प्रमाणित गर्नुहोस् ।

२. ख्रीष्टियनहरूले संसारलाई हेर्ने दुई तरिकाहरू के हुन्?

३. दुखमा येशू हाम्रो उदाहरण हुनुहुन्छ भनेर कुन खण्डले सिकाउँछ?

४. परमेश्वरले रोमी ८:२८-२९, अनुसार, उहाँलाई प्रेम गर्नेहरूका लागि हरेक कुरामा भलाई नै गर्नुहुन्छ । उनको अन्तिम उद्देश्य के हो? "हामी ____________ को ____________ को __________ हुन सकौं ।"

५. यस पाठमा उल्लेख गरिएका दुःखका आठमध्ये चारवटा फाइदाहरू के हुन्?

६. तपाईको आफ्नै शब्दमा, समृद्धि ईश्वरशास्त्रका (फलिफापको सिद्धान्त) का कम्तिमा दुईवटा त्रुटिहरू व्याख्या गर्नुहोस् ।

पाठ १४

ख्रीष्टियन समुदायद्वारा निर्माण

पाठ १३ समीक्षा

कक्षाको अगुवालाई नोट: पाठ १३ का मुख्य बुँदाहरू समीक्षा गर्नुहोस् । विद्यार्थीहरूमा पाठ १३ बाट आफ्नो व्यक्तिगत प्रार्थना बाड्न को इच्छुक हुनुहुन्छ भनेर सोध्नुहोस् ।

पाठका उद्देश्यहरू

१. मण्डली; ख्रीष्टको समुदायको कदर गर्न सिक्नुहोस् ।

२. बुझ्नुहोस् कि यो आत्मिक समुदाय हाम्रो आत्मिक विकासको लागि कति महत्त्वपूर्ण छ ।

३. मण्डलीमा ठूलो सहभागिताको लागि प्रतिबद्धता बनाउनुहोस् ।

जीवनका तस्बिरहरू

पाखण्डबाट समस्या

ग्रेसिया, एउटी ल्याटिनो युवती, उनको मण्डलीमा पाखण्डीहरूबाट दुखित छिन् र केही हदसम्म चिढिएकी छिन् । उनलाई भरोसा गर्न गाह्रो छ । उनी अझै पनि हप्तामा एक पटक सेवामा उपस्थित हुन्छिन्, तर साप्ताहिक आइतवार बिहानको सेवा बाहेक अरू कसैसँग विरलै जोडिन्छिन् । परमेश्वरसँगको आफ्नो व्यक्तिगत सम्बन्ध पर्याप्त छ भनी उनलाई लाग्छ ।

व्यस्तताले रोकेको छ

इभान, एशियाका एक व्यापारी, आफ्नो शहरमा ठूलो आराधना सेवामा उपस्थित हुन्छन्, तर धेरै व्यस्तताले गर्दा मण्डलीको सेवा गर्न सक्दिन भनि विश्वास गर्छन् । उनले आफ्नो दशांश दिन्छन् तर थप अरू केही छैन । उनी विरलै आफ्नो मण्डलीमा कसैलाई नामले चिन्छन् ।

आत्मनिर्भरता द्वारा बाधा

अकाची अफ्रिकामा प्रसिद्ध एक प्रचारक हुन् जसले सधैं दिने काम गरिरहेका छन् तर परमेश्वरको परिवारबाट विरलै अनुग्रह प्राप्त गर्छन् । उनी एक्लो र आत्मिक रूपमा कमजोर हुँदै गइरहेका छन् किनभने उनले अन्य इसाईहरूलाई आफ्नो जीवनमा बोल्ने मौका दिँदैन ।

एक आलोचनात्मक आत्माद्वारा बाधा

जिम र लिसा उत्तर अमेरिकीहरू हुन् जसले पछिल्लो दशकमा धेरै पटक मण्डलीहरू परिवर्तन गरेका छन् । तिनीहरूले अझै पनि आफूलाई पूर्ण रूपमा सहज भएको भेट्टाउन सकेका छैनन्, त्यसैले तिनीहरू कुनै पनि मण्डलीप्रति प्रतिबद्ध छैनन् । तिनीहरू आफूले उपस्थित हुने प्रत्येक मण्डलीको बारेमा आफ्नो मन नपराउने र चिन्ता व्यक्त गर्न छिटो हुन्छन्, तर कहिले पनि सेवकाइहरूको लागि स्वयम्सेवा गर्दैनन् र सानो झुण्डहरूका सँगी विश्वासीहरूसँग विरलै सम्पर्क राख्छन् । उनीहरूलाई थाहा छैन उनीहरू के गुमाउँदैछन् भनेर!

पूर्ण रूपमा संलग्न

नयाँ करारका मण्डलीका ख्रीष्टियनहरू:

> तिनीहरू एकै मनका भई मन्दिरमा एकसाथ उपस्थित हुन्थे, र घर-घरमा रोटी भाँच्थे, र तिनीहरू खुशी र शुद्ध हृदयले मिलीजुली खान्थे, र परमेश्वरको प्रशंसा गर्दै, र सबै मानिसहरूबाट शुभेच्छा पाउँदै बस्थे ।[७१७]

यद्यपि सबै तर अन्तिम दृश्य सबै काल्पनिक छन्, तिनीहरूले मण्डलीप्रति धेरै ख्रीष्टियनहरूको मनोवृत्तिलाई वर्णन गर्दछ । संसारभरि, ख्रीष्टको शरीरका अन्य अंगहरूसँग गहिरो, अर्थपूर्ण र परिवर्तनकारी तरिकामा जोडिएका विश्वासीहरूको ठूलो संख्या छ ।

» तपाईलाई किन धेरै ख्रीष्टियनहरूमा परमेश्वरको परिवारमा सहभागिताको अभाव छ जस्तो लाग्छ? आलस्यले कस्तो भूमिका खेल्छ? वा उदासीनताले? वा स्वार्थले? वा डरले? ख्रीष्टियनहरू कहिलेकाहीं अरू ख्रीष्टियनहरूसँग गहिरो सम्बन्ध विकास गर्न किन डराउँछन्?

ठूलो विचार

हामी ख्रीष्टियन समुदायमा सहभागी हुँदा पवित्र आत्माले हामीलाई येशू ख्रीष्टको स्वरूपमा बनाउनुहुन्छ । यो सत्य अत्यावश्यक छ! यदि हामी आत्मिक रूपमा परिपक्व हुन्छौं भने यसलाई ईन्कार गर्न सकिँदैन । **प्रत्येक ख्रीष्टिय मण्डलीको लागि परमेश्वरको उद्देश्य भनेको आत्मिक वृद्धिको लागि आवश्यक स्वीकृति, सुधार, जवाफदेहिता र सक्रिय सेवकाईका अवसरहरू प्रदान गर्नु हो ।**

यस पाठमा, हामीले उपासना, सेवा, सङ्गति, चेलापनको समूह, प्रार्थना सभा, गवाही, इत्यादि मार्फत मण्डलीको गतिविधिमा सहभागिता र प्रतिबद्धता जनाउन किन अत्यावश्यक छ भनेर खोज्नेछौं । ख्रीष्टियन समुदायको सहभागिताले हामीलाई येशूको स्वरूपमा बनाउन सक्ने शक्तिको हामी अन्वेषण गर्नेछौं ।

---

७१७ प्रेरित २:४६-४७क

» एकसाथ एफिसी ४:११-१३ र रोमी १२:४-१६ पढ्नुहोस् । यी पदहरूबाट, हामी सँगी विश्वासीहरूको रूपमा एकअर्काको सेवा गर्ने केही तरिकाहरू के हुन्? अन्तिम लक्ष्य के हो एफिसी ४:१३ अनुसार?

यो बुझ्न महत्त्वपूर्ण छ कि हामीले गर्ने सबै कुराको लक्ष्य एकअर्काको प्रेम र सेवामा हुन्छ (रोमी १२) एक अर्कालाई सुसज्जित गर्नको लागि हुनुपर्दछ ताकि, बिस्तारै, हामी प्रत्येकले हाम्रो सिद्ध मुक्तिदाताको स्वरूपलाई अझ बढी र अधिक धारण गर्न सकौं (एफिसी ४) । हाम्रो हृदयमा गाडिएको यो सत्यले साना साना कार्यहरूमा पनि अर्थ थप्नेछ ।

मण्डली भनेको के हो ?

तपाईं र म ख्रीष्टको बहुमूल्य रगतले किनिएका थियौं र पवित्र आत्माद्वारा ख्रीष्टको मण्डलीमा — उहाँको शरीर, उहाँको दुलही, उहाँको मन्दिर, उहाँको उद्धार गरिएको परिवारमा बप्तिस्मा लियौं! सबै विश्वासीहरू नै मण्डली हुन् । मण्डली भवन होइन; मण्डली तपाईं हुनुहुन्छ! यो हामी हो । यो हाम्रा पति, पत्नी, छोराछोरी र साथीहरू हुन् । मण्डलीलाई हामी आइतवार जाने ठाउँ वा त्यहाँ भेट्ने मानिसहरूलाई मात्र नठानौं । मुक्ति पाएकाहरू सबै परमेश्वरको विश्वव्यापी मण्डलीका सदस्य हुन्; र सुधारको उद्देश्यको लागि, एकअर्कासँग जोडिनु भनेको आत्मिक परिपक्वताको लागि आवश्यक हुन्छ ।

ख्रीष्टियन समुदायमा सहभागिता किन यति महत्त्वपूर्ण छ? यहाँ केही कारणहरू छन् ।

हामी बनाइएको नै समुदायमा सहभागी बन्नको लागि हो

हामी त्रीएक परमेश्वरको स्वरूपमा सृष्टि गरिएका छौं - परमेश्वर पिता, परमेश्वर पुत्र, र परमेश्वर पवित्र आत्मा । त्रीएकका यी व्यक्तिहरू अनन्तकालको लागि घनिष्ठ, आनन्दित संगतिमा रहेका छन् । हामी त्यही क्षमता र आवश्यकताका साथ सिर्जना भएका हौं । हामी सङ्गतिको लागि सृष्टि गरिएका हौं । हामी एक अर्काको लागि सृष्टि गरिएका हौं ।[७१८] हामी गहिरो र अर्थपूर्ण आत्मिक सम्बन्धको लागि सिर्जना गरिएका हौं । जब समुदाय हाम्रो आत्मिक जीवनबाट हराइरहेको छ भने, हामी कमजोर, अधिक स्वार्थी, पापको लागि अधिक कमजोर, शत्रुको आक्रमणको लागि बढी कमजोर, एक्लो, अधिक टुटेको, र अधिक व्यक्तिगत र आध्यात्मिक रूपमा विकृत भएका हुन्छौं । डा. डेनिस किनल लेख्छन्, **"लामो समय एक्लै बस्ने व्यक्तिले यो आत्म-केन्द्रित यति धेरै झुकेको महशुस गर्दैन । आफ्नै आत्मामा रहेका समस्याहरू बुझ्नको लागि समुदायमा बस्न आवश्यक छ ।"**[७१९]

एकान्तपन शैतानको रणनीति हो । त्यसलाई धर्मशास्त्रमा "कसलाई निलूँ भनि खोजी हिँड्ने गर्जने सिंह" को रूपमा चित्रण गरिएको छ ।[७२०] अफ्रिकामा बसोबास गर्नेहरूलाई थाहा छ कि कसरी सिंहहरूले आफ्नो शिकारको खोजी गर्छन् । जबसम्म बथानको सबैभन्दा कमजोर एउटा सुरक्षात्मक आश्रयबाट पछाडि पर्न सुरु हुँदैन र अलग हुँदैन तबसम्म तिनीहरू बगालको पछि दौडिरहन्छन् । तब, सिंहले हानेर त्यसलाई निल्नलाई कति पनि समय लाग्दैन ।

परमेश्वरले संसारको जगदेखि नै मानिसहरूलाई परिवार भनिने सानो समुदायमा राख्ने निर्णय गर्नुभयो । शिशुहरू, बालबालिकाहरू, युवा वयस्कहरू, र मध्यम-उमेरका र वरिष्ठ वयस्कहरूलाई पनि सम्बन्धित परिवार चाहिन्छ । एउटा शिशुको कल्पना गर्नुहोस् जो जन्मिन्छ तर आमाले त्याग्छ । उसले आफूलाई खुवाउन वा न्यानो पार्न नसक्ने भएकोले, ऊ पक्कै मर्छ! आफ्ना आमाबाबुको सान्त्वना, डोऱ्याइ, अनुशासन र निर्देशनको माया नपाएका बालबालिका र जवान मानिसहरूको

---

७१८ नयाँ नियममा ५० भन्दा बढी पटक दोहोरिएको वाक्यांश छन्

७१९ डेनिस किनल, *ख्रीष्टको मन* (विल्मोर: फ्रान्सिस एस्बरी प्रेस, १९९८), ६५

७२० १ पत्रुस ५:८

कल्पना गर्नुहोस् । तिनीहरूले दुःख पाउनेछन् । आफ्नो हेरचाह गर्ने कोही नभएका वृद्ध व्यक्तिहरूको कल्पना गर्नुहोस् । तिनीहरूको जीवन सामान्यतया धेरै दुखद रूपमा समाप्त हुन्छ ।

तपाईं जीवनको जुनसुकै मौसममा भएता पनि, तपाईंलाई परिवार चाहिन्छ । यदि तपाईंसँग स्वस्थ संसारिक परिवार छैन भने, सम्भवावित रूपमा तपाईंले आत्मिक, भावनात्मक र सामाजिक रूपमा स्वस्थ ख्रीष्टियन बन्न संघर्ष गरेको हुनुपर्छ । तर परमेश्वरले तपाईंको लागि अर्को परिवार प्रदान गर्नुभएको छ - परमेश्वरको परिवार!

समुदायमा सहभागिताको आवश्यकता नयाँ नियम मार्फत व्यक्त गरिएको छ । यसले हामीलाई एकअर्काको खाँचो छ — र हामी स्वतन्त्र जीवन जिउनको लागि सृष्टि भएका होइनौं भनी स्पष्ट पार्छ । नयाँ नियममा ख्रीष्टियनहरूले एकअर्कासँग कसरी सम्बन्ध राख्नुपर्छ भनेर कम्तिमा ५५ वटा पदहरू छन् । आत्मिक समुदाय धेरै महत्त्वपूर्ण छ भनी परमेश्वरले हामीलाई देखाउनुहुन्छ । यी ५५ पदहरू मध्ये २० ले हामीलाई एकअर्कालाई प्रेम गर्न आदेश दिन्छ । तर त्यहाँ धेरै अन्य पनि छन्:

- एक अर्कासँग शान्ति रहो (मर्कूश ९:५०) ।
- एक अर्काको खुट्टा धुनुहोस् (यूहन्ना १३:१४) ।
- एकअर्कालाई माया गर (यूहन्ना १३:३४) ।
- एक अर्काप्रति दयालु होओ (रोमी १२:१०) ।
- एक अर्काप्रति समान (नम्र) मनको होओ (रोमी १२:१६) ।
- हामी एक अर्काको न्याय नगरौं (रोमी १४:१३) ।
- एक अर्कालाई ग्रहण गर (रोमी १५:७) ।
- एकअर्कालाई सिकाओ (रोमी १५:१४) ।
- एक अर्कालाई पर्खनुहोस् (१ कोरिन्थी ११:३३) ।
- एक अर्काको वास्ता गर (१ कोरिन्थी १२:२५) ।
- एक अर्काको सेवा गर (गलाती ५:१३) ।
- एक अर्कासँग सहो (एफिसी ४:२) ।
- एक अर्काप्रति दयालु होओ (एफिसी ४:३२) ।
- एउटाले अर्कासँग भजन, गीत र आत्मिक गानमा बोल (एफिसी ५:१९) ।
- एक अर्कालाई क्षमा गर (कलस्सी ३:१३) ।
- एकअर्कालाई सिकाओ र सम्झाओ (कलस्सी ३:१६) ।
- एक अर्कालाई सान्त्वना देओ (१ थेसलोनिकी ४:१८) ।
- एक अर्कालाई बलियो पार (१ थेसलोनिकी ५:११) ।
- एकअर्कासँग आफ्नो अपराध स्वीकार गर (याकूब ५:१६) ।
- एक अर्काको लागि प्रार्थना गर (याकूब ५:१६) ।
- एकअर्कासँग कोमल हृदयका होओ (१ पत्रुस ३:८) ।
- एकअर्काको अतिथि सत्कार गर (१ पत्रुस ४:९) ।
- एक अर्काको अधीनमा रओ (१ पत्रुस ५:५) ।
- एकअर्काको सङ्गतिमा बस (१ यूहन्ना १:७) ।

ख्रीष्टियन विश्वास परिवारको बारेमा हो! हामीले अन्तरनिर्भर र एकअर्कासँग जोडिए भएर जीवन जिउनुपर्छ । हामी अन्य ख्रीष्टियनहरूसँग यस्तो प्रकारले आत्मिक र भावनात्मक रूपमा जोडिएको हुनुपर्छ कि जब तिनीहरू रुन्छन्, हामी रुन्छौं, र जब तिनीहरू रमाउँछन्, हामी आनन्दित हुन्छौं ।[७२१] जब हामी कुनै दाजुभाइ वा दिदीबहिनीलाई नाङ्गो, असहाय र भोकाएको देख्छौं, हामी तिनीहरूको खाँचोहरू पूरा गर्न सक्दो गर्छौं ।[७२२] याकूबका अनुसार, यो वास्तविक ख्रीष्टियन विश्वासको बारेमा हो ।

येशू मानिसहरूलाई बचाउन मात्र होइन तर तिनलाई एउटा समुदाय बनाउन आउनुभयो

निस्सन्देह, धेरैजसो अन्य विश्वासीहरूसँग — उपासनामा, आवश्यकताहरू साझा गर्नमा, सँगै खाना खानमा, पापहरू स्वीकार गर्नमा, आत्मिक सङ्गति र प्रार्थनामा संलग्न नहुनुको कारण — किनभने तिनीहरूले मण्डलीको कदर गर्न सिकेका छैनन् ।

येशूले आफ्नो मण्डली निर्माण गर्दै हुनुहुन्छ

यदि तपाईंले औसत मण्डलीको सदस्यलाई येशूले किन दुःख भोग्नु भयो र मर्नुभयो भनेर सोध्नुभयो भने, तिनीहरूले जवाफ दिनेछन्, "मलाई मेरा पापहरूबाट बचाउनको लागि," "म उहाँसँग व्यक्तिगत सम्बन्ध राख्न सकूँ ।" यी प्रतिक्रियाहरू सत्य हुन्, तर सम्पूर्ण सत्य होइनन् । येशूले सम्पूर्ण सत्यलाई मत्ती १६:१८ भित्र दिनुभयो, "म मेरो मण्डली निर्माण गर्नेछु, र नरकका ढोकाहरू त्यसमाथि विजयी हुनेछैनन् ।" "मण्डली" शब्दको अर्थ बोलाइएको समुदाय वा सभा हो । हामी मिलेर नै यो मण्डली बन्छ । येशू हामीलाई संसार र पापबाट बाहिर बोलाउन आउनुभयो र हामीलाई परमेश्वरसँग र एकअर्कासँग एक बनाउन आउनुभयो, "कि तिनीहरू सबै एक होऊन् । हे पिता, जसरी तपाईं ममा हुनुहुन्छ, र म तपाईंमा, त्यसरी तिनीहरू पनि हामीमा होऊन्, र तपाईंले मलाई पठाउनुभयो भनी संसारले विश्वास गरोस् ।"[७२३]

हामीलाई मण्डलीको आवश्यकता छैन - हामीलाई एकअर्काको आवश्यकता छैन जस्तो भन्नु वा व्यवहार गर्नु भनेको - येशूको योजनालाई घृणा गर्नु हो । प्रार्थना नगरी, माया गरेर, र यसलाई निको पार्न र यसलाई सुन्दर बनाउन तपाईंले सक्दो प्रयास नगरी — विश्वव्यापी मण्डली (तपाईंको स्थानीय सभा) को तपाईंको सानो अंशको आलोचना गर्नु भनेको — येशूको सबैभन्दा बहुमूल्य सम्पत्ति र उहाँले यसको लागि गर्नुभएको बलिदानलाई कुल्चीनु हो!

१. मण्डली उहाँको बहुमूल्य दुलही हो ।

मण्डलीलाई ख्रीष्टको दुलही भनिन्छ । हामी सँगै ख्रीष्टको दुलही हौं, जसको लागि उहाँले आफ्नो जीवन दिनुभएको छ, "यस हेतुले कि उहाँले त्यसलाई पानीले धोएर वचनद्वारा पवित्र पार्न सकून, र उहाँले दाग वा चाउरी नभएको, अथवा यस्ता कुनै कुरा नभएको तेजस्वी मण्डली (हामीलाई) आफैकहाँ प्रस्तुत गर्न सकून्, र त्योचाहिँ पवित्र र निष्खोट होस् ।"[७२४] येशूकी दुलहीको बारेमा तपाई बोल्नुहुँदा होशियार हुनुहोस्! मानिसहरूले आफ्नी दुलहीको बारेमा दुखदायी कुराहरू बोलेको, उनको दागको खिल्ली उडाएको, उनको अशुद्धतामा हाँसेको सुन्दा कुनै पनि दुलहालाई रिस उठ्छ । हामी ख्रीष्टियनहरूले येशूको दुलही — एक दुलही जसको लागि उहाँले आफ्नो बहुमूल्य रगत बगाउनुभयो — को गल्ती र दोषहरू औंल्याउँदा

---

७२१ रोमी १२:१५

७२२ याकूब २:१५

७२३ यूहन्ना १७:२१

७२४ एफिसी ५:२६-२७

यसले उहाँलाई कत्ति दुखित बनाएको र रिस उठाएको हुनुपर्छ तर उहाँलाई अझ आत्मिक रूपमा सुन्दर भएको हेर्नको लागि हामीले आफ्नो समय र स्रोतहरू किन दिन सक्दैनौं भनेर बहाना बनाउँछौं!

२. मण्डली, ख्रीष्टको नाम दिइएको एउटा परिवार हो ।

पावल भन्छन्, "यसैकारण म पिताको सामने आफ्ना घुँडा टेक्तछु, जसद्वारा स्वर्ग र पृथ्वीमा भएको हरेक परिवारको नाउँ राखिएको छ ।"[७२५] हामीले एकअर्कालाई परिवारको रूपमा माया गर्न र कदर गर्न सिक्नुपर्छ । येशूको परिवारलाई कस्तो व्यवहार गर्छौं भन्ने विषयमा हामी होसियार हुनुपर्छ!

३. मण्डली ख्रीष्टको शरीर हो, एकअर्कामा एकअर्कामा निर्भर रहेर विभिन्न वरदानहरू मिलेर यो बनेको छ ।[७२६]

हामीले एकअर्कालाई फुटाउने गर्नुको सट्टा परमेश्वरले हामीलाई दिनुभएको वरदानहरूको विविधताको लागि हाम्रो कृतज्ञता बढाउनु पर्छ । हामीले ख्रीष्टको शरीरलाई घृणा गर्नु हुँदैन, तर एकअर्कालाई परिपक्कतामा ल्याउनको लागि त्यागहरू गर्नुपर्छ![७२७]

४. मण्डली पवित्र आत्मा बास गर्नुभएको एक मन्दिर हो[७२८] **र ख्रीष्टियनहरूबाट येशूद्वारा निर्माण गरिएको हो, जसलाई "जीवित ढुङ्गाहरू" भनिन्छ ।**

हामी "एक आत्मिक घरमाथि निर्माण भईरहेका, एक पवित्र पूजाहारी, येशू ख्रीष्टद्वारा परमेश्वरलाई स्वीकार्य आत्मिक बलिदानहरू चढाउने....जीवित ढुङ्गाहरू हौं ।"[७२९] यस आत्मिक घरमा येशूले निर्माण गरिरहनु भएको जीवित ढुङ्गाहरूमा, हामी एक अर्कामा एकअर्कासँग जोडिएका, अन्तरनिर्भर छौं । अनि हामी "चुनिएका वंश, राजकीय पूजाहारीगिरी, पवित्र जाति, परमेश्वरका निजी प्रजा हौ । उहाँले तिमीहरूलाई अन्धकारदेखि उहाँका उदेकको ज्योतिमा ल्याउनुभयो, ताकि तिमीहरू उहाँका आश्चर्यपूर्ण कार्यहरूको घोषणा गर्न सक ।"[७३०] यो हामीले बुझ्न सक्ने भन्दा अचम्मको र गहिरो छ!

त्यसोभए हामी कसरी एकअर्काबाट अलग हुन सक्छौं र परमेश्वरसँग हाम्रो आफ्नै निजी क्षेत्रमा जान सक्छौं? हामी सक्दैनौं! हामी यस भवनको सानो भागमा संलग्न हुनैपर्दछ, आफूलाई अन्य "जीवित ढुङ्गाहरू" मा लगानी गर्नैपर्छ ताकि हामी सबै परमेश्वरको उपस्थितिले भरिएको मन्दिर बन्न सकौं ।

मण्डलीको यो बुझाइ मेरो जीवनमा सबैभन्दा परिवर्तनकारी भएको छ । मैले सन् १९९३ मा बाइबल स्कूलबाट स्नातक गरें र तीन हप्तापछि एउटा सानो मण्डलीको पास्टर भएँ । प्रारम्भमा मैले कहिलेकाहीं परमेश्वरले मलाई तोक्नुभएको स्थानीय मण्डलीको मूल्य बुझ्न संघर्ष गर्थे, विशेष गरी यसमा समस्याहरू थियो । तर १९९६ मा एक चिसो, हिउँ परेको, जाडोको रातमा सहरको यात्रा गर्दा, डा. जोन म्याकआर्थरको रेडियो प्रवचन सुन्दै गर्दा, मैले मण्डलीलाई यसरी हेर्न थालें जुन मैले कहिल्यै देखेको थिएन । उहाँको सन्देशको शीर्षक थियो, "म मण्डलीलाई किन माया गर्छु"; र उहाँले सिकाउनुभएझैं, म पनि मेरो मण्डलीको प्रेममा पर्न थालैं! म खुशीले रोएँ किनभने मण्डलीको लागि परमेश्वरको अद्‌भुत योजनाको लागि पवित्र आत्माले मेरा आँखा खोलिदिनुभयो । यहाँ यूहन्नाको शिक्षाको सानो अंश मात्र छ:

---

७२५ एफिसी ३:१४-१५

७२६ १ कोरिन्थी १२:१२-२७

७२७ कलस्सी १:२८-२९

७२८ १ कोरिन्थी ३:१६

७२९ १ पत्रुस २:५

७३० १ पत्रुस २:९

> त्रीएकको रहस्यमा, हामीले त्रीएकका सदस्यहरू बीच एउटा [अद्भुत] र अनन्त प्रेम रहेको देख्छौं... त्यो प्रेमले अभिव्यक्ति खोज्नै पर्छ । साँचो प्रेम सधैं दिन खोज्छ । र आफ्नो पुत्रको लागि आफ्नो सिद्ध प्रेमको प्रदर्शनमा, पिताले पुत्रलाई प्रतिज्ञा गर्नुभयो... उहाँले पुत्रलाई छुटकारा पाएका मानिसहरू - धर्मी ठहरिने, पवित्र पारिने र महिमित पारिने प्रतिज्ञा गर्नुभयो । उहाँले छुटकारा पाएकाहरूलाई महिमामा ल्याउने प्रतिज्ञा गर्नुभयो, ताकि तिनीहरू त्यही ठाउँमा बास गर्न सकून् जहाँ पिता र पुत्र समय सुरु हुनुभन्दा अघिदेखि नै बस्दै आउनु भएका छन्... र बोलाइएकाहरूको यो सामूहिक शरीर — उहाँको नाम लिएको प्रजा[७३१] हरेक जाति र मानिसहरू र भाषा र राष्ट्रबाट[७३२] — तिनीहरूले पवित्र आत्माको लागि जीवित मन्दिर बनाउँदछन्, जो आफै परमेश्वरको बासस्थान बन्छन्...
>
> परमेश्वरको अनन्त उद्देश्यको पूर्ण महत्त्व स्पष्ट हुन्छ जसरी यसलाई प्रकाशको पुस्तकले उजागर गर्दछ । त्यहाँ हामीले स्वर्गको एक झलक पाउँछौं, र तपाईलाई विजयी मण्डलीले त्यहाँ के गरिरहेको हुन्छ होला जस्तो लाग्छ? अनन्तकालसम्म महिमा भएका सन्तहरूलाई के व्यस्त बनाउनेछ? तिनीहरूले थुमाको उपासना र महिमा गर्छन्, उहाँको प्रशंसा गर्छन् — र उहाँसँगै राज्य पनि गर्छन् ।[७३३] सामूहिक शरीरलाई उहाँको दुलहीको रूपमा चित्रण गरिएको छ, शुद्ध र निष्कलंक र राम्रो सूती कपडा लगाएको ।[७३४] तिनीहरू उहाँसँग अनन्तसम्म बस्छन् जहाँ कुनै रात हुँदैन, आँसु छैन, कुनै शोक छैन, र कुनै पीडा छैन ।[७३५] र तिनीहरूले सधैंभरि थुमाको महिमा र सेवा गर्छन् । त्यो परमेश्वरको उद्देश्यको पूर्णता हो; यही कारणले गर्दा मण्डली उहाँको पुत्रको निम्ति उहाँको उपहार हो ।[७३६]

मैले त्यो हिउँ परेको रातलाई महसुस गरें कि अनुग्रहले मलाई मैले कल्पना गर्न सक्ने भन्दा धेरै अद्भुत कुरा अनुभव गरायो! ख्रीष्टको दुलही पिताबाट पुत्रको लागि प्रेम-उपहार हो! स्थानीय मण्डली जतिसुकै खराब भए पनि, जतिसुकै सुक्खा भए पनि, यसको सङ्गीत जतिसुकै कमजोर किन नहोस्, जतिसुकै अधुरो सङ्गीत भए पनि, यसका सदस्यहरू जतिसुकै शारीरिक किन नहोस्, मैले उसलाई माया गर्नुपर्छ भन्ने विश्वास मेरो हृदयमा जन्मियो!

» यस खण्डले तपाईंलाई कसरी मण्डलीको बारेमा फरक सोच्न प्रेरित गरेको छ?

आत्मिकी समुदायको सहभागीताको अभ्यास गर्ने ख्रीष्टियनहरूमाथि पवित्र आत्माको शक्ति दिईन्छ ।

प्रत्येक पटक जब हामीले नयाँ नियममा पवित्र आत्मा खन्याइएको कुरा पढ्छौं, चेलाहरूको समूह एकै ठाउँमा भेला हुँदा, एकताबद्ध हृदय संग प्रार्थना गर्दा यो भएको थियो । पेन्टिकोसको दिनमा चेलाहरू "एकै मनमा प्रार्थनामा गरिरहेका थिए ... तिनीहरू सबै एकै ठाउँमा एउटै सहमतिमा थिए ... अनि तिनीहरू सबै पवित्र आत्माले भरिए..."[७३७] पवित्र आत्मा एक समूहमा खन्याइयो, एक व्यक्ति मात्र होइन । निस्सन्देह, हामीलाई थाहा छ कि पवित्र आत्माले व्यक्तिहरूलाई पनि भर्नुहुन्छ; तर त्यहाँ केहि अनौठो र अद्भुत कुरा हुन्छ जब समान विचारधाराका विश्वासीहरू एकता, प्रेम र प्रार्थनामा एकसाथ आउँछन् ।

---

७३१ प्रेरित १५:१४

७३२ प्रकाश १३:७

७३३ प्रकाश २२:३-५

७३४ प्रकाश १९:७-८

७३५ प्रकाश २१:४

७३६ जोन म्याकआर्थर, "म मण्डलीलाई किन माया गर्छु ।" जोड दिइएको ।

७३७ प्रेरित १:१४, प्रेरित २:१, ४

पछि, सतावटको कारण ठूलो कष्टमा, तिनीहरू एकसाथ भेला भएर प्रार्थना गर्दा, सम्पूर्ण भवन "हल्लियो; र तिनीहरू सबै पवित्र आत्माले भरिएका थिए, र तिनीहरूले साहसका साथ परमेश्वरको वचन बोले ।"[७३८] यदि तपाईं निराशपूर्ण परिस्थितिहरूमा पवित्र आत्मा बढ्ता गरिकन चाहनुहुन्छ भने: प्रार्थना गर्नुहोस्, आराधना गर्नुहोस्, र अन्य ख्रीष्टियनहरूसँग सेवा गर्नुहोस् ।

निराशाजनक समयमा, हामीलाई ख्रीष्टियन समुदाय चाहिन्छ

मेरो परिवारले निराशाजनक समयको अनुभव गरेको छ र प्रायः प्रोत्साहन, सल्लाह र बलको लागि ख्रीष्टको शरीरको शरणमा गएको छ । हाम्रो नवजात छोरा, जेसीको क्यान्सर जाँच र चार वर्षको उपचारको माध्यमबाट, हामी ख्रीष्टको शरीरकहाँ गयौं र परमेश्वरको परिवार साँच्चै कत्ति बहुमूल्य छ भनेर सिकेका छौं । हामीसँग उहाँहरूको प्रार्थना र हाम्रो परिवारको खाँचोहरूमा साझेदारी गरेर हामी अनुग्रहको आत्माले भरिएका थियौं । मिसनरीहरूको रूपमा, एक्लोपन, डर, रोग, र आत्मिक युद्ध, र एक उडन्ते व्यक्तिको पीडाको अनुभव गर्दै, हामी हाम्रो आत्मिक परिवारद्वारा हरेक संकटबाट शान्ति, चङ्गाई, विजय र मुक्तिको आत्माले भरिएका छौं । यो पाठ राम्रो ईश्वरशास्त्र मात्र होइन; यो जीवनका चुनौतीहरूको लागि व्यावहारिक सत्य हो । जब मण्डली एकताबद्ध हुन्छ तब पवित्र आत्माद्वारा खन्याइएको विशेष शक्ति हुन्छ ।

धेरै ख्रीष्टियनहरू एकान्त समय बिताउने तिनीहरूको स्वार्थी इच्छाको कारण कमजोर र जीर्ण बन्दै गएका छन्!

» किन कहिलेकाहीं ख्रीष्टियनहरूलाई तिनीहरूका आवश्यकताहरू, तिनीहरूका गल्तीहरू र आत्मिक असफलताहरू, तिनीहरूका बोझहरूबारे पारदर्शी हुन गाह्रो हुन्छ? हामी कसरी एक अर्कालाई इमानदार हुनको लागि सुरक्षित वातावरण सिर्जना गर्न सक्छौं?

पवित्र आत्माद्वारा, हामी सँगै ख्रीष्टको साक्षी बन्न सक्षम छौं

येशूले आफ्ना चेलाहरूलाई एकसाथ भन्नुभयो, "तर पवित्र आत्मा तिमीहरूमा आउनुभएपछि तिमीहरूले शक्ति पाउनेछौ; र तिमीहरू मेरा साक्षी हुनेछौ ।"[७३९] मलाई लाग्छ कि जब हामी यो पढ्छौं, कहिलेकाहीँ हामी आफैलाई व्यक्तिगत रूपमा साक्षी दिनको लागि सशक्त भएको सोच्दछौं; तर येशूले आफ्नो मण्डलीसँग बोल्दै हुनुहुन्थ्यो । तिनीहरू सँगै उहाँका आत्माले भरिएका साक्षीहरू हुनेछन् ।

त्यहाँ विश्वासीहरूले सुसमाचारको साक्षी दिनको लागि एक विशेष खन्याई छ जब तिनीहरूले यो सँगै मिलेर गर्छन् । म मेक्सिकोको एउटा मण्डलीको बारेमा सोच्दै छु जसले धेरै योजना, प्रार्थना र दिने गरी, सुसमाचार बाँड्न र गरिबहरूको सेवा गर्न आफ्नो शहर वरपरका मूर्तिपूजक समुदायहरू सम्म गएको छ । तिनीहरूले यो साप्ताहिक र मासिक रूपमा गर्छन् । परमेश्वरले तिनीहरूलाई नयाँ आत्माको साथ इनाम दिनुहुन्छ । म मेक्सिकोको एक युवा समूहको बारेमा पनि सोच्दै छु जो येशूको नाममा अस्पतालहरूमा जान्छन् र गरीबहरूलाई खाना उपलब्ध गराउँछन् जसलाई तिनीहरूका परिवारले मद्दत गर्न सक्दैन । सँगै मिलेर, तिनीहरू उहाँका साक्षीहरू हुन् र तिनीहरूको सेवकाईमा पवित्र आत्मा खन्याइँदैछ ।

---

७३८ प्रेरित ४:३१

७३९ प्रेरित १:८

आत्माहरू जित्ने जिम्मेवारी एउटै ख्रीष्टियनको मात्र होइन, तर हामी सबैमाथि छ । हामी मध्ये प्रत्येकसँग वरदान, गवाही, एउटा बोलावट छ । हामी प्रत्येकको सुसमचारमा सानो जीम्मेवारी छ, तर हामी मध्ये कसैले पनि यो सबै गर्न सक्दैनौं । कसैले रोप्छन्, कसैले पानी हाल्छन् । परमेश्वरले नै यसलाई बढाउनुहुन्छ ।[७४०]

यस पाठ्यक्रमको पहिलो पाठमा, मैले विश्वासी हाम्रा छिमेकीहरूको बारेमा बताएको थिएँ । मैले त्यो गवाही लेखेको एक वर्ष भयो । यी पछिल्ला महिनाहरूमा, ड्यानी र किमले आफ्नो विश्वासमा निरन्तर बढेका छन् । तिनीहरू वरपर सबैले ध्यान दिन थालेछन्, र तिनीहरू दुवै हाम्रो स्थानीय संगतिको लागि ठूलो आशिषहरू हुन् ।

भर्खरै, किमको एक अविश्वासी साथी, हेट्टीले परमेश्वरसँग सही हुनमा निष्कपट चासो व्यक्त गरेकी छिन्, जसलाई उनले चालीस वर्षदेखि चिनेकी थिईन् । यस मित्रले ख्रीष्टलाई व्यक्तिगत रूपमा कहिल्यै चिनेकी थिइनन्, यद्यपि उनले वर्षौंदेखि सुसमाचार सुनेकी थिईन् र धेरै कठिन जीवन बिताइ रहेकी थिईन् । त्यसैले ड्यानी, किम, बेकी र म उनलाई भेट्न गयौं । जब मैले हेट्टीलाई आत्मिक कुराहरूमा उनको रुचिको बारेमा सोधे, उनले यसो भनिन्: "म ड्यानी र किममा भएको परिवर्तनलाई विश्वासै गर्न सक्दिन । म तिनीहरूलाई चालीस वर्षदेखि चिन्छु र तिनीहरूको जीवनमा आएको भिन्नतालाई विश्वासै गर्न सक्दिन!" पछि कुराकानीमा, उनले भनिन्, "म बाँच्न चाहन्छु ।" मैले स्पष्ट सुसमाचार बाइबल अध्ययन प्रचार गरें, र सँगै हामीले हेट्टीलाई येशूकहाँ डोर्यायौं । यदि मैले ड्यानी र किमको साक्षी बिना हेट्टीलाई सुसमाचार प्रचार गर्ने प्रयास गरेको भए, त्यो प्रभावकारी हुनेथियो भन्ने कुरामा मलाई शंका छ । हामी सँगै ख्रीष्टका साक्षी भयौं ।

हामीले आफ्नो स्थानीय मार्फत पवित्र आत्माको अनुभव गरेनौं भने के हुन्छ?

यो स्वीकार गर्न महत्त्वपूर्ण छ कि हरेक स्थानीय मण्डली ख्रीष्टको विश्वव्यापी, आत्मिक मण्डलीको भाग होइन । त्यहाँ यस्ता विश्वासीहरूको मण्डलीहरू पनि छन् जहाँ मृत्यु र कुहिएको छ र जहाँ पवित्र आत्माले छोड्नु भएको छ । यी हामीले भाग लिनु पर्ने मण्डलीहरू होइनन् ।

हामी यो पनि स्वीकार गरौं कि प्रत्येक साँचो मण्डली धर्मशास्त्रमा समान रूपमा वफादार हुँदैन, परमेश्वरले समान रूपमा अनुमोदन गर्नुभएको, समान रूपमा पवित्र आत्माले भर्नुभएको, वा समान रूपमा छुटकारा पाउन योग्य छैनन् । तिनीहरूले प्रार्थनापूर्वक आफ्नो र परिवारको लागि कुन संगति सबैभन्दा स्वस्थ हुनेछ भनेर विवेक खोज्नुपर्दछ, र त्यसपछि राम्रो दिन र खराब दिनहरूमा पनि सक्रिय सहभागी बन्ने निर्णय गर्नुपर्छ! यो तब हुन्छ जब पवित्र आत्माको फल हामीमा निर्माण हुन्छ । यो तब हुन्छ जब ख्रीष्ट हामीमा हुनुहुन्छ ।

धेरै वर्ष पहिले फिलिपिन्समा, हाम्रो ग्रीष्मकालीन बाइबल शिविरका वक्ताहरूमध्ये एकको शिक्षा धेरै निराशाजनक थियो! उहाँको शिक्षा दिक्कलाग्दो, सुख्खा र शक्तिहीन थियो । उपस्थित मध्यै केहीले गनगन र गुनासो गर्न थाले । तर हाम्रा एक जना पास्टरले एउटा सेवा पछि भेला भएका समूहलाई के भनेका थिए म कहिल्यै बिर्सने छैन: "दाजुभाईहरू," उनले नम्रसाथ भने, "यो हाम्रो प्रेममा गहिरो बढ्ने मौका हो!" यो मेरो हृदयमा परमेश्वरबाट एक सरल, शक्तिशाली शब्द थियो । किनकि हामी अन्य विश्वासीहरूसँग आराधना, सङ्गति र सेवा गर्दा, त्यहाँ सधैं हामीलाई निराश पार्ने कुराहरू हुन्छन् । परमेश्वरले हामीलाई प्रेममा निर्माण गर्न असुविधाका यी क्षणहरू प्रयोग गर्नुहुन्छ ।

---

७४० १ कोरिन्थी ३:६

प्रायः ख्रीष्टियनहरूले आफ्नो मण्डली मरेको बारेमा कुरा गर्दा तिनीहरूले आफ्नो मृत्युको बारेमा नै बढी बोलिरहेका हुन सक्छन् भन्ने कुरा मैले थाह गरेको छु! यसले मलाई पास्टरको सम्झना गराउँछ जसको बारेमा मैले सुनेको थिए कि जो आफ्नो मण्डलीसँग यति निरुत्साहित भए कि उनले अर्को आइतवार आफ्नो मण्डलीको अन्त्येष्टि गर्ने भनेर अखबारमा घोषणा गरे! कौतुहलताका साथ मानिसहरू आइतबार बिहान देखा परे जुन वर्षौंदेखि त्यहाँ देखा परेका थिएनन् । भवन खचाखच भरिएको थियो । अनि अगाडि एउटा बाकस थियो!

पास्टरले बाकसको ढक्कन खोलेर र मृत मण्डलीलाई हेर्न सबैलाई लाइन लाग्न निम्तो दिएर सेवा सुरु गरे । जब तिनीहरूले भित्र हेरे, तिनीहरूले एउटा ऐनामा हेरे र आफैलाई देखे!

ख्रीष्टियन समुदाय हामीलाई परमेश्वरको पुत्रको स्वरूपमा निर्माण गर्ने परमेश्वरको माध्यम हो

धेरै विश्वासीहरूलाई तिनीहरूको स्थानीय मण्डलीले चोट पुर्याएको छ, र त्यसैले तिनीहरूले प्रत्येक स्थानीय मण्डलीलाई त्यागेका छन्; तिनीहरूले कुनै पनि प्रतिबद्धता नगर्ने निर्णय गरेका छन् । तिनीहरू कहिलेकाहीं उपस्थित हुन सक्छन्, तर तिनीहरू सक्रिय रूपमा संलग्न भने छैनन् । तिनीहरूले प्राय: के महसुस गर्दैनन् भने जब तिनीहरूले ख्रीष्टियन समुदायलाई त्याग्छन्, तिनीहरूले तिनीहरूलाई पवित्र पार्ने परमेश्वरको माध्यमलाई त्यागेका हुन्छन् ।

यदि तपाईं अधिक उदार, अधिक आनन्दित, अधिक मायालु, अधिक प्रभु जस्तै बन्न चाहनुहुन्छ भने, तपाईं यो परिवारसँग नियमित रूपमा जोडिनै पर्छ । मण्डलीको उपासना, सानो चेलापन समूह, र एक-एकप्रतिको जवाफदेहिता मार्फत, बिस्तारै हामीलाई जे बन्न सृष्टि गरिएको हो त्यो व्यक्तिमा रूपान्तरण हुनेछौं । तर कुन किसिमको मण्डली/आत्मिक समुदायले सबैभन्दा धेरै रूपान्तरण गर्ने किसिमको हुन्छ?

रूपान्तरण गर्ने समुदायहरू ग्रहणशील हुन्छन्[७४१]

नयाँ नियमको मण्डलीमा झगडाको अंश थियो । उदारणको लागि रोमी १४ मा, रोमका मण्डलीहरूमा शंकास्पद कुराहरूबारे मतभेदहरू थिए ।[७४२] कोही-कोहीले गैर-कोशेर मासु खान सकेनन्, जबकि अरूले सक्थे; कतिपयले यहूदी पर्वहरू मनाउन बाध्य महसुस गरे, जबकि अरूले मानेनन् । दुवै पक्षले "एक अर्काको न्याय गर्दै"[७४३] जुन शब्द यस अध्यायमा पावलले केही पटक प्रयोग गरेका छन् । आराधना र संगति तनावपूर्ण हुँदै गयो । अवस्थाहरू धेरै अप्रिय बनिरहेका थिए! समाधान के छ त?

समाधान, पावल भन्छन्, एक अर्कालाई ग्रहण गर्नु वा स्वीकार गर्नु हो । आत्मिक रूपमा बलियो व्यक्तिले "विश्वासमा कमजोर भएकोलाई ग्रहण गर्नुपर्छ, तर शंकास्पद कुराहरूमा विवाद गर्नको लागि होइन ।"[७४४] कमजोरहरूले पनि खानेलाई ग्रहण गर्नुपर्छ, "किनभने परमेश्वरले उसलाई ग्रहण गर्नुभएको छ ।"[७४५] र, सम्पूर्ण मण्डलीलाई, पावलले उही समस्यालाई ध्यानमा

---

७४१ मत्ती ११:३४-३५, मत्ती २८:१८-२०; रोमी १५:७

७४२ रोमी १२:१

७४३ रोमी १४:४, १०, १३

७४४ रोमी १४:१

७४५ रोमी १४:३

राखेर भने, "यसकारण परमेश्वरका महिमाको निम्ति ख्रीष्टले तिमीहरूलाई ग्रहण गर्नुभएबमोजिम तिमीहरूले पनि एउटाले अर्कालाई ग्रहण गर ।"[७४६]

येशूको मण्डली सधैं एक धेरै विविध हुनेछ, र त्यहाँ कुनै पनि मुद्दाहरूमा एक अर्काको न्याय गर्ने ठूलो परीक्षा हुनेछ । यसको जवाफ एक अर्कालाई ग्रहण गर्नु नै हो । यसको मतलब यो होइन कि हामीले स्पष्ट रूपमा गैरबाइबलीय सिद्धान्त वा जीवनशैलीसँग सम्झौता गर्नुपर्छ; तर यसको मतलब यो हो कि हामीले एउटा त्यस्तो वातावरण सृजना गर्छौं जहाँ साँचो विश्वासीहरू, जसले मुक्तिको फल देखाउँछन्, उनीहरूले स्वागत पाएको महसुस गर्छन् ।[७४७]

जोन वेस्लीले एक प्रसिद्ध प्रवचनमा भनेका छन् कि यो मानवीय कमजोरी र समझको कमीको अपरिहार्य परिणाम यहि हो कि हामी सबै आत्मिक मामिलामा केही फरक विचार राख्छौं । उनले भने कि हामीले ध्यान दिनुपर्ने मुख्य प्रश्न यो हो: "के तिम्रो हृदय ठिक छ, जसरी मेरो हृदय तिम्रो हृदयमा छ । यदि हुन्छ भने, मलाई आफ्नो हात दिनुहोस् ।"[७४८]

ग्रहण गर्ने समुदाय भनेको सबै कुरामा सहिष्णु हुने, सबै कुरामा सहमत हुने, एउटै तरिकाको वरदान पाएको हुने होइन, तर सत्य र प्रेमले एकताबद्ध हुने समुदाय हो ।

» ग्रहणशील व्यक्ति वा ग्रहणशील मण्डली हुनुका केही चुनौतीहरू के-के हुन्?

रूपान्तरण चाहने समुदायहरू सुदृढ हुँदै जान्छन् ।

यो सिद्धान्त शेफर्ड्स ग्लोबल क्लासरूम पाठ्यक्रममा राम्रोसँग समेटिएको छ, *मण्डलीको सिद्धान्त र अभ्यास*, त्यसैले म यसमा यहाँ रोकिने छैन । तिनीहरू कसरी सुधार हुँदैछन्?

- बाइबलीय उपदेश र शिक्षा मार्फत
- परमेश्वरलाई उचाल्ने आराधना द्वारा
- साँचो संगति मार्फत
- सेवाका कार्यहरू मार्फत

रूपान्तरण समुदायहरूले जवाफदेहिता प्रदान गर्दछ[७४९]

हामीले ख्रीष्टियन समुदायमा सहभागी हुनु पर्ने यो एउटा महत्त्वपूर्ण कारण हो । हामी सबैलाई जवाफदेहिता चाहिन्छ - विशेष गरी पास्टरहरू र ख्रीष्टियन अगुवाहरू । जवाफदेहिताले चरित्र निर्माण गर्छ । जवाफदेहिताले मलाई पापबाट बढी डराउने बनाउँछ । मानिसहरू ममाथि निर्भर छन् र मबाट ईश्वरीय व्यवहारको आशा राख्छन् भन्ने थाहा पाउनु पवित्र हुनु हो ।

---

७४६ रोमी १५:७

७४७ यो पनि हेर्नुहोस् मर्कूश ९:३५-४१ ।

७४८ जोन वेस्लीको उपदेश "क्याथोलिक आत्मा ।" http: //wesley.nnu.edu/john-wesley/the-sermons-of-john-wesley-१८७२-edition/sermon-३९-catholic-spirit जनवरी १८, २०२१ बाट प्राप्त

७४९ कलस्सी ३:१६; १ थेसलोनिकी ५:१४

जवाफदेहिताले कहिलेकाही द्वन्द्व निम्त्याउँछ । यो पनि पवित्र बनाउने कुरा हो र यसलाई स्वागत गर्नुपर्छ । हामी सबैलाई हाम्रो जीवनमा बोल्ने मानिसहरू चाहिन्छ । हामीले आफूलाई अरूसामु खुला गर्नुपर्छ र आफ्ना गल्तीहरू स्वीकार गर्नुपर्छ । हामीलाई पारदर्शिता चाहिन्छ । जवाफदेहिता बिना, हामी आत्मिक रूपमा लापरवाह हुन्छौं ।

राजा दाऊदलाई सत्यको सामना गर्न नातानको आवश्यकता थियो ।[७५०] पत्रुसले पावललाई सुसमाचारबाट तर्केको कारण हप्काउन आवश्यक थियो ।[७५१]

१. हामीले एकअर्कालाई धर्मशास्त्रप्रति उत्तरदायी बनाउनु पर्छ ।

सधैं धर्मशास्त्रहरू!

२. हामीलाई "सम्झाउन" को लागि आज्ञा दिइएको छ ।

सम्झाउनु भनेको चेतावनी दिनु, होसियार गराउनु र एक अर्कालाई निर्देशन दिनु हो । पावलले भन्छन् "अल्छेहरूलाई चेताउनी देऊ ।"[७५२]

> तैपनि त्यसलाई शत्रुजस्तो नठान, तर भाइलाई जस्तो गरी त्यसलाई चेताउनी देओ ।[७५३]

३. हामीले अनुशासन दिनै पर्छ । अनुशासनमा हप्काउने, सच्याउने र निर्देशन समावेश हुन्छ ।

प्रारम्भिक मेथोडिस्टहरू जवाफदेहीताको प्रभावका केही शुद्ध उदाहरणहरू हुन् । पवित्र आत्माको अभिषेक अन्तर्गत, तिनीहरूका अगुवा, जोन वेस्लीले (अधिकांश) गरिब, उपेक्षित पुरुष र महिलाहरू बस्ती क्षेत्रहरू, सडकको कुनाहरू, र इङ्गल्याण्ड भरका खेतहरूमा मानिसहरूलाई प्रचार गरे, र ख्रीष्टमा लगभग अनगिन्ती विश्वास गर्नेहरू देखे । तर उहाँले यी नयाँ विश्वासीहरूमा ठूलो संख्या परिपक्व, आत्माले भरिएको चेलाहरू भएको पनि देख्नुभयो । यसको चाबी के थियो? उनले विश्वास परिवर्तन गर्नेहरूलाई एकअर्काप्रति प्रतिबद्ध हुन जोड दिए ।

> वेस्लीले... मानिसहरूलाई समाजहरूमा सामेल हुन जोड दिए, जुन एकदम (घरेलू) मण्डलीहरू जस्तै थियो । यसको अतिरिक्त, उनीहरूलाई कक्षामा सामेल हुन भनियो जसमा बाह्र जना र एक जना कक्षाको नेता थिए । प्रत्येक हप्ता उनीहरूलाई आफ्नो आत्माको अवस्थाको बारेमा एकअर्कासँग स्पष्ट रूपमा बताउन कक्षाको बैठकमा आउन चुनौती दिइयो । वेस्ली यस विषयमा यति गम्भीर थिए कि यदि मानिसहरू कक्षाको बैठकमा उपस्थित हुन असफल भए भने, उनीहरूलाई उहाँकहाँ आएर आफू अनुपस्थित हुनुको कारण नबताएसम्म कक्षा आउने अनुमति दिइँदैन थियो ।
>
> यद्यपि वेस्लीको अभ्यासले आजको संसारमा काम \ [जतातत्तै] नगर्न सक्छ, यसले निश्चित रूपमा त्यस समयमा गरेको थियो । उनले मानिसहरूलाई समुदायमा रहेर ख्रीष्टको समानतामा बढ्नको लागि एउटा विधि (यसैले "मेथोडिस्ट" नाम) दिए ।[७५४]

---

७५० २ शमूएल १२

७५१ गलाती २:११

७५२ १ थेसलोनिकी ५:१४

७५३ २ थेसलोनिकी ३:१५

७५४ जेम्स ब्रायन स्मिथ, *राम्रो र सुन्दर समुदाय* (डाउनर्स ग्रोभ: इन्टरवर्सिटी प्रेस, २०१०), १३८

कक्षा बैठकको डिजाइन परमेश्वरको त्यो आज्ञा पालन गर्नको लागि थियो, "एकले अर्कोलाई आफ्नो गल्ती स्वीकार गर, र एक अर्काको लागि प्रार्थना गर, ताकि तिमीहरू निको हौओ ।" ती सभाहरूमा प्रायः सोधिने प्रश्नहरू यहाँ छन्:

- हाम्रो पछिल्लो भेटदेखि अहिले सम्म तपाईंले कुन ज्ञात पापहरू गर्नुभयो?
- तपाईंले कस्ता परीक्षाहरूको सामना गर्नुभयो?
- तपाईले कसरी त्यसबाट कसरी छुटकारा पाउनु भयो?
- तपाईंले जे सौँच्नुभयो, जे भन्नुभयो, वा गर्नुभयो, त्यो पाप हो कि होईन भनि तपाई अनिश्चित हुनुहुन्छ?

धेरै गाह्रो प्रश्नहरू - तर सोच्नुहोस् कि यदि हामीले एक अर्कामा यति धेरै चासो लियौं भने यी प्रकारका प्रश्नहरू हाम्रो लागि कत्तिको रूपान्तरण गर्ने खालका हुनसक्छन् । त्यहाँ जोन वेस्लीको जर्नलमा लगभग चकित पार्ने लेखन छ, जहाँ उनले आफूले प्रचार गरेको निश्चित शहरमा समाज र कक्षाका बैठकहरू व्यवस्थित गर्न असफल भएकोमा दुःख व्यक्त गर्दछ । त्यहाँ धेरै आत्माहरू ख्रीष्टमा आएका थिए, तर जब उहाँ बीस वर्ष पछि फर्कनुभयो त्यहाँ थोरै फल थियो । उहाँ यसो भन्नुहुन्छ:

> जागृत भएकाहरूलाई एकसाथ नमिलाएर र उनीहरूलाई परमेश्वरको मार्गमा तालिम नदिईकन प्रेरितको रूपमा प्रचार गर्नु भनेको हत्याराका लागि बच्चा जन्माउनु मात्र हो भन्ने कुरामा म पहिलेभन्दा बढी विश्वस्त भएँ । त्यहाँ कति प्रचार भयो... तर कुनै नियमित समाज, कुनै अनुशासन, सुव्यवस्था वा सम्बन्ध छैन । र परिणाम यो छ कि दशजनामा नौ जना पहिले बाँचेकाहरू अहिले पहिले भन्दा छिटो सुस्त भएका छन् ।[७५५]

जवाफदेहिता बिना, मण्डलीहरू भावनात्मक र सतही मात्र हुन्छन् । डा. डेनिस किनल विश्वास गर्नुहुन्छ कि हाम्रो आफ्नै हृदयको आवश्यकताहरू हेर्नको लागि तपाईं र मलाई अन्य विश्वासीहरूको जवाफदेहिता चाहिन्छ । उनी लेख्छन्:

> मलाई विश्वास छ कि ख्रीष्टियन समुदायमा यसप्रकारको खाँचोको पछाडीको प्रोत्साहन भनेको जोन वेस्लीको प्रारम्भिक मेथोडिजमको कक्षाहरू....को सिर्जना हो । मलाई लाग्दैन कि पवित्रता सिकाउने यो भन्दा राम्रो अर्को तरिका थियो । [यी] बैठकहरूले व्यक्तिको शारीरिकपन र आफ्नो स्वार्थको अत्याचारलाई प्रकट गर्छ । हामी सामान्यतया मण्डलीलाई एकअर्कालाई विश्वासमा निर्माण गर्ने, सुधार गर्ने ठाउँ ठान्छौं; तर यो जाँच र स्वयंलाई उजागरण गर्ने पनि ठाउँ हो । त्यो मण्डलीको जीवनको पीडादायी भाग हो जुन हामीलाई मन पर्दैन; तर यो आवश्यक भाग हो । विदेशी मिसन फिल्डमा, मिसनका कामदारहरूको सबैभन्दा ठूलो समस्या सुरक्षित अविश्वासीहरूसँग होइन, तर अन्य मिसनरीहरूसँग छ । त्यो ईश्वरीय योजनाको भाग हो [हामीलाई पवित्र गर्न] ।[७५६]

---

७५५ इबिड, १३९

७५६ डेनिस किनल, *ख्रीष्टको मन* (विल्मोर: फ्रान्सिस एस्बरी प्रेस, १९९८), ६५-६६

समुदायमा भाग लिनको लागि व्यावहारिक सल्लाह

१. अरूलाई र तपाईंको मण्डली परिवारको लागि तपाईं उपलब्ध हुनुहोस् ।

२. मण्डली ख्रीष्टको लागि कत्तिको बहुमूल्य छ भनेर बारम्बार आफैलाई स्मरण गराउनुहोस् र एकअर्कालाई परिवार जस्तै व्यवहार गर्नुहोस् ।

३. मण्डलीमा कुनै न कुनै प्रकारको सेवकाईमा प्रतिबद्ध हुनुहोस्, चाहे त्यो शौचालय सफा गर्ने नै किन नहोस्!

४. जब तपाईलाई मन लाग्दा वा नलाग्दा पनि प्रतिबद्ध हुनुहोस् ।

५. आफूलाई अरूको लागि संवेदनशील बनाउनुहोस् । यदि तपाई पुरूष हुनुहुन्छ भने, परमेश्वरको अर्को पुरुषसँगको मित्रता र जवाफदेहिता खोज्नुहोस् । यदि तपाईं एक महिला हुनुहुन्छ भने, अर्को धर्मी महिलासँग आफ्नो जीवन साझा गर्नुहोस् ।

६. जब तपाईं आराधनाको लागि भेला हुनुहुन्छ, यो आफ्नो सारा हृदयले गर्नुहोस् ।

७. जब तपाईंको स्थानीय मण्डलीमा समस्याहरू हुन्छन्, त्यसको समाधानको भाग बन्नुहोस् ।

पाठ १४ को गर्नुपर्ने कार्यहरू

१. यस पाठको सामग्रीमा आधारित जाचँ लिनुहोस् ।

२. तपाईंका सहपाठीहरूसँग भेट्नुहोस् र तपाईंले यस पाठ्यक्रमबाट प्राप्त गर्नुभएको आत्मिक पाठहरू र परमेश्वरले तपाईंको जीवनमा यी पाठहरू प्रयोग गर्नुभएको तरिकाहरूको गवाही दिनुहोस् ।

पाठ १४ को जाँच

१. मण्डली भनेको के हो ?

२. नयाँ करारले ख्रीष्टियनहरूले एकअर्कासँग सम्बन्ध राख्नु पर्ने कम्तिमा कति ओटा तरिकाहरू उल्लेख गरेको छ?

३. यो वाक्यलाई पूर्ण गर्नुहोस्: "येशू ____________ बनाउन आउनुभयो, ______________ लाई बचाउन मात्र होइन।"

४. मण्डलीको वर्णन गर्न प्रयोग गरिने तीन शब्द चित्रहरू लेख्नुहोस्।

५. यस पाठमा सिकाइएका बदि्लन चाहने समुदायका तीनवटा विशेषताहरू के हुन्?

६. जोन वेस्लीको नेतृत्वमा मेथोडिस्ट कक्षाका सभाहरूमा प्रायः कुन चार प्रश्नहरू सोधिन्थ्यो?

निश्चयताको जाँचका उत्तरहरू

१. कुन वाक्यांशले यसलाई राम्रोसँग बताउँछ? (एउटा वाक्यांश छान्नुहोस् र बाइबलीय प्रमाण दिनुहोस्)

- विश्वास द्वारा अनुग्रह द्वारा बचाईएको, काम द्वारा राखिएको
- कामहरूद्वारा बचाईएको, कामद्वारा राखिएको
- **विश्वासद्वारा अनुग्रहद्वारा बचाईएको, विश्वासद्वारा अनुग्रहद्वारा राखिएको**

बाइबलीय प्रमाणहरू निम्न समावेश हुन सक्छन्

- एफिसी २:८
- १ पत्रुस १:५

बाइबलले स्पष्ट रूपमा बताउँछ कि सबै मानिसहरूले मुक्ति पाउनै पर्छ (प्रेरित ४:१२)। निम्न प्रश्नहरूले हामीलाई किन मुक्ति पाउनु पर्छ भनेर बुझ्न मद्दत गर्नेछ।

२. हामीले मुक्ति पाउनै पर्छ किनभने हामी **पापहरू** हौं (रोमी ३:१०, २३; यशैया ५३:६)।

३. पापीले भोग्ने पापका तीन परिणामहरू के हुन्?

- पापले हामीलाई परमेश्वरबाट **अलग** गर्छ (यशैया ५९:१-२)
- पापले हामीलाई परमेश्वरको **क्रोध** मूनि राख्छ (एफिसी ५:५-६)
- पापको परिणाम **मृत्यु** हो (रोमी ६:२३; एफिसी २:१)

४. येशूको मृत्यु र पुनरुत्थानमा विश्वासले पापका यी परिणामहरूलाई कसरी रद्द गर्छ?

- परमेश्वरले येशूलाई हाम्रो खातिर **पाप** बनाउनु भयो (२ कोरिन्थी ५:२१; १ पत्रुस २:२४)।
- हाम्रो साटोमा, येशू पापको कारण परमेश्वरबाट **अलग** पारिनु भयो (मत्ती २७:४६)।
- येशूले हाम्रो साटोमा परमेश्वरको **क्रोध** बोक्नुभयो (यशैया ५३:६-७).
- उहाँको पुनरुत्थानमा विश्वासद्वारा, येशूले हामीलाई आत्मिक र अनन्तको लागि **जीवित** बनाउनुहुन्छ (एफिसी २:६; १ पत्रुस १:३)।

५. येशू ख्रीष्टको पुनरुत्थानमा विश्वासद्वारा हामीले नयाँ जीवन पाएका स्पष्ट संकेतहरू के के हुन्?

- हामीसँग **पवित्र आत्माको** साक्षी छ कि हामी परमेश्वरका सन्तान हौं (रोमी ८:१६)।
- हामीभित्र परमेश्वरको बचन जान्ने र **पालना** गर्ने चाहना छ (यूहन्ना ८:३१; १ पत्रुस २:२-३; १ यूहन्ना २:३-४)।
- हामी संग येशू र अरूको लागि **प्रेम** छ (यूहन्ना ८:४२, यूहन्ना १३:३५; १ यूहन्ना ३:१४)।

- यद्यपि हामी अझै पनि छाँटिनु आवश्यक छ, हामी आत्मिक **फल** फलाउन सक्छौं (यूहन्ना १५:८; गलाती ५:२२-२३), र यद्यपि कोही कोही पापसँग संघर्ष गर्न सक्छन् (१ यूहन्ना २:१; हिब्रू १२:१), हामी स्वेच्छिक र बानी परेका **पापलाई** जित्छौं (१ यूहन्ना २:२९)। जोन वेस्लीले यसलाई यसरी लेखेका छन्: "पाप रहन्छ, तर यसले शासन गर्दैन।"

६. येशूले किन आफ्नो रगत बगाउनु पर्यो? (हिब्रू ९:२२; १ पत्रुस १:१८-१९)

किनभने परमेश्वरको व्यवस्था अनुसार निष्खोट **रगत** नबगाईकन पापको **क्षमा** सक्दैन।

७. येशू मानिस बन्नु किन महत्त्वपूर्ण छ? (१ तिमोथी २:५)

मानिस र परमेश्वर दुवै बन्नुभएर, येशू परमेश्वर र मानिसको बिचमा **मध्यस्थकर्ता** बन्नुभयो। उहाँले पवित्र परमेश्वर र पापी मानिसहरू दुवैको प्रतिनिधित्व गर्नुभयो। उहाँ दोस्रो आदम बन्नुभयो जो पापमा पतन हुनुभएन, र त्यसैले हाम्रो सट्टामा उहाँ सिद्ध र योग्य बलिदान हुनुहुन्छ।

८. हाम्रो मुक्तिमा कामहरूको कस्तो भूमिका छ? (याकूब २:१७; तीतस ३:८; एफिसी २:१०)

राम्रा कामहरू भनेको नयाँ जन्मको **परिणामहरू** हुन्।

९. तपाईंले मुक्ति पाउन के गर्नुपर्छ?

- आफु पापी छु भनी **स्वीकार** गर्नुहोस र **पश्चाताप** गर्नुहोस् (रोमी ६:२३; प्रेरित ३:१९)
- सुसमाचारमा **विश्वास** गर्नुहोस् (प्रेरित १६:३१; एफिसी २:८)
- येशूलाई प्रभुको रूपमा **स्वीकार** गर्नुहोस् (रोमी १०:९)

१०. हामीलाई ख्रीष्टले पूर्ण गर्नु भएको कामले मुक्ति दिनु भएको मात्र होइन तर सुरक्षा पनि दिनु भएको छ तर राखेका छौं **विश्वास** साथै (१ पत्रुस १:५)।

सिफारिस गरिएका स्रोतहरू

यी स्रोतहरू, र अन्यहरूलाई, यी पाठहरूको लागि सन्दर्भको रूपमा प्रयोग गरिन्छ।

पाठ १

ड्ररी, किथ। *सोल शेपर*। ईन्डियानापोलिसः वेस्लीयन पब्लिशिङ हाउस, २०१३

किनल, डेनिस। *ख्रीष्टको मन*। विल्मोरः फ्रान्सिस एस्बरी प्रेस, १९९८

लरेन्ज, मेल। *आत्मिक निर्माणको गतिशीलता*। ग्र्यान्ड र्यापिड्सः बेकर बुक हाउस, २०००

मुलहोल्यान्ड, रोबर्ट एम., जूनियर *यात्राको निमन्त्रणा*। डाउनर्स ग्रोभः इन्टरवर्सिटी प्रेस, १९९३

स्मिथ, जेम्स ब्रायन। *असल र सुन्दर परमेश्वरः येशूले चिन्नुभएको परमेश्वरसँग प्रेममा पर्नु*। डाउनर्स ग्रोभः इन्टरवर्सिटी प्रेस, २००९।

पाठ ४

प्याकर, जे.आई. *परमेश्वरलाई चिन्नु*। डाउनर्स ग्रोभः इन्टरवर्सिटी प्रेस, १९७३।

पाठ ५

डेमोस, नैन्सी लेह। *चुर्णता, समर्पण, पवित्रता*। शिकागोः मूडी पब्लिशर्स, २००८।

हेसन, रोय। द *क्यालवरी रोड*। फोर्ट वाशिंगटनः ख्रीष्टियन साहित्य क्रूसेड, १९९३।

पाठ ६

हेसन, रोय। द *क्यालवरी रोड*। फोर्ट वाशिंगटनः ख्रीष्टियन साहित्य क्रूसेड, १९९३।

किनल, डेनिस। *ख्रीष्टको मन*। विल्मोरः फ्रान्सिस एस्बरी प्रेस, १९९८

पाठ ७

स्मिथ, जेम्स ब्रायन। *असल र सुन्दर परमेश्वरः येशूले चिन्नुभएको परमेश्वरसँग प्रेममा पर्नु*। डाउनर्स ग्रोभः इन्टरवर्सिटी प्रेस, २००९।

पाठ ८

ड्ररी, किथ। *सोल शेपर*। ईन्डियानापोलिसः वेस्लीयन पब्लिशिङ हाउस, २०१३

इलियट, एलिजाबेथ। *अनुशासन, खुशीको आत्मसमर्पण*। ग्र्यान्ड र्यापिड्सः फ्लेमिङ एच. रेवेल कम्पनी, २००६।

फोस्टर, रिचर्ड। *अनुशासनको उत्सव*। न्यू योर्कः हार्पर कोलिन्स, १९९८।

पाठ ११

टेलर, रिचर्ड एस. *अनुशासित जीवन*। ब्लुमिङ्गटनः बेथानी हाउस, २००२।

पाठ १३

टाडा, जोनी इयरेक्सन । "जोनी इयरेक्सन टाडाको अन्तरवार्ता: विश्वास शृङ्खलाका प्रतीकहरू ।" https: //www.youtube.com/ मा।

पाठ १४

स्मिथ, जेम्स ब्रायन। *राम्रो र सुन्दर समुदाय: आत्मालाई पछ्याउँदै, अनुग्रह छर्दै, प्रेम देखाउँदै*। डाउनर्स ग्रोभ: इन्टरवर्सिटी प्रेस, २०१०

गर्नुपर्ने कार्यको अभिलेख

विद्यार्थीको नाम________________________________

प्रत्येक कार्य पूरा भएपछि नाम लेख्नुहोस्। विद्यार्थीले ७०% वा सोभन्दा बढी अंक प्राप्त गर्दा परीक्षाहरूलाई "पूर्ण" मानिन्छ। शेफर्ड्स ग्लोबल क्लासरूमबाट प्रमाणपत्र प्राप्त गर्नका लागि सबै कार्यहरू सफलतापूर्वक पूरा गरिनुपर्छ।

पाठ	१	२	३	४	५	६	७	८	९	१०	११	१२	१३	१४
जाँच														
पाठ समीक्षा (३० मिनेट)														
विचार-मनन जर्नल														
भजनसंग्रहबाट परमेश्वरमा मनन गर्नुहोस्														
व्यक्तिगत प्रार्थना लेख्नुहोस्														
दैनिक प्रार्थना गाइड प्रयोग गर्नुहोस्														
अन्य गर्नुपर्ने कार्य														

शेफर्ड्स ग्लोबल क्लासरूमबाट पूर्णताको प्रमाणपत्रको लागि आवेदन हाम्रो वेबपेज www.shepherdsglobal.org मा गएर पूरा गर्न सकिन्छ। प्रमाणपत्रहरू डिजिटल रूपमा SGC का अध्यक्षबाट आफ्ना विद्यार्थी (हरू) को तर्फबाट आवेदन पूरा गर्ने प्रशिक्षकहरू र सहजकर्ताहरूलाई पठाइनेछ।

धर्मशास्त्र उद्धृत गरिएको छ

उत्पत्ति १, १२
उत्पत्ति २, १२, २०३
उत्पत्ति ३, १२, १९, ८३
उत्पत्ति ५, १९
उत्पत्ति ६, १९
उत्पत्ति ११, ८३
उत्पत्ति १७, १९
उत्पत्ति २२, ९५

प्रस्थान १५, २३६
प्रस्थान ३३, ६८, ६९, १३९, १५७
प्रस्थान ३४, ६८, ६९, ७८

लेवी ४, १७२
लेवी १३, १७४

गन्ती ११, १७२
गन्ती १२, १८१

व्यवस्था ११, २३७
व्यवस्था १२, १५२
व्यवस्था १४, १५२
व्यवस्था १६, १५२
व्यवस्था २१, २१३

यहोशू १, १३५, १३७, १३८

१ शमूएल १, १३९
१ शमूएल २, १९
१ शमूएल १२, १५३
१ शमूएल १५, ६६
१ शमूएल १७, २१७
१ शमूएल २५, १९७

२ शमूएल १२, २५६

१ राजा १, १५२
१ राजा २, १९
१ राजा ८, १९
१ राजा ९, १९
१ राजा १८, १५१

१ इतिहास १३, ६६

२ इतिहास ७, १९

एज्रा ८, १४०

अय्युब २२, ६६
अय्युब ३६, ६६

भजनसंग्रह १, १३५, १३७, २०४
भजनसंग्रह १९, ६८, १३६
भजनसंग्रह २४, १५७
भजनसंग्रह २७, १४३
भजनसंग्रह २९, ३०
भजनसंग्रह ३४, २०, ११८
भजनसंग्रह ३५, १४०
भजनसंग्रह ३७, १०३, १५१
भजनसंग्रह ४०, १४३
भजनसंग्रह ४२, ८
भजनसंग्रह ४५, १८६
भजनसंग्रह ४६, १३८
भजनसंग्रह ५१, ९२, ९५, १०८
भजनसंग्रह ६२, १४४, १५७
भजनसंग्रह ७६, १४६
भजनसंग्रह ९१, ७६
भजनसंग्रह १००, १५६
भजनसंग्रह १०३, १०, १६०
भजनसंग्रह १०४, ६८
भजनसंग्रह ११९, १०६, १३६, १३७, २३१
भजनसंग्रह १२६, २११, २१८
भजनसंग्रह १२७-१२८, १६०
भजनसंग्रह १३९, ५७, ८१, १६१
भजनसंग्रह १४१, २००

हितोपदेश ६, ८३
हितोपदेश १०, १९१
हितोपदेश ११, १४५, १४६, १७४
हितोपदेश १२, १९७
हितोपदेश १४, १९६
हितोपदेश १५, १९७
हितोपदेश १६, १९६, २१४, २२५
हितोपदेश १७, १७४, १९७
हितोपदेश १८, १९७
हितोपदेश २०, १४६
हितोपदेश २१, १७८, १९९
हितोपदेश २२, १४५, १४६, १६०, २१५
हितोपदेश २३, २९, २००, २१२, २१३
हितोपदेश २४, २२१
हितोपदेश २५, २१४
हितोपदेश २६, २१५
हितोपदेश २७, १७४
हितोपदेश २८, ८१, १४६, १७३, १७४
हितोपदेश २९, १५४

उपदेशक ३, २२१
उपदेशक ४, १७४
उपदेशक ९, २१६

यशैया ६, १९९
यशैया १४, ८३
यशैया २६, १०३
यशैया ५३, ४८, ५१, ८३, २३७, २३८, २६१
यशैया ५९, ४८, २६१

यर्मिया २, २३१
यर्मिया १७, ८१
यर्मिया २९, ११

इजकिएल ३६, ५९

दानिएल ४, १७८
दानिएल ६, १२३, २२३
दानिएल ९, १३९
दानिएल १०, १३९, १४२

होशे २, १६०

मत्ती ३, १०२, १८३
मत्ती ४, १३७
मत्ती ५, ११, २२, १०३, १४१, १४४, १४६, १५३, २०२, २१२
मत्ती ५-७, १५८
मत्ती ६, ५३, ५९, ६८, १४३, १४४, १५१, १५३, १७०, २१२
मत्ती ७, ४६, ५८, ७१, ८२
मत्ती ८, १६३, २३८
मत्ती ९, १४४, १५९
मत्ती ११, १४, १५, १६, १०३, ११७, १२९, २३८, २५५
मत्ती १२, १३६
मत्ती १४, १३३, १५३
मत्ती १५, २९, १५३, १९४, १९५
मत्ती १६, ९१, १७४, २४९
मत्ती १७, १४२
मत्ती १८, १६१, १७४
मत्ती १९, १४४
मत्ती २०, १७४
मत्ती २१, १४
मत्ती २३, ६६
मत्ती २५, १४, १६
मत्ती २६, ८६, १०६, १२२, १८६

मत्ती २७, ४८, ५१, २६१
मत्ती २८, १२८, २५५

मर्कूश १, १४, १३३, १५३
मर्कूश २, ३१
मर्कूश ३, १४
मर्कूश ६, १४
मर्कूश ७, २९
मर्कूश ८, ८४
मर्कूश ९, ६७, ८४, २४८, २५५
मर्कूश १०, ८४
मर्कूश १४, ८४
मर्कूश १६, २४०

लूका १, १०
लूका २, ३७, १४४
लूका ३, १४५, १५४, १९८
लूका ४, १४, ३७, १३३, १४४, १५४, १५५
लूका ५, १३३, १३८, १३९, १५२
लूका ६, १५३
लूका ९, ३५, १०५, १५३, १५४
लूका १०, १६, ८१, १५३
लूका ११, १५०, १५१, १५७, १६१, २४०
लूका १२, १४४
लूका १३, ६६
लूका १७, १६, १७५
लूका १८, १६२
लूका २१, १६३
लूका २२, ५८, ९४, १६३, १८३
लूका २३, १५
लूका २१, २०

यूहन्ना १, १४, १७, ५५, ७०, १८४
यूहन्ना ३, ५५, १८५
यूहन्ना ४, १४१, १४२, १४४, २१३
यूहन्ना ५, १५२, १८४
यूहन्ना ६, १६०, २३७
यूहन्ना ७, २९, १०८, १३८
यूहन्ना ८, ४८, ५३, ५८, २१६, २६१
यूहन्ना ९, ६६
यूहन्ना १०, १८४
यूहन्ना ११, २३२
यूहन्ना १२, ९१, १०२, १५४
यूहन्ना १३, १४, १५, ४८, २४८, २६१
यूहन्ना १४, १४, ४४, ७३, १०२, १४४, १६४, १८४, २३९
यूहन्ना १५, ४९, ५३, ५७, ७१, १०२, १३४, १५७, १६४, २३१, २६२
यूहन्ना १६, ३६, ७१, ८२, १६०, १६४, २२९
यूहन्ना १७, १६, २४९
यूहन्ना १९, १७
यूहन्ना २०, १८४

प्रेरित १, ३६, १५५, २५२, २५३
प्रेरित २, १०३, १५५, २४६, २५२
प्रेरित ३, ४९, १५५, २६२
प्रेरित ४, ४८, ५१, १०३, १५४, १५५, १८१, २५२, २६१
प्रेरित ६, १५५, २१७
प्रेरित ९, १४०
प्रेरित १०, १४०
प्रेरित १३, १४१
प्रेरित १४, २३१
प्रेरित १५, १०२, २५१
प्रेरित १६, ४९, १८१, २६२
प्रेरित २३, ५३
प्रेरित २४, ५३
प्रेरित २८, २४०

रोमी १, ६८
रोमी २, २१८
रोमी ३, १६, ४८, ५४, २६१
रोमी ४, ५४
रोमी ५, १६, ३७, ५१, ५४, ५५, ७६, ११९, २३१, २३८
रोमी ६, २२, ४८, ४९, ५१, ८२, २६१, २६२
रोमी ८, १३, १८, ३७, ४८, ५६, ५८, ७१, ८२, १५९, १६०, १९४, २२९, २३०, २३८, २४४, २६१
रोमी १०, ४९, १३७, २६२
रोमी १२, ११, २७, २८, २९, ९५, २४७, २४८, २४९
रोमी १३, ११, १०६, १७७, १७८
रोमी १४, १७२, २२२, २४८, २५५
रोमी १५, २४८, २५५

१ कोरिन्थी १, ५९, ८२
१ कोरिन्थी २, १३६
१ कोरिन्थी ३, १०, ४४, २३७, २५०, २५३
१ कोरिन्थी ६, १८, ३६, ४४, ५५, १०५, १९४, २०४, २१३
१ कोरिन्थी ७, ५८, १३८
१ कोरिन्थी ९, २७, २८, ३२, १२०, १९३, २१२
१ कोरिन्थी १०, २१६, २२२, २३७
१ कोरिन्थी ११, २४८
१ कोरिन्थी १२, २४८, २५०
१ कोरिन्थी १५, ५३, २३४, २३५, २३८
१ कोरिन्थी १६, १७६

२ कोरिन्थी १, ८२
२ कोरिन्थी २, १६
२ कोरिन्थी ३, ९, १७, १८, २३, ३७, १०५
२ कोरिन्थी ४, १३, १६, १७, ५३, ७१, २३०, २३२
२ कोरिन्थी ५, ४६, ४८, ५१, ५९, ८२, २३५, २६१
२ कोरिन्थी ८, १४४
२ कोरिन्थी १०, १०, १५८, २०३, २३७
२ कोरिन्थी ११, २०, ५०, १४२
२ कोरिन्थी १२, २३०, २३१, २३५
२ कोरिन्थी १३, ४२, ४७, ५७

गलाती २, १०१, १०८, १७२, २५६
गलाती ३, ५१
गलाती ४, ९, २३, ३७, ५६, ७१
गलाती ५, ३७, ४४, ४९, ८४, ८६, ८७, १००, १०२, १०६, २०२, २१८, २२३, २३६, २४८, २६२
गलाती ६, १०१, १७२, २००

एफिसी १, ३०, ३७, ४४, ५१, ८२, २३७
एफिसी २, १३, ४६, ४८, ४९, ५१, ५२, ५५, ५७, ७१, २६१, २६२
एफिसी ३, ४४, ७१, २५०
एफिसी ४, ९, १०, १३, १५, २८, २९, ४३, १२०, १७२, २४७, २४८
एफिसी ५, १४, ३७, ४३, ४८, १०२, १०३, १३६, १७६, १७८, २१८, २४८, २४९, २६१
एफिसी ६, ५३, ८७, १०६, १३०, १३६, १३७, १५३, १७६, १७८

फिलिप्पी १, ५३, ११६, २१६
फिलिप्पी २, १४, २२, २७, २८, ८३, ८९, १०४, १७६, १८३, १८६
फिलिप्पी ३, २२, ११६, २३०, २३१, २३४
फिलिप्पी ४, ३४, १३६, १४५, १६१, २०२

कलस्सी १, ९, १०, १३, ५१, ५४, ५५, ७३, १८४, २५०
कलस्सी २, २१, ५३, १००
कलस्सी ३, १३, १५, २२, २९, ५१, ११३, १७७, २१६, २४८, २५६

१ थेसलोनिकी ३, ७१
१ थेसलोनिकी ४, १५८, १९७, २४८
१ थेसलोनिकी ५, १५२, १५८, १६१, २४८, २५६

२ थेसलोनिकी ३, २५६
१ तिमोथी १, ५३, ५४
१ तिमोथी २, ४९, १५३, १९७, २६२
१ तिमोथी ४, २७, २८, ३२, ३३, १११, ११२, ११३, ११४, १२०, १२६, १३५, २०१
१ तिमोथी ५, २०४

१ तिमोथी ६, ५९, ८६, १२९, १४४

२ तिमोथी १, ४२
२ तिमोथी २, १०६, ११३, १५८, २०३
२ तिमोथी ३, १०, ८०, १९४
२ तिमोथी ४, १२९

तीतस १, १६३
तीतस २, २०२

हिब्रू १, १३, १५, ७३, १०५, १८४, २०४
हिब्रू २, १८५
हिब्रू ४, १०५, १५६, १८५
हिब्रू ७, १०५
हिब्रू ९, ४९, ५१, २३७, २६२
हिब्रू १०, ५२, ५४, १६३, १९८, २३७
हिब्रू ११, ३१, २३५
हिब्रू १२, १०, २७, ४९, ५३, ७१, ८२, १०४, १०५, १०६, १०७, ११९, २३१, २६२
हिब्रू १३, १४३, १७७, २४१

याकूब १, ७१, १०३, १४५, १६३
याकूब २, ४९, ५२, ५७, २४९, २६२
याकूब ३, १०३, १९४, १९६, १९८
याकूब ४, ३०, ६०, ८३, ८७, ८८, १५२, १७१, १७३
याकूब ५, १३२, १६३, १६९, १७०, १७३, २०५, २३२, २४२, २४८

१ पत्रुस १, ४८, ४९, ५२, ५५, ८१, १३७, २३१, २६१, २६२
१ पत्रुस २, १४, १५, २०, ४३, ४८, ५१, १५९, १७५, १७७, १७९, २३०, २३७, २३८, २५०, २६१
१ पत्रुस ३, १९७, १९९, २४८
१ पत्रुस ४, १५९, २२८, २३१, २४८
१ पत्रुस ५, ४२, ५५, १७६, १७७, १७९, २०१, २३८, २४७, २४९
२ पत्रुस १, ३४, ४३, ५१, ११४, ११५, १२२
२ पत्रुस ३, ३०
२ पत्रुस ४, २२

१ यूहन्ना १, २०, ५५, ७१, ८५, १०३, २१८, २३७, २४९
१ यूहन्ना २, २०, ४३, ४८, ४९, ५३, ८०, ८७, १३०, १७२, १७३, २६१, २६२
१ यूहन्ना ३, १४, ३६, ४८, ५८, ८७, १०३, १७१, १७२, २६१
१ यूहन्ना ४, १४, ५६
१ यूहन्ना ५, ४६

यहूदा, २२, ५३

प्रकाश १२, ४२
प्रकाश १३, २५१
प्रकाश १९, २५१
प्रकाश २१, १३१, २३६, २३७, २५१
प्रकाश २२, २५१

सूची

अनन्त सुरक्षा, ४५

अनुग्रह, ९, १९, ४८, ५३, १००, १०१, १०२, ११४, १३०, २०१, २४०, २६१

अनुग्रहको माध्यम, १९, ११९, १३०, १३२, १९३

सस्तो अनुग्रह, २१

अनुशासन, ३४, ११९, १२३

आत्मिक अनुशासनहरू, ३२, ३३, ११९, पाठ ८-१०

व्यक्तिगत अनुशासनहरू, १२०, १२३, पाठ ११-१२

आत्म-केन्द्रितता, ८४, ८६, २४७

आत्म-संयम, ३३, ११७, १९३, १९४, २०१

आत्मिक वृद्धि, ८, १०, १२, २६, ४४, १०५, १२०

वृद्धि योजना, २१९

आफ्नै-प्रचार, ८४, १५४, १८२, १८३, यो पनि हेर्नुहोस् घमण्ड

आफ्नै लेखि मर्नु, ९२, ९३, १०३, १०५

उपवास, १३८, १९२

एकान्त समय, ११९, १३३

कानूनवाद, २१, १४४

ख्रीष्टको स्वरूप, ९, १२, १३२, २३०, २५४, पाठ १ & ७

घमण्ड, ३०, ८२, ८३, ८७, १०८, १४०, १७४, १९५, यो पनि हेर्नुहोस् नम्रता

चरित्र, ११७

जवाफदेहिता, २०४, २१९, २५५

जिब्रो, १९१, १९४, १९६

तालिम, ११२, ११४, ११५, ११८, १२०

तोडिएको हुनु, ९२, ९३, ९५

नम्रता, २७, ३०, ५८, ९३, ९५, १०४, ११८, ११९, १३९, १५६, १६१, १७४, १७५, १७९, १८२, १८३, १८६, १८७, २०४, यो पनि हेर्नुहोस् घमण्ड

झूटो नम्रता, ९२

नयाँ जन्म, ४३, ८२

नयाँ विश्वासीहरू, ५९, ८२

निश्चयता, २८, १६७, १७४, १७५, पाठ ३

निश्चयता जाँच, ४८

उत्तरहरु, २६१

निषेधित फल, ८३, २०३

निष्कपटता, १९, १४४, १४५

पद कण्ठ, २३, ३१, यो पनि हेर्नुहोस् मनन

परमेश्वरका गुणहरू, ६८

परमेश्वरको आनन्द, १९, १३१, २०२, यो पनि हेर्नुहोस् परमेश्वर संग संगति

परमेश्वरको महिमा गर्दै, १८३

परमेश्वर संग संगति, १९, १५१, १५२

परिपक्वता, १३, २६, ४४, १२०, १७३, १७९, २००, २२१, यो पनि हेर्नुहोस् वृद्धि

पवित्र आत्मा, १७, १८, ३६, ४२, ५०, ५६, ८७, १०२, १५४, १९८, २५१, २५३

पवित्र आत्माको फल, ४४, १०२, ११७

पवित्र आत्माको फल, हेर्नुहोस् पवित्र आत्मा

पवित्रता, २६, १०३, १०४, १०५, १७०, २५७, यो पनि हेर्नुहोस् पवित्रीकरण

पवित्रीकरण, २६, ३२, ३६, ५५, ८६, १०५, यो पनि हेर्नुहोस् पवित्रता

पश्चात्ताप, ५८, १०६, १७३

सर्वशक्तिमान र, १६१

पश्चात्तापी, ९२

पाप, १७०, १७१, १७२

पुरानो स्वभाव, ८२

प्रार्थना, १०८, १२३, १३३, १४१, २४१, २५१, पाठ ९

पश्चात्तापको प्रार्थना, १६१

प्रार्थना गर्ने हाइड, ८५

फलदायी विश्वास, ५७

बानी, १२१, १३१, २२२

बोलि, हेर्नुहोस् जिब्रो

भोक, १४०, २११

मण्डली, ३५, २३५, यो पनि हेर्नुहोस् समुदाय

मनन, ६७, ११९, १३५, १३६, १३७, १५९

यौन परीक्षा, २०३, यो पनि हेर्नुहोस् शुद्धता

रूपान्तरण, १७, १८, ३०, ३६, २५४

विचारशील जीवन, ५८, २००

विजय, ९४, २०३

विश्वास, १७, १९, ३१, ४२, ४५, ४८, ५०, ५१, ५२, ५३, ५४, ५५, ५६, ५७, ६५, १००, १११, ११४, ११५, १४१, १६३, २४१, २६१

विश्वासताहरू, हेर्नुहोस् व्यक्तिगत दो विश्वासताहरू

वृद्धि, हेर्नुहोस् आत्मिक वृद्धि

वेस्ली, जोन

बाट उद्धृत, ३२, ४९, ५५, ८४, ८६, ११४, १३१, १३४, १३७, १३८, १८४, २००, २५५

व्यक्तिगत दो विश्वासताहरू, २२१

शब्दहरूको परिभाषा

आत्मिक निर्माण, ९

ईश्वरभक्ति, ११३

उपवास, ११९

एकान्त समय, १३३

तोडिएको हुनु, ९२

निष्कपटता, ११९, १४२

पाप, ८२, १७०, १७१

मनन, १३५

समपर्ण, १७५

सेवा, १८३

स्वीकार, १७०

शान्त, १९७, यो पनि हेर्नुहोस् Solitude,

Meditation

शुद्धता, २०३, यो पनि हेर्नुहोस् विचारशील जीवन

सचेतना, ८१, पाठ ५-६

महत्त्वपूर्ण सत्यहरू, १८, ८२, ८३, ८६, ९१, ९३, १००, १०३, १०५

सत्य, ३०, ३१, ४३, ६७, ७०, १३६, २०३

समझ, ३०, ७२

समपर्ण, ११९, १७५, १७६, १७७, १७८, १७९, १८०, १८१, १८२

समय, २१५

समर्पण, ९५

समुदाय, २८, ३५, पाठ १४

समृद्धि ईश्वरशास्त्र, ६५, २२९

सिद्धतावाद, २२, ११३

सीमाहरू, हेर्नुहोस् व्यक्तिगत दो विश्वासताहरू

सेवा, १८२, १८६

स्वतन्त्रता, ३४, २२२

स्वः धर्मी सेवा, १८६

स्वयं-इन्कार, ९१, ११९

स्वयंको तालिम, १२२

स्वयम्, ८४, ९१, पाठ ५-६

स्वार्थ, ८३, ८७, ८८, १००, यो पनि हेर्नुहोस् घमण्ड

स्वीकार, १६९, १७३, १७५, २०४, २०५

शेफर्ड्स ग्लोबल क्लासरूम पाठ्यक्रम विवरण

सैद्धान्तिक आधारभूत पाठ्यक्रमहरू

ख्रीष्टियन विश्वासहरू

यो एक व्यवस्थित ईश्वरशास्त्रको पाठ्यक्रम हो, जसले बाइबल, परमेश्वर, मानिस, पाप, ख्रीष्ट, मुक्ति, पवित्र आत्मा, मण्डली, र अन्तिम दिनहरूको बारेमा ख्रीष्टियन सिद्धान्तहरू वर्णन गर्दछ ।

रोमीहरू

यस पाठ्यक्रमले रोमीको पुस्तकमा व्याख्या गरिए अनुसार मुक्ति र मिशनहरूको ईश्वरशास्त्र सिकाउँछ, मण्डलीमा विवादास्पद भएका धेरै मुद्दाहरू छलफल गर्दछ ।

अन्तका दिनको सिद्धान्त

यस पाठ्यक्रमले भविष्यसूचक ईश्वरशास्त्रका अन्य खण्डहरूका साथसाथै दानिएल र प्रकाशको बाइबलीय पुस्तकहरू सिकाउँछ र ख्रीष्टको पुनरागमन, अन्तिम न्याय, र परमेश्वरको अनन्तको राज्य जस्ता आवश्यक सिद्धान्तहरूमा जोड दिन्छ ।

पवित्र जीवनको सिद्धान्त र अभ्यास

यस पाठ्यक्रमले पवित्र जीवनको बाइबलीय विवरण दिन्छ जुन परमेश्वरले ख्रीष्टियनहरूको लागि अपेक्षा गर्नुहुन्छ र त्यसको लागि शक्ति दिनुहुन्छ ।

मण्डलीको सिद्धान्त र अभ्यास

यस पाठ्यक्रमले मण्डली र बाइबलीय विषयहरू जस्तै मण्डलीको सदस्यता, बप्तिस्मा, प्रभुभोज, दशांश, र आत्मिक नेतृत्वको लागि परमेश्वरको डिजाइन र योजनाको व्याख्या गर्दछ ।

बाइबल सर्वेक्षण पाठ्यक्रमहरू

पुरानो नियम अन्वेषण

यो पाठ्यक्रमले पुरानो नियमका ३९ पुस्तकहरूको आवश्यक सामग्री र शिक्षाहरू सिकाउँछ ।

नयाँ नियमको अन्वेषण

यस पाठ्यक्रमले नयाँ नियमका २७ पुस्तकहरूको आवश्यक सामग्री र शिक्षाहरू सिकाउँछ ।

बाइबलीय व्याख्याको सिद्धान्त

यस पाठ्यक्रमले हाम्रो जीवन र परमेश्वरसँगको सम्बन्धलाई मार्गदर्शन गर्नको लागि बाइबललाई सही तरिकाले व्याख्या गर्ने सिद्धान्तहरू र तरिकाहरू सिकाउँछ ।

सुसमाचार र चेलापन पाठ्यक्रमहरू

एपोलोजेटिक्सको परिचय

यस पाठ्यक्रमले ख्रीष्टियन विश्वदृष्टिकोणको लागि वैज्ञानिक, ऐतिहासिक, र दार्शनिक आधार सिकाउँछ, र ख्रीष्टियन विश्वास कसरी तार्किक र वास्तविकतासँग अनुरूप छ भनेर देखाउँछ ।

विश्व धर्म र पंथहरू

यस पाठ्यक्रमले इभान्जेलिकल विश्वासीलाई अठार धार्मिक समूहहरूलाई शिक्षाको र उचित प्रतिक्रियाहरूको समझ दिन्छ ।

बाइबलीय सुसमाचार र चेलापन

यस पाठ्यक्रमले सुसमाचार प्रचार विधिहरूलाई मार्गदर्शन गर्ने बाइबलीय सिद्धान्तहरू प्रस्तुत गर्दछ । यसले सुसमाचार प्रचारका रूपहरू वर्णन गर्दछ र नयाँ विश्वासीहरूलाई चेलापनमा प्रयोग गरिने पाठहरू प्रदान गर्दछ ।

आत्मिक निर्माण

यस पाठ्यक्रममा विद्यार्थीहरूले येशूको जस्तो स्वभाव राख्न, येशूको उहाँको पितासँगको सम्बन्ध जस्तै परमेश्वरसँग सम्बन्ध राख्न, येशूले जस्तै आफूलाई नम्र बनाउन, येशूको जस्तै आत्मिक र व्यक्तिगत अनुशासनहरू अभ्यास गर्न, येशूले जस्तै दुःखकष्ट सहन र येशुले बनाउनु भएको ख्रीष्टियन समुदाय (मण्डलीमा) मा संलग्न हुन सिक्छन् ।

व्यावहारिक ख्रीष्टियन जीवन

यस पाठ्यक्रमले पैसाको प्रयोग, सम्बन्ध, वातावरण, सरकारसँगको सम्बन्ध, मानवअधिकार, र व्यावहारिक जीवनका अन्य क्षेत्रहरूमा धर्मशास्त्रीय सिद्धान्तहरू सिकाउँछ ।

ख्रीष्टियन विवाह र परिवार

यस पाठ्यक्रमले जीवनको चरणहरूमा मानव विकासमा ख्रीष्टियन दृष्टिकोण दिन्छ र पारिवारिक भूमिका र सम्बन्धहरूमा धर्मशास्त्रीय सिद्धान्तहरू लागू गर्दछ ।

ख्रीष्टियन नेतृत्वसम्बन्धि पाठ्यक्रमहरू

सेवकाई प्रेरित नेतृत्व

यस पाठ्यक्रमले ख्रीष्टियन चरित्रलाई जोड दिन्छ जबकि अगुवाहरूलाई मूल्यहरू खोज्ने, उद्देश्य महसुस गर्ने, दर्शन साझा गर्ने, लक्ष्यहरू निर्धारण गर्ने, रणनीति योजना बनाउने, काम गर्ने, र उपलब्धि अनुभव गर्ने प्रक्रियामार्फत संगठनहरूलाई मार्गदर्शन गर्न सिकाउँछ ।

येशूको जीवन र सेवा

यस पाठ्यक्रमले २१औं शताब्दीमा सेवकाई र नेतृत्व नमूनाको रूपमा येशूको जीवनको अध्ययन गर्दछ।

सञ्चारका सिद्धान्तहरू

यस पाठ्यक्रमले सञ्चार सम्बन्धि ईश्वरशास्त्र, प्रभावकारी बोल्ने तरिकाहरू, र बाइबलीय उपदेशहरू तयार गर्ने र प्रस्तुत गर्ने तरिकाहरू सिकाउँछ।

ख्रीष्टियन आराधनाको परिचय

यस पाठ्यक्रमले आराधनाले विश्वासीको जीवनका सबै पक्षहरूलाई कसरी प्रभाव पार्छ भनेर वर्णन गर्दछ र व्यक्तिगत र मण्डलीको आराधनाको अभ्यासलाई डोऱ्याउने सिद्धान्तहरू दिन्छ।

मण्डली इतिहासको पाठ्यक्रमहरू

मण्डली इतिहासको सर्वेक्षण I

यस पाठ्यक्रमले प्रारम्भिक मण्डलीदेखि सुधारको युग सम्मको अवधिमा कसरी मण्डलीले आफ्नो मिशन पूरा गर्‍यो र आवश्यक सिद्धान्तलाई सुरक्षित गर्‍यो भनेर वर्णन गर्दछ।

मण्डली इतिहासको सर्वेक्षण II

यस पाठ्यक्रमले सुधारको युगदेखि आधुनिक युगसम्मको अवधिमा मण्डली कसरी विस्तार भयो र चुनौतीहरूको सामना गर्‍यो भनेर वर्णन गर्दछ।