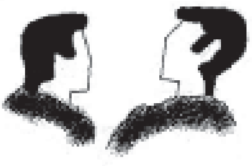
विषय सूची

पाठ		पृष्ठ
आउनुहोस्, सबैभन्दा पहिले कुराकानी गरौँ		५
१)	तपाईंले नयाँ जीवन सुरू गर्नुभएको छ	९
२)	तपाईं हिँड्नलाई सिक्दै हुनुहुन्छ	२१
३)	तपाईंका पिता तपाईंसँग बोल्दै हुनुहुन्छ	३५
४)	के तपाईं बढ्न चाहनुहुन्छ	४९
५)	नयाँ जीवन- नयाँ क्रियाकलापहरू	६१
६)	तपाईंका नयाँ स्तरहरू	७९
७)	तपाईंका निम्ति एक सहयोगी हुनुहुन्छ	८७
८)	तपाईंको जीवन ज्योति हो	९९
९)	कसरी परिवार आनन्दित हुनसक्छ	११३
१०)	तपाईंको नयाँ स्वतन्त्रता	१२५

आउनुहोस्, सबैभन्दा पहिले कुराकानी गरौँ



तपाइँले अध्ययन सुरू गर्नुभन्दा पहिले आउनुहोस् हामी कुराकानी गरौँ। यो एक विशेष किसिमको पुस्तक हो र तपाइँ जहाँ हुनुभएको बेलामा पनि अध्ययन गर्न यसले सहायता पुऱ्याउँछ। यो पुस्तक नै तपाइँको शिक्षक हो। यस पुस्तकले तपाईंलाई केही कुराको बारेमा बताउँछ र त्यसपछि यसको बारेमा नै तपाइँसँग प्रश्न सोध्छ। यसले तपाईंलाई कदम-कदम गरी हरेक पाठमा सहायता पुऱ्याउँछ।

यो पाकेट साइजको पुस्तक हो। तपाइँ जहाँ जानुहँदा पनि यसलाई साथै लैजान सक्नुहुन्छ र पाँच-दस मिनेट फुर्सद पाउनुभयो भने यसलाई अध्ययन गर्न सक्नुहुन्छ। एकैपल्ट पूरै पाठ अध्ययन गर्ने समय पाउनुभएन भने पनि अलि-अलि अध्ययन गर्न सक्नुहुन्छ। तपाइँले जे गर्न सक्नुहुन्छ, जहिले गर्न सक्नुहुन्छ र जहाँ गर्न सक्नुहुन्छ, गर्नुहोस्।

यो पुस्तकलाई अभ्यासपुस्तिकाको रूपमा निर्माण गरिएको छ। यदि कसैले तपाईंलाई यो पुस्तक पढ्नुहोस् र फेरि फर्काउनुहोस् भनी दिनुभएको छ भने तपाइँका उत्तरहरूलाई अर्को अभ्यासपुस्तिकामा सार्नुहोस्।

तपाईंको अभ्यासको निम्ति

ठीक उत्तरको अगाडि दिइएको खाली ठाउँमा चिन्ह (✓) लगाउनुहोस् । उदाहरण:-

१. यो कस्तो किसिमको पुस्तक हो ?

_✓_ **क)** विशेष

____ **ख)** साधारण

२. यो स्वयम् शिक्षणको पुस्तक हो र यसले तपाईंलाई केको निम्ति सहायता पुऱ्याउँछ ?

____ **क)** एउटा कक्षालाई सिकाउन

_✓_ **ख)** तपाईं जहाँसुकै हुनुभएको बेलामा पनि अध्ययन गर्न

तपाईंको शिक्षकले जस्तै यो पुस्तकले पनि तपाईंका उत्तरहरू ठीक भए वा भएनन् भनी थाहा पाउन तपाईंलाई सहायता पुऱ्याउँछ । माथि तपाईंले छान्नुभएका शब्दहरू वा उत्तरहरू यी हुनुपर्छ: १. क) विशेष, २. ख) तपाईं जहाँसुकै भए तापनि अध्ययन गर्न सक्नुहुन्छ ।

प्रश्नहरू अन्तिममा मात्र नसोधिएर पूरै पाठभरि नै सोधिएका छन् । यी प्रश्नहरू र उत्तरहरूले:

- तपाईंका विचारहरूलाई यताउति भौंतारिनुबाट रोक्छन् ।
- तपाईंले भर्खरै पढ्नुभएको कुरा बुझ्नुभयो वा भएन त्यसको जाँच गर्छन् ।
- पाठका मुख्य बुँदाहरूलाई तपाईंको मन (समझमा) राख्नेछन् ।

"तपाईंको अभ्यासको निम्ति" भनिएको खण्डको अन्तमा तपाईंले उत्तरहरू भेट्टाउनुहुनेछ। आफ्नो उत्तर नदिउञ्जेलसम्म ती उत्तरहरूलाई नहेर्नुहोस्। दिइएको खाली ठाउँमा तपाईले भर्नुहुँदा त्यो उत्तरको भागलाई चाहिँ एउटा कागजले छोप्नुहोस् र लेखिसकेपछि आफ्ना उत्तरहरूलाई पुस्तकमा दिइएको ठीक उत्तरसँग दाँज्नुहोस्।

तपाईंको अभ्यासको निम्ति

तल दिइएको वाक्यको ठीक उत्तर छान्नुहोस् र त्यसको बायाँतिर भएको खाली ठाउँमा ठीक चिन्ह (✓) लगाउनुहोस्।

३. यी प्रश्नहरू र उत्तरहरूले तपाईंको केको जाँच गर्छन्?

__✓__ **क)** तपाईंले भर्खरै पढ्नुभएको कुरा कति बुझ्नुभयो?

____ **ख)** विषयको सामान्य ज्ञान।

उत्तर: ३. क) तपाईंले भर्खरै पढ्नुभएको कुरा कति बुझ्नुभयो?

कहिलेकाहीँ यस पुस्तकले प्रश्नका उत्तरहरू दिनुका साथसाथै अन्य कुराहरू गर्नलाई अह्राउँदछ। यी अभ्यासहरूले तपाईंलाई पाठ राम्रोसँग सिक्नको लागि सहायता पुऱ्याउँदछन्! यसैले यी सबै अभ्यासहरू गर्नलाई नभुल्नुहोस्।

यो पुस्तक तपाईं र तपाईंको ख्रीष्टियान जीवनको बारेमा छ। यो तपाईंको निम्ति बडो अचम्मको आशिष र सहायता हुन सक्छ। यो हजारौं विद्यार्थीहरूको लागि सहायक सिद्ध भइसकेको छ तर तपाईंले यस पुस्तकमा सिक्नुभएको कुरालाई प्रयोग गर्नुभयो भने मात्र यसले तपाईंलाई सहायता र भलाइ गर्न सक्दछ। यसैले तपाईंले सिक्नुभएको कुरालाई तुरुन्तै व्यवहारमा प्रयोग गर्नुहोस्।

तपाइँको विद्यार्थी प्रतिवेदन

यदि तपाइँले प्रमाणपत्र प्राप्त गर्नको निम्ति अधययन गरिरहनुभएको छ भने "विद्यार्थी प्रतिवेदन प्रश्न पुस्तिका" भन्ने छुट्टै एउटा पुस्तिका पाउनुहुनेछ। त्यस पुस्तिकामा दुई खण्डहरू छन्। तपाइँले प्रत्येक खण्डलाई कहिले पूरा गर्नुपर्छ त्यस विषयमा तपाइँको अध्ययन-पुस्तिकाले बताउनेछ।

आफ्नो उत्तरपुस्तिकालाई आई.सी.आई.को कार्यालयमा पठाउनुहुँदा तपाइँको विद्यार्थी प्रतिवेदनमा उल्लेख गरिएका निर्देशनहरूलाई पालन गर्नुहोस्। विद्यार्थी प्रतिवेदनको पहिलो पृष्ठमा नै आफ्नो ठेगाना सफासँग लेख्नुहोस्। तपाइँले यो पुस्तक र अन्य केही पुस्तकहरू पूरै सक्नुभएपछि तपाइँले एउटा सुन्दर प्रमाणपत्र प्राप्त गर्नुहुन्छ।

प्रार्थना

मेरो नयाँ जीवनको बारेमा लेखिएका यी पाठहरूको निम्ति, परमेश्वर, म तपाइँलाई धन्यवाद चढाउँछु। यिनीहरूलाई राम्रोसँग सिक्न मलाई सहायता गर्नुहोस्। मलाई अझै उत्तम ख्रीष्टियान बनाउन ती पाठहरूलाई प्रयोग गर्नुहोस्। येशूको नाममा, आमिन्।

पाठ १

तपाईँले नयाँ जीवन शुरू गर्नुभएको छ

यस पाठमा तपाईँले यी कुराहरूको अध्ययन गर्नुहुनेछ ...

के भयो ?
खीष्टमा नयाँ जीवन ?
कस्तो किसिमको जीवन ?
यसको बारेमा तपाईँले के गर्नुपर्छ ?
तपाईँको नयाँ परिवार: तपाईँका पिता
तपाईँको नयाँ परिवार: तपाईँका जेठा दाजु
तपाईँको नयाँ परिवार: पवित्र आत्मा, तपाईँका सहायक
तपाईँको नयाँ परिवार: अरू खीष्टियानहरू

के भयो ?

तपाईँले येशू खीष्टलाई आफ्नो मुक्तिदाताका रूपमा स्वीकार गर्नेबित्तिकै तपाईँले नयाँ जीवन सुरू गर्नुहुनेछ । उहाँले जीवन दिनुहुन्छ

जुन जीवन अचम्मको, धनी, आनन्दित र कहिल्यै पनि नसिद्धिने हुन्छ। तपाईंले आफ्नो पाप र असफलताको जीवन उहाँलाई दिनुभयो र उहाँले तपाईंलाई पापमाथि विजयी भएको आफ्नो जीवन दिनुभयो। तपाईंले महिमित सौभाग्यहरू पाई परमेश्वरको बालकको रूपमा नयाँ जीवन सुरू गर्नुभएको छ।

तपाईंको अभ्यासको निम्ति

ठीक उत्तरको अगाडिको खाली ठाउँमा (✓) लगाउनुहोस्।

१. तपाईंको नयाँ जीवन कहाँबाट आउँछ ?

____ **(क)** ख्रीष्टियान बन्ने कोसिस गर्नाले।

____ **(क)** जीवन दिने येशू ख्रीष्टबाट।

____ **(क)** मण्डली (चर्च) मा सदस्य हुनाले।

तपाईंले आफ्नो उत्तर नलेखुन्जेलसम्म उत्तर खण्डलाई चाहिँ छोपेर राख्नुहोस्।

ख्रीष्टमा नयाँ जीवन

ख्रीष्टको जीवन तपाईंमा भएको हुनाले तपाईंमा यो नयाँ जीवन छ। परमेश्वरको वचन बाइबलले तपाईंलाई यसबारे बताउँछ।

> "यो रहस्य ख्रीष्ट तिमीहरूमा हुनु हो जो महिमाको आशा हो।" कलस्सी १:२७

पदको अन्तमा उल्लेख गरिएको पुस्तक र पदसङ्ख्याले त्यो उद्धृत गरिएको पद कहाँ पाउन सकिन्छ भनी बताउँछ।

तपाईँको अभ्यासको निम्ति

ठीक उत्तर छान्नुहोस् र त्यसको अगाडिको खालि ठाउँमा (✓) चिन्ह लगाउनुहोस् ।

२. तपाईँमा जिउनुहुने ख्रीष्टबाट आउने जीवनको बारेमा तपाईँले कहाँबाट सिक्नुभयो ?

____ **क)** परमेश्वरको वचन बाइबलबाट ।

____ **ख)** विज्ञानबाट ।

____ **ग)** विभिन्न धर्महरूबाट ।

कस्तो किसिमको जीवन ?

ख्रीष्ट तपाईँमा जिउनुभएको हुनाले अब तपाईँ ख्रीष्टियान हुनुभएको छ । कसैकसैको विचारमा ख्रीष्टियान जीवन एक मन्द र झ्यालखानमा परेको जीवन हो तर यस्तो भन्ने व्यक्तिहरू भूल धारणामा परिरहेका छन् । ख्रीष्टमा भएको तपाईँको नयाँ जीवन तपाईँले सोचेभन्दा बढी धनी, प्रशस्त र आनन्दित हुन्छ ।

तपाईँको अभ्यासको निम्ति

ठीक उत्तरको अगाडिको खाली ठाउँमा चिन्ह (✓) लगाउनुहोस् ।

३. तपाईँले येशू ख्रीष्टलाई आफ्नो व्यक्तिगत मुक्तिदाताको रूपमा स्वीकार गर्नुभएपछि तपाईँले सुरू गर्नुभएको जीवन कस्तो हुन्छ ?

____ **क)** निराश ।

____ **ख)** पहिलेको जीवनभन्दा अझै आनन्दित ।

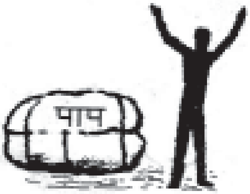
____ **ग)** झ्यालखानको जस्तो जीवन ।

"म त तिनीहरूले जविन पाऊन् र त्यो प्रशस्त मात्रामा पाऊन् भन्ने हेतुले आएँ।" योआनेस १०:१०

> तपाईंको अभ्यासको निम्ति
>
> ४. योआनेस १०:१० मा लेखिएको येशूको वचनलाई कण्ठ गर्नुहोस्।
> ठीक उत्तरको अगाडिको खाली ठाउँमा (✓) चिन्ह लगाउनुहोस्।
>
> ५. येशू ख्रीष्ट तपाईंलाई के दिन आउनुभयो ?
>
> ____ **क)** तपाईंको पापको निम्ति दण्ड दिन।
>
> ____ **ख)** प्रशस्तताको जीवन दिन।

येशूले दिनुभएको यस नयाँ जीवनमा तपाईंले नयाँ बुझाइ, नयाँ हेराइ, नयाँ लक्ष्यहरू र जिउनको निम्ति नयाँ उद्देश्यहरू पाउनुहुनेछ।

दोषको भार अब तपाईंबाट हटेको छ! तपाईंका पापहरू क्षमा भएका छन्। परमेश्वरको निम्ति र अरूहरूको निम्ति भएको नयाँ प्रेमले तपाईंको हृदय भरिएको हुन्छ र यसले तपाईंमा शान्ति र आनन्द ल्याउँछ। सबै भलाइ र सुन्दरताको निम्ति तपाईं धन्यवादी बन्नुहुनेछ र तपाईंमा परमेश्वरको उपस्थिति, शक्ति र भलाइको नयाँ धारणा हुन्छ। परमेश्वरलाई खुशी तुल्याउने र अरूहरूलाई सहायता गर्ने नयाँ इच्छाले तपाईंको सबै कामलाई नयाँ निर्देशन दिन शुरू गर्छन्।



पवित्र आत्माले तपाईंमा काम गर्नुभएको हुनाले झुसिलकीराबाट पुतली बन्ने कीराले भन्दा तपाईंले अझै ठूलो परिवर्तनको अनुभव गर्नुभएको हुन्छ। अब तपाईंले झुसिलकीराले जस्तै जीवनभरि घिच्चिँदै हिँड्नुपर्दैन! खीष्टले तपाईंलाई नयाँ व्यक्तिमा परिवर्तन गर्नुभएको छ र तपाईंलाई आत्माको पखेटा दिनुभएको छ। तपाईं फेरि नयाँ गरी जन्मनु भएको छ र अब तपाईं पापी हुनुहुन्न! अब तपाईं परमेश्वरको बालक बन्नुभएको छ ।

तपाईंको अभ्यासको निम्ति

ठीक उत्तरको अगाडि खाली ठाउँमा चिन्ह (✓) लगाउनुहोस्।

६. यिनीहरूमध्ये कुन कुराचाहिँ तपाईंको जीवनमा हुन्छ ?

____ **क)** नयाँ हेराइ।

____ **ख)** धेरै धनसम्पत्ति।

____ **ग)** तपाईं आफ्ना मित्रहरूमा अझै लोकप्रिय बन्नुहुनेछ।

७. तपाईं नयाँ गरी जन्मनुभएपछि कस्तो जीवन सुरू हुन्छ ?

____ **क)** समस्याहरूबाट छुटकाराको जीवन।

____ **ख)** परमेश्वर र अरूहरूको निम्ति पूर्ण प्रेमको जीवन।

____ **ग)** जस्तो मन लाग्यो त्यस्तै काम गर्ने स्वतन्त्रताको जीवन।

यसको बारेमा तपाईंले के गर्नुपर्छ ?

परमेश्वरको परिवारमा नयाँ गरी जन्मेको बालकको रूपमा तपाईंले उहाँको प्रेमिलो हेरचाहको आनन्द पाउनुहुनेछ। तपाईंलाई स्वस्थ र बलियो बनाउनको लागि उहाँले जुटाउनुभएका कुराहरूलाई तपाईंले स्वीकार गर्नुपर्दछ। उहाँले तपाईंलाई नयाँ स्वभाव दिनुभएको छ र यसको वृद्धि गर्ने जिम्मेवारीचाहिँ तपाईंमा छ।

यस पुस्तकले तपाईंलाई आफ्नो नयाँ स्वभाव वृद्धि गर्न सहायता पुऱ्याउँछ । यी पाठहरू अध्ययन गर्दै जाँदा तपाईंले परमेश्वरको बालकको रूपमा आफ्ना नयाँ सौभाग्यहरू र जिम्मेवारीहरूको बारेमा सिक्नुहुनेछ । तपाईंको यस पृथ्वीको जीवनमा यी सबै कुराहरूमा पूर्ण आनन्द लिनुहोस् । त्यसपछि कुनै दिन येशूले तपाईंलाई आफ्नो स्वर्गीय घरमा उहाँसँगै हुनको लागि लैजानुहुनेछ जुन घरचाहिँ संसारमा भएको कुनै पनि कुराभन्दा पनि हजारौँ गुणा अचम्मको हुनेछ ।

तपाईंको अभ्यासको निम्ति

ठीक उत्तरको अगाडि खाली ठाउँमा चिन्ह (✓) लगाउनुहोस् ।

८. यो पुस्तक केको बारेमा लेखिएको छ ?

____ **क)** मण्डली (चर्च) को सदस्यको रूपमा तपाईंको जीवन ।

____ **ख)** परमेश्वरले तपाईंलाई दिनुभएको नयाँ स्वभाव ।

____ **ग)** ख्रीष्टियानहरूले पालन गर्नुपर्ने नियमहरू ।

९. किन तपाईं यी पाठहरू पढ्नुहुन्छ ?

____ **क)** प्रमाणपत्र प्राप्त गर्न ।

____ **ख)** धर्मको विषयमा छलफल गर्न ।

____ **ग)** परमेश्वरको बालकको रूपमा आफ्ना सबै सौभाग्यहरूको आनन्द प्राप्त गर्न ।

तपाईंले गर्नुपर्ने सबैभन्दा महत्त्वपूर्ण कुराचाहिँ यो हो कि तपाईं ख्रीष्टसँगको संयुक्तिमा रहनुपर्दछ र उहाँले दिनुहुने जीवनमा बलियो रहनुपर्दछ ।

> "ममा रहो, र म तिमीहरूमा ...... किनकि मबाट अलग रहेर तिमीहरू केही गर्न सक्दैनौ ।" योआनेस १५:४,५
> "यसकारण जसरी ख्रीष्टलाई तिमीहरूले ग्रहण गर्‍यौ, त्यसरी नै उहाँमा जीवन बिताओ । धन्यवाद दिनमा प्रशस्त हुँदै, तिमीहरूलाई शिक्षा दिएबमोजिम उहाँमा जरा गाडिएका र निर्माण भएका र विश्वासमा दह्रिला भएका होओ ।" कलस्सी २ : ६, ७

तपाईंको अभ्यासको निम्ति

ठीक उत्तरको अगाडि खाली ठाउँमा चिन्ह (✓) लगाउनुहोस् ।

१०. बलियो ख्रीष्टियान हुनको लागि सबैभन्दा मुख्य कुरा तपाईंले के गर्नुपर्छ ?

____ **क)** ख्रीष्टसँगको संयुक्तिमा रहनु ।

____ **ख)** येशू जस्तै हुने कोसिस गर्नु ।

____ **ग)** अरू ख्रीष्टियानहरूको जस्तै व्यवहार गर्नु ।

तपाईंको नयाँ परिवार: तपाईंका पिता

यस विश्वलाई सृष्टि गर्नुहुने सर्वशक्तिमान् परमेश्वर अब तपाईंका प्रेमी पिता हुनुभएको छ । उहाँ निष्ठुर र तपाईंबाट धेरै टाढा हुनुहुन्छ भनी विचार नगर्नुहोस् । उहाँ अहिले नै तपाईंको नजिकै हुनुहुन्छ र तपाईंका समस्याहरूमा तपाईंलाई सहायता पुऱ्याउन इच्छुक हुनुहुन्छ ।

अब तपाईं परमेश्वरको बालक हुनुभएको छ र एउटा बालकले आफ्नो दयालु र समझदारी पितासँग जस्तै तपाईंले पनि आफ्नो पिता परमेश्वरसँग निर्धक्क र निश्चयतासँग कुरा गर्न सक्नुहुन्छ। दिन वा रात जुनसुकै बेलामा पनि उहाँसँग प्रार्थनामा कुरा गर्नुहोस्। तपाईंका सबै समस्याहरू उहाँलाई भन्नुहोस्। उहाँले दिनुभएका उहाँका आशिषहरूका निम्ति उहाँलाई धन्यवाद दिनुहोस्। उहाँ तपाईंमा र तपाईंलाई असर पर्ने सबै कुराहरूमा इच्छुक हुनुहुन्छ। तपाईंले सुन्दर शब्दहरू प्रयोग गर्नु वा प्रार्थनाहरू कण्ठ गर्नुपर्दैन! तपाईंको हृदयमा भएका कुराहरू उहाँलाई भन्नुहोस्।

तपाईंको अभ्यासको निम्ति

ठीक उत्तरको अगाडि खाली ठाउँमा चिन्ह (✓) लगाउनुहोस्।

११. यस नयाँ जीवनमा परमेश्वर तपाईंको लागि के हुनुहुन्छ ?

____ **क)** धेरै टाढा रहेका व्यक्ति।

____ **ख)** प्रेमी पिता।

१२. तपाईंले प्रार्थना गर्दा के गर्नुपर्दछ ?

____ **क)** प्रार्थनाहरूलाई कण्ठ गरेर तिनीहरूलाई दोहे-याउनुपर्दछ।

____ **ख)** छोराले आफ्नो बाबुसँग जस्तो गरी परमेश्वरसँग निर्धक्कसँग कुरा गर्नुपर्दछ।

____ **ग)** ठूला शब्दहरू र प्रभावशाली वाक्यहरूको प्रयोग गर्नुपर्दछ।

तपाईंको नयाँ परिवारः तपाईंका जेठा दाजु

परमेश्वरको परिवारमा येशू ख्रीष्ट तपाईंका जेठा दाजु हुनुहुन्छ। उहाँले तपाईंलाई धेरै प्रेम गर्नुभएको हुनाले तपाईंको उद्धार गर्न उहाँ मर्नुभयो। अब पापमाथि विजयी भएको आनन्दित जीवन जिउनको

लागि उहाँ तपाईंलाई सहायता गर्न चाहनुहुन्छ। तपाईंलाई उद्धार गर्नुभएको निम्ति र हरेक दिन तपाईंलाई सहायता गर्नुभएको लागि अब उहाँलाई धन्यवाद दिनुहोस्।

तपाईंको अभ्यासको निम्ति

ठीक उत्तरको अगाडि खाली ठाउँमा चिन्ह (✓) लगाउनुहोस्।

१३. यस नयाँ जीवनमा येशू ख्रीष्ट तपाईंको लागि के हुनुभएको छ ?

____ **क)** उद्धारकर्ता र जेठा दाजु।

____ **ख)** कठोर न्यायाधीश।

तपाईंको नयाँ परिवारः पवित्र आत्मा, तपाईंका सहयोगी

त्रित्वको तेस्रो व्यक्तित्व पवित्र आत्माले नै तपाईंमा नयाँ जीवनको रहस्यपूर्ण आश्चर्यकर्म गर्नुभएको हो। उहाँले तपाईंको पापपूर्ण स्वभावलाई परिवर्तन गरी तपाईंलाई परमेश्वरको बालक बनाउनुभएको छ।

कतिपल्ट तपाईंले पुरानो स्वभावको विरूद्धमा अझै युद्ध गर्नुपर्छ तर पवित्र आत्मा तपाईंको हृदयमा बस्न र तपाईंलाई सहायता पुऱ्याउन आउनुभएको छ। तपाईंले विश्वास र आज्ञाकारितामा उहाँसँग मिलेर काम गर्नुभयो भने तपाईंले के गर्नुपर्छ सो उहाँले तपाईंलाई सिकाउनुहुनेछ र यो गर्न तपाईंलाई बल पनि दिनुहुनेछ।

तपाईंको अभ्यासको निम्ति

ठीक उत्तरको अगाडि खाली ठाउँमा चिन्ह (✓) लगाउनुहोस् ।

१४. नयाँ जन्मको आश्चर्यकर्म कसबाट तपाईंमा उत्पादन गरिएको हो ?

____ **क)** प्रचारक

____ **ख)** पास्टर

____ **ग)** पवित्र आत्मा

१५. किन पवित्र आत्मा तपाईंमा हुनुहुन्छ ?

____ **क)** तपाईंले प्रत्येकपल्ट भूल गर्दा तपाईंलाई दण्ड दिन ।

____ **ख)** तपाईंभित्र रहन र ठीक कुरा गर्नको लागि तपाईंलाई सहायता गर्न ।

१६. परमेश्वरले गर्न चाहनुभएको कुरा तपाईंले गर्नुहुन्छ

____ **क)** किनभने त्यसै (आफैँ नै) हुन्छ ।

____ **ख)** किनभने पवित्र आत्माले तपाईंलाई त्यो कुरा गर्न कर लगाउनुहुन्छ ।

____ **ग)** किनभने विश्वास र आज्ञाकारितामा तपाईंले पवित्र आत्मासँग मिलेर त्यो गर्नुहुन्छ ।

१७. तपाईंले के र केद्वारा गर्नुपर्छ भनी तपाईंले कसरी बुझ्नुहुन्छ ?

____ **क)** तपाईंको आफ्नै बुद्धिबाट ।

____ **ख)** तपाईंको इच्छाशक्तिबाट ।

____ **ग)** पवित्र आत्माको सहायताद्वारा ।

तपाईँको नयाँ करार: अरू खीष्टियानहरू

नयाँ गरी जन्मिएको हरेक साँचो खीष्टियान परमेश्वरको बालक हो । परमेश्वर हाम्रो पिता हुनुभएको हुनाले हामी सबै खीष्टमा दाजुभाइ र दिदीबहिनीहरू हौं ।

पुराना खीष्टियानहरूले तपाईँलाई नयाँ भाइ वा बहिनीको रूपमा परमेश्वरको परिवारमा स्वागत गर्दछन् । तपाई आत्मिक रूपमा बढेर एक बलियो र स्वस्थ खीष्टियान भएको हेर्न, उनीहरूले सक्ने सहयोग पुऱ्याउँछन् ।

तपाईँमा केही समस्या भयो भने मण्डली (चर्च)मा पास्टर र दाजुहरू तथा दिदीहरूसँग भन्नुहोस् । तिनीहरूले यस विषयमा तपाईंसँग प्रार्थना गर्नुहुनेछ र तपाईँलाई सहयोग पुऱ्याउनका निम्ति सक्दो कोसिस गर्नेछन् ।

तपाईँको अभ्यासको निम्ति

ठीक उत्तरको अगाडि खाली ठाउँमा चिन्ह (✓) लगाउनुहोस् ।

१८. नयाँ गरी जन्मेका सबै खीष्टियानहरू-

____ **क)** दाजुभाइ तथा दिदीबहिनीहरू हुन् ।

____ **ख)** एउटै सङ्गठनका सदस्यहरू हुन् ।

____ **ग)** असल मित्रहरू हुन् ।

पाठ १ का उत्तरहरू

१. **ख)** जीवन दिने येशू ख्रीष्टबाट ।
२. **क)** परमेश्वरको वचन बाइबलबाट ।
३. **ख)** पहिलेको जीवनभन्दा अझै आनन्दित ।
५. **ख)** प्रशस्तताको जीवन दिन ।
६. **क)** नयाँ हेराइ ।
७. **ख)** परमेश्वर र अरूहरूको निम्ति पूर्ण प्रेमको जीवन ।
८. **ख)** परमेश्वरले तपाईंलाई दिनुभएको नयाँ स्वभाव ।
९. **ग)** परमेश्वरको बालकको रूपमा आफ्ना सबै सौभाग्यहरूको आनन्द प्राप्त गर्न ।
१०. **क)** ख्रीष्टसँगको संयुक्तिमा रहनु ।
११. **ख)** प्रेमी पिता ।
१२. **ख)** छोराले आफ्नो बाबुसँग जस्तो गरी परमेश्वरसँग निर्धक्कसँग कुरा गर्नुपर्दछ ।
१३. **क)** उद्धारकर्ता र जेठा दाजु ।
१४. **ग)** पवित्र आत्मा ।
१५. **ख)** तपाईंभित्र रहन र ठीक कुरा गर्न तपाईंलाई सहायता गर्न ।
१६. **ग)** विश्वास र आज्ञाकारितामा तपाईंले पवित्र आत्मासाथ मिलेर त्यो गर्नुहुन्छ ।
१७. **ग)** पवित्र आत्माको सहायताद्वारा ।
१८. **क)** दाजुभाइ तथा दिदीबहिनीहरू हुन ।

पाठ २

तपाईँ हिँड्नलाई सिक्दै हुनुहुन्छ

यस पाठमा तपाईँले यी कुराहरूको अध्ययन गर्दै हुनुहुनेछ ....

परमेश्वरको हातमा आफ्नो हात राख्नुहोस् ।
के शैतानले तपाईँलाई पतन गराउने कोसिस गरेको छ ?
के तपाईँ ख्रीष्टको निम्ति दुःख सहँदै हुनुहुन्छ ?
के तपाईँ शङ्काहरूको कारण निराश हुनुभएको छ ?
तपाईँको पिताले तपाईँलाई प्रेम गर्नुहुन्छ ?
तपाईँका शङ्काहरूलाई अहिले नै मिलाउनुहोस् ।
पश्चात्ताप गर्नुहोस् ।
सुसमाचारमा विश्वास गर्नुहोस्ः येशू ख्रीष्टमा विश्वास गर्नुहोस् ।

परमेश्वरको हातमा आफ्नो हात राख्नुहोस् ।

आफ्नो बालकले पहिलो पाइला चाल्दा आमाबाबुहरूलाई कति खुसी लाग्छ! त्यस्तै, तपाईँ परमेश्वरको बालकको रूपमा उहाँसँगै यस ख्रीष्टियान जीवनमा हिँड्न सुरू गर्नुहुँदा तपाईँका ईशवरीय पिता कति

खुसी हुनुहुन्छ! तपाइँ पतन वा नाश हुन्छु भनी नडराउनुहोस्! आफ्नो हातलाई आफ्नो पिताकहाँ राख्नुहोस् र उहाँले तपाइँलाई सहायता गर्नुहुनेछ । हरेक दिन जब तपाइँ बिउँझनुहुन्छ, त्यस दिन तपाइँले गर्नुहुने सबै काममा सहायता गर्नुहोस् भनी उहाँसँग बिन्ति गर्नुहोस् ।

तपाइँको अभ्यासको निम्ति

ठीक उत्तर छान्नुहोस् र त्यसको अगाडिको खाली ठाउँमा चिन्ह (✓) लगाउनुहोस् ।

१. यस पाठमा ख्रीष्टियानको रूपमा तपाइँको जीवनलाई केसँग तुलना गरिएको छ ?

____ **क)** आफैँ हिँड्न सक्ने मानिस ।

____ **ख)** हिँड्न नसक्ने बालक ।

____ **ग)** परमेश्वरको हातसँग हात मिलाएर हिँड्ने ।

के शैतानले तपाइँलाई पतन गराउने कोसिस गरेको छ ?

परमेश्वर र प्रत्येक ख्रीष्टियानको शत्रु दुष्ट शैतान हो । त्यसले तपाइँलाई फस्ल्याङ्ग-फुस्लुङ्ग पारेर नाश गर्ने कोसिस गर्दछ । त्यसले सतावट, निन्दा, निराशपना र परीक्षा प्रयोग गर्न सक्दछ । तपाइँले उद्धार पाउनुभएको छ भन्ने विषयमा त्यसले शङ्का हालिदिने कोसिस गर्दछ । शैतानले सधैँ ख्रीष्टियानहरूको विरूद्धमा युद्ध गर्दछ र तिनीहरूलाई परमेश्वरबाट खोस्ने इच्छा गर्दछ । त्यसले विशेष गरी नयाँ ख्रीष्टियानहरूलाई शङ्का र समस्याहरू ल्याएर भ्रममा पार्ने कोसिस गर्दछ । त्यसले तपाइँ परमेश्वरसँग हिँड्न सिकेको चाहँदैन ।

तपाइँले हिँड्न सिक्दा खाल्टाखुल्टी भेट्टाउनुभयो भने छक्क नपर्नुहोस् । एउटा बालकलाई हिँड्दा मेचमा ठोकिएर घाउ लाग्न सक्छ र मेचमाथि

चढेको बेलामा ऊ लड्न सक्छ तर यति हुँदैमा बालकले अब हिँड्दै हिँड्दिन भनी इन्कार गर्ने कुनै कारण नै हुँदैन ।

तपाईंको अभ्यासको निम्ति

२. तपाईं ख्रीष्टियान हुनुभएपछि-

____ **क)** सबैतिर तपाईंका समस्या नै समस्या हुन्छन् ।

____ **ख)** शैतानले तपाईंलाई पतन गराउने कोसिस गर्दछ ।

____ **ग)** तपाईं कहिल्यै पनि निराश वा सतावटमा पर्नुहुन्न ।

३. शैतानले प्रायः जसो नयाँ ख्रीष्टियानलाई-

____ **क)** उनीहरूको उद्धारमा आनन्दित होऊन् भन्ने कोशिश गर्छ ।

____ **ख)** परमेश्वरको अस्तित्वका शङ्का गर्न लगाउँदछ ।

____ **ग)** तिनीहरूले पाएको उद्धारमा शङ्का गर्न लगाउँदछ ।

तपाईंका ईश्वरीय पिता शैतानभन्दा धेरै गुणा बलियो हुनुहुन्छ र उहाँले तपाईंको हात समात्नुहुनेछ भनी याद गर्नुहोस् ।

> "तिनीहरूलाई म अनन्त जीवन दिन्छु र तिनीहरू कहिल्यै पनि नष्ट हुनेछैनन् अनि कसैले तिनीहरूलाई मेरो हातबाट खोसी लैजाने छैनन् ।" योआनेस १०:२८

तपाईंको अभ्यासको निम्ति

४. योआनेस १०:२८ मा भएका येशूका शब्दहरूलाई कण्ठ गर्नुहोस् ।

के तपाईं ख्रीष्टको निम्ति दुःख सहँदै हुनुहुन्छ ?

तपाईंले येशू ख्रीष्टलाई ग्रहण गर्नुभएकोमा तपाईंको परिवार वा तपाईंका साथीहरूले हाँसो गरे भने तपाईंले अचम्म मान्नु वा रिसाउनुपर्दैन । तिनीहरूले तपाईंलाई सतावट दिन पनि सक्छन् । तपाईंको निम्ति क्रुसमा मर्नुहुने व्यक्तिको निम्ति दुःख सहनु तपाईंको लागि इज्जत र सौभाग्यको कुरा हो । हामी "आ-आफ्नो क्रुस बोकेर" उहाँको पछि लाग्दछौं र उहाँले हाम्रो निम्ति दुःख उठाउनुभयो भन्ने कुरामा हामी धन्यवादी छौं भनी उहाँलाई थाहा गराउन चाहन्छौं ।

प्रभुको निम्ति दुःख सहने व्यक्तिले इनाम पाउँछ भनी उहाँले प्रतिज्ञा गर्नुभएको छ ।

> "कोही मपछि आउने इच्छा गर्छ भने त्यसले आफूलाई इन्कार गरोस् र दिनहुँ आफ्नो क्रुस बोकेर मेरो पछि लागोस् ।" लूकास ९:२३
> "धन्य धार्मिकताको निम्ति सताइनेहरू किनभने स्वर्गको राज्य तिनीहरूको हो । धन्य हौ तिमीहरू, जब मानिसहरूले मेरो खातिर तिमीहरूको निन्दा गर्नेछन् र सताउनेछन् र झूटा बोलेर तिमीहरूका विरूद्धमा सब किसिमका खराब कुरा भन्नेछन् । तब रमाओ र अत्यन्त खुसी होओ किनभने स्वर्गमा तिमीहरूको इनाम ठूलो हुनेछ ।" मतियोस ५:१०-१२

तपाईंको अभ्यासको निम्ति

५. तपाईंले ख्रीष्टको निम्ति दुःख भोग्नुपर्दा-

____ **क)** निराश र दिक्दारीको अनुभव गर्नुपर्दछ ।

____ **ख)** रिसाएर युद्ध गर्न तयारी गर्नुपर्दछ ।

____ **ग)** आनन्दको अनुभव गर्नुपर्दछ किनभने स्वर्गमा तपाईंको इनाम ठूलो हुनेछ ।

के तपाईँ शङ्काहरूको कारणले निराश हुनुभएको छ ?

जे ठीक छ सोही गर्दा तपाईलाई अप्ठ्यारो स्थिति परिआएको छ भने निराश नहुनुहोस् । नयाँ गरी जन्मेको व्यक्ति परमेश्वरको साँचो बालक हुन्छ तरै पनि कसरी हिँड्नुपर्छ सो उसले सिक्नुपर्दछ । एउटा नयाँ ख्रीष्टियानले भूल गरेपछि शैतानले उसमा यस्तो विचार दिएर उसलाई निराश पार्ने कोसिस गर्दछ- "अब हेर त, मैले कस्तो भूल गरेँ । म परमेश्वरको बालक होइन होला नत्र भने मैले यस्तो गर्ने नै थिइनँ ।"

कोहीकोही नयाँ ख्रीष्टियानहरू भ्रममा परेर शङ्का गरिहाल्छन् तिनीहरूले यस्तो पनि विचार गर्छन्- "म ख्रीष्टियान जीवन जिउन सक्तिन! मेरो निम्ति यो धेरै मुस्किल छ । म मेरो पुरानै जीवनमा फर्केर परमेश्वरको सेवा गर्ने कोसिस गर्छु । यतिमात्र नभएर ख्रीष्टियानहरूले बताउने ठूलो परिवर्तनको जीवन म आफैँमा देखिदन । मलाई उद्धारको कुनै आनन्द नै छैन । मलाई म आफू ख्रीष्टियान हुँ जस्तो पनि लाग्दैन ।"

के तपाईंले यस्ता किसिमका शङ्काहरूसँग संघर्ष गर्नुभएको छ ? तिनीहरू तपाईंलाई निराश गर्न र पतन गराउन कोसिस गर्ने शैतानबाट आउँछन् भन्ने कुरालाई याद गर्नुहोस् । उद्धार पाउँदा कोही मानिसहरूले अरूहरूले भन्दा बढी आनन्द प्राप्त गरेको अनुभव गर्दछन् । यसैले तपाईंमा कस्तो अनुभव हुन्छ त्यसमा चिन्तित नहुनुहोस्! परमेश्वरले तपाईंलाई आफ्नो बालक बनाउँदा के गर्नुभयो सो कुरा तपाईंले जति सिक्नुहुन्छ, त्यति आनन्द तपाईंले प्राप्त गर्न सक्नुहुन्छ । तपाईंले उहाँका आशिषहरूको निम्ति उहाँलाई धन्यवाद दिनुहुँदा तपाईंको आनन्द बढ्छ । तपाईंको उद्धार तपाईंले अनुभव गर्नुभएको वा नगर्नुभएको कुरामा आधारित

छैन। तर तपाईंले आफ्नो जीवन र आत्मा दिनुभएको परमेश्वरको विश्वासयोग्यतामा आधारित छ भन्ने कुरालाई याद गर्नुहोस्।

यदि तपाईं सङ्घर्ष गर्दागर्दै असफल हुनुभएको छ भने यसको अर्थ तपाईं हिँड्नलाई सिक्नै सक्नुहुन्न वा अब तपाईं परमेश्वरको बालक हुनुहुन्न भन्ने होइन। आफ्नो असफलताको निम्ति परमेश्वरको क्षमाको निम्ति बिन्ति गर्नुहोस्, तब उठेर फेरि हिँड्ने कोसिस गर्नुहोस्।

अब तपाईंमा परिवर्तन भएको हुनाले परमेश्वरलाई रिझाउने तपाईंको इच्छा र आफ्ना भूलहरूको निम्ति चिन्तित भएको कुरा तपाईंमा भएको नयाँ स्वभावको प्रमाण हो। यसैले तपाईं निराश नहुनुहोस्। कुनै केटाकेटीहरूलाई हिँड्न अरूहरूलाई भन्दा कठिन हुन्छ भनी सोच्नुहोस्।

तपाईंको अभ्यासको निम्ति

६. तपाईंलाई निराश एवं दिक्दारी लाग्दा तपाईंले यो कुराको याद गर्नुपर्दछ

____ **क)** साँचो ख्रीष्टियानहरू सधैं आनन्दित हुन्छन्।

____ **ख)** उद्धार पाएपछि सबै ख्रीष्टियानहरूले उत्ति नै आनन्द प्राप्त गर्दछन्।

____ **ग)** प्रभुको आशिषको निम्ति जति तपाईं धन्यवादी बन्नुहुन्छ, उति नै आनन्दको अनुभव तपाईंले गर्नुहुन्छ।

७. तपाईंको उद्धार यसमा आधारित छ-

____ **क)** परमेश्वरको विश्वासयोग्यतामा।

____ **ख)** तपाईंको भावना वा अनुभवमा।

____ **ग)** तपाईंको भलाइपनमा।

तपाईंका पिताले तपाईंलाई प्रेम गर्नुहुन्छ।

प्रेमी बाबुआमाले आफ्नो बालक लड्दा गाली गर्ने वा उसलाई चोटपटक लाग्दा वास्तै नगर्ने गर्छन् र ? यस्तो कदापि गर्दैनन्।

तिनीहरूले आफ्नो सानो बालकलाई उठाउँछन् र माया गर्छन् र त्यसपछि बालक नहिँडुञ्जेलसम्म उसलाई घरिघरि साहस र हौसला दिइरहन्छन् । के भर्खरै हिँड्न सुरू गरेको आफ्नो बालकलाई परमेश्वरले त्यसभन्दा घटी गर्नुहुन्छ जस्तो तपाईँलाई लाग्छ ? यो त असम्भव छ ! अहिले नै प्रार्थनामा उहाँलाई हेरेर उहाँलाई भन्नुहोस्- "मेरो हात समातेर मलाई हिँड्न सिकाउनुभएकोमा, पिता म तपाईँलाई धन्यवाद दिन्छु । म कमजोर छु तर मैले जे गर्नुपर्ने हो सो कुरा गर्न तपाईँले मलाई सहायता गर्नुहुन्छ भनी मलाई थाह छ ।"

परमेश्वरले पवित्र आत्माद्वारा र उहाँको वचन बाइबलद्वारा तपाईँको ख्रीष्टियान जीवनलाई अगुवाइ गर्नुहुन्छ भन्ने कुरा तपाईँलाई थाहै हुनुपर्छ । हरेक दिन बाइबल पढ्नुहोस् र प्रार्थना गर्नुहोस् । यसले तपाईँलाई आफ्ना शङ्काहरूबाट छुटकारा दिन र कुनै बाधाविना नै हिँड्न सहायता पुऱ्याउँछ ।

तपाईँको अभ्यासको निम्ति

८. यदि तपाईँमा बाधा आएर तपाईँले गर्नुनहुने कुरालाई गर्नुभयो भने तपाईँका स्वर्गीय पिताले तपाईँलाई के गर्नुहुन्छ जस्तो लाग्छ ?

____ **क)** रिसाएर तपाईँलाई उहाँको घरबाट बाहिर फाल्नुहुनेछ ।

____ **ख)** तपाईँलाई क्षमा दिएर अझै असल कामको निम्ति सहायता गर्नुहुनेछ ।

९. तपाईँले के गर्नुपर्छ भन्ने कुरा पवित्र आत्माले कसरी तपाईँलाई देखाउनु र अगुवाइ गर्नुहुनेछ ?

____ **क)** प्रत्येक दिन प्रार्थना र बाइबल पढाइले ।

____ **ख)** ताराहरूको सहायताद्वारा चिना हेर्नाले ।

____ **ग)** तपाईँका साथीहरूले भनेका सुन्नाले ।

तपाईँका शङ्काहरूलाई अहिले नै मिलाउनुहोस् ।

उद्धार पाउनका लागि परमेश्वरले भन्नुभएका सबै कुराहरू पूरा गरेको छु जस्तो तपाईँलाई लाग्ला । उद्धार पाउनको लागि मानिसले गर्नुपर्ने कुराको बारेमा खीष्टले स्पष्टसँग बताउनुभएको छ । तपाईँले आफ्नो भाग गर्नुभएको छ कि छैन अब सो हेरौँ । यदि तपाईँले अझै गर्न बाँकी छ भने त्यो काम अहिले नै पूरा गर्नु भई आफ्नो उद्धारको निश्चयता पाउन सक्नुहुन्छ ।

उद्धार पाउनको लागि तपाईँले दुईवटा कुरा गर्नुपर्दछ भनी परमेश्वरले आह्वान गर्नुभएको छ- "आफ्ना पापहरूबाट पश्चात्ताप गरी सुसमाचारमा विश्वास गर्नुहोस् ।"

तपाईँको अभ्यासको निम्ति

१०. उद्धार पाउनको लागि तपाईँले के गनुपर्छ भनी परमेश्वरले आह्वान गर्नुभएको छ ?

____ **क)** आफ्ना पापहरूबाट पश्चात्ताप गरी सुसमाचारमा विश्वास गर्नु ।

____ **ख)** धार्मिक विधि पूरा गरी मण्डलीमा सम्मिलित हुनु ।

____ **ग)** आफ्ना पाप क्षमाका लागि प्रशस्तै असल काम गर्नु ।

पश्चात्ताप गर

पश्चात्ताप गर्नु भनेको आफ्ना पापहरूको निम्ति दुःखी भएर तिनीहरूबाट फर्कनु हो ।

"पश्चात्ताप गर र सुसमाचारमा विश्वास गर ।" मर्कूस १:१५

परमेश्वरको आज्ञा भङ्ग गर्नुभएकोमा के तपाईंलाई दुःख लागेको छ, के तपाईंले आफ्नो जीवनमा पापबाट मुक्त हुने निश्चय गर्नुभएको छ वा कुनैकुनै पापमा तपाईं लागिरहन चाहनुहुन्छ कि ? के तपाईं आफ्नो बाटोलाई त्यागेर परमेश्वरलाई रिझाउने काम मात्र गर्न इच्छुक हुनुहुन्छ ?

तपाईंको अभ्यासको निम्ति

११. मर्कूस १:१५ मा भएको येशूका शब्दहरूलाई कण्ठ गर्नुहोस् ।

१२. पश्चात्ताप गर्नु भनेको के हो ?

____ **क)** आफ्ना पापहरूको निम्ति दुःखी हुनु र तिनीहरूबाट फर्कनु ।

____ **ख)** पूजाहारीको अगाडि आफ्ना सबै पापहरूको स्वीकार गर्नु ।

____ **ग)** क्षमा माग्नु र घरिघरि तिनै कामहरूलाई दोहोऱ्याइरहनु ।

कसैले तपाईंसँग खराब व्यवहार गरेको हुनाले के तपाईं क्षमा दिन चाहनुहुन्न ? घृणा र विरोध यस्ता डरलाग्दा पापहरू हुन् जसले धेरै व्यक्तिहरूलाई स्वर्गबाट बाहिर राख्छन् । परमेश्वर प्रेम हुनुहुन्छ र उहाँ घृणा र शङ्काले भरिएको हृदयमा वास गर्न सक्नुहुन्न । यदि कसैको विरूद्धमा तपाईंमा केही छ भने उसलाई अहिले नै क्षमा

दिनुहोस् । तपाईंसँग खराब व्यवहार गर्नेहरूलाई परमेश्‍वरले सहायता गर्नुभएको होस् भनी उहाँसँग बिन्ति गर्नुहोस् ।

> "तर तिमीहरूले मानिसहरूका अपराध क्षमा गरेनौ भने तिमीहरूका पिताले तिमीहरूका अपराध क्षमा गर्नुहुनेछैन ।" मतियोस ६:१५

हृदयबाटको पश्‍चात्तापमा अझै तपाईंको शङ्का छ भने अहिले नै आफ्ना सबै पापहरूबाट फर्की आफ्नो बाटोलाई त्यागेर परमेश्‍वरकहाँ आउन सक्नुहुन्छ र यसो गर्नुभयो भने अहिलेदेखि नै तपाईंको जीवनमा परमेश्‍वरले आफ्नो इच्छाअनुसार काम गर्न सक्नुहुन्छ ।

तपाईंको अभ्यासको निम्ति

१३. यदि कसैले तपाईंलाई गल्ती गरेको छ भने तपाईंले के गर्नुपर्छ ?

____ **क)** तपाईंले त्यसलाई कति घृणा गर्नुहुन्छ त्यसको बारेमा चूप रहनु ।

____ **ख)** अहिले नै त्यसलाई क्षमा दिनु ।

____ **ग)** ऊ कस्तो खराब छ भनी उसको बारेमा सबैलाई भन्नु ।

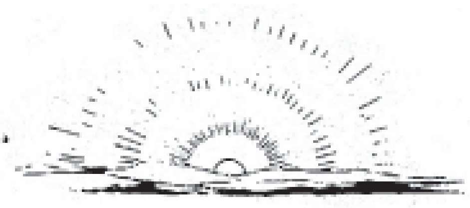
सुसमाचारमा र येशू ख्रीष्टमा विश्‍वास गर

सुसमाचार शब्दको अर्थ असल समाचार हो । यो येशू ख्रीष्टमा पाइने उद्धारको बारेमा भएको असल समाचार हो । तल दिइएको सुसमाचारका शिक्षाहरू बाइबलमा पाइन्छन् । तपाईंले विश्‍वास गर्नुहुने हरेकको पछाडि ठीक लेख्नुहोस् ।

- परमेश्वरले तपाईंलाई यति धेरै प्रेम गर्नुभयो कि तपाईंका पापहरूको दण्ड लिनलाई उहाँले आफ्नो पुत्र येशू खीष्टलाई पठाउनुभयो । ....
- येशू तपाईंका पापहरूका निम्ति मर्नुभयो । यदि तपाईंले उहाँलाई मुक्तिदाता र प्रभुको रूपमा ग्रहण गर्नुभयो भने उहाँले तपाईंलाई तिनीहरूबाट स्वतन्त्र पार्नुहुनेछ । ....
- येशू मृत्युबाट बौरी उठी स्वर्गमा फर्केर जानुभयो । उहाँले तपाईंको निम्ति प्रार्थना गरिरहनुभएको छ र तपाईंको निम्ति एक घर तयारी गर्दै हुनुहुन्छ । ....
- तपाईंले येशूलाई मुक्तिदाताको रूपमा ग्रहण गर्नुभएपछि तपाईं परमेश्वरमा बालक बन्नुहुनेछ र उहाँमा नयाँ जीवन पाउनुहुनेछ । ....
- येशू आफ्नैहरूका निम्ति फर्किआउनुहुनेछ र तिनीहरूलाई तिनीहरूको स्वर्गीय घरमा आफूसँगै लैजानुहुनेछ । ....

येशू खीष्टका बारेमा यी सबै कुराहरूमा के तपाईं विश्वास गर्नुहुन्छ ? ... के तपाईंले उहाँलाई आफ्ना मुक्तिदाताको रूपमा ग्रहण गर्नुभएको छ ? ... त्यसो हो भने ।

> तिनीहरूले भने-"प्रभु येशू खीष्टमा विश्वास गर्नुहोस् र तपाईंले उद्धार पाउनुहुनेछ ।" प्रेरित १६:३१
>
> परमेश्वरले हामीलाई अनन्त जीवन दिनुभयो, र यो जीवन उहाँका पुत्रमा छ । जससँग पुत्र हुनुहुन्छ, त्यससँग जीवन छ, जससँग परमेश्वरका पुत्र हुनुहुन्न, त्यससँग जीवन हुँदैन । १ योआनेस ५:११, १२



तपाईंको अभ्यासको निम्ति

१४. सुसमाचारको अर्थ के हो ?

____ **क)** ख्रीष्ट येशूमा भएको उद्धारको बारेमा असल खबर ।

____ **ख)** प्रचार ।

____ **ग)** मण्डलीको धार्मिक विधि ।

१५. प्रेरित १६:३१ र योआनेस ५:११, १२ कण्ठ गर्नुहोस् ।

येशूमा विश्वास गर्नु भनेको अर्थ उहाँमा भरोसा गर्नु हो । उहाँले तपाईंलाई बुझ्नुहुन्छ र प्रेम गर्नुहुन्छ । उहाँले तपाईंको निम्ति पितासँग प्रार्थना गर्नुहुन्छ । येशू ख्रीष्टलाई नै परमेश्वरले यो गर्नका लागि चुन्नुभयो ।

"किनकि परमेश्वर एउटै हुनुहुन्छ, परमेश्वर र मानिसहरूका बीचमा मध्यस्थ पनि एउटै हुनुहुन्छ- मानिस, ख्रीष्ट येशू ।"
१ तिमोथियस २:५
"अरू कसैमा मुक्ति छैन किनकि हामीले मुक्ति पाउनलाई स्वर्गमुनि मानिसहरूमा अर्को कुनै नाउँ दिइएको छैन ।" प्रेरित ४:१२

"बाटो मै हुँ" भनी येशूले भन्नुभयो । परमेश्वरमा पुग्ने अर्को कुनै बाटो छैन । तपाईं एकैपल्ट दुईवटा बाटोहरूमा हिँड्न सक्नुहुन्न । एकमात्र साँचो बाटो येशूलाई पछ्याउनको लागि तपाईंले सबै बाटो

त्यागी परमेश्वरतर्फ लैजाने बाटो मात्र पछ्याउनुपर्दछ । तपाईंले आफ्नो सबै विश्वास उहाँमा राख्नुपर्दछ ।

यदि तपाईंले साँच्चै नै पश्चात्ताप गर्नु भई परमेश्वरको प्रतिज्ञामा विश्वास गरेर ख्रीष्टलाई आफ्ना एक मात्र उद्धारकर्ताको रूपमा स्वीकार गरेर उहाँमा भरोसा गर्नुभएको छ भने तपाईंले उद्धार पाउनुभएको छ ।

तपाईंको अभ्यासको निम्ति

१६. बाइबलले हामीलाई के सिकाउँछ ?

____ **क)** येशू परमेश्वरमा पुग्ने एकमात्र बाटो हुनुहुन्छ ।

____ **ख)** परमेश्वरमा पुग्ने धेरै बाटाहरू छन् ।

येशू तपाईंका उद्धारकर्ता हुनुहुन्छ भन्ने कुरा के तपाईं निश्चित गर्न चाहनुहुन्छ ? के तपाईं आफ्नो जीवनलाई परमेश्वरमा फेरि अर्पण गरी उहाँसँग हिँडेको छु भन्ने कुराको निश्चित गर्न चाहनुहुन्छ ? यस प्रार्थनाका शब्दहरूमा उहाँलाई यसरी भन्नुहोस् :-

प्रार्थना

परमेश्वर, मेरो लागि भएको तपाईंको प्रेम र मेरो ठाउँमा मर्नको निम्ति आफ्ना पुत्र येशूलाई पठाउनुभएकोमा म तपाईंलाई धन्यवाद दिन्छु । म उहाँलाई मेरा मुक्तिदाता र प्रभु (मालिक) का रूपमा स्वीकार गर्दछु मेरा पापहरूको क्षमा दिएर मलाई तपाईंको बालकको रूपमा स्वीकार गर्नुभएकोमा म तपाईंलाई धन्यवाद चढाउँदछु । मलाई असल र आज्ञाकारी हुन र सबै कुरामा तपाईंलाई रिझाउन सहायता गर्नुहोस् । म आफैंलाई तपाईंकहाँ अर्पण गर्दछु । मेरो जीवनको बाँकी भागमा तपाईंसँग हिँड्न मलाई सहायता गर्नुहोस् । आमिन् ।

पाठ दुईका उत्तरहरू

१. (ग) परमेश्वरको हातसँग हात मिलाएर हिँड्ने ।

२. (ख) शैतानले तपाईंलाई पतन गराउने कोसिस गर्छ ।

३. (ग) तिनीहरूले पाएको उद्धारमा शङ्का गर्न लगाउँछ ।

५. (ग) आनन्दको अनुभव गर्नुपर्छ, किनभने स्वर्गमा तपाईंको इनाम ठूलो हुनेछ ।

६. (ग) प्रभुको आशिषको निम्ति जति तपाईं धन्यवादी बन्नुहुन्छ, उति नै आनन्दको अनुभव तपाईंले गर्नुहुन्छ ।

७. (क) परमेश्वरको विश्वासयोग्यतामा ।

८. (ख) तपाईंलाई क्षमा दिएर अझै असल कामको निम्ति सहायता गर्नुहुनेछ ।

९. (क) प्रत्येक दिन बाइबल पढाइ र प्रार्थनाले ।

१०. (क) आफ्ना पापहरूबाट पश्चात्ताप गरी सुसमाचारमा विश्वास गर्नु ।

१२. (क) आफ्ना पापहरूका निम्ति दुःखी हुनु र तिनीहरूबाट फर्कनु ।

१३. (ख) अहिले नै त्यसलाई क्षमा दिनु ।

१४. (क) येशू ख्रीष्टमा भएको उद्धारको बारेमा असल खबर ।

१६. (क) परमेश्वरमा पुग्ने एकमात्र बाटो येशू हुनुहुन्छ ।

पाठ ३

तपाईंका पिता तपाईंसँग कुरा गर्दै हुनुहुन्छ

यस पाठमा तपाईंले यी कुराहरूको अध्ययन गर्नुहुनेछ ...

परमेश्वर तपाईंसँग कुरा गर्न चाहनुहुन्छ।
परमेश्वर धेरै प्रकारसँग बोल्नुहुन्छ।
परमेश्वरको पुस्तक कसरी लेखियो ?
बाइबलको पद- साङ्लो वा सन्दर्भ ?
परमेश्वरको आवाजलाई कसरी सुन्ने ?

परमेश्वर तपाईंसँग कुरा गर्न चाहनुहुन्छ-

कुनचाहिँ बाबु होला जो आफ्ना केटाकेटीहरूसँग कुरा गर्दा आनन्दित हुँदैन ? उसका बालकहरू साना र बोल्नै नजान्ने भए पनि के ऊ आनन्दित हुँदैन र ? तपाईंका स्वर्गीय पिता पनि आफ्ना छोराछोरीहरूसँग कुरा गर्न मन पराउनुहुन्छ, उहाँले तिनीहरूलाई सिकाउनुहुन्छ र तिनीहरूका समस्याहरूमा तिनीहरूलाई सहायता गर्नुहुन्छ। के तपाईं उहाँको आवाजलाई सुन्न चाहनुहुन्छ ?

तपाईंको अभ्यासको निम्ति

१. परमेश्वर

____ **क)** आफ्ना सन्तानसँग कुरा गर्न चाहनुहुन्छ।

____ **ख)** पवित्र हुनुभएको हुनाले हामीसँग बोल्नुहुन्न।

____ **ग)** अहिले मानिसहरूसँग बोल्नुहुन्न।

परमेश्वर धेरै प्रकारसँग बोल्नुहुन्छ

> प्राचीन कालमा हाम्रा पिता-पुर्खाहरूसँग अगमवक्ताहरूद्वारा धेरै र विभिन्न किसिमले परमेश्वर बोल्नुभयो तर यी आखिरी दिनहरूमा उहाँ आना पुत्रद्वारा हामीसँग बोल्नुभएको छ। पुत्रलाई नै उहाँले सबै कुराको उत्तराधिकारी नियुक्त गर्नुभयो, उहाँद्वारा नै समस्त सृष्टि रच्नु पनि भयो। (हिब्रू १ : १, २)

यहाँ तपाईंसँग परमेश्वर बोल्नुहुने केही बाटाहरू छन् अर्थात् यी माध्यमहरूबाट परमेश्वर तपाईंसँग बोल्नुहुन्छ।

◆ सीधै तपाईंको हृदयमा

पवित्र आत्माले तपाईंमा खीष्टको उपस्थितिलाई वास्तविक तुल्याउनुहुन्छ। तपाईंले के गर्नुपर्छ र के गर्नु हुँदैन भनी उहाँ तपाईंको विवेकद्वारा पनि बोल्न सक्नुहुन्छ। उहाँले कुनै आत्मिक सत्यता स्पष्ट पार्नुहुन्छ वा परमेश्वरले तपाईंलाई केही गरेको चाहनुहुन्छ भनी तपाईंमा गहिरो प्रभावको धारणा हुन्छ। तपाईंले प्रार्थना गर्नु हुँदा "प्रभु, बोल्नुहोस्" भनी प्रार्थना गर्नुहोस् र आफ्नो हृदयमा उहाँको आवाज सुन्ने आशा गर्नुहोस्।

तपाईंको अभ्यासको निम्ति

२. परमेश्वरले कसरी सीधै तपाईंको हृदयमा बोल्नुहुन्छ ?
(दुईवटा उत्तरहरू छान्नुहोस्)

____ **क)** अरूले जस्तै तपाईंले पनि छुट्टै आवाज सुन्नुहुन्छ ।

____ **ख)** तपाईंलाई केही कुरा गर्ने ठूलो इच्छा हुन्छ ।

____ **ग)** यो सपना वा दर्शनद्वारा हुनुपर्छ ।

____ **घ)** आत्मिक सत्यता तपाईंको निम्ति तुरून्तै वास्तविक र स्पष्ट हुनसक्छ ।

◆ उहाँका आशिषहरूद्वारा

धेरै ख्रीष्टियानहरूले भन्छन् कि तिनीहरू नयाँ गरी जन्मेका हुनाले सबै संसार नै उनीहरूका लागि भिन्नै देखिन्छ । तपाईंले पनि आफ्नो वरिपरि हेर्नुभयो भने परमेश्वरका आशिषहरूको निम्ति अझै धेरै धन्यवादी बन्नुहुन्छ होला ! तपाईंले प्रकृतिको आश्चर्यपनमा उहाँको उपस्थितिको अनुभव गर्न सक्नुहुनेछ । सङ्गीत र कलाद्वारा तपाईंसँग उहाँ बोल्नुहुन्छ । तपाईंले अरू ख्रीष्टियानहरूसँगको न्यानो मित्रतामा उहाँलाई नजिक हुनुभएको अनुभव गर्न सक्नुहुन्छ । तपाईंको वरिपरि भएका हजारौं आशिषहरूले परमेश्वरको भलाइको बारेमा तपाईंलाई बताउँछन् । तपाईंका प्रार्थनाहरूका उत्तरमा तपाईंसँग उहाँ बोल्नुहुन्छ । विश्वासको आँखाले परमेश्वरको मुस्कानलाई देख्न सकिन्छ र तपाईंको आत्माको कानले "मेरो बालक, म तिमीलाई प्रेम गर्छु" भनी उहाँले भन्नुभएको आवाज सुन्न सक्नुहुन्छ ।

तपाईंको अभ्यासको निम्ति

३. कहिल्यै परमेश्वर तपाईंसँग बोल्नुभएको छ ?
   कहिले ? ....
४. परमेश्वरले तपाईंलाई प्रेम गर्नुहुन्छ भन्ने कुरा देखिने केही आशिषहरू लेख्नुहोस् । ....

ख **खीष्टियानहरूद्वारा**

कहिलेकाहीँ परिवारका जेठा छोराछोरीले कान्छालाई यसो भन्छन्- “होइन, होइन ! बाबालाई यो मन पर्दैन !” अथवा “हेर त, बाबालाई यस्तो पो चाहिन्छ !”

परमेश्वरले पनि आफ्ना छोराछोरीसँग प्रभुमा भएका पुराना दाजुभाइ तथा दिदीबहिनीहरूद्वारा बोल्नुहुन्छ । उहाँले हामीलाई अरू खीष्टियानहरूसँग बारम्बार भेटेको चाहनुहुन्छ र यसरी हामीलाई साहस दिन, अगुवाइ गर्न र सहायता दिनको लागि उहाँले उनीहरूलाई प्रयोग गर्नुहुन्छ ।

> खीष्टको श्रद्धामा एउटा अर्काको अधीनमा बस ।
> एफिसी ५:२१

तपाईंको अभ्यासको निम्ति

५. परमेश्वरले तपाईंलाई के गर्ने इच्छा गर्नुभएको छ सो बुझ्न कहिल्यै अन्य खीष्टियानहरूले सहायता गरेका छन् ? ....
६. तपाईं असल खीष्टियान हुनुपर्छ भनी कसैले तपाईंलाई उत्साह दिएको छ ? ....
   कसले ? ....

७. परमेश्वर आफ्ना सन्तानद्वारा पनि बोल्नुहुने भएको हुनाले उहाँलाई अहिले नै धन्यवाद चढाउनुहोस् । अरूहरूलाई उद्धार प्राप्त गर्नको निम्ति सहायता पुऱ्याउन र प्रभुलाई पछ्याउनुपर्छ भनी उत्साह दिन परमेश्वर तपाईंद्वारा बोल्नुहोस् भनी उहाँसँग बिन्ति गर्नुहोस् ।

◆ **आत्मिक वरदानहरू र सेवाहरूद्वारा**

पवित्र आत्माले मण्डली (चर्च) मा विभिन्न आत्मिक वरदानहरू राख्नु भएको छ । उहाँ यिनीहरूद्वारा हामीसँग बोल्नुहुन्छ । उहाँले पास्टरहरू, शिक्षकहरू, प्रचारकहरू र लेखकहरूद्वारा मण्डलीको निम्ति परमेश्वरको सन्देश दिनुहुन्छ । उहाँले परमेश्वरको बारेमा अरूहरूलाई बताउन प्रत्येक ख्रीष्टियानलाई प्रयोग गर्न चाहनुहुन्छ । मण्डली सङ्गतिमा जति सक्दो धेरै जानु तपाईंको निम्ति महत्त्वपूर्ण कुरा हो । हरेक समय जब तपाईं मण्डली जानुहुन्छ, तपाईंको स्वर्गीय पिताले तपाईंलाई के भन्न चाहनुहुन्छ, सो कुरा ध्यान दिएर सुन्नुहोस् ।

> "किनकि जहाँ दुई कि तीन जना मेरो नाउँमा भेला हुन्छन्, त्यहाँ म तिनीहरूका माझमा हुनेछु ।" मतियोस १८ : २०

तपाईंको अभ्यासको निम्ति

८. (दुईवटा उत्तरहरू छान्नुहोस्) कहिलेकाहीँ परमेश्वर मानिसहरूसँग केद्वारा बोल्नुहुन्छ ?

____ **क)** पास्टरहरू र प्रचारकहरूद्वारा ।

____ **ख)** आत्माको मन्त्रतन्त्रद्वारा ।

____ **ग)** बोक्सी विद्याद्वारा ।

____ **घ)** खीष्टियान लेखकहरूद्वारा लेखिएका पुस्तक-पुस्तिकाहरूद्वारा ।

९. तपाईं मण्डली (एकलेसिया) मा हुनुभएको बेलामा परमेश्वर बोल्नुभएको आसा के तपाईं गर्नुहुन्छ ?

१०. के यस पुस्तकद्वारा परमेश्वर तपाईंसँग बोल्नुभएको छ ?

११. प्रत्येक पाठमा बोल्नुहोस् भनी परमेश्वरसँग प्रार्थना गर्नुहोस् ।

◆ **भजनहरूद्वारा**

सुसमाचारका भजन वा कोरसका शब्दहरूद्वारा परमेश्वर तपाईंसँग प्राय: जसो बोल्नुहुन्छ । कतिपल्ट तपाईंलाई आवश्यक परेको खण्डमा ठीक त्यसै समयमा नै परमेश्वरले ती भजनका शब्दहरूलाई तपाईंको सम्भनामा ल्याउनुहुनेछ ।

"एउटाले अर्कोसँग भजन, गीत र आत्मिक गानमा बोल्दै र आफ्नो सम्पूर्ण हृदयले प्रभुको निम्ति गाउँदै र धुन निकाल्दै गाओ ।" (एफिसी ५:१९)

तपाईंको अभ्यासको निम्ति

१२. मण्डली (एकलेसिया) मा गाइएका भजन र कोरसहरूलाई छिट्टै सिक्न सकियोस् भनी प्रभुसँग प्रार्थना गर्नुहोस् । घरमा पनि आफूले सकेसम्म तिनीहरूलाई गाउनुहोस् ।

१३. गाइएको कुराहरूको बारेमा विचार गरिरहने बानी बसाल्नुहोस् । तपाईंले गाउनुभएका कुराको तथ्य बुभ्नुहोस् । भजनका शब्दहरूलाई आफ्नो जीवनमा प्रयोग गर्नको लागि सहायता गर्नुहोस् भनी प्रभुसँग बिन्ति गर्नुहोस् ।

◆ **बाइबलद्वारा**

परमेश्वर आफ्नो पुस्तक बाइबलद्वारा तपाईंसँग बोल्नुहुन्छ। यो उहाँको सन्देशलाई थाह गर्ने निश्चित बाटो हो। तपाईंको निम्ति परमेश्वरको इच्छा के हो ? भन्ने विषयमा पास्टरलाई सधैं थाह हुँदैन होला। ख्रीष्टमा भएका तपाईंका दाजुभाइ तथा दिदीबहिनीहरूले तपाईंलाई गल्ती सुझाव दिन सक्दछन्। सपनाहरू र कतिपय दर्शनहरू सधैं परमेश्वरबाट आउँदैनन्। तिनीहरू तपाईंले विचार गरिरहनुभएको कुरा वा तपाईंको मनको अचेत अवस्थाबाट आउन सक्छन्। कतिपल्ट तपाईंको आफ्नै अभिलाषाले गर्न लगाएको कामलाई पनि परमेश्वरले यस्तै गरेको चाहनुहुन्छ होला भन्ने भावना तपाईंमा आउन सक्छ। यस्तो हो भने तपाईं कसरी परमेश्वरको आवाजलाई चिन्न सक्नुहुन्छ ?

परमेश्वरलाई धन्यवाद होस् किनभने बाइबलमा तपाईंको निम्ति परमेश्वरको वचन लेखिएको छ। बाइबलमा परमेश्वरले भन्नुभएको कुराबाट तपाईंले अरू सबै कुराहरूको जाँच गर्नुपर्दछ। त्यही कारणले नै अहिले तपाईंले गर्नुभएझैं परमेश्वरको वचन अध्ययन गर्नु धेरै महत्त्वपूर्ण छ। यी आधारभूत अध्ययनहरूद्वारा तपाईंले बाइबललाई अझै राम्रासँग बुझ्नुहुनेछ। यसका शिक्षाहरूलाई तपाईंको जीवनमा कसरी उपयोग गर्न सकिन्छ, त्यसको बारेमा पनि तपाईंले सिक्नुहुनेछ।

> "मेरा आँखा खोलिदिनुहोस्, र म तपाईंको व्यवस्थाबाट उदेकका कुरा देख्न सकूँ। हे परमप्रभु, तपाईंको वचन सनातन र अनन्त छ। तपाईंका वचन मेरा गोडाका निम्ति बत्ती र मेरो बाटोको निम्ति उज्यालो हो। तपाईंको वचनको व्याख्याले ज्योति प्रदान गर्दछ। त्यसले सीधासाधा मानिसहरूलाई समझशक्ति दिन्छ। तपाईंका सम्पूर्ण वचनहरू सत्य छन् र तपाईंका सबै धार्मिक नियमहरू अनन्तका छन्। (भजनसङ्ग्रह ११९ : १८, ८९, १०५, १३०, १६०)

तपाईंको अभ्यासको निम्ति

१४. तपाईंको निम्ति भएको परमेश्वरको सन्देश थाह पाउने निश्चित बाटो कुन हो ?

___ **क)** परमेश्वरले बाइबलमा भन्नुभएका कुराहरू अध्ययन गर्ने ।

___ **ख)** तपाईंका साथीहरूको सल्लाह सुन्ने ।

___ **ग)** तपाईंले गर्नुपर्ने कुरालाई आफ्नो भावनाअनुसार चलाउने ।

परमेश्वरको पुस्तक कसरी लेखियो ?

प्राचीन युगदेखि नै परमेश्वरले आफ्नो सन्देश लेख्नलाई केही असल मानिसहरूलाई चुन्नुभयो । पवित्र आत्माले तिनीहरूलाई प्रेरणा दिएर के लेख्नुपर्ने हो, सो बताउनुभयो । १६०० वर्षको अवधिभित्रमा परमेश्वरले करिब चालीस जना मानिसहरूलाई धर्मशास्त्र बाइबलका ६६ वटा पुस्तकहरूमा आफ्नो सन्देश लेख्न लगाउनुभयो । यी पुस्तकहरूले एक-अर्कामा पूर्ण मिलाप राखेका छन् र यिनीहरूमा एउटै विषयवस्तुको विकास भएको हुनाले यो एउटै लेखकबाट आएको हो भन्ने हामीलाई थाह छ र त्यो लेखकचाहिँ परमेश्वर आफैँ हुनुहुन्छ ।

तपाईंको अभ्यासको निम्ति

१५. (दुईवटा छान्नुहोस्) बाइबल लेख्ने मानिसहरू
____ **क)** असल मानिसहरू थिए ।
____ **ख)** बाइबल लेख्नको निम्ति राजाद्वारा सहायता गरिएका थिए ।
____ **ग)** पवित्र आत्माद्वारा प्रेरित पनि भएका थिए ।
____ **घ)** ले धेरै भूलहरू गरे ।

धेरै वर्ष पहिले परमेश्वरले यी ६६ वटा पुस्तकहरूलाई एकैसाथ राखी एउटै पुस्तक पवित्र बाइबल बनाउने प्रेरणा आफ्ना सन्तानहरूलाई दिनुभयो । बाइबलको अर्थ परमेश्वरको पुस्तक हो । पहिला ३९ वटा पुस्तकहरू हाम्रा प्रभु येशूको जन्म हुनुभन्दा पहिल्यै लेखिएका थिए । तिनीहरूलाई पुरानो करार भनिन्छ । बाइबलको दोस्रो भागलाई नयाँ नियम भनिन्छ । यसमा येशू आउनुभएर परमेश्वर र मानिसको बीचमा नयाँ करार बनाउनुभएपछि लेखिएका २७ वटा पुस्तकहरू छन् । तिनीहरूले हामीलाई यो करारको बारेमा बताउँछन् ।

तपाईंको अभ्यासको निम्ति

१६. बाइबललाई मुख्य गरी दुई भागमा विभाजन गरिएको छ र ती के के हुन् ?
____ **क)** पुरानो करार र प्रकाश ।
____ **ख)** पुरानो करार र नयाँ करार ।
____ **ग)** व्यवस्था र भविष्यवक्ता ।

१७. बाइबलमा कतिवटा पुस्तकहरू छन् ?
____ **क)** पुरानो करारमा ३९ वटा र नयाँ करारमा २७ वटा ।
____ **ख)** पुरानो करारमा २९ वटा र नयाँ करारमा ३७ वटा ।

पुरानो करार पहिले हिब्रुमा र नयाँ नियम ग्रीक भाषामा लेखिएको थियो । परमेश्वरले आफ्नो पुस्तक सबै मानिसहरूका निम्ति हामीलाई दिनुभएको छ र प्रत्येक व्यक्तिले यसलाई पढेको उहाँ चाहनुहुन्छ । यसैले यस पुस्तकलाई धेरै भाषाहरूमा अनुवाद गर्न उहाँले आफ्ना छोराछोरीहरूलाई सहायता गर्नुभएको छ । अहिले १,३०० भन्दा बढी भाषाहरूमा बाइबल वा बाइबलका खण्डहरूलाई अनुवाद गरिएको छ ।

तपाईंको अभ्यासको निम्ति

१८. सुरूमा बाइबल कुन भाषामा लेखिएको थियो ?

____ **क)** हिब्रू र ल्याटिन ।

____ **ख)** स्प्यानीस र ग्रीक ।

____ **ग)** फ्रेञ्च र अङ्ग्रेजी ।

____ **घ)** हिब्रू र ग्रीक ।

१९. बाइबल

____ **क)** सबैका निम्ति एक पुस्तक हो ।

____ **ख)** शिक्षित व्यक्तिहरूको निम्ति मात्र हो ।

____ **ग)** प्रभुका सेवकहरूको निम्ति एक पुस्तक हो र अरूहरूको निम्ति होइन ।

कुनै भाषाहरूमा बाइबलका विभिन्न अनुवादहरू पनि छन् । तिनीहरूमध्ये कुनै प्रोटेस्टेन्ट र कुनै क्याथोलिक छन् तर तिनीहरू सबैले एउटै कुरा नै बताउँछन् । यसको अङ्ग्रेजी पाठमा भएका पुराना करारका पदहरूलाई किङ्ग जेम्स अनुवादबाट र नयाँ नियमका पदहरूलाई लोकप्रिय अनुवादबाट लिइएका छन् ।

तपाईंका अभ्यासका निम्ति

२०. अङ्ग्रेजी भाषाको यस पुस्तकमा भएको नयाँ करारका पदहरू कुन अनुवादबाट लिइएका हुन् ?

____ **क)** किङ्ग जेम्स अनुवाद ।
____ **ख)** रिभाइज स्ट्यान्डर्ड अनुवाद ।
____ **ग)** लोकप्रिय अनुवाद ।

बाइबलको पद– साङ्गलो वा सन्दर्भ

बाइबलको प्रत्येक पुस्तकलाई सङ्ख्या दिएर अध्यायहरूमा विभाजित गरिएको छ । अध्यायलाई अझै स-साना भागमा विभाजित गरिएको छ जसलाई पद भनिन्छ । पदहरूलाई पनि सङ्ख्या दिइएको छ र यसरी बाइबलमा हामीले खोजी राखेको कुरालाई कहाँ पाइन्छ भनी हामी लेख्न चाहन्छौं भने, पहिला हामीले पुस्तकको नाम लेख्नुपर्छ, त्यसपछि अध्यायको सङ्ख्या लेखी विसर्ग (:) दिनुपर्छ र त्यसपछि पद लेख्नुपर्छ । योआनेस ३ : १६ ले योआनेसको पुस्तक, तीन अध्याय, १६ पद भनी सम्बोधन गर्छ ।

दुईवटा पदहरूलाई बताउँदा वा क्रमैसँग नभएका पदहरू लेख्दा अल्पविराम (,) ले छुट्याउनुपर्दछ । योआनेस ३ : १६, १७, २० भनेको योआनेस तीन अध्यायको १६, १७ र २० पदहरू । यो बाइबलको पद-साङ्गलो हो ।

दुई पदहरूको बीचमा भएको धर्को (-) ले बीचमा भएका सबै पदहरू समावेश भएका छन् भन्ने बुझिन्छ । योआनेस ३:१६-२२ भनेको योआनेस तीन अध्यायको १६ पददेखि २२ पदसम्म भन्ने बुझिन्छ ।

दुईभन्दा बढी क्रमैसँग नभएका पदहरू छन् भने तिनीहरूलाई अल्पविराम (,) द्वारा छुट्याइन्छ। योआनेस ३ : १६, २२, २३ भनेको योआनेस तीन अध्यायको १६, २२ र २३ पदहरू हुन्।

जब तपाईं अर्कै अध्यायका पदहरूलाई सम्बोधन गर्नुहुन्छ, पदहरूलाई छुट्याउनको लागि तपाईंले अर्द्धविराम (!) को चिन्ह प्रयोग गर्नुहुन्छ। योआनेस ३ : १६ ! ६ : २४ भनेको योआनेस तीन अध्यायको १६ पद र योआनेस ६ अध्यायको २४ पद हो।

परमेश्वरको आवाज कसरी सुन्ने ?

रेडियोमा कुनै स्टेसनको कार्यक्रमलाई सुन्नुभन्दा पहिले तपाईंले रेडियोको डायललाई घुमाएर ठीक ठाउँमा पुऱ्याउनुपर्छ। कसरी तपाईंले आफ्नो आत्माको डायललाई परमेश्वरको आवाजमा मिलाउन सक्नुहुन्छ ? यसो गर्ने केही उपायहरू यहाँ छन्।

हरेक दिन बाइबल पढ्नुहोस्।

तपाईंले बाइबलमा पढ्नुभएका कुराहरूको बारेमा विचार गर्नुहोस्। वचनमा मनन गर्नुहोस्।

तपाईंले मनपराउनुभएका बाइबलका पदहरूलाई घरिघरि पढ्ने र कण्ठ गर्ने बानी बसाल्नुहोस्।

> "सम्पूर्ण पवित्रशास्त्र परमेश्वरको प्रेरणाबाट भएको हो र यो सिकाउनलाई, अर्ती दिनलाई, सच्याउनलाई, धार्मिकतामा तालिम दिनलाई लाभदायक हुन्छ ताकि परमेश्वरको जन हरेक सुकर्ममा पूर्णरूपले सुसज्जित भई सिद्ध भएको होस्। (२ तिमोथियस ३ : १६, १७)

यदि तपाईंले अहिले पहिलोपल्ट बाइबल पढ्न थाल्नुभएको हो भने नयाँ करारबाट सुरू गर्नुहोस् परमेश्वरले येशूको जीवन र उहाँका

शिक्षाद्वारा तपाईंसँग स्पष्ट रूपमा बोल्नुहुनेछ। तपाईंले पुरानो करार अध्ययन गर्नुभन्दा पहिल्यै प्रभुले हामीसँग बनाउनुभएको नयाँ करारको बारेमा अझै धेरै सिक्नुहुनेछ।

> "प्राचीन कालमा हाम्रा पितापुर्खाहरूसँग अगमवक्ताहरूद्वारा धेरै र विभिन्न किसिमले परमेश्वर बोल्नुभयो तर यी आखिरी दिनहरूमा उहाँ आफ्ना पुत्रद्वारा हामीसँग बोल्नुभएको छ। पुत्रलाई नै उहाँले सबै कुराका उत्तराधिकारी नियुक्त गर्नुभयो, उहाँद्वारा नै समस्त सृष्टि रच्नुभयो। (हिब्रू १ : १, २)

- परमेश्वरबाट सुन्ने आसा राखी निरन्तर मण्डली जानुहोस्।
- हरेक दिन प्रार्थना गर्नुहोस्। तपाईंसँग बोल्नुहोस् भनी परमेश्वरसँग बिन्ति गर्नुहोस्। तपाईंले प्रार्थना गर्नुहुँदा आफ्ना आँखाहरू पनि चिम्लन सक्नुहुन्छ। परमेश्वरसँग कुरा गर्नलाई मात्र सबै समय खर्च नगर्नुहोस्। तपाईंको हृदयमा बोल्नको निम्ति उहाँलाई शान्तसँग पर्खनुहोस्।
- सुसमाचार भजनहरूलाई गाउनुहोस् र तिनीहरूका शब्दहरूका बारेमा विचार गर्नुहोस्।
- तपाईंको वरिपरि परमेश्वरको भलाइ, शक्ति र प्रेमलाई हेर्न थाल्नुहोस्।
- ख्रीष्टियान पुस्तक-पुस्तिकाहरू पढ्नुहोस् र ख्रीष्टियान रेडियो कार्यक्रमलाई सकेसम्म सुन्नुहोस्।
- अरू ख्रीष्टियानहरूसँग परमेश्वर र उहाँको वचनको बारेमा कुराकानी गर्नुहोस्।
- परमेश्वरले जे गर भन्नुहुन्छ, त्यही गर्नुहोस्। तपाईं उहाँको अगुवाइ चाहनुहुन्छ भने उहाँलाई पछ्याउन तपाईं इच्छुक हुनुपर्छ भन्ने कुरा याद गर्नुहोस्।

- यस पुस्तकका पाठहरू र अन्य बाइबल अध्ययनहरूलाई विश्वासयोग्यतासाथ अध्ययन गर्नुहोस् र यी पाठहरूद्वारा बोल्नुहोस् भनी परमेश्वरसँग प्रार्थना गर्नुहोस् ।

तपाईंको अभ्यासको निम्ति

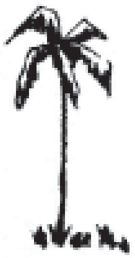
२१. परमेश्वरको आवाज सुन्नलाई तपाईंले गर्नुपर्ने सूचीलाई दाहोऱ्याउनुहोस् । तपाईंले गरिरहनुभएको कुराको अगाडि ठीक चिन्ह (✓) लगाउनुहोस् । तपाईंले गर्नु नै नभएका वा नियमित रूपमा नगरिएका कुराहरूको निम्ति प्रभुसँग प्रार्थना गर्नुहोस् । गर्नलाई सुरू गरिहाल्ने प्रत्येकको मुनि धर्को तान्नुहोस् ।

पाठ ३ का उत्तरहरू

१. (क) आफ्ना सन्तानसँग कुरा गर्न चाहनुहुन्छ ।
२. (ख) तपाईंलाई केही कुरा गर्ने इच्छा हुन्छ ।
(घ) आत्मिक सत्यता तपाईंको निम्ति तुरून्तै वास्तविक र स्पष्ट हुन सक्छ ।
८. (क) पास्टरहरू र प्रचारकहरूको प्रचारद्वारा ।
(घ) ख्रीष्टियान लेखकहरूद्वारा लेखिएका पुस्तक-पुस्तिकाहरूद्वारा ।
१४. (क) परमेश्वरले बाइबलमा भन्नुभएको कुरा अध्ययन गर्ने ।
१५. (क) असल मानिसहरू थिए ।
(ग) पवित्र आत्माद्वारा प्रेरित पनि भएका थिए ।
१६. (ख) पुरानो र नयाँ करार ।
१७. (क) पुरानो करारमा ३९ वटा र नयाँ करारमा २७ वटा छन् ।
१८. (घ) हिब्रू र ग्रीक ।
१९. (क) सबैका निम्ति एक पुस्तक हो ।
२०. (ग) लोकप्रिय अनुवाद ।

पाठ ४

के तपाईँ बढ्न चाहनुहुन्छ ?



यस पाठमा तपाईँले यी कुराहरूको अध्ययन गर्नुहुनेछ ...

हरेक दिन आफ्नो आत्मालाई खुवाउनुहोस् ।
प्रभुमा विश्राम (आराम) लिनुहोस् ।
रोगलाई त्याग्नुहोस्: सफा हुनुहोस् ।
रोगलाई त्याग्नुहोस्: विष नखानुहोस् ।
आत्मिक अभ्यास

अहिले तपाईँले गर्नुपर्ने कुरा आत्मिक रूपमा बढ्नु हो । तपाईँले यो कसरी गर्न सक्नुहुन्छ ? एउटा बालक शारीरिक रूपमा जसरी बढ्छ, त्यसरी :

- ठीक किसिमको खाना खानु ।
- आराम गर्नु ।
- रोगबाट बच्नु ।
- अभ्यास गर्नु वा कसरत गर्नु ।

परमेश्वरले तपाईंलाई नयाँ जीवन दिनुभएको छ, अब तपाईंको जिम्मेवारीचाहिँ यसलाई बढाउनु हो । आफ्नो आत्मालाई खुवाउनुहोस् । उहाँका प्रतिज्ञाहरूमा आराम लिनुहोस्, खराब प्रभावबाट बच्न आफूले सक्दो सबै गर्नुहोस् र परमेश्वरको वचनमा तपाईंले पाउनुहुने आत्मिक कसरत गर्नुहोस् । तपाईंले यी चार कुराहरू गर्नुभयो भने तपाई आत्मिक रूपमा बढ्नु हुनेछ र परमेश्वरले आफ्ना सन्तानलाई दिनु हुने अझै प्रशस्तताको जीवनमा तपाईं आनन्दित हुनुहुनेछ ।

तपाईंको अभ्यासको निम्ति

१. (कुनै चारवटा छान्नुहोस्) आत्मिक रूपमा बढ्नलाई तपाईंले-

____ **क)** आफ्नो आत्मालाई शुद्ध राख्नुपर्छ ।

____ **ख)** आत्मिक कसरत गर्नुपर्छ ।

____ **ग)** रेडियो नाटक सुन्नुपर्छ ।

____ **घ)** प्रभुमा आराम गर्नुपर्छ ।

____ **ङ)** तपाईंको आत्मालाई खुवाउनुपर्छ ।

____ **च)** गाह्रो काम गर्नुहुँदैन ।

____ **छ)** धार्मिक विधि गर्नुपर्छ ।

हरेक दिन आफ्नो आत्मालाई खुवाउनुहोस् ।

परमेश्वरसँगको कुराकानीबाट तपाईंको आत्मा खुवाइन्छ । परमेश्वर आफ्नो वचनद्वारा तपाईंसँग बोल्नुहुन्छ र तपाईं प्रार्थनामा उहाँसँग बोल्नुहुन्छ ।

> तर येशूले जवाफ दिनुभयो- "लेखिएको छ, मानिस रोटीले मात्र होइन तर परमेश्वरको मुखबाट निस्केको हरेक वचनले जीवित रहँदछ ।" मतियोस ४:४

> "नयाँ जन्मेको बालकहरूजस्तै शुद्ध आत्मिक दुधको तृष्णा गर र त्यसबाट तिमीहरू आफ्नो मुक्तिमा बढ्दै जान सक्नेछौ ।
> १ पत्रुस २:२

परमेश्वरको वचन बाइबल तपाईंले घरिघरि पिउनुपर्ने आत्मिक दुध हो ।

बाइबललाई बुझ्न के तपाईंलाई अप्ठ्यारो परेको छ ? प्रत्येक दिन यसलाई पढ्न सुरू गर्नुभन्दा पहिले तपाईंको निम्ति यसलाई स्पष्ट बनाउनुहोस् भनी प्रभुसँग प्रार्थना गर्नुहोस् । यसको बारेमा तपाईंसँग केही प्रश्नहरू छन् भने पाका खीष्टियानहरू वा तपाईंका पास्टरसाग सोध्नुहोस् ।

बालसङ्गति, मण्डली सेवा र योजस्तै विशेष पाठहरूको अध्ययन गर्ने मौकालाई नचुकाउनुहोस् । तपाईंले आफ्नो आत्मालाई असल सुसमाचार पत्रिकाहरूद्वारा पनि खुवाउन सक्नुहुन्छ ।

के तपाईं छिटो-छिटो प्रभुमा बढ्न चाहनुहुन्छ ? प्रशस्तै खानुहोस् । तपाईंले प्रत्येक दिन नयाँ करारबाट कमसेकम एक अध्याय पढ्नैपर्छ । बाइबलको यस भागले हामीलाई हाम्रा प्रभु येशू खीष्टको बारेमा बताउँदछ र हामीले कसरी जिउनुपर्छ त्यसको बारेमा सिकाउँछ । तपाईंले मन पराउनुभएका यस्ता पदहरूलाई सिक्नु असल कुरो हो । यसरी नै तपाईंले परमेश्वरको वचनको निम्ति भोक जगाउनुहुन्छ ।

> "तपाईंका वचनहरू मेरो जिब्रोमा अति स्वादिष्ट छन्, महभन्दा पनि मेरो मुखमा ती बढी मीठा छन् । आहा ! तपाईंको व्यवस्थालाई म कति प्रेम गर्दछु ! (भजनसङ्ग्रह ११९ : ९७, १०३)

तपाईंको अभ्यासको निम्ति

२. (कुनै दुईवटा छान्नुहोस्) आत्मिक रूपमा बढ्नको लागि तपाईंले आफ्नो आत्मालाई के खुवाउनुपर्छ ?

____ **क)** धर्ममाथिको वादविवाद ।

____ **ख)** बाइबल पढाइ र प्रार्थना ।

____ **ग)** मासु र भात ।

____ **घ)** सुसमाचार पत्रपत्रिकाको पढाइ ।

३. के तपाईंले यो प्रतिज्ञामा सही गर्नुहुन्छ ? प्रभु, तपाईंको सहयोगद्वारा मेरो जीवनको हरेक दिन म तपाईंका केही वचन पढ्ने कोसिस गर्छु । यदि मैले वचन पढ्न सकिन भने पनि यसको खण्डलाई म सम्झना गर्नेछु वा यो कसैलाई पढिदिनुहोस् भनी बिन्ति गर्छु । तपाईंको वचनले मेरो आत्मालाई म खुवाउनेछु ।

सही : ....

मिति : ....

प्रभुमा विश्राम (आराम) लिनुहोस्-

प्रभुले तपाईंलाई गर्न चाहनुभएको काम गर्न के तपाईंलाई कमजोरीपनको महसुस हुन्छ ? तपाईं आफैं असल हुने प्रयासद्वारा वा तपाईंले गर्नुभएको कुनै पनि असल कामद्वारा स्वर्गमा जान सक्नुहुन्न ? तपाईं स्वर्गतिरको बाटोमा हुनुहुन्छ किनभने तपाईं परमेश्वरको बालक हुनुभएको छ र तपाईंका स्वर्गीय पिताले तपाईंलाई अगुवाइ गरिरहनुभएको छ । उहाँले तपाईंको हेरविचार गर्नुहुन्छ । तपाईंको विश्वासलाई उहाँका प्रतिज्ञाहरूमा रहन दिनुहोस् ।

के प्रभुसँग तपाईंको पहिलो कदम नै भताभुङ्ग भएको छ ? के तपाईं अन्योलमा परी पतीत भएर कोसिस गर्नु व्यर्थ छ भन्ने स्थितिमा

पुग्नुभएको छ ? साहस गर्नुहोस् किनभने यस नयाँ जीवन दिनुहुने तपाईंका पिताले तपाईंको हात समात्नुभएको छ र तपाईंलाई फेरि उचाल्न चाहनुहुन्छ । उहाँको उपस्थितिमा आराम गर्नुहोस् । हरेक दिन प्रार्थनाद्वारा आफैंलाई परमेश्वरकहाँ अर्पण गर्नुहोस् । आफ्ना भूलहरूलाई स्वीकार गर्दै हरेक परीक्षमाथि विजयी हुनको लागि चाहिने बलको निमित उहाँसँग प्रार्थनामा माग्नुहोस् ।

> "तर जोजति परमप्रभुमा भरोसा राख्दछन्, तिनीहरूले नयाँ सामर्थ्य पाउनेछन्, तिनीहरू चीलझैं उँभो-उँभो उड्नेछन्, र दौडेर कहिल्यै पनि थाक्नेछैनन् र हिँडेर पनि क्लान्त हुनेछैनन् । यशैया ४०:३१

के जीवनको कुनैकुनै समस्याले तपाईंलाई विचलित गराउँछ ? के तपाईं डराउनुभएको छ ? तपाईंले आफ्नो बलभन्दा बढी काम गर्नुभयो भने के तपाईंलाई निराश लाग्छ ? तपाईंलाई प्रभुमा आराम गर्नु खाँचो छ जसद्वारा तपाईंको चिन्ता, निराशा र डरले तपाईंको आत्मिक वृद्धिलाई बाधा दिन सक्तैन ।

यो आराम कसरी पाउन सकिन्छ, के तपाईंलाई थाह छ ? विश्वास गर्नुहोस् । परमेश्वरले प्रतिज्ञा गर्नुभएको कुरामा विश्वास गर्नुहोस् र तपाईंका आफ्ना समस्याहरूलाई हेर्नुको सट्टा उहाँलाई हेर्नुहोस् । यो नै विश्वास हो ।

> येशूले भन्नुभयो- "हे सबै परिश्रमी र बोझले दबिएका हो ! म कहाँ आओ, म तिमीहरूलाई विश्राम दिनेछु ।" (मतियोस ११ : २८)
> "यसकारण के खाउँला ? कि के पिऔंला ? कि के पहिरौंला ? भनी फिक्री नगर किनकि अन्यजातिहरूले मात्र यी सबथोक

> खोज्छन् । तिमीहरूका स्वर्गका पिताले तिमीहरूलाई यी सबै कुराको खाँचो छ भनी जान्नुहुन्छ तर पहिले उहाँको राज्य र उहाँका धार्मिकताको खोजी गर र यी सबैथोक तिमीलाई थपिइनेछ ।" (मतियोस ६ : ३१ - ३३)

हरेक दिन बाइबल पढ्नमा र प्रार्थना गर्नमा समय दिनाले तपाईं परमेश्वरमा भएको आरामको ठाउँमा पुग्नुहुनेछ । तपाईंले प्रार्थना गर्नुहुँदा हरेक समस्यालाई प्रभुको हातमा राखिदिनुहोस् र त्यहीँ नै छोडिदिनुहोस् र उहाँले जे गर्नुहुन्छ सो उत्तम नै गर्नुहुन्छ भनी विश्वास गर्नुहोस् ।

तपाईंको अभ्यासको निम्ति

४. यशैया ४० : ३१ कण्ठ गर्नुहोस् ।
५. मतियोस ११ : २५, २८ र मतियोस ६ : ११ - ३३ लाई तीनपल्ट पढ्नुहोस् ।
६. उहाँमा आराम गर्न र फिक्री नगर्नलाई सहायता गर्नुहोस् भनी परमेश्वरसँग बिन्ति गर्नुहोस् ।

रोगलाई त्याग्नुहोस् : सफा हुनुहोस् -

जसरी एउटी आमाले आफ्ना छोराछोरीहरूलाई बिरामी पार्ने कुराहरूबाट सफा र सुरक्षित राख्छिन्, त्यसैगरी प्रभुले पनि तपाईंको आत्मालाई बिरामी पार्ने कुराहरूबाट तपाईंलाई अलग राख्नुहुन्छ । उहाँले तपाईंको उद्धार गर्नुहुँदा तपाईंका पापहरूलाई पनि धुनुभयो र तपाईंलाई सफा हृदय पनि दिनुभयो । यदि तपाईं आत्मिक रूपमा स्वस्थ भइरहेकै चाहनुहुन्छ भने तपाईंको हृदयलाई यही स्थितिमा राख्नु अति महत्त्वपूर्ण छ ।

प्रभु तपाईंसँग हिँड्नुभएर तपाईंको अगुवा हुनुभएको होस् । घिनलाग्दो मनोरञ्जन र व्यभिचारी जीवनको ठाउँमा नजानुहोस् । तपाईंका विचारहरू बोलीहरू र कामहरूमा सफा हुनुहोस् ।

तपाईंको अभ्यासको निम्ति

७. (कुनै दुईवटा छान्नुहोस्) खीष्टियानहरूले घिनलाग्दो मनोरञ्जन र व्यभिचारी व्यवहारलाई त्याग्छन् किनभने

____ **क)** तिनीहरूले आनन्द मनाएको परमेश्वर चाहनुहुन्न ।

____ **ख)** तिनीहरू आत्मिक रूपमा स्वस्थ हुनको निम्ति आफ्ना आत्माहरूलाई सफा राख्न चाहन्छन् ।

____ **ग)** परमेश्वरले तिनीहरूलाई फोहोर बोली, फोहोर विचार र फोहोर कामबाट सफा राख्न चाहनुहुन्छ ।

"धन्य शुद्ध हृदय हुनेहरू किनभने तिनीहरूले परमेश्वरलाई देख्नेछन् ।" (मतियोस ५:८)

यदि तपाईंले अशुद्ध विचारहरूमा आफ्नो मनलाई बस्न दिनुभयो भने तिनीहरूले तपाईंको आत्मालाई सडाउँछन्, तपाईंको इच्छालाई कमजोरी तुल्याउँछन् र तपाईंलाई पापमा पतन गराउँछन् ।

तपाईंले आफ्ना विचारहरूलाई कसरी अधीन गर्न सक्नुहुन्छ ? बाइबललाई पढ्नुहोस् र यसले के भन्छ ? यसको बारेमा विचार गर्नुहोस् । खराब विचारहरू बन्द गर्नलाई सहायता गर्नुहोस् भनी प्रभुसँग बिन्ति गर्नुहोस् । तपाईं यसरी प्रार्थना गर्न सक्नुहुन्छ: "हामीलाई परीक्षामा पर्न नदिनुहोस् तर दुष्टबाट छुटाउनुहोस् ।" यद्यपि तपाईंको जिम्मेवारी त्यहीँ नै सकिँदैन । यदि तपाईं पाप गर्न चाहनुहुन्न भने तपाईंले परीक्षासँग खेल्नु पनि हुँदैन ।

यदि तपाईं आफूमा शुद्ध विचारहरू भएको चाहनुहुन्छ भने फोहर पुस्तकहरू नपढ्नुहोस्, लाजमर्दा तस्वीरहरू नहेर्नुहोस् वा फोहर कथाहरू नसुन्नुहोस् ।

> "हे परमप्रभु, मेरो चट्टान र मेरा उद्धारक, मेरो मुखका शब्द र मेरो हृदयको ध्यान तपाईंको नजरमा ग्रहणयोग्य होऊन् ।" (भजनसङ्ग्रह १९:१४)

तपाईंको अभ्यासको निम्ति

८. के एउटा व्यक्तिले आफ्ना विचारहरूको अधीन गर्न सकदछ ?

____ **क)** हो, प्रभुको सहायताद्वारा ।

____ **ख)** होइन, आफ्नो मनमा जेजे आउँछ उसले जहिले पनि त्यसको बारेमा विचार गर्छ ।

____ **क)** जसले पनि आफ्नो विचारहरूलाई अधीन गर्न सक्छ ।

९. के तपाईंले कहिल्यै खराब विचारहरूसँग युद्ध गर्नुपरेको छ ?

१०. भजनसङ्ग्रह १९:१४ कण्ठ गर्नुहोस् र यसलाई आफ्नो प्रार्थना बनाउनुहोस् । यसलाई तपाईंको आफ्नो दैनिक प्रार्थनामा दोहोऱ्याउनु एक असल कुरा हो ।

प्रभुलाई आधा हृदयले सेवा गर्नुभन्दा तपाईंको सम्पूर्णता उहाँलाई दिन सजिलो हुन्छ । पापसँग नखेल्नुहोस् । तपाईंलाई आत्मिक रूपमा बिरामी पार्ने जुनसुकै कुरा तपाईंको जीवनमा भए पनि त्यसबाट मुक्त हुनुहोस् ।

> "तर उहाँ ज्योतिमा हुनुभएझैं यदि हामी पनि ज्योतिमा हिँड्छौं भने एउटा अर्कासित हाम्रो सङ्गति हुन्छ र उहाँका पुत्र येशूको रगतले हामीलाई सबै पापबाट शुद्ध पार्छ। यदि हामीले आफ्ना पापहरू स्वीकार गऱ्यौं भने उहाँले हाम्रा पाप क्षमा गर्नुहुन्छ र सबै अधर्मबाट हामीलाई शुद्ध पार्नुहुन्छ किनकि उहाँ विश्वासयोग्य र धर्मी हुनुहुन्छ।" १ योआनेस १:७, ९

येशूको रगतले हाम्रो पापपूर्ण काम र हाम्रा पापपूर्ण विचारहरूबाट हामीलाई धोएर शुद्ध पार्दछ।

रोगलाई त्याग्नुहोस्: विष नखानुहोस्

कुनैकुनै स्वभाव वा भावनाहरू आत्मा र शरीर दुवैको निम्ति मृत्युमा पुऱ्याउने विष हुन्। रिस, फिक्री, डाह, घृणा, शङ्का, डर, विरोध र चञ्चलपनले कुफत, पेटको बिरामीपन, हृदयको समस्या र यस्तै अरू रोगहरू ल्याउन सक्छन्। तिनीहरूले हाम्रो आत्मिक जीवनमा पनि बाधा ल्याउँछन् र सबै किसिमका समस्याहरू थपिदिन्छन्। घमण्ड, स्वार्थीपन, अविश्वास र कठोरपना पनि आत्मिक विष हुन्। तिनीहरूले खीष्टियानहरूका आनन्दलाई हरेर लैजान्छन् र तिनीहरूका आत्मालाई

कमजोरी, रोगी र निराश अवस्थामा छोडिदिन्छन् । दिनहुँको जीवनमा यो विष लिनबाट बचाउनुहोस् भनी प्रभुसँग हरेक बिहान प्रार्थना गर्नुहोस् ।

यदि तपाईंले कहिल्यै कमजोरीपन वा आत्मिक रोगको अनुभव गर्नुभयो भने येशू महान् डाक्टर हुनुहुन्छ भनी याद गर्नुहोस् । विश्वाससाथ प्रार्थनामा उहाँकहाँ जानुहोस् र उहाँले तपाईंलाई आत्मिक, मानसिक र शारीरिक स्वस्थता दिनुहुन्छ ।

तपाईंको अभ्यासको निम्ति

११. (कुनै दुईवटा छान्नुहोस्) घृणा, विरोध र फिक्री-
(क) ले रोग ल्याउन सक्छ ।
(ख) एक व्यक्तिको हृदयबाट बाहिर निकाल्न सकिँदैन ।
(ग) आत्मा र शरीर दुवैको निम्ति विष हुन् ।
(घ) तपाईंको निम्ति असल छन् ।

आत्मिक कसरत वा अभ्यास

कसरतद्वारा शरीर बलियो पारिन्छ र परमेश्वरको निम्ति काम गर्नाले आत्मा बलियो हुन्छ । तपाईंले नयाँ जीवन पाउनुभएको पहिलो दिनदेखि नै परमेश्वरको महान् उद्धारको निम्ति धन्यवादी हुनको लागि तपाईंले गर्न सक्ने धेरै कुराहरू छन् । तपाईं आत्मिक रूपमा बढ्दै

उहाँको वचन सिक्दै जानुहुँदा परमेश्वरले उहाँको जिम्मेवारीहरू दिनुहुनेछ ।

यिनीहरूमध्ये केही आत्मिक कसरतहरू यिनै हुन् : अरूहरूलाई येशूको बारेमा बताउनु, तिनीहरूको निम्ति प्रार्थना गर्नु र तिनीहरूलाई मण्डलीमा निमन्त्रणा गर्नु । मण्डलीमा आफ्नो स्थान लिएर पापको विरूद्धमा युद्ध गर्नाले पनि तपाईंलाई आत्मिक वृद्धिमा सहायता पुग्दछ ।

तपाईंको अभ्यासको निम्ति

१२. (कुनै दुईवटा छान्नुहोस्) आत्मिक कसरतमा केके कुरा समावेश गरिएको हुन्छ ?

____ **क)** अरूहरूलाई येशूको बारेमा बताउनु ।

____ **ख)** सुसमाचारको गिल्ला गर्नेहरूसँग बहस गर्नु ।

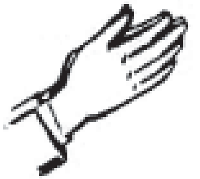
____ **ग)** अरूहरूलाई मण्डली सेवामा निमन्त्रणा गर्नु ।

____ **घ)** १०० मिटर दौड्नु ।

पाठ ४ का उत्तरहरू

१. क) आफ्नो आत्मालाई शुद्ध राख्नुपर्छ।
   ख) आत्मिक कसरत गर्नुपर्दछ।
   घ) प्रभुमा आराम गर्नुपर्दछ।
   ङ) तपाईंको आत्मालाई खुवाउनुपर्दछ।
२. ख) बाइबल पढाइ र प्रार्थना।
   घ) सुसमाचारीय पत्रपत्रिकाको पढाइ।
७. ख) तिनीहरू आत्मिक रूपमा स्वस्थ हुनको निम्ति आफ्ना आत्माहरूलाई सफा राख्न चाहन्छन्।
   ग) परमेश्वरले तिनीहरूलाई फोहर बोली, फोहर विचार र फोहर कामबाट सफा राख्न चाहनुहुन्छ।
८. क) हो, प्रभुको सहायताद्वारा।
११. क) ले रोग ल्याउन सक्छन्।
   ग) आत्मा र शरीर दुवैको निम्ति विष हुन्।
१२. क) अरूहरूलाई येशूको बारेमा बताउनु।
   ग) अरूहरूलाई मण्डली सेवामा निमन्त्रणा गर्नु।

पाठ ५

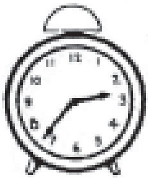


नयाँ जीवन
नयाँ क्रियाकलापहरू

यस पाठमा तपाईंले यी कुराहरूको अध्ययन गर्नुहुनेछ ...

तपाईंले आफ्नो समय कसरी बिताउनुहुन्छ ?
तपाईंका इच्छाहरू कहिले बदली हुन्छन् ?
तपाईंका नयाँ इच्छाहरू
मण्डलीमा हाजिर
बाइबल पढाइ
प्रार्थनाः कहिले प्रार्थना गर्नुपर्छ ?
प्रार्थनाः कसरी प्रार्थना गर्नुपर्छ ?
गवाही (साक्षी)
प्रभुमा गाउनु
सुसमाचार प्रचार गर्नु
दिनु
तपाईंले जसरी सक्नुहुन्छ त्यसरी सहायता गर्नु
मण्डली सङ्गठनमा भाग लिनु
धेरै क्रियाकलापहरू

तपाईंले आफ्नो समय कसरी बिताउनुहुन्छ ?



निश्चयनै तपाईंले प्रत्येक दिन काम गर्न, खान र सुत्नको लागि केही घन्टा बिताउनुहुन्छ तर अरू बाँकी समयचाहिँ तपाईंले कसरी बिताउनुहुन्छ ? एक व्यक्तिले आफ्नो फुर्सदको समयमा गर्ने काम ऊ र उसको परिवारले सबैभन्दा बढी मन पराउने कुरामा भर पर्दछ। कोहीकोहीले सधैं काम गर्दछन् र अरूहरू सधैं खेल्दछन्। कोही मण्डली गएर यसको काममा भाग लिन्छन् र अरूहरूलाई यसो गर्ने समय पनि हुँदैन।

तपाईंले गर्न चाहनुहुने सबै काम गर्न तपाईंलाई समय पुग्दैन होला तर तपाईंलाई सबैभन्दा बढी चाख लाग्ने काम जसरी भए पनि तपाईं गर्नुहुन्छ।

तपाईंको अभ्यासको निम्ति

१. तपाईंको फुर्सदको समयका क्रियाकलापहरू केबाट निर्धारण गरिन्छ ?

____ **क)** तपाईंका मुख्य इच्छाहरू।

____ **ख)** अरूहरूले भनेको कुरा।

____ **ग)** वंशानुगत।

तपाईंका इच्छाहरू कहिले बदली हुन्छन् ?

तपाईं बालक हुनुभएको बेलामा तपाईंलाई मनपर्ने खेललाई अहिले तपाईं खेल्नुहुन्न किनभने तपाईंलाई चाख लाग्ने कुरा गर्नमा तपाईं व्यस्त

हुनुहुन्छ । जसरी तपाईंका इच्छाहरू बदलिन्छन्, त्यसरी नै तपाईंका क्रियाकलापहरू पनि बदलिन्छन् ।

तपाईंको आत्मा र शरीरलाई नोक्सानी गर्ने "मज्जाको समयमा" तपाईं इच्छुक नभएको देख्दा तपाईंका पुराना साथीहरू दङ्ग पर्दछन् होला । तपाईं गहिरो आनन्द, योग्य र तृप्त तुल्याउने जीवनमा प्रवेश भइसक्नभएको छ भन्ने कुरा तिनीहरूले बुझ्न सक्दैनन् ।

ती कुराहरूले तृप्त पार्न सक्तैनन् भनी जानी-जानी के तपाईं तिनै कुराहरूमा फर्केर जान चाहनुहुन्छ ? फोहरमैला फाल्ने ठाउँबाट आधा पाकेको गँगटो टिपेर खाने मानिसलाई सोध्नुहोस्, यदि उसलाई धनी साथीको घरमा दिनहुँ खान बोलाइयो भने ऊ के फेरि त्यही फोहरमैला राख्ने ठाउँमा फर्केर जान्छ कि !

तपाईंको अभ्यासको निम्ति

२. तपाईंले येशू ख्रीष्टलाई आफ्ना मुक्तिदाताका रूपमा ग्रहण गर्नुभएदेखि के तपाईंका इच्छाहरू बदली भएका छन् ?
३. के तपाईंका क्रियाकलापहरू बदली भएका छन् ?

तपाईंका नयाँ इच्छाहरू

परमेश्वरको बालकको रूपमा तपाईंका इच्छाहरू नयाँ छन् । यिनीहरूले तपाईंलाई सामुहिक क्रियाकलाप र व्यक्तिगत जिम्मेवारीतर्फ डोऱ्याउँछन् । काम गर्नु, खानु, सुत्नु र घरको हेरविचार गर्नुजस्ता पहिलेदेखि नै गरेर आउनुभएका कामहरूलाई अझै पनि तपाईंले गर्नुहुन्छ तर तपाईंको साँचो जीवन तपाईंका नयाँ इच्छा वरिपरि केन्द्रित हुन्छ ।

यसको साथसाथै जब तपाईंले कसैलाई प्रेम गर्नुहुन्छ भने तपाईं ऊसित भएर उसलाई खुसी पार्न चाहनुहुन्छ । अब तपाईंले परमेश्वरलाई

प्रेम गर्नुभएको छ । यसैले तपाईं उहाँसँग बिताएर तपाईंले गर्नुहुने सबै काममा उहाँलाई खुसी पार्न चाहनुहुन्छ ।

तपाईंको अभ्यासका निम्ति

४. परमेश्वरको बालकको सबैभन्दा मुख्य इच्छा के हुनुपर्छ ?

____ **क)** पैसा कमाउने कोसिस गर्नु ।

____ **ख)** आफैंले मोजमज्जा गर्नु ।

____ **ग)** आफ्ना स्वर्गीय पितासँग समय बिताएर उहाँलाई खुसी पार्ने कामहरू गर्नु ।

हामी हाम्रा पिताको राज्यमा बहुतै इच्छुक छौं जसलाई उहाँले यस पृथ्वीमा स्थापित गर्न तयारी गर्दै हुनुहुन्छ । उहाँसँग हामी हरेकले गर्नुपर्ने काम छ । यसको साथसाथै हामी धार्मिकता र शान्तिसँग राज्यहरूमाथि शासन गर्न आउनु हुने येशू ख्रीष्टको निम्ति तयारी हुँदैछौं ।

तपाईंको अभ्यासको निम्ति

५. ख्रीष्टको आगमनको निम्ति कतिपय कुराहरू तयारी पार्नका लागि तपाईंको सहयोग परमेश्वरलाई चाहिन्छ भन्ने कुरा थाह पाउँदा तपाईंलाई खुसी लाग्छ ?

____ **क)** यस्तो सौभाग्य र इज्जत पाउनु खुसीको कुरा हो ।

____ **ख)** तपाईंले परमेश्वरको निम्ति केही गर्नुपर्ने भएकाले यो दुःखको कुरा हो ।

६. यदि प्रश्न नं. ५ को निम्ति तपाईंको उत्तर “(क)” हो भने उहाँको काम र राज्यमा भाग पाएको सौभाग्यको निम्ति परमेश्वरलाई धन्यवाद दिनुहोस् । यदि तपाईंको उत्तर “(ख)” हो भने तपाईंले यस विषयमा प्रार्थना गर्नुहोस् भनी हामी सल्लाह दिन्छौं ।

परमेश्वरको राज्यमा भएका तपाईंका नयाँ इच्छाहरूले तपाईंलाई व्यस्त र खुसी राख्दछन् । यहाँ केही यस्ता क्रियाकलापहरू छन् जसले तपाईंको जीवनमा नयाँ उद्देश्य र अर्थ राख्दछन् ।

मण्डली (एकलेसिया) मा हाजिर

परमेश्वरको परिवारको सङ्गठित मण्डलीहरू छन् । प्रत्येक क्षेत्रमा ख्रीष्टियानहरू नियमित रूपमा परमेश्वरको आराधना गर्न, आत्मिक रूपले एक-अर्कालाई सहायता गर्न र परमेश्वरले तिनीहरूलाई गर्न दिनुभएको कामलाई अझै प्रभावशाली रूपमा गर्नलाई तिनीहरू एक-अर्कालाई भेट्छन् ।

यी कार्यक्रमहरू वा मण्डली सेवाहरू कसैको घरमा वा यसै उद्देश्यको निम्ति परमेश्वरलाई अर्पित गरिएको भवनमा सञ्चालन गर्न सकिन्छ । तपाईंले जतिसक्दो यी सेवाहरू वा सङ्गतिहरूमा भाग लिन चाहनुहुनेछ र आफ्ना साथीहरूलाई पनि आफूसँग सुसमाचार सुन्न लैजानुहुनेछ । तपाईंले ख्रीष्टमा हुनुभएका तपाईंका दाजुभाइ तथा दिदीबहिनीहरूसँगको सङ्गतिमा आनन्द लिनुहुनेछ र सबैभन्दा महत्त्वपूर्णचाहिँ यी सेवा सङ्गतिहरूमा प्रभुलाई तपाईंले भेट्नुहुँदा उहाँको उपस्थितिको अनुभव पनि गर्नुहुनेछ ।

छिट्टैनै तपाईं परमेश्वरको सेवा गर्ने र सुसमाचार प्रचार गर्ने मण्डलीको सदस्य हुन चाहनुहुन्छ । मण्डलीको कार्यक्रमहरूमा भाग लिनुहोस् र उसबाट पाइएको लाभ र आशिषहरूमा आनन्दित हुनुहोस् । यी पाठहरूले तपाईंलाई असल बन्नको लागि सहायता गर्छन् ।

तपाईंको अभ्यासको निम्ति

७. यदि तपाईं परमेश्वरका निम्ति अझै प्रभावशाली रूपले काम गर्न चाहनुहुन्छ र ख्रीष्टियान सङ्गतिको आशिषको अनुभव गर्न चाहनुहुन्छ भने तपाईंले के गर्नैपर्छ ?

____ **क)** सङ्गठित मण्डलीहरूबाट अलग रहनु ।

____ **ख)** मण्डलीमा हाजिर हुनु तर सदस्य नबन्नु ।

____ **ग)** असल मण्डलीको सदस्य बन्नु र यसका कार्यक्रमहरूमा भाग लिनु ।

कुनै दिन पास्टर वा अर्को ख्रीष्टियानले चालै नपाई केही भनेर तपाईंको चित्त दुखाए भने के हुन्छ त ? एउटा परिवारमा एउटा बालकले अर्कोको चित्त दुखायो भने के तिनीहरूले आफ्नो घर छोड्दछन् र ? तर मण्डलीमा यस्तो भयो भने ख्रीष्टियानहरूले भन्छन्- उसले मेरो चित्त दुखायो । अब म कहिल्यै पनि मण्डलीमा फर्केर जान्न । म मेरो आफ्नै घरमा प्रभुको आराधना गर्छु ।" होसियार हुनुहोस् ! यो ख्रीष्टियानलाई कमजोर बनाउन र प्रभुबाट उसलाई अलग पार्न शैतानले प्रयोग गर्ने जाल हो ।

तपाईंका पिताले आफ्ना छोराछारीहरूले उहाँको घरमा उहाँसँग भेटून् भन्ने आसा राख्नुहुन्छ भने याद राख्नुहोस्- आराधना गर्ने भवन साधारण हुन सक्छ र यसमा गरिएका सबै कुरामा तपाईं सहमत हुनुहुन्न होला तर तपाईंले आफ्नो आत्माको निम्ति चाहिने खाना पाउनलाई ख्रीष्टमा भएका तपाईंका दाज्यूभाइ तथा दिदीबहिनीहरूलाई आफ्ना पिताको टेबिलमा भेट्नुपर्दछ ।

"कतिजनाको सङ्गतिमा नजाने बानी हुन्छ तर हामीचाहिँ एकसाथ भेला हुन नछोडौं । प्रभुको दिन नजिक आइरहेको तिमीहरूले

देखेका हुनाले एउटाले अर्कालाई झन् प्रोत्साहन देओ।" हिब्रू १०:२५

तपाईंको अभ्यासको निम्ति

८. यदि पास्टरले भनेको कुराले तपाईंलाई चित्त दुख्यो भने तपाईंले के गर्नुपर्छ ?

____ **क)** मण्डलीमा जान रोक्नुहोस् ।

____ **ख)** अर्को पास्टरकहाँ जान कोसिस गर्नुहोस् ।

____ **ग)** उहाँलाई क्षमा दिनुहोस् र लगातार मण्डली सङ्गतिमा गइरहनुहोस् ।

बाइबल पढाइ

हामीले दैनिक बाइबल पढ्ने महत्त्वपूर्णतालाई उल्लेख गरिसकेका छौँ । के तपाईं आफ्नो परिवारका अरू सदस्यहरूलाई पनि दिनहुँ बाइबल पढाइ र प्रार्थनामा तपाईंसँग सम्मिलित गराउन सक्नुहुन्छ ? हामी यसलाई पारिवारिक वेदी वा पारिवारिक सङ्गति भन्छौँ । यो तपाईंको घरको निम्ति अति आशिषको समय हुनेछ । परमेश्वरको वचनले त्यस दिनको निम्ति तपाईंलाई अगुवाइ र बल दिनुहुन्छ । पारिवारिक वेदीमा तपाईंले परिवारको हरेक सदस्यको समस्या र आवश्यकताहरूको निम्ति एकैसाथ प्रार्थना गर्नुहुन्छ ।

तपाईंको अभ्यासको निम्ति

१०. "पारिवारिक सङ्गति" वा "पारिवारिक वेदी" शब्दको अर्थ के हो ?

____ **क)** परिवारहरूमात्र हाजिर भएको मण्डलीको सेवा वा सङ्गति ।

____ **ख)** परिवारका सबै सदस्यहरू एकैसाथ मिली घरमा प्रार्थना र बाइबल पढाइ गर्नु ।

प्रार्थना

प्रार्थना कहिले गरिनुपर्छ ?

प्रार्थना ख्रीष्टियानले गर्न सक्ने सबैभन्दा महत्त्वपूर्ण काम हो । तपाईंले प्रार्थना गर्नुहुँदा परमेश्वरले उत्तर दिनुहुन्छ र यसरी तपाईं परमेश्वरसँगै काम गरिरहनुहुन्छ । यसैले प्रार्थना गर्नुहोस् ।

- जब तपाईं बिहान ब्युँझनुहुन्छ, परमेश्वरसँग दिन सुरू गर्नुहोस् र तपाईंले त्यस दिनको समस्याको निम्ति शारीरिक, नैतिक र आत्मिक बल प्राप्त गर्नुहुनेछ ।
- खाना खानुभन्दा पहिले आफ्नो खानाको निम्ति परमेश्वरलाई धन्यवाद चढाउनुहोस् ।
- पारिवारिक सेवा सङ्गति कि त बिहान कि त बेलुकी गर्नुहोस् ।
- मण्डली सङ्गतिको प्रार्थनाको समयमा प्रार्थना गर्नुहोस् र तपाईं सेवा (सङ्गति) सुरू हुनुभन्दा अगाडि नै मण्डलीमा पुग्नुभयो भने प्रार्थना गरेर बस्नुहोस् । परमेश्वरले भन्नुभएको छ- "मेरो घर प्रार्थनाको घर कहलाइनेछ ।"

- जुनसुकै बेलामा पनि आफ्नो हृदय परमेश्वरको अगाडि उचाल्नुहोस्, उहाँका आशिषहरूको निम्ति उहाँलाई धन्यवाद दिनुहोस् र उहाँको सहायताको निम्ति उहाँसँग बिन्ति गर्नुहोस् । यस किसिमले प्रार्थना गर्दा तपाईंले आफ्ना पितासँग सधैँभरि आवाज निकालेर बोल्नुपर्दैन! उहाँलाई तपाईंका विचारहरू थाहा छ ।
- तपाईं राती ओछ्यानमा सुत्न जानुभन्दा अगाडि त्यस दिनको सुरक्षा र हेरचाहको निम्ति परमेश्वरलाई धन्यवाद दिनुहोस् । तपाईंले केही भूल गर्नुभएको छ भने उहाँको क्षमा माग्नुहोस् र पूरै रातको निम्ति आफूलाई उहाँको हेरचाहमा सुम्पनुहोस् ।

तपाईंको अभ्यासको निम्ति

११. तपाईंले प्रार्थनामा पालन गर्दै आउनुभएको प्रार्थनाको समयको पछाडि ठीक चिन्ह (✓) लगाउनुहोस् ।

प्रार्थना : कसरी प्रार्थना गर्नुपर्दछ ?

"तर प्रार्थना कसरी गर्नुपर्दछ, मलाई थाहा छैन" भनी तपाईंले आफैँलाई भन्नुहोला । यो गाह्रो छैन । आफ्नो साथीसँग जस्तै परमेश्वरसँग कुरा गर्नुहोस् । पवित्र आत्माले तपाईंलाई सहायता गर्नुहुनेछ ।

परमेश्वरले तपाईंका निम्ति गर्नुभएका सबै कुराका बारेमा विचार गर्नुहोस् र उहाँका आशिषहरूको निम्ति उहाँलाई धन्यवाद दिनुहोस् । तपाईं र तपाईंका प्रियहरूको खाँचोको निम्ति उहाँसँग बिन्ति गर्नुहोस् । तपाईंका साथी र नातेदारहरूको उद्धारको निम्ति प्रार्थना गर्नुहोस् । तपाईंका पास्टर, तपाईंको मण्डली, ख्रीष्टमा भएका तपाईंका दाजुभाइ

तथा दिदीबहिनीहरू र संसारभरि भइरहेको परमेश्वरको कामको निम्ति प्रार्थना गर्नुहोस् । तपाईंको देशको निम्ति प्रार्थना गर्नुहोस् । प्रार्थना गर्न सुरू गर्नुहोस् र कसरी गर्नुपर्छ भन्ने कुरा तपाईंले तुरून्तै सिकिहाल्नुहुन्छ ।

येशूले हामीलाई प्रार्थनाको नमूना दिनुभएको छ जसलाई तपाईंले कण्ठ गरेर आफ्नो प्रार्थनामा प्रयोग गर्न सक्नुहुन्छ ।

प्रभुको प्रार्थना

"तर तिमीहरूचाहिँ यस किसिमले प्रार्थना गर :
हे हाम्रा पिता, जो स्वर्गमा हुनुहुन्छ, तपाईंको नाउँ पवित्र गरियोस् । तपाईंको राज्य आओस् । स्वर्गमा झैँ यस पृथ्वीमा पनि तपाईंको इच्छा पूरा भएको होस् । आज हामीलाई हाम्रो दैनिक भोजन दिनुहोस् । जसरी हामीले आफ्ना अपराधीहरूलाई क्षमा गरेका छौँ त्यसरी हाम्रा अपराध पनि हामीलाई क्षमा गर्नुहोस् । हामीलाई परीक्षामा पर्न नदिनुहोस् तर दुष्टदेखि छुटाउनुहोस् ।
किनभने राज्य, पराक्रम र महिमा सदासर्वदा तपाईंकै हुन् । आमिन् ।" मतियोस ६ : ९ - १३

तपाईंको अभ्यासको निम्ति

१२. प्रभुको प्रार्थनालाई कण्ठ गर्नुहोस् ।

साक्षी (गवाही) दिनु

यसको अर्थ परमेश्वरले तपाईंको निम्ति गर्नुभएको काम अरूहरूलाई बताउनु हो । तपाईंले यो काम घरमा, सडकमा, मण्डली स□तिमा वा चिट्ठीपत्रद्वारा पनि गर्न सक्नुहुन्छ । जसरी अरूहरूले तपाईंलाई ख्रीष्टको बारेमा बताए, त्यसैगरी तपाईंले पनि आफ्ना साथी र नातेदारहरूलाई

ख्रीष्टको बारेमा बताउन सक्नुहुन्छ। प्रभुलाई ग्रहण गर्न सकून् र नरकमा नजाऊन् भनेर उनीहरूका निम्ति प्रार्थना गर्नुहोस्।

येशू ख्रीष्ट हाम्रा मुक्तिदाता हुनुहुन्छ भनी अरूहरूले पनि जान्न सकून् भनेर हामीले ख्रीष्टमा भएको हाम्रो विश्वासलाई सबैले थाह पाउने गरी घोषणा गर्नु आवश्यक छ भनी बाइबलले जोड दिएको छ। ख्रीष्टले भन्नुभयो, "तिमीहरू मेरो निम्ति गवाही हुनेछौ।" यदि तपाईंलाई साहसको खाँचो छ भने यसको निम्ति परमेश्वरसँग माग्नुहोस् र उहाँले तपाईंलाई यो दिनुहुनेछ। अहिले तपाईंलाई भएजस्तै हजारौं मानिसहरू साक्षी दिन डराउँछन् तर तिनीहरूले आफ्नो डरमाथि विजय प्राप्त गरेर ख्रीष्टको निम्ति साक्षी दिनमा ठूलो आशिष र नयाँ बल प्राप्त गरेका छन्। प्रभु येशूले भन्नुभयो-

> "यसकारण हरेक जसले मानिसहरूका सामु मलाई स्वीकार गर्छ, म पनि उसलाई स्वर्गमा हुनुहुने मेरा पिताको सामुन्ने स्वीकार गर्नेछु।" (मतियोस १० : ३२)
>
> "औ जो म र मेरा वचनदेखि शर्माउँदछ, मानिसको पुत्र पनि आफ्ना पिताको महिमामा पवित्र दूतहरूसँग आउँदा त्यसदेखि शर्माउनेछ।" (मर्कूस ८ : ३८)

तपाईंको अभ्यासको निम्ति

१३. परमेश्वरले आफ्ना सन्तानले के गरेको चाहनुहुन्छ ?

____ **क)** तिनीहरूको निम्ति उहाँले गर्नुभएको कामको बारेमा चुपचाप रहनु।

____ **ख)** तिनीहरूको निम्ति उहाँले गर्नुभएको कामको बारेमा अरूहरूलाई बताउनु।

प्रभुमा गाउनु

घरमा वा मण्डलीमा तपाईंका भजनहरूले तपाईं र अरूहरूलाई सहायता, उत्साह र आशिष दिन्छन् । गाउनलाई तपाईंको स्वर राम्रै हुनुपर्छ भन्ने केही छैन, महत्त्वपूर्ण कुराचाहिँ यो हो कि तपाईंले आफ्नो हृदयबाट परमेश्वरको प्रशंसा गरेको हुनुपर्दछ ।

> "परमेश्वरप्रति आफ्नो हृदयमा रहेको कृतज्ञतासाथ भजन, स्तुति र आत्मिक गान गाओ ।" (कलस्सी ३ : १६)

तपाईंको अभ्यासको निम्ति

१४. गाउनको लागि सबैभन्दा महत्त्वपूर्ण कुरा के हो ?

____ **क)** गीत गाउने व्यक्तिको स्वर राम्रो हुनुपर्छ ।

____ **ख)** गाउने व्यक्तिले मण्डलीमा गाउनुपर्छ ।

____ **ग)** उसले आफ्नो हृदयबाट परमेश्वरको महिमाको निम्ति गाउनुपर्छ ।

सुसमाचार प्रचार गर्नु

यो मण्डलीको धेरै महत्त्वपूर्ण क्रियाकलाप हो । कोहीकोही उनीहरूको पूरै समय यस कामको निम्ति दिन बोलाइएका हुन्छन् । परमेश्वरले तिनीहरूलाई पास्टर, प्रचारक वा मिसनरीहरू हुने जिम्मेवारी दिनुहुन्छ ।

दिनु वा दिने काम

सुसमाचार प्रचार गर्नु परमेश्वरको सम्पूर्ण परिवारको काम भएको हुनाले पिताले यसको खर्च तिर्नलाई सहायता गर्नका लागि आफ्ना सन्तान हरेकबाट उसको कमाइको केही भाग छुट्याई दिनलाई आज्ञा दिनुभएको छ । हामी यसलाई दशांश भन्दछौं । यो पैसा स□तिको निम्ति कोठाहरू बहालमा लिन, मण्डली घरहरू बनाउन, पास्टरले आफ्नो सबै समय परमेश्वरको कामको निम्ति दिन सक्नलाई उहाँको सहयोगको लागी र मण्डलीको निम्ति बिजुली, पानी र मर्मतको खर्चहरू तिर्नलाई प्रयोग गरिन्छ । हाम्रो भेटीले रेडियो, साहित्यिक पत्रिकाहरू, चिट्ठीपत्रहरूद्वारा सुसमाचार प्रचार र सारा संसारभरि मिसनरीहरू पठाउनलाई सहायता पुऱ्याउँछ ।

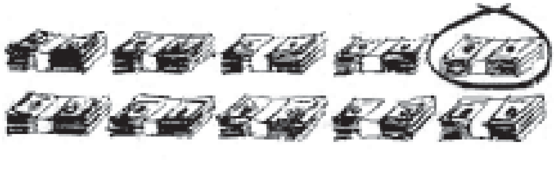
तपाईंको अभ्यासको निम्ति

१५. दशांश दिनु भनेको-

____ **क)** तपाईंको आफ्नो कमाइको दसौं भाग परमेश्वरलाई दिनु हो ।

____ **ख)** तपाईंको सबै सम्पत्तिको दसौं भाग परमेश्वरलाई दिनु हो ।

____ **ग)** तपाईंको कमाइको चौथो भाग परमेश्वरलाई दिनु हो ।



तपाईँका दशांश र भेटीहरू तपाईँले परमेश्वरलाई गर्नुभएको आराधनाको एक भाग हो। तिनीहरू परमेश्वरका सबै आशिषहरूका निम्ति "तपाईँलाई धन्यवाद" भन्ने एउटा राम्रो तरिका मात्र हुन्। तिनीहरूले संसारमा सुसमाचार प्रचार गर्ने यस महान् काममा उहाँसँगै तपाईँलाई पनि सहभागी तुल्याउँछन्।

काम गर्नका लागि परमेश्वरले तपाईँलाई बल दिनुहुन्छ र तपाईँले दस दिनको कमाइबाट एक दिनको कमाइ उहाँलाई दिनुहुन्छ। तपाईँले त्यस दिन कमाउनुभएको कुरा मण्डलीले आफ्नो ढोका खोल्न र सुसमाचार प्रचार गर्नलाई सहायता गर्न जान्छ।

तपाईँको दिने कामले तपाईँलाई तीन किसिमको आशिष ल्याउँछ :

- आत्मिक आशिष।
- तृप्ति- तपाईँ आफ्नो भार बोकेर परमेश्वरको परिवारको भरपर्दो सदस्य हुनुभएकोमा खुसी हुनुहुनेछ।
- धनसम्पत्ति (प्रशस्तता)- तपाईँले परमेश्वरलाई दिएको दियै गर्न सक्नुहुन्न। जसजसले आफ्नो दशांश दिन्छन्, परमेश्वरले तिनीहरूलाई अझै प्रशस्तसँग दिनुहुन्छ। यो साँचो हो भन्ने कुरा हजारौँ ख्रीष्टियानहरूले आफ्नो अनुभवबाट तपाईँलाई बताउन सक्छन्।

> "जम्मै दशांश भण्डारमा ल्याऊ ..... र यसरी मलाई जाँचेर हेर कि म स्वर्गका झ्यालहरू उघारेर अटाउने ठाउँ पनि नहुने सम्मका आशिष तिमीहरूमाथि वर्षाउँछु वा वर्षाउँदिन । सेनाहरूका परमप्रभु भन्नुहुन्छ ।" (मलाकी ३ : १०)
>
> "किनभने खुसीसाथ दिनेलाई परमेश्वरले प्रेम गर्नुहुन्छ ।" (२ कोरिन्थी ९ : ७)

तपाईंको अभ्यासको निम्ति

१६. परमेश्वरले कसलाई आर्थिक रूपमा प्रशस्त तुल्याउने प्रतिज्ञा गर्नुभएको छ ?

____ **क)** जसले आफूले सकेसमम पैसा बचाउँछन् ।

____ **ख)** जसले आफ्नो दशांश दिन्छन् ।

१७. मलाकी ३ : १० कण्ठ गर्नुहोस् ।

तपाईंले जसरी सक्नुहुन्छ त्यसरी सहायता गर्नु

तपाईंले प्रभुको लागि जे गर्नुहुन्छ त्यसले तपाईंलाई आत्मिक रूपमा वृद्धि हुन सहायता गर्दछ । त्यो काम मण्डली घर बढार्नेदेखि लिएर आफ्नो घरमा घरेलु स□ति वा बाल स□ति चलाउने पनि हुनसक्छ । प्रभुको निम्ति तपाईंले के गर्न सक्नुहुन्छ, आफ्नो पास्टरसँग सोध्नुहोस् ।

तपाईंको अभ्यासको निम्ति

१८. एउटा ख्रीष्टियानले-

____ **क)** आफूले गर्न सक्ने सहायता गरेर सेवा गर्छु भनी पास्टरलाई भनी राख्नुपर्छ ।

____ **ख)** पास्टरले उसको सहायता नमागुञ्जेल पर्खेर बस्नुपर्छ ।

मण्डली संगठनमा भाग लिनु

मण्डलीमा धेरै संगठनहरू हुन्छन् । बाल सङ्गति वा सण्डे स्कूल सबैको लागि हो । तपाईं कुनै कक्षाको विश्वासयोग्य सदस्य भएर परमेश्वरको वचनलाई क्रमबद्ध तरिकाले नियमित रूपमा अध्ययन गर्न स्क्नुहुन्छ । यो मौकालाई नगुमाउनुहोस् । मानिस, स्वास्नीमानिस, जवान र केटाकेटीहरू सबैको आ-आफ्नो संगठन हुन्छ । तिनीहरूका सभामा वा सङ्गतिमा तिनीहरूले प्रभुको आराधना गर्छन् र उहाँको निम्ति विभिन्न योजनाहरू सञ्चालन गर्छन् । यिनीहरूमध्ये कुनै समूहमा भेला हुनुहोस् । तपाईंले न्यानो स्वागत पाउनुहुनेछ र यसका कार्यक्रमहरूमा आनन्द पाउनुहुने छ । यी समूहहरूले खाँचो पर ेकाहरूकहाँ पुग्ने, सिकाउने र सहायता गर्ने कोशिश गर्छन् । एक जना व्यक्तिले थोरै मात्र गर्न सकेता पनि परमेश्वरले आफ्ना सन्तानको संयुक्त शक्तिद्वारा यस संसारमा आफ्नो कामलाई अगाडि लैजानुहुनेछ ।

तपाईंको अभ्यासको निम्ति

१९. के तपाईं मण्डलीको कुनै संगठनमा हुनुहुन्छ ?
यदि हुनुहुन्न भने, के तपाईं सदस्य हुन चाहनुहुन्छ ?
कुनचाहिँ समूहको ?

धेरै क्रियाकलापहरू

यदि तपाईंले यी कामहरूमा अरू मानिसहरूले जस्तो समय दिन सक्नुभएन भने फिक्री नगर्नुहोस् । प्रभुले यसको बारेका सबै कुराहरू बुझ्नुहुन्छ र तपाईंले सक्नुहुने काम गर्नलाई उहाँले तपाईंलाई सहायता गर्नुहुन्छ ।

तपाईंले आफ्नो नयाँ जीवनका यी कामहरूमा आनन्द पाउनुहुनेछ । तपाईंले अरूहरूलाई अनन्त दण्डबाट उम्कन र अनन्त जीवन पाउनलाई सहायता गर्नुभएकोमा तपाईंलाई तृप्तता मिल्छ । र अहिले तपाईंले प्रभुको लागि जे जति गर्नुहुन्छ, उहाँले आउने संसारमा तपाईंलाई प्रशस्त इनाम दिनुहुनेछ ।

अब तपाईंले पहिला पाँच पाठहरू सक्नुभएको छ, र तपाईं आफ्नो विद्यार्थी प्रतिवेदनको पहिलो खण्डलाई उत्तर दिन तयारी हनुभएको छ । पाठ १-५ सम्म दोहोऱ्याउनुहोस् र उत्तर पुस्तिकामा भर्नको निम्ति दिइएको निर्देशनहरूलाई पालन गर्नुहोस् । त्यसपछि विद्यार्थी प्रतिवेदनको अन्तिम पृष्ठमा दिइएको ठेगानामा तपाईंको आफ्नो उत्तर-पुस्तिकालाई पठाउनुहोस् ।

पाठ ५ का उत्तरहरू

१. **क)** तपाइँका मुख्य इच्छाहरू ।

ग) आफ्नो स्वर्गीय पितासँग समय बिताएर उहाँलाई खुसी पार्ने कामहरू गर्नु ।

ग) असल मण्डलीको सदस्य बन्नु र यसका कार्यक्रमहरूमा भाग लिनु ।

८. **ग)** उहाँलाई क्षमा दिनुहोस् र लगातार मण्डली सङ्गतिमा गइरहनुहोस् ।

१०. **ख)** परिवारका सबै सदस्यहरू एकैसाथ मिली घरमा प्रार्थना र बाइबल पढाइ गर्नु ।

१३. **ख)** तिनीहरूको निम्ति उहाँले गर्नुभएको कामको बारेमा अरूहरूलाई बताउनु ।

१४. **ग)** उसले आफ्नो हृदयबाट परमेश्वरको महिमाको निम्ति गाउनुपर्छ ।

१५. **क)** तपाइँको आफ्नो कमाइको दसौं भाग परमेश्वरलाई दिनु हो ।

१६. **ख)** जसले आफ्नो दशांश दिन्छन् ।

१८. **क)** आफूले गर्न सक्ने सहायता गरेर सेवा गर्छु भनी पास्टरलाई भनी राख्नुहोस् ।

पाठ ६

तपाईंका नयाँ स्तरहरू

यस पाठमा तपाईंले यी कुराहरूको अध्ययन गर्नुहुनेछ ...

कसले स्तर निर्धारण गर्छ ?
तपाईंले स्तर कहाँ पाउनसक्नुहुन्छ ?
तपाईं स्तरमा कसरी पुग्न सक्नुहुन्छ ?
सफलताका निम्ति स्तरहरू
कसले स्तर निर्धारण गर्छ ?

घरमा आमाबाबुले स्तरको निर्धारण गर्छन् ।

केटाकेटीहरूले कसरी व्यवहार गर्नुपर्छ तिनीहरूले सो कुरा उनीहरूलाई सिकाउँछन् । केटाकेटीहरूले के गर्न सक्छन् र तिनीहरूले के गर्न सक्तैनन् सो कुरा बाबुले तिनीहरूलाई बताउँछन् ।

यी स्तरहरूबाट जिउनुपर्छ भनी केटाकेटीहरूले छिट्टै सिकिहाल्छन् । तिनीहरूले नियम पालन गरेनन् भने तिनीहरूका बाबुले तिनीहरूलाई सुधार्छन् । यदि तिनीहरू कठोर भई आज्ञापालन गर्न इन्कार गरे भने, उनले तिनीहरूलाई दण्ड पनि दिनुपर्छ । तिनीहरू अझै पनि त्यही

परिवारकै सदस्य हुन्छन् तर तिनीहरूको अनाज्ञाकारिताले तिनीहरूमाथि समस्या र दुःख ल्याउँछ।

हाम्रा स्वर्गीय पिताले उहाँका छोराछोरीहरूले के गर्नुहुन्छ र के गर्नुहुँदैन भनी स्तर निर्धारण गर्नुहुन्छ। कहिले कहीं उहाँले पनि आफ्ना छोराछोरीहरूलाई असल र आज्ञाकारी हुन सिकाउनलाई दण्ड दिनुहुन्छ।

तपाईंको अभ्यासको निम्ति

१. राम्रोसंग व्यवस्थित भएको घरमा कसले स्तरको निर्धारण गर्छ ?

____ **क)** छोराछोरी ।

____ **ख)** छिमेकी ।

____ **ग)** आमाबाबु ।

२. हामी खीष्टियानहरूले कस्तो व्यवहार गर्नुपर्छ भनी बताउन सक्ने अधिकार को सँग छ ?

____ **क)** हाम्रा स्वर्गीय पिता ।

____ **ख)** हामी बसेको सांस्कृतिक ।

____ **ग)** हामी आफै ।

तपाईंले स्तर कहाँ पाउनसक्नुहुन्छ ?

बाइबलमा खीष्टियानहरूको निम्ति परमेश्वरले स्तर निर्धारण गरिदिनुहुन्छ। तपाईंले पूरै बाइबल भरी र विशेष गरी नयाँ करारमा यी कुराहरूलाई पाउनुहुन्छ।

यसैले परमेश्वरले आफ्ना सन्तान कसरी जिएको चाहनुहुन्छ त्यस विषयमा कुनै शंका छैन, उहाँले हामीलाई सिकाउन र बाटो देखाउन आफ्नै पुत्र येशूलाई पठाउनुभयो। उहाँ खीष्टियान जीवनको निम्ति तपाईंका सिद्ध उदाहरण र नमूना हुनुहुन्छ।

येशूले ख्रीष्टियान जीविकाको निम्ति बताउनुभएको स्तर "डाँडाको महान् उपदेशमा" पाइन्छ जुन मतियोस ५,६ र ७ अध्यायहरूमा छ।

तपाईंको अभ्यासको निम्ति

३. असल ख्रीष्टियान जीवनको निम्ति कसले तपाईंलाई सिद्ध नमूना दिएको छ ?

____ **क)** पास्टर ।
____ **ख)** येशू ख्रीष्ट ।
____ **ग)** अरू ख्रीष्टियानहरू ।

४. "डाँडाको उपदेश" कुन कुन अध्यायहरूमा पाइन्छ ?

____ **ख)** मतियोस ५,६ र ७
____ **ख)** मर्कूस ५,६ र ७
____ **ग)** योआनेस ५,६ र ७

५. "डाँडाको उपदेश" मा येशूले के को बारेमा बोल्नुभयो ?

____ **क)** पहाडहरू हटाउने विश्वासको बारेमा ।
____ **ख)** यरूशलेम वरिपरिको पहाडको बारेमा ।
____ **ग)** ख्रीष्टियान जीविकाको स्तरको बारेमा सिकाउनुभयो ।

सर्वप्रथम येशूले विशेष आशिष्को बारेमा बताउनु भएको छ कि परमेश्वरले नम्र, मेल मिलाप गर्नेहरू, हृदयमा शुद्ध हुनेहरू- आफ्नो जीवनमा परमेश्वरलाई पहिलो स्थान दिनेहरू र उहाँको निम्ति दुःख भोग्न इच्छुक हुनेहरूलाई त्यो दिनुहुन्छ।

येशूले हाम्रा शत्रुहरूलाई प्रेम गर्न र तिनीहरूका निम्ति प्रार्थना गर्न, हामीले चित्त दुखाएका मानिसहरूसँग क्षमा माग्न, र हामीलाई हेला गर्नेहरूलाई भलाइ गर्न सिकाउनु भएको छ।

अरूहरूसँग मिलाप गर्ने बारेमा उहाँले दिनुभएको जस्तो उत्तम अर्ती कसैले पनि कहिल्यै दिएको छैन।

तपाईंको अभ्यासको निम्ति

६. मतियोस ५ अध्यायलाई पढ्नुहोस् ।

७. (कुनै दुईवटा छान्नुहोस्) जीवनको नमूनाको भागको रूपमा येशूले तपाईंलाई के सिकाउनुभएको छ ?

____ **क)** नम्र हुनु ।

____ **ख)** परमेश्वरलाई पहिलो स्थान दिएर उहाँको इच्छाअनुसार चल्नु ।

____ **ग)** तपाईंलाई हेला गर्नेहरूको बदला लिनु ।

____ **घ)** सबै कुरामा आफैलाई खुशी पार्नु ।

८. (कुनै दुईवटा छान्नुहोस्) मतियोस ५:१३-१४ मा येशूले परमेश्वरका सन्तान कस्ता हुन्छन् भनी सिकाउनुभयो ?

____ **क)** सबै मानिसहरूका निम्ति नून जस्ता ।

____ **ख)** कहिल्यै पनि भूल नगर्ने ।

____ **ग)** संसारको निम्ति ज्योति जस्तो ।

____ **घ)** सुन्दर फूलहरूजस्ता ।

९. (कुनै दुईवटा छान्नुहोस्) मतियोस ५:२१-३० मा येशूले के को विरूद्धमा चेताउनी दिनुभएको छ ?

____ **क)** जुवाखेल्ने ।

____ **ख)** रीस र बदला ।

____ **ग)** अनैतिक विचार र व्यभिचार ।

____ **घ)** दशांश दिने ।

१०) मतियोस ५:४३-४८ मा खीष्टले हामीलाई के को बारेमा आज्ञा दिनुभएको छ ?

____ **क)** हामीलाई प्रेम गर्नेहरूलाई मात्र प्रेम गर्नु ।

____ **ख)** हाम्रा शत्रुहरूलाई प्रेम गर्नु ।

हामीले अरूहरूसँग कस्तो व्यवहार गर्नुपर्छ भन्ने विषयमा येशूले हामीलाई आधारभूत सिद्धान्त दिनुभएको छ जसलाई हामी सुनौला नियम भन्छौं:

> मानिसहरूले तिमीहरूसँग जस्तो व्यवहार गरून् भन्ने तिमीहरू चाहन्छौ, तिमीहरूले पनि तिनीहरूसँग त्यस्तै व्यवहार गर, किनभने यही नै व्यवस्था र अगमवक्ताका शिक्षाको सारांश हो । मतियोस ७:१२

हामीहरू घमण्डी, स्वार्थी, झगडालु वा आलोचक हुनुहुँदैन । हामीहरूले हाम्रा विचारहरूमा पनि अनैतिक प्रेम वा शारीरिक अभिलाषालाई स्थान दिनुहुँदैन ।

हाम्रो पहिलो इच्छा परमेश्वरलाई रिझाउनु र उहाँले हामीलाई जे गरेको चाहनुहुन्छ त्यही गर्नु हो । हामीले एकैपल्ट संसारको धन सम्पत्ति कमाउन र परमेश्वरको सेवा गर्न सक्तैनौं! तर यदि हामीले उहाँलाई पहिलो स्थान दियौं भने, हाम्रा सबै खाँचोहरू पूरा भएको नभएको उहाँले हेर्नुहुन्छ । यसको अतिरिक्त हामीले उहाँको निम्ति जे जति गर्छौं स्वर्गमा सधैंभरी रहिरहने धनसम्पत्तिको इनाम पनि प्राप्त गर्छौं ।

तपाईंको अभ्यासको निम्ति

११. मतियोस ६ अध्याय पढ्नुहोस् ।

१२. "सुनौला नियम" भनिएको आधारभूत सिद्धान्त के हो ?

____ **क)** उपयोगी थोकहरूको निम्ति प्रयोग गरिएको सुन ।

____ **ख)** अरूहरूले तपाईंसँग व्यवहार गरेजस्तै उनीहरूसँग व्यवहार गर्नु ।

____ **ग)** अरूहरूले तपाईंसँग जस्तो व्यवहार गरेको चाहनुहुन्छ त्यस्तै व्यवहार उनीहरूसँग गर्नु ।

१३. मतियोस ६:१९-२१ मा हामीले धन कहाँ थुपार्नुपर्छ भनी येशूले भन्नुभयो ?

____ **क)** स्वर्गमा । ____ **ख)** पृथ्वीमा ।

तपाईं स्तरमा कसरी पुग्न सक्नुहुन्छ ?

परमेश्वरको सहायता बिना कसैले पनि यी नियमहरू पालन गर्न सक्तैनन् भन्ने कुरा येशूलाई थाहा थियो । यसैले उहाँले आफ्ना चेलाहरूलाई तिनीहरूका स्वर्गीय पितासँग प्रार्थना गर्नलाई सिकाउनुभयो र तिनीहरूलाई सहायता गर्नुहोस् भनी उहाँसँग बिन्ति गर्नुभयो । उहाँले मतियोस ६:९-१३ मा प्रार्थनाको नमूना दिनुभयो जसलाई हामी प्रभुको प्रार्थना भन्छौं । हामीले प्रार्थना गर्दा यसलाई घरीघरी दोहोऱ्याउँछौं ।

यसभन्दा पनि अझै बढी तपाईंका पिताले तपाईंमा बस्न र तपाईंलाई सहायता गर्नका लागि उहाँका पवित्र आत्मा पठाउनुभएको छ । यसको बारेमा तपाईंले अर्को अध्यायमा अझ धेरै अध्ययन गर्नुहुनेछ । परमेश्वरले तपाईंबाट जति आशा गर्नुभएको छ त्यति योग्य भई जिउन सक्नु भएको छैन भने पनि फिक्री नगर्नुहोस्! तपाईंको वृद्धिको हरेक कदममा उहाँले तपाईंलाई सहायता गर्नुहुन्छ ।

तपाईंको अभ्यासको निम्ति

१४. यस उपदेशमा खीष्टले दिनुभएको प्रार्थनाको उदाहरणले हामीले को सँग प्रार्थना गर्नुपर्छ भनी सिकाउँछ ?

____ **क)** सन्तजनहरूसँग प्रार्थना गर्नुपर्छ ।

____ **ख)** हाम्रा पुर्खाहरूसँग प्रार्थना गर्नुपर्छ ।

____ **ग)** सीधै परमेश्वरसँग प्रार्थना गर्नुपर्छ ।

१५. प्रभुको प्रार्थना

____ **क)** खीष्टले क्रूसमा गर्नुभएको प्रार्थना हो ।

____ **ख)** "डाँडाको उपदेशमा" पाइएको प्रार्थनाको एक नमूना हो।

____ **ग)** गेतसमनीमा खीष्टले गर्नुभएको प्रार्थना हो ।

१६. मतियोस ७ अध्याय पढ्नुहोस्

सफलताका निम्ति स्तरहरू

येशूले हामीलाई थाहा दिनुहुन्छ कि उहाँका अर्तीहरू सफल जीवनको निम्ति आदर्श हुन् । हाम्रो जीवन एउटा भवन जस्तो हो । हाम्रा विचारहरू, शब्दहरू र कामहरू यस भवनका इँटाहरू हुन् । जब हामीले उहाँको शिक्षाको आधारमा तिनीहरूलाई मिलाएर राख्छौं, तब हामीमा जीवनको आँधी वा परीक्षामा खडा हुनसक्ने चरित्र निर्माण हुन्छ ।

येशूले दिनुभएको स्तरलाई पालन नगरी जो आफ्नो मनपरी जिउँछ, त्यो जग बिनानै बालुवामाथि बनाईएको घरजस्तो असफल हुन्छ । हुरी बतास आएको बेलामा ऊ खडा हुन सक्तैन ।

यदि तपाईं विजयी र सफलदायी ख्रीष्टियान हुन चाहनुहुन्छ भने तपाईंले आफ्नो जीवन ख्रीष्टको शिक्षामाथि बनाउनुहोस् र उहाँका स्तरहरूलाई पालन गर्नुहोस् । यसो गर्न पवित्र आत्माले तपाईंलाई सहायता गर्नुहुन्छ ।

तपाईंको अभ्यासको निम्ति

१७. ख्रीष्टको शिक्षाको आज्ञापालन गर्ने र आफ्नो ख्रीष्टियान जीवनको निम्ति यिनीहरूलाई आधार बनाउने व्यक्ति कस्तो हो ?

____ **क)** चट्टानमाथि आफ्नो घर बनाउने मानिसजस्तो ।

____ **ख)** बालुवामाथि आफ्नो घर बनाउने मानिसजस्तो ।

पाठ ६ का उत्तरहरू

१. ग) आमाबाबु ।
२. क) हाम्रा स्वर्गीय पिता ।
३. ख) येशू ख्रीष्ट
४. क) मतियोस ५,६ र ७
५. ग) ख्रीष्टियान जीविकाको स्तरको बारेमा सिकाउनुभयो
७. क) नम्र हुनु
   ख) परमेश्वरलाई पहिलो स्थान दिएर उहाँको इच्छाअनुसार चल्नु ।
८. क) सबै मानिसहरूका निम्ति नून जस्ता ।
   ग) संसारको निम्ति ज्योति जस्ता ।
९. ख) रीस र बदला
   ग) अनैतिक विचार र व्यभिचार ।
१०. ख) हाम्रा शत्रुहरूलाई प्रेम गर्नु ।
१२. ग) अरूहरूले तपाईंसँग जस्तो व्यवहार गरेको चाहनुहुन्छ त्यस्तै व्यवहार उनीहरूसँग गर्नुहोस् ।
१३. क) स्वर्गमा ।
१४. ग) सीधै परमेश्वरसँग प्रार्थना गर्नुपर्छ ।
१५. ख) "डाँडाको उपदेशमा" पाइएको प्रार्थनाको एक नमूना हो ।
१७. क) चट्टानमाथि आफ्नो घर बनाउने मानिसजस्तो ।

पाठ ७

तपाईंका निम्ति एक सहयोगी हुनुहुन्छ

यस पाठमा तपाईंले यी कुराहरूको अध्ययन गर्नुहुनेछ ...

पवित्र आत्मा तपाईंका सहयोगी हुनुहुन्छ
पवित्र आत्माको फल
आत्मामा हिंड्नु
तपाईंमा पवित्र आत्माको शक्ति
आत्माका वरदानहरू

पवित्र आत्मा तपाईंका सहयोगी हुनुहुन्छ

अब त तपाईं आफैले आफैलाई भन्न थाल्नु भयो होला: "यो सबै मेरो निम्ति गोलमालजस्तो देखिन्छ । म ख्रीष्टियान जीवन जिउन सक्छु कि सक्तिन मलाई थाहा छैन । त्यहाँ यति धेरै कुराहरू छन् कि तिनीहरूलाई म सम्भन पनि सक्तिन, भन तिनीहरू सबैलाई कसरी गर्नु ।"

निराश नहुनुहोस्! जस्तो यो देखिन्छ त्यस्तो गाह्रो हुँदैन किनभने पवित्र आत्मा तपाईंका सहयोगी हुनलाई आउनुभएको छ । ख्रीष्टियान जीवन तपाईंले पालन गर्नुपर्ने नियमहरूको एक मुठो होइन र तपाईं असल हुनलाई संघर्ष गर्नुपर्ने कुरामा भर पर्दैन । यो परमेश्वरले तपाईंको निम्ति गर्नुभएको कुरालाई स्वीकार गर्नु हो, र पवित्र आत्मालाई तपाईंमा रहन दिएर उहाँको इच्छाअनुसार चल्नु हो ।

तपाईंको अभ्यासको निम्ति

१. तपाईंसँग सधैं हुनको निम्ति परमेश्वरले पठाउनुभएका सहयोगी को हुनुहुन्छ ?

____ **क)** पूजाहारी ।

____ **ख)** पास्टर ।

____ **ग)** पवित्र आत्मा ।

२. ख्रीष्टियान जीवन

____ **क)** तपाईंले पालन गर्नुपर्ने नियमहरूको मुठो हो ।

____ **ख)** असल बन्नलाई तपाईंको निरन्तर संघर्ष हो ।

____ **ग)** ख्रीष्ट जस्तो हुने कोशिश गर्नु हो ।

____ **घ)** पवित्र आत्मालाई आफूमा बस्न दिएर उहाँको इच्छाअनुसार चल्नु हो ।

पवित्र आत्मा एकै समयमा जताततै हुनसक्नुहुन्छ। येशू पृथ्वीमा हुनुभएको बेला एक पल्टमा उहाँ एकै ठाउँमा मात्र हुनसक्नुहुन्थ्यो। जब उयहाँ स्वर्ग फर्किनु भयो, उहाँले सबै ख्रीष्टियानहरूमा बस्न, अगुवाई गर्न र हाम्रा समस्याहरूमा हामीलाई सहायता गर्नको निम्ति पवित्र आत्मा पठाउनु भयो।

> म पितासँग बिन्ती गर्नेछु, र उहाँले तिमीहरूलाई अर्को सल्लाहकार दिनुहुनेछ, र उहाँ तिमीहरूसँग सदासर्वदा रहनुहुनेछ। तर सल्लाहकार, अर्थात् पवित्र आत्मा, जसलाई पिताले मेरो नाउँमा पठाउनुहुनेछ, उहाँले तिमीहरूलाई सबै कुरा सिकाउनुहुनेछ, र मैले तिमीहरूलाई भनेका सबै कुरा तिमीहरूलाई याद दिलाउनुहुनेछ। योआनेस १४:१६, २६

तपाईंको अभ्यासको निम्ति

३. पवित्र आत्मा कोसँग हुनलाई आउनुभएको छ ?

____ **क)** सबै समयमा प्रत्येक ख्रीष्टियानसँग हुनलाई।

____ **ख)** थोरै ख्रीष्टियानहरूसँग मात्र हुनलाई।

पवित्र आत्माको फल

तपाईंको जीवनमा भएको पवित्र आत्माको उपस्थितिद्वारा उत्पादन गरिने फललाई आत्माको फल भनिन्छ। उहाँले तपाईंलाई असल काम गर्ने इच्छा दिनुहुन्छ र यो गर्नलाई उहाँले बल पनि दिनुहुन्छ। यदि तपाईंले उहाँलाई यस किसिमले सहायता र अगुवाई गर्नलाई दिनुभयो भने, उहाँले तपाईंमा एउटा अचम्म किसिमको ख्रीष्टियान चरित्रको विकास गर्नुहुन्छ। तपाईंको असल स्वभाव, बोली, र काम अत्तिनै स्वादिलो फल

जस्तो हुन्छ। तपाईंको परिवार र तपाईंका साथीहरू तपाईंको वरिपरि हुँदा आनन्दित हुन्छन्, तर सर्वप्रथम आत्माको यो फलले तपाईंको स्वर्गीय पितालाई खुशी तुल्याउँछ।

> "तर आत्माको फल चाहिँ प्रेम, आनन्द, शान्ति, धीरज, दया, भलाइ, विश्वस्तता, नम्रता र आत्म-संयम हुन्।" गलाती ५:२२, २३
>
> "तिमीहरूले धेरै फल फलाएर मेरा चेला हौ भन्ने प्रमाणित गर्‍यौ भने यसैमा मेरा पिताको महिमा हुनेछ।" योआनेस १५:८

तपाईंको अभ्यासको निम्ति

४. आत्माको फलले के को सम्बोधन गर्छ ?

____ **क)** आत्मिक सभामा उद्धार पाएका आत्माहरू।

____ **ख)** पवित्र आत्माले हाम्रो चरित्रमा उत्पादन गर्नुहुने असल गुणहरू।

५. गलाती ५:२२,२३ कण्ठ गर्नुहोस्।

हिँड्नु

हाम्रो आफ्नै बाटो जान चाहनु हाम्रो निम्ति स्वभाविक हो। यो मानवताको स्वभावै हो हामीले जे गर्नुपर्छ त्यो नगरेर हामीलाई मनलागेको काम हामी गर्न चाहन्छौं। यसैले हामीले पवित्र आत्माको भित्रि आवाजलाई सुन्नुपर्छ र उहाँले नै हामीलाई परमेश्वरको इच्छा गर्न र उहाँको बाटो पछ्याउन सहायता गर्नुहुन्छ।

> "पवित्र आत्माद्वारा हिंड् र तिमीहरूले पाप-स्वभावका लालसा पूरा नगर । हामी पवित्र आत्माद्वारा जिउँछौं भने आत्माकै अनुसार हिंडौं ।" गलाती ५:१६,२५

तपाईंको अभ्यासको निम्ति

६. गलाती ५:१६ मा "तिमीहरूले शरीरको लालसा कुनै किसिमले पूरा गर्नु पर्दैन्" भनी लेखिएका शब्दहरूको अर्थ के हो ?

____ **क)** तपाईंलाई खाँचो परेको कुरा तपाईंसँग हुनेछैन ।

____ **ख)** तपाईंले निराशाको जीवन जिउनुपर्नेछ ।

____ **ग)** आफ्नो इच्छाअनुसार गर्ने तपाईंको शारीरिक लालसामाथि तपाईंले विजय प्राप्त गर्नुहुनेछ ।

परमेश्वरको आत्माले तपाईंलाई अगुवाइ र बल दिनुहुनेछ, तर उहाँले तपाईंलाई स्वर्गतर्फको बाटोसम्म बोकेर जबरजस्ती लानुहुन्न । तपाईंले आफ्ना दुई खुट्टामा उभिएर हिंड्नुपर्छ । तपाई पवित्र आत्मासँग मिलेर आफूलाई अगुवाइ गर्न दिनुपर्छ । यसैलाई बाइबलले कहिलेकहीं आत्मामा हिड्ने भनी बताएको छ । तपाईंले आफ्नो बाइबल पढ्नुहुँदा र यसले सिकाएको कुरालाई व्यवहारमा लगाउनुहुँदा तपाईंले यो गरिरहनुभएकै छ ।

तपाईंको अभ्यासको निम्ति

७. आत्मामा हिंड्नु भनेको अर्थ

____ **क)** अन्तरध्यानको अवस्थामा लगातार जिउनु हो ।

____ **ख)** तपाईंको दैनिक काममा पवित्र आत्माको अगुवाई पछ्याउनु ।

तपाईंमा पवित्र आत्माको शक्ति

परमेश्वरको निम्ति गरिनुपर्ने काममा आफ्ना चेलाहरूलाई तिनीहरू आफ्नोभन्दा ठूलो शक्तिको खाँचो छ भन्ने कुरा येशूलाई थाहा थियो । यसैले सारा संसारभरी उहाँको साक्षी हुने शक्ति पाउनलाई पवित्र आत्माले नभरिञ्जेल पर्खिरहनु भनी उहाँले तिनीहरूलाई बताउनुभयो ।

> "तर पिताले गर्नुभएको प्रतिज्ञाको प्रतीक्षा गर, किनकि योआनेसले त पानीले बप्तिस्मा दिए, तर अबका थोरै दिनमा पवित्र आत्मामा तिमीहरूको बप्तिस्मा हुनेछौ । ... तर पवित्र आत्मा तिमीहरूमा आउनुभएपछि तिमीहरूले शक्ति पाउनेछौ, र तिमीहरू यरूशलेममा, सारा यहूदियामा, सामरियामा र पृथ्वीको अन्तिमछेउसम्म मेरा गवाही हुनेछौ ।" प्रेरित १:४,५,८

बप्तिस्मा दिने योआनेसले येशूको बारेमा बताए:

> "उहाँले तिमीहरूलाई पवित्र आत्मा र आगोले बप्तिस्मा दिनुहुनेछ ।"
> लूकास ३:१६

तपाईंको अभ्यासको निम्ति

८. प्रेरित १:४,५,८ तीनपल्ट पढ्नुहोस्
९. येशूले कसरी बप्तिस्मा दिनुहुन्छ भनी योआनेसले बताए ?
____ **क)** पश्चातापको निम्ति पानीको बप्तिस्मा ।
____ **ख)** पवित्र आत्मा र आगोद्वारा बप्तिस्मा ।

प्रेरितको पुस्तकले पेन्तिकोसको दिनमा कसरी परमेश्वरले आफ्नो प्रतिज्ञा पूरा गर्नुभयो र त्यसपछि कत्ति अचम्मका नतिजाहरू निस्के त्यसबारे हामीलाई बडो उत्साहित घटना बताउँछ ।

> "अनि तिनीहरू सबै जना पवित्र आत्माले भरिए, र पवित्र आत्माले तिनीहरूलाई दिनुभएको उच्चारणबमोजिम तिनीहरू अन्य भाषाहरूमा बोल्न लागे । अब स्वर्गमुनि भएको हरेक देशबाट ईश्वरभक्त यहूदीहरू त्यस बेला यरूशलेममा बसेका थिए । तब यो आवाज सुनेर तिनीहरू सबै आश्चर्यचकित भए, र अचम्म मानेर भन्न लागे, के यी बोल्नेहरू सबै गालीलीहरू होइनन् र ? कसरी तिनीहरू हरेकले हाम्रा मातृभाषामा बोलेको हामी सुन्छौं ?" प्रेरित २:४,५,७,११

पवित्र आत्मामा बप्तिस्मा वा पवित्र आत्माको भरपूरिलाई पेन्तिकोसको अनुभव पनि भनिन्छ किनभने यस्तो घटना पहिलोपल्ट पेन्तिकोसको दिनमा घटेको थियो । एक व्यक्तिले पवित्र आत्माको शक्तिको अधीनमा भएर बोल्दा ऊ आफूले थाहा नपाएको भाषा प्रयोग गर्छ, यसलाई कहिलेकहीं हामी ग्लोसोललिया पनि भन्छौं । यो ग्रीक शब्दको अर्थ अन्य भाषाहरूमा बोल्नु हो । हामी यसलाई क्यारिसम्याटीक

अनुभव पनि भन्छौं, यो क्यारिस्मा शब्दबाट लिइएको हो जसको अर्थ वरदान भन्ने हुन्छ । यसको अर्थ यो पवित्र आत्माको वरदान र अलौकिक अनुभव हो ।

तपाईंको अभ्यासको निम्ति

१०. पवित्र आत्माको बप्तिस्मालाई के भनिन्छ ?

____ **क)** ख्रीष्टको शरीरमा भएको बप्तिस्मा ।

____ **ख)** डुबकाउको बप्तिस्मा ।

____ **ग)** पेन्तिकोसको अनुभव ।

११. पवित्र आत्माको शक्तिमा अरू भाषामा बोल्नुलाई के भनिन्छ ?

____ **क)** ग्लोसोललिया वा अन्य भाषामा बोल्नु ।

____ **ख)** शब्दकोश ।

____ **ग)** भाषिक योग्यता ।

पवित्र आत्माले हामीलाई शक्ति दिनुहुन्छ भनी येशूले प्रतिज्ञा गर्नुभएको छ । यो शक्ति दुईवटा उद्देश्यको निम्ति दिइन्छः

- अरूहरूलाई येशूको बारेमा बताउनको निम्ति हामीलाई सहायता गर्न ।
- अझै प्रभावशाली रूपमा प्रार्थना गर्नको निम्ति हामीलाई सहायता गर्न ।

जब ख्रीष्टियानहरूले पवित्र आत्माको शक्तिमा गवाही दिन्छन् र प्रार्थना गर्छन्, प्रार्थनाको उत्तरमा अचम्मका कामहरू हुन्छन् र धेरै आत्माहरू प्रभुमा फर्कन्छन् ।

> "तब पत्रुसले एघार जनासित उभिई आफ्नो स्वर उचालेर तिनीहरूलाई सम्बोधन गरे ।
>
> … जसजसले तिनको कुरा ग्रहण गरे तिनीहरूले बप्तिस्मा लिए, र त्यसै दिन प्रायः तीनहजार प्राणीहरू तिनीहरूमा थपिए ।" प्रेरित २:१४, ४१
>
> "तिनीहरू सबैजना पवित्र आत्माले भरिए, र तिनीहरूले साहससित परमेश्‍वरको वचन बोले ।" प्रेरित ४:३१

तपाईंको अभ्यासको निम्ति

१२. खीष्टियानहरूलाई मुख्य गरी के कुरा गर्ने शक्ति दिन पवित्र आत्माको बप्तिस्मा हुन्छ ?

____ **क)** प्रभावशाली प्रकारले प्रार्थना गर्न र खीष्टको निम्ति गवाही हुन ।

____ **ख)** अरूहरूलाई आफ्नो आफ्नो आत्मिकताले प्रभाव पार्न ।

____ **ग)** आश्‍चर्यकर्महरू गर्न ।

उही शक्ति आजका खीष्टियानहरूको निम्ति पनि छ । बिसौं शताब्दीको शुरूदेखिनै संसारभरि भएका विभिन्न संस्थाका मण्डलीहरूका करोडौं मानिसहरू शक्तिको बप्तिस्मामा यो पेन्तिकोसको अनुभवमा आनन्दित भएका छन् ।

> "पश्चाताप गर, र तिमीहरूका पापक्षमाको निम्ति येशू ख्रीष्टको नाउँमा तिमीहरू प्रत्येकले बप्तिस्मा लेऊ, र तिमीहरूले पवित्र आत्माको वरदान पाउनेछौ । किनकि प्रतिज्ञा तिमीहरूका निम्ति, र तिमीहरूका सन्तानको निम्ति, र टाढा टाढामा रहेका सबैका निम्ति हो, प्रत्येक जसलाई प्रभु हाम्रा परमेश्वरले बोलाउनुहुन्छ ।"
> प्रेरित २:३८, ३९

तपाईंको अभ्यासको निमित

१३. के तपाईं आफ्नो जीवनमा पवित्र आत्माको यो शक्ति चाहनुहुन्छ ? ______________________

के तपाईं प्रभुको बारेमा अरूहरूलाई भन्न सजिलो होस् भनेर आफ्नो आत्मामा आगो बलेको चाहनुहुन्छ ? ____________

के तपाई अझै शक्तिशाली रूपमा प्रार्थना गर्न चाहनुहुन्छ ? ____________ यो अचम्मको पेन्तिकोसको अनुभव तपाईंको निम्ति हो । पवित्र आत्माको बप्तिस्मा दिनुहोस् भनी परमेश्वरसँग माग्नुहोस् ।

आत्माका वरदानहरू

ख्रीष्टले आफ्नो मण्डली आत्मिक शक्तिले भरिएको चाहनुहुन्छ । यसैले पवित्र आत्माले विभिन्न सदस्यहरूलाई विशेष वरदानहरू र योग्यताहरू दिनुहुन्छ । यसरी हरेक सदस्यले मण्डलीको काम र वृद्धिमा सहभागिता पाएको हुन्छ ।

> "वरदान विभिन्न किसिमका छन्, तर पवित्र आत्मा एउटै हुनुहुन्छ। सबैको हितको लागि नै पवित्र आत्माको काम प्रकट हुन हरेकलाई दिइएको छ।
> ...उहाँले हरेकलाई उहाँको इच्छाअनुसार वरदान दिनुहुन्छ।"
> १ कोरिन्थी १२:४,७,११

तपाईंको अभ्यासको निम्ति

१४. पवित्र आत्माका वरदानहरू कसको निम्ति हो ?

____ **क)** शुरूको मण्डलीका प्रेरितहरूलाई मात्र।

____ **ख)** प्रचारकहरूलाई मात्र।

____ **ग)** आजको मण्डलीका सदस्यहरूका निम्ति।

१५. परमेश्वरले सारा संसारभरि नै लगाताररूपमा पेन्तिकोसको जागृति दिनुभएको होस् भनी प्रार्थना गर्नुहोस्।

१६. पवित्र आत्माले तपाईंको मण्डलीका सदस्यहरूलाई आफ्नो वरदानहरू दिनुभएकोहोस् भनी प्रार्थना गर्नुहोस्।

पाठ ७ का उत्तरहरू

१. ग) पवित्र आत्मा

२. घ) पवित्र आत्मालाई आफूमा बस्न दिएर उहाँको इच्छाअनुसार चल्नु हो ।

३. क) सबै समयमा प्रत्येक ख्रीष्टियानसँग हुनलाई ।

४. ख) पवित्र आत्माले हाम्रो चरित्रमा उत्पादन गर्नुहुने असल गुणहरू ।

६. ग) आफ्नो इच्छाअनुसार गर्ने तपाईंको शारीरिक लालसामाथि तपाईंले विजय प्राप्त गर्नुहुनेछ ।

७. ख) तपाईंको दैनिक काममा पवित्र आत्माको अगुवाई पछ्याउनु ।

९. ख) पवित्र आत्मा र आगोद्वारा बप्तिस्मा ।

१०. ग) पेन्तिकोसको अनुभव ।

११. क) ग्लोसोललिया वा अन्य भाषामा बोल्नु ।

१२. क) प्रभावशाली प्रकारले प्रार्थना गर्न र ख्रीष्टको निम्ति गवाही हुन् ।

१४. ग) आजको मण्डलीका सदस्यहरूका निम्ति ।

पाठ ८

तपाईंको जीवन ज्योति हो

यस पाठमा तपाईंले यी कुराहरूको अध्ययन गर्नुहुनेछ ...

संसारको ज्योति
तपाईंको मैनबत्ती
इमान्दारी हुनु
परमेश्वरको बालक जस्तोगरी बोल्नु
अरूहरूलाई सहायता गर्नु
बुद्धिमानपूर्वक काम गर्नु
सफा राख्नु
साधारण हुनु
इमान्दारी काम
आफ्नो परिवारसँग ठीक व्यवहार गर्नु

अहिले सम्म हामीले तपाईंको नयाँ जीवन के हो र यसलाई कसरी विकास गर्नुपर्छ भन्ने बारेमा विशेष गरी कुराकानी गरिरहेका

थियौं। यस पाठमा हामीले तपाईंको वरिपरि भएका मानिसहरूको निम्ति तपाईंको जीवनले के गर्छ त्यस विषयमा विचार गर्नेछौं।

संसारको ज्योति

बाइबलले हामीलाई सिकाउँछ कि परमेश्वरको बारेमा भएको पाप, भूल र अज्ञान अँध्यारो जस्तो हो। ख्रीष्ट बिनाको हरेक व्यक्ति यस अँध्यारोमा यताउति भौंतारिरहेको हुन्छ। त्यस व्यक्ति हराएको, शैतानद्वारा ठगिएको र स्वर्गसम्म पुग्ने बाटो भेट्टाउन असमर्थ भएको हुन्छ।

परमेश्वरले आफ्नो कृपामा संसारको ज्योति हुनलाई आफ्नो पुत्र येशू ख्रीष्ट पठाउनुभयो।

> येशूले फेरि तिनीहरूलाई भन्नुभयो, "म संसारको ज्योति हुँ। मलाई पछ्याउने अन्धकारमा हिँड्डुल गर्नेछैन, तर त्यसले जीवनको ज्योति पाउनेछ।" योआनेस ८:१२

तपाईंको अभ्यासको निम्ति

१. योआनेस ८:१२ कण्ठ गर्नुहोस्।

तपाईंको मैनबत्ती

तपाईंको जीवन एउटा मैनबत्ती, दियो वा चिम जस्तो हो। तपाईंमा भएको येशूको उपस्थिति मैनबत्तीलाई बाल्ने आगो वा चिममा ज्योतिलाई चम्काउने शक्ति जस्तो हो।

> परमप्रभुको दियो मानिसको आत्मालाई खोजी गर्छ,
> हित्तोपदेश २०:२७

तपाईं परमेश्वरको दियो, उहाँको बत्ती हुनुहुन्छ। येशूको भलाइ र सत्यता तपाईंका सबै कामहरूद्वारा उज्ज्वल भएर चम्किनुपर्छ।

> "तिमीहरू संसारका ज्योति हौ। ...यसरी नै तिमीहरूको ज्योति मानिसहरूका सामुन्ने चम्कोस्, र तिनीहरूले तिमीहरूका सुकर्म देखून् र स्वर्गमा हुनुहुने तिमीहरूका पिताको महिमा गरून्" मतियोस ५:१४,१६

तपाईंको अभ्यासको निम्ति

२. तपाईं अरू मानिसहरूका निम्ति ज्योति हुनुहुन्छ, किनभने

____ **क)** तपाईं सधैं यस्तो अचम्मको व्यक्ति हुनुभएको छ।

____ **ख)** तपाईंको मगज बुद्धिमान् छ।

____ **ग)** येशूको उपस्थिति, भलाई र सत्यता तपाईंद्वारा चम्किन्छ।

३. हित्तोपदेश २०:२७ कण्ठ गर्नुहोस्।

४. मतियोस ५:१४,१६ कण्ठ गर्नुहोस्।

तपाईको जीवनले तपाईंको वरिपरि रहनेहरूलाई मुक्तिदाता र स्वर्ग देखाउनसक्नुहोस् भनी परमेश्वरले तपाईंलाई अँध्यारो ठाउँमा एउटा बत्तीको रूपमा राख्नु भएको छ। तपाईंले भन्नुभएको परमेश्वरको शक्ति साँचो हो कि होइन भनी धेरैले तपाईंलाई हेरिरहेका छन्। सुसमाचारको शक्तिले एक व्यक्तिको जीवन परिवर्तन हुन्छ भनी तपाईंको जीवनले तिनीहरूलाई देखाउनुपर्छ। तपाईं खीष्टको निम्ति गवाही हुनुहुन्छ। तपाईं उहाँको निम्ति जे गर्नुहुन्छ, तपाईंका शब्दहरूभन्दा पनि बढी यो उहाँको निम्ति साक्षी हुन्छ।

तपाईंको अभ्यासको निम्ति

५. खीष्टको शिक्षा अनुसार जिउनु

___ **क)** अरूहरूलाई खीष्टको सुसमाचारको सत्यताद्वारा प्रभावित पार्ने सबैभन्दा शक्तिशाली साक्षी हो ।

___ **ख)** असल प्रचार होउञ्जेलसम्म मानिसहरूलाई खीष्टमा डोऱ्याउनलाई त्यति महत्वपूर्ण छैन ।

६. तपाईंले उसको जीवनलाई हेरेर येशूलाई पछ्याउन चाहनु भएको व्यक्तिलाई चिन्नुहुन्छ ?

७. के तपाईं प्रभुको निम्ति चम्किलो बत्ती हुन चाहनुहुन्छ ?

८. परमेश्वरको बत्तीको रूपमा के तपाईं जहाँ धेरै अँध्यारो छ त्यहाँ उहाँले तपाईंलाई लगेको चाहनुहुन्छ ?

९. अरूहरूलाई स्वर्ग देखाउन तपाईंको जीवनलाई प्रभुले दिन दिनै प्रयोग गर्नुभएको होस् भनी उहाँसँग प्रार्थना गर्नुहोस् ।

खीष्टियान जीवनबाट चम्कने र सुसमाचारको सत्यताले अरूहरूलाई प्रभावित पार्ने ज्योतिका केही किरणहरूलाई हेरौं ।

इमानदारी हुनु

तपाईंको ऋण ठीक समयमा तिर्नु असल साक्षी हो । आफ्नो दैनिक व्यवहारका सबै कामहरूमा एक खीष्टियान निष्कपट र इमान्दारी हुनुपर्छ । आफूले सापटी लिएको कुरालाई ठीक स्थितिमा र तुरून्तै फिर्ता गर्नुपर्छ । आफूले पूरा गर्न नसक्ने आर्थिक जिम्मेवारी उसले लिनु हुँदैन । उसले आफ्नो वचन (प्रतिज्ञा) पुरा गर्नुपर्छ ।

"तिर्नुपर्ने कुरा सबैलाई तिर- कर तिर्नुपर्नेलाई कर, महसूल तिर्नुपर्नेलाई महसूल, आदर गर्नुपर्नेलाई आदर, इज्जत गर्नुपर्नेलाई इज्जत गर। आपसमा प्रेम गर्नुबाहेक कसैको केही कुरामा ऋणी नहोओ।" रोमी १३:७, ८

"कसैलाई खराबको सट्टा खराब नगर। जुन कुरा सबै मानिसहरूका दृष्टिमा आदरणीय छ, तिनमा ध्यान देओ।" रोमी १२:१७

तपाईंको अभ्यासको निम्ति

१०. नतिरिएको ऋण

____ **क)** ले हाम्रो गवाहीलाई कमजोरी तुल्याउँछ।

____ **ख)** हाम्रो जीवन परिवर्तनको समय भन्दा पहिलेको हो भने बिर्से पनि हुन्छ।

परमेश्वरको बालक जस्तोगरी बोल्नु

यदि तपाईंले श्राप दिनुभयो र किरियाहाल्नुभो वा फोहोर कथा भन्नुभयो भने उद्धार गर्ने परमेश्वरको शक्तिको बारेमा मानिसहरूले के विचार गर्छन् होला ? यदि तपाईंले झगडा, अरूहरूको आलोचना, आफैमाथि घमण्ड गर्नुभयो, झूट बोल्नुभयो, कठोर र घिनलाग्दो भाषा प्रयोग गर्नुभयो भने के तपाईंको ज्योति परमेश्वरको निम्ति चम्कन्छ त ?

अर्को तर्फ हेर्दा खीष्टियान हुने व्यक्तिहरूको बोलीचाली परिवर्तन भएको देखेर धेरै मानिसहरू सुसमाचारको शक्तिबाट प्रभावित भएका छन् ।

एक व्यक्तिले गर्नुपर्ने कामहरूमा एउटा गाह्रो कुराचाहिँ आफ्नो जिब्रोको अधीन गर्नु हो । तपाईंले भन्नुभएको कुरा मात्र होइन, तपाईंको बोलीको लबाजले नै कति मानिसहरूलाई ख्रीष्टकहाँ आउनलाई सहायता पुग्छ कित तिनीहरू ख्रीष्टियान विश्वास विरोधी हुन जान्छन् ।

> "यदि कोही मानिसले आफूलाई धर्मी सम्झन्छ, र आफ्नो जिब्रोमा लगाम लाउँदैन, तर आफ्नो हृदयलाई धोखा दिन्छ भनेता त्यस मानिसको धर्म व्यर्थ हुन्छ ।" याकूब १:२६

तपाईंको अभ्यासको निम्ति

११. आफैलाई प्रश्न सोध्नुहोस्: "जसरी म बोल्छु त्यसले मानिसहरूलाई परमेश्वरको प्रेमको अनुभव गर्न लगाउँछ त ? येशू मेरै छेउमै हुनुभएको जस्तोगरी के म सधैं बोल्छु त ?
१२. परमेश्वरको बालकले बोल्ने जस्तो गरी प्रत्येक दिन बोल्नलाई सहायता गर्नुहोस् भनी येशूसँग बिन्ति गर्नुहोस् ।

अरूहरूलाई सहायता गर्नु

यदि हामीले साँचो रूपमा "हाम्रो छिमेकीलाई आफूलाईझैं प्रेम गर्छौं" भने जसलाई हाम्रो खाँचो छ तिनीहरूलाई जस्तो किसिमले भए पनि सहायता गरेर यसलाई हामीले व्यावहारिक रूपमा देखाउँछौं ।

> "परमेश्वर र पिताको अगाडि शुद्ध र पवित्र धर्म यही हो: अनाथ र विधवाहरूलाई तिनीहरूको कष्टमा हेरचाहा गर्नु, र आफूलाई संसारबाट निष्कलङ्क राख्नु ।" याकूब १:२७

तपाईंको अभ्यासको निम्ति

१३. अनाथ वा विधवाहरूजस्ता खाँचोमा परेकाहरूलाई सहायता गर्न तपाईको मण्डलीमा कुनै निश्चित योजना छ ? के तपाईं यस काममा भाग लिनुहुन्छ ?

१४. तपाईंको वरिपरि समस्या र संकष्टमा परेका मानिसहरूको बारेमा विचार गर्नुहोस् । के तपाईंले सहायता गर्न सक्ने कुनै उपाय छ ? तपाईंले तिनीहरूको वास्ता गर्नुहुन्छ भनी के तपाईंले देखाउनुभएको छ ? तपाईंको सहायताको खाँचो हुनेहरूलाई साँचो साथी बनी कसरी सहायता गर्न सकिन्छ, देखाउनुहोस् भनी परमेश्वरसँग बिन्ति गर्नुहोस् ।

बुद्धिमानीपूर्वक काम गर्नु

"सबै किसिमको खराबीबाट अलग बस ।" १ थेसलोनिकी ५:२२

मूर्ख कामहरूले परमेश्वरको निम्ति भएको एक व्यक्तिको प्रभावलाई नाश गर्न सक्छन्! खीष्टियानहरूको बीचमा भ्रातृप्रेम हुनु महत्त्वपूर्ण कुरा हो तर अरूहरूसँग हामी त्यति घुलमिल गर्नुहुँदैन । तपाईंले गर्नुभएको कामलाई अरू व्यक्तिहरूले कस्तो किसिमले हेर्छन् ? बुद्धिमानीपूर्वक काम गर्नुहोस् । तपाईंले गर्नुहुने सबै काममा एक असल नमूना हुनुहोस् र तपाईंको ज्योति परमेश्वरको निम्ति उज्ज्वल भई चम्किने छ ।

"यसैकारण तिमीलाई जे असल लाग्छ त्यसलाई अरूले खराब भन्न नदेओ" रोमी १४:१६

"जवान छु भन्दैमा कसैले तिमीलाई तुच्छ नठानोस् तर विश्वासीहरूका अघि बोलीवचन, आचरण र प्रेममा, विश्वासमा र शुद्धतामा तिमी एक उदाहरण बन ।" १ तिमोथियस ४:१२

तपाईंको अभ्यासको निम्ति

१५. १ तिमोथियस ४:१२ मा पौलसले के कुरामा विश्वासीहरूको निम्ति उदाहरण हुनु भनी तिमोथियसलाई भनेका छन् ?

____ **क)** अतिथि सत्कार, सरलता, वचन र काममा ।

____ **ख)** पवित्र जीवन, प्रेम, सुसमाचार प्रचार र आनन्दमा ।

____ **ग)** वचन, चालचलन, प्रेम, विश्वास र शुद्धतामा ।

सफा राख्नु

एउटा ख्रीष्टियानले आफ्नो घरमा, कपडामा र व्यक्तित्वमा सफापनको उदाहरण देखाउनलाई स्वास्थ्यका नियमहरूको पालन गर्ने कोसिस गर्दछ तर सफापन त्योभन्दा पनि अझ टाढा जान्छ । तपाईंको शरीर पवित्र आत्माको मन्दिर हो! त्यसैले तपाईंले यसलाई बाहिर र भित्र सफा राख्नैपर्दछ । तपाईंको शरीर कुनै किसिमको खराब वा अनैतिक कामद्वारा चलाइनु, कमजोर वा बिरामी पारिनुहुँदैन । प्रभुको निम्ति काम गर्न सक्नलाई तपाईंले आफ्नो शरीर बलियो र स्वस्थ राख्नुहोस् ।

तपाईंको अभ्यासको निम्ति

१६. (कुनै दुईवटा छान्नुहोस्) सफा राख्नु-

____ **क)** गरिब मानिसको निम्ति महत्त्वपूर्ण छैन ।

____ **ख)** मा एक व्यक्तिको स्वास्थ्यमा असर पर्छ ।

____ **ग)** मा हामीले दिएको गवाहीमा असर पर्छ ।

यो सबैलाई थाह भएको तथ्य हो कि चुरोट खानाले फोक्सोको क्यानसर हुनुका साथै धेरैको मृत्युको हुन सक्छ। रक्सी पियाइ र लागूपदार्थको सेवन गर्नाले वर्षेनी हजारौं मानिसहरूको मृत्यु भई रहेको छ। हामीले एकैचोटि वा बिस्तारै पनि आत्महत्या गर्नुहुँदैन किनभने यसले "परमेश्वरको मन्दिरलाई नाश गरिरहेको" हुन्छ।

> "तिमीहरू परमेश्वरका मन्दिर हौ र परमेश्वरका आत्मा तिमीहरूमा वास गर्नुहुन्छ। कसैले परमेश्वरको मन्दिरलाई नष्ट गर्दछ भने परमेश्वरले त्यसलाई नष्ट गर्नुहुनेछ किनकि परमेश्वरको मन्दिर पवित्र हुन्छ र त्यो मन्दिर तिमीहरू नै हौ।" १ कोरिन्थी ३:१६, १७

तपाईंको अभ्यासको निम्ति

१७. किन हामी मतवालीपन, लागूपदार्थ, सुर्ती र रक्सीको प्रयोगको विरोध गर्छौं ?

____ **क)** किनभने पैसालाई बर्बाद गरेर हामीले महँगो खराब बानी बसालेका छौं।

____ **ख)** किनभने तिनीहरूले पवित्र आत्माको मन्दिर हाम्रो शरीरलाई नोक्सानी गर्दछन्।

बाइबलले मतवालीपनको विरोध गर्दछ-

> "दाखमद्यले नमात्तिओ, कारण त्यो विलासिता हो तर पवित्र आत्माले भरिपूर्ण होओ।" एफिसी ५:१८
> "अधर्मीहरू परमेश्वरका राज्यका हकदार हुँदैनन् भन्ने के तिमीहरूलाई थाह छैन ? धोका नखाओ- अनैतिकहरू, मूर्तिपूजकहरू, व्यभिचारीहरू, पुरूषगामीहरू, निन्दा गर्नेहरू,

> लुटाहाहरू परमेश्वरका राज्यको हकदार हुने छैनन् । तिमीहरू कोही यस्तै थियौ तर तिमीहरू धोइयौ, पवित्र पारियौ, प्रभु येशू खीष्टको नाउँमा हाम्रा परमेश्वरका आत्माद्वारा निर्दोष ठहराइयौ ।" (१ कोरिन्थी ६: ९-११)

यदि तपाईंमा यी कुराहरूमध्ये केहीको समस्या छ भने आफ्नो पास्टरसँग कुरा गर्नुहोस् । उहाँ र मण्डलीलाई तपाईंको निम्ति प्रार्थना गरिदिनुहोस् भनी बिन्ति गर्नुहोस् र यसरी तपाईंले पूर्ण विजय प्राप्त गर्न सक्नुहुनेछ । तपाईंको परिवर्तित जीवन पाप र दुष्टताको बन्धनबाट छुटकारा हुन चाहने व्यक्तिहरूको निम्ति एक ठूलो गवाही हुनेछ ।

तपाईंको अभ्यासको निम्ति

१८. एक खीष्टियानलाई आफ्ना खराब बानीहरूबाट छुटकारा पाउनलाई कठिन परिरहेको छ भने, उसले-

____ **क)** मण्डलीमा जान छोड्नुपर्छ ।

____ **ख)** गुप्त रूपमा आफ्ना बानीहरूलाई राखिछोड्नुपर्छ ।

____ **ग)** पास्टर र अरू खीष्टियानहरूसँग उसको निम्ति प्रार्थना गरिदिनु भनी बिन्ति गर्नुपर्छ ।

साधारण हुनु

हामी हाम्रो बोलीवचन, काम र व्यवहारमा साधारण हुनुपर्छ। साधारणपन घमन्ड र व्यर्थताको विपरीत हो। यदि हामी आफू अरूहरूभन्दा उत्तम छौँ भनी देखाउँदछौँ र हामीले नगर्ने किसिमको काम गर्ने व्यक्तिहरूलाई नीच दृष्टिले हेर्छौँ भने तिनीहरूलाई प्रभुको निम्ति जित्नुको सट्टा ख्रीष्टियान विश्वासबाट टाढा धपाउँदछौँ।

हामीले यो कुराको महसुस गर्नैपर्छ कि हामी को हौँ ? हामीले के गर्दछौँ ? वा हामीसँग के छ भन्ने विषयमा हामीले घमण्ड गर्ने कुनै अधिकार नै छैन। परमेश्वरले हाम्रो निम्ति गर्नुभएको वा दिनुभएको कुराको योग्य हामी छँदैछैनौँ। यो कुरालाई याद गर्नुहोस् कि हाम्रो जीवनमा उहाँको कृपा र उहाँको काम नभएको भए हामी संसारमा भएकाहरूमध्ये सबैभन्दा पापी र घिनलाग्दा हुनेथियौँ

एउटा व्यर्थ, घमण्डी व्यक्तिले उसलाई हेरेको चाहन्छ। उसले आधुनिकपन देखाएर, महँगो लुगाहरू लगाएर वा आफ्नो ज्ञान र योग्यता दर्शाएर मानिसहरूको ध्यानलाई आफूतिर आकर्षित गर्न चाहन्छ। उसले चलनचल्तीमा भएको पोशाक वा व्यवहारको विरूद्धमा गएर मानिसहरूको ध्यानलाई आफूतिर तान्ने कोसिस गर्दछ। एउटा घमण्डी व्यक्तिले आफ्नो आत्मिक अनुभव र प्रभुमा भएको आफ्नो समर्पणको बारेमा घमण्ड गर्न सक्दछ। एउटा साधारण वा सरल व्यक्ति त्यस्तो हुँदैन। उसले अरूहरूको
ध्यान आकर्षित गर्ने कोसिस गर्दैन।

एउटा साधारण ख्रीष्टियानले अनौठो, अस्वाभाविक वा प्रभुका सन्तानको निम्ति ग्रहणयोग्य नभएको जुनसुकै कुरालाई पनि तिरस्कार गर्दछ।

बाइबलका धेरै खण्डहरूले विशेष गरी स्त्रीहरू साधारण हुनुपर्छ र तिनीहरूले व्यर्थका कुराहरूतिर ध्यान लगाउनुहुँदैन भनी जोड

दिएका छन्। राम्री हुन खोज्नु स्त्रीहरूको निम्ति स्वाभाविक कुरा हो। परमेश्वर सुन्दरताको विरूद्धमा हुनुहुन्न। भजनसङ्ग्रह १४९:४ मा उहाँले "नम्रहरूलाई मुक्तिले शोभायमान गराउनुहुन्छ" भनी प्रतिज्ञा गर्नुभएको छ। परमेशवरले हाम्रो सुन्दरता भित्रबाट आएको चाहनुहुन्छ- सुन्दर चरित्रबाट प्रसन्न र खुसी अनुहारमा चम्कने सुन्दरता ! उहाँले हामीलाई भन्नुभएको छ कि हामीले लगाउन सक्ने सबैभन्दा उत्तम सुन्दरता नम्र र शान्त आत्मा हो।

> "तिमीहरूका भित्री हृदयलाई भलो र शान्त आत्माको अविनाशी रत्नले सजाओ जो परमेश्वरको दृष्टिमा साह्रै मूल्यवान छ।" १ पत्रुस ३:४

तपाईंको अभ्यासको निम्ति

१९. साधारणपन-

____ **क)** ख्रीष्टियान पवित्रता हो।

____ **ख)** आफू नीच हुँ भन्ने कुराको चिन्ह हो।

____ **ग)** व्यर्थताको एक रूप हो।

इमान्दारी काम

हामीले हाम्रो जीविका चलाउनको निम्ति इमान्दारी काम गरेर कमाउनुपर्छ र धनसम्पत्तिको प्रेमले हामीलाई जुवा खेल्ने, चिठ्ठा हाल्ने, बाजी थाप्ने वा यस्तै मौकाका खेलहरूतर्फ लानुहुँदैन र अरूहरूलाई नोक्सानी पुऱ्याउने कुरा बनाउन वा बिक्री गर्न हामी चाहँदैनौं।

> "किनभने रूपियाँपैसाको मोह नै सबै किसिमका खराबीको जड हो।" १ तिमोथियस ६:१०

परमेश्वरले हामीलाई अल्छी होइन तर असल कामदारहरू भएको हेर्न चाहनुहुन्छ। बिना गनगन आफ्नो कामलाई राम्रोसँग गर्ने ख्रीष्टियानहरूले एकभन्दा बढी कामदारहरूलाई सुसमाचारको शक्तिको तथ्यको बारेमा प्रभावित पारेका छन्।

> कसैले काम गर्दैन भनेता त्यसले खाना पनि नखाओस्। २ थेसलोनिकी ३:१०
>
> "हामीले तिमीहरूलाई आज्ञा दिएझैं तिमीहरू शान्त रहने, आफ्नै धन्धाको फिक्री गर्ने र आफ्नै हातले काम गर्ने प्रयत्न गर ताकि बाहिरकाहरूद्वारा आदर पाउन सक र कसैको भरमा नपर।" १ थेसलोनिकी ४:११, १२

तपाईंको अभ्यासको निम्ति

२०. बाइबलले सिकाउँछ कि एउटा व्यक्तिले काम गर्न चाहँदैन भने-
____ **क)** ऊ मालिक हुनुपर्छ। ____ **ख)** उसले खानै नखाओस्।

२१. असल र भरपर्दो काम
____ **क)** तपाईंको गवाहीको निम्ति बाधा हो।
____ **ख)** तपाईंको ज्योति चम्काउने असल बाटो हो।
____ **ग)** महत्त्वपूर्ण छैन।

आफ्नो परिवारसँग ठीक व्यवहार गर्नु

तपाईंले यसको बारेमा अर्को पाठमा अध्ययन गर्नुहुनेछ तर तपाईंको पारिवारिक जीवनको प्रभावको उल्लेख नगरिकन तपाईंको

साक्षी विषयलाई त्यसै छोड्नु असम्भव छ। आफैँलाई ख्रीष्टियान हौँ भन्ने मानिसहरूको घरमा झगडा भएको कारणले धेरैले सुसमाचारमा आफ्नो जिज्ञासा गुमाएका छन्। अर्को किसिममा भन्ने हो भने प्रचारमा अलिअलि इच्छा राख्ने व्यक्तिहरूले ख्रीष्टियान परिवारमा प्रभुको धैर्य, प्रेम र आनन्द देखेर ख्रीष्टको निम्ति जितिएका छन्।

तपाईंको अभ्यासको निम्ति

२२. तपाईंको ज्योति कहाँकहाँ चम्किन सक्छ, ती ठाउँहरूलाई हेर्नुहोस् र हरेक ठाउँमा सहायता गर्नुहोस् भनी प्रभुसँग प्रार्थना गर्नुहोस्।

पाठ आठका उत्तरहरू

२. ग) येशूको उपस्थिति, भलाइ र सत्यता तपाईंद्वारा चम्किन्छ।

५. क) अरूहरूलाई ख्रीष्टको सुसमाचारको सत्यताद्वारा प्रभावित पार्ने सबैभन्दा शक्तिशाली साक्षी हो।

१०. क) ले हाम्रो गवाहीलाई कमजोर तुल्याउँछ।

१५. ग) वचन, चालचलन, प्रेम, विश्वास र शुद्धता।

१६. ख) एक व्यक्तिको स्वास्थ्यमा असर पर्छ।

ग) हामीले दिएको गवाहीमा असर पर्छ।

१७. ख) किनभने तिनीहरूले पवित्र आत्माको मन्दिर हाम्रो शरीरलाई नोक्सानी गर्दछन्।

१८. ग) पास्टर र अरू ख्रीष्टियानहरूसँग उसको निम्ति प्रार्थना गरिदिनु भनी बिन्ति गर्नुपर्छ।

१९. क) ख्रीष्टियान पवित्रता हो।

२०. ख) उसले खानै नखाओस्।

२१. ख) तपाईंको ज्योति चम्काउने असल बाटो हो।

पाठ ९

कसरी परिवार आनन्दित हुनसक्छ

यस पाठमा तपाईंले यी कुराहरूको अध्ययन गर्नुहुनेछ ...

तपाइँको परिवारको उद्धारको निम्ति प्रार्थना र काम गर्नुहोस् ।
घरमा असल ख्रीष्टियान हुनुहोस् ।
आफूले गरेका भूलहरूको निम्ति क्षमा माग्नुहोस् ।
आनन्दित हुनुहोस् ।
विवाह पवित्र राख्नुहोस् ।
ख्रीष्टियानसँग विवाह गर्नुहोस् ।
असल आमाबाबु हुनुहोस् ।
आफ्ना छोराछोरीलाई परमेश्वरलाई प्रेम गर्न सिकाउनुहोस् ।
आफ्नो परिवारलाई प्रेम गर्नुहोस् ।

साँचो ख्रीष्टियान परिवारभन्दा ठूलो आशिष यस संसारमा अरू केही छैन । यस घरमा ख्रीष्ट शिर हुनुहुन्छ । उहाँको उपस्थितिले यसलाई आनन्द, शान्ति र प्रेमले भर्छ । ख्रीष्टियान परिवार यसको

वरिपरि भएको पाप र समस्याको आँधीबाट वास र शरणको ठाउँ हो । यदि परमेश्वरले आफ्नो वचनमा भन्नुभएअनुसार तपाइँले गर्नुभयो भने तपाईंले आफ्नो घरलाई "सानो स्वर्ग" बनाउनसक्नुहुन्छ ।

तपाईंको अभ्यासको निम्ति

१. तपाइँले आफ्नो घरलाई "यस पृथ्वीमा सानो स्वर्ग" बनाउन सक्नुहुन्छ, यदि तपाइँ-

____ **क)** सँग यसलाई राम्रोसँग सजाउन रूपियाँ छ भने ।

____ **ख)** सँग आफूलाई भेट्न आउने प्रशस्त मित्रहरू छन् भने ।

____ **ग)** ले परमेश्वरको वचनको शिक्षा पालन गर्नुभयो भने ।

तपाइँको परिवारको उद्धारको निम्ति प्रार्थना र काम गर्नुहोस् ।

परमेश्वरको इच्छा यही नै हो भनी जानीकन तपाइँले विश्वासमा प्रार्थना गर्न सक्नुहुन्छ । तपाइँको परिवारले तुरून्तै विश्वास नगरेर उद्धार नपाएको भए तापनि निराश नहुनुहोस् । परमेश्वरले प्रार्थनाको उत्तर दिनुहुनछ भनी जानेर निरन्तर प्रार्थना गरिरहनुहोस् ।

"प्रभु येशू ख्रीष्टमा विश्वास गर्नुहोस् र तपाइँले उद्धार पाउनुहुनेछ, तपाइँ र तपाइँका परिवारले ।" (प्रेरित १६:३१)

तपाईंको अभ्यासको निम्ति

२. यदि तपाइँको परिवारका अन्य सदस्यहरू तुरून्तै प्रभुमा आएनन् भने तपाईंले के गर्नुपर्छ ?

____ **क)** तिनीहरूका निम्ति निरन्तर गरिरहनुहोस् ।

____ **ख)** तिनीहरूका निम्ति प्रार्थना गर्न बन्द गर्नुहोस् ।

___	**ग)** परमेश्वरले तिनीहरूलाई उद्धार गर्नैहुन्न भनी विचार गर्नुहोस् ।
३.	अहिले नै तपाईंको आफ्नो परिवारका हरेक सदस्यहरूको निम्ति प्रार्थना गर्नुहोस् । हरेक दिन तिनीहरूका निम्ति प्रार्थना गर्ने बानी बसाल्नुहोस् ।

घरमा असल खीष्टियान हुनुहोस् ।

मण्डलीमा असल खीष्टियान जस्तो भएर चल्नु सजिलो छ तर आफ्नो घरमा चाहिँ तपाइँ कस्तो किसिमको खीष्टियान हुनुहुन्छ ?

तपाईंको अभ्यासको निम्ति

४. कलस्सी ३ अध्याय पढ्नुहोस् र यी शिक्षाहरूलाई आफ्नो घरमा कसरी प्रयोग गर्नुभएको छ वा कस्तो स्थान दिनुभएको छ विचार गर्नुहोस् ।

के तपाईंले आफ्नी पत्नी वा आफ्ना पतिको कामप्रति धन्यवादी हुनुहुन्छ ? आफ्ना छोराछोरी वा दाजुभाइ-दिदीबहिनीप्रति के तपाइँ कृतज्ञ हुनुहुन्छ ? तपाईंको निम्ति आफ्ना आमाबाबुले दिएको योगदानप्रति के तपाइँ धन्यवादी हुनुहुन्छ ?

तपाइँ प्रेमी वा स्वार्थी कस्तो हुनुहुन्छ ? के तपाइँ चञ्चल र रिसालु वा धीरजी र क्षमा दिने हुनुहुन्छ ? तपाइँ जबरजस्ती गर्नेवाला हुनुहुन्छ कि अरूहरूको विचारलाई पनि सुन्नुहुन्छ ? के तपाइँ आफ्ना आमाबाबुको आज्ञापालन गर्नुहुन्छ वा अनाज्ञाकारी भएर आफ्नो मन लागेजस्तो गर्नुहुन्छ ?

तपाइँ सहयोगी र जिम्मेवारी हुनुहुन्छ कि अल्छी हुनुहुन्छ ? के तपाइँ आलोचना र गनगन नगरीकनै अरूहरूसँग मिलेर खुसीसँग काम गर्नुहुन्छ ? तपाइँ सजिलैसँग निराश बन्नुहुन्छ कि कतिपय कुराहरू ठीक नहुँदा पनि आनन्दित हुनुहुन्छ ? के तपाईंसँग जिउन अरूहरूलाई सजिलो हुन्छ ?

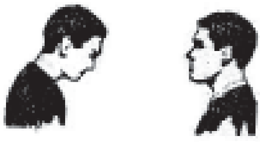
तपाईंको अभ्यासको निम्ति

५. यदि तपाइँ आनन्दित घर भएको चाहनुहुन्छ भने आफ्ना भूलहरूलाई नम्रतापूर्वक स्वीकार गर्नुहोस् र यिनीहरूमाथि विजय हुनको लागि प्रभुसँग प्रार्थना गर्नुहोस् । यदि तपाईंले आफ्नो कर्तव्य पूरा गर्नुभयो भने प्रभुले तपाईंलाई सहायता गर्नुहुनेछ ।

गरेका भूलहरूको निम्ति क्षमा माग्नुहोस् ।

हामीले जोजोसँग भूल गरेका छौँ तिनीहरूसँग क्षमा माग्नुपर्छ भनी येशूले सिकाउनुभएको छ । यदि यसो गर्न हामी चाहँदैनौँ भने परमेश्वरसँगको हाम्रो संगतिमा यसले बाधा ल्याउँछ ।

> "यसकारण तिमीले वेदीमा आफ्नो भेटी चढाउँदा तिम्रो भाइको हृदयमा तिम्रो विरूद्धमा केही छ भन्ने तिमीलाई याद भयो भने तिम्रो भेटी त्यही वेदीको सामु छोड र जाऊ । पहिले आफ्नो भाइसँग मिलाप गर र त्यसपछि आएर आफ्नो भेटी चढाऊ ।" मतियोस ५:२३, २४



"मैले तपाईँसँग तीखो वचन बोलेँ, मलाईँ क्षमा गर्नुहोस्" भन्नु सजिलो छैन तर चोट पुग्ने कुराहरूबाट छुटकारा पाएर आफ्नो घरलाई आनन्दित राख्ने यो एउटा असल उपाय हो । के तपाईँमा खराब आदत वा बानी छ ? आफ्ना भूलहरूलाई स्वीकार गर्नुहोस् र यसमाथि विजय प्राप्त गर्नको लागि आफ्ना प्रियहरूलाई आफ्नो निम्ति निरन्तर रूपमा प्रार्थना गरिदिनुहोस् भनी बिन्ति गर्नुहोस् ।

> "यसकारण तिमीहरू एउटाले अर्कासाग आ-आफ्ना पाप स्वीकार गर । तिमीहरू निको हुनलाई एउटाले अर्कोको निम्ति प्रार्थना गर । धार्मिक मानिसको प्रार्थना शक्तिशाली एवं प्रभावशाली हुन्छ । याकूब ५:१६

तपाईँको अभ्यासको निम्ति

६. तपाईँको घर अझै आनन्दित हुनेछ यदि तपाईँले-

____ **क)** आफ्नो परिवारको कुनै सदस्यसँग अनादरणीय व्यवहार गरेपछि नम्र भएर क्षमा माग्नुभयो भने-

____ **ख)** सबैलाईँ क्षमा माग्ने बनाउनुभयो भने ।

____ **ग)** म आफूचाहिँ मालिक हुँ भनी सबैलाई देखाएर तिनीहरूलाई आफूसँग डराउन सक्नुभयो भने ।

७. याकूब ५:१६ कण्ठ गर्नुहोस् ।

आनन्दित हुनुहोस्

परमेश्वरमा विश्वास राख्नुहोस् र सबै कुरा अँध्यारोजस्तो देखिए तापनि तपाईँका प्रार्थनाका उत्तरहरूका निम्ति उहाँलाई प्रशंसा गर्नुहोस् ।

> "परमप्रभुको आनन्द नै तिमीहरूको बल हो ।" नहेम्याह ८:१०

यदि तपाईँलाई आफ्नो रिसको अधीन गर्न वा त्यस्तै किसिमका अन्य चरित्रहरूमाथि विजय पाउन गाह्रो परेको छ भने निराश नहुनुहोस्। यिनीहरूमाथि विजय हुन खोज्ने प्रयास गर्नु नै प्रभुको निम्ति भएको तपाईँको प्रेमको साक्षी हो। उहाँले तपाईँलाई आत्मिक रूपमा अझै धेरै हेर्नुहोस् र आफूलाई कम हेर्नुहोस् र उहाँले तपाईँको परिवारमा कस्तो अचम्म किसिमले समस्या समाधान गर्नुहुन्छ तपाईँलाई छक्कै लाग्छ।

तपाईँको अभ्यासको निम्ति

८. नहेम्याह ८:१० कण्ठ पार्नुहोस्।

विवाह पवित्र राख्नुहोस्

कुनैकुनै समुदायमा धेरैजसो केटाकेटीहरू विवाह नगरिकनै एकैसाथ बस्छन्। एउटा व्यक्ति ख्रीष्टियान बनेपछि उसले आफ्नो विवाह कानुनबमोजिम भएको चाहन्छ। यसो गर्नाले समाजमा उसको राम्रो गवाही हुन्छ। उसको परिवारले पनि देशको कानुनको सुरक्षा पाउँछ र उसले ख्रीष्टको आदर गर्दछ। यदि तपाईँलाई कानुनी कागजपत्रको आवश्यकता पर्छ भने यस बारेका आफ्ना पास्टरसँग कुराकानी गर्नुहोस्। उनले सकेसम्म तपाईँलाई सहायता पुऱ्याउने नै छन्।

विवाहभन्दा बाहिरको कुनै पनि यौन सम्बन्धलाई परमेश्वरको वचनले कडा रूपमा विरोध गरेको छ। दम्पत्ति जीवनभन्दा बाहिरको कुनै पनि यौन प्रेमलाई परमेश्वरले पूर्ण रूपमा निषेध गर्नुभएको छ।

ख्रीष्टियान परिवारको सबैभन्दा ठूलो आशिष पति र पत्नीले एकअर्कामाथि भरोसा राख्न सक्दछन् किनभने तिनीहरूलाई थाह हुन्छ कि तिनीहरू एकअर्कासँग विचार, बोली र काममा विश्वासयोग्य छन् तिनीहरूले प्रभुलाई एकैसाथ सेवा गर्दा धेरै घरहरूलाई नाश पार्ने छल, शङ्का, डाह

र अविश्वासयोग्यताबाट स्वतन्त्र तुल्याई यस परिवारलाई सानो स्वर्ग बनाइदिन्छ ।

> "सबैका बीचमा विवाहचाहिँ आदरणीय होस् ।" हिब्रू १३:४
>
> "जुन कुराहरू सबै मानिसहरूका बीचमा आदरणीय छन्, तिनमा ध्यान देओ..... अन्यजातिहरूका बीचमा तिमीहरूको चालचलन असल होस् । कसैले तिमीहरूलाई कुकर्मी भनी तिमीहरूका विरूद्धमा बोले तापनि तिनीहरूले तिमीहरूका असल काम देखून् र आगमनको दिनमा तिनीहरूले परमेश्वरको महिमा गरून् ।" (रोमी १२:१७! १ पत्रुस २:१२)

तपाईंको अभ्यासको निम्ति

९. तपाईंको परिवारमा असल साक्षी हुन र परमेश्वरको आशिषको आनन्द प्राप्त गर्नको निम्ति तपाईंले के गर्नैपर्छ ?

____ **क)** पति-पत्नी हुनुभन्दा अगाडि नै नियमपूर्वक विवाह गर्नुहोस् ।

____ **ख)** एक-अर्काको निम्ति उपयुक्त छौँ कि छैनौँ भनी हेर्न विवाह गर्नुभन्दा पहिले नै एकैसाथ बस्नुहोस् ।

____ **ग)** विवाह नै गर्नुहुँदैन ।

१०. तपाईंको विवाहमा परमेश्वरको आशिषको निम्ति प्रार्थना गर्नुहोस् ताकि उहाँको प्रेमले तपाईं एक-अर्काप्रतिको प्रेम बढोस् । तपाईंहरू सधैँभरि नै एक-अर्काप्रति वचन, विचार र काममा विश्वासयोग्य हुन सकौँ भनी प्रार्थना गर्नुहोस् । एक-अर्कामाथि भरोसा राख्नको लागि सहायता गर्नुहोस् भनी परमेश्वरसँग बिन्ति गर्नुहोस् ।

ख्रीष्टियानसँग विवाह गर्नुहोस्

यदि तपाईंले अख्रीष्टियानसँग पहिले नै विवाह गरिसक्नुभएको छ भने अब तपाईं को कर्तव्यचाहिँ उसको निम्ति प्रार्थना गरेर उसलाई ख्रीष्टको निम्ति जित्ने कोसिस गर्नु हो । तपाईं विश्वासयोग्य पति वा पत्नी हुनुपर्छ र तपाईंको घरमा परमेश्वरको निम्ति तपाईंको ज्योति चम्कनुपर्दछ तर यदि तपाईं एक्लै हुनुहुन्छ र विवाह गर्न लाग्नुभएको छ भने अवश्य नै ख्रीष्टियानसँग नै विवाह गर्नुहोस् । यसरी नै तपाईंको पारिवारिक जविनमा साँचो एकता र शान्ति हुन सक्छ ।

यदि तपाईंले अन्य धर्म मान्ने कोहीसँग विवाह गिर्नुभयो भने तयहाँ धेरै नै समस्याहरू खडा हुन्छन् । केटाकेटीहरूको धार्मिक शिक्षा-दीक्षामा कसरी तपाईंहरू सहमति हुन सक्नुहुन्छ ? प्रभुको सेवा गर्नको लागि तिनीहरूलाई कसरी हुर्काउन सक्नुहुन्छ ?

तपाईंले ख्रीष्टलाई आफ्नो जीवनको मालिकको रूपमा स्वीकार गर्नुभएको छ । यदि तपाईंका पत्नी वा तपाईंको पतिले उहाँको सेवा गर्न चाहँदैन भने तपाईं आफैंलाईं विपरीत दिशातिर गइरहेको भेट्टाउनुहुनेछ । तपाईं सधैं दुईवटा थोकहरूको बीचमा च्यातिनु हुन्छः सबै कुरामा ख्रीष्टलाई रिझाउने इच्छा र आफ्नो जीवनसाथीलाई खुसी पार्ने इच्छा ।

ख्रीष्टियानको रूपमा तपाईं परमेश्वरलाई रिझाउन चाहनुहुन्छ । तपाईं परमेश्वरको निम्ति उपयुक्त भएको चाहनुहुन्छ, तपाईं मण्डली सङ्गतिहरूमा जान चाहनुहुन्छ, अरू ख्रीष्टियानहरूको सङ्गतिमा आनन्द लिन चाहनुहुन्छ र मण्डलीको काममा भाग लिन चाहनुहुन्छ । परिवारको रूपमा एकैसाथ परमेश्वरको प्रशंसा र सेवा गर्नको लागि तपाईं आफ्नो घरमा पारिवारिक प्रार्थना राख्न पनि चाहनुहुन्छ होला ।

उद्धार नपाएका पति वा पत्नी यिनीहरूमध्ये कुनै कुरामा पनि इच्छुक हुँदैनन् । मण्डली सङ्गतिहरूमा उसलाई दिक्क लाग्न सक्छ । यदि ऊ तपाईंसँग मण्डली गयो भने ख्रीष्टियानहरूका निम्ति उपयुक्त नहुने मनोरञ्जनका ठाउँहरूमा जानको लागि उसले तपाईंलाई कर लगाउन सक्छ अथवा ऊ आफ्नै बाटो लाग्छ र तपाईं आफ्नै र यसले तपाईंको घरलाई बेखुसी तुल्याउँछ । धेरै ख्रीष्टियानहरूलाई उद्धार नपाएका जीवनसाथीहरूले प्रभुबाट तर्काइदिएका छन्, यो त अझै नराम्रो कुरा हो।

तपाईंको परिवार आनन्दित भएको परमेश्वर चाहनुहुन्छ । धेरै ख्रीष्टियानहरूलाई शैतानले प्रयोग गर्ने बन्धनमा तपाईं खसेको उहाँ चाहनुहुन्न । तपाईंले अविश्वासीसँग विवाह गर्नुहुँदैन भनी परमेश्वरले निश्चित रूपमा चेतावनी दिनुभएको छ ।

> "अविश्वासीहरूसँग एउटै हलोमा ननारिओ किनकि धर्म र अधर्मको के साझेदारी हुन्छ ? अथवा अँध्यारोसँग उज्यालोको के सहभागिता ?" (२ कोरिन्थी ६:१४)

तपाईंको अभ्यासको निम्ति

११. ख्रीष्टियानको निम्ति अविश्वासी विवाह गर्नु

____ **क)** उसलाई प्रभुको निम्ति जित्ने एक असल उपाय हो ।

____ **ख)** तिनीहरूले एक अर्कालाई प्रेम गरे भने ठीकै हो ।

____ **ग)** प्रभुको आज्ञाको भङ्ग गर्नु हो ।

असल आमाबाबु हुनुहोस्

आमाबाबुहरू आफ्ना छोराछोरीहरूको राम्रो हेरचाह गर्नको निम्ति परमेश्वरको अगाडि जिम्मेवारी छन् । घरको मुख्य व्यक्तिको रूपमा बाबुले आफ्नो परिवारको आर्थिक र आत्मिक खाँचोहरू उपलब्ध

गरिदिनुपर्छ। आमाले पनि आफ्ना छोराछोरीलाई आवश्यक पर्ने हेरविचार गर्नैपर्छ। आफ्नो परिवारको जिम्मेवारीले आमाबुबालाई मण्डलीको काममा भाग लिनबाट स्वतन्त्र पार्दैन।

> "यदि कसैले आफन्तहरूको र विशेष आफ्नै परिवारको पालनपोषण गर्दैन भने त त्यसले विश्वासलाई इन्कार गर्दछ र विश्वास नगर्नेहरूभन्दा पनि खराब हुन्छ।" (१ तिमोथियस ५:८)

तपाईंको अभ्यासको निम्ति

१२. प्रचार गर्नको लागि आफ्नो परिवार त्याग्ने बाबुले

____ **क)** परमेश्वरको लागि गहिरो समर्पण देखाएको हुन्छ।

____ **ख)** आफ्नो परिवारको हेरचाह गर्न परमेश्वरले दिनुभएको जिम्मेवारी पूरा गर्नलाई बिर्सेको हुन्छ।

परमेश्वरलाई प्रेम गर्न आफ्ना छोराछोरीलाई सिकाउनुहोस्

तपाईंका छोराछोरी सानै भएको बेलामा यदि तपाईंले तिनीहरूलाई परमेश्वरलाई प्रेम गर्न र उहाँको वचन पालन गर्न सिकाउनुभयो भने तिनीहरू जवान हुँदा तपाईंले तिनीहरू र आफूलाई हृदयभाँच्ने कुराहरूबाट बचाउनुहुनेछ। प्रत्येक दिन परिवारलाई प्रार्थना र बाइबल अध्ययनमा परमेश्वरसँग समय बिताउनलाई जम्मा गर्नुहोस्। परिवारको हरेक सदस्यको समस्याको निम्ति प्रार्थना गर्नुहोस्। परमेश्वरका आशिषहरूको निम्ति एकैसाथ उहाँलाई धन्यवाद दिनुहोस्।

एकैसाथ सन्डे स्कुल (बालसङ्गति) र मण्डलीमा जानुहोस् । कलिलो उमेरमा नै तिनीहरूको जीवन प्रभुको निम्ति दिन आफ्ना छोराछोरीलाई उत्साह दिनुहोस् ।

तपाईँहरूले एकैसाथ परमेश्वरको आराधना र सेवा गर्दा उहाँको प्रेमले तपाईँको परिवार बलियो बनाउँछ। यस्तो भनाइ पनि छ : "एकैसाथ प्रार्थना गर्ने परिवार एकैसाथ रहन्छ ।"

> "बाबु हो, आफ्ना छोराछोरीहरूलाई रिस नउठाओ तर तिनीहरूलाई प्रभुको निम्ति अनुशासन र शिक्षामा हुर्काओ ।" (एफिसी ६:४)

तपाईँको अभ्यासको निम्ति

१३. यो भनाइमा छुटेका शब्दहरू थप्नुहोस् : "एकैसाथ ...... परिवार ....एकैसाथ ...... ।

१४. यदि तपाईँ बाबुआमा हुनुहुन्छ भने अहिले नै तपाईँका छोराछोरीका निम्ति प्रार्थना गर्नुहोस् । तिनीहरूलाई सहयोग गर्नको लागि प्रभुले तपाईँलाई सहायता गर्नुभएको होस् भनी प्रार्थना गर्नुहोस् । अझ धेरै धीरज र समझदारीको निम्ति प्रार्थना गर्नुहोस् ।

आफ्नो परिवारलाई प्रेम गर्नुहोस् ।

"परमेश्वर प्रेम हुनुहुन्छ ।" तपाईँको जीवनमा परमेश्वरको कुरा जति बढी छ उति नै प्रेम आफ्नो परिवारको निम्ति तपाईँको हुनेछ र जति धेरै प्रेम तपाईँको परिवारमा हुन्छ उत्ति नै यो परिवार आनन्दित हुन्छ ।

तपाईंको अभ्यासको निम्ति

१५. परिवारमा एक-अर्कासँग प्रेम गर्नलाई सहायता गर्नुहोस् भनी प्रभुसँग बिन्ति गर्नुहोस् ।

१६. १ कोरिन्थी १३ अध्याय पढ्नुहोस् र तपाईंको परिवारमा यसलाई व्यवहारमा लगाउनको लागि सहायता गर्नुहोस् भनी प्रभुसँग प्रार्थना गर्नुहोस् ।

पाठ ९ का उत्तरहरू

१. ग) ले परमेश्वरको वचनको शिक्षा पालन गर्नुभयो भने ।

२. क) तिनीहरूको निम्ति निरन्तर प्रार्थना गरिरहनुहोस् ।

६. क) आफ्नो परिवारको कुनै सदस्यसँग अनादरणीय व्यवहार गरेपछि नम्र भएर क्षमा माग्नुभयो भने ।

९. क) पति र पत्नी हुनुभन्दा अगाडि नै नियमपूर्वक विवाह गर्नुहोस् ।

११. ग) प्रभुको आज्ञा भङ्ग गर्नु हो ।

१२. ख) आफ्नो परिवारको हेरचाह गर्न परमेश्वरले दिनुभएको जिम्मेवारी पूरा गर्नलाई बिर्सेको हुन्छ ।

१३. प्रार्थना गर्ने, रहन्छ ।

पाठ १०

तपाईँको नयाँ स्वतन्त्रता

यस पाठमा तपाईँले यी कुराहरूको अध्ययन गर्नुहुनेछ ...

पापबाट छुटकारा (स्वतन्त्रता)
डरबाट छुटकारा (स्वतन्त्रता)
भूलबाट छुटकारा (स्वतन्त्रता)
मोशाको व्यवस्थाबाट छुटकारा (स्वतन्त्रता)
फिक्रीबाट छुटकारा (स्वतन्त्रता)
रोगबाट छुटकारा (स्वतन्त्रता)
भविष्यबाट छुटकारा (स्वतन्त्रता)
तपाईँको स्वतन्त्रतालाई सुरक्षित राख्नु

प्रेरित पौलसले "परमेश्वरका सन्तानको महिमित स्वतन्त्रताको" बारेमा लेखेका छन्। जति तपाईँ प्रभुको बाटोमा हिँड्नुहुन्छ त्यतिनै

उहाँले दिनुहुने यस अचम्मको स्वतन्त्रतामा धन्यवादी हुँदै आनन्दित हुनुहुनेछ ।

पापबाट छुटकारा (स्वतन्त्रता)

येशू तपाईंलाई पापको दोष, दण्ड, शक्ति र उपस्थितिबाट स्वतन्त्र पार्नको निमित्त मर्नुभयो ।

- *दोष:* उहाँले तपाईंले गर्नुभएका सबै भूलहरूको दोष आफैंमाथि लिनुभयो ।
- *दण्ड:* तपाईंले मर्नको लागि दण्ड पाउनुभएको थियो तर येशू तपाईंको ठाउँमा मर्नुभयो । उहाँलाई तपाईंका आफ्ना मुक्तिदाताका रूपमा स्वीकार गर्नाले तपाईं मृत्युदण्डबाट स्वतन्त्र हुनुभएको छ ।
- *शक्ति:* येशूले शैतानलाई जित्नुभयो र तपाईंमाथिको पापको शक्तिलाई भाँच्नुभयो ।

"तर अब तिमीहरू पापबाट स्वतन्त्र पारिएको छौ । ... किनभने जो मरेको छ, त्यो पापबाट मुक्त भएको छ। ... यसैगरी तिमीहरूले पनि आफूआफूलाई पापको लागि मरेका तर ख्रीष्ट येशूको लागि जीवित भएका ठान्नुपर्दछ। ... यसकारण अब ख्रीष्ट येशूमा भएकाहरूलाई दण्डको आज्ञा छैन ।" रोमी ६:२२, ७, ११! ८:१)

तपाईँको अभ्यासको निम्ति

१. तपाईँ कसरी पापको दोष, दण्ड र शक्तिबाट स्वतन्त्र हुनुहुन्छ ?

____ **क)** ख्रीष्टलाई तपाईँका आफ्ना मुक्तिदाताका रूपमा ग्रहण गर्नाले ।

____ **ख)** आफ्ना पापहरूका निम्ति धर्मविधि गर्नाले ।

____ **ग)** अबदेखि असल हुन्छु भनी निर्णय गर्नाले ।

◆ पाप गर्नलाई परीक्षाः धेरै व्यक्तिहरूलाई प्रभुलाई ग्रहण गरेको घडीदेखि नै आफ्ना खराब बानीहरूबाट तुरून्तै छुटकारा पाएका छन् । अरूहरूलाई भने सुर्ती, लागूपदार्थ वा त्यस्तै अन्य कुराहरूबाट छुटकारा पाउन ठूलो संग्राम नै गर्नुपर्दछ तर तिनीहरूले प्रार्थना गर्दै विश्वास गरिरहँदा परमेश्वरले तिनीहरूलाई विजय दिनुहुन्छ ।

> "यसकारण पुत्रले तिमीहरूलाई स्वतन्त्र गरायो भने तिमीहरू निश्चय स्वतन्त्र हुनेछौ ।" (योआनेस ८:३६)
>
> "दियाबलसको विरोध गर, अनि त्यो तिमीहरूबाट भाग्नेछ ।" (याकूब ४:७)

खराब बानीहरूका विरूद्धमा अझै तपाईँमा संघर्ष छ भने त्यसै नछोड्नुहोस् । शैतानले तपाईँको परीक्षा गर्दा विश्वासद्वारा ख्रीष्टले तपाईँलाई दिनुभएको स्वतन्त्रताको दावी गर्नुहोस् । स्वतन्त्रताको निम्ति प्रभुलाई प्रशंसा गर्न थाल्नुहोस् र परीक्षा ल्याउने शैतानमाथि तपाईँले तुरून्तै विजय पाउनुहुनेछ । तपाईँका पास्टर तपाईँको निम्ति प्रार्थना गर्न र तपाईँलाई सहायता गर्नलाई खुसी हुनुहुनेछ ।

अझै पनि तपाईंले विभिन्न किसिमका परीक्षाहरूका विरूद्धमा संघर्ष गर्नुपर्नेछ तर तपाईं स्वर्गमा पुग्नुभएपछि पाप गर्ने कुनै पनि इच्छाबाट सदाको निम्ति तपाईं मुक्त हुनुहुनेछ ।

तपाईंको अभ्यासको निम्ति

२. योआनेस ८:३६ र याकूब ४:७ कण्ठ गर्नुहोस् ।

३. (एउटा छान्नुहोस्) बाइबलले बताउँछ कि-

____ **क)** यदि तपाईंले दियाबलसको विरोध गर्नुभयो भने उसले तपाईंलाई हराउँछ ।

____ **ख)** यदि तपाईंले दियाबलसको विरोध गर्नुभयो भने ऊ तपाईंबाट भाग्छ ।

____ **ग)** दियाबलसले तपाईंको विरोधको केहि वास्ता गर्दैन ।

◆ पापको असर र उपस्थितिः अहिले तपाईं आफ्नो वरिपरि पाप र यसको असर देख्नुहुनेछ- दुःख, वेदना र मृत्यु । कुनै महिमित दिन तपाईं आफ्नो घरमा जानुहुनेछ र पाप र यसको असरको सम्झनाबाट पनि तपाईं स्वतन्त्र हुनुहुनेछ ।

तपाईंको अभ्यासको निम्ति

४. (कुनै तीनवटा छान्नुहोस्) पापबाटको कुनकुन स्वतन्त्रता अहिले नै हामी पाउन सक्छौं ?

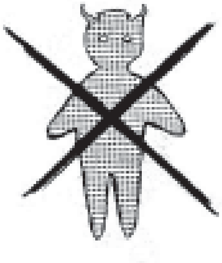
(क) परीक्षित हुनबाट स्वतन्त्रता ।
(ख) पापको दोषबाट स्वतन्त्रता ।
(ग) पापको असरबाट स्वतन्त्रता ।
(घ) पापको शक्तिबाट स्वतन्त्रता ।
(ङ) पापको उपस्थितिबाट स्वतन्त्रता ।
(च) पापको निम्ति पाउने दण्डबाट स्वतन्त्रता ।

डरबाट स्वतन्त्रता (छुटकारा)

तपाईँ अरूहरूले तपाईँलाई गर्ने जेजस्तै कुराहरूको डरबाट स्वतन्त्र हुनुहुन्छ। तपाईँको जीवन परमेश्वरको हेरचाहमा छ र यो "परमेश्वरमा ख्रीष्टसँग लुकाएर राखिएको छ।" तपाईँले ख्रीष्टको निम्ति दुःख भोग्नु वा मर्नै पर्ला! तर उहाँ हरेक घडी तपाईँसँग हुनुहुनेछ। उहाँको अनुमतिविना तपाईँलाई केही पनि हुँदैन।

> "यदि तपाईँ परमेश्वर हामीतर्फ हुनुहुन्छ भने हाम्रो विरूद्ध को हुन्छ ?" (रोमी ८:३१)

तपाईँ बोक्सी, भेटुवा र त्यस्तै खराब भाग्य ल्याउने कुराहरूबाट स्वतन्त्र हुनुहुन्छ। जीवित ख्रीष्ट तपाईँलाई सुरक्षा गर्न तपाईँको नजिकै हुनुहुन्छ। यसैले तपाईँको ताम्रपत्र, जादू, मन्त्रतन्त्र धामीझाँक्री, तस्विरको अगाडि एक लोटा पानी, तपाईँको बालकको कम्मरमा बुटी, सुरक्षा गर्ने स्वर्गदूतको तस्विर वा तपाईँलाई रक्षा गर्नको निमित्त अरू तस्विर वा मूर्तिहरूको प्रयोग गर्न तपाईँलाई खाँचो छैन। वास्तवमा भन्ने हो भने तपाईँले यी कुराहरू प्रयोग गरेको देख्दा प्रभुलाई दुःख लाग्छ किनकि तपाईँलाई सुरक्षा गर्छु भन्ने उहाँको प्रतिज्ञामाथि तपाईँले विश्वास गर्नुभएको छैन।



"किनकि परमेश्वर आफैँले भन्नुभएको छ, "म तिमीहरूलाई कुनै रीतिले छोड्नेछैन, म तिमीहरूलाई त्याग्नेछैन ।" यसकारण निर्धक्क भएर हामी भन्दछौं, "प्रभु मेरा सहायक हुनुहुन्छ, म डराउनेछैन । मानिसले मलाई के गर्न सक्दछ ?" (हिब्रू १३:५,६)
"जो तिमीहरूमा हुनुहुन्छ, उहाँ संसारमा हुनेभन्दा महान् हुनुहुन्छ ।" (१ योआनेस ४:४)

तपाईंको अभ्यासको निम्ति

५. डरबाट स्वतन्त्र हुने उत्तम उपाय के हो ?

____ **क)** कडा जादू प्रयोग गर्नु ।
____ **ख)** झाँक्रीकहाँ जानु ।
____ **ग)** मूर्तिको अगाडि बत्ती बाल्नु ।
____ **घ)** प्रभुमा भरोसा राख्नु ।

भूलबाट स्वतन्त्रता (छुटकारा)

शैतानले लाखौं मानिसहरूलाई झूटो धर्महरूमा फसाएको छ । उसले कसरी स्वर्ग जान सकिन्छ भन्ने बारेमा तिनीहरूलाई भूल विचारहरू दिएको छ । तिनीहरू सूर्य, चन्द्र, चट्टान, नदीहरू र रूखहरूसँग प्रार्थना गर्दछन् र सपना एवं दर्शनहरूमा सत्यता पाउने कोसिस गर्दछन् । तिनीहरूले आफूलाई सहायता गर्नको लागि मरेका आत्माहरूसँग बिन्ति गर्दछन् । तिनीहरू सुन, चाँदी, काठ, ढुङ्गा र माटोबाट बनाइएका मूर्तिहरूको अगाडि बत्ती र धूपबत्ती बाल्छन् । तिनीहरूले सहायताको निम्ति कुनै आत्माहरूसँग प्रार्थना गर्दा बलिदान र भाकलहरू पनि चढाउँछन् ।

मानिसहरूका विचारहरूले होइन तर परमेश्वरको वचनले हामीलाई स्वर्गतर्फको साँचो बाटो देखाउँछ। तपाईंले परमेश्वरको वचन पढ्नुहुँदा सत्यतालाई पत्ता लगाउनुहुनेछ र यी भूलहरूबाट स्वतन्त्र हुनुहुनेछ।

> "तब तिमीहरूले सत्य के हो सो जान्नेछौ र सत्यले तिमीहरूलाई स्वतन्त्र पार्नेछ।" (योआनेस ८:३२)

तपाईंको अभ्यासको निम्ति

६. (कुनै एउटा छान्नुहोस्) हामी केद्वारा भूलबाट स्वतन्त्र पारिएका छौं ?

____ **क)** सपनाहरूमा हामीले पाएको प्रकाश वा दर्शनद्वारा।

____ **ख)** स्वर्गको बारेका अरूहरूको विचारद्वारा।

____ **ग)** बाइबलमा हामीले सिकेको सत्यताद्वारा।

बाइबलबाट लिइएका तलका पदहरूमा तपाईंले देख्नुहुनेछ कि परमेश्वरले कुनै पनि मूर्तिहरूको प्रयोग वा आत्मा पूजाको विरूद्धमा कडा विरोध गर्नुभएको छ। अहिले तपाईंले आफ्नो जीवन उहाँलाई दिनुभएको छ, तपाईंले उत्तम कुरा जान्नुभन्दा पहिले नै भूल गरेर केही भाकलहरू गर्नुभएको छ भने पनि अब परमेश्वरको आज्ञा ती कुराहरूभन्दा धेरै महत्त्वपूर्ण छ। तपाईंले मूर्तिहरू, आत्माहरू वा झूटा देवहरूसँग जस्तोसुकै प्रतिज्ञा गर्नुभएको भए पनि परमेश्वरका यी आज्ञाहरूले तपाईंलाई स्वतन्त्र तुल्याउँछन्।

> “मबाहेक अरू कुनै देवीदेवताहरू नमान्नू। आफ्ना निम्ति खोपेर कुनै किसिमको मूर्ति खोपेर नबनाउनू, माथि आकाश अथवा तल पृथ्वी वा तल पानीमा भएको कुनै कुराको आकारको प्रतिमूर्ति नबनाउनू। तिनीहरूका सामु ननिहुरनू, तिनीहरूको पूजा नगर्नू किनकि म परमप्रभु तिमीहरूका परमेश्वर डाह गर्ने परमेश्वर हुँ। मेरो अवहेलना गर्ने पितापुर्खाका अधर्मको दण्ड उनीहरूका सन्तानहरूलाई उनीहरूका तेस्रो र चौथो पुस्तासम्म दिनेछु।” (प्रस्थान २०:३-५)
>
> “आफ्नो छोरा वा छोरीलाई आगोमा बलि गर्ने, शकुन-अपशकुन बताउने, जोखना हेर्ने, जादुगरी गर्ने, टुनामुना गर्ने, मृतसँग सल्लाह लिने बिजुवा वा झाँक्री तिमीहरूका बीचमा कोही नहोस्। यस्तो काम गर्ने व्यक्ति परमप्रभुको अघि घृणित हो। यी घृणित रीतिथितिहरूको कारण परमप्रभु तिमीहरूका परमेश्वरले ती जातिहरूलाई तिमीहरूका सामुबाट निकालिदिनुहुनेछ।” (व्यवस्था १८:१०-१२)

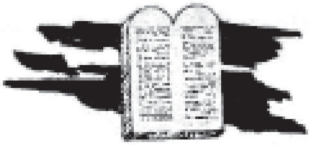
अब तपाईं साँचो परमेश्वरको हुनुभएको हुनाले कुनै आत्माहरू वा झुटा देवहरूको सेवा गर्नबाट तपाईंले स्वतन्त्रता प्राप्त गरिसक्नुभएको छ। तपाईं दुष्ट आत्माहरूको शक्ति र तिनीहरूले तपाईंलाई गर्न सक्ने कुराहरूको डरबाट स्वतन्त्र हुनुभएको छ। तपाईंको हृदयमा वास गर्न आउनु भएका परमेश्वरका पवित्र आत्मा तपाईंलाई दुःख दिन खोज्ने दुष्ट आत्माहरूभन्दा धेरै शक्तिशाली हुनुहुन्छ।

तपाईंको अभ्यासको निम्ति

७. (कुनै दुईवटा छान्नुहोस्) बाइबलले हामीलाई केको भूलबाट स्वतन्त्र पार्छ ?

____ **क)** मूर्तिपूजा ।
____ **ख)** सीधै परमेश्वरसँग प्रार्थना गर्ने ।
____ **ग)** विश्रामको दिनको पालन ।
____ **घ)** पश्चात्ताप र विश्वास ।
____ **ङ)** आत्मापूजन ।

मोशाको व्यवस्थाबाट स्वतन्त्रता



धेरै वर्ष पहिले परमेश्वरले हिब्रूहरूसँग करार बाँध्नुभयो । मिश्रबाट बाहिर ल्याएको नयाँ राज्यको निम्ति यस करारका वचनहरू र यसका नियम र विधिहरू मोशाले प्राप्त गरे । मोशाको यस व्यवस्थामा बलिदान, पवित्र दिनहरू, आराधनाको रूप र खानाको बारेमा भएका नियमहरूको निम्ति आदेशहरू समावेश गरिएका छन् ।

यी सबै धार्मिक विधिहरू येशू ख्रीष्ट र उहाँले उपलब्ध गराउनुहुने उद्धारको नमुनाहरूजस्ता हुन् । उहाँ तिनीहरूका पापहरूलाई बोक्ने

सिद्ध बलिदान हुनुहुनेछ। व्यवस्थाको निम्ति चाहिने सबै कुरा उहाँले पूरा गर्नुहुनेछ र तिनीहरू यहूदी वा अन्यजाति जोसुकै भए तापनि उहाँलाई मुक्तिदाताको रूपमा ग्रहण गर्नेहरू सबैसँग उहाँले नयाँ करार स्थापना गर्नुहुनेछ।

यसैले मोशाका व्यवस्थाका नियमहरू मोशाको समयदेखि ख्रीष्टको समयसम्म हिब्रू (यहूदी) हरूका निम्ति थिए। त्यसपछि हामी नयाँ करारको वचन वा नयाँ नियमको अधीनमा छौं।

तपाईंको अभ्यासको निम्ति

८. (कुनै तीनवटा छान्नुहोस्) परमेश्वरका सन्तानको महिमित स्वतन्त्रतामा के समावेश गरिएको हुन्छ ?

____ **क)** दुष्ट आत्माहरूको डरबाट स्वतन्त्रता।

____ **ख)** झुटा धर्महरूबाट स्वतन्त्रता।

____ **ग)** नागरिकहरूका रूपमा हाम्रा कर्तव्यहरूबाट स्वतन्त्रता।

____ **घ)** मोशाको व्यवस्थाबाट स्वतन्त्रता।

____ **ङ)** हामीलाई मनपरेको कुरा गर्ने स्वतन्त्रता।

कोहीकोही व्यक्तिहरू गोलमालमा परेर मोशाको व्यवस्थाले माग गरेअनुसार शनिबारलाई पवित्र दिनको रूपमा पालन गर्नुपर्दछ भनी विचार गर्दछन् तर हप्ताको पहिलो दिन येशू मुर्दाबाट बौरी उठ्नुभएको समयदेखि उहाँको पुनरूत्थानको स्मरणमा ख्रीष्टियानहरूले त्यही दिन अर्थात् आइतबार स□तिको निम्ति भेट्ने चलन बसालेका थिए। बाइबलको समयदेखि यता यस दिनलाई "प्रभुको दिन" भनिन्छ।

हाम्रा कामहरूबाट हप्तामा एक दिन आराम लिई परमेश्वरको घरमा उहाँलाई आराधना गर्न जान्छौं। यद्यपि हामीहरू कुनै नियममा

बाँधिएर यो गर्नैपर्छ भनी होइन तर उहाँलाई प्रेम गरेको कारणले यसो गर्दछौँ ।

> “प्रभुको दिनमा म आत्मामा थिएँ ।”
> प्रकाश १:१०

मोशाको व्यवस्थाको अधीनमा हुने मानिसहरूले कुनैकुनै जनावरहरूको मासु खानु हुँदैनथ्यो । नयाँ करार अनुसार हामी यी नियमहरूले बाँधिएका छैनौँ । मोशाको व्यवस्था आउनुभन्दा पहिले नै परमेश्वरले दिनुभएको स्वतन्त्रता हामीलाई छ । मानिसले रगत खानुहुँदैन भनी उहाँले नोआलाई भन्नुभयो र नयाँ करारमा पनि यो आज्ञा दोहोरिएको छ तर हामी जुनसुकै मासु पनि खान सक्छौँ ।

> “जीवित-जीवात् सबै तिमीहरूका आहार हुनेछन् । मैले हरिया वनस्पति तिमीहरूलाई दिएझैँ सबैथोक म तिमीहरूलाई दिन्छु तर मासु त्यसको प्राणसमेत अर्थात् रगतसमेत नखाओ ।” उत्पत्ति ९:३, ४
>
> “यदि धन्यवादसाथ ग्रहण गरे कुनै पनि थोक इन्कार गरिनुपर्दैन किनभने त्यो परमेश्वरको वचन र प्रार्थनाले चोखो तुल्याइन्छ ।” १ तिमोथियस ४:४, ५
>
> “मासु पसलहरूमा के बेचिन्छ, विवेकको खातिर केही सोधपुछ नगरी त्यो खाओ । ... कुनै एक अविश्वासीले तिमीहरूलाई भोजमा निम्तो दिँदा तिमीलाई जाने इच्छा भयो भने तिम्रो अगाडि जे राखिदिएको हुन्छ, विवेकको खातिर केही सोधपुछ नगरी खाओ ।” १ कोरिन्थी १०:२५, २७

तपाईंको अभ्यासको निम्ति

९. (कुनै एउटा छान्नुहोस्) बाइबलले सिकाउँछ कि एक ख्रीष्टियानले-

____ **क)** जुनसुकै किसिमको मासु खान सक्छ।

____ **ख)** कुनैकुनै जनावरहरूको मात्र मासु खान सक्छ।

____ **ग)** कुनै किसिमको मासु नै खानुहुँदैन।

फिक्रीबाट स्वतन्त्रता

तपाईंका पिताले तपाईंलाई प्रेम गर्नुहुन्छ र तपाईंका खाँचोहरूको हेरचाह गर्नुहुन्छ। उहाँमा भरोसा राख्नुहोस्।

> "तिमीहरूका सारा फिक्री उहाँमा सुम्पिदेओ किनकि उहाँले नै तिमीहरूको फिक्री गर्नुहुन्छ।" (१ पत्रुस ५:७)
>
> "यसकारण 'के खाऔँला ?' कि 'के पिऔँला ?' कि 'के पहिरौँला ?' भनेर फिक्री नगर किनकि अन्यजातिहरूले मात्र यी सबथोक खोज्दछन् र तिमीहरूका स्वर्गमा हुनुहुने पिताले तिमीहरूलाई यी सबैथोकको खाँचो छ भनी जान्नुहुन्छ तर पहिले उहाँको राज्य र धार्मिकताको खोजी गर र यी सबै थोक तिमीहरूका निम्ति थपिइनेछन्।" (मतियोस ६:३१-३३)

तपाईंको अभ्यासको निम्ति

१०. १ पत्रुस ५:७ कण्ठ गर्नुहोस्।

११. के तपाईंले केही कुराको बारेमा फिक्री गर्नुभएको छ ? यसलाई प्रभुकहाँ प्रार्थनामा लानुहोस्। उत्तरको निम्ति उहाँलाई धन्यवाद दिनुहोस् र फिक्री गर्न छोडिदिनुहोस्।

रोगबाट स्वतन्त्रता

महान् डाक्टर ख्रीष्ट तपाईंको उत्तम साथी हुनुहुन्छ। उहाँले तपाईंलाई प्रेम गर्नुहुन्छ र तपाईंको स्वास्थ्य असल भएको उहाँ चाहनुहुन्छ। उहाँ यस पृथ्वीमा हुँदा जसरी रोगीहरूलाई निको पार्नुहुन्थ्यो, अहिले पनि प्रार्थनाको उत्तरमा उहाँले निको पार्नुहुन्छ। तपाईं बिरामी हुनुभएको बेला मण्डलीका पास्टर तथा डिकनहरू तपाईंकहाँ आई तपाईंको निम्ति प्रार्थना गर्न सक्छन्। तिनीहरूले आफ्ना हात तपाईंमाथि राखेर परमेश्वरको छुवाइ र चङ्गाइको निम्ति प्रार्थना गर्दछन् अथवा तपाईंलाई तिनीहरूले तेलले अभिषेक गर्नेछन्। यसले तपाईंलाई निको पार्न तिनीहरूले पवित्र आत्माको शक्तिमा भरोसा गर्छन् भन्ने कुरा देखाउँदछ।

"तिनीहरूले रोगीहरूमाथि आफ्नो हात राख्नेछन् र तिनीहरू निको हुनेछन्।" (मर्कूस १६:१८)

"के तिमीहरूमध्ये कोही बिरामी छ ? त्यसले एकलेसियाका एल्डरहरूलाई बोलाओस्। तिनीहरूले प्रभुको नाउँमा त्यसलाई तेलले अभिषेक गरेर त्यसको निम्ति प्रार्थना गरून् र विश्वासको प्रार्थनाले बिरामीलाई बचाउनेछ र यदि त्यसले पाप गरेको भने पनि त्यसलाई क्षमा हुनेछ।" (याकूब ५:१४,१५)

तपाईंको अभ्यासको निम्ति

१२. के तपाईंलाई चङ्गाइको खाँचो छ ? तपाईंको निम्ति प्रार्थना गरिदिनुहोस् भनी पास्टरसँग बिन्ति गर्नुहोस्। यदि तपाईंले चिट्ठीपत्रद्वारा यो पाठ पढिरहनुभएको छ भने यस कार्यालयमा काम गर्ने शिक्षक-शिक्षिकाहरू तपाईंको निम्ति प्रार्थना गर्न इच्छुक अथवा खुसी हुनुहुन्छ। उत्तर-पुष्तिका पठाउँदा उहाँहरूलाई आफ्नो खाँचो पनि लेखेर पठाउनुहोस्।

भविष्यमा स्वतन्त्रता

अहिले तपाईंले पाउनुभएको स्वतन्त्रता अचम्मको छ तर महान् मुक्तिदाता येशू उहाँका आफ्नैहरूका निम्ति यस पृथ्वीमा फर्केर आउनुभएपछि परमेश्वरको सन्तानको महिमित स्वतन्त्रताको पूर्णतालाई अन्तमा गएर थाह पाउनुहुनेछ। उहाँले तपाईंको शरीरलाई परिवर्तन गरेर उहाँको आफ्नो शरीरजस्तै सिद्ध तुल्याउनुहुनेछ र तपाईंलाई तपाईंको स्वर्गीय घरमा लानुहुनेछ। यसैगरी ख्रीष्टले पृथ्वीलाई सबै पापहरू र यसका असरहरूको उपस्थितिबाट स्वतन्त्र पार्नुहुनेछ।

> "उहाँले तिनीहरूका आँखाको आँसु पूर्णरूपले पुछिदिनुहुनेछ र फेरि मृत्यु नै हुनेछैन, शोक र पीडा पनि हुनेछैन किनकि पहिलेका कुराहरू बितिसकेका छन्।" (प्रकाश २१:४)
>
> "त्यसको आफ्नै इच्छाले होइन तर उहाँको इच्छाले जसले त्यसलाई वशमा पार्नुभयो, यसै आसामा कि सृष्टि पनि त्यसको आफ्नै विनाशको बन्धनबाट मुक्त गराइनेछ र परमेश्वरका सन्तानको महिमित स्वतन्त्रता प्राप्त गर्नेछ।" (रोमी ८:२०,२१)

तपाईंको अभ्यासको निम्ति

१३. प्रकाश २१:४ लाई चारपल्ट पढ्नुहोस् र यसको सन्देशको लागि परमेश्‍वरलाई धन्यवाद दिनुहोस् ।

तपाईंको स्वतन्त्रतालाई सुरक्षित राख्नु-

हामीलाई घरमा लानलाई येशू नआउञ्जेलसम्म हामीले शैतानको विरूद्धमा युद्धको सङ्घर्ष गरिरहनुपर्दछ । हामीलाई परीक्षा र दु:खकष्ट आउन सक्छन् तर हामीले हाम्रो स्वतन्त्रतालाई त्याग्नुहुँदैन ।

> "स्वतन्त्रताको निम्ति ख्रीष्टले हामीलाई स्वतन्त्र पार्नुभएको छ । यसकारण दह्रा भएर खडा होओ र फेरि दासत्वको जुवामुनि नपर । गलाती ५:१

तपाईंको नयाँ जीवन र तपाईंको स्वतन्त्रता प्रभु येशू ख्रीष्टमा छन् भन्ने कुरा कहिल्यै पनि नबिर्सनुहोस् । तिनीहरू तपाईं असल हुने कोसिस गर्नुभएकोमा होइन तर तपाईंमा भएको उहाँको उपस्थिति र उहाँको शक्तिमा भर पर्दछन् । ख्रीष्टियान जीवन निर्धारित नियमहरूको पालन गर्ने जीवन होइन तर "महिमाको आसा ख्रीष्ट तपाईंमा हुनुभएको जीवन" हो ।

तपाईंले ख्रीष्टमा एक अचम्मको नयाँ जीवन र परमेश्‍वरका सन्तानको अनन्त जीवन पाउनुभएको छ । सबै कुराहरूभन्दा बढी यसलाई जम्मा गर्नुहोस् । तपाईंले वर्ष बित्दै जाँदा र आउने युगहरूमा यसबाट अझै प्रशस्तै आनन्द प्राप्त गर्न सक्नुहुनेछ ।

> "यसकारण कोही ख्रीष्टमा छ भने त्यो नयाँ सृष्टि हो । पुरानो बितिगएको छ, हेर, सबै नयाँ भएको छ ।" २ कोरिन्थी ५:१७

> "म ख्रीष्टसँगै क्रूसमा टाँगिएको छु। अब उप्रान्त जिउने म होइन तर ख्रीष्ट ममा जिउनुहुन्छ। जुन जीवन शरीरमा म अहिले जिउँछु जसले मलाई प्रेम गर्नुभयो र मेरो निम्ति आफूलाई अर्पण गर्नुभयो।" गलाती २:२०

तपाईंको अभ्यासको निम्ति

१४. (कुनै एउटा छान्नुहोस्) तपाईंको ख्रीष्टियान जीवन के मा भरपर्छ ?

____ **क)** निर्धारित नियमहरू पालन गर्नुहोस्।

____ **ख)** तपाईंमा भएको ख्रीष्टको उपस्थितिमा।

____ **ग)** असल हुन कडा कोसिस गर्नमा।

१५. २ कोरिन्थी ५:१७ र गलाती २:२० कण्ठ गर्नुहोस्।

पाठ १० का उत्तरहरू

१. (क) ख्रीष्टलाई तपाईंका आफ्ना मुक्तिदाताका रूपमा ग्रहण गर्नाले।

३. (ख) यदि तपाईंले दियाबलसको विरोध गर्नुभयो भने ऊ तपाईंबाट भाग्छ।

४. (ख) पापको दोषबाट स्वतन्त्रता।
(घ) पापको शक्तिबाट स्वतन्त्रता।
(च) पापको निम्ति पाउने दण्डबाट स्वतन्त्रता।

५. (घ) प्रभुमा भरोसा राख्नु।

६. (ग) बाइबलमा हामीले सिकेको सत्यताद्वारा।

७. (क) मूर्तिपूजा। (ङ) आत्मापूजन।
८. (क) दुष्ट आत्माहरूको डरबाट स्वतन्त्रता।
(ख) झुटा धर्महरूबाट स्वतन्त्रता।
(घ) मोशाको व्यवस्थाबाट स्वतन्त्रता।
९. (क) जुनसुकै किसिमको मासु पनि खान सक्छ।
१४. (ख) तपाईंमा भएको खीष्टको उपस्थितिमा।

अब तपाईं पाठ ६-१० को निम्ति अन्तिम आधा भागको तपाईंको विद्यार्थी प्रतिवेदन भर्नलाई तयारी भइसक्नुभएको छ। यसलाई भर्दा विद्यार्थी प्रतिवेदनमा दिइएका निर्देशनहरूलाई पालन गर्नुहोस्। तपाईंले आफ्नो उत्तर-पुस्तिका निर्देशककहाँ पठाउँदा अध्ययनको अर्को पुस्तकको बारेमा पनि सोधी पठाउनुहास्।

बधाइ !

तपाईंले यो पाठ सक्नुभयो। यो तपाईंको निम्ति धेरै उपयोगी भयो होला भन्ने आसा हामीले लिएका छौं। विद्यार्थी प्रतिवेदनको दोस्रो खण्डलाई पूरा गरी उत्तर-पुस्तिकालाई आफ्ना निर्देशककहाँ फर्काउन नभुल्नुहोस्। दुवै उत्तर-पुस्तिकाहरू पाउनेबित्तिकै हामी तिनीहरूलाई जाँच गरी तपाईंको निम्ति प्रमाणपत्र पठाउनेछौं।