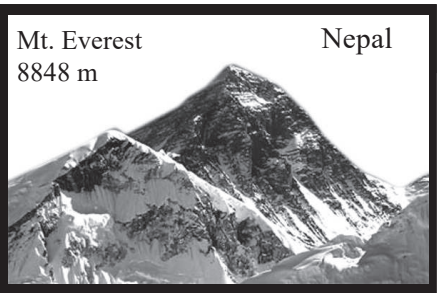
नेपाल ख्रीष्टियन हेराल्ड
NEPAL CHRISTIAN HERALD



राष्ट्र, राष्ट्रियता, आत्मिक जागृतिमा समर्पित इसाई क्षेत्रको सच्चा पहरेदार

Volume 20 No 9 Monthly International Edition of Herald of His Coming September 2019

वर्ष २०, अङ्क ९ हेराल्ड अफ हिज कमिङको अन्तर्राष्ट्रिय सम्पादन (असोज, २०७६)

पारिवारिक जीवनमा प्रार्थनलाई अभिन्न अङ्ग बनाउने १५ उपायहरू

15 Ways to Make Prayer a Natural Part of Your Family Life

By Kim Butts Condensed

१. **उत्तर आएका प्रार्थनाहरूका बारे आफ्ना बालकहरूलाई जानकारी गराऊँ**

आफ्ना बालकहरूलाई त्यो समयको बारेमा भन्ने गर्नुहोस् जुन समयमा तिम्रा प्रार्थनाका उत्तरहरू तिम्रो प्रभुले तिमीलाई दिनुभएको थियो । आफ्ना बालकहरूलाई उत्साह दिनुहोस् कि उनीहरूले आफ्नो प्रार्थनाको उत्तर पाएको अनुभव बाँड्न सकुन्, चाहे त्यो उत्तर उनीहरूले कल्पना गरेजस्तो होस् वा नहोस् ।

२. **तपाईंका नानीहरूलाई परमेश्वरले गर्नुभएको अचम्मको कार्यको बारेमा उनीहरूलाई सोच्न दिनुहोस् ।** परमेश्वरले गर्नुभएको उहाँका हातका कामहरूको बारेमा बताउनुलाई नहिच्किचाउनुहोस् । प्रकृतिमा भएका सबै थोकहरूको बारेमा बताउँदा परमेश्वरले गर्नुभएको अद्भुत कार्यको बारेमा बताउन नबिर्सिनुहोस् । यी सबै कार्य भएको लागि परमेश्वरलाई धन्यवाद दिन नबिर्सिनुहोस् ।

३. **जब तपाईंको परिवारमा कुनै कुराको खाँचो हुन्छ, नानीहरूलाई सँगै राखेर प्रार्थना गर्नलाई समय निकाल्नुहोस् ।** यो चाहे दुःखको कुरा होस्, चाहे खुसीको कुराहरू परिवारसँगै बसेर परमेश्वरको गुणको लागि धन्यवाद दिनुहोस् । नानीहरूलाई आमाबाबुबिनाका टुहुराटुहुरीको बारेमा सहायता गर्नुपर्छ भनेर सिकाउनुहोस् । कति ठाउँमा मानिसहरू घरबारविहीन भएका हुन्छन् उनीहरूको लागि पनि हामीले बासस्थान दिन सक्नुपर्दछ भनेर सिकाउनुहोस् । र त्यही अनुसारको प्रार्थना गर्दै जानुपर्छ ।

४. **जब प्रार्थना गर्न परिवार सँगै बस्नुहुन्छ, आफ्नो चालचलनको बारेमा बताउनुहोस्** : पापरिवारिक, सांस्कृतिक कुरा र विशेष घटनाको बारेमा राम्रोसँग सिकाउनुपर्छ र त्यसैसम्बन्धी प्रार्थना गर्नुपर्छ । थोरै उदाहरणको लागि कसैको जन्मदिन पर्दा परमेश्वरलाई धन्यवाद दिनुपर्छ र प्रार्थना गर्नुपर्छ भनी सिकाउनु पर्छ । साथै उसलाई माया गरेर हामीले पनि केही उपहार दिनुपर्छ । त्यो व्यक्तिलाई हामीले परमेश्वरले सकुशल राख्नुभएको कारण उहाँलाई धन्यवादस्वरूप साथै हृदयहारा केही भेटीहरू दिनुपर्छ भनेर सिकाउनु पर्छ । साथै गएको वर्षमा परमेश्वरले उसको जीवनमा के अचम्मको काम गर्नुभयो त्यसको लागि धन्यवाद दिनुपर्छ भनी सिकाउनु पर्छ ।

५. **नानीहरूलाई आशिषको लागि प्रार्थना गर्न लगाउनुहोस् ।** तपाईंको हात आफ्ना छोराछोरीहरूको टाउकोमा राखेर प्रार्थना गर्नुपर्छ । कहिलेकाहीं उनीहरूले काम गर्दै जाँदा निराश हुने अवस्था पनि आउन सक्छ । त्यो समयमा उत्साहको निम्ति आत्मिकी आशिष पाउन सकुन् भनेर उनीहरूको लागि प्रार्थना गर्नुपर्छ । "परमप्रभुले तिमीहरूलाई आशिष दिऊन् र तिनीहरूलाई रक्षा गरुन् । परमप्रभुले आफ्नो मुख तिमीहरूमाथि चम्काउन् र तिमीहरूलाई अनुग्रह गरुन् । परमप्रभुले आफ्नो चेहरा तिमीहरूको प्रकाश गरुन् र तिमीहरूलाई शान्ति दिऊन् ।" (गन्ती ६ : २४ - २६) यो पदले भनेको जस्तै गरेर आफ्ना नानीहरूलाई प्रार्थना गर्नुपर्छ ।

६. **तपाईंको नानीहरूलाई परमेश्वरको हतियारहरू राम्रोसँग धारण गर्नका लागि वचनबाट सिकाउनुहोस् ।** एफिसीमा सिकाएको जस्तै गरेर हातहतियारहरू धारण गर्न

लगाउनुहोस् ।" अन्त्यमा प्रभुमा र उहाँका शक्तिको सामर्थ्यमा बलवान् होओस् । दियावलशका मुक्तिहरूका विरुद्धमा खडा हुन सक्नलाई परमेश्वरका सारा हातहतियार धारण गर । किनकि हामीहरूको युद्ध शरीर र रगतको विरुद्ध होइन, तर प्रधानताहरूका विरुद्ध, शक्तिहरूका विरुद्ध, वर्तमान अन्धकारका सांसारिक शासकहरूका विरुद्ध र स्वर्गीय स्थानहरूमा भएका दुष्ट्याईंका आत्मिक सेनाहरूका विरुद्ध हो । यसैकारण परमेश्वरका सारा हातहतियार उठाओ, र यसरी खराब दिनको सामना गर्न सक, सबै काम गरे खडा हुन सक्ने होऔं । यसकारण आफ्ना कम्मर सत्यले कसेर, हार्दिकताको छातीपाता लाएर खडा होओ । र, खुट्टामा मिलापको सुसमाचारको जुत्ता लाएर तयार होओ । साथै विश्वासको ढाल उठाओ जसबाट तिमीहरू दुष्टका सबै अग्निवाण निभाउन सक्नेछौं । मुक्तिको टोप लगाओ, र पवित्र आत्माको तरबार लेओ, जो चाहिँ परमेश्वरको वचन हो । सारा प्रार्थना र निवेदनसाथ सबै समय पवित्र आत्मामा प्रार्थना गर्दा यस उद्देश्यले लगनशील र सतर्क भएर सबै सन्तहरूका निम्ति प्रार्थना गरिरहो । (एफिसी ६ : १० - १८) यी सम्पूर्ण हतियारहरू राम्रोसँग धारण गरेर आत्मिकी लडाईंको लागि तयार हुन हाम्रा नानीहरूलाई उत्साह दिनुपर्छ । दियावलशसँग लड्नका लागि हामी शारीरिक हातहतियार नभईकन आत्मिकी हातहतियारलाई लिएर राम्रोसँग प्रयोगमा लिएर प्रार्थनासहित युद्ध गर्यौं भने उहाँले हामीलाई सैतानको पथबाट छुटकारा दिनुहुन्छ । यसलाई कहिले पनि हलुका प्रकारले लिनु हुँदैन, संयम राखेर हृदयदेखि नै आत्मिकी लडाईं लड्न सक्यो भने विजय प्राप्त गर्न सकिन्छ भन्ने कुरा सिकाउनु पर्छ ।

७. परिवारसँगै बसेर भक्तिसाथ प्रार्थनाको समय बिताउनुपर्छ भनेर सिकाउनुहोस् । सम्पूर्ण परिवार कहीँ बाहिर जानुभन्दा अगाडि बिहान-बेलुका सुसमाचार प्रचार गर्न जान्छ हरेक समयमा प्रार्थना गरेर हिँड्नुपर्छ । यसले नानीहरूलाई परमेश्वरको नजिक जानलाई मद्दत गर्दछ । दिनभरिको क्रियाकलापमा परमेश्वरको आशिष छ भन्ने थाहा हुन्छ ।

८. पारिवारिक प्रार्थना गर्दा विषयहरू साधारण प्रकारले सबैको सामु बाँड्नुहोस् । प्रत्येकका समस्यकाहरू एक-अर्काको बीचमा बुझ्नका लागि उत्साह दिनुपर्छ । कहिलेकाहीँ पास्टरको लागि र उसको परिवारको लागि पनि प्रार्थना गर्नुपर्छ । साथै आफ्ना नातेदारहरूका लागि जो खीष्टमा बचेका छैन त्यस्ता साथहिरूका लागि र छिमेकहरूका लागि पनि प्रार्थना गर्नु पर्दछ । एक-अर्कालाई उत्साह दिनका लागि परिवारमा एक एक गरेर पालैपालो दिनदिनै प्रार्थना गर्न सिकाउनु पर्छ ।

९. व्यक्तिगत प्रार्थनालाई समूहमा बाँड्न लागि पनि उत्साह दिनुपर्छ । तिनीहरूले जब प्रार्थनाको उत्तर पाउँछन्, व्यक्तिगत प्रार्थनामा पनि परमेश्वरले उत्तर दिनुहुन्छ भन्ने कुरामा उत्साहित हुन्छन् त्यसैले उनीहरूको प्रार्थनालाई समूहमा बड्न सिकाउनु पर्छ ।

१०. प्रचारकहरूको लागि प्रार्थना गर्नलाई बढाउँदै बढाउँदै लैजानुपर्छ । प्रचारकहरूको निम्ति तपाईंको परिवारको अभाव मण्डलीले सहायता गरेको छ भने उनीहरूको लागि प्रार्थना गर्नलाई उत्साह दिनुपर्छ । प्रार्थना गर्दा आशिषमय र सकारात्मक प्रार्थना गर्न सिकाउनु पर्छ । कहिलेकाहीँ समाचारपत्र, इमेलहरूमा भेटिएका प्रार्थनाका विषयहरू सम्झना गर्न गाह्रो भएमा कापीमा लेखेर पनि एउटा एउटा भन्दै प्रार्थना गर्नुपर्छ । उनीहरूको प्रार्थनाले मानिसहरू खीष्टमा आउनुभएको छ भने तिम्रो प्रार्थनाले मानिसहरू खीष्टमा आउनुभएको छ भने तिम्रो प्रार्थनाले गर्दा उहाँहरूले खीष्टलाई विश्वास गर्नुभयो भनी उत्साह दिनुपर्छ । मत्तीको पुस्तकम यसरी लेखिएको छ, "यसकारण फसलको प्रभुलाई प्रार्थना गर, र उहाँले आफ्नो फसलमा खेतालाहरू पठाइदेऊन् ।" (मत्ती ९ ३८)

११. कुनै मानिसको समूहलाई लिएर प्रार्थना गर्न सिकाउनु पर्छ । जुन समूहमा अहिलेसम्म सुसमाचार भएको छैन, त्यो समूहको लागि नामै निकालेर प्रार्थना गर्नुपर्छ । उनीहरूको खाँचोको निम्ति उनीहरूको रोग निको होस् भनेर उनीहरूको हृदयको ढोका खोलियोस् भनेर सत्यताको परमेश्वरलाई चिन्न सकेको होस् भनेर प्रार्थना गर्नुपर्छ ।

१२. पारिवारिक प्रार्थनामा महिनाबारे पात्रोद्वारा प्रार्थनाका विषयअनुसार प्रार्थना गर्न सिकाउनु पर्छ । परिवारका क्रियाकलापहरूलाई पात्रोमा लेखेर दिनदिनै प्रार्थना गर्ने र कुन दिन प्रार्थनाको उत्तर मिल्छ त्यसको बारेमा सबैबारे बताउनु पर्छ ।

१३. अगुवाहरूको निम्ति प्रार्थना गर्न सिकाउनु पर्छ । आफ्नो चर्चा भएका अगुवाहरूका निम्ति विश्वव्यापी मण्डलीमा काम गर्ने अगुवाहरूको लागि प्रार्थना गर्न सिकाउनु पर्छ । साथै निरन्तर प्रार्थना गरिरहनु पर्छ ।

१५. प्रार्थना गर्दाखेरीका घटनाहरूमा सहभागी बनाउनु पर्छ । आफ्ना नानीहरूलाई विभिन्न प्रकारका संघसंस्थाका प्रार्थनाहरू सबैमा सहभागी हुने मौका दिनुपर्छ । हाम्रा नानीहरू जो सानो स्कुलमा भएका अभावका साथै उच्च शिक्षा अध्ययन गर्दैछन् भने उनीहरूलाई परमेश्वरको राज्यको निम्ति प्रार्थना गर्नलाई, सानाले ठूलोलाई आदर गर्नलाई सिकाउनु पर्छ । सबै उनीहरूको लागि थाहा हुनुपर्छ ।

घरेलु तालिम

Home Training

By Ralph G. finch, Jr

Vol 78 No. 1 (925)

बुबा हो, आफ्ना छोराछोरीलाई रीस नउठाओ, तर तिनीहरूलाई प्रभुको अनुशासन र शिक्षामा हुर्काओ (एफिसी ६:४) ।

परमेश्वरको जुनैपनि आज्ञाले कुनै न कुनै विशेष अधिकार र दायित्वको अर्थ बोकेको हुन्छ । वच्चाहरूलाई परमेश्वरमा हुर्काउन र सल्लाह अनुसार हुर्काउनु वा तिनीहरूलाई परमेश्वरको आज्ञा अनुसारको वचनले पोषित गर्नुहोस् । अनुशासनमा कहिलेकाही सजाय पनि दिनु पर्छ, तर यो जहिले पनि सल्लाह र सुझाव र आज्ञा दिने गर्नुपर्छ । शिक्षा दिनु, तालिम दिनु, हुर्काउनु भनेको पोषित पार्नु भनेको हो । राम्रो खानाले शरीर पोषित भएजस्तै राम्रो अनुसासनले र उचित सल्लाह सुझावले हृदय र दिमागलाई स्वस्थ तथा पोाषित पार्दछ । अनुशासन भन्नाले वच्चाहरूको ज्ञानको लागी के उचित छ सहि अनुसारको व्यवहार र नियमहरू प्रस्तुत गर्नु हो । दिमागलाई विकास गर्नको लागि जस्तोसुकै सुझावलाई पनि प्रयोग गर्नु पर्दछ । यसले चाँहि सम्पूर्ण धार्मिकतालाई शुद्धता र आवेगलाई नजिकबाट हेर्दछ । र यी दुवै चाहिँ परमेश्वरमा सल्लाह हो । उहाँको इच्छाअनुसार यो चाहिँ अन्ननताको उहाँको महिमा हो । यो चाहिँ वास्ता र पोषणको लागि कमलो चपाउन मिल्ने वृक्ष हो ।

हाम्रो बच्चाहरूको शारिरीक विकासलाई हामीले ख्याल राख्नुपर्छ । तिनीहरूको बौद्धिक विकास महत्वपूर्ण छ । अभिभावकले आफ्नो बच्चाहरूको दिमागले के विचार गरिरहेको छ त्यसबारे जाँचबुझ गर्नुपर्दछ । तर यो भन्दा पनि बढी विशेष गरी उनीहरूको आत्मिक शकितलाई विशेष ध्यान दिनुपर्छ । यस्तो तालिम र पोषणले बच्चाहरूलाई परमेश्वरमा धार्मीक र स्वस्थ रहन मद्दत गर्दछ ।

किसानले खेती गर्ने तरिकालाई ध्यान दिएन भने उसको खेत बारीमा काँडा र अन्य अनावश्यक झारपात उम्रिन्छ ? त्यस्तै आमाबुबा/अभिभावकले आफ्नो छोराछोरीको पालनपोषणलाई ध्यान नदियको खण्डमा छोराछोरीहरू दुष्टको फन्दामा पर्न गई नष्ट हुन सक्छन् ।

आमाबुबा/अभिभावकले परमेश्वरमा उनिहरूको वास्त ागर्न सर्मपित भएर हुर्काउनु पर्दछ । हरेक अभिभावक/ आमाबुबाले आफ्नो आत्मा र आफुलाई दिएको सन्तानको आत्माको जिम्मेवारि हुन । त्यो वच्चालाई वास्थ ागर्न उसलाई खटाइएको हो यो उसको प्रतिभा पनि हुन सक्छ । र यसलाई वेवास्ता गरी आफ्नो दाइत्व त्यागि सर्वशकितमान परम प्रभुको विरुद्धमा जानु हो ।

परमेश्वरको सल्लाह (The Admonition of the cord)

आज्ञाचाहिँ यो हो कि "तिनिहरूलाई परमेश्वरको सम्मुख लिएर आउनु ।" सल्लाह" अर्थत ताडना दिनु, गलत कामको विरुद्धमा सल्लाह दिनु वा निरिक्षण वा चेतावनि दिनु हो । स्वतन्त्रता र परिवारको कम निगरानिको कारण आजकलको वच्चाहरू परमेश्वरबाट विसंगतितिर लागि रहेछन्, यस्तो प्रकारको विसंगति आजकल हरेक समाजको स्थानहरूमा देखिन्छ । आमाबुबाको काम निगरानिको कारणले गर्दा वच्चाहरू यस्तो अनाज्ञाकारितामा लागेको देखिन्छ ।

परमेश्वर हरेक वच्चाहरूले घरमा सघाएको चाहानुहुन्छ र त्यस्तै हरेक आमाबुबाले आफ्नो छोराछोरीलाई हरेक अधिकार वाँडफाँड गरेको चाहानुहुन्छ । यो साँचो हो कि आमाबुबाले आफ्नो छोराछोरीलाई गालि गर्ने र व्याकुल बनाउने गर्नु हुँदैन । तर यो पनि साँचो हो कि उनिहरूलाई सल्लाह सुझाव र अधिकार र कर्तव्यको अभ्यास गर्नै लगाउनु पर्दछ र यो आमाबुबाको अधिकार र कर्तव्य हो ।

घरमै हो जहाँ वच्चाहरूले बोल्न र प्रार्थना गर्न सक्दछन् । यो त्यहि ठाउँ हो, जहाँ उनीहरूले बोल्न, खेल्न, खान र काममा धैर्य हुन सिक्न सक्दछन् । यो त्यहि ठाउँ हो जहाँ उनीहरूले असल कुरा मात्र नभएर खराब कुर पनि सक्दछ ? अल्छी हुन दुष्ट काम गर्न इत्यादि, । यो चाहिँ ठाउँ हो जहाँ उनिहरूलाई दुष्ट काम गर्न होइन तर अध्ययन गर्न र काम गर्न सक्दछन् । यो त्यहि ठाउँ हो जहाँ

उनीहरूले संगति र दुष्ट कार्यलाई रोज्न सक्दछन् । यो त्यहि ठाउँ हो जहाँ उनिहरूले राम्रो कुरालाई रोज्न र दुष्ट कुरालाई छोड्न सक्दछन् । मुर्ख र त्यसको मार्गबाट दूर बस वाइबलको कडा आज्ञा मध्ये एउटा आज्ञा हो । घरमा नै वच्चाहरूले सम पनि निष्ठा व्यवस्थापन सक्दछन् । आवसमा विचार विमसं सल्लाह र न्यायको विसपमा छलफल गर्नु चाहिँ परमेश्वरको सल्लाहको एउटा भाग हो ।

परमेश्वरले काम दिनु भएको छ । (A God- given task)

परमेश्वरले एउटा काम दिनुभएको छ । हामी आमाबुबासँग एउटा काम छ, परमेश्वरले दिनभएको काम, मनलाई कर लगाउनु, धैर्य गर्नु, धीरज गर्नु, काम चाहिँ प्राय ग्राहो काम हो । धेरै जस्तो अभिभावकले चाहिँ यस्तो मुल्य चुकाउन इच्छा गर्दैनन् । तर यस्तो कुरालाई ध्यान नदिइ टाढा बस्नु सहज हुन्छ ।

तर परमेश्वरले दिनुभएको आज्ञाको विषयमा चाहि के त ? ती बच्चाहरू कुनै दिन जीवनलाई एक्लै नियाल्ने छन् र तीनिहरूलाई असल बानीको आवश्यकता पर्दछ । राम्रो स्वास्थ्यको, आत्मासंयमी, उद्योग र ईश्वर भक्तिको आवश्यकता पर्दछ । जसले तिनीहरूलाई ईश्वरीय परिवारको आत्मासात गर्नेछ । परमेश्वरको स्तरअनुसार आमाबुबा वा अभिभावक को सल्लाह चाहिँ छोराछोरीको लागि बहुमूल्य सम्पदा जस्तै हो र यो चाहिँ एकदमै पोषित हुन्छ ।

के यो सबै मुक्ति/उद्धार हो ? उद्धारको लागि हो ? होइन तर यी सबै कुराले वच्चाहरूको आत्मिकि क्षेत्रको निम्ति र वौद्धिक क्षमता वुद्ध गर्न शक्ति दिन्छ र जीवनको हजारौ आधिँमा पनि स्थिर राख्छ । आत्मिकि अभिभारको स्मिृतिले वच्चाहरूलाई भविष्यमा जीवन निदे लेप लगाउँछ ।

हितोपदेश ३१ मा हामीलाई एउटा बुद्धिमानी स्त्रीको उदाहरण दिइएको छ । "तिनी आफ्नो परिवारमा कारोवारको देखरेख गर्छीन र आलस्यको रोटि खाँदिन् ।

Mrs. Wesley ले आफ्ना बच्चाहरूलाई वास्था गर्दा आफुलाई कहिल्यै पनि छोड्नुभएन उनको सबै अवस्थाहरूमा आफुले सधै प्रार्थना र सल्लाहमा उनीहरूलाई हुर्काइन् । यतिसम्म कि उहाँको छोरा विश्व विद्यालय जाँदा पनि उसलाई त्यहि सल्लाह दिए कि थिइन् ।

हामीलाई अझ धेरै पारिवारिक सल्लाहको खाँचो छ आत्मिकि र नैतिक परिवेशको लागि परमेश्वरले हामीलाई परमेश्वरको वर्षहरू सँगै हामीलाई फलवद्न बालिको वर्षजस्तै बनाउनु भएको होस् ।

मुक्तिका पाइला

'पश्चाताप गर्नुस् कि तपाईं पापी हुनुहुन्छ, पापले मृत्यु ल्याउँछ किनकि सबैले पाप गरेका छन र परमेश्वरको महिमासम्म पुरनबाट चुकेका छन्' (रोमी ३ : २३) 'किनकि पापको ज्याला मृत्यु हो तर परमेश्वरको सित्तैमा वरदान खीष्ट येशू हाम्रा प्रभुमा अनन्त जीवन हो ।' (रोमी ६ : २३) दु:खले तपाईंलाई पापबाट परमेश्वरसँग पश्चाताप गर्ने बनाउँदछ । '

दुष्टले आफ्नो बाटो र अधर्मीले आफ्नो विचार त्यागोस् र परमप्रभुतिर फर्कोस् र उहाँले त्यसमाथि कृपा गर्नुहुनेछ । हाम्रा परमेश्वरतर्फ त्यो फर्कोस् र उहाँले यसलाई सित्तैमा क्षमा गर्नुहुनेछ ।' (यशैया ४४ : ७) विश्वास गर्नु 'किनभने मैले जे पाएँ त्यसलाई सबैभन्दा मुख्य विषयको रूपमा तिमीहरूलाई सुम्पिदिएँ, अर्थात् पवित्र धर्मशास्त्रअनुसार खीष्ट हाम्रा पाको निम्ति मर्नुभयो । उहाँ गाडिनुभयो र पवित्र धर्मशास्त्रअनुसार तेस्रो दिनमा उहाँ पुनर्जीवित पारिनुभयो ।' (१ कोरिन्थी १५ : ३४) येशूलाई मुक्तिदाता भनेर विश्वास गर्नुहोस्, उहाँमा पश्चाताप गर्नुहोस् ।

'किनकि यदि तिमीले येशूलाई प्रभु हो भनी आफ्नो मुले स्वीकार गर्यौ, र परमेश्वरले उहाँलाई मरेकाहरूबाट जीवित पार्नुभयो भनी आफ्नो हृदयमा विश्वास गर्यौ भने तिम्रो उद्धार हुनेछ ।' (रोमी १० : ९) तब पत्रुसले तिनीहरूलाई भने, 'पश्चाताप गर र तिमीहरूका पाप क्षमाको निम्ति येशू खीष्टको नाउँमा तिमीहरू प्रत्येकले बप्तिस्मा लेऊ र तिमीहरूले पवित्र आत्माको वरदान पाउनेछौ किनकि प्रतिज्ञा तिमीहरूका निम्ति तिमीहरूका सन्तानहरूका निम्ति र टाढाटाढा रहेका सबैका निम्ति हो, प्रत्येक जसलाई प्रभु हाम्रो परमेश्वरले बोलाउनु हुन्छ ।

... तब जस-जसले उनको कुरा ग्रहण गरे तिनीहरूले बप्तिस्मा लिए ... । ' (प्रेरित २ : ३८ - ४१) HHC, Vol 67 No. 9 (801)

मान्छेको घमण्ड र खीष्टको नम्रता

Man's Pride and Christ's Humility

खीष्टको जन्म र मृत्युले मानिसहरूलाई घमण्डबाट नम्रतातिर ल्याउनलाई शिक्षा दिन्छ । यसले मानिसलाई सधैं दोधार बनाउँदछ कि सैतानबाटको जीवन हो कि आफैले पाएको पवित्र जीवन हो भन्ने पत्ता लगाउन कोसिस गनुपर्छ ।

- जन्म र पदको घण्मड "के यिनी सिकर्मीका छोरा होइनन् र ? के यिनकी आमाको नाउ मरियम र यिनका भाइहरू याकूव, योसेफ, सिमोन र यहूदा होइनन् र ?" (मत्ती १३:५५)
- धनको घमण्ड: "येशूले तिनीहरूलाई भन्नुभयो स्यालका दुला र आकाशका चराचुरुङ्गीहरूका गुड हुन्छन् तर मानिसमा पुत्रका लागि त शिर ढल्काउने ठाउ पनि छैन ।"(मत्ती ८ : २०)
- **उत्तरदायित्वको घमण्ड -** नथानेलले तिनलाई भने के नासरतबाट केही असल कुरा आउन सक्छ र ? फिलिपलाई तिनले जवाफ दिए, आएर हेर ।"(यूहन्ना १: ४६)
- **व्यक्तिगत स्वीकारको घमण्ड** -"उ उहाँको सानु कलिलो बिरुवाजस्तै र सुख्खा जमिनबाट निस्केको जरोजस्तै वढ्यो उ सित हामीलाई आकर्षण गर्ने न केही सुन्दरता म त महत्व नै थियो । उसको अनुहारमा हामीलाई मन पर्ने केही थिएन ।"(यशैया ५३ : २)
- **आदरको घमण्ड -** "मानिसको पुत्र खाँदै र पिउँदै आयो र तिनीहरू भन्दछन, हेर घिचुवाहरू, पियक्कड, कर उठाउने र पापीहरूको पत्र, बुद्धि ठिक हो, भन्ने कुरा त्यसका कामहरूबाटै प्रमाणित हुन्छ ।"(मत्ती ११ : १९)
- **आफू खुशीको घमण्ड :** "हेरोदका कारिन्दा खुजासकी पत्नी र योअन्ना र सुसन्ना । यिनीहरू र अरूहरूले आफ्ना धनले उहाँको सेवा गर्थे । (लुका ८ :३)
- **सिक्नुका घमण्ड-** "यहूदीहरूले अचम्म मान्दै यसो भने कुनै अध्ययन नगरी यिनले कसरी मारी विध्या हासिल गरे ।" (यूहन्ना ७ : १५)
- **ठूलो हुने घमण्ड:** "किनभने ठूलो को हो ? भोजन खान वस्ने कि सेवा गर्ने ? के भोजन खान बस्ने होइन र ? तर तिमीहरूको विचमा एक जना सेव गर्ने जस्तै छु ।" (लुका २२ : २७,)व "स्वरूपमा मानिस जस्तै भएर आफैलाई होच्याउनु भयो मृत्यु सम्मै अर्थात क्रूसको मृत्युसम्मै अर्थात् क्रूसको मृत्युसम्मै आज्ञाकारी रहनुभयो ।" -फिलिपी २ : ८) "हाम्रा निम्ति श्राप वनेर खीष्टले हामीलाई व्यवस्थाको सरापबाट मोल तिरेर छुटाउनु भयो । किनकि काठमा झुण्डीने हरेक कपित हुन्छ भन्ने लेखिएको छ ।" गलाती ३ : १३) ।
- **सफलताको घमण्ड:** "उहाँ आफ्नै मानिसहरूकहाँ आउनुभयो, तर उहाँका आफ्ना मानिसहरूले उहाँलाई ग्रहण गरेनन् ।" (यूहन्ना १ : ११) "ऊ मानिसहरूबाट घृणित थियो इन्कार गरियो अफसोसमा परेको मानिस र कष्टसित परिचित । ऊ त्यो जस्तो थियो उसलाई देखेर मानिसहरू आफ्ना मुख फर्काउँछन् । ऊ घृणित थियो र हामीले उसलाई केही मोल करे गलेनौं । (यसैया ५३:३)
- **आत्मानिर्भरताको घमण्ड:** "तव उहाँ तिनीहरूसँग बासरत जानुभयो र तिनीहरूका आज्ञाकारी भई बस्नु भयो । उहाँकी आमाले यी सबै कुरा आफ्नो मागमा राख्तिन ।" (लुका २ : ५१)
- **खुबीको घमण्ड:** "यो आफै केही गर्न सक्दिनँ । जस्तो म सुन्छु त्यस्तै न्याय म गर्छु र म मेरो न्याय ठीक ठहर्छ, किनकी म आफ्नो इच्छा खोज्दिनँ । तर मलाई पठाउनु हुनेको इच्छा खोज्दछु ।" (यूहन्ना ५ : ३०)
- **आत्मा इच्छाको घमण्ड:** "म अझै केही गर्न सक्दिन । जस्तो म सुन्छु त्यस्तै न्याय म गर्छु र मेरो न्याय ठीक ठहर्छ, किनकी म आफ्नो इच्छा खोज्दिनँ तर मलाई पठाउनु हुनेको इच्छा खोज्दछु ।" (यूहन्ना ५ : ३०)
- **क्षमादिन नसक्ने घमण्ड:** "अनि येशूले भन्नुभयो, "हे पिता, यिनीहरूलाई क्षमा गर्नुहोस्, किनकी यिनीहरूले के गर्दैछन् सो जान्दैनन् ।" अति तिनीहरूले उहाँको वस्त्र भाग गरेर चिट्ठा हाले । (लुका : २३ : ३२) हाम्रा प्रभु येशू खीष्टको क्रुस वाहेक अरू कुनै पनि कुरामाथि घमण्ड गर्ने कुरा म देखि दूर रहोस्, जमद्वारा म चाहिँ संसारको लेखि, र संसार मेरो लेखी क्रममा झुण्डयाइएको छ । (गलाती ६ : १४)

यी माथिका विभिन्न घमण्डको कारणले गर्दा मानिस परमेश्वरको प्रेमदेखि टाढा भएको थियो । यी सबै घमण्डलाई तोड्न र मानिसलाई उहाँकहाँ पुऱ्याउन खीष्ट नम्र हुनुभयो र आफैंलाई रित्याउनुभयो ।

उपवासले अन्तरबिन्ती प्रार्थना गर्नलाई शक्ति मिल्छ

Fasting Strengthens the Intensity of Prayer

By Gordon Cove

Vol. 73 No 9(873)

हामीले मण्डली इतिहासलाई राम्रोसँग पढ्यौं भने थाहा गर्न सक्छौं कि जुनसुकै परमेश्वरको राज्य विस्तार गर्नलाई सफल पाउने सकेको कारण उपवाससहितको प्रार्थनाले हो । धेरै किसिमका बाइबलीय सुधारहरु पनि बाइबल धर्म गुरुहरुले उपवाससहित ल्याएका हुन् । थोरै कपडा लगाउनु आफ्नो शरीरलाई बाँच्न निम्ति साधारण खाने तर परमेश्वरको राज्यमा सुधार ल्याउनु पर्छ, भने इतिहासिक अगुवाहरुको थियो । धेरैभन्दा धेरै मानिसहरुलाई खीष्टमा उहाँको सत्यता बताउनु उनीहरुले साँचो उपवासद्वारा नै सफल भएको पाउँदछौ ।

चौधऔं शताब्दीको धर्म सुधार आन्दोलनमा पनि हाम्रा अगुवाहरुले उपवाससहितको प्रचारले धर्मसुधार ल्याउन सफल भएको पाउँदछौ । जसको नाम Florence Italy (फ्लोरेन्स इटाली) हो । उनी महान् प्रचारक थिए- जसले खीष्टमा गरिने साँचो विश्वासको बारेमा सुधार ल्याएको थिए । जो उपवासमा निकै लागिरहन्थे । ऐतिहासिकहरुले भन्दछन् कि हप्तामा कहिलेकाहीं न खाना खान्थे, न पानी नै पिउँथे ।

त्यसपछि हामी अर्का ठूला व्यक्ति मार्टिन लुथरकोमा आउँदछौ उनी पनि ठूला धर्मसुधारक हुन् । जसले बाइबललाई अर्को भाषामा गरेका थिए । जुन भाषा साधारण मानिसहरुले पनि बाइबल पढ्न सकून् । यो पनि एउटा ठूलो परिवर्तन थियो । यसले सारा युरोपभरि नै सुधार ल्याएको थियो । उनले धेरै उपवास बसेको कारण उनका साथीहरुले पनि सघाएका थिए भने इतिहासले बताउँदछ । हामीले कहिल्यै पनि त्यसरी उपवासवस्नलाई प्रयास गरेका हुँदैनौ, जुन शरीर परमेश्वरको मन्दिर हो यसलाई पवित्र आत्माद्वारा शक्ति प्रदान भइरहेको हुन्छ । यसलाई शक्तिशाली बनाउन उपवासद्वारा नै सकिन्छ । जुनचाहिँ मार्थिन लुथरले गरेका थिए । उनको उपवाससहितको प्रार्थनाले परमेश्वरद्वारा युरोपमा भएको बाइबलीय अन्धकारलाई उज्यालोमा परिवर्तन गराएको थियौ ।

जोन क्याल्भिन र जोन कनोक्स- जोन क्यालभिनले पनि धर्मशास्त्रलाई फिजाउनको लागि उपवाससहित प्रार्थना गरेका थिए । उनले भने "आउनुहोस्, हामीले यो भनौं कि, उपवाससहित गरेको प्रार्थनाले हामीमा ल्याउनु पर्ने सुधार आउन सकोस् । कुनै त्याग्नुपर्ने कुरा त्यागियोस्, सुधार ल्याउन पर्ने कुरामा सुधार ल्याइओस् ।" पवित्र उपवासले हाम्रो शरीरको इच्छालाई मारेर अरुको हितको काममा आशिष ल्याउँदछ ।

स्कटल्यान्डका जोन कनोक्स उपवास बसेर परमेश्वरसँग पर्खेका थिए । रानीको जीवनमा परिवर्तन आओस् भनेर । बेलायतका अगुवाहरुले साँचो उपवास प्रार्थना गरे । उनीहरुको बीचमा ठूलो परिवर्तन आएको थियो ।

चर्च फादर र ठूलो प्रचारकहरु- टेटुलिएनले भन्नेका छन् ई.सं. ११० मा उपवास बसेर प्रार्थना गर्नु धार्मिक सुधार ल्याउनु हो । पोलिक्यापले पनि यसरी नै भन्दछन् उपवास बसेर प्रार्थना गर्दा परीक्षामा पर्दा सफल हुनलाई शक्ति मिल्दछ । अरु धेरै ठूला प्रचारकहरुमा आयौ भने, फिने, जोनाथन इडवाड विस्ली, सुपरगेन र अरु यस्तै ठूला प्रचारकहरुले उपवाससहित प्रार्थना गरी प्रचारमा जान्थे र सफलता पनि पाउँथे । त्यसैको नतिजा आज हामी छौं । उनीहरुले जब उपवास बस्थे बाइबलले भनेको जस्तै गरिबस्थे । त्यसैकारण उनीहरुको प्रार्थनामा शक्ति थियो । एकपटक प्रचार गर्दा धेरैभन्दा धेरै मानिसले आफ्नो जीवन परमेश्वरमा समपर्ण गर्थे ।

सुपरगेनले यसरी प्रार्थना गरे, "... हाम्रो प्रार्थनाले भूत गएन... येशूले भन्नुभयो, तिमीहरुका अल्पविश्वासका कारणले हो । (मत्ती १७ : १४ - २१) यसको अर्थ साधारण प्रचारले मानिसको हृदयलाई हुँदैन । साधारण विश्वासले परमेश्वरलाई रिझाउन सकिँदैन । विश्वाससहितको उपवास प्रार्थनाले परमेश्वरको शक्तिलाई आफूतिर खिच्न सकिन्छ ।

उनले भन्दछन्- उपवास केको लागि हो ? एउटा कुरा हामीले बाइबलमा हेर्यौ भने पाउँदछौं कि प्रभुले

आफ्ना चेलालाई परीक्षामा नपर्नको लागि उपवाससहित प्रार्थना गर भन्नुभयो । अर्को उहाँको शक्ति आफ्नो जीवनमा धारणा गर्न । प्रभु आफै पनि जब उपवासमा हुनुहुन्थ्यो, शैतानले विभिन्न परीक्षालिएको थियो तर उहाँ त्यसमा विजय भएको हामीले पाउँदछौं ।

म आफै ढुक्क छैन, तपाईंको मण्डलीमा उपवास प्रार्थना गर्दा आशिष आएको छ वा मण्डली परीक्षामा विजय भएको छ कि नाईं । तर जब हामी उपवाससहितको प्रार्थना गर्दछौं । हामीले हाम्रो प्रार्थनाद्वारा खीष्टको शक्तिलाई मण्डलीमा काम गरेका देख्नुपर्छ र हुनुपर्छ ।

उपवाससहितको प्रार्थनाले जागृति ल्याउँछ- सुरुका मण्डली इतिहासलाई हेर्दा त्यतिखेरका अगुवाहरुले विभिन्न विश्वव्यापी सेवाकाईमा लागेको पाउँदछौं । एन्टिओकको मण्डलीलाई हेर्दा एकले अर्कोलाई प्रेम गर्दै विश्वासको कृतिलाई फैलाउँदै गएको पाउदछौं । जब सिमियोन, कुरेनिका लुकियस भनिने र शाऊलले उपवाससहित प्रभुको आराधना गरिरहेका थिए । पवित्र आत्माले शाऊल र बारनाबासलाई मेरो निम्ति अलग गर, मैले तिनीहरुलाई बोलाएको छु भन्नुभयो । तब आत्मादेखि पठाइएका कारण उनीहरु जहाँ गएर प्रचार गरे । त्यहाँ मण्डली खडा भयो, प्रभुको अचम्मको काम भएको पाउँदछौं । (प्रेरित १३ अध्याय) त्यसैले आज हाम्रो मण्डलीका विश्वासीले गरेको उपवाससहितको प्रार्थनाले आफ्नो परिवारमा मण्डलीमा देशमा कुनै किसिमको परिवर्तन ल्याउन सकेको छ ? कि मानिसको नजरमा उपवास देखिएको छ परमेश्वरले देख्न सक्नुभएको छैन वा परमेश्वरलाई हाम्रो उपवास पुग्न सकेको छैन, विचार गरौं ।

यदि तपाईं उपवासको लागि बोलाउनुभएको छ भने तपाईंले तपाईं पवित्र आत्माद्वारा डोऱ्याइएको हुनुपर्छ । के तपाईंलाई थाहा छ ? के तपाईं पवित्र आत्माद्वारा उपवाससहितको प्रार्थनामा सहायता भएको होस् भन्ने चाहनुहुन्छ । यदि त्यस्तो हो भने बाइबलमा तपाईंले योएल २: १५-१६ लाई हेर्नुहोस् "सियोनमा तुरही फूक, पवित्र उपवासको घोषणा गर, पवित्रसभा बोलाओ । मानिसहरुलाई भेला गर, सभालाई अर्पण गर, धर्मगुरुलाई जम्मा गर, नानीहरु, दूधे बालकहरुलाई बटुल, दुलाहा आफ्नो कोठाबाट र दुलही आफ्नो भित्र कोठाबाट निस्कुन्" । त्यसकारण पवित्र आत्माको अगुवाइमा सम्पूर्ण मण्डलीलाई आफ्नो सबै शारीरिक काम छोडी आत्मिक कामको निम्ति बोलाउनु पर्छ र बोलाइनु पर्छ । सम्पूर्ण मानिस एक भएर एकै मनको भएर उपवाससहित गरेको प्रार्थना परमेश्वरले सुन्नुहुन्छ र उत्तर दिनुहुन्छ ।

Taken from Revival Now Through prayer and Fasting

प्रार्थना गरौं

- राष्ट्रिय खीष्टियन महासंघ सबै खीष्टियनको हक-हितको लागि लगातार काममा लाग्न सकोस् ।
- देशभरिका खीष्टियनहरुका बीचमा एकता आइरहोस् ।
- अन्याय, अपराध, अपहरण, हत्या, चोरी, डकैती, व्यभिचारजस्ता सामाजिक अपराधहरु रोकिन सकेका हुन् ।
- प्रवासी नेपालीहरुको बीचमा सुसमाचार कार्य र मण्डली वृद्धि हुन सकोस् ।
- चेलिबेटी बेचबिखन, मानव तस्करीलगायतका मानवताविरोधी घटनाहरूमा कमी आएको होस् ।
- अन्धकारको शक्ति र तिनका दुष्टकार्य, योजनाहरु, किल्लाहरु आदिको विरुद्धमा प्रार्थना गर्ने । (एफिसी ६ : १२)

विशेष धन्यवाद

पा. माधव पौडेल, एल्डर रामचन्द्र पौडेल, रुबी पौडेल, प्रभात पौडेल, दीपक लामिछाने, चित्र सेन्चुरी, ललित तामाङ ।

स्थानीय वितरक

नवीन/सरला ढुङ्गाना तथा हेराल्ड इन्टरनेसनल अफिस दक्षिण कोरिया, जनक कँडेल तथा आशिष / एस्टर कुमाल, टोकियो, जापान, विदुर परियार, दार्जीलिङ, भारत, सागर श्रेष्ठ, दुबई, सुमन शाक्य, बिरु गुरुङ तथा केदार तामाङ, मलेसिया, पावल राई, कतार, सी.पी. लोप्चन, काठमाडौं, हेराल्ड अफिस, नयाँ बजार, काठमाडौं ।

BOOKPOST

पत्र पाउनेको ठेगाना (TO)

नाम (Name) :

ठेगाना (Address) :

हाम्रो ठेगाना (Our Address):

जी.पी.ओ. बक्स ८९७५, ई.पी.सी. : ५६००, काठमाडौँ, नेपाल

प्रकाशक : गोस्पल रिभाइभल आई.एन.सी.

सल्लाहकार : ऋच कारमाइकल

कम्प्युटर सेटिङ : एक्सट्रा प्रिन्ट आउट, डिल्लीबजार, ९८१८६०५६८२

सह-सम्पादक : श्रीमती शान्ति पौडेल

सम्पादक : नवराज पन्त

G.P.O. Box: 8975, EPC: 5600, Kathmandu, Nepal

E-mail: nepalherald@yahoo.com

Phone No:- 2090221, 4382442

Published by: Gospel Revival Inc. (all rights reserved)

Counselor: Rich Carmicheal

Computer Setting: Xtra Print Out, Dillibazar, # 9818605682

Co- Editor: Shanti Poudel

Editor: Nava Raj Panta

website: www.nepalherald.blogspot.com