

सामर्थी बनाना
अधिवेशन 7

आत्मिक विकास के लिए आवश्यक कारण

आत्मिक विकास के लिए आवश्यक कारण

हम अपनी यात्रा में अब उस स्थान पर पहुंच गए हैं जहां पर मुझे आपको यह बता देना चाहिए कि आत्मिक विकास सबसे महत्वपूर्ण बात है जिस पर ध्यान दिया जाना चाहिए जोकि आप मसीह में सम्पूर्ण जीवन में प्राप्त कर सकेंगे।

अवसर और ऐसे कारण जो आत्मिक विकास के लिए आवश्यक हैं के प्रति विश्वासयोग्यता जरूरी है।

उदारहण :

- श्रीमान शेफर्ड – “दी बैरन ऑफ लोनन्डरी”
- कुछ महिने पहले उसकी पत्नी मर गई; वह विश्वासी नहीं था; उसे उसकी इतनी याद आती थी कि वह हर रविवार आरधना में आने लगा। वह प्रभावशाली व्यक्ति है। नजदीक के कस्बे के बैंक का अध्यक्ष; शहर की आधी जमीन का मालिक था। मैं उसके घर में उसे यीशु के साथ सम्बन्ध बनाने के बारे में बातचीत करने गया। “श्रीमान शेफर्ड, क्या आपने अपना दिल यीशु को कभी दिया है?” “आप उसको देने के बारे में क्या सोचते हैं?” उसने सोफे के साथ धुटने टेक दिए और यीशु को अपने दिल में निमंत्रण दिया।
- वह अपने जीवन के 80 साल व्यतीत कर चुका था, जब उसने आत्मिक बच्चे के रूप में परमेश्वर के राज्य में जन्म लिया (जैसा कि हममें से बहुतों ने किया था जब हम बच्चे थे)।

राज्य के विकास के स्तर हम सब में एक समान ही है :

- पवित्रआत्मा हमारे जीवन में घुसपैठ करता है जब हम अपने जीवन के सिहांसन पर यीशु को आमंत्रित करते हैं।
- तीन कड़ियों का निर्माण होता है – पश्चातापी विश्वास, पानी का बपतिस्मा, और पवित्रआत्मा के साथ बपतिस्मा।
- हम पवित्रआत्मा के द्वारा मसीह की देह में रखे (डुबोए) जाते हैं।
- अब हम एक बार फिर से उस अहोदे पर पहुंच जाते हैं जहां से हम एक बार फिर जीवन में राज्य कर सकें जैसा परमेश्वर ने असल में हमारे लिए चाहा था।

परन्तु हम राज्य में एक बच्चे के समान प्रवेश करते हैं, हमें देखभाल की जरूरत होती है, हमें पोषण चाहिए और हमें बढ़ने की जरूरत है।

यह कोई मायने नहीं रखता, कि हम शारिरीक रूप से कितने भी बड़े क्यों न हों – 6, या 12, या यौवन आवस्था में या 30, या 40 और यहां तक कि 80 साल के बूढ़े। हम रातों ही रात आत्मिक रूप से परिपक्व नहीं हो जाते।

जब आपने यीशु को ग्रहण किया है, जब आप 20 साल के युवक थे, तो इसका अर्थ यह नहीं है कि आप 20 साल के आत्मिक हैं। आप आत्मिकता में एक बच्चे के रूप में ही आरम्भ करेंगे और आप आत्मिक प्रौढ़ावस्था की ओर बढ़ते चले जाएंगे।

आत्मिक विकास के लिए आवश्यक कारण

हम सब स्वर्ग के राज्य में आत्मिक बच्चों की नाई प्रवेश करते हैं भले ही हमारी शारिरीक उम्र कुछ भी हों। हम सभी को बढ़ना चाहिए। बच्चे की स्थिति से पूरी परिपक्वता की ओर यीशु मसीह में।

नीचे रखिए! हममें से हरेक या तो :

ऊपर की ओर **बढ़** रहा है या फिर नीचे की ओर **फिसल** रहा है

“वि-का-स” – खेल का नाम है!

विकासशील विश्वासी वह है जो परमेश्वर के साथ लगातार खुलेआम और निजी रूप से आराधना में अपने सम्बन्ध को बनाए रखने के द्वारा अपने आपको खिलाता और पोषित करता है।

विकास के लिए आवश्यक पहलु (शारिरीक या आत्मिक)

1. सही पोषण

नये जन्में हुए बच्चों की नाई निर्मल आत्मिक दूध की लालसा करो जिससे... बढ़ते जाओ – 1 पतरस 2:2

2. सही व्यायाम

और भक्ति के लिए अपना साधन कर, क्योंकि देह की साधना से कम लाभ होता है, पर भक्ति सब बातों के लिए लाभदायक है, क्योंकि इस समय के और आने वाले जीवन की प्रतिज्ञा इसी के लिए है। – 1तीमुथियुस 4:7,8

3. “मसीह में सम्पूर्ण जीवन” – (निर्मल प्रेम भरी देखभाल)

4. सही वातावरण

परमेश्वर के निकट आओ तो वह तुम्हारे निकट आएगा, हे पापीयो, अपने हाथों को शुद्ध करो, और हे दुचिते लोगों, अपने हृदय को पवित्र करो – याकुब 4:8

“आत्मिक भूख” के महत्व को पहचानें

भूख विकास की कुंजी है क्योंकि यह निश्चय कराती हैं कि हम कैसे पोषण और संगति प्राप्त करते हैं। लगातार आत्मिक भूख की जांच करते रहना एक विकासशील विश्वासी के लिए बहुत विशेष है। यीशु ने कहा, “धन्य हैं वे जो धर्म (मसीह की समानता) के भूखे और प्यासे हैं क्योंकि वे तृप्त किए जायेंगे”।

आप इन्हें अपने नोटस में लिख सकते हैं ! हममें से हरेक ने जिसने अपने आप को मसीह को दे दिया है या तो वह उपर की ओर बढ़ रहा होगा या फिर नीचे की ओर फिसल रहा होगा ।

यदि आप बारिश के मौसम में साईकिल पर बाहर चले जाते हैं, और तराई वाली कच्ची सड़क पर आ जाते हैं, तो आप पहाड़ी के उपर नहीं चढ़ रहे होते बल्कि आप नीचे की ओर फिसलते जाएंगे और गिर जाएंगे । इसी तरह से मसीह जीवन में आपको उपर की ओर बढ़ना है । अन्यथा आप अपने पुराने पापपूर्ण स्वभाव में या फिर उन कामों में जो संसार में आपके चारों ओर हैं फिसलते जाएंगे और यहां तक कि आपके पुराने मित्र आपको परमेश्वर से दूर संसार की ओर खींचना आरम्भ कर देंगे ।

आपकी प्रशिक्षण पुस्तिका में ऐसे लिखा है, विकासशील विश्वासी वह है, जो परमेश्वर के साथ लगातार खुलेआम और निजी रूप से आराधना में अपने सम्बन्ध को बनाए रखने के द्वारा अपने आपको खिलाता और पोषित करता है ।

“खुलेआम” और “निजी” रूप से शब्दों के नीचे रेखा खींचे । खुलेआम में की जाने वाली आराधना में हम मसीह की देह के रूप में इक्ट्ठे हाते हैं, जो हमारे विकास के लिए जरूरी है । पर साथ ही साथ निजी आराधना में, हम अपनी व्यक्तिगत प्रार्थनाओं और पविशास्त्र का अध्ययन, जो अत्यन्त जरूरी है, के द्वारा परमेश्वर की नजदीकता में आते हैं ।

विकास के लिए चार पहलु चाहे वे शारिरीक हो या आत्मिक आवश्यक है । पहला पहलु :

1. सही पोषण है

- “नये जन्में हुए बच्चों की नाई निर्मल आत्मिक दूध की लालसा करो जिससे... बढ़ते जाओ” पतरस ने यह शब्द अपने पहले पत्र में लिखें ।
- श्रीमान शेफर्ड – अपना जीवन यीशु को देने के बाद प्रतिदिन बाइबल का अध्ययन करने लगे । जबकि उनकी आयु 80 साल थी । वे जानते थे कि यदि उन्हें सही पोषण नहीं मिला तो वे विकसित नहीं होंगे ।
- हमारी कलीसिया के कुछ परिवारों में से एक परिवार में कुछ साल पहले एक छोटे सुन्दर बच्चे का जन्म हुआ । पर वह लड़की, जिस तरह से उसे वजन बढ़ाना चाहिए था वजन नहीं बढ़ा पाई, पर तो भी उसे हर समय भूख ही लगी रहती थी । उसके माता –पिता और डाक्टर चिंतित थे । आखिर में उसे महाविद्यालय के हस्पताल में ले जाया गया, और उन्होंने ये खोज की, कि उसके मुंह में उपर एक बीमारी थी । जब वह अपनी मां से दुध पीने की कोशिश करती थी तो वह ठीक से पूरी तरह नहीं चूस पा रही थी । पोषण तो वहां था परन्तु वह इसे प्राप्त नहीं कर रही थी तब उन्होंने मुंह के अन्दर उपर वाले हिस्से में ओपेशन किया । तब वह पोषण प्राप्त कर पाई । वह जल्दी ही बढ़ने लगी और सामान्य हो गई ।
- इसलिए पोषण अति जरूरी है । यदि कोई भी वस्तु आपको परमेश्वर के वचन से नियमित आधार पर भोजन प्राप्त करने से रोकती है, तो आप कभी भी आत्मिक रूप से शक्तिशाली पुरुष नहीं बन पाएंगे ।

आत्मिक विकास के लिए आवश्यक कारण

हम सब स्वर्ग के राज्य में आत्मिक बच्चों की नाई प्रवेश करते हैं भले ही हमारी शारिरीक उम्र कुछ भी हों। हम सभी को बढ़ना चाहिए। बच्चे की स्थिति से पूरी परिपक्वता की ओर यीशु मसीह में।

नीचे रखिए! हममें से हरेक या तो :

ऊपर की ओर **बढ़** रहा है या फिर नीचे की ओर **फिसल** रहा है

“वि-का-स” – खेल का नाम है!

विकासशील विश्वासी वह है जो परमेश्वर के साथ लगातार खुलेआम और निजी रूप से आराधना में अपने सम्बन्ध को बनाए रखने के द्वारा अपने आपको खिलाता और पोषित करता है।

विकास के लिए आवश्यक पहलु (शारिरीक या आत्मिक)

1. सही पोषण

नये जन्में हुए बच्चों की नाई निर्मल आत्मिक दूध की लालसा करो जिससे... बढ़ते जाओ – 1 पतरस 2:2

2. सही व्यायाम

और भक्ति के लिए अपना साधन कर, क्योंकि देह की साधना से कम लाभ होता है, पर भक्ति सब बातों के लिए लाभदायक है, क्योंकि इस समय के और आने वाले जीवन की प्रतिज्ञा इसी के लिए है। – 1तीमुथियुस 4:7,8

3. “मसीह में सम्पूर्ण जीवन” – (निर्मल प्रेम भरी देखभाल)

4. सही वातावरण

परमेश्वर के निकट आओ तो वह तुम्हारे निकट आएगा, हे पापीयो, अपने हाथों को शुद्ध करो, और हे दुचिते लोगों, अपने हृदय को पवित्र करो – याकुब 4:8

“आत्मिक भूख” के महत्व को पहचानें

भूख विकास की कुंजी है क्योंकि यह निश्चय कराती हैं कि हम कैसे पोषण और संगति प्राप्त करते हैं। लगातार आत्मिक भूख की जांच करते रहना एक विकासशील विश्वासी के लिए बहुत विशेष है। यीशु ने कहा, “धन्य हैं वे जो धर्म (मसीह की समानता) के भूखे और प्यासे हैं क्योंकि वे तृप्त किए जायेंगे”।

2. विकास के लिए दूसरा आवश्यक पहलु सही व्यायाम है।

- बच्चों को व्यायाम की जरूरत होती है... वे अपने फेफड़ों का व्यायाम करते हैं! वे अपने हाथों और पावों को हवा में हिलाते हैं। वे आपके शरीर को धक्का देकर खड़े होने की कोशिश करते हैं। वे अपनी आँखों का घरे में घूम रही छोटी चीज को देखते हुए व्यायाम करते हैं। वे बिना व्यायाम के शक्तिशाली रूप से नहीं बढ़ सकते।
- पौलुस ने 1 तीमुथियुस 4:7-8 में कहा "और भक्ति के लिए अपना साधन कर, क्योंकि देह की साधना से कम लाभ होता है, पर भक्ति सब बातों के लिए लाभदायक है, क्योंकि इस समय के और आने वाले जीवन की प्रतिज्ञा इसी के लिए है।"
- शारिरीक व्यायाम महत्वपूर्ण और आनन्दायक होता है, परन्तु सन्त पौलुस ने कहा कि आत्मिक व्यायाम तो और भी महत्वपूर्ण और विशेष होता है। परन्तु इसके लिए अनुशासन चाहिए।
- अमेरिका में बहुत से लोग व्यायाम करने के लिए ऐसे स्थान पर चले जाते हैं, जहां पर प्रशिक्षक उन्हें प्रतिदिन कुछ व्यायामों को दोहराते रहने के लिए कहता है। इसी तरह से हमें अनुशासित रूप में आत्मिक व्यायामों को दोहराने की जरूरत है।
- प्रभु शिथिल, अनुपयोगी, अस्वस्थ विश्वासीयों को नहीं चाहता। इसलिए हम अपना व्यायाम मसीह की गवाही देने, कठिनाईयों का सामना करने और परिक्षाओं में पड़ने और जब हम प्रभु की सेवकाई कई तरीकों से करने की कोशिश करते हैं के द्वारा देते हैं।

आत्मिक विकास के लिए आवश्यक कारण

हम सब स्वर्ग के राज्य में आत्मिक बच्चों की नाई प्रवेश करते हैं भले ही हमारी शारिरीक उम्र कुछ भी हों। हम सभी को बढ़ना चाहिए। बच्चे की स्थिति से पूरी परिपक्वता की ओर यीशु मसीह में।

नीचे रखिए! हममें से हरेक या तो :

ऊपर की ओर**बढ़**..... रहा है या फिर नीचे की ओर.....**फिसल**..... रहा है

“वि-का-स” – खेल का नाम है!

विकासशील विश्वासी वह है जो परमेश्वर के साथ लगातार खुलेआम और निजी रूप से आराधना में अपने सम्बन्ध को बनाए रखने के द्वारा अपने आपको खिलाता और पोषित करता है।

विकास के लिए आवश्यक पहलु (शारिरीक या आत्मिक)

1. सही पोषण

नये जन्में हुए बच्चों की नाई निर्मल आत्मिक दूध की लालसा करो जिससे... बढ़ते जाओ – 1 पतरस 2:2

2. सही व्यायाम

और भक्ति के लिए अपना साधन कर, क्योंकि देह की साधना से कम लाभ होता है, पर भक्ति सब बातों के लिए लाभदायक है, क्योंकि इस समय के और आने वाले जीवन की प्रतिज्ञा इसी के लिए है। – 1तीमुथियुस 4:7,8

3. “मसीह में सम्पूर्ण जीवन” – (निर्मल प्रेम भरी देखभाल)

4. सही वातावरण

परमेश्वर के निकट आओ तो वह तुम्हारे निकट आएगा, हे पापीयो, अपने हाथों को शुद्ध करो, और हे दुचिते लोगों, अपने हृदय को पवित्र करो – याकुब 4:8

“आत्मिक भूख” के महत्व को पहचानें

भूख विकास की कुंजी है क्योंकि यह निश्चय कराती हैं कि हम कैसे पोषण और संगति प्राप्त करते हैं। लगातार आत्मिक भूख की जांच करते रहना एक विकासशील विश्वासी के लिए बहुत विशेष है। यीशु ने कहा, “धन्य हैं वे जो धर्म (मसीह की समानता) के भूखे और प्यासे हैं क्योंकि वे तृप्त किए जायेंगे”।

3. आत्मिक विकास का अगला आवश्यक पहलु निर्मल प्रेम भरी देखभाल है।

- एक बड़े हस्पताल मे एक परिक्षण किया गया जहां पर बहुत से अनाथ बच्चे थे। उन्होंने बच्चों को दो समुहों में बांट दिया। दोनों समुहों के बच्चों को एक समान भोजन दिया गया और जब कभी उन्हें जरूरत पड़ी उनको दवाईयां दी गई और नियमित रूप से उनके पोतड़े बदले गए। परन्तु इसके इलावा पहले समुह के साथ और कुछ नहीं किया गया। जबकि दुसरे समूह के साथ – नर्स आती थी और उन्हें उठाती थी, गोदी में लेती थी, उनके लिए गीत गाती थी, और उनकी प्रेम भरी देखभाल करती थी। फिर उन्होंने उसका परिणाम देखा। जिन बच्चों की प्रेम भरी देखभाल की गई थी, वे शारिरीक और भावनात्मक रूप से तेजी से विकसित हुए उनकी तुलना में जिनकी केवल शारिरीक जरूरतों को पूरा किया गया था।
- कोमल प्रेमभरी देखभाल एक कलीसिया की भूमिका होती है ताकि वह आत्मिक बच्चों को परिपक्वता में ले आए।
- कलीसिया शीशुगृह के समान है जिसमें बच्चे गर्माहट पाकर बढ़ते हैं।
- ये प्रौढ़ विश्वासीयों का काम होता है कि वे अपने चारों तरफ नए विश्वासीयों को प्रेम और देखभाल के साथ स्वीकार करें और उत्साहित करें।
- और नए विश्वासीयों की जिम्मेदारी है कि, वे इस देखभाल को तलाशें और बड़ी लालसा के साथ जब दी जाती हैं तब इसे ले लें।
- “मसीह में सम्पूर्ण जीवन” आत्मिक विकास के लिए अत्यन्त महत्वपूर्ण मदद है क्योंकि नए विश्वासी न केवल परमेश्वर का वचन ग्रहण करते हैं, जो उन्हें बदल देने की योग्यता रखता है, बल्कि साथ ही साथ छोटे समूहों के द्वारा वे कुछ हद तक कोमल प्रेम भरी देखभाल को प्राप्त कर सकते हैं।

आत्मिक विकास के लिए आवश्यक कारण

हम सब स्वर्ग के राज्य में आत्मिक बच्चों की नाई प्रवेश करते हैं भले ही हमारी शारिरीक उम्र कुछ भी हों। हम सभी को बढ़ना चाहिए। बच्चे की स्थिति से पूरी परिपक्वता की ओर यीशु मसीह में।

नीचे रखिए! हममें से हरेक या तो :

ऊपर की ओर **बढ़** रहा है या फिर नीचे की ओर **फिसल** रहा है

“वि-का-स” – खेल का नाम है!

विकासशील विश्वासी वह है जो परमेश्वर के साथ लगातार खुलेआम और निजी रूप से आराधना में अपने सम्बन्ध को बनाए रखने के द्वारा अपने आपको खिलाता और पोषित करता है।

विकास के लिए आवश्यक पहलु (शारिरीक या आत्मिक)

1. सही पोषण

नये जन्में हुए बच्चों की नाई निर्मल आत्मिक दूध की लालसा करो जिससे... बढ़ते जाओ – 1 पतरस 2:2

2. सही व्यायाम

और भक्ति के लिए अपना साधन कर, क्योंकि देह की साधना से कम लाभ होता है, पर भक्ति सब बातों के लिए लाभदायक है, क्योंकि इस समय के और आने वाले जीवन की प्रतिज्ञा इसी के लिए है। – 1तीमुथियुस 4:7,8

3. “मसीह में सम्पूर्ण जीवन” – (निर्मल प्रेम भरी देखभाल)

4. सही वातावरण

परमेश्वर के निकट आओ तो वह तुम्हारे निकट आएगा, हे पापीयो, अपने हाथों को शुद्ध करो, और हे दुचिते लोगों, अपने हृदय को पवित्र करो – याकुब 4:8

“आत्मिक भूख” के महत्व को पहचानें

भूख विकास की कुंजी है क्योंकि यह निश्चय कराती हैं कि हम कैसे पोषण और संगति प्राप्त करते हैं। लगातार आत्मिक भूख की जांच करते रहना एक विकासशील विश्वासी के लिए बहुत विशेष है। यीशु ने कहा, “धन्य हैं वे जो धर्म (मसीह की समानता) के भूखे और प्यासे हैं क्योंकि वे तृप्त किए जायेंगे”।

4. विकास के लिए चौथा आवश्यक पहलु सही वातावरण है

- “परमेश्वर के निकट आओ तो वह तुम्हारे निकट आएगा, हे पापीयो, अपने हाथों को शुद्ध करो, और हे दुचिते लोगों, अपने हृदय को पवित्र करो”— याकुब 4:8
- बहुत से क्षेत्रों में बच्चों की विकास दर में बहुत बड़ी कमी है — कुछ स्थानों पर यह केवल 50 प्रतिशत ही हैं, क्योंकि यह जनसंख्या और साफ—सफाई की कमी के कारण है। उनके पास साफ पानी या मल बहाने के साधन नहीं है। इसलिए, उनके चारों तरफ कीटाणु और बीमारियां हैं। शायद ऐसा आपके देश में ना हो। परन्तु यह तीसरी दुनिया के देशों के लिए सच बात है।
- कुछ विश्वासी इसी तरह के गन्दे तथा दुषित वातावरण में पहले रह कर पले बड़े हैं। यह दुर्भाग्यपूर्ण बात है। विश्वासीयों को वातावरण बदलने की जरूरत है — संसारिक वातावरण से राज्य के वातावरण में।
- हमें इस, “संसार में” तो रहना है परन्तु हमें इस “संसार के” नहीं होना है।
- हमारी पहली निष्ठा राजा यीशु और उसके राज्य के प्रति है। यह हमारे परिवारों, हमारे अधिकारी, या हमारे राजनैतिक नेता के प्रति नहीं होनी चाहिए। यदि हमें बढ़ना है तो हमारे काम, हमारी रूचीयां, हमारे मित्र, और हमारी इच्छाएं, सब कुछ को उन लक्ष्यों और इच्छाओं और रूचीयों में बदल जाना चाहिए जो परमेश्वर ने अपने राज्य में स्थापित की हैं।

आत्मिक विकास के लिए आवश्यक कारण

हम सब स्वर्ग के राज्य में आत्मिक बच्चों की नाई प्रवेश करते हैं भले ही हमारी शारिरीक उम्र कुछ भी हों। हम सभी को बढ़ना चाहिए। बच्चे की स्थिति से पूरी परिपक्वता की ओर यीशु मसीह में।

नीचे रखिए! हममें से हरेक या तो :

ऊपर की ओर **बढ़** रहा है या फिर नीचे की ओर **फिसल** रहा है

“वि-का-स” – खेल का नाम है!

विकासशील विश्वासी वह है जो परमेश्वर के साथ लगातार खुलेआम और निजी रूप से आराधना में अपने सम्बन्ध को बनाए रखने के द्वारा अपने आपको खिलाता और पोषित करता है।

विकास के लिए आवश्यक पहलु (शारिरीक या आत्मिक)

1. सही पोषण

नये जन्में हुए बच्चों की नाई निर्मल आत्मिक दूध की लालसा करो जिससे... बढ़ते जाओ – 1 पतरस 2:2

2. सही व्यायाम

और भक्ति के लिए अपना साधन कर, क्योंकि देह की साधना से कम लाभ होता है, पर भक्ति सब बातों के लिए लाभदायक है, क्योंकि इस समय के और आने वाले जीवन की प्रतिज्ञा इसी के लिए है। – 1तीमुथियुस 4:7,8

3. “मसीह में सम्पूर्ण जीवन” – (निर्मल प्रेम भरी देखभाल)

4. सही वातावरण

परमेश्वर के निकट आओ तो वह तुम्हारे निकट आएगा, हे पापीयो, अपने हाथों को शुद्ध करो, और हे दुचिते लोगों, अपने हृदय को पवित्र करो – याकुब 4:8

“आत्मिक भूख” के महत्व को पहचानें

भूख विकास की कुंजी है क्योंकि यह निश्चय कराती हैं कि हम कैसे पोषण और संगति प्राप्त करते हैं। लगातार आत्मिक भूख की जांच करते रहना एक विकासशील विश्वासी के लिए बहुत विशेष है। यीशु ने कहा, “धन्य हैं वे जो धर्म (मसीह की समानता) के भूखे और प्यासे हैं क्योंकि वे तृप्त किए जायेंगे”।

यदि हमें उस तरह से बढ़ना है जैसे यीशु चाहता है, तो यहां पर तीन बातें हैं जिन पर ध्यान देने की जरूरत है

अपनी “आत्मिक भूख” के महत्व को पहचानें

- यीशु ने कहा, “धन्य हैं वे जो धर्म (मसीह की समानता) के भूखे और प्यासे हैं क्योंकि वे तृप्त किए जायेंगे”। यदि हम भूखें और प्यासें नहीं हैं तो हम कभी भी तृप्त नहीं किए जाएंगे।
- यदि ऐसे हालात पैदा हो जाएं, जो भूख और प्यास लगने में बाधा पैदा कर रहे हों तो, हमें तुरन्त इस पर ध्यान देना चाहिए और इलाज करना चाहिए।
- जैसे यहां पर, “भूख बुझाने वाले” पदार्थ हैं जो आपकी शारिरीक भूख को प्रभावित करते हैं – ऐसे पदार्थ जो हमें सही पोषण के लिए भूख या प्यास लगने से रोक देते हैं – उसी तरह से ऐसे “भूख बुझाने वाले” हैं जो हमारी आत्मिक भूख को प्रभावित करते हैं हमें इन पर लगातार निगाह लगाए रखना चाहिए।

आत्मिक विकास के लिए आवश्यक कारण

हम सब स्वर्ग के राज्य में आत्मिक बच्चों की नाई प्रवेश करते हैं भले ही हमारी शारिरीक उम्र कुछ भी हों। हम सभी को बढ़ना चाहिए। बच्चे की स्थिति से पूरी परिपक्वता की ओर यीशु मसीह में।

नीचे रखिए! हममें से हरेक या तो :

ऊपर की ओर **बढ़** रहा है या फिर नीचे की ओर **फिसल** रहा है

“वि-का-स” – खेल का नाम है!

विकासशील विश्वासी वह है जो परमेश्वर के साथ लगातार खुलेआम और निजी रूप से आराधना में अपने सम्बन्ध को बनाए रखने के द्वारा अपने आपको खिलाता और पोषित करता है।

विकास के लिए आवश्यक पहलु (शारिरीक या आत्मिक)

1. सही पोषण

नये जन्में हुए बच्चों की नाई निर्मल आत्मिक दूध की लालसा करो जिससे... बढ़ते जाओ – 1 पतरस 2:2

2. सही व्यायाम

और भक्ति के लिए अपना साधन कर, क्योंकि देह की साधना से कम लाभ होता है, पर भक्ति सब बातों के लिए लाभदायक है, क्योंकि इस समय के और आने वाले जीवन की प्रतिज्ञा इसी के लिए है। – 1तीमुथियुस 4:7,8

3. “मसीह में सम्पूर्ण जीवन” – (निर्मल प्रेम भरी देखभाल)

4. सही वातावरण

परमेश्वर के निकट आओ तो वह तुम्हारे निकट आएगा, हे पापीयो, अपने हाथों को शुद्ध करो, और हे दुचिते लोगों, अपने हृदय को पवित्र करो – याकुब 4:8

“आत्मिक भूख” के महत्व को पहचानें

भूख विकास की कुंजी है क्योंकि यह निश्चय कराती हैं कि हम कैसे पोषण और संगति प्राप्त करते हैं। लगातार आत्मिक भूख की जांच करते रहना एक विकासशील विश्वासी के लिए बहुत विशेष है। यीशु ने कहा, “धन्य हैं वे जो धर्म (मसीह की समानता) के भूखे और प्यासे हैं क्योंकि वे तृप्त किए जायेंगे”।

1. बीमारी हमारी भूख को बुझा देती है

- यदि हमें बुखार या दर्द है तो हमें भूख नहीं लगती। इसलिए यदि आपकी भूख चली जाए तो सबसे पहले इसे देखना चाहिए।
- जिस बीमारी में विश्वासी गिर जाते हैं वह पाप है।
- यहुन्ना 1:10 में... “यदि हम कहें कि हमने पाप नहीं किया, तो हम उसे झुठा ठहराते हैं।”
- ऐसे समय आएंगे जब पाप हमारे जीवन में प्रवेश करेगा। हमें इसका ईलाज करने की जरूरत है। न अंगीकार किए हुए, न पश्चाताप किए गए पाप, आत्मिक संक्रमण को पैदा करेंगे और परमेश्वर की चीजों की ओर से हमारी भूख को ले जाएंगे।
- हमें पाप का ईलाज करने की जरूरत है – अंगीकार करें और यीशु के लहु को लगाएं – पश्चाताप करें और क्षमा प्राप्त करें।
- “या परमेश्वर का वचन आपको पाप से बचाएगा या पाप आपको परमेश्वर के वचन से दूर रखेगा”।
- आपको तब तक भूख नहीं लगेगी जब तक आप पाप का ईलाज नहीं कर लेते।
- एक पश्चातापी आत्मा जो प्रभु के आगे कोमल और नम्र है, विद्रोह नहीं करती और अपने रास्तों के लिए हठ नहीं करती, आत्मिक विकास की कूजी है।

यहां पर “भूख को बुझाने वाले” हैं : जिनके लिए हमें लगातार निगाह रखनी चाहिए।

1. बीमारी.....

यदि हम कहें कि हमने पाप नहीं किया तो उसे झुठा ठहराते हैं

— 1 यहून्ना 1:10

“या परमेश्वर का वचन आपको पाप से बचाएगा या पाप आपको परमेश्वर के वचन से दूर रखेगा”।

2. भौतिक वस्तुओं का प्रेम और पैसा.....

पर जो धनी होना चाहते हैं वे ऐसी परीक्षा और फन्दे... क्योंकि रुपये का लोभ सब बुराई की जड़ है – 1तीमुथीयस 6:9–10

तुम न तो संसार से और न संसार की वस्तुओं से प्रेम करो, यदि कोई संसार से प्रेम करता है तो उसमें पिता का प्रेम नहीं – 1 यहून्ना 2:15

3. अत्यधिक थकावट.....

— कभी-कभी “मुर्गियों के साथ बिस्तर पर जाना बहुत ही “आत्मिक” चीज़ हम कर सकते हैं।

4. पारिवारिक चिन्ता.....

“जो माता या पिता को मुझ से अधिक प्रिय जानता है वह मेरे योग्य नहीं और जो बेटा या बेटी को मुझ से अधिक प्रिय जानता है वह मेरे योग्य नहीं” – मती 10:37

उस भूख की चौकसी करें :

यदि हम प्रतिदिन परमेश्वर के वचन का मनन करने में अनेदखी करें, प्रार्थना से मुड़ जायें और लगातार मसीही संगति को दूर रहें तो एक खतरे की घंटी हमारे आत्मिक दिमागों में बजनी शुरू हो जानी चाहिए : हमारी आत्मिक भूख में कुछ गड़बड़ी है! एकदम भूख “बुझाने वाले” को निकालने का कदम लेना चाहिए, भले ही कितना ही खर्च उस भूख को प्राप्त करने में क्यों न लग जाए।

2. अगला भूख बुझाने वाला जिस पर हम देखेंगे वह है भौतिक वस्तुओं का प्रेम और पैसा

- “पर जो धनी होना चाहते हैं वे ऐसी परिक्षा और फन्दे. . . . क्योंकि रूपये का लोभ सब बुराई की जड़ है – 1तीमुथीयस 6:9–10
- 1 यहून्ना 2:15 में हम पढ़ते हैं, “तुम न तो संसार से और न संसार की वस्तुओं से प्रेम करो, यदि कोई संसार से प्रेम करता है तो उसमे पिता का प्रेम नहीं”
- संसारिक होने का अर्थ यह नहीं है कि बस बाहरी रूप से आप समान्य दिखें जैसे आप क्या पहनते हैं, या आप किस तरह के कामों में शामिल होते हैं। संसारिकता वहां से शुरू होती है जहां आपके दिल की इच्छा होती है। यदि आपका दिल पैसे के प्रेम में झुठ बोलने की इच्छा करता है, भले ही आप धनी न हों या आपके पास बहुत सारी सम्पत्ति न हो, तौभी पैसे का लोभ और जिन वस्तुओं को यह खरीदता है आपकी आत्मिक भूख को ले जा सकती है।
- इस संसार की वस्तुएं मिठाई के समान हैं, यदि हम मिठाई की लालसा करें और उन्हें लगातार खाते रहें, तों ये हमारी भूख को तरल और सुखी सब्जियों और बकरे के मीट से अलग कर देगी।
- हम मिठाई पर विकसित नहीं हो सकते। ये तरल और सूखी सब्जियां हैं, जो आपके विकास में मदद करेंगी। इसलिए यदि हम संसार की वस्तुओं को चाहते हैं, हम झुठे तौर पर संतुष्ट हो जाएंगे। हम उन वस्तुओं से भर जाएंगे जिनका कोई आत्मिक मूल्य नहीं और जल्दी ही हमारी आत्मिक भोजन के भूख बुझ जाएगी और हम गिर जाएंगे।

यहां पर “भूख को बुझाने वाले” हैं : जिनके लिए हमें लगातार निगाह रखनी चाहिए।

1. बीमारी.....

यदि हम कहें कि हमने पाप नहीं किया तो उसे झुठा ठहराते हैं

— 1 यहून्ना 1:10

“या परमेश्वर का वचन आपको पाप से बचाएगा या पाप आपको परमेश्वर के वचन से दूर रखेगा”।

2. भौतिक वस्तुओं का प्रेम और पैसा.....

पर जो धनी होना चाहते हैं वे ऐसी परीक्षा और फन्दे... क्योंकि रूपये का लोभ सब बुराई की जड़ है — 1तीमुथीयस 6:9–10

तुम न तो संसार से और न संसार की वस्तुओं से प्रेम करो, यदि कोई संसार से प्रेम करता है तो उसमें पिता का प्रेम नहीं — 1 यहून्ना 2:15

3. अत्यधिक थकावट.....

— कभी—कभी “मुर्गियों के साथ बिस्तर पर जाना बहुत ही “आत्मिक” चीज़ हम कर सकते हैं।

4. पारिवारिक चिन्ता.....

“जो माता या पिता को मुझ से अधिक प्रिय जानता है वह मेरे योग्य नहीं और जो बेटा या बेटी को मुझ से अधिक प्रिय जानता है वह मेरे योग्य नहीं” — मती 10:37

उस भूख की चौकसी करें :

यदि हम प्रतिदिन परमेश्वर के वचन का मनन करने में अनेदखी करें, प्रार्थना से मुड़ जायें और लगातार मसीही संगति को दूर रहें तो एक खतरे की घंटी हमारे आत्मिक दिमागों में बजनी शुरू हो जानी चाहिए : हमारी आत्मिक भूख में कुछ गड़बड़ी है! एकदम भूख “बुझाने वाले” को निकालने का कदम लेना चाहिए, भले ही कितना ही खर्च उस भूख को प्राप्त करने में क्यों न लग जाए।

3. तीसरा भूख बुझाने वाला अत्याधिक थकावट है

- यहां पर बहुत से लोग हैं जो हमेशा थके हुए रहते हैं, वे हमेशा चलते रहते हैं और थक कर चूर हो जाते हैं।
- कई बार सबसे अधिक आत्मिक बात आप यह कर सकते हैं कि मुर्गियों (जैसे ही अंधेरा शुरू होने लगता है, बिस्तर पर सोने के लिए चली जाती हैं) के साथ अपने बिस्तर पर सोने चले जाएं ताकि एक लम्बी नींद ली जा सके।
- यदि आप अधिक थके हुए हैं तो आप आत्मिक पोषण को प्राप्त करने के योग्य नहीं होंगे।
- अमेरिका में बहुत से विश्वासी देर रात तक टीवी देखने के आदि हैं। इसलिए उनकी नींद पूरी नहीं हो पाती और वे अपने आत्मिक जीवन को उजाड़ डालते हैं।
- यदि आपको झपकीयां आ रही हैं, जब आप परमेश्वर का वचन पढ़ रहे हैं या प्रार्थना कर रहे हैं तो कुछ दिनों के लिए जब तक आपको पूरा आराम नहीं मिल जाता “बिस्तरे पर जाएं”।

4. चौथा भूख बुझाने वाला पारिवारिक की चिन्ता के नाम से जाना जाता है

- कुछ संस्कृतियों में ऐसे परिवार पाए जाते हैं जो आधारभूत रूप से विश्वासी नहीं हैं। पर उन परिवारों से आए हुए विश्वासी कई बार अधिक तनाव में आ जाते हैं कि, कैसे अपने परिवार को खुश रखें और रीति रिवाजों से न उलझें, पर साथ ही साथ मसीह का अनुसरण करते रहें। ये तनाव उन्हें आत्मिक विकास पर ध्यान लगाने से रोक देता है जिसे परमेश्वर उनसे चाहता है।
- यदि आप किसी बात पर अधिक गुस्से में हैं और यह गुस्सा आपको खाए जा रहा है, तो आप शारीरिक रूप से भूखे नहीं हैं, क्या आप हैं? या आप किसी बात को लेकर अत्यधिक चिंतित हैं, तो आप अपनी भूख को खो देंगे। भले ही आप कितना भी क्यों न खाएं आपको ये नहीं लगेगा क्योंकि आप भावनात्मक रूप से परेशान हैं।
- इसी तरह हमारी आत्मिक भूख भी प्रभावित हो जाती है, यदि आप भावनात्मक तौर पर परेशानी में जी रहे हों।
- हमें इन सब बातों का समाधान करना चाहिए, सीखना चाहिए कि इनके साथ कैसे व्यवहार करना है, परमेश्वर की शान्ति आप में राज्य करे। इसलिए कि हम परमेश्वर की बातों के लिए एक बार फिर भूखे हो जाएं।

37 मसीह में सम्पूर्ण जीवन – सामर्थी बनाना : जीवन शैली अपनाना

यहां पर “भूख को बुझाने वाले” हैं : जिनके लिए हमें लगातार निगाह रखनी चाहिए।

1. बीमारी

यदि हम कहें कि हमने पाप नहीं किया तो उसे झुठा ठहराते हैं

– 1 यहून्ना 1:10

“या परमेश्वर का वचन आपको पाप से बचाएगा या पाप आपको परमेश्वर के वचन से दूर रखेगा”।

2. भौतिक वस्तुओं का प्रेम और पैसा

पर जो धनी होना चाहते हैं वे ऐसी परिक्षा और फन्दे... क्योंकि रुपये का लोभ सब बुराई की जड़ है – 1तीमुथीयस 6:9–10

तुम न तो संसार से और न संसार की वस्तुओं से प्रेम करो, यदि कोई संसार से प्रेम करता है तो उसमें पिता का प्रेम नहीं – 1 यहून्ना 2:15

3. अत्यधिक थकावट

– कभी-कभी “मुर्गियों के साथ बिस्तर पर जाना बहुत ही “आत्मिक” चीज़ हम कर सकते हैं।

4. पारिवारिक चिन्ता

“जो माता या पिता को मुझ से अधिक प्रिय जानता है वह मेरे योग्य नहीं और जो बेटा या बेटी को मुझ से अधिक प्रिय जानता है वह मेरे योग्य नहीं” – मती 10:37

उस भूख की चौकसी करें :

यदि हम प्रतिदिन परमेश्वर के वचन का मनन करने में अनेदखी करें, प्रार्थना से मुड़ जायें और लगातार मसीही संगति को दूर रहें तो एक खतरे की घंटी हमारे आत्मिक दिमागों में बजनी शुरू हो जानी चाहिए : हमारी आत्मिक भूख में कुछ गड़बड़ी है! एकदम भूख “बुझाने वाले” को निकालने का कदम लेना चाहिए, भले ही कितना ही खर्च उस भूख को प्राप्त करने में क्यों न लग जाए।

अगला, हमें उस भूख की चौकसी करनी है :

- यदि हम प्रतिदिन परमेश्वर के वचन का मनन करने में अनेदखी करें, प्रार्थना से मुड़ जायें और लगातार मसीही संगति से दूर रहें तो एक खतरे की घंटी हमारे आत्मिक दिमागों में बजनी शुरू हो जानी चाहिए : हमारी आत्मिक भूख में कुछ गड़बड़ी है! एकदम भूख “बुझाने वाले” को निकालने का कदम लेना चाहिए, भले ही कितना ही खर्च उस भूख को प्राप्त करने में क्यों न लग जाए।
- ध्यान देते रहे... भूख कम और कम नहीं होनी चाहिए।
- कई बार विश्वासी कई महिनों या साल बिना किसी वास्तविक आत्मिक भूख के निकाल देते हैं!
- हमें इसके लिए कुछ करने की जरूरत है।
 - पता लगाएं कि क्या कारण है।
 - “आत्मिक डाक्टर” (आपका पास्टर या कोई परिपक्व आत्मिक अगुवा) के पास जाएं जैसे आप मेडिकल डाक्टर के पास जाते हैं।
 - अपने मित्रों से मिले... उनसे मदद मांगे।
- आपके पास जितनी भी इच्छा और अनुशासन है उसका प्रयोग करें क्योंकि यह कहना जरूरी है कि, “देखो, मैं खाना खाऊंगा, मैं अपना पोषण करूंगा अन्यथा मैं सड़क किनारे गिर जाऊंगा।”
- हमें अपनी आत्मिक भूख के लिए पूरा ध्यान देना जरूरी है।

37 मसीह में सम्पूर्ण जीवन – सामर्थी बनाना : जीवन शैली अपनाना

यहां पर “भूख को बुझाने वाले” हैं : जिनके लिए हमें लगातार निगाह रखनी चाहिए।

1. बीमारी

.....

यदि हम कहें कि हमने पाप नहीं किया तो उसे झुठा ठहराते हैं

– 1 यहून्ना 1:10

“या परमेश्वर का वचन आपको पाप से बचाएगा या पाप आपको परमेश्वर के वचन से दूर रखेगा”।

2. भौतिक वस्तुओं का प्रेमऔरपैसा

पर जो धनी होना चाहते हैं वे ऐसी परिक्षा और फन्दे... क्योंकि रूपये का लोभ सब बुराई की जड़ है – 1तीमुथीयस 6:9–10

तुम न तो संसार से और न संसार की वस्तुओं से प्रेम करो, यदि कोई संसार से प्रेम करता है तो उसमें पिता का प्रेम नहीं – 1 यहून्ना 2:15

3. अत्यधिक थकावट

.....

– कभी–कभी “मुर्गियों के साथ बिस्तर पर जाना बहुत ही “आत्मिक” चीज़ हम कर सकते हैं।

4. पारिवारिक चिन्ता

.....

“जो माता या पिता को मुझ से अधिक प्रिय जानता है वह मेरे योग्य नहीं और जो बेटा या बेटी को मुझ से अधिक प्रिय जानता है वह मेरे योग्य नहीं” – मती 10:37

उस भूख की चौकसी करें :

यदि हम प्रतिदिन परमेश्वर के वचन का मनन करने में अनेदखी करें, प्रार्थना से मुड़ जायें और लगातार मसीही संगति को दूर रहें तो एक खतरे की घंटी हमारे आत्मिक दिमागों में बजनी शुरू हो जानी चाहिए : हमारी आत्मिक भूख में कुछ गड़बड़ी है! एकदम भूख “बुझाने वाले” को निकालने का कदम लेना चाहिए, भले ही कितना ही खर्च उस भूख को प्राप्त करने में क्यों न लग जाए।

- एक “स्वस्थ व्यक्ति” व्यक्ति “भूखा” व्यक्ति है।
- “आत्मिक भूख, स्वस्थ आत्मिक जीवन का स्पष्ट प्रमाण है। हर एक उपलब्ध साधन को लगातार खोजना चाहिए और सही मात्रा में भोजन लेकर उस भूख को सन्तुष्ट करना चाहिए।”
- परमेश्वर ने हमें उसके साथ संगति के लिए बनाया है। परमेश्वर की महिमा नहीं होती यदि हम उसके साथ समय नहीं बिताते। यह उसकी इच्छा है कि हम उसके साथ संगति करें। परमेश्वर से प्रतिदिन की संगति के बिना हम कभी भी सन्तुष्ट नहीं होंगे।
- एक स्वस्थ विश्वासी निम्न बातों के लिए भूखा होता है :
 - परमेश्वर का वचन...क्योंकि यह “प्रेरणा से रचे गए हैं और उपदेश और समझाने, और सुधारने और धर्म की शिक्षा के लिए लाभदायक है।”
 - परमेश्वर के लोग... “एक दूसरे के साथ इक्ठठा होना न छोड़ें, भले कामों को अपने बीच में उकसाओ।”
 - स्वयं परमेश्वर ...“जैसे हरिणी नदी के जल के लिए हांफती है वैसे ही हे परमेश्वर मैं तेरे लिए हांफता हूँ, जीवते परमेश्वर का मैं प्यासा हूँ”।

एक “स्वस्थ व्यक्ति” व्यक्ति जो “भूखा” व्यक्ति है।

आत्मिक भूख, स्वस्थ आत्मिक जीवन का स्पष्ट प्रमाण है। हर एक उपलब्ध साधन को लगातार खोजना चाहिए और सही मात्रा में भोजन लेकर उस भूख को सन्तुष्ट करना चाहिए।

परमेश्वर ने हमें उसके साथ संगति के लिए बनाया है। परमेश्वर से प्रतिदिन की संगति के बिना हम कभी भी सन्तुष्ट नहीं होंगे। जिस विश्वासी का सब कुछ ठीक ठाक है, वो निम्न बातों के लिए भूखा होता है :

परमेश्वर का वचन

सारे धर्मशास्त्र परमेश्वर की प्रेरणा से रचे गए हैं और उपदेश और समझाने, और सुधारने और धर्म की शिक्षा के लिए लाभदायक हैं। – 2 तीमुथियुस 3:16

परमेश्वर के लोग

और प्रेम और भले कामों में उकसाने के लिए एक दूसरे की चिन्ता किया करो और एक दूसरे के साथ इक्कठा होना न छोड़ें, जैसे कि कितनों की रीति है पर एक दूसरे को समझाते रहें और ज्यों-ज्यों उस दिन को निकट आते देखो त्यों-त्यों और भी अधिक किया करो –इब्रानियों 10:24–25

स्वयं परमेश्वर

हे, परमेश्वर, तू मेरा ईश्वर है मैं तुझे यत्न से ढूँढ़ूंगा, सूखी और निर्जल उसर भूमि पर मेरा मन प्यासा है, मेरा शरीर तेरा अति अभिलाषी है – भजन 63:1

जैसे हरिणी नदी के जल के लिए हांफती है वैसे ही हे परमेश्वर मैं तेरे लिए हांफता हूँ जीवते परमेश्वर का मैं प्यासा हूँ – भजन 42:1–2

हमारी संगति की उत्तमता हमारे विकास और परपिक्वता के स्तर पर निर्भर करेगी।

परमेश्वर के वचन से भोजन प्राप्त करने की आदतों का नियमित विकास करें

प्रतिदिन बाइबल पढ़ें – बाइबल एक पवित्र पुस्तक से बढ़कर है। यह परमेश्वर की वाणी है और विश्वासीयों के लिए एक जीवित मार्गदर्शन है। प्रतिदिन इस जीवित वचन के लिए अपने जीवन में एक उदार हिस्सा होना चाहिए – मती 4:4

हमारी संगति की “उत्तमता” हमारे विकास और परिपक्वता के ‘स्तर’ पर निर्भर करेगी।

- परमेश्वर चाहता है कि वो एक परिपक्व लोगों के साथ संगति के योग्य हो।
- उदाहरण : नया जन्मा बच्चा ... एक बच्चे के साथ संगति करने के लिए एक व्यक्ति की योग्यताएं सीमित होती हैं। हम उन्हें गोद में उठा सकते हैं, हिला सकते हैं, उन्हें भोजन खिला सकते हैं, उन्हें रेंगने में मदद कर सकते हैं, उन्हें चलना सीखा सकते हैं। परन्तु वे जब एक गेद को फेंकते हैं या ज्ञान से भरा हुआ वार्तालाप हमसे करते हैं तब ही एक अर्थपूर्ण संगति उनके साथ आरम्भ होती है। यही परमेश्वर चाहता है – ये नहीं कि बच्चे डकार लेते रहें और शीशु रेंगते रहे, और हम उनके पीछे भागते रहें। वह परिपक्व पुत्र और पुत्रीयां को चाहता है, जिनके साथ वह राज्य के बारे में बात कर सके, जिनके साथ वह राज्य के काम में साझेदारी कर सके।
- उदाहरण : पास्टर बर्ट और उनकी कलीसिया में एक परिवार का बेडोल पुत्र जिसका शारीरिक विकास नहीं हो पाया क्योंकि उसके जन्म से ही त्रुटियां थी। सोचें कि माता-पिता का दिल कितना टुटा होगा।
- आप अपने स्वर्गिय पिता को दुखित नहीं करेंगे, क्या आप करेंगे?
 - आप ऐसे पुत्र और पुत्रीयां होंगे जो अपने प्रभु की स्तुति और आदर करते हुए विकसित होंगे, क्या आप नहीं होंगे?
 - यदि कोई बात आपकी भूख को ले जा रही है तो आप उसका समाधान तुरन्त कर लेंगे, क्या आप नहीं करेंगे?
 - आप आत्मिक कुपोषण से बचेंगे, क्योंकि आप तंदरुस्त और स्वस्थ होना चाहते हैं, और यीशु के जीवन को अपने में उंडेल लेना चाहते हैं, क्या आप नहीं चाहते?
- यदि यही आपके दिल की इच्छा है तो अपने हाथों को उठाएं और परमेश्वर से कहें कि आप ऐसा ही बनना चाहते हैं – एक ताकतवर पुत्र और पुत्री जो प्रभु यीशु मसीह के लिए काम और सेवा कर रहे हों! परमेश्वर इसे देखेगा और मैं अब आपके लिए प्रार्थना करना चाहता हूँ (प्रार्थना)

एक “स्वस्थ व्यक्ति” व्यक्ति जो “भूखा” व्यक्ति है।

आत्मिक भूख, स्वस्थ आत्मिक जीवन का स्पष्ट प्रमाण है। हर एक उपलब्ध साधन को लगातार खोजना चाहिए और सही मात्रा में भोजन लेकर उस भूख को सन्तुष्ट करना चाहिए।

परमेश्वर ने हमें उसके साथ संगति के लिए बनाया हैं। परमेश्वर से प्रतिदिन की संगति के बिना हम कभी भी सन्तुष्ट नहीं होंगे। जिस विश्वासी का सब कुछ ठीक ठाक है, वो निम्न बातों के लिए भूखा होता है :

परमेश्वर का वचन

सारे धर्मशास्त्र परमेश्वर की प्रेरणा से रचे गए हैं और उपदेश और समझाने, और सुधारने और धर्म की शिक्षा के लिए लाभदायक है।
—2तीमुथियुस 3:16

परमेश्वर के लोग

और प्रेम और भले कामों में उकसाने के लिए एक दूसरे की चिन्ता किया करो और एक दूसरे के साथ इकट्ठा होना न छोड़ें, जैसे कि कितनों की रीति है पर एक दूसरे को समझाते रहें और ज्यों-ज्यों उस दिन को निकट आते देखो त्यों-त्यों और भी अधिक किया करो
—इब्रानियों 10:24-25

स्वयं परमेश्वर

हे, परमेश्वर, तू मेरा ईश्वर है मैं तुझे यत्न से ढूँढ़ूंगा, सूखी और निर्जल उसर भूमि पर मेरा मन प्यासा है, मेरा शरीर तेरा अति अभिलाषी है—
भजन 63:1

जैसे हरिणी नदी के जल के लिए हांफती है वैसे ही हे परमेश्वर मैं तेरे लिए हांफता हूँ, जीवते परमेश्वर का मैं प्यासा हूँ— भजन 42:1-2

हमारी संगति की उत्तमता हमारे विकास और परपिक्वता के स्तर पर निर्भर करेगी।

परमेश्वर के वचन से भोजन प्राप्त करने की आदतों का नियमित विकास करें

प्रतिदिन बाइबल पढ़ें — बाइबल एक पवित्र पुस्तक से बढ़कर है। यह परमेश्वर की वाणी है और विश्वासीयों के लिए एक जीवित मार्गदर्शन है। प्रतिदिन इस जीवित वचन के लिए अपने जीवन में एक उदार हिस्सा होना चाहिए — मती 4:4

परमेश्वर के वचन से भोजन प्राप्त करने की आदतों का नियमित विकास करें

- आगे, हम अब कुछ समय इस बात को सीखने में खर्चने जा रहे हैं कि कैसे आप प्रति दिन अपने लिए जरूरी आत्मिक पोषण को प्राप्त कर सकते हैं।
- एक नियमित आदत परमेश्वर के वचन से प्रतिदिन भोजन प्राप्त करने के लिए अत्यन्त आवश्यक है।
 - उदाहरण : डिकन हैनरी पॉल नए विश्वासी से जो लगातार विकास कर रहा था। आपके विकास का भेद क्या है... “यदि बाइबल नहीं पढ़ी तो नाश्ता भी नहीं करना है!”
- जैसा कि आपकी प्रशिक्षण पुस्तिका में कहा गया है कि हमें ना केवल परमेश्वर के वचन से प्राप्त करना सीखना चाहिए परन्तु हम यह भी सीखना चाहिए कि इसे कैसे, “खाना है”; कैसे तैयार करना है और कैसे परमेश्वर की अनन्त आपूर्ति से आत्मिक भोजन का पाचन करना है।

एक "स्वस्थ व्यक्ति" व्यक्ति जो "भूखा" व्यक्ति है।

आत्मिक भूख, स्वस्थ आत्मिक जीवन का स्पष्ट प्रमाण है। हर एक उपलब्ध साधन को लगातार खोजना चाहिए और सही मात्रा में भोजन लेकर उस भूख को सन्तुष्ट करना चाहिए।

परमेश्वर ने हमें उसके साथ संगति के लिए बनाया हैं। परमेश्वर से प्रतिदिन की संगति के बिना हम कभी भी सन्तुष्ट नहीं होंगे। जिस विश्वासी का सब कुछ ठीक ठाक है, वो निम्न बातों के लिए भूखा होता है :

परमेश्वर का वचन

सारे धर्मशास्त्र परमेश्वर की प्रेरणा से रचे गए हैं और उपदेश और समझाने, और सुधारने और धर्म की शिक्षा के लिए लाभदायक है।
—2तीमुथियुस 3:16

परमेश्वर के लोग

और प्रेम और भले कामों में उकसाने के लिए एक दूसरे की चिन्ता किया करो और एक दूसरे के साथ झूठ होना न छोड़ें, जैसे कि कितनों की रीति है पर एक दूसरे को समझाते रहें और ज्यों-ज्यों उस दिन को निकट आते देखो त्यों-त्यों और भी अधिक किया करो
—इब्रानियों 10:24-25

स्वयं परमेश्वर

हे परमेश्वर, तू मेरा ईश्वर है मैं तुझे यत्न से ढूँढ़ूंगा, सूखी और निर्जल उसर भूमि पर मेरा मन प्यासा है, मेरा शरीर तेरा अति अभिलाषी है –
भजन 63:1

जैसे हरिणी नदी के जल के लिए हांफती है वैसे ही हे परमेश्वर मैं तेरे लिए हांफता हूँ जीवते परमेश्वर का मैं प्यासा हूँ – भजन 42:1-2

हमारी संगति की उत्तमता हमारे विकास और परपिक्वता के स्तर पर निर्भर करेगी।

परमेश्वर के वचन से भोजन प्राप्त करने की आदतों का नियमित विकास करें

प्रतिदिन बाइबल पढ़ें – बाइबल एक पवित्र पुस्तक से बढ़कर है। यह परमेश्वर की वाणी है और विश्वासीयों के लिए एक जीवित मार्गदर्शन है। प्रतिदिन इस जीवित वचन के लिए अपने जीवन में एक उदार हिस्सा होना चाहिए – मती 4:4

- बहुत से विश्वासी सप्ताह के अन्त में संघर्ष में पड़ जाते हैं क्योंकि वे नहीं जानते कि प्रतिदिन के आधार पर कैसे अपने लिए आत्मिक भोजन तैयार करना है वे पास्टर या अन्य लोगों पर निर्भर रहते हैं कि वे उन्हें सीखाएं।
 - अफ्रीका में कुपोषण के शिकार हालातों को सामने लाया गया है जिन्हे , “कवाशिओकोर” कहा जाता है। ये विशेषकर बच्चों पर प्रहार करता है। आपने इन बच्चों की तस्वीरें देखी होंगी :
 - बाल गिर चुके हैं
 - चमड़ी लाल – भुरे रंग में बदल गई है
 - जोड़ दर्द कर रहे हैं।
 - पेट बाहर निकले हुए हैं
 - आँखें चौंध गई हैं
 - शीघ्र ही वे खाली जगह में ताकते हुए वहां पड़े मिलेंगे
 - कुछ समय के बाद वे भोजन भी नहीं खा सकेंगे
 - उन्होंने भोजन खाने की योग्यता को खो दिया है। वे मर जाएंगे।
 - भले ही उनका जीवन बचा लिया जा सकता है वे स्थाई रूप से प्रभावित हो चुके हैं। गम्भीर कुपोषण के कारण शारीरिक और मानसिक रूप से अचेत हो गए हैं।
- दुर्भाग्यवश हमारे पास ऐसे विश्वासी भी हैं जिनके ऐसे ही हालात हैं। वे शरीर में तो चारों ओर चलते हैं परन्तु वे खोल ही हैं – जिन्न जैसे
 - उन्होंने एक “आत्मिक” कवाशिओकोर का अनुभव किया है।
 - उनकी आत्मिक आँखें चौंध गई हैं
 - वे कभी भी उसको नहीं प्राप्त करेंगे जो परमेश्वर ने उनके लिए रखा है क्योंकि वे काफी समय से आत्मिक कुपोषण के शिकार हैं।
- हमें सीखना चाहिए कि हमें कैसे अपना नियमित आत्मिक भोजन तैयार और प्राप्त करना है। आपके आत्मिक विकास का एक बहुत बड़ा भाग आपकी तैयार करने, खाने और भोजन को पचा लेने, और नियमित करते रहने की योग्यता पर निर्भर करेगी।
- हम आपको वो तरीका बताने जा रहे हैं जिसके द्वारा आप परमेश्वर के वचन से अच्छा भोजन प्राप्त करना सीखेंगे और इसे अपने जीवन का स्थाई भाग बना लेंगे।
 - आप में से कितने पिछले सप्ताह के दौरान बाइबल को पढ़ रहे हैं?
 - आप किस स्थान पर से पढ़ रहे हैं?
 - आपने कौन सा विशेष संदेश परमेश्वर से प्राप्त किया है?
 - अक्सर हम परमेश्वर का वचन पढ़ते, और आनन्दित होते हैं परन्तु कुछ समय के बाद हम भूल जाते हैं कि उसने क्या कहा था?

एक “स्वस्थ व्यक्ति” व्यक्ति जो “भूखा” व्यक्ति है।

आत्मिक भूख, स्वस्थ आत्मिक जीवन का स्पष्ट प्रमाण है। हर एक उपलब्ध साधन को लगातार खोजना चाहिए और सही मात्रा में भोजन लेकर उस भूख को सन्तुष्ट करना चाहिए।

परमेश्वर ने हमें उसके साथ संगति के लिए बनाया है। परमेश्वर से प्रतिदिन की संगति के बिना हम कभी भी सन्तुष्ट नहीं होंगे। जिस विश्वासी का सब कुछ ठीक ठाक है, वो निम्न बातों के लिए भूखा होता है :

परमेश्वर का वचन

सारे धर्मशास्त्र परमेश्वर की प्रेरणा से रचे गए हैं और उपदेश और समझाने, और सुधारने और धर्म की शिक्षा के लिए लाभदायक हैं।
—2तीमुथियुस 3:16

परमेश्वर के लोग

और प्रेम और भले कामों में उकसाने के लिए एक दूसरे की चिन्ता किया करो और एक दूसरे के साथ इक्कठा होना न छोड़ें, जैसे कि कितनों की रीति है पर एक दूसरे को समझाते रहें और ज्यों-ज्यों उस दिन को निकट आते देखो त्यों-त्यों और भी अधिक किया करो
—इब्रानियों 10:24–25

स्वयं परमेश्वर

हे, परमेश्वर, तू मेरा ईश्वर है मैं तुझे यत्न से ढूँढ़ूंगा, सूखी और निर्जल उसर भूमि पर मेरा मन प्यासा है, मेरा शरीर तेरा अति अभिलाषी है—
भजन 63:1

जैसे हरिणी नदी के जल के लिए हांफती है वैसे ही हे परमेश्वर मैं तेरे लिए हांफता हूँ जीवते परमेश्वर का मैं प्यासा हूँ— भजन 42:1–2

हमारी संगति की उत्तमता हमारे विकास और परपिक्वता के स्तर पर निर्भर करेगी।

परमेश्वर के वचन से भोजन प्राप्त करने की आदतों का नियमित विकास करें

प्रतिदिन बाइबल पढ़ें — बाइबल एक पवित्र पुस्तक से बढ़कर है। यह परमेश्वर की वाणी है और विश्वासीयों के लिए एक जीवित मार्गदर्शन है। प्रतिदिन इस जीवित वचन के लिए अपने जीवन में एक उदार हिस्सा होना चाहिए — मती 4:4

- परमेश्वर हमारे दिलों में उन बातों को लिखना चाहता है, जो बाइबल में लिखी हैं। हमें आत्मिक भोजन प्राप्त करने, इसे खाने और पचाने की जरूरत है ताकि यह हमारा एक हिस्सा बन जाए।
 - यिर्मयाह 15:16... “तेरे वचन मेरे पास पहुंचे तब मैंने मानों उन्हें खा लिया और तेरे वचन मेरे मन के हर्ष और आनन्द का कारण हुआ”
 - भजन 19:10... “परमेश्वर का वचन... सोने से और कुन्दन से भी बढ़कर मनोहर है, वे मधु से और टपकने वाले छत्ते से भी बढ़कर मधुर हैं”
- हम आपसे विनती करने जा रहे हैं कि “60 दिन” का भोजन खिलाने के परिक्षण को शुरू करें। हम आपको गारन्टी देते हैं कि यदि आप इस परिक्षण में विश्वासयोग्य रहे तो आप आत्मिक जीवन के विकास के भेद को सीख जाएंगे जिसे आप पहले नहीं जानते थे।
 - चेतावनी : आप में से कुछ इस परिक्षण को आसानी से कर लेंगे पर दूसरों के लिए कठिन समय होगा। परन्तु उत्साहित हो जाएं। अभ्यास सिद्धता को लाता है। बस कोशिश करते जाएं।
 - अपनी मां से पूछें तो वह आपको बताएगी कि आपने सबसे पहले कब भोजन खाना आरम्भ किया, आपने सब कुछ गड़बड़ कर दिया था। आपने भोजन छीनकर मुट्ठी में दबोच लिया था और यह हमेशा आपके मुंह के सही गड्ढे में नहीं गया था! पर कुछ समय के बाद आपने नियमित रूप से सही गड्ढे में डालना शुरू कर दिया, अब आपको कोई भी मुश्किल नहीं आती है। परन्तु जब आपने आरम्भ किया था तो आपके लिए अत्यन्त कठिन समय रहा था। ऐसा ही इस परिक्षण में होता है यह आपके लिए आसान बन जाएगा जब आप इसे नियमित करते रहेंगे।
- अब इस स्थान पर आपके समूह दो दलों में बंट जाएंगे : उनके घुटने लगभग एक दूसरे को छुते हुए उनको बैठा दें। अब आप उनके लिए एक कार्यशाला का आयोजन करेंगे जो इस परिक्षण के सात कदमों को सीखाएगी। एक समय में एक कदम लें।

सीखें – परमेश्वर के वचन को कैसे “खाएं”

हर एक विश्वासी को परमेश्वर के वचन से प्रेम करना सीखना चाहिए। उसे मालुम होना चाहिए कि इसे अपने घर में प्रति दिन शान्त समय में कैसे तैयार करना और वचन की अनन्त आपूर्ति में से कैसे आत्मिक भोजन पचाना है

तेरे वचन मेरे पास पहुंचा तब मैंने मानों उन्हें खा लिया और तेरे वचन मेरे मन के हर्ष और आनन्द का कारण हुआ – यिर्मयाह 15:16

परमेश्वर का वचन... *“सोने से और कुन्दन से भी बढ़कर मनोहर है, वे मधु से और टपकने वाले छत्ते से भी बढ़कर मधुर हैं” – भजन 19:10*

“60 दिन” का भोजन खिलाने का परिक्षण

उदाहरण : बच्चे से बोतल या प्याले का छुड़ाया जाना।

1. ठहरना : खामोशी में ठहर कर परमेश्वर की उपस्थिति को पहचानने और उससे कहें कि वह आपके हृदय से बातें करे।
2. पढ़ना : आज के लिए हिस्सा पढ़ें, आपके पढ़ने को नियमित और लगातार होना चाहिए। बाइबल को किसी भी जगह से खोज कर न पढ़ें।

उदाहरण के लिए – भजन 1

- पद 1. धन्य है वह पुरुष जो दुष्टों की युक्ति पर नहीं चलता और न पापीयों के मार्ग में खड़ा होता है, न ठट्ठों करने वालों की मण्डली में बैठता है।
- पद 2. परन्तु वह तो यहोवा की व्यवस्था से प्रसन्न रहता; और उसकी व्यवस्था पर रात दिन ध्यान करता रहता है।
- पद 3. वह उस वृक्ष के समान हैं जो बहती नालियों के किनारे लगाया गया है और अपनी ऋतु में फलता है, और जिसके पत्ते कभी नहीं मुरझाते। इसलिए जो कुछ वह पुरुष करे, वह सफल होता है।
- पर 4. दुष्ट लोग ऐसे नहीं होते, वे उस भूसी के समान होते हैं, जो पवन से उड़ाई जाती है।
- पद 5. इस कारण दुष्ट लोग अदालत में स्थिर न रह सकेंगे, और न पापी धर्मी की मण्डली में ठहरेगें।
- पद 6. क्योंकि यहोवा धर्मियों का मार्ग जानता है। परन्तु दुष्टों का मार्ग नाश हो जाएगा।

1. ठहरना

- घरों में आप भोजन को पहले आशिषित करते हैं और खाते हैं
- ऐसे ही जब आप परमेश्वर का वचन खाने के लिए आते हैं तो आपके हृदय तैयार होने चाहिए। उसके वचन के लिए धन्यवाद दें। उससे कहे कि वह अपने वचन के द्वारा आपसे बात करे। उससे शुद्धता, ध्यान और प्रकाशन के लिए कहें।
- हमें परमेश्वर का वचन हम पर प्रकाशित और अपने जीवन में लागू करने के लिए पवित्रआत्मा की जरूरत है। हम अपनी समझ का सहारा नहीं ले सकते।
- मिलकर प्रार्थना करें (कि परमेश्वर अपने वचन को आपके जीवन में बोले)

2. परमेश्वर के नजदीक आने के लिए एक तन्त्र का अनुसरण करने की जरूरत है।

- बाइबल किताबों, अध्यायों, सदंर्भों और पदों में लिखी गई हैं। साधाणतया हमें इसे आरम्भ से ही पढ़ना चाहिए, आज वहा से आरम्भ करें जहां से कल हमने छोड़ा था।
- कई बार लोग बाइबल को अचानक से खोलते हैं और जो भी पद आता है उस पर अपनी उंगली रखते हैं और कहते हैं कि आज परमेश्वर यह कहने जा रहा है। कभी—2 परमेश्वर ऐसा करेगा पर हमेशा नहीं।
- हम शायद मरकुस के सुसमाचार उसके बाद लूका से आरम्भ करना चाहेंगे... (“नए जीवन में बढ़िए” में दिए गए सुझावों का अनुसरण करें यह पर्चा आपने पहले पढ़ा था)
- एक बड़े हिस्से को पढ़ने के लिए न लें। बस एक संदर्भ या 10 से 12 पद काफी होंगे।
- इस परिक्षण में हम इसे एक किताब के साहित्य के तौर पर नहीं पढ़ेंगे परन्तु हम बाइबल के पास आ रहे हैं कि परमेश्वर इसके द्वारा हमसे बात करें।
- इस कदम पर जब हम पहली बार आज के लिए निर्धारित किए गए हिस्से को पढ़ते हैं तो हम इसे “सरसरी नजर” से देखेंगे कि इसमें क्या है।
- आओ भजन संहिता 1 से आरम्भ करें
- दल का एक सहभागी पहले तीन पदों को उंची आवाज़ में पढ़ सकता है और दुसरा सहभागी अन्तिम तीन पदों को। उपर देखिए जब आपने इसे खत्म कर दिया है।

सीखें – परमेश्वर के वचन को कैसे “खाएं”

हर एक विश्वासी को परमेश्वर के वचन से प्रेम करना सीखना चाहिए। उसे मालुम होना चाहिए कि इसे अपने घर में प्रति दिन शान्त समय में कैसे तैयार करना और वचन की अनन्त आपूर्ति में से कैसे आत्मिक भोजन पचाना है

तेरे वचन मेरे पास पहुंचा तब मैंने मानों उन्हें खा लिया और तेरे वचन मेरे मन के हर्ष और आनन्द का कारण हुआ – यिर्मयाह 15:16

परमेश्वर का वचन... *“सोने से और कुन्दन से भी बढ़कर मनोहर है, वे मधु से और टपकने वाले छत्ते से भी बढ़कर मधुर हैं” – भजन 19:10*

“60 दिन” का भोजन खिलाने का परिक्षण

उदाहरण : बच्चे से बोतल या प्याले का छुड़ाया जाना।

1. ठहरना : खामोशी में ठहर कर परमेश्वर की उपस्थिति को पहचानने और उससे कहें कि वह आपके हृदय से बातें करे।
2. पढ़ना : आज के लिए हिस्सा पढ़ें, आपके पढ़ने को नियमित और लगातार होना चाहिए। बाइबल को किसी भी जगह से खोज कर न पढ़ें।

उदाहरण के लिए – भजन 1

- पद 1. धन्य है वह पुरुष जो दुष्टों की युक्ति पर नहीं चलता और न पापीयों के मार्ग में खड़ा होता है, न टट्टों करने वालों की मण्डली में बैठता है।
- पद 2. परन्तु वह तो यहोवा की व्यवस्था से प्रसन्न रहता; और उसकी व्यवस्था पर रात दिन ध्यान करता रहता है।
- पद 3. वह उस वृक्ष के समान हैं जो बहती नालियों के किनारे लगाया गया है और अपनी ऋतु में फलता है, और जिसके पत्ते कभी नहीं मुरझाते। इसलिए जो कुछ वह पुरुष करे, वह सफल होता है।
- पर 4. दुष्ट लोग ऐसे नहीं होते, वे उस भूसी के समान होते हैं, जो पवन से उड़ाई जाती है।
- पद 5. इस कारण दुष्ट लोग अदालत में स्थिर न रह सकेंगे, और न पापी धर्मी की मण्डली में ठहरेगें।
- पद 6. क्योंकि यहोवा धर्मियों का मार्ग जानता है। परन्तु दुष्टों का मार्ग नाश हो जाएगा।

3. कदम 3 मनन करना है

- उस हिस्से पर चले जाए जिसे आपने अभी-2 कई बार पढ़ा है।
- यह एक गाय के समान हैं जो जुगाली करती है। एक गाय खाती, खाती, खाती जाती है। तब वह सब कुछ उतार लेती है और डकार लेकर पुनः वापस ले आती है, फिर से जुगाली करती है। ये चबाती है और चबाती है और चबाती है जब तक कि उसमें से सब कुछ को नहीं ले लेती। मनन करना इसी तरह होता है।
- इस प्रकार काम करते रहें जब तक कि हम इसमें से संदेश प्राप्त नहीं कर लेते जो परमेश्वर ने हमारे दिलों के लिए आज रखा है।
- ये पहुंच परमेश्वर के वचन के अध्ययन करने से भिन्न है, क्योंकि यह इसके सारे विषय या इसके विभिन्न अर्थों के तालों को खोलना हैं इस परिक्षण में हम परमेश्वर को हमारे अपने हृदय और जीवन के लिए व्यक्तिगत तौर पर उसके वचन के द्वारा सुनना चाहते हैं।
- कई बार परमेश्वर जो शब्द लिखें हुए हैं उन्हीं शब्दों से बोलेगा। दूसरे समयों में जब हम मनन करते हैं तो हमें विचारों के द्वारा हमसे बोलेगा जो वह हम तक लाता है।
- उदाहरण : पास्टर “जो” और गाड़ी खड़ी करने वाले स्थान पर लगा मीटर... रोमियों 13... “परमेश्वर ने सरकार को रखा है और हमें उसके प्रति आज्ञाकारी रहने की जरूरत है। परमेश्वर ने “जो” को गाड़ी खड़ी करने वाले स्थान पर लगे मीटर के द्वारा बातचीत की।
- जो आप एक दिन में प्राप्त करना चाहते हैं वह अचानक से आप के उपर कूद नहीं पड़ेगा परन्तु कोई बात आपके ध्यान को खींचकर आरम्भ करेगी।

कार्यशाला में अगले कदम के लिए निर्देश :

- एक विचार की पहचान करें जो लगता हो कि आपने भजन 1 से परमेश्वर की ओर से प्राप्त किया है। आप दो या तीन अच्छे संदेश को जान जाएंगे, परन्तु उनमें से केवल एक को ही चुने (जो सबसे उत्तम हो)
- तब निर्धारित करें कि आपकी प्रशिक्षण पुस्तिका में कौन सा विकल्प प्राप्त किए गए विचार के सबसे निकट आता है, जो परमेश्वर आप से बोल रहा है। क्या ये प्रतिज्ञा का दावा है, एक आशिष का आनन्द है, एक आज्ञा का पालन है, एक पाप से बचना है, दावे के लिए एक नई समझ है। इनमें से उन्हें जांचें।
- इसलिए अब भजन 1 पर मनन आरम्भ करें और निर्धारित करें कि वह क्या है जिसे परमेश्वर आपके जीवन से कहना चाहता है अपने साथी के साथ इसे बांटे।

3.मनन करना – पढ़ें और दोबारा पढ़ें जब तक कि एक विचार आपके हृदय में एक संदेश की तरह प्रभाव न डाले जो आप प्रभु से प्राप्त करते हैं, जो आज आपके हृदय से बातें करता है। ऐसा इस तरह का मनन पवित्र आत्मा के नियंत्रण में बहुत कम विफल होता है और प्राणों के लिए संदेश लाता है।

4. रिकार्डिंग – अपनी बाइबल बन्द करो, तब परमेश्वर का संदेश अपने शब्दों में अपनी प्रशिक्षण पुस्तिका या उस पृष्ठ पर लिखो, जिसे आप अपने साथ वापस ले जाएंगे (यहां भजन 1 से प्राप्त संदेश लिखें)

क्या ये विचार :

(कृपया एक का ही चुनाव करें)

- प्रतिज्ञा का दावा है, – एक पाप से बचना है,
- एक आशिष का आनन्द है, – दावे के लिए एक नई समझ है।
- एक आज्ञा का पालन है,

5. प्रार्थना करना – संदेश को वापस प्रार्थना में करें, परमेश्वर से उसके विषय में बातें करें जब तक आप महसूस न करें कि पवित्रआत्मा द्वारा जो प्रगट किया गया है उसमें आपकी इच्छा ठीक बैठती है।

6. योजना बनाना – योजनाएं बनाएं कि आप कैसे परमेश्वर के संदेश को आपके जीवन में व्यवहारिक तौर पर लागू करेंगे। परमेश्वर से मांगें कि वह आपको इस में जीना सिखाए। इसका सत्य कैसे आपके विचारों, शब्दों और आज के दिन को प्रभावित करेगा? निर्णय करें कि कम से कम एक निश्चित और विशेष कदम आप आज या कल इसके प्रति तुरन्त ले सकते हैं।

(अपनी योजना यहां लिखें)

7. बांटना – इस संदेश को दिन के समय किसी और के साथ बांटे।

4. चौथा कदम परमेश्वर के संदेश की रिकार्डिंग करना है

- अपनी प्रशिक्षण पुस्तिका में भजन 1 को ढांप दे। जब आप कदम न. 4 को कर रहे हैं तो इसे मत देखे।
- मनन करते समय परमेश्वर ने आपको किस बात से प्रभावित किया है। इस संदेश को अपने शब्दों में लिखें — संदर्भ मे से नकल न करें। एक वाक्य या अधिक से अधिक दो का प्रयोग करें — लम्बे संदर्भ न लिखें।
- एक या दो स्वयं सेवको से कहें कि वे इसे सभी के साथ बांटे कि परमेश्वर उनसे इस संदर्भ मे से क्या कह रहा है।

5. प्रार्थना — संदेश को वापस प्रार्थना में करें।

- प्रभु से उस सदेश के बारे में बात करें जिसे आपने उससे प्राप्त किया है। वह चाहता है कि आप इसके बारे में उससे बातें करें।
- परमेश्वर को काम करने दे कि जब तक उसका संदेश आपकी इच्छा में ठीक से बैठ न जाए।
- उससे मदद मांगें ताकि आप उसके वचन पर चल सकें, अपने जीवन में लागू कर सकें।
- धन्यवाद दें कि उसने आपसे बात की है।

3.मनन करना – पढ़ें और दोबारा पढ़ें जब तक कि एक विचार आपके हृदय में एक संदेश की तरह प्रभाव न डाले जो आप प्रभु से प्राप्त करते हैं, जो आज आपके हृदय से बातें करता है। ऐसा इस तरह का मनन पवित्र आत्मा के नियंत्रण में बहुत कम विफल होता है और प्राणों के लिए संदेश लाता है।

4. रिकार्डिंग – अपनी बाइबल बन्द करो, तब परमेश्वर का संदेश अपने शब्दों में अपनी प्रशिक्षण पुस्तिका या उस पृष्ठ पर लिखो, जिसे आप अपने साथ वापस ले जाएंगे (यहां भजन 1 से प्राप्त संदेश लिखें)

क्या ये विचार : (कृप्या एक का ही चुनाव करें)

- प्रतिज्ञा का दावा है, – एक पाप से बचना है,
- एक आशिष का आनन्द है, – दावे के लिए एक नई समझ है।
- एक आज्ञा का पालन है,

5. प्रार्थना करना – संदेश को वापस प्रार्थना में करें, परमेश्वर से उसके विषय में बातें करें जब तक आप महसूस न करें कि पवित्रआत्मा द्वारा जो प्रगट किया गया है उसमें आपकी इच्छा ठीक बैठती है।

6. योजना बनाना – योजनाएं बनाएं कि आप कैसे परमेश्वर के संदेश को आपके जीवन में व्यवहारिक तौर पर लागू करेंगे। परमेश्वर से मांगें कि वह आपको इस में जीना सिखाए। इसका सत्य कैसे आपके विचारों, शब्दों और आज के दिन को प्रभावित करेगा? निर्णय करें कि कम से कम एक निश्चित और विशेष कदम आप आज या कल इसके प्रति तुरन्त ले सकते हैं।
(अपनी योजना यहां लिखें)

7. बांटना – इस संदेश को दिन के समय किसी और के साथ बांटे।

6. छठा कदम योजना बनाने से है कि आप कैसे परमेश्वर के संदेश को आपके जीवन में व्यवहारिक तौर पर लागू करेंगे। कैसे इसकी सच्चाई आपके कामों को प्रभावित करेगी?

- बहुधा जब हम आत्मिक सत्य का सामना करते हैं। तो या तो हम इसे बहुत ही हल्का ले लेते हैं और विशेष रूप से नहीं।
- परमेश्वर से प्राप्त संदेश के प्रति विशेष प्रत्युत्तर को निर्मित करने की कोशिश करें। ऐसी बात नहीं जो सब कर रहे हों परन्तु ऐसी बात जो मैं कर रहा हूँ।
- यह "बहुवचन" (उदारहण के तौर पर "हम, हरेक") नहीं होना चाहिए, परन्तु यह "एकवचन" (उदारहण के तौर पर "मैं, यह करने जा रहा हूँ ...")
- यह बात भविष्य के लिए नहीं है, परन्तु आज के लिए है। यह एक सकारात्मक कदम है, मैं इसे 24 घण्टों के अन्दर ले सकता हूँ।
- यह एक प्राप्त की गई प्रतिज्ञा है या आनन्द की एक आशिष है, तब इसे अपने जीवन में व्यवहारिक रूप से निर्मित करने के लिए अधिक कठिनाई होगी... परन्तु कम से कम आप परमेश्वर को धन्यवाद देने की योजना दिन में तीन बार तो बना सकते हैं या अन्यो के साथ इसे बांटने की योजना बना सकते हैं।
- कई बार परमेश्वर आपको एक परियोजना देता है जिस पर आप काम आरम्भ करें।
- पवित्रआत्मा से कहे कि वह आपको आज दिखाए कि कैसे आप इसे अपने जीवन में निर्मित कर सकते हैं। आपका साथी शायद आपको कुछ सुझाव देने में मदद करे।

- 3.मनन करना – पढ़ें और दोबारा पढ़ें जब तक कि एक विचार आपके हृदय में एक संदेश की तरह प्रभाव न डाले जो आप प्रभु से प्राप्त करते हैं, जो आज आपके हृदय से बातें करता है। ऐसा इस तरह का मनन पवित्र आत्मा के नियंत्रण में बहुत कम विफल होता है और प्राणों के लिए संदेश लाता है।
4. रिकार्डिंग – अपनी बाइबल बन्द करो, तब परमेश्वर का संदेश अपने शब्दों में अपनी प्रशिक्षण पुस्तिका या उस पृष्ठ पर लिखो, जिसे आप अपने साथ वापस ले जाएंगे (यहां भजन 1 से प्राप्त संदेश लिखें)

क्या ये विचार :

(कृप्या एक का ही चुनाव करें)

- प्रतिज्ञा का दावा है, – एक पाप से बचना है,
- एक आशिष का आनन्द है, – दावे के लिए एक नई समझ है।
- एक आज्ञा का पालन है,

5. प्रार्थना करना – संदेश को वापस प्रार्थना में करें, परमेश्वर से उसके विषय में बातें करें जब तक आप महसूस न करें कि पवित्रआत्मा द्वारा जो प्रगट किया गया है उसमें आपकी इच्छा ठीक बैठती है।

6. योजना बनाना – योजनाएं बनाएं कि आप कैसे परमेश्वर के संदेश को आपके जीवन में व्यवहारिक तौर पर लागू करेंगे। परमेश्वर से मांगें कि वह आपको इस में जीना सिखाए। इसका सत्य कैसे आपके विचारों, शब्दों और आज के दिन को प्रभावित करेगा? निर्णय करें कि कम से कम एक निश्चित और विशेष कदम आप आज या कल इसके प्रति तुरन्त ले सकते हैं।
(अपनी योजना यहां लिखें)

7. बांटना – इस संदेश को दिन के समय किसी और के साथ बांटे।

7. सातवां कदम बांटना है। ये भोजन के बाद दी जाने वाली कुल्फी के समान है। किसी की तलाश करे जिसके साथ आप इसे बांटेंगे :

- आपके समूह का अगुवा, दूसरे समूह का सदस्य, परिवार का एक सदस्य, अन्य जो आपके सामने से सड़क पर आ रहे हैं।
- यह गवाही देने का एक सबसे महानतम रास्ता हो सकता है। लोगों के साथ अपनी आम बातचीत में, उनके साथ बांटिए कि परमेश्वर ने आपसे आज क्या बोला। परमेश्वर आपसे बातचीत कर रहा है और उस संदेश के बारे में भी जिसे आपने उनके साथ बांटा है।
- वैज्ञानिक हमें बताते हैं कि यदि हम एक विचार को अपने शब्दों में तीन बार दोहराएं तो वह हमारा हिस्सा बन जाता है।
 - आप इसे लिख लें
 - इसके लिए वापस परमेश्वर से प्रार्थना करें।
 - इसे किसी दूसरे के साथ बांट दे।
- अब यह आपका है! 1-2-3... जो परमेश्वर ने आपको दिया है, उसे बांटने से न नकारें।

यदि आप इस 60 दिन करते रहेगे, तो यह आपका जीवन बदल देगा और आपमें काम करते हुए परमेश्वर का वचन आपके लिए जीवित वचन बन जाएगा। आपको एक नई समझ और परमेश्वर की ओर से ज्ञान प्राप्त होगा और जीवन में एक लम्बा अनुशासन आरम्भ हो जाएगा जो आपकी आत्मिक यात्रा को बहुतायत से सम्पन्न कर देगा।

प्रार्थना करें।

3. मनन करना — पढ़ें और दोबारा पढ़ें जब तक कि एक विचार आपके हृदय में एक संदेश की तरह प्रभाव न डाले जो आप प्रभु से प्राप्त करते हैं, जो आज आपके हृदय से बातें करता है। ऐसा इस तरह का मनन पवित्र आत्मा के नियंत्रण में बहुत कम विफल होता है और प्राणों के लिए संदेश लाता है।
4. रिकार्डिंग — अपनी बाइबल बन्द करो, तब परमेश्वर का संदेश अपने शब्दों में अपनी प्रशिक्षण पुस्तिका या उस पृष्ठ पर लिखो, जिसे आप अपने साथ वापस ले जाएंगे (यहां भजन 1 से प्राप्त संदेश लिखें)

क्या ये विचार :

(कृप्या एक का ही चुनाव करें)

- प्रतिज्ञा का दावा है, — एक पाप से बचना है,
- एक आशिष का आनन्द है, — दावे के लिए एक नई समझ है।
- एक आज्ञा का पालन है,

5. प्रार्थना करना — संदेश को वापस प्रार्थना में करें, परमेश्वर से उसके विषय में बातें करें जब तक आप महसूस न करें कि पवित्रआत्मा द्वारा जो प्रगट किया गया है उसमें आपकी इच्छा ठीक बैठती है।
6. योजना बनाना — योजनाएं बनाएं कि आप कैसे परमेश्वर के संदेश को आपके जीवन में व्यवहारिक तौर पर लागू करेंगे। परमेश्वर से मांगें कि वह आपको इस में जीना सिखाए। इसका सत्य कैसे आपके विचारों, शब्दों और आज के दिन को प्रभावित करेगा? निर्णय करें कि कम से कम एक निश्चित और विशेष कदम आप आज या कल इसके प्रति तुरन्त ले सकते हैं।
(अपनी योजना यहां लिखें)

7. बांटना — इस संदेश को दिन के समय किसी और के साथ बांटे।

1. इस वर्णन पर आपकी प्रतिक्रिया क्या है : “एक अवसर, अराधना, अध्ययन और एक सप्ताह की संगति काफी नहीं है जैसे सप्ताह में एक बार का भोजन काफी नहीं है?”
2. कौन सी ऐसी चीज़ है जो आपकी आत्मिक भूख के खाने को “दूर” करती है?
3. आपने प्रतिदिन प्रभु के साथ व्यक्तिगत रूप से खामोशी में भेंट करने के लिए कौन सा उत्तम समय पाया?
4. सावधानी से सात कदमों को प्रयोग करते हुए 1यहून्ना 1:1–10 में से परमेश्वर के वचन से प्राप्त भोजन से “खाएं” ।

— अपने शब्दों में उन विचारों को लिखें जो परमेश्वर आपको देता है

आप क्या सोचते हैं कि किस तरह का शब्द है (केवल “एक ” चुनाव करें)

- प्रतिज्ञा का दावा है
 - एक आशिष का आनन्द है
 - एक आज्ञा का पालन है,
 - एक पाप से बचना है,
 - दावे के लिए एक नई समझ है ।
- निर्णय करें कि कम से कम एक निश्चित और विशेष कदम आप आज या कल इसके प्रति तुरन्त ले सकते हैं ताकि इसके सत्य आपके विचारों, शब्दों और कार्यों को प्रभावित करना शुरू कर दें?
- यह किस के साथ आपने बांटा? क्या हुआ?

प्रार्थना की सरलता

(ब्रुस लारसन द्वारा लिखित “डेयर टु लिव नाओ” पुस्तक से लिया गया अंश)

यीशु ने आम शब्दों में कहा, “जो कुछ तुम मेरे नाम से मांगोगे मैं उसे करूंगा”। प्रार्थना करने वाले कितने लोग इस पर वास्तव में विश्वास करते हैं? बहुत से ऐसे विश्वास से प्रार्थना करते हैं जैसा विश्वास उनके लिए एक मशीन में है, “इस पर ज्यादा खर्चा नहीं आएगा और मैं शायद इनाम जीत लूंगा”।

मैं इस बात से कायल हूँ कि हममें बहुत से लोग यह जानना चाहते हैं कि प्रार्थना कैसे करें? हम परमेश्वर की सामर्थ की खोज करना चाहते हैं, जो यीशु मसीह में हमारा अधिकार है।

प्रार्थना दो व्यक्तियों के बीच वार्तालाप है। अब वार्तालाप अपने आपमें न तो बुरा होता है न अच्छा। हम सभी जानते हैं कि गपशप करना कैसा होता है — नीरस या बेकार। ऐसी वार्तालाप सहायक नहीं होती और कई बार वास्तव में हानिकारक होती है। तब वहाँ पर एक वार्तालाप है जो आप पानी के मीटर की रीडिंग को लेने के लिए आए हुए व्यक्ति के साथ करते हैं जो न तो लाभदायक होती है न ही हानिकारक, परन्तु रोजमर्रा की आम बोलचाल है। वार्तालाप ही है जिसमें आप बनाते हैं। ये संजीदा या चिंतित भी हो सकती है जैसे आधी रात में एक डाक्टर को फोन करना। ये बेकार और उत्तेजित करने वाली भी हो सकती है। यह आवश्यक भी हो सकती है और व्यवसायिक भी। यह गहरे सम्बन्धों की ओर भी ले जा सकती है, यहाँ तक की विवाह की ओर भी।

उसी प्रकार से, प्रार्थना अर्थहीन भी हो सकती है जैसे हमारी वार्तालाप में होता है या ये आपके और परमेश्वर के बीच वार्ता हो सकती है जो विशेष, उत्तेजना से पूर्ण और बदलने वाली होती है।

वार्तालाप हमेशा दो या अधिक लोगों के सम्बन्ध को दर्शाती है। दो व्यक्तियों के बीच में वार्तालाप की उत्तमता उनके सम्बन्धों के ऊपर निर्भर करती है। ये उतना ही अव्यक्तित्व हो सकता है, जैसे फोन करने वाले व्यक्ति दूसरी ओर की आवाज़ को सुनता है और ये इतनी करीब हो सकती है जैसे पति-पत्नी के सम्बन्ध।

विश्वासी होने के नाते, हमारी प्रार्थना परमेश्वर से करीबी वार्ता होनी चाहिए, क्योंकि यीशु मसीह के द्वारा हम सन्तान बन जाते और परमेश्वर हमारा प्रेमी पिता बन जाता है। फिर भी, लोग कितने गम्भीर हैं, जो प्रतिदिन प्रातःकाल उठ जाते हैं और नाश्ते के समय मेज पर भेंट करते हैं और कुछ याद की हुई प्रार्थना कहते हैं, और कुछ बुड़बुड़ाते हैं और उसे भोजन के लिए धन्यवाद देते हैं। यदि आप अपने या पत्नी से प्रति दिन इस तरह से वार्ता करे तो यह तलाक के लिए बहुत अच्छा प्रमाण बन जाएगा। इस तरह से किसी बुद्धिमान व्यक्ति के सामने बोलना उसका अपमान करना है।

फिर भी परमेश्वर, यद्यपि वह एक आत्मा है, एक व्यक्ति है। उससे ऐसे क्यों बात करना जैसे वह मूरत है या एक नादान बच्चा है? इसलिए वह हमें चेतावनी देता है, “व्यर्थ की बातें न दोहराओ” (खाली वाक्य) जैसे अन्यजाति करते हैं, क्योंकि वे सोचते हैं कि ऐसा करने से उनकी सुनी जाएगी”। तौभी आप इन्कार करते हैं कि परमेश्वर आपका पिता है, जब आप अपनी याद की हुई प्रार्थना में या उससे छोटे बुड़बुड़ाते हुए गीतों में बातें करते हैं। एक बच्चे के प्रथम शब्द पृथ्वी पर उसके मां बाप के लिए बुड़बुड़ाते हुए शब्द नहीं होते, परन्तु अथपूर्ण, एक या दो शब्द ईमानदारी से भरी विनती को पेश करते हैं तो इन्ही का क्यों ना प्रयोग करें जब स्वर्गीय पिता से बात करते हैं? जब बच्चा बड़ा हो जाता है कि उसे प्रार्थना सिखाई जाती है। अब वह सिखने के लिए काफी बड़ा है कि प्रार्थना केवल स्वर्गीय पिता से आपस की वार्तालाप है।

जब यीशु यह कहता है तो उसका क्या अर्थ है, “जो कुछ तुम मेरे नाम से मांगोगे मैं करूंगा...”? वह यही नहीं चाहता कि प्रार्थना के अन्त में उसके नाम को हस्ताक्षर के रूप में प्रयोग करें। पर इसकी बजाए उसके नाम में प्रार्थना करना उसे प्रभु और उद्धारकर्ता अनुभव करते हुए और उसके द्वारा परमेश्वर को पिता करके अनुभव कर सकें। उस पर विश्वास करना एक नए सम्बन्ध में उसके साथ प्रवेश होना है और प्रतिदिन उसके सम्बन्धों में बढ़ना।

प्रभावशाली प्रार्थना में सबसे महत्वपूर्ण पहलु ये है कि जो व्यक्ति प्रार्थना कर रहा है वह परमेश्वर के साथ सही सम्बन्ध में होना चाहिए। कैसे एक व्यक्ति सही सम्बन्ध में प्रवेश कर सकता है? मैं इसे साधारण तौर पर तीन बातों में रख सकता हूँ।

- (1) अपने आप पर एक इमानदारी की नलर डालो। स्वीकार करें कि आप भले ही कितनी भी कोशिश क्यों न करो, आप वैसे नहीं बन सकते जैसा परमेश्वर आपसे चाहता है, कि आप बनें।
- (2) अपने जीवन को पुनः बनाने के आशाहीन कार्य को छोड़ दें। विश्वास कीजिए कि परमेश्वर यीशु मसीह में इस संसार में आया कि आपको यह सहायता दे कि, आपको कैसा बनना चाहिए, और आपके हृदय की गहराई से वो आपको बनना चाहते हैं। यीशु में ना केवल हम परमेश्वर का प्रेम देखते हैं पर जीवित मसीह में हम वह बदलने वाली सामर्थ का अनुभव करते हैं जो अब परमेश्वर हमारे लिए उपलब्ध कराता है।
- (3) अपने आप को पूरी तरह से परमेश्वर के हाथों में सौंप दें। उसे न केवल अपनी समस्याएं पर अपने भविष्य की आनन्दमय योजनाएं भी समर्पित करो। कुछ भी चीज़ न रख छोड़ो। विश्वास करें, उसके राज्य को पहले खोजने से जो भी तुम्हें आवश्यक है वह तुम्हें देगा।

प्रभावशाली प्रार्थना के लिए मार्गदर्शन का स्तम्भ

एक बार जब आप परमेश्वर के साथ सही सम्बन्ध में है, तो नीचे दिए गए मार्गदर्शक स्तम्भ आपके प्रार्थनामय जीवन को और भी अधिक प्रभावशाली बनाएगा :

मुझे किसके साथ प्रार्थना करना चाहिए? आपके जीवन का कुछ समय परमेश्वर से अकेले प्रार्थना करने के लिए शामिल होना चाहिए। यीशु ने कहा, “जब तुम प्रार्थना करते हो, अपनी कोठरी में जाओ, दरवाजा बन्द कर अपने पिता से जो गुप्त मे है प्रार्थना करो”। कुछ प्रार्थना का समय दूसरों के लिए होना चाहिए। यीशु ने कहा, “यदि तुम मे से दो पृथ्वी पर किसी बात के लिए सहमत या एक मन के होते हो तो जो चाहो मांगो मेरा पिता उसे देगा, क्योंकि जहां दो या तीन मेरे नाम से इक्ट्ठे होते हैं वहां मैं उनके बीच में होता हूँ”। एक परिवार की तरह प्रार्थना कीजिए, अन्यथा आपकी सन्तान प्रार्थना करना कैसे सीखेगी?

मुझे कब प्रार्थना करना चाहिए? प्रातःकाल प्रार्थना कीजिए। परमेश्वर को अपना दिन, अपनी परेशानियां और अपने आप को उसकी सेवा के लिए उस पर निर्भर रहते हुए दे दीजिए। शाम को प्रार्थना करो। सारे दिन के लेखे—जोखे को लेकर जहां कहीं आप असफल हुए क्षमा मांगिए। और जहां सफल होने के लिए उसने सामर्थ दी उसके लिए उसको धन्यवाद दो। सारे दिन प्रार्थना करो — जब काम कर रहे हो, जा रहे हों या दूसरों से बातें कर रहे हों। छोटे—छोटे वाक्यों में सारे दिन प्रार्थना करना सीखें और सहायता मांगें या धन्यवाद दें। परमेश्वर को मालूम हो कि तुम जानते हो कि वह वहां पर हैं।

किस मुद्रा में प्रार्थना करूँ? बहुत से लोग सुबह और रात को घुटनों में प्रार्थना करना पसन्द करते हैं। यह उन्हें याद दिलाता है कि वे किससे बात कर रहे हैं, जब उन्हें झपकी आ रही होती है और उनका दिमाग इधर—ऊधर घूम रहा होता है। दूसरे बैठकर या खड़े होकर पसन्द करते हैं; कुछ चल कर करते हैं जिससे उनका ध्यान जब वे प्रार्थना कर रहे होते हैं तो लगा रह सके। मुद्रा में कोई जादू नहीं है। कोई भी मुद्रा आपके लिए स्वाभाविक हो सकती है, जो भी मुद्रा आपका सम्बन्ध परमेश्वर के साथ विशेष तौर पर बनाने में सहायता करती है* विशेष बात ये है कि आप प्रार्थना करते हैं। मुद्रा इतनी महत्वपूर्ण नहीं है। मेरा एक मित्र है जब वह सुबह काम पर जाता है तो गाड़ी चलाते समय परमेश्वर से बातें करता है। वह कल्पना करता है कि उसके बगल की सीट पर परमेश्वर बैठा है और वह उससे सारे दिन की योजनाओं के विषय बाते करता है।

जब आप प्रार्थना करते हैं सुनिए। एक अच्छी वार्तालाप में आधा सुनना होना चाहिए। हममें से बहुत से परमेश्वर से सलाह और मार्गदर्शन मांगते हैं और तब कभी उत्तर के लिए उसकी नहीं सुनते। प्रार्थना का आधा समय खामोशी से सुनने में बिताएं। उत्तर पाना सीखिए। विश्वास कीजिए कि परमेश्वर आप से बातें करना चाहता है।

* पास्टर एटकिंसन के द्वारा पुनरिक्षण किया गया।

मार्गदर्शन पर तुरन्त प्रतिक्रिया करें। परमेश्वर जो भी मार्गदर्शन प्रार्थना में देता है एक दम उस पर अपनी प्रतिक्रिया व्यक्त करें। जब तक आप उस ज्योति में जो आप में है ना चलें आपको कभी अधिक ज्योति नहीं मिलेगी। परमेश्वर का मार्गदर्शन खादान में काम करने वाले की उस ज्योति की नाई है जो उसके माथे पर बंधी होती है और यह छः फुट सामने तक रोशनी फेंकती है। जब तक आप उन छः कदमों न चलें तब तक आप उससे आगे का मार्ग कभी नहीं देखेंगे। इसी तरह परमेश्वर का मार्ग दर्शन कदम-कदम पर है।

चंगाई की प्रार्थना करते समय। जब आप किसी के लिए जो बीमार है प्रार्थना करते हो तो जानिए कि परमेश्वर बीमारी नहीं भेजता। विश्वास कीजिए कि परमेश्वर उस व्यक्ति को चंगा करना चाहता है। जिसके लिए आप प्रार्थना कर रहें हैं। जब आप प्रार्थना करते हैं इस बात का अनुमान लगाएं! बस अपनी प्रार्थनाओं में यही मत कहते रहिए, “यदि तेरी इच्छा है तो” परन्तु ये विश्वास करते हुए प्रार्थना करें कि परमेश्वर का प्रेम उस व्यक्ति के प्रति आपके प्रेम से अधिक है! और वह उसे चंगा करना चाहता है।

जब आप प्रार्थना करें सकारात्मक हो। जब आप प्रार्थना करें तब सकारात्मक हो जाएं, विशेष रूप से जब आप किसी बीमार के लिए प्रार्थना करें। उस व्यक्ति की तस्वीर अपने दिमाग में बनाएं, मानों वह ठीक हो गया है, और परमेश्वर से ऐसा करने को कहें। यहीं पर विश्वास आता है। विश्वास एक नाकारात्मक व्यवहार नहीं है जब आप सबसे बुरा हाने से बचने के लिए चिल्ला उठते हैं (तो जब प्रार्थना करते हैं तो उस व्यक्ति की सबसे बुरी हालत की तस्वीर को अपने दिमाग में लेकर चलते हैं)। बल्कि विश्वास ये है कि परमेश्वर चंगा करेगा और जब आप प्रार्थना कर रहे होते हो वह पहले ही से मसीह की उपस्थिति और सामर्थ से उसे चंगा कर चुका होता है।

प्रार्थना में विश्वास करें। यीशु ने कहा, “इसलिए मैं कहता हूँ जो कुछ तुम प्रार्थना में मांगोगे, विश्वास करों कि तुम प्राप्त करोगे और यह तुम्हें मिल जाएगा” यह विश्वास है, परमेश्वर की सामर्थ और प्रेम में कि वह काम करें। यीशू ने दूसरे स्थान पर ये कहा, “जो कुछ तुम प्रार्थना में मांगोगे यदि तुम विश्वास करों तो तुम प्राप्त करोगे।

विश्राम करें। जब आप प्रार्थना करते हैं तब दोनों, आत्मिक और शारिरीक रूप से आराम करें। एक मनुष्य कहता है, “कठिन प्रार्थना ना करें, आसानी से प्रार्थना करें। प्रार्थना ये नहीं करती – परमेश्वर उसे करता है”। आराम की प्रार्थना विश्वास लाती है। हमारे भरोसे से विश्वास प्रगट होता है। हमारा भरोसा हमारे विश्राम से पता चलता है। प्रार्थना के लिए एक अच्छी तकनीक यह है कि आप अपनी हथेलियों को खोलें, उंगली एक दूसरे में न फसाएं और लोगों, परिस्थितियों और अपने आपको परमेश्वर के सामने अपनी खुली हथेलियों से ऊपर उठाएं।

समर्पण। जब आप प्रार्थना करते हो तो समर्पण करें। परमेश्वर से कवेल सहायता मत मांगें। अपने हालातों और लोगों को परमेश्वर को दे दो और उस पर भरोसा करो। यह सब प्रार्थनाओं का निचोड़ है और अकेला ही याद रखन के लिए सबसे महत्वपूर्ण मार्गदर्शन का खम्बा है। यह विश्वास करना काफी नहीं है कि परमेश्वर हमसे प्रेम करता है और हमारी सहायता कर सकता है, हमें उस पर उतना भरोसा करना चाहिए कि हम अपना सब कुछ उसे सौंप दें।

जब आप प्रार्थना करते हैं तो इन तीन साधारण तथ्यों पर विश्वास करें और आश्चर्यकर्म की आशा करें :

- (1) विश्वास करें कि मसीह आप से बढ़कर आपसे प्रेम करता है। इसका प्रमाण कूस है। (पढ़िए मती 15:13)
- (2) विश्वास करें कि शारिरीक और आत्मिक सभी तरह की सामर्थ उसी की है (पढ़िए मती 28:18)
- (3) विश्वास कीजिए कि वह जहां आप प्रार्थना करते हैं ठीक वहीं पर होता है। (पढ़िए मती 28:20)

इन तथ्यों के उपर अपनी प्रार्थनाओं का निर्माण करें और तब आपका प्रभु आपसे ये कहता है, “जो कुछ तुम मेरे नाम से मांगोगे मैं वह करूंगा”।

मसीह में सम्पूर्ण जीवन, समूह के अगुवों के लिए सुझाव
सामर्थी बनाना : जीवन शैली अपनााना अधिवेशन 7

प्रथम

- प्रश्न पत्र 6 पर चर्चा कीजिए।

समूह को अपने विचार, पिछले सप्ताह के प्रश्न पत्र के पहले हिस्से के मनन से बांटने दीजिए।

- प्रश्न पत्र जमा कीजिए और कोई भी यदि तमिथियुस का पत्र लाया है तो पिछले सप्ताह के प्रश्न पत्र के साथ वापस करे दें। जब आपने प्रश्न पत्र को जांच लिया है तो कृपया इसे मसीही में सम्पूर्ण जीवन के अगुवे को अपने तीमिथियुस के पत्रों के साथ दे दें।

तब

1. हर सदस्य को उत्साहित करें कि उन सकारात्मक और नाकारात्मक अनुभवों को जो खामोशी में प्रभु के साथ अपने व्यक्तिगत समय को स्थापित और बनाए रखने में पैदा हुए हैं को बांटें।
2. आप अपने खामोशी के समय के अनुभव को कैसे नियमित और प्रभावशाली हैं गिनेंगे? क्या आप उनको सर्वोत्तम, अच्छा और कम अच्छा या बुरा करके नापेंगे।
3. कौन से “भूख को बुझाने वाले” पहलु हैं, जिन्हें आप को अपने जीवन में देखने की आवश्यकता है? (इस अधिवेशन में दी गई शिक्षा को लेकर चर्चा करें)।

अब

समूह में जाएं और कहें कि कार्यशाला के दौरान प्रभु उन से इस हिस्से के द्वारा क्या कह रहा था, के अपना अनुभव बांटे। और आने वाले कुछ दिनों में वह इन्हे कैसे अपने जीवन में लागू करने की आशा कर सकते हैं?

अन्त में

देखिए यदि समूह में किसी के पास कोई प्रश्न है जो परमेश्वर के वचन से भोजन “खाना” वाले अधिवेशन से उठा हो। अपने समूह को उत्साहित करे कि वे इस प्रक्रिया को दोहराने की कोशिश करें। उन्हें ध्यान दिलाएं कि इस सप्ताह का प्रश्न पत्र एक और अभ्यास के संदर्भ जो कि 1 यहून्ना, से है न कि यहून्ना की पत्री से, के हिस्से पर व्यवहारिक कार्य को शामिल करता है।

अगले समय के लिए कार्य

1. अधिवेशन 7 के लिए प्रश्न पत्र को पूरा करें।
2. “प्रार्थना की सरलता” के छपे हुए पृष्ठों को पढ़ें।