इसाई चरित्रमा बढ्दै जानु

पाष्टरीय तालीम पुस्तिका

१०

तालीम र वृद्धि

T&M ®

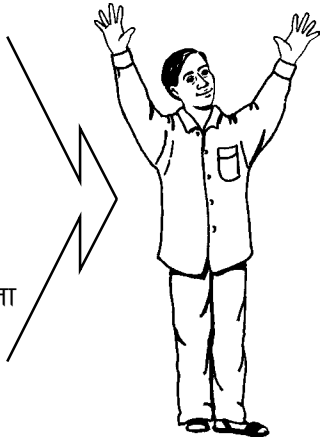
बाइबल अध्ययन

हामी खीष्टमा नयाँ गरी जन्मेका छौं ।
खीष्टमा हामीले नयाँ जीवन पाएका छौं ।
हामी खीष्टमा नयाँ गरी जिउँदछौं ।

जब हामी पश्चाताप गर्दछौं अनि पापक्षमा र मुक्तिको लागि हृदय र प्राणसहित हामी आफैलाई प्रभु येशूमा सुम्पन्छौं, पर मेश्वरले हामीलाई उहाँका छोराछोरीहरुको रुपमा ग्रहण गर्नुहुन्छ । उहाँले हामीलाई उहाँको पुत्रको स्वरुपमा बनाउनको निम्ति हामीलाई परिवर्तन गर्न थाल्नुहुन्छ । हामी खीष्टमा भएको यो नयाँ जीवनमा बढ्न थाल्दछौं ।

हाम्रो जीवनमा येशू देखियोस्, पवित्र आत्माको फलको रुपमा उ (गलाती ५:२२-२३)

प्रेम
आनन्द
शान्ति
धैर्य
दया
भलाइ
विश्वस्तता
नम्रता
संयम



पिता, मलाई क्षमा गर्नोस्... प्रभु, म तपाईलाई प्रेम गर्दछु अनि तपाईको आराधना गर्दछु.... म तपाईको हातमा समर्पित छु... मलाई प्रयोग गर्नुहोस् ।

म जे सोंच्दछु, विश्वास गर्दछु, भन्दछु, अनि गर्दछु, त्यसलाई प्रभु येशूले मभित्र परिवर्तन गर्नुहुन्छ उ

कलस्सी ३:१ देखि कलस्सी ४:६ अनुसार, खीष्टमा हामीले पाएको नयाँ जीवनले निम्न परिवर्तनहरु ल्याउँदछ :

- हामीले पुराना कुराहरुलाई पछिल्तिर छोडेका छौं, (कलस्सी ३:५-११)
- हामी खीष्टमा भएको नयाँ सिद्धान्त अनुसार जिउन थाल्दछौ, (कलस्सी ३:१२-१७)
- हामीहरुको वैवाहिक र पारिवारिक सम्बन्धमा सुमधुरता आउँछ, (कलस्सी ३:१८-२१)
- समाजसित हाम्रो सम्बन्धमा परिवर्तन आउनेछ । (कलस्सी ३:२२-४:६)

हामीहरुको जीवनमा नयाँ उद्देश्य हुनेछ । हामीहरुले हाम्रो आँखा लक्ष्यमा लगाइराख्न फिलिप्पी ३:७-१४ ले हामीलाई उत्साहित पार्दछ ।

कसरी परमेश्वरको सेवा गर्नु अनि उहाँको ज्ञानमा बढ्नु भन्ने बारेमा पावल एक अत्युत्तम नमूना हुन् । हामीहरु पनि नमूनाहरु बन्न सकौं । इसाई जीवनको वृद्धिमा हामीले आफैलाई समय समयमा जाँचौं, अरु कसैसित होइन तुलना गरेर, तर प्रभु येशूसितै नापेर । उहाँको क्षमा र सहायता माग्दै, ताजा सामर्थ्यमा अघि बढेर, अनि अझ बढी इमान्दार र नम्र बनेर प्रार्थना गर्दै उहाँप्रतिको हाम्रो आज्ञा पालनलाई नापौं ।

कलस्सी ३:१ देखि ४:६ सम्म पठन अनि मनन गर्नोस् । त्यसपछि, तपाईको जीवनलाई अझ सामर्थी तुल्याउन अथवा सुधार ल्याउन प्रभुले तपाईको जीवनमा के के गरेको चाहनुहुन्छ, तलका खाली ठाउँमा लेख्नोस् ।

तर... कस्तो आत्मिकी युद्धमा हामी प्रवेश गरिरहेका छौं उ

- हामीले शरीर (पाप) का कार्यहरुलाई निर्मूल पार्दछौं । (रोमी ८:१३)

- हामी हाम्रा आँखाहरु प्रभु येशूमा लाउँछौं, अनि उहाँले हामीलाई दिनुभएको हतियारहरु प्रयोग गर्दछौं : प्रार्थना, विश्वास, प्रभुको वचन, अनि आत्माको फल । (हिब्रू १२:१-२, एफिसी ६:१०-२०, गलाती ५:२२-२३)

- हामी परमेश्वरको अनुशासनलाई स्वीकार गर्दछौं । (हिब्रू १२:५-११)

मेरो आत्मिकी विकास योजना

हामी हाम्रो जीवनको हरेक भागलाई ख्रीष्टले परिवर्तन गर्नु भएको चाहन्छौं । तल दिइएको कुन कुन क्षेत्रमा तपाईले आफ्नो आत्मिकी विकास चाहनु भएको छ, चिन्ह लाउनोस् । तपाईले सुधार चाहनु भएको ठाउँमा मात्र चिन्ह लाउनोस् । तपाईले हरेक क्षेत्रमा चिन्ह लाउनै पर्छ भन्ने छैन । असम्बन्धित क्षेत्रलाई छोडिदिनोस् ।

शुद्धिकरण

के तपाईले परमेश्वर अनि उहाँको वचनमा तपाईको विश्वासलाई बलियो तुल्याउन चाहनुहुन्छ ? (मर्कूस ११:२२-२४) यदि यसो हो भने, कसरी यसो गर्ने योजना गर्नुभएको छ ?

_____

_____

_____

के तपाईले २ कोरन्थी ९:७ मा भनिए जस्तै गरी अझ बढी अनि खुशीसाथ परमेश्वरको कामको लागि दिन चाहनुहुन्छ ?

_____

_____

तपाईको विरुद्धमा उठ्नेहरुलाई कुनै आलोचना नगरी क्षमा गर्न के अझ बढी कठोर प्रयास गर्नु पर्ने भएको छ ? (एफिसी ४:३२, मत्ती ६:१४-१५, मत्ती ७:१) _____

के तपाईले अझ बढी वास्ता राखेर तपाईको परिवार, खाँचोमा परेकाहरु, सहकर्मीहरु, मित्रहरु अनि अधिकारीहरुको लागि प्रार्थना गर्नु परेको छ ? (मर्कूस १४:३७) _____

के तपाईले बिरामीहरुको लागि अझ बढी प्रार्थना गर्नुपरेको छ ? (मत्ती १०:८) _____

के तपाईले अविश्वासीहरुको अघि तपाईको साक्षीलाई सुधार्नु परेको छ ? (हितोपदेश २२:१, १ तिमोथी ३:७) _____

के तपाईले तपाईका ऋणहरु (तिर्नु बाँकी छ भने) ठीकसँग समयमा तिरिरहनु भएको छ ? (रोमी १३:८) _____

के तपाई अझ बढी संयम हुन जरुरी छ ? (याकूब १:२-४)

_____

स्व-अनुशासन

के तपाईलाई तपाईको वचन र भेटघाटको समय पालन गर्न अझ बढी अनुशासनको खाँचो परिरहेको छ ? (भजन १५:४ख, हितोपदेश १३:३-५, एफिसी ४:२५) _____

के तपाईले आफ्नो समय फेरि मिलाउन खाँचो छ ? अथवा तपाईको परिवारको निम्ति र विश्राम गर्नको लागि समय निकाल्न गाह्रो भएको छ ? (कलस्सी ४:५, एफिसी ५:१५-१६)

_____

के तपाईले शरीरको कामलाई निर्मूल पारेर तपाईको रुची र संवेगमा अझ नियन्त्रण गर्न जरुरी छ कि ?
(एफिसी ४:१५-३२) _____

तपाईले आफ्नो पति वा पत्नीसित अझ बढी प्रेमिलो र उत्साही सम्बन्ध विकास गर्न जरुरी छ कि ?
(एफिसी ५:२२-२३) _____

के तपाईले विपरीत लिंगकाहरुलाई अझ बढी आदर र विचार को पवित्रतामा व्यवहार गर्न जरुरी छ ? (१ तिमोथी ५:२)

_____

के तपाईले सुधार ल्याउने प्रेममा केवल सत्य बोल्न अझ बढी होशियारी हुनु खाँचो छ ? (जकरीया ८:१६-१७, एफिसी ४:१५, २९) _____

सफा शारीरिक मुहार लिएर सार्वजनिक आराधनामा परमेश्वर को अघि उभिन के तपाईले अझ बढी परिश्रम गर्न जरुरी छ ? (१ कोरन्थी १४:४०) _____

के तपाईले आफ्ना नानीहरुलाई अझ बढी प्रेम देखाउन अथवा उनीहरुलाई अझ सख्तसँग अनुशासनमा ल्याउन खाँचो छ ? (एफिसी ६:४, १ तिमोथी ३:४) _____

अध्ययन

के तपाईले परमेश्वरको वचन दिनहुँ अध्ययन र मनन गर्न अझ बढी ध्यान दिन खाँचो छ ? (भजन ११९:९७)

_____

के तपाईले अझ बढी आराधनात्मक अनि पाष्टरीय पुस्तकहरु अध्ययन गर्न जरुरी छ ? (हितोपदेश ४:६-९) _____

के तपाईले बाइबलमा पढ्नु भएका कुराहरु बुझ्नलाई अझ बढी परिश्रम गर्नु जरुरी छ ? शायद शब्दकोष प्रयोग गर्नुपर्ला अथवा कसैलाई सोध्नुपर्ला ? (प्रेरित ८:३०-३१)

_____

के तपाईले आफ्नो बोली बोल्दा अरु बढी (व्याकरण, उच्चार ण, शब्द चयन अनि प्रभावशाली संचारमा) सुधार ल्याउनुपर्ला ? (हितोपदेश १६:२३-२४) _____

के तपाईले आफ्ना पुस्तकहरु, पत्रहरु, अनि अन्य कागजहरु वर्णक्रम अथवा व्यवस्थित ढङ्गमा मिलाएर राख्नु भएको छ ?

_____

के तपाईले आफ्ना सन्देशहरु राम्ररी, सकेसम्म धेरै दिन अथवा साताअघिदेखि तयार पार्न बढी होशियारी हुनु जरुरी छ ? (२ तिमोथी २:१५) _____

भेटघाट

के तपाईले बिरामीहरु, बरालिएकाहरु, दुःखमा परेकाहरु, अनि तपाईको देखरेखमा भएका विश्वासीहरुलाई अझ बढी भेटघाट गर्नुपर्ने खाँचो छ कि ? (याकूब १:२७) _____

के तपाईले प्रभुको काम मिलेर गर्नको लागि अरु मण्डलीका अगुवाहरुसँग बारम्बार भेटिरहनु पर्ला ? (एफिसी ४:३-४)

_____

मण्डलीको व्यवस्थापन

खाँचोहरु पूरा गरिदिन अथवा नयाँ अवसरहरु छोप्नलाई नयाँ प्रोजेक्टहरु शुरु गर्न के तपाई होशियारी हुनु खाँचो पर्ला ? (प्रेरित ६:१-६) _____

के तपाईले अरु एल्डरहरुसँग तपाईको पाष्टरीय जिम्मेवारीहरु बाँड्चुड गर्न जरुरी पर्ला ? (प्रेरित १५:२२, एफिसी ४:१६, तीतस १:५) _____

के तपाईले आफ्ना जिम्मेवारीहरु र सेवकाइहरुलाई अझ स्पष्ट रुपमा परिभाषित गर्न जरुरी पर्ला ? (रोमी १५:२०-२१)

_____

के तपाईले (मानिसहरुलाई मात्र मनोरञ्जन दिलाउने होइन तर) केवल परमेश्वरलाई खुशी पार्ने अनि उहाँलाई मात्र महिमा दिने आराधना सेवा तयार पार्ने काम बढी होशियारी हुनु आवश्यक छ ? (भजन १४९:१-४) _____

सेवाहरु सकेसम्म ठीक समयभन्दा अगाडि नै तयार पार्नको निम्ति मण्डलीलाई सहयोग गर्न तपाई सचेत हुनु खाँचो छ कि ? _____

विश्वासीहरुलाई वास्ता पुऱ्याउन अनि सुसमाचार प्रचार गर्नको निम्ति ससाना झुण्डहरु खडा गर्न तपाईले मण्डलीलाई सहयोग पुऱ्याउनु पर्छ कि ? (प्रस्थान १८:२४-२६) _____

के तपाईले मण्डलीलाई लक्ष्यहरु निर्धारित गर्न अनि तिनलाई पूरा गर्न लघु र दीर्घकालीन योजनाहरु बनाउन सहयोग गर्न जरुरी छ कि ? (निहेम्याह २:१७) _____

सेवा संगतिहरुमा अथवा सेवकाइमा आफूमा भएको आत्मिकी वरदानहरु चलाएर सहभागी हुन अरु धेरै विश्वासीहरुलाई तपाईले सहयोग गर्नुपर्ला कि ? (१ कोरन्थी १४:२६, एफिसी ४:७-१६) _____

परमेश्वरमा समर्पण अनि कृतज्ञता

प्रभुले तपाईलाई दिनुभएका कुराहरुमा नै के तपाईले बढी सन्तुष्ट हुन सिक्नुपर्दछ कि ? (फिलिप्पी ४:११-१२) _____

के तपाई मानव नियम र कानूनहरुभन्दा पवित्र आत्माको अगुवाइलाई मान्न बढी सचेत हुनु खाँचो छ कि ?
(रोमी ६:१५-१६, १३:१०) _____

तपाईको चरित्र र बोलाइमा तपाईको जीवनको पवित्रता झल्किन्छ ? के यसमा अरु बढी सुधार ल्याउन जरुरी छ ?
(मत्ती ५:८) _____

जब तपाई परमेश्वरको इच्छामा समर्पित हुन प्रार्थना गर्नुहुन्छ, के तपाई अझ बढी विवेकशील हुनु जरुरी छ ?
(मर्कूस १४:३६) _____

खीष्टको मण्डली र अरु अगुवाहरुमा समर्पण

जब निर्णयहरु गर्नुहुन्छ, के तपाईले अरु मण्डलीका अगुवाहरुसँग पनि होशियारीसाथ सरसल्लाह गर्नुपर्ला ? (फिलिप्पी २:१-८) _____

तपाईको काममा भएका समस्याहरु अनि परिणामहरुको बारेमा तपाईले अरु बढी जानकारी (प्रतिवेदन) दिने काममा तपाई सचेत हुनुपर्ला कि ? (रोमी १३:१) _____

के तपाईले अरु बढी सुधार र सल्लाह बढो नम्रतापूर्वक अनि आनन्दसाथ ग्रहण गर्न खाँचो पर्ला ? (हितोपदेश १०:१७)

_____

के तपाईले आफ्ना आत्मिकी परामर्शदाताहरुलाई अरु बढी प्रेम, भक्ति र आदर प्रकट गर्न सिक्नु परेको छ कि ? (१ पत्रुस ५:५) _____

के तपाई पाष्टरीय तालीम क्लासहरुमा अझ निरन्तर रुपमा अनि समयमा हाजिर हुनको निम्ति सचेत हुनु खाँचो छ कि ? (२ तिमोथी २:२-४) _____

पाष्टरीय आचार नीति

व्यक्तिगत समस्याहरुको बारेमा व्यक्त गरिएका दोष-स्वीकार अथवा बातचीतलाई गोपनीय राख्ने काम गर्दै हुनुहुन्छ ? कि केही प्रयास गर्नुपरेको छ ? (याकूब ३:१-१२) _____

दुइ वा तीन साक्षीको गवाहीबाहेक एल्डरको विरुद्धमा लाएको आरोप कहिल्यै स्वीकार नगर्न के तपाई सक्षम हुनुहुन्छ ? अथवा अझ बढी होशियारी हुनु खाँचो छ ?
(१ तिमोथी ५:१९) _____

प्रमाणबिनाका झूटा आरोपहरु अनि अफवाहहरुलाई किचीमिची पारिदिन सक्नुहुन्छ ? (याकूब ३:१-१२) _____

के तपाई आफ्ना मण्डली वा यसका सदस्यहरुको भूलहरुलाई अरु मण्डली वा तिनीहरुको सदस्यहरुसँग प्रकट नगर्न अझ बढी होशियारी हुनुहुन्छ ? (लूका ६:३१) _____

अगुवापनमा उत्सुक्ता

के तपाईको हृदयमा अनि अरुहरुको हृदयमा पवित्र आत्माको शान्ति र आनन्द अरु बढी मात्रमा चाहनुहुन्छ ?
(फिलिप्पी ४:४) _____

जब तपाईले प्रचार वा बातचीत गर्नुहुन्छ, तपाईले अरु मानिसहरुप्रति बढी ध्यान पुऱ्याउनु पर्दछ भन्ने चाहनुहुन्छ ?

_____

तपाई थकित हुनु भएको बेला, कष्टमा हुनु भएको बेला, अथवा नराम्रो महसुस गरिरहनु भएको बेला पनि अरु मानिसहरुलाई प्रोत्साहन गर्न के तपाई तयारी हुनुहुन्छ ?
(याकूब १:२-३) _____

प्रेम र स्नेह

अरु मानिसहरुलाई चाहिएको भौतिकी खाँचोप्रति के तपाईले प्रेमसाथ ध्यान दिने गर्नुहुन्छ ? (लूका १०:२५-३७) _____

के तपाईले आफ्नो हरेक नानीसित समय बिताउने गर्नु भएको छ ? (१ तिमोथी ५:८) _____

के तपाईले अझ बढी वास्ता पुऱ्याएर अतिथी सत्कार गर्नुहुन्छ ? (हिब्रू १३:२) _____

के तपाईले आफ्नो पति वा पत्नीसित बढी स्नेह र आदरसाथ व्यवहार गर्दैहुनुहुन्छ ? (कलस्सी ३:१९) _____

के तपाईले आफ्ना मातापिता वा एल्डरहरुलाई इज्जत र आदर गर्ने जिम्मेवारी होशियारीपूर्वक निभाउदै हुनुहुन्छ ? (एफिसी ६:१-३, १ तिमोथी ५:१-२) _____

तपाईलाई समस्या पुऱ्याउनेहरुसँग मिलाप गर्ने काम होशियार ीपूर्वक गर्दैहुनुहुन्छ ? (मत्ती ५:२१-२६) _____

मित्रता

के तपाईलाई चाँडो मित्रता बनाउने काममा बढी प्रयास गर्नु पर्ने छ ? (१ शमूएल १८:१, हितोपदेश १८:२४ख) _____

के तपाईलाई अरुहरुको भूलहरु उनीहरुलाई चोट नपुऱ्याईकन नम्रतापूर्वक सुधार्न गाह्रो लाग्छ ? (गलाती ६:१) _____

के तपाई तर्कवितर्क गर्न र विष्फोटक रुपमा जाइलाग्ने काम गर्नमा बढी उत्सुक हुनुहुन्छ कि ? यसमाथि कसरी विजयी बन्ने भन्ने विषयमा कतिको सचेत हुनुहुन्छ ? (एफिसी ४:३१)

_____

के तपाई आफ्नो जिब्रोमा लगाम लगाउन अझ बढी सचेत हुन आवश्यक छ कि ? (याकूब ३:१-१२) _____

अरु मण्डलीहरु, जातिहरु अनि सामाजिक स्तरका मानिसहरुलाई दया देखाएर अनि बिना पूर्वाग्रह उनीहरुसँग व्यवहार गर्न तपाईलाई गाह्रो परिरहेको छ कि ? (याकूब २:१-९) _____

कम पढेलेखेका अथवा कम आम्दानी भएका मानिसहरुलाई आदर देखाउने काममा तपाई अझ बढी सचेत हुनुपर्छ कि ? (याकूब २:१-९) _____

सुसमाचार प्रचार र मिसन

खीष्टको निम्ति अरुहरुलाई साक्षी बाँढ्ने काममा तपाई अझ बढी सचेत हुनुपर्ने हो कि ? (२ तिमोथी ४:१-५) _____

अरु छिमेकीहरु अनि शहरहरुमा सुसमाचार लैजान तपाईले अझ बढी समय छुटाउनु पर्ने हो कि ? (लूका ९:६)

_____

सुसमाचार नपुगेका अरु देशहरुमा मिसनेरीहरु पठाउन तपाईले बढी ध्यान दिनु पर्ने हो कि ? (मत्ती २८:१९)

_____

यदि परमेश्वरले तपाईलाई नै अर्को देशमा गएर सेवा गर्न बोलाइरहनु भएको महसुस गर्नु भएको छ भने, के तपाईले त्यो अर्को संस्कृतिलाई ग्रहण गर्न आफूलाई नै तयारी पार्दै हुनुहुन्छ ? (प्रेरित १:८) _____

अभ्यासको काम

- यदि तपाईले धेरै कुराहरुमा आफूलाई सुधार्नु पर्ने पाउनु भयो भने, तपाई सामान्य र इमान्दार हुनुहुन्छ । तपाईको हृदयमा बास गर्नुहुने पवित्र आत्माले तपाईलाई सहयोग गर्नुहुनेछ ।

- परमेश्वरको अनुग्रहमा तपाई स्वयंको अनुशासन र खीष्टमा वृद्धिको लागि प्रार्थना गर्नोस् ।

- उन्नति गर्न बाँकी रहेका यी क्षेत्रहरुबारे छलफल गर्न अनि एकाअर्काको प्रगतिमा सहयोग पुऱ्याउन, एकाअर्कासँग बारम्बार भेटघाट गर्नोस् ।

- जुन कुराको निम्ति तपाईलाई सहयोग चाहिन्छ त्यसको निम्ति तपाईले आफ्नो प्रशिक्षकलाई जानकारी दिनोस् । तपाईले सबै कुराको भेद खोलिरहनु पर्दैन । मुख्य कुरा : यदि तपाईलाई ठीक लाग्दैन भने, माथिका प्रश्नका उत्तर हरु पनि तपाईले आफ्नो प्रशिक्षकलाई देखाइरहनु पर्दैन । यिनीहरु ता तपाईको स्व-मूल्याङ्कनको निम्ति हुन् ।

- हरेक केही महिनामा यस पुस्तिकामा दिइएको प्रगति सूची अनुसार आफ्नो मूल्याङ्कन गर्नोस् अनि हेर्नोस् पर मेश्वरले तपाईको प्रगतिमा अवश्य सहायता गर्नुहुनेछ ।

टिप्पणीहरु:

कपीराइट र जानकारी:
© 2001 Project WorldReach © 2001 SEAN
सर्वाधिकार सुरक्षित

Train & Multiply®

Project WorldReach (टि एम सेवकाइ संचालन)

Dr. George Patterson (मौलिक लेखक)
SEAN International

सम्पर्क ठेगाना: **Project WorldReach PWR®**

474 - 800 - 15355 - 24th Ave
Surrey BC, Canada
V4A 2H9

इमेल: pwr@trainandmultiply.com

वेबसाइट: http://www.trainandmultiply.com

010NP01A-01