कसरी प्रार्थना गर्ने

पाष्टरीय तालीम पुस्तिका

१३

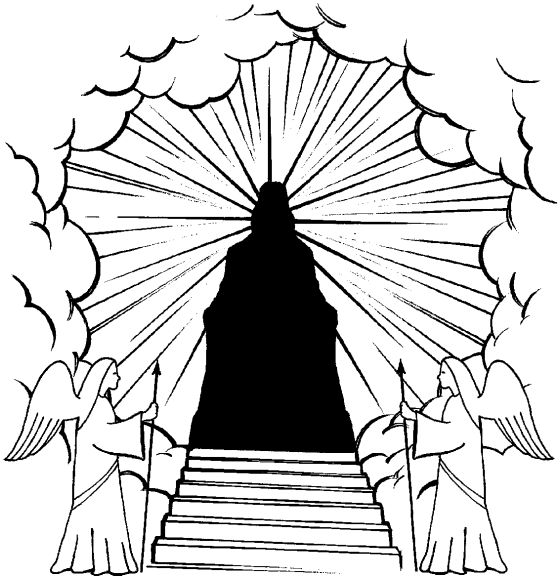
तालीम र वृद्धि

T&M ®

तपाई र तपाईको झुण्डले राम्ररी प्रार्थना गर्न सिकाउनको निम्ति परमेश्वरले यो अध्ययनलाई प्रयोग गरुन् भनी प्रार्थना गर्नोस् ।

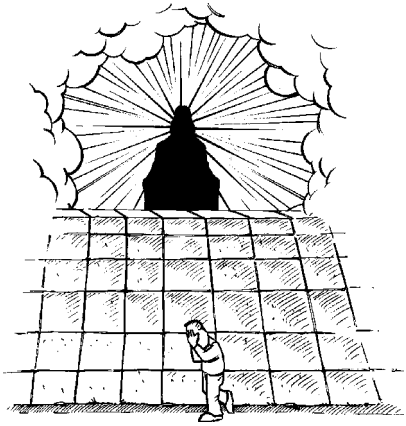
प्राथर्नना एक अधिकार हो

ख्रीष्टको बलिदानद्वारा हामी सर्वशक्तिमान परमेश्वरको सिंहासनमा पुग्न सक्छौं ।

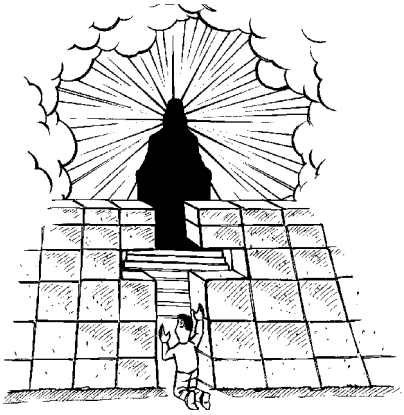


आदम र हवाले पाप गरेपछि, स्वर्गदूतहरुले परमेश्वरको पवित्र उपस्थितिलाई सुरक्षित राखे ताकि कुनै पापी त्यहाँ आउन नसकून् । (उत्पत्ति ३:२४)

पापले मानिसलाई अति पवित्र परमेश्वरबाट अलग पार्दछ। कुनै पनि मध्यस्थ विना, हाम्रो प्रार्थनाले यो पर्खाललाई तोडेर जान सक्तैन। (यशैया ५९:२)



तर येशू खीष्टले उहाँको मृत्यु र पुनरुत्थानद्वारा बाटो खोलिदिनुभयो।



अब हामी प्रार्थनामा राजाहरुका राजाकहाँ पुग्नसक्छौं। येशू खीष्टले हाम्रा पाप र दोषलाई रद्द गरिदिनुभयो, अनि अब हामी उहाँद्वारा पिताको नजीक पुग्नसक्छौं।

बाइबलले भन्दछ.... *"यसकारण भाइ हो, येशूको रगतद्वारा महा-पवित्रस्थानमा प्रवेश गर्ने साहस हामीलाई हुन्छ । हाम्रा निम्ति एउटा नयाँ र जीवित मार्ग उहाँले खोलिदिनुभयो... साँचो हृदयले... हामी परमेश्वरको समीप जाऔं ।"*

(हिब्रू १०:१९-२२)

यसैकारण हामीले येशू खीष्टको नाउँमा प्रार्थना गरेका हौं ।

"किनकि परमेश्वर एउटै हुनुहुन्छ, परमेश्वर र मानिसहरुका बीचमा मध्यस्थ पनि एउटै हुनुहुन्छ– मानिस, खीष्ट येशू । उहाँले सबैका छुटकाराका मोलको निम्ति आफैलाई सुम्पिदिनुभयो..." (१ तिमोथी २:५-६)

मानिसहरुलाई परमेश्वरसम्म पुग्नको निम्ति केले बाधा दिन्छ ?

परमेश्वर र पापी मानिसको बीचमा एउटै मध्यस्थ को हुनुहुन्छ ?

_____

प्रभु येशू खीष्टले के गर्नुभयो ताकि हामी उहाँद्वारा परमेश्वर को नजीक पुग्नसक्छौं ?

_____

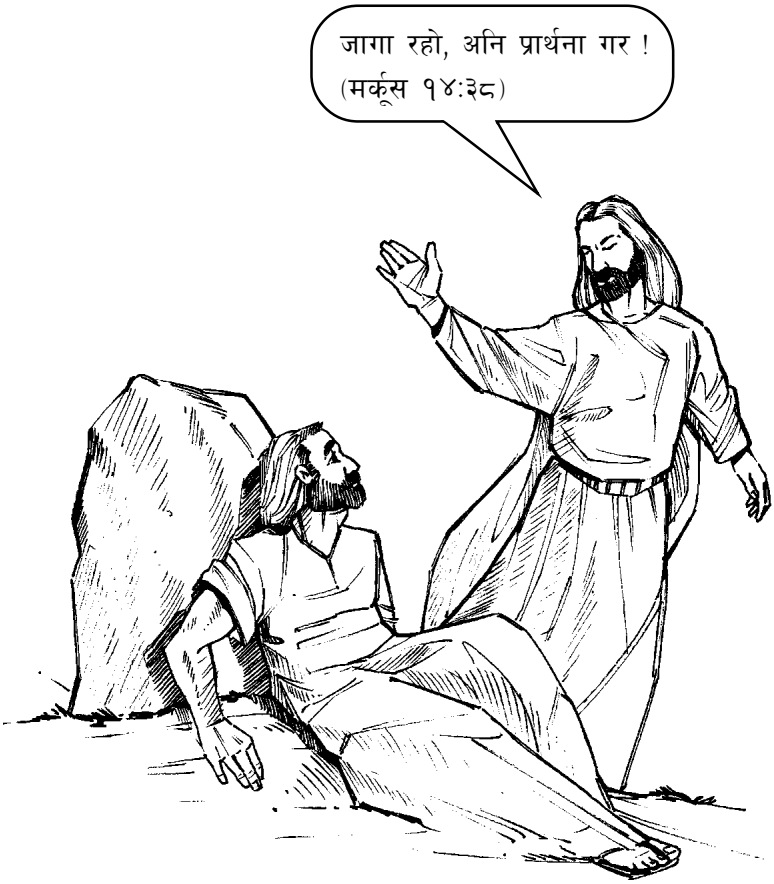
किन हामीले सन्तहरुलाई अथवा प्रेतात्माहरुलाई प्रार्थना गर्दैनौं ?

_____

हामी परमेश्वर पितालाई (मत्ती ६:६-९), पुत्र येशूको नाउँमा (यूहन्ना १४:१३, २०:३१), पवित्र आत्माको सहायताद्वारा (रोमी ८:२६-२७) प्रार्थना गर्दछौं । एउटै मध्यस्थ येशू खीष्ट हुनुहुन्छ । मरिसकेकाहरुसंग प्रार्थना गर्नलाई परमेश्वरले नै मनाही गर्नुभएको छ (व्यवस्था १८:११)।

प्रार्थना खीष्टको आज्ञा हो ।

परमेश्वरलाई प्रेम गर्ने विश्वासीले उहाँसंग बातचीत गर्न चाहन्छ । जब मानिसहरुले एकाअर्कालाई प्रेम गर्दछन्, उनीहरु आपसमा बातचीत गर्दछन् । प्रार्थनाले हामीलाई खीष्टको निम्ति जिउन सामर्थ्यवान पार्दछ ।



नयाँ विश्वासीहरुलाई प्रार्थना गर्न सिकाऔं । के तपाईले त्यसो गर्नुभएको छ ?

☐ ज्यू, गरेको छु ।

☐ म अब शुरु गर्नेछु ।

आज्ञाकारी विश्वासीले हरेक दिन एकलै प्रार्थना गरेर समय बिताउँछ । प्रभुले हामीलाई आज्ञा दिनुहुन्छः

"जब तिमी प्रार्थना गर्दछौ, तब पाखण्डीहरुजस्ता नहोओ, किनकि तिनीहरु सभाघरहरुमा र सडकहरुका कुनामा मानिसहरुले देखून् भनी खडा भएर प्रार्थना गर्न मन गर्दछन् ।... तर तिमी जब प्रार्थना गर्दछौ, आफ्नो भित्री कोठामा पस, र ढोका थुनेर गुप्तमा हुनुहुने तिम्रा पितालाई प्रार्थना गर ।"

(मत्ती ६:५-६)

किन हामी प्रार्थना गर्दछौं ?

☐ ताकि मानिसहरुको ध्यान हामीतर्फ फर्कोस् ।

☐ ताकि मानिसहरुले हामीलाई सुनून् ।

☐ परमेश्वरसंग एकलै बातचीत गर्नलाई ।

मानिसहरुले उनीहरुतर्फ हेरुन् अनि यिनीहरु कति धार्मिक रहेछन् भनेर भनून् भनीकन पाखण्डीहरुले प्रार्थना गर्दथे । अन्यजातिहरुले धेरै शब्दहरु प्रयोग गर्दथे, अनि त्यही शब्दहरु घरिघरि दोहोऱ्याइर हन्थे, ताकि उनीहरुका बहिरा ईश्वरहरुले सुनून् । हामी त्यस्ता नबनौं । (मत्ती ६:५-८)

तपाईले कुन समय व्यक्तिगत रुपमा लामो समयसम्म प्रार्थना गर्ने गर्नुहुन्छ ? तपाईले कुन समय व्यक्तिगत रुपमा लामो समयसम्म प्रार्थना गर्ने गर्नुहुन्छ ?

- ☐ बिहानै ।
- ☐ दिउँसो ।
- ☐ बेलुकी अथवा सुत्ने बेलामा ।

हरेक भोजन खानुभन्दा अघि पनि हामीले धन्यवाद दिने गर्दछौं ।

के प्रयोग गरेर हामीले प्रार्थना गर्नुपर्दछ ?

☐ हाम्रा आफ्नै शब्दहरु ।

☐ केवल कन्ठ पारिएका प्रार्थनाहरु ।

एउटा बालकले आफ्नो बाबुसंग बोलेको जस्तै गरेर प्रार्थना गर्नु सर्वोत्तम तरिका हो ।

हामीले हाम्रा परिवारहरुसंग दिनहुँ प्रार्थना गर्नुपर्दछ । हामीले हाम्रा नानीहरुलाई प्रार्थना गर्न सिकाऔं । किन हामीले हाम्रा नानीहरुलाई यसरी सिकाउँछौं ?

प्रार्थनाका विभिन्न उद्देश्यहरु छन्

"प्रभुको प्रार्थना" जो हाम्रो निम्ति नमूनाको प्रार्थना हो (मत्ती ६:९-१३), त्यसमा हामीले हाम्रा प्रार्थनाहरुमा कुन कुन विषयहरु समावेश गर्नुपर्ने हो, त्यसको रुपरेखा दिइएको छ:

१. परमेश्वरको प्रशंसा ।

"हे हाम्रा पिता, जो स्वर्गमा हुनुहुन्छ, तपाईको नाउँ पवित्र होस् ।" हामी परमेश्वरको उपस्थितिमा परमेश्वरको प्रशंसा गर्दै र उहाँलाई धन्यवाद दिँदै प्रवेश गर्दछौं ।

"दाखमद्यले नमात्तिओ, जसमा कामोद्दीपन हुन्छ, तर पवित्र आत्माले भरिपूर्ण होओ । एउटाले अर्कासंग भजन, गीत र आत्मिक गानमा बोल्दै र आफ्नो सम्पूर्ण हृदयले प्रभुको निम्ति गाउँदै र धुन निकाल्दै सधैं सबै कुराका निम्ति हाम्रा प्रभु येशूको नाउँमा परमेश्वर पितालाई धन्यवाद चढाओ ।"

(एफिसी ५:१८-२०)

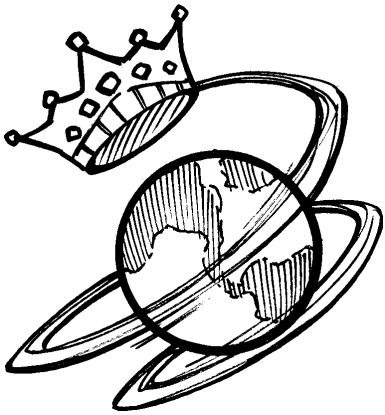
येशू ख्रीष्टकी आमा मरियमले यसरी परमेश्वरको प्रशंसा गरिन्:

"मेरो प्राणले परमप्रभुको गुणगान गर्दछ, र मेरो आत्मा मेरा मुक्तिदाता परमेश्वरमा रमाहट गर्दछ । किनकि

उहाँले आफ्नी दासीको दीनतामा कृपा(दृष्टि गर्नुभएको छ, हेर, अब उप्रान्त सबै पुस्ताले मलाई धन्यकी भन्नेछन् । किनभने उहाँ, जो शक्तिशाली हुनुहुन्छ, उहाँले मेरो निम्ति महान काम गर्नुभएको छ । उहाँको नाउँ पवित्र छ । उहाँको भय मान्नेहरुमाथि उहाँको कृपा पुस्तादेखि पुस्तासम्म रहनेछ ।" (लूका १:४६-५०)

२. पृथ्वीमा परमेश्वरको राज्य विस्तार गर्नु ।

"...तपाईको राज्य आओस् । तपाईको इच्छा स्वर्गमा जस्तो छ, त्यस्तै यस पृथ्वीमा पूरा होस्...।"



“सर्वप्रथम म आग्रह गर्दछु, कि सबै मानिसहरुका निम्ति नम्र-निवेदन, प्रार्थना र मध्यस्थ-बिन्ती र धन्यवाद चढाइऊन्, राजाहरु र सबै उच्च पदमा भएकाहरुका निम्ति पनि, ताकि हामी निर्धक्क र शान्तिपूर्ण भएर हरप्रकारले धार्मिक र आदरणीय जीवन बिताउन सकौं । हाम्रा मुक्तिदाता परमेश्वरको दृष्टिमा यो असल र ग्रहणयोग्य छ । सबै मानिसहरु मुक्ति पाऊन् र तिनीहरु सत्यको ज्ञानमा आऊन् भन्ने इच्छा उहाँ गर्नुहुन्छ ।” (१ तिमोथी २:१-४)

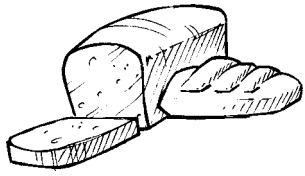
हाम्रा प्रार्थनाद्वारा परमेश्वरले आफ्नो राज्य विस्तार गर्नुहुन्छ अनि उहाँको इच्छा यस पृथ्वीमा साथै निम्न क्षेत्रहरुमा पूरा गर्नुहुन्छ :

- हाम्रो आफ्नै जीवनमा,
- हाम्रो परिवारमा,
- मण्डली र यसको सेवकाइमा,
- हराएकाहरुको उद्धारमा,
- बिरामीहरुको चंगाइमा,
- तपाईको काममा,
- सरकारमा ।

त्यसो भए प्रार्थना कति वृहत जिम्मेवारी हो

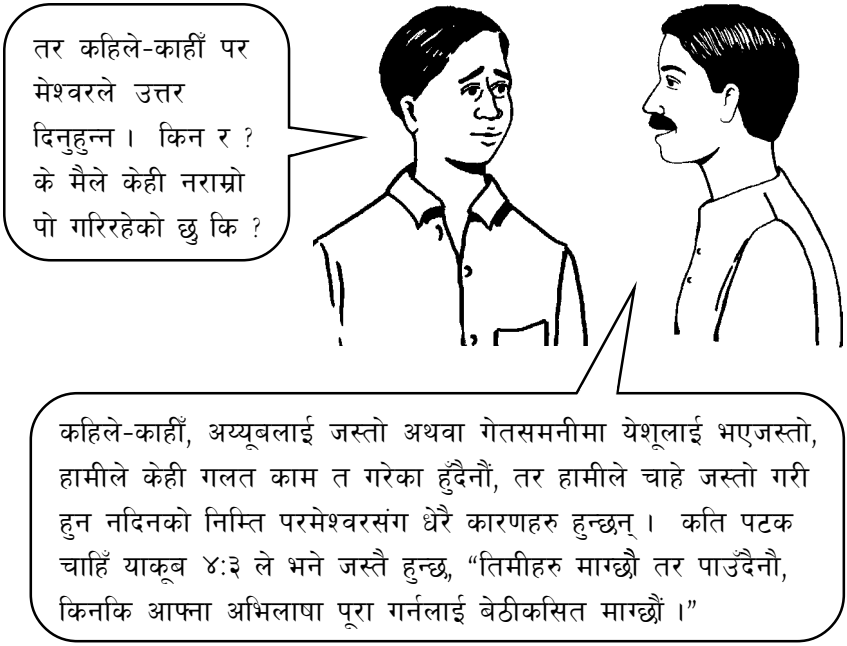
३. हामीलाई जे चाहिएको छ त्यो माग्नु ।

"हामीलाई आज हाम्रो दैनिक भोजन दिनुहोस् ।"



"अहिलेसम्म तिमीहरुले मेरो नाउँमा केही मागेका छैनौ । माग, अनि तिमीहरुले पाउनेछौ । यसरी तिनीहरुको आनन्द पूर्ण होओस् ।" (यूहन्ना १६:२४)

सधैं कुनै निर्दिष्ट विषयको निम्ति प्रार्थना गर्नोस् । पर मेश्वरले हाम्रा सबै आवश्यकताहरु पूरा गरिदिनुहुनेछ, अनि हामीलाई फलवन्त पार्नुहुनेछ ताकि हामीले अरुलाई सहयोग गर्न सकौं ।


तर कहिले-काहीँ पर मेश्वरले उत्तर दिनुहुन्न । किन र ? के मैले केही नराम्रो पो गरिरहेको छु कि ?
कहिले-काहीँ, अय्यूबलाई जस्तो अथवा गेतसमनीमा येशूलाई भएजस्तो, हामीले केही गलत काम त गरेका हुँदैनौं, तर हामीले चाहे जस्तो गरी हुन नदिनको निम्ति परमेश्वरसंग धेरै कारणहरु हुन्छन् । कति पटक चाहिँ याकूब ४:३ ले भने जस्तै हुन्छ, "तिमीहरु माग्छौ तर पाउँदैनौ, किनकि आफ्ना अभिलाषा पूरा गर्नलाई बेठीकसित माग्छौं ।"

तपाईको छिमेकीको कार दिनोस् भनी परमेश्वरसंग माग्दा हुन्छ र ।
अहँ, हुदैन । परमेश्वरले स्वार्थी र लोभी प्रार्थनाका उत्तरहरु दिनुहुन्न ।

हामीले त बडो नम्रतापूर्वक परमेश्वरको इच्छाअनुसार मागौं । हाम्रो लागि गरिदिनोस् भनी परमेश्वरलाई हुकुम दिने काम नगरौं । उहाँले पो हामीलाई हुकुम दिनुहुन्छ । उदाहरणको लागि, गेतसमनीमा, येशूले प्रार्थना गर्नुभयो (मत्ती २६:३९):

किन हामीले परमेश्वरबाट कुनै कुराको माग गर्दैनौं ?

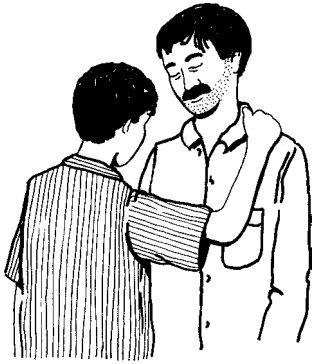
_____

_____

४. क्षमादान माग्नोस्, अनि क्षमा गर्नोस् ।

"हाम्रा अपराध क्षमा गर्नोस्, जसरी हामीले आफ्ना अपराधीहरुलाई क्षमा गरेका छौं ।"

"यदि हामीले आफ्ना पापहरु स्वीकार गऱ्यौं भने उहाँले हाम्रा पाप क्षमा गर्नुहुन्छ, र सबै अधर्मबाट हामीलाई शुद्ध पार्नुहुन्छ, किनकि उहाँ विश्वासयोग्य र धर्मी हुनुहुन्छ । यदि हामीले पाप गरेका छैनौं भनी हामी भन्छौं भने हामी उहाँलाई झूटा तुल्याउँछौं, र उहाँको वचन हामीमा हुँदैन ।" (१ यूहन्ना १:९-१०)

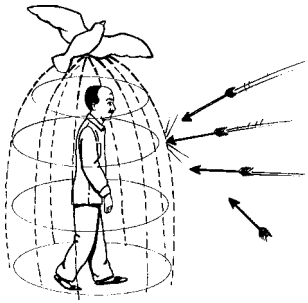


हामी आफ्ना पापहरुको निम्ति क्षमा माग्ने काम मात्र गर्दैनौं, तर हाम्रो विरुद्धमा पाप गर्नेहरुलाई पनि हामीले इमान्दारपूर्वक क्षमा गर्दछौं, अनि हामी उनीहरुको निम्ति क्षमादान मागिदिन्छौं । हाम्रा हृदयहरु नम्र पारिदिनोस् भनी हामीले कहिले-काहीँ परमेश्वरसंग प्रार्थना गर्नुपर्दछ ताकि हामी अरुलाई क्षमा गर्न सकौं ।

५. आत्मिकी सुरक्षाको लागि प्रार्थना गर्नोस् ।

"हामीलाई परीक्षामा पर्न नदिनुहोस्, तर दुष्टबाट छुटाउनोस् ।"

पापमा फँस्नदेखि बचनाउनोस्, अनि हाम्रा शत्रु शैतानबाट सुरक्षित राख्नोस् भनी हामी प्रभुसंग प्रार्थना गर्दछौं । दिनहुँ संघर्षमा जानु अघि, प्रार्थनामा हामीले परमेश्वरका आत्मिकी हात-हतियारहरु धारण गरौं । (एफिसी ६:१०-२०)



६. परमेश्वरलाई महिमा दिँदै अन्त्याउनोस् ।

"किनभने राज्य, पराक्रम र महिमा सदासर्वदा तपाईकै हुन्, आमिन् ।"

हामी परमेश्वरलाई महिमा दिँदछौं, किनकि विजय उहाँकै हो ।

प्रार्थना ईमान्दारी हुनैपर्छ

"निरन्तर प्रार्थना गरिरहो ।" (१ थिस्स. ५:१७) हामीहरुका हृदयहरु निरन्तर प्रार्थना गरिरहेको अवस्थामा रहून् । शरीरको अवस्थाले हाम्रा हृदयहरुको अवस्थालाई जनाउँछ ।

अलमलहरुलाई हटाउन, अनि केवल परमेश्वर मा ध्यान लाउन, धेरै जसो विश्वासीहरुले उनीहरुको आँखा बन्द राखेर प्रार्थना गर्दछन् ।

बाइबलमा हामी देख्तछौं कि कति मानिसहरुले परमेश्वरको उपाषना गर्न निहुरेर प्रार्थना गरे । (उत्पत्ति २४:२६)

मन्दिर अर्पण गर्दा सुलेमानले उभिएरै प्रार्थना गरे । (१ राजा ८:२२-२३)

कतिले आफैलाई नम्र तुल्याउन घुँडा टेकेर प्रार्थना गरे । (लूका २२:४१)

अति मुख्य विषयको बारेमा अन्तर्विन्ती गर्नको लागि कतिले घोप्टो परेर प्रार्थना गरे । (गन्ती २०:६)

परमेश्वरले हाम्रा शरीरको अवस्थामा होइन, तर हृदयको अवस्थामा रुची राख्नुहुन्छ ।

कुन चाहिँ बढी मुख्य हो ?

☐ शरीरको अवस्था ।

☐ आदरले भरिएको हृदय ।

सार्वजनिक प्रार्थनाहरु सुव्यवस्थित ढंगमा हुनुपर्छ

बालका झूटा अगमवक्ताहरु अलमलमा परेर चिच्याएका थिए । (१ राजा १८:२५-२९)

सार्वजनिक क्षेत्रमा प्रार्थना गर्दा व्यवस्थित ढंगमा प्रार्थना गर्न परमेश्वरले आज्ञा गर्नुहुन्छ ।
(१ कोरन्थी १४:१४-१७, ३१-३३, ४०)

प्रार्थना गर्दा र बाइबलमा मनन गर्दा परमेश्वरसित बातचीत हुन्छ ।

परमेश्वर हामीसंग बाइबलद्वारा बोल्नुहुनछ । बाइबल सबै प्रकारका अर्तीहरुको निम्ति पर्याप्त छ । (२ तिमोथी ३:१६-१७) हामीले परमेश्वरको वचनमा कति पनि थप्न सक्दैनौं । (प्रकाश २२:१८-१९)

परमेश्वर सपनाहरु, अगमवाणीहरु, अथवा सोझै हाम्रा मनहरुद्वारा भएर बोल्नसक्नुहुन्छ । तर सबै कुराहरु बाइबलले भनेकोसित मिल्नुपर्दछ । परमेश्वर आफ्नै विरोधमा बोल्नुहुन्न ।

जब तपाई परमेश्वरसंग बोलिसक्नुहुन्छ, केही लामो समयसम्म प्रार्थनाको भावमा बस्नुहोस् । तपाईका विचारहरु उहाँमा केन्द्रित गर्नुहोस् ।

परमेश्वरको बारेमा अनि उहाँले बाइबलमा के भन्नुभएको छ त्यस बारेमा मनन गर्नुहोस् । तब उहाँ तपाईसंग बोल्नसक्नुहुन्छ । उहाँलाई मन नपर्ने तपाईको जीवनमा भएको केही कुराको बारेमा उहाँले तपाईलाई सम्झाइदिनुहुन्छ

होला । अथवा उहाँले तपाईको जीवनको निम्ति उहाँको इच्छा, अथवा तपाईले उहाँको सेवा अझ राम्ररी कसरी गर्न सक्नुहुन्छ, कसैलाई गवाही दिने, अथवा कसैको आवश्यकता जान्ने र उसलाई सहायता गर्ने उपाय निकाल्ने, यीसबको ज्ञान प्रकट गरिदिनुहुन्छ होला ।

प्रायः जसो गरी, तपाईले तपाईको कानमा भन्दा हृदयमा पर मेश्वर बोल्नुभएको सुन्नुहुनेछ ।

कुन चाहिँ बढी विश्वासयोग्य छ ?

☐ एक सपना ।

☐ परमेश्वरको वचन ।

उपवास र जाग्रामसाथ गरिएको प्रार्थना अझ बढी प्रभावशाली हुनसक्छ

उपवास बस्ने अथवा रातभर "जागा" बस्ने सम्बन्धमा कुनै आज्ञा छैन । तर नयाँ करारमा उपवास बस्नु विश्वासीहरुमा चलिआएको एक साधारण चलन नै थियो । येशू ख्रीष्ट

स्वयंले पनि कम्तिमा एक पटक रातभर जाग्रम बस्नुभएको थियो (लूका ६:१२)। आफ्नो सेवकाइ शुरु गर्न अघि प्रभुले उपवास पनि बस्नुभयो (मत्ती ४:१-२)।

यदि तपाईले उपवास अथवा जाग्राम बस्दै हुनुहुन्छ भने कसैलाई नभन्नोस् ! त्यो ता देखावटी भइहाल्छ ।

प्रभु येशूले भन्नुभयो: *"तर तिमीचाहिँ उपवास बस्दा आफ्नो शिरमा तेल लगाऊ, र आफ्नो मुख धोऊ । र तिम्रो उपवास मानिसहरुले होइन, तर गुप्तमा हुनुहुने तिम्रा पिताले देखून्...।"* (मत्ती ६:१७-१८)

उपवासको सम्बन्धमा:

उपवास (खाना नखाई बस्ने) सम्बन्धमा नयाँ करारमा कुनै आज्ञा दिइएको छैन । येशू र प्रेरितहरुले कुनै गम्भीर कामहरु गर्नुपर्दा तयारीको निम्ति उपवाससहित प्रार्थना गर्दथे । (मत्ती ४:१-११, प्रेरित १३:१-३)। गलत कारणहरुको निम्ति उपवास बस्नेहरुलाई येशूले चेतावनी दिनुभयो । पवित्र

देखिनुको निम्ति मात्र उपवास बस्ने फरिसीहरुलाई उहाँले हप्काउनु भयो । अरु धर्मकाहरुले पनि विधि पूरा गरी धर्म कमाउनलाई मात्र उपवास बस्ने गर्दछन् । कति इसाईहरुले चाहिं खाना बाहेक, मनोरञ्जन, सौख, अथवा सुताइ पनि छोडेर प्रार्थना गर्न र परमेश्वर अनि उहाँको इच्छामा मनन गर्न मन पराउँछन् ।

अरु बेलाहरुमा प्रार्थना

- हरेक भोजन गर्नुअघि हामी धन्यवाद दिने गर्दछौं ।

- हामीले हाम्रा परिवारसंग प्रार्थना गर्दछौं । हामी हरेक दिन प्रार्थनाको निम्ति भेट्ने गर्दछौं । यही बेला हामीले परमेश्वरलाई प्रशंसा गर्न गीतहरु गाउन सक्छौं अनि बाइबल पढ्न सक्छौं ।

- खाना खानुअघि र परिवारसंग मिलेर गरिने प्रार्थना हामीले बिहानै एकलै गर्ने प्रार्थनाभन्दा छोटो र सरल हुनुपर्छ । हाम्रा नानीहरु थकित नपारौं ।

- अरुहरुसंग मिली जब हामी प्रभु येशू खीष्टको बारेमा साक्षी दिन बाहिर जान लाग्छौं तब प्रार्थना गरौं ।

- जब हामी बाहिर सुसमाचार प्रचारमा जान्छौं, त्यसबेला तपाईको साथीले कसैसंग गवाही दिंदैछ भने तपाईको मनमा प्रार्थना गर्नोस् ।

- हामी "निरन्तर" प्रार्थना गर्दछौं (एफिसी ६:१८)। प्रभुले ता सारा दिन नै उहाँसित हाम्रो संगति भएको चाहनुहुन्छ । हरेक क्षण नै परमेश्वरसंग बोल्ने हर प्रयास गर्नोस् । तपाईका हातहरु व्यस्त भए पनि, तपाईको मन र हृदय प्रार्थनामा परमेश्वरलाई दिनसक्नुहुन्छ । यसो गर्ने प्रयास गर्नोस् अनि तपाईले पाउनुहुने प्रतिफलसित तपाई खुशी बन्नुहुनेछ !

"सतर्क भएर धन्यवादसहित स्थिर भई प्रार्थनामा लागिरहो ।"
(कलस्सी ४:२)

तपाईले गरिरहनु भएको प्रार्थनाको अभ्यासमा के परिवर्तन ल्याउन चाहनुहुन्छ ?

जब हामी उहाँमा अर्पित हुन्छौं, परमेश्वर ले हाम्रा प्रार्थनाहरुको उत्तर दिनुहुन्छ

परमेश्वरबाट हाम्रा प्रार्थनाको उत्तर पाउनको लागि हामी उहाँको अघि साना नानीहरु हुन अनि उहाँको आज्ञा पालन गर्न जरुरी छ (यूहन्ना १५:७, १ यूहन्ना ३:२१-२२)। बाइबलले के भन्छ हामीले त्यही पालन गरेको उहाँ चाहनुहुन्छ । उहाँप्रति भएको कुनै पनि अनाज्ञाकारिता प्रार्थनाको उत्तर हुनमा बाधा पुऱ्याउने कारण हुनसक्छ । (१ पत्रुस ३:१२)

पाँच कुराहरुले हाम्रो प्रार्थना सुनाइमा बाधा ल्याउनसक्छन् भनेर बाइबलले बताउँछ:

- परमेश्वरले हामी मिलाप गराउनेहरु भएको चाहनुहुन्छ भन्ने कुरा हाम्रो हृदयमा जान्दा जान्दै यदि हामीले कसैलाई क्षमा दिन अथवा मिलाप गर्न चाहदैनौं भने हाम्रो प्रार्थना सुनाइमा बाधा आउँछ । (मत्ती ५:२३,२४, मर्कूस ११:२५)

- घमण्ड अथवा स्वार्थीपनमा केही कुरो परमेश्वरसंग माग्यौं भने पनि हाम्रो प्रार्थना सुनाइमा बाधा आउँछ । (याकूब ४:३, १ यूहन्ना ५:१४-१५)

- विश्वासरहित, परमेश्वरमा भरोसा नगरी, अथवा शंका गर्दै माग्यौं भने हाम्रो प्रार्थना सुनाइमा बाधा आउँछ। (मर्कूस ११:२३-२४, याकूब १:६-७)

- हाम्रा पति वा पत्नीलाई वास्ता अथवा आदर नगरी प्रार्थना गर्दा हाम्रो प्रार्थना सुनाइमा बाधा आउँछ। (१ पत्रुस ३:७)

- हाम्रो छिमेकीसंग मिलेर बस्न नसक्दा हाम्रो प्रार्थना सुनाइमा बाधा आउँछ। (मत्ती ६:२३-२४)

यदि हामीले पाप गऱ्यौं, अनि हामीले गलत गरेछौं भन्ने महसूस गर्ने बित्तिकै हामीले स्वीकार गरिहाल्नु पर्दछ। जब हामीले हाम्रा पापहरु मानिलिन्छौं, अनि हामी साँच्चै पश्चातापी बन्दछौं, परमेश्वरले हामीलाई क्षमा दिनुहुन्छ। (१ यूहन्ना १:९)

प्रार्थना सरल हुनैपर्छ

हामीले एक आज्ञाकारी बालकको नम्रतामा भएर प्रार्थना गर्नुपर्दछ। हाम्रो प्रार्थनाको उत्तर कसरी दिनुपर्छ भनी हामीले परमेश्वरलाई भन्नुपर्दैन। यो हामीले उहाँमा छोडिदिनु पर्दछ।

उत्तर हामीले सोंचेजस्तो, अथवा तुरन्तै नहुन सक्छ। पर मेश्वर हाम्रो सृष्टिकर्ता हुनुहुन्छ, अनि हामीलेभन्दा राम्ररी उहाँले हाम्रो बारेमा जान्नुहुन्छ। उहाँले सर्वोत्तम रुपमा हामीलाई उत्तर दिनुहुन्छ।

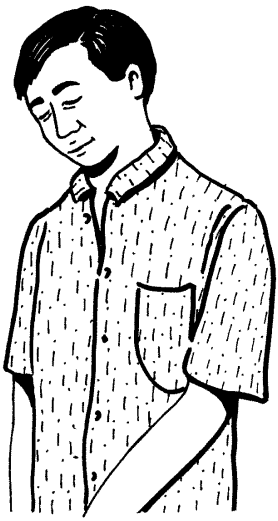
यदि परमेश्वरले कुनै प्रार्थनाको उत्तर दिनुहुन्न, तर तपाईलाई विश्वास छ कि यो उहाँकै इच्छा हो भने, धैर्यसाथ प्रार्थनामा लागिरहनु होस्। येशू ख्रीष्टले हामीलाई प्रार्थना खुरन्धार लागिरहन आज्ञा गर्नुभएको छ (लूका १८:१-८)। उहाँले तपाईको प्रार्थनाको उत्तर केही समयपछि दिनुहुन्छ, अथवा अझ राम्रो उत्तर दिनुहुन्छ। यदि होइन भने, तपाईले जे माग्नुभयो, त्यो उहाँको इच्छा अनुसार नभएको हुनसक्छ। परमेश्वरले हामीलाई त्यो उहाँको इच्छाअनुसार भएन भनी देखाउनु भए पछि हामीले मागिरहने काम गरिरहनु हुन्न।

हरेक पटक प्रार्थना गर्नुहुँदा राम्रो अनुभव गर्ने आशा नगर्नोस्। अनुभवहरु मुख्य छैनन्, प्रार्थनामा भावनाको स्थान हुँदैन। प्रार्थनाको लागि त विश्वास पो चाहिन्छ। हामी परमेश्वरमा भरोसा गर्दछौं अनि उहाँले हाम्रो प्रार्थनाको उत्तर दिनुहुन्छ भनी हामी निर्धक्क बन्दछौं। तपाईले कस्तो अनुभव गर्नुहुन्छ, त्यसप्रति ध्यान नदिनु होस्।

हामी सजिलै बरालिन सक्छौं । जब यसो हुन्छ, परमेश्वरमा ध्यान लाउनु होस् । "माथिका कुराहरुमा" विचार गर्नको निम्ति आफैलाई अनुशासित पार्नोस् । (कलस्सी ३:१-२०)

प्रार्थना आत्मीय र व्यक्तिगत हुन्छ

जब तपाई प्रार्थना गर्नुहुन्छ, याद गर्नोस् कि परमेश्वर त्यहीँ, अर्थात तपाईकै छेऊमा हुनुहुन्छ । तपाईले उहाँलाई देख्नसक्नुहुन्न, तर उहाँ कोठामा तपाईसंगै हुनुहुन्छ भनी तपाई निश्चित बन्नसक्नुहुन्छ । उहाँले सुनिरहनुभएको छ भनी जब तपाईले याद गर्नुहुन्छ, प्रार्थना गर्न सजिलो हुन्छ ।



येशू खीष्टले तपाईलाई प्रार्थना गर्न आव्हान गर्नुहुनछ। पर मेश्वरले तपाईसित संगति गर्न चाहनुहुन्छ। तपाईको प्रार्थना उहाँको निम्ति बहुमूल्य छ।

तपाईले उहाँलाई आत्मा र सत्यतामा उपाषना गरेको उहाँ चाहनुहुन्छ। तब भोक र तिर्खासहित, उहाँलाई झन झन बढी जान्ने र प्रेम गर्ने साँचो इच्छा राखेर उहाँलाई खोज्नुहोस्।

अति मुख्यः

कसरी प्रार्थना गर्नु भनेर जान्नु र साँच्चै प्रार्थना गर्नु भिन्दा भिन्दै कुराहरु हुन्। येशू खीष्टले ता हामीले बढो एकाग्रचित्त भएर प्रार्थना गरेको चाहनुहुन्छ। उहाँ भन्नुहुन्छः "प्रार्थना गर" अनि हामी पालन गर्दछौं।

हामी यो वचनलाई व्यवहारमा ल्याउने छौं। (याकूब १:२२) मुख्य कुरा त यही हो। हाम्रा प्रार्थनाका उत्तरमा परमेश्वरले महान कामहरु गर्नुहुनेछ। हामीले दिनहुँ प्रार्थना गर्ने बानी बसालौं।

यो अध्ययनको पुनरावलोकनको निम्ति, मत्ती ५:५-१५ पढ्नोस् अनि मनन गर्नोस् ।

☐ यसो गरिसकेपछि, यहाँ चिन्ह लाउनोस् ।

प्रार्थनासम्बन्धी अरु बढी बाइबलीय उदाहरणहरु

- भजन ८, ३१, ५१, ८४, १३९
- दानिएल ९:१-१९
- प्रभु: मत्ती २६:३६-४२, यूहन्ना १७
- प्रेरितहरुको समयमा मण्डली: प्रेरित ४:२३-३१
- स्वर्गमा: प्रकाश ५

सारांश जाँच

१. के तपाईले हरेक दिन प्रभु येशू ख्रीष्टको नाउँमा प्रार्थना गर्नुहुन्छ ?

☐ ज्यू, गर्दछु ।

☐ अहँ, गरेको छैनँ । तर अब म शुरु गर्नेछु । मेरो हृदयमा यो इच्छा राखिदिनु होस् भनी म परमेश्वर संग प्रार्थना गर्नेछु ।

२. तपाईको देशमा शासन गर्नेहरुको निम्ति तपाईले प्रार्थना गर्नुहुन्छ ?

☐ ज्यू, गर्दछु ।

☐ अहँ, गरेको छैनँ । परमेश्वर को सहयोगमा अब म शुरु गर्नेछु ।

३. के तपाई नबाँचेका आत्माहरुको निम्ति प्रार्थना गर्नुहुन्छ ?

☐ ज्यू, गर्दछु ।

☐ अहँ, तर अब शुरु गर्नेछु

४. के तपाईले आफ्नो प्रार्थनामा परमेश्वरको प्रशंसा गर्नुहुन्छ ?

☐ ज्यू, गर्दछु ।

☐ अहँ, तर अब शुरु गर्नेछु ।

५. के तपाईले खानाको निम्ति, अनि अरु आशिषहरुको निम्ति परमेश्वरलाई धन्यवाद दिनुहुन्छ ?

☐ ज्यू, गर्दछु ।

☐ अहँ, तर अब म शुरु गर्नेछु ।

तपाईले हाल परमेश्वरसंग मागिरहनु भएका केही कुराहरु लेख्नुहोस् ।

_____

_____

_____

६ महिना पछि, यी सूचीहरु फेरि पढ्नोस् । परमेश्वरले कसरी ती प्रार्थनाका उत्तरहरु दिनुभयो सो देख्दा तपाई छक्क पर्नुहुनेछ अनि आनन्दित बन्नुहुनेछ ।

अभ्यासको काम

- मत्ती ६:५-१३ मा प्रभु येशूले हामीलाई दिनुभएको नमूना अनुसार, केही समयको लागि भए पनि (मत्ती २६:४०), दिनहुँ प्रार्थना गर्नोस् ।

- मत्ती ६:९-१३ को नमूनाअनुसार तपाईको मण्डलीका विश्वासीहरुलाई दिनहुँ प्रार्थना गर्न सिकाउनु होस् । शुरु गर्न सहयोग गर्नको निम्ति उनीहरुसित प्रार्थना गर्नोस् । (यदि कसैले प्रार्थना गर्न जान्दैन भने, तपाईको पछि पछि तपाईले सिकाउनु भएको प्रार्थना उसले अलि अलि गरेर दोहोऱ्याओस् ।)

- यूहन्ना १६:२४ कन्ठ पार्नोस्:
  "अहिलेसम्म तिमीहरुले मेरो नाउँमा केही मागेका छैनौ । माग, अनि तिमीहरुले पाउनेछौ । यसरी तिमीहरुको आनन्द पूर्ण होओस् ।"

- जुन जुन प्रार्थनाको उत्तर परमेश्वरले दिनुभएको छ, त्यसको बारेमा सदस्यहरुलाई जानकारी दिनुहोस, ताकि उनीहरु अन्तर्विन्तीको निम्ति अझ उत्साहित बनून् ।

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

013NP01A-01