तिम्रो हरेक
दिनको
जीवनमा
परमेश्वरलाई
जानेर
अगाडि
बढ्नु

परिचयः

जीवन एउटा यात्रा हो। परमेश्वरले तपाईंलाई प्रेम गर्नुहुन्छ, र तपाईंको यात्रामा सफलता प्राप्त गरेको चाहना राख्नुहुन्छ। तपाईं सहित हरेक व्यक्तिले जीवनमा प्राप्त गर्ने सफलतामा चाहे तिनीहरूले तिनीहरूको जीवनमा परमेश्वरको अचम्मको उद्देश्यको निम्ति पूरा गर्छन्, कि गर्दैनन् भन्ने हो। तपाईंले छानेको मार्गमा भर परेर, सधैं उहाँले प्रदान गर्ने प्रशस्त आशिषलाई उहाँको अनन्त राज्यमा अन्त गर्न सक्नुहुन्छ, वा कहिल्यै पनि अन्त नहुने सपनामा जीउनुहुन्छ। तपाईंले चम्किलो मार्ग पछ्याउनको लागि परमेश्वरको उद्देश्य पत्ता लगाएर पूरा गर्नको लागि हरेक दिन अझ बढी रूपमा बढ्नुपर्ने हुन्छ। तपाईंलाई यो सिकाइको निर्देशिकाले तपाईंले गर्ने कार्यमा योजना गर्न सहायता गर्दछ।

प्रत्येक पाठका तीनवटा भागहरू छन्: १) बाइबलमा ध्यान, २) आधारभूत प्रश्नहरू, र ३) पदलाई कण्ठस्त गर्नुपर्ने। बाइबलमा गरिने ध्यानले तपाईंलाई परमेश्वरको वचनको सत्यतालाई जानेर बढ्नको लागि मद्दत गर्नेछ। यी आधारभूत प्रश्नहरूले तपाईं लाई सत्यतामा जीउनको लागि मद्दत गर्नेछ। बाइबलको पद कण्ठस्त गर्नाले तपाईंको हृदयमा भएको सत्यतालाई लुकाउनको लागि मद्दत गर्नेछ।

यस अध्ययनको निर्देशिकाले तपाईका सबै समस्याहरूको जरालाई जानेर बढ्नको लागि तपाईंलाई मद्दत गर्नेछ, जसले तपाईं को शत्रुलाई कसरी हराउने भन्ने, र तपाईंका समस्याहरूलाई समाधान गर्नलाई निर्देशन गर्नेछ। तपाईं परमेश्वरलाई जान्नको निम्ति बढ्नुहुनेछ, र तपाईंको जीवनमा त्यो उद्देश्यलाई कसरी पूरा गर्नुहुनेछ।

प्रार्थनासहित हरेक पाठलाई सुरु गर्नुहोस्। तपाईंको आफ्नै शब्दमा यस उत्तरलाई लेख्नुहोस्। तपाईंलाई प्रकट भएको सत्य तामा जीउनको लागि तपाईंलाई परमेश्वरले गर्ने सहायताको निम्ति माग्नुहोस्। जसै तपाईं उहाँलाई जान्नको तिम्ति बढ्नुहुन्छ, तपाईंलाई परमेश्वरले आशिष् दिनुभएको होस्।

पाठ १
पापको समस्या

बाइबलमा ध्यानः पहिला प्रश्नहरू पढ्नुहोस्, तब बाइबल बढ्नुहोस् । यसमा ध्यान गर्नुहोस् र परमेश्वरले के कुरा भनिरहनु भएको छ । तपाईंले ध्यान गरेको समयमा तपाईंलाई प्रकट भएको कुरालाई दिइएका प्रश्नहरूको उत्तर आफ्नै शब्दमा लेख्नुहोस्।

१. पाप के हो ? १ यूहन्ना ३:४, याकूब ४:१७, रोमी १४:२३ख

२. मत्ती १५:१९ अनुसार, पाप कहाँबाट आएको छ ?

३. पापले के कुरा दिँदछ ? याकूब १:१४-१७, रोमी ६:२३क

४. पापले परमेश्वरसँगको हाम्रो सम्बन्धमा कस्तो कार्य गर्दछ ? यशैया ५९:२

५. पापको दोषी को हुन्छ ? रोमी ३:२३

६. तिनीहरू जसले पापको बारेमा केही कुरा पनि गर्दैनन्, तिनीहरूलाई परमेश्वरले के गर्नुहुनेछ ? हितोपदेश १०:२९ख

आधारभूत प्रश्नहरूः तपाईंले परमेश्वरको सत्यतालाई जानेर उहँमा जिउँदाखेरि ध्यान गर्ने समयमा तपाईंलाई प्रकट भएको अन्तर्ज्ञानले तपाईंलाई मद्दत गर्ने ।

१. के तपाईंले पाप गर्नुभएको छ भनेर महसुस गर्नुहुन्छ ? हो......होइन..... यदि होइन भने, अहिले नै परमेश्वरलाई तपाईंको पाप देखाउनलाई भन्नुहोस्, र ताकि तपाईंले पश्चात्ताप गर्नुभएको होस् ।

२. तपाईंमा भएका के कस्ता आचरणहरूले तपाईंलाई पाप गर्ने बनाउँदछ ?

३. तपाईंमा भएको के कस्ता समस्याहरूले तपाईंलाई पाप गर्ने बनाउँदछ ?

४. पापको बारेमा परमेश्वरको वचन बाइबले तपाईंलाई भनेको कुरा के तपाईं गर्नलाई तयार हुनुहुन्छ ?
हो.....होइन.....
यदि होइन भने, परमेश्वरमा अहिले नै प्रार्थना गरेर उहाँले तपाईंलाई पश्चात्तापी हृदय दिनको लागि माग्नुहोस् ।

कण्ठस्त गर्नुपर्नेः **रोमी ३:२३** लाई कण्ठस्त गरेर तपाईंको हृदयमा परमेश्वरको सत्यतालाई लुकाउनुहोस् ।

क = पदको पहिलो भाग
ख = पदको दोस्रो भाग

पाप हरेक समस्याको कारण हो

पाठ २
मुक्तिको समाधान

बाइबलमा ध्यान: पहिला प्रश्नहरू पढ्नुहोस्, तब बाइबल बढ्नुहोस् । यसमा ध्यान गर्नुहोस् र परमेश्वरले के कुरा भनिरहनु भएको छ । तपाईंले ध्यान गरेको समयमा तपाईंलाई प्रकट भएको कुरालाई दिइएका प्रश्नहरूको उत्तर आफ्नै शब्दमा लेख्नुहोस् ।

१. हाम्रो पापको कारणले गर्दा परमेश्वरले के गर्नुभयो ?

२. किन परमेश्वरले हाम्रो निम्ति मर्नलाई येशूलाई पठाउनुभयो ? यूहन्ना ३:१६

३. जब येशू मर्नुभयो, तब उहाँले हाम्रा पापको निम्ति के कुरा प्रदान गर्नुभयो ? एफिसी १:७

४. के परमेश्वरले मानिसलाई पाप क्षमा पाउनको निम्ति कुनै अन्य उपायहरू प्रदान गर्नुभएको छ ? प्रेरित ४:१२

५. पश्चात्ताप बाहेक एकजना व्यक्तिलाई विश्वासमा परिवर्तन गर्नको निम्ति कस्ता खालका दुईवटा चिजहरू हुनुपर्ने हुन्छ ? रोमी १०:९-१०

६. यदि उहाँ हाम्रो प्रभु हुनुहुन्छ भने, हामीले इच्छुक भएको गर्नुपर्ने कुरा के हो भनेर येशूले भन्नुभयो ? लूका १४:२६-२७, ३३, मत्ती १०:३७-३९

७. जब येशू हाम्रो लागि प्रभु र मुक्तिदाता बन्नुभयो, तब हामीलाई के हुन्छ ? २ कोरिन्थी ५:१७

८. परमेश्वरले हामीलाई के दिनुहुन्छ, ताकि हामी उहाँको निम्ति जीउन सक्छौं ? लूका ११:१३

९. हामी येशू खीष्टमा नयाँ व्यक्ति भएर कसरी जीउन सक्छौं ? गलाती २:२०, ५:२४-२५

१०. कसरी हामीले आत्माको पूर्ण शक्तिलाई प्राप्त गर्न सक्छौं, ताकि हामी आत्मामा हिँड्न सकौं ?

११. परमेश्वरको मुक्ति प्राप्त गरिसकेपछि, "परमेश्वरलाई जानेर बढ्नको निम्ति र पापमाथि विजय प्राप्त गर्नको निम्ति हामीले निरन्तर रूपमा के गर्नुपर्छ ? गलाती ५:१६-१८, १ यूहन्ना ५:१-३, रोमी ६:१७-१८

१२. हामीले पापको पश्चात्ताप गरेका छौं, र येशूलाई हाम्रो प्रभु र मुक्तिदाताको रूपमा प्राप्त गरेको छौं भने, यसलाई कस्तो खालको शारीरिक कार्यले देखाउँदछ ?

आधारभूत प्रश्नहरू: तपाईंले ध्यान गर्ने समयमा तपाईंमा प्रकट भएको सत्यतामा जीउँदा परमेश्वरलाई जानेर बढ्न लाई सहायता गर्ने ।

१. के परमेश्वरले प्रेम गर्नुहुन्छ भन्ने कुरामा के तपाईंले विश्वास गर्नुहुन्छ, किनकि येशू तपाईंको निम्ति मर्नुभयो, र येशू खीष्टद्वारा मात्र हामीले पापको क्षमा पाउन सक्छौं ? हो.....होइन..... यदि होइन भने, अहिले नै परमेश्वरमा प्रार्थना गरेर सोध्नुहोस्, कि उहाँको प्रेमको सत्यता र मुक्तिलाई तपाईंमा वास्तविक बनाउनुहुन्छ ।

२. के तपाईंलाई येशू खीष्टले तपाईंको हृदयमा दिनुभएको तपाईंका पापहरूको पश्चात्ताप गर्नुभएको छ, र खुल्ला रुपमा तपाईंले चिन्ने मानिसहरूसँग पश्चात्ताप गर्नुहुन्छ, ताकि उहाँ तपाईंको प्रभु र मुक्तिदाता हुनुहुन्छ? हो....होइन... यदि होइन भने तपाईंको हृदयबाट यस्तो खालको प्रार्थना गर्नुहोस्, कसैलाई येशू तपाईंको प्रभु र मुक्तिदाता भन्नुहोस्:

"पिता तपाईंले येशूमा देखाउनुभएको तपाईंलाई गर्ने प्रेमको निम्ति धन्यवाद छ। मलाई तपाईंको खाँचो छ। म शैतानबाट र यस संसारका चिजविजहरूबाट फर्कन्छु। मैले मेरो हृदयलाई खोलेर मेरो पापहरूको पश्चात्ताप गर्दछु। येशू तपाईं मेरा पापहरूको लागि मर्नुभयो, र फेरी बौरी उठ्नुभयो भन्ने कुरामा म विश्वास गर्दछु। मेरो हृदयमा आउनुहोस्, र मेरो आत्मालाई बचाउनुहोस्। मेरो जीवनलाई नियन्त्रण गर्नुहोस्, र मेरो प्रभु र मुक्तिदाता हुनुहोस्। तपाईंको पवित्र आत्माले मलाई भर्नुहोस्, ताकि म तपाईंको निम्ति जीउन सकूँ। मेरो प्रार्थना सुन्नुभएको लागि धन्यवाद, येशूको नाउँमा, आमेन"।

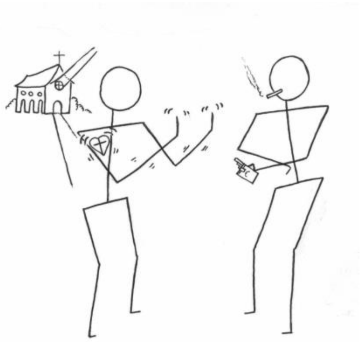
१. के तपाईंले आफैलाई, आफ्नो सम्बन्धपनलाई, तपाईंको लक्ष्य र चाहनाहरूलाई अगाडि बढाउनुभएको छ, र के येशू को प्रभुत्वमा तपाईंका सम्पत्तिहरू रहन्छन् ? हो.....होइन..... यदि होइन भने, अहिले नै प्रार्थना गर्नुहोस्, र परमेश्वरमा भएका सबै चिज दिनुहोस्। उहाँको सेवाको निम्ति यसलाई प्रयोग गर्न उहाँले ज्ञान दिनुभएको होस् भनेर माग्नुहोस्।

२. के तपाईंले परमेश्वरमा पवित्र आत्माले भरिदिनुभएको होस् भनेर माग्नुभएको छ, ताकि तपाईं दैनिक रूपमा परमेवरको वचनको आज्ञाकारीतामा जीउन सक्नुभएको होस् ? हो.....होइन.... यदि होइन भने, परमेश्वरले तपाईंलाई पवित्र आत्माले भर्नको लागि र तपाईंलाई आज्ञाकारी हृदय दिनको लागि अहिले नै माग्नुहोस्।

३. के तपाईंले पानीको बप्तिस्मा लिएर येशूमा आज्ञाकारी हुनुभएको छ ? हो.....होइन.....यदि होइन भने, अहिले नै यो निर्णय गर्नुहोस्, कि तपाईंले जति सके चाडो पानीको बप्तिस्मा लिनुहुनेछ।

कण्ठस्त गर्नुपर्नेः **यूहन्ना ३:१६** लाई कण्ठस्त गरेर तपाईंको हृदयमा परमेश्वरको सत्यतालाई लुकाउनुहोस्।

हामीले उहाँको निम्ति जीउनको लागि उहाँलाई सबै चिज दिनुपर्छ।



पाठ ३
उद्देश्य
(अनन्त जीवन)

बाइबलमा ध्यानः पहिला प्रश्नहरू पढ्नुहोस्, तब बाइबल बढ्नुहोस् । यसमा ध्यान गर्नुहोस् र परमेश्वरले के कुरा भनिरहनु भएको छ । तपाईंले ध्यान गरेको समयमा तपाईंलाई प्रकट भएको कुरालाई दिइएका प्रश्नहरूको उत्तर आफ्नै शब्दमा लेख्नुहोस् ।

१. अनन्त जीवन के हो ? यूहन्ना १७:३

२. परमेश्वर को हुनुहुन्छ ? यशैया ४६:९, भजनसंग्रह ९०:२, यशैया ५७:१५

३. कसरी परमेश्वर आफै हामीमा प्रकट हुनुभएको छ ? हिब्रू १:१-२; कलस्सी १:१३-१६; यूहन्ना १:१-४,९,१४; भजन संग्रह १९:१-३ ।

४. के येशू परमेश्वर हुनुहुन्छ ? यशैया ९:६, हिब्रू १:८, यूहन्ना २०:२८

५. परमेश्वर स्वर्गमा गइसक्नुभएपछि उहाँले आफैलाई प्रकट गर्नुहुन्थ्यो भनेर कसरी येशूले भन्नुभयो ? यूहन्ना ४:२४; १४:१६-१७; १६:७-११

६. परमेश्वरका १३ वटा मुख्य विशेषताहरू के के हुन् ?

क. यर्मिया २३:२३-२४

ख. अयूब ४२:२

ग. १ यूहन्ना ३:२०

घ. १ यूहन्ना ४:१६

ङ १ यूहन्ना १:५

च. यशैया ६:३

छ. भजनसंग्रह १०३:८

झ. १ तिमोथी १:१७

ञ. २ तिमोथी २:१३

ट. दानिएल ९:१४

ठ. यशैया ४५:२१

ङ. रोमी ८:३३

७. मानव जातिको निम्ति परमेश्वरको चाहना के हो ? २ पत्रुस ३:९

८. किन परमेश्वरले मानिसहरूले पश्चात्ताप गरेको चाहनुहुन्छ ? १ यूहन्ना १:२-३

९. परमेश्वरले तिम्रो जीवनमा के कुरा गरेको चाहनुहुन्छ, जसै तपाईंको संगति उहाँसँग हुन्छ ? २ तिमोथी १:९

१०. हाम्रो जीवनमा परमेश्वरको उद्देश्य पूरा गर्न र पत्ता लगाउनको निम्ति हामीले के गर्नुपर्ने हुन्छ ?
फिलिप्पी २:१२-१३, हिब्रू ५:९

आधारभूत प्रश्नहरू: तपाईंले ध्यान गर्ने समयमा तपाईंमा प्रकट भएको सत्यतामा जीउँदा परमेश्वरलाई जानेर बढ्न लाई सहायता गर्ने ।

१. के तपाईंले परमेश्वरलाई जान्न खोजीरहनुभएको छ र येशू ख्रीष्टलाई उहाँले पठाउनुभयो ? हो.....होइन..... यदि होइन भने, उहाँलाई तपाईंले जान्ने चाहना गर्दा तपाईंको मद्दतको लागि परमेश्वरमा माग्नुहोस् ।

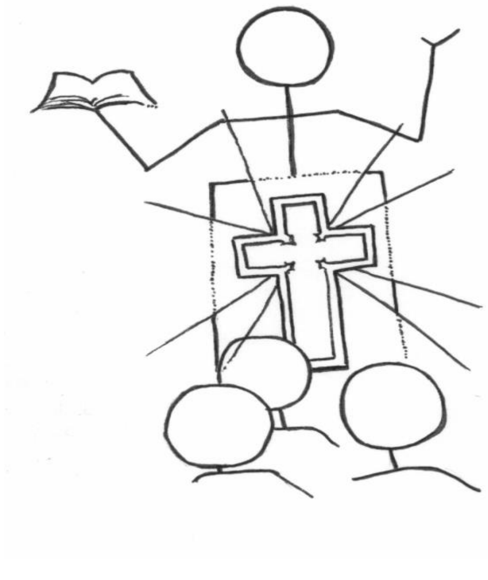
२. के तपाईंले साँचो विश्वास गर्नुहुन्छ, कि बाइबलले भनेअनुसारकै परमेश्वर उहाँ हुनुहुन्छ ? हो.....होइन..... यदि होइन भने, तपाईंको अविश्वासलाई पश्चात्ताप गर्नुहोस्, र तपाईंलाई विश्वास दिइएको होस् भनेर परमेश्वरमा माग्नु होस् किनकि उहाँ बाइबले जस्तो भनेको छ, त्यस्तै हुनुहुन्छ ।

३. के तपाईं परमेश्वरसँगको संगतिमा जीउनलाई खोजिरहनुभएको छ ? हो.....होइन.....यदि होइन भने, आज नै सुरु गर्नुहोस् ।

४. के तपाईंका सारा हृदयले तपाईंको जीवनमा परमेश्वरको उद्देश्य र चाहना पूरा गरेको के तपाईंले इच्छा गर्नुहुन्छ ? हो.....होइन..... यदि होइन भने, अहिले नै यसो गर्नलाई निर्णय गर्नुहोस् ।

५. के तपाईंले उहाँको आज्ञाकारीतामा जीउने कार्यलाई खोजिरहनुभएको छ, जसमा ख्रीष्टले तपाईंलाई त्यो गर्नको लागि आज्ञा गरिरहनुभएको छ ? हो.....होइन.....यदि होइन भने, अहिले नै तपाईंलाई आज्ञाकारीतामा ठीक हृदय दिन परमेश्वरमा माग्नुहोस् ।

कण्ठस्त गर्नुपर्ने: **यूहन्ना १७:३** लाई तपाईंको हृदयमा कण्ठस्त गरेर परमेश्वरको सत्यतालाई लुकाउनुहोस् ।



हाम्रो जीवनमा परमेश्वरको
उद्देश्यलाई पूरा गर्नको निम्ति
हामी जीउनुपर्ने खाँचो हुन्छ ।

पाठ ४
हाम्रो शत्रु
(आत्मिक लडाइँ)

बाइबलमा ध्यानः पहिला प्रश्नहरू पढ्नुहोस्, तब बाइबल बढ्नुहोस् । यसमा ध्यान गर्नुहोस् र परमेश्वरले के कुरा भनिरहनु भएको छ । तपाईंले ध्यान गरेको समयमा तपाईंलाई प्रकट भएको कुरालाई दिइएका प्रश्नहरूको उत्तर आफ्नै शब्दमा लेख्नुहोस् ।

१. कसले तपाईंलाई नास गर्ने चाहना राख्दछ ? १ पत्रुस ५:८

२. हामीलाई नास गर्नको निम्ति शैतानसँग कसले कार्य गर्छ ? एफिसी ६:१२

३. कसरी दुष्टले हामीलाई परमेश्वरमा अनाज्ञाकारी बन्न परीक्षामा पार्दछ ? उत्पत्ति ३:१-६,१३; लूका ४:१-१३

४. कसरी परमेश्वरले हामीलाई परीक्षामा पर्नको लागि अनुमति दिनुहुन्छ ? १ पत्रुस १:६-७, रोमी ५:३-५

५. कसरी हामी शैतानको परीक्षाहरूमाथि विजय प्राप्त गर्न सक्षम छौं ? १ कोरिन्थी १०:१३

६. परमेश्वरले हामीलाई प्रदान गर्नुभएको भाग्ने मार्ग के हो ?
मत्ती २६:४१; एफिसी ६:१०-११

७. हाम्रा आत्मिक हातहतियारका ८ वटा भागहरू के-के हुन् ? एफिसी ६:१३-१८

क.	ख.
ग.	घ.
ङ.	च.
छ.	ज

८. शैतानलाई हराउनको निम्ति परमेश्वरका कस्ता खालका हातहतियारले हामीलाई सक्षम बनाउँदछ ? २ कोरिन्थी १०:३-६

९. कसरी हामी शैतानलाई हराउनको निम्ति सक्षम हुन्छौं ? १ यूहन्ना ४:४

१०. पापको प्रभावमाथि विजय प्राप्त गर्नको लागि एकजना व्यक्तिले कस्ता खालका ४ वटा चिजहरू गर्नुपर्छ, जब कसैले परीक्षामाथि विजयी पाएका हुन्छन् ? मर्कूस १६:१७; याकूब ५:१६; १ यूहन्ना १:९; १७:३-४; लूका ६:२-५

आधारभूत प्रश्नहरूः तपाईंले ध्यान गर्ने समयमा तपाईंमा प्रकट भएको सत्यतामा जीउँदा परमेश्वरलाई जानेर बढ्न लाई सहायता गर्ने ।

१. के तपाईंले यो महसुस गर्नुहुन्छ, कि परमेश्वरले होइन, तर शैतान, मानिस वा परिस्थितिहरू पनि तपाईंका शत्रु हुन सक्छन् ? हो.....होइन.....यदि होइन भने, आजको दिनमा यसमा विश्वास गर्न र तपाईंको हृदयलाई प्राप्त गर्नलाई

मिलाउनुहोस् ।

२. तपाईंको परीक्षाको सबभन्दा ठूला क्षेत्रहरू के-के हो ?

तपाईंलाई शक्ति, ज्ञान र उत्साह दिएर तपाईंको हृदय र दिमागलाई शुद्ध पार्नको लागि परमेश्वरमा माग्नुहोस्, ताकि यी क्षेत्रहरूमा तपाईंले विजय प्राप्त गर्न सक्नुहुन्छ ।

३. के तपाईंले तपाईंको आत्मिक हात-हतियारलाई दैनिक रूपमा जाँच गर्नुहुन्छ, ताकि तपाईंले शैतानमाथि विजय प्राप्त गर्ने खाँचोमा जिउँदा तपाईंमा भएका कुरामा निश्चित बन्न सक्नुहुन्छ ? हो.....होइन.....यदि होइन भने, अहिले नै यसलाई गर्न सुरु गर्नुहोस् ।

४. के तपाईंले तपाईंको हृदयमा भएका हरेक विचार र चाहनालाई तपाईंको जीवनको निम्ति परमेश्वरसँगको चाहना सँगको रेखामा ल्याउनलाई खोजीरहनुभएको छ ? हो.....होइन.....यदि होइन भने, अहिले नै यसो गर्नलाई खोज्नुहोस् ।

५. परमेश्वरको वचनले यसो गर्नु भनेका कुराहरूलाई के तपाईंले गर्नुभएको छ, कि त्यसमा तपाईंको जीवनको पाप र अरूहरूको जीवनको पापलाई पनि सामना गरिन्छ ?हो.....होइन.....यदि होइन भने, आज नै यसो गर्नलाई सुरु गर्नुहोस्

कण्ठस्त गर्नुपर्नेः **१ पत्रुस ५:८** लाई कण्ठस्त गरेर परमेश्वरको सत्यतालाई तपाईंको हृदयमा लुकाउनुहोस् ।

हामीले परमेवरको सम्पूर्ण हातहतियारलाई पहिरिनुपर्छ

पाठ ५
आत्मिक वृद्धि
(येशूको निम्ति जीउनलाई सिक्नु)

बाइबलमा ध्यानः पहिला प्रश्नहरू पढ्नुहोस्, तब बाइबल बढ्नुहोस् । यसमा ध्यान गर्नुहोस् र परमेश्वरले के कुरा भनिरहनु भएको छ । तपाईले ध्यान गरेको समयमा तपाईलाई प्रकट भएको कुरालाई दिइएका प्रश्नहरूको उत्तर आफ्नै शब्दमा लेख्नुहोस् ।

१. आत्मिक वृद्धिका तीनवटा तहहरू के-के हुन् र हरेक तहमा के हुन्छ ? १ यूहन्ना २:१२-१४

क.

ख.

ग.

२. हामीले परमेश्वरसँगको सम्बन्धमा बढ्नको निम्ति दैतिक रूपमा के गर्नुपर्छ ?
लूका ९:२३; रोमी १२:१-२

३. हाम्रो विश्वासमा थप्नको लागि हामीले खोज्नुपर्ने चिजहरू कस्ता छन्, ताकि हामी परमेश्वरलाई चिन्न बढ्न सक्छौं, र कुन क्रममा यो हुँदछ ? २ पत्रुस १:५-११

४. जसै हामी परमेश्वरमा बढ्छौं, र हाम्रो विचार नयाँ हुन्छ, परमेश्वरले हाम्रो जीवनबाट कस्ता चिजहरूलाई हटाउनु हुन्छ, र उहाँले त्यसको स्थानमा कस्ता चिजहरू राख्नुहुन्छ ? एफिस ४:१७-५:१६

<u>हटाउनुपर्ने र राख्नुपर्ने</u>

१. हाम्रो मानिसहरूको सम्बन्धमा आत्मिक रूपमा बढ्दाखेरि कसरी हाम्रा समस्याहरूको सामना गर्नुपर्थ्यो ?
मत्ती ५:२३-२४; १८:१५-१७

२. आत्मिक रूपमा बढ्नको निम्ति हामी कसरी जीउनुपर्छ ? रोमी ८:५-६; गलाली ५:१६-२५

३. तपाईंको आत्मिक वृद्धिले निम्ति कसरी तपाईंको परमेश्वरसँगको सम्बन्धमा सहायता पुग्नेछ ?
यूहन्ना ७:१७; एफिसी ५:१७

४. कस्तो खालको परमेश्वरको चाहनालाई पूरा गर्दा यो जीवनमा हामीलाई अनुवभ गर्न सक्षम तुल्याउनेछ ?
रोमी ८:१, १३-१४,२८,३१, ३५-३९; कलस्सी १:९-१३

आधारभूत प्रश्नहरूः तपाईंले ध्यान गर्ने समयमा तपाईंमा प्रकट भएको सत्यतामा जीउँदा परमेश्वरलाई जानेर बढ्न लाई सहायता गर्ने ।

१. तपाईं कुन तहको आत्मिक वृद्धिमा हुनुहुन्छ ?

२. के तपाईं आत्मिक रूपमा बढ्नको निम्ति तपाईंको जीवनलाई दैनिक रूपमा खीष्टलाई दिनुभएको छ ? हो..... होइन..... यदि होइन भने, अहिले नै प्रार्थना गर्नुहोस् र पूर्ण रूपमा तपाईंको जीवनलाई दिनुहोस्, र हरेक बिहान पहिलो चिज यसो गर्नलाई निरन्तरता दिनुहोस् ।

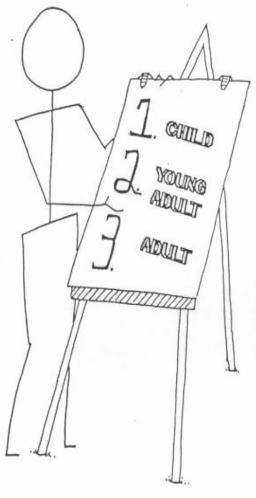
३. के तपाईं आत्मिक रूपमा बढ्नको निम्ति तपाईंको विश्वासमा तपाईंलाई आवश्यक भएको चिजहरूलाई थप्नलाई खोजिरहनुभएको हुन्छ, र के तपाईंले यसलाई ठीक क्रममा गरिरहनुभएको छ ? हो.....होइन..... यदि होइन भने, अहिले नै यसो गर्नलाई सुरु गर्नुहोस् । यसो गर्नलाई प्रार्थना गरेर अहिले नै परमेश्वरमा माग्नुहोस् ।

४. परमेश्वरले तपाईंलाई आत्मिक रूपमा बढ्नको निम्ति तपाईंको जीवनबाट हटाउन आवश्यक परेका कस्ता चिजहरू छन् ?

अहिले नै प्रार्थना गरेर पश्चात्ताप गर्नुहोस्, र तपाईंको जीवनबाट यस्ता चिजहरू हटाउनलाई परमेश्वरमा माग्नुहोस्, र यसको सट्टामा आत्मिक चिजहरूलाई स्थान दिनुहोस् ।

५. के तपाईंले आत्मामा हिँड्नको निम्ति तपाईंको विचारमा आत्माका चिजहरूलाई मिलाउनलाई खोजिरहनुभएको छ ? हो.....होइन..... यदि होइन भने, अहिले नै प्रार्थना गरेर तपाईंको विचारमा रहेका आत्मिक चिजहरूलाई मिलाउनलाई परमेश्वरसँग सहायता माग्नुहोस् ।

६. के परमेश्वरलाई जान्नु र उहाँको चाहनालाई पूरा गर्नु तपाईंको जीवनको धेरै महत्व पूर्ण चिज हुनेछ । हो.....होइन..... यदि होइन भने, अहिले नै निर्णय गरेर तपाईको जीवन को उच्च प्राथमिकतमा यसलाई राख्नुहोस् ।



__कण्ठस्त गर्नुपर्नेः__ **लूका ९:२३** लाई कण्ठस्त गरेर तपाईंको हृदयमा परमेश्वरको सत्यतालाई लुकाउनुहोस् ।

आत्मिक वृद्धिका
तीनवटा तहहरू

पाठ ६
आत्मिक खुराब
(प्रार्थना र बाइबल अध्ययन)

क. प्रार्थना

बाइबलमा ध्यानः पहिला प्रश्नहरू पढ्नुहोस्, तब बाइबल बढ्नुहोस् । यसमा ध्यान गर्नुहोस् र परमेश्वरले के कुरा भनिरहनु भएको छ । तपाईंले ध्यान गरेको समयमा तपाईंलाई प्रकट भएको कुरालाई दिइएका प्रश्नहरूको उत्तर आफ्नै शब्दमा लेख्नुहोस् ।

१. कसरी तपाईं उहाँसँग कुराकानी गर्नको निम्ति परमेश्वरको उपस्थितिमा प्रवेश गर्नुहुन्छ ? भजनसंग्रह १००:४; १ तिमोथी २:८

२. परमेश्वरलाई प्रशंसा गर्नाले हामीलाई कस्तो कार्य गर्नको निम्ति सहहायतापुग्दछ ? एफिसी ५:१८-२०

३. के कस्ता दुईवटा तरिकाले हामीले प्रार्थना गर्छौं ? १ कोरिन्थी १४:१५

४. हामीले आत्मामा कसरी प्रार्थना गर्छौं ? रोमी ८:२६; १ कोरिन्थी १४:१४

५. आत्मामा प्रार्थना गर्नाले कस्तो कार्य गर्दछ ? यहूदा २० पद

६. हाम्रो समझदारीसँग हामीले कस्तो प्रार्थना गर्दछौं ? मत्ती ६:५-१३

७. परमेश्वरले प्रार्थना गर्नको निम्ति हामीलाई के कस्ता चिजहरूको बारेमा बताउनुहुन्छ ? मत्ती ५:४४, ९:३८; भजन संग्रह ३२:५-६, १२२:६; याकूब १:५, ५:१६; १ तिमोथी २:१-३

८. हामीले कहिले प्रार्थना गर्नुपर्छ ? १ थेसलोनिकी ५:१७; लूका १८:१

९. कहिलेकाहीँ हामीले शैतानलाई हराउनको निम्ति हाम्रो प्रार्थनामा के कुरालाई थप्नुपर्ने हुन्छ ? मत्ती १७:२१

१०. यदि हामी परमेश्वरको निम्ति जिइरहेका छौं भने, हाम्रो प्रार्थनाको सम्बन्धमा उहाँले के प्रतिज्ञा गर्नुहुनछ ? १ यूहन्ना ३:२२; ५:१४

११. हाम्रो प्रार्थनालाई सुन्नदेखि परमेश्वरले के कुरालाई राख्न सक्नुहुन्छ ? याकूब ४:३; भजनसंग्रह ६६:१८; १ पत्रुस ३:७ मर्कूस ११:२५-२६

१२. यी वाधाहरूलाई हटाउनको निम्ति हामीले के गर्नुपर्छ ? १ यूहन्ना १:९

आधारभूत प्रश्नहरू: तपाईंले ध्यान गर्ने समयमा तपाईंमा प्रकट भएको सत्यतामा जीउँदा परमेश्वरलाई जानेर बढ्न लाई सहायता गर्ने ।

१. जब तपाईंले प्रार्थना गर्नुहुन्छ, तब तपाईंले परमेश्वरलाई धन्यवादी हृदयकासाथ अंगाल्नुहुन्छ ? हो.....होइन..... यदि तपाईंको यस क्षेत्रमा समस्या छ भने, तपाईंले प्रार्थनालाई सुरु गर्दा परमेश्वरलाई स्तुति प्रशंसा गर्नुहोस् ।

२. के तपाईंले परमेश्वरलाई तपाईंको आत्माले भर्नको निम्ति अनुमति दिनुभएको छ ? हो.....होइन.....यदि होइन भने, तपाईंको चाहना परमेश्वरलाई दिनको निम्ति अहिले नै प्रार्थना गर्नुहोस्, र उहाँको आत्माले तपाईंलाई भर्नको निम्ति माग्नुहोस् ।

३. के तपाईंले आत्मामा प्रार्थना गरेर तपाईंको विश्वासलाई बढाउनुहुन्छ ? हो.....होइन..... यदि होइन भने, अहिले नै यसो गर्नलाई सुरु गर्नुहोस् ।

४. के तपाईंले उहाँले दिनुभएको नमुनालाई प्रयोग गर्नको निम्ति ती चिजविजहरूलाई परमेश्वरमा मागेर प्रार्थना गर्नु हुन्छ ? हो.....होइन..... यदि होइन भने, आज नै यसलाई सुरु गर्नुहास् ।

५. के त्यहाँ तपाईंको जीवनमा कुनै चिज छ, जसले तपाईंका प्रार्थनाहरू सुन्नलाई परमेश्वरमा बाधा ल्याउँथ्यो ? हो.....होइन..... यदि हो भने, अहिले नै यसो गर्नलाई पश्चात्ताप गर्नुहोस् ।

६. के तपाईं सधैं तपाईको जीवनमा आउने अवस्थाहरूको बारेमा प्रार्थना गर्नलाई तयार हुनुहुन्छ ? हो.....होइन..... यदि होइन भने, अहिले नै सुरु गरेर तपाईंलाई प्रार्थनाको आत्मा दिनको लागि माग्नुहोस् ।

७. के तपाईंले कहिल्यै उपवास बस्नुभएको छ, जब तपाईंले समस्याहरूमाथि विजय प्राप्त गर्न कठिन समयको सामना गरिरहनुभएको हुन्छ ? हो.....होइन.....यदि होइन भने, आज नै यसो गर्नलाई सुरु गर्नुहोस् ।
कण्ठस्त गर्नुपर्ने: १ तिमोथी २:८ लाई कण्ठस्त गरेर तपाईंको हृदयमा परमेश्वरको सत्यतालाई लुकाउनुहोस् ।

ख. बाइबल

बाइबलमा ध्यान: पहिला प्रश्नहरू पढ्नुहोस्, तब बाइबल बढ्नुहोस् । यसमा ध्यान गर्नुहोस् र परमेश्वरले के कुरा भनिरहनु भएको छ । तपाईंले ध्यान गरेको समयमा तपाईंलाई प्रकट भएको कुरालाई दिइएका प्रश्नहरूको उत्तर आफ्नै शब्दमा लेख्नुहोस् ।

१. मानिस के द्वारा जीउनुपर्ने हुन्छ ? मत्ती ४:४

२. येशूलाई पछ्याउने भएर हामीलाई बढ्नको निम्ति के कुरालाई खुवाउनुपर्थ्यो ? १ पत्रुस २:१-३

३. हामीले बाइबलमा भरोसा गर्छौं भनेर कसरी हामीले जान्न सक्छौं ? २ तिमोथी ३:१६

पाठ ६ (निरन्तरता...)

४. यसले भनेअनुसारको जीवन जीउनुबाहेक, परमेश्वरको वचनसँग के कस्ता ६ वटा चिजहरू हामीले गर्नुपर्छ ?
एफिसी ३:४; २ तिमोथी २:१५; भजनसंग्रह १:१-२; ११९:११; १ यूहन्ना १:१-३; हबकूक २:२

क. ख.

ग. घ.

ङ. च.

५. जसरी हामीले उहाँको वचनलाई अध्ययन गर्छौं, कसरी परमेश्वरले हामीलाई सहायता गर्नुहुन्छ ? यूहन्ना १६:१३-१४

६. परमेश्वरको वचनलाई सुनेर हाम्रो विश्वासको निम्ति के गर्न सक्छ ? रोमी १०:१७

७. जसै हामीले वचनलाई अध्ययन गर्छौं, र यसलाई बताउँछौं, कसरी परमेश्वरको वचनले शत्रुसँग लडाई गर्न हामी लाई मद्दत गर्दछ ? हिब्रू ४:१२

८. उहाँको वचनद्वारा जीउनेहरूको सम्बन्धमा येशूले के कुरा भन्नुहुन्छ ? यूहन्ना ८:३१-३२

आधारभूत प्रश्नहरू: तपाईंले ध्यान गर्ने समयमा तपाईंमा प्रकट भएको सत्यतामा जीउँदा परमेश्वरलाई जानेर बढ्न लाई सहायता गर्ने ।

१. के तपाईंले प्रत्येक दिन परमेश्वरको बचनले तपाईंको आत्मालाई खुवाउनुहुन्छ ? हो.....होइन.....यदि होइन भने, आज नै यसो गर्नलाई सुरु गर्नुहोस् ।

२. के तपाईंले परमेश्वरको वचनमा ध्यान गरेर उहाँको वचनलाई कण्ठस्त गर्नुहुन्छ, ताकि यसले तपाईंलाई जीवनका समस्याहरूमा कसरी समाधान गर्दछन्, र तपाईंको हृदय र विचारलाई पनि सफा गर्दछन् ? हो.....होइन.....यदि होइन भने, आज नै यसलाई सुरु गर्नुहोस् ।

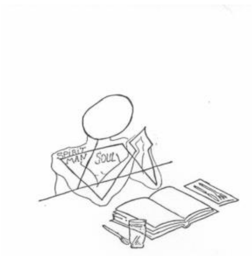
३. जसै तपाईंले परमेश्वरको वचनलाई अध्ययन गर्नुहुन्छ, तब तपाईंले परमेश्वरले भन्नुभएका कुराहरूलाई लेख्नुहुन्छ, ताकि तपाईंले पछिबाट तिनीहरूलाई ध्यान गर्न सक्नुहुन्छ ? हो.....होइन.....यदि होइन भने आज नै यसो गर्नुहोस् ।

४. तपाईंलाई परमेश्वरले उहाँको वचनमा देखाउनुभएअनुसार हरेक मौकामा बताउने गर्नुहुन्छ, ताकी अरूहरूले तपाईं लाई आशिष दिएअनुसारको फाइदा उठाउन सक्छन् ? हो.....होइन.....यदि होइन भने, आज नै यसो गर्नलाई सुरु गर्नुहोस् ।

५. बाइबलका सबै पुस्तकहरूलाई कण्ठस्त गर्नुहोस्, र तिनीहरूलाई तल लेख्नुहोस् ।

कण्ठस्त गर्नुपर्ने: २ तिमोथी ३:१६ कण्ठस्त गरेर परमेश्वरको सत्यतालाई तपाईंको हृदयमा लुकाउनुहोस् ।

हामीले दैनिक रूपमा हाम्रो आत्माको मानिसलाई बलियो बनाउनको निम्ति परमेश्वरको वचनलाई खुवाउनपर्ने खाँचो हुन्छ ।



पाठ ७
आत्मिक अभ्यास
(येशूलाई पछ्याउने अन्य व्यक्तिहरूसँगको संगति र अरूहरूलाई येशूको बारेमा बताउनु)

क. अन्य व्यक्तिहरूले येशूलाईं पछ्याउनेसँग गर्ने संगति

बाइबलमा ध्यानः पहिला प्रश्नहरू पढ्नुहोस्, तब बाइबल बढ्नुहोस् । यसमा ध्यान गर्नुहोस् र परमेश्वरले के कुरा भनिरहनु भएको छ । तपाईंले ध्यान गरेको समयमा तपाईंलाई प्रकट भएको कुरालाई दिइएका प्रश्नहरूको उत्तर आफ्नै शब्दमा लेख्नुहोस् ।

१. यदि हामी येशूको निम्ति जिइरहेका छौं भने, हामीले के कुरा गर्नलाई सक्षम हुन्छौं ? १ यूहन्ना १:७

२. किन हामीलाई संगतिको खाँचो पर्छ ? हिब्रू १०:२४-२५

३. हामीले परमेश्वरलाई प्रेम गर्छौं भन्ने कुरा कसरी थाहा पाउँछौं ? १ यूहन्ना ४:२०-२१; ५:२

४. हामी परमेश्वरका हौं भनेर हामीले कसरी थाहा पाउँछौं ? यूहन्ना १३:३५

५. कसरी हामीले येशूलाई पछ्याउनेहरूलाई परमेश्वरको प्रेम देखाउन सक्छौं ? १ यूहन्ना ३:१७, गलाती ६:१०, याकूब १:२७, २:१४-१७

६. हामीले कोसँग संगति गर्न पर्दैन ? हितोपदेश १२:२६; १ कोरिन्थी १५:३३; २ कोरिन्थी ६:१४

आधारभूत प्रश्नहरूः तपाईंले ध्यान गर्ने समयमा तपाईंमा प्रकट भएको सत्यतामा जीउँदा परमेश्वरलाई जानेर बढ्न लाई सहायता गर्ने ।

१. के हामीले येशूलाई अरूहरूले पछ्याउनेसँगको संगतिलाई खोजीरहेका छौं, ताकि तिनीहरूले तपाईंलाई आत्मिक रूपमा बढ्नको निम्ति सहायता गर्न सक्छन् ? हो.....होइन.....यदि होइन भने, आज नै यसो गर्नलाई सुरु गर्नुहोस् । उहाँले तपाईंसँग गर्ने संगतिको चाहनामा तपाईंले मानिसहरूलाई अगुवाइ गर्न परमेश्वरमा माग्नुहोस् ।

२. के तपाईंले अन्य मानिसहरूलाई सेवा पुर्‍याएर परमेश्वरले तपाईंलाई कति धेरै प्रेम गर्नुहुन्छ भन्ने कुरा देखाउन चाहनुहुन्छ, विशेषगरेर येशूलाई पछ्याउनेहरूलाई जुनसुकै बेला पनि के तपाईं यसो गर्न सक्नुहुन्छ ? हो....होइन..... यदि होइन भने, यसो गर्नको निम्ति विश्वासयोग्य भएर परमेश्वरमा पश्चात्ताप गरेर उहाँमा सहायता माग्नुहोस् ।

३. के तपाईंले येशूलाई प्रेम नगर्ने मानिसहरूसँग संगति गर्नुहुन्छ ? हो.....होइन.....यदि हो भने, खीष्टयनहरूसँग गर्ने संगतिको लागि पश्चात्ताप गरेर परमेश्वरमा माग्नुहोस्, जसले येशूलाई प्रेम गर्छन्, र उहाँको निम्ति जीउनलाई खोजिरहेका हुन्छन् ।

<u>कण्ठस्त गर्नुपर्नेः</u> हिब्रू १०:२४-२५ लाई कण्ठस्त गरेर परमेश्वरको सत्यतालाई तपाईंको हृदयमा लुकाउनुहोस् ।

ख. येशूको बारेमा अरूहरूलाई भन्नु

बाइबलमा ध्यानः पहिला प्रश्नहरू पढ्नुहोस्, तब बाइबल बढ्नुहोस् । यसमा ध्यान गर्नुहोस् र परमेश्वरले के कुरा भनिरहनु भएको छ । तपाईंले ध्यान गरेको समयमा तपाईंलाई प्रकट भएको कुरालाई दिइएका प्रश्नहरूको उत्तर आफ्नै शब्दमा लेख्नुहोस् ।

१. परमेश्वरले हामीलाई दिनुभएको सेवकाइमध्ये एउटा के हो ? २ कोरिन्थी ५:१८-१९

२. हामी परमेश्वरका मानिस भएर के कुरा गर्नलाई तयारी गर्नुपर्छ ? १ पत्रुस ३:१५

३. जसै हामी दैनिक क्रियाकलापमा जान्छौं, हामीले के गर्नुपर्छ ? मत्ती १०:७-८

४. येशूको निम्ति गवाही बन्न हामी कहाँ र कसरी हुन्छौं ? प्रेरित १:८

५. हराइरहेको संसारको बारेमा पवित्र आत्माले के-कस्ता तीनवटा कुराहरूलाई सामना गरिरहनुभएको छ ? यूहन्ना १६:७-११

६. पावल जहासुकै गए तापनि के कस्ता दुईवटा कुराहरू उनले गरे ? प्रेरित २०:२१

७. यी बाइबलका पदहरू अनुसार येशूको सन्देशको बारेमा आएका मुख्य बुंदाहरू के के हुन् ? रोमी ३:२३; ६:२३; ५:८; २:४; १०:९-१०; ६:१७-१८

८. जसै हामी परमेश्वरको नाउँमा जान्छौं, उहाँले हामीलाई दिनुभएको प्रतिज्ञा र निर्देशन के हो ? मत्ती २८:१८-२०

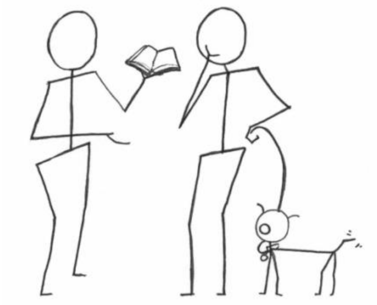
आधारभूत प्रश्नहरूः तपाईंले ध्यान गर्ने समयमा तपाईंमा प्रकट भएको सत्यतामा जीउँदा परमेश्वरलाई जानेर बढ्न लाई सहायता गर्ने ।

१. जसै तपाईं दैनिक क्रियाकलापमा जानुहुन्छ, के तपाईंले अरूहरूलाई येशूको बारेमा बताइरहनुभएको हुन्छ ? हो..... होइन..... यदि होइन भने, तपाईंले अरूहरूलाई गवाही दिनको निम्ति परमेश्वरमा पश्चात्ताप गरेर उहाँमा सहायता माग्नुहोस् ।

२. के तपाईंले अरूहरूलाई येशूको निम्ति जीउने र पश्चात्ताप गर्ने खाँचोको बताउनुहुन्छ ? भन्नुहोस्.....इन्कार गर्नु होस्.....यदि इन्कार गर्ने हो भने, येशूको बारेमा स्पष्ट सन्देश बताउनको निम्ति परमेश्वरले साहसीपना दिनुभएको होस् भनेर उहाँमा माग्नुहोस् ।

३. के तपाईंले त्यस्ताहरूलाई सिकाएर चेला बनाउने कोसिस गरिरहनुभएको छ, जसले परमेश्वरलाई जानेर कसरी बढ्ने भन्ने तिनीहरूको हृदयमा येशूलाई सोध्न सक्छन् ? हो.....होइन.....यदि होइन भने, तिनीहरूसँग गरिएको यो अध्ययनमा तपाईंले सिक्नुभएको कुरालाई बताउनलाई सुरु गर्नुहोस् ।

<u>कण्ठस्त गर्नुपर्नेः</u> १ पत्रुस ३:१५ लाई कण्ठस्त गरेर परमेश्वरको सत्यतालाई तपाईंको हृदयमा लुकाउनुहोस् ।



हामी आत्मिक रूपमा बलियो बन्नको लागि
दैनिक रूपमा गवाही दिनुपर्ने खाँचो हुन्छ ।

(<u>TRANSLATOR NOTE</u>:
THE REST OF THE PAGES IN ENGLISH ONLY)

God has a wonderful purpose for your life. We want to help you find and fulfill that purpose. If you would like further training, prayer, orinformation on how you can work with others to shareabout knowing God where you live; please contact us.

WRITE TO:

BROTHERS & SISTERS IN CHRIST
P.O. BOX 633
Grapevine, TX 76099
U.S.A.

Phone (228) 255-9251

by Email
Send your request to basic@basicministries.com
Or
Visit our web site www.basicministries.com

IF YOU WERE BLESSED BY THIS STUDY SHARE A COPY WITH SOMEONE.
ADDITIONAL COPIES CAN BE DOWNLOADED FROM OUR WEB PAGE
www.basicministries.com.

COPIES ARE AVAILABLE IN OTHER LANGUAGES.
CONTACT US FOR MORE INFORMATION.

HAVE YOU EVER WONDERED WHAT LIFE IS ALL ABOUT?

WOULD YOU LIKE TO KNOW GOD?

WOULD YOU LIKE TO KNOW THE SOURCE OF
ALL YOUR PROBLEMS, AND HOW TO OVERCOME THEM?

WOULD YOU LIKE TO KNOW HOW TO
LIVE A CONSISTENT, SUCCESSFUL LIFE?

WOULD YOU LIKE TO SHARE HOW TO LIVE A SUCCESSFUL LIFE
WITH A FRIEND OR FAMILY MEMBER?

!!THEN THIS BOOK IS FOR YOU!!

Compiled by Henry Pulsifer

&

Illustrated by Paula Mingucci

This is one of a series of booklets designed to help you*grow to know God* and fulfill His purpose for your life. Henry has experienced the victory that comes from knowing God for over 60 years; including God's healing from cancer as he walked with the cross. Since his healing he has traveled the world sharing *how to know God;* and helping others find blessings and success by *growing to know Him*, and fulfilling His purpose for their life.

Out of this experience he has compiled several learning guides that enable people to*grow to know God*, and understand how to live the basic Bible principles for blessings and success in life. This particular learning guide is designed to help you *grow to know God* in your personal life by living for Him each day. It can also be used to help you teach others, and is appropriate for individual or group study.

COPYRIGHT 1990 ALL RIGHTS RESERVED
No part of this study may be reproduced without permission from the publisher.
Exception: portions may be reproduced if distributed free of charge.
Proper credit should be given for the source of the material.

PUBLISHED BY:

BROTHERS & SISTERS IN CHRIST
P.O. Box 633
Grapevine, TX76099
USA

Phone (228) 255-9251
Email basic@basicministries.com
Web page www.basicministries.com