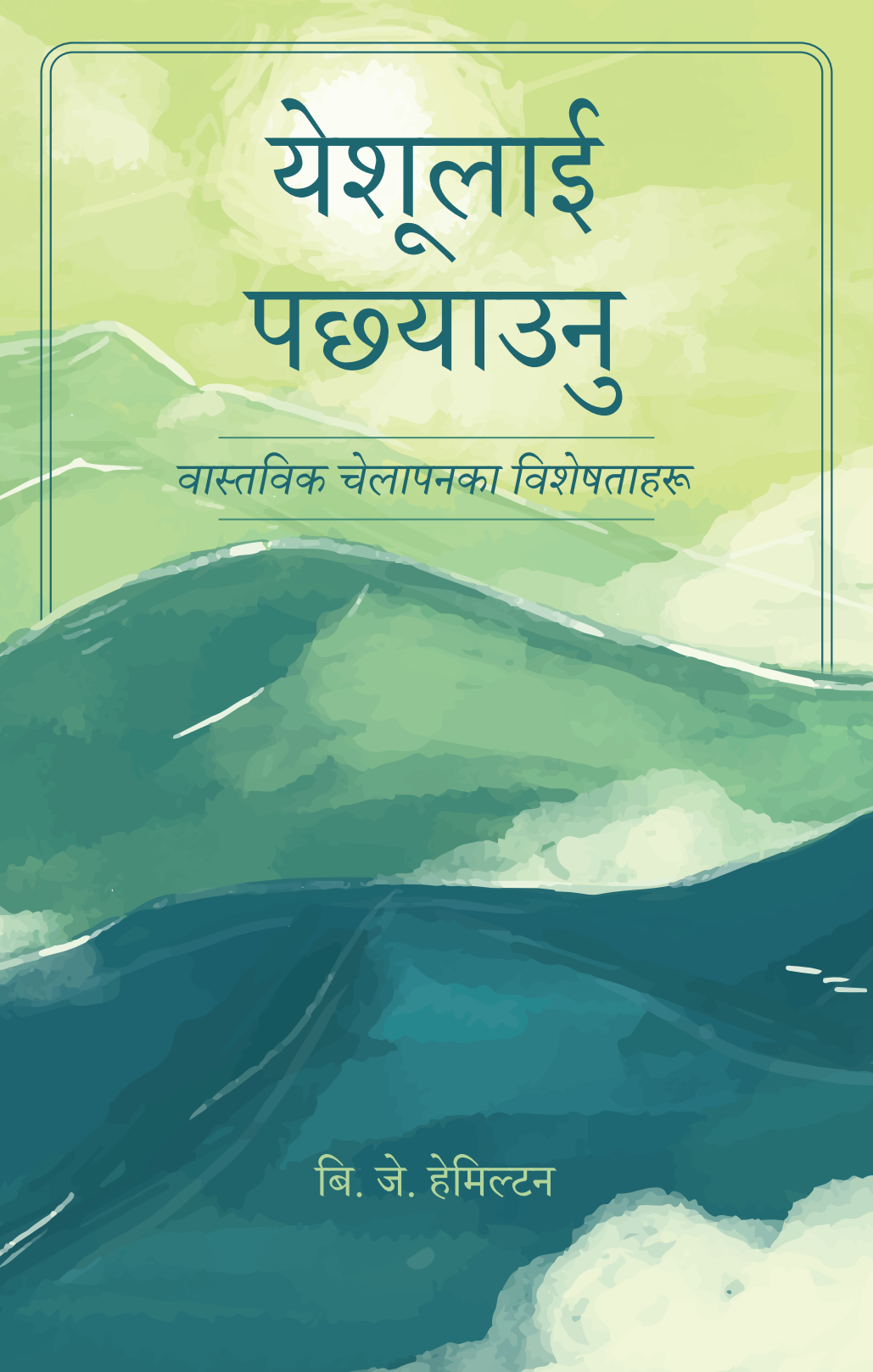
येशूलाई पछ्याउनु

वास्तविक चेलापनका विशेषताहरू



बि. जे. हेमिल्टन

येशूलाई पछ्याउनु

वास्तविक चेलापनका विशेषताहरू

बि. जे. हेमिल्टन

You can read this book in English here:

library.mediaworks.global/

येशूलाई पछ्याउने: वास्तविक चेलापनका विशेषताहरू

Originally published in English under the title
Following Jesus: Characteristics of authentic discipleship by B. J. Hamilton
Copyright © 2025 by B. J. Hamilton
Published by B. J. Hamilton
Lalitpur, Nepal

Copyright © 2026 by B. J. Hamilton for Nepal edition.
Translated by permission. All rights reserved.

No part of this publication may be reproduced, stored in a retrieval system, or transmitted in any form by any means, electronic, mechanical, photocopy, recording, or otherwise, without the prior permission of the author.

The author welcomes requests to translate or reprint with written permission from the author.

Cover image designed by Freepik.

Design and layout by MediaWorks.

Scripture taken from the नेपाली नयाँ संशोधित संस्करण. Copyright © Nepal Bible Society 1997, 2006, 2009, 2012.

यो पुस्तक येशूको अनुसरण गर्न बोलाइएका उहाँका जनहरूको
परिचालनद्वारा परमेश्वरको महिमाको लागि समर्पित गरिएको छ ।

विषय सुचीहरु

पछ्याउनु 7

जान्नु 9

विश्वास 13

प्रेम 17

प्रार्थना 21

सेवा 25

अधीनता 29

कष्ट 34

चेला बनाउनु 39

यसलाई सँगै ल्याउनुहोस् 45

पछ्याउनु

"मेरो पछि लाग, र म तिमीहरूलाई मानिसहरूका मछुवा तुल्याउनेछु।"
तब उत्तिखेरै जालहरू छोड़ेर तिनीहरू उहाँको पछि लागे।

मत्ती ४:१९–२०

येशूका अनुयायीहरूले येशूलाई पछ्याउँछन्। तिनीहरूले उहाँलाई हेरेर आफ्नो जीवन बिताउँछन्।

नयाँ करारमा येशूका अनुयायीहरू जस्तै मरियम, पत्रुस र पावल जस्ता मानिसहरूका अद्भुत कथाहरूले भरिएको छ जसले अरूलाई प्रभाव पारे। पवित्र आत्माको नेतृत्वमा जीवन बिताउँदा तिनीहरूले संसार परिवर्तन गरे। येशूका अनुयायीहरू परिवर्तन भएका मानिसहरू हुन् – जसले जीवन परिवर्तन गर्छन् – यदि धेरै ख्रीष्टियनहरूले त्यसरी नै जीवन बिताए भने कस्तो प्रभाव पर्ला कल्पना गर्नुहोस्।

तर येशूलाई पछ्याउनुको अर्थ के हो ?

येशूको अनुयायीले येशूको शिक्षालाई सत्यको रूपमा स्वीकार गर्दछ र उहाँ जस्तै जीवन बिताउन खोज्दछ। तिनीहरूले उहाँको कुरा सुन्छन् र सक्रिय रूपमा उहाँको वचनहरू पालना गर्छन्। आज्ञाकारी कार्यले अनुयायीहरूलाई पापबाट बचाउँदैन, किनकि हामीलाई थाहा छ कि हामी केवल विश्वासद्वारा अनुग्रहबाट बचाइएका हौं।[1] तरपनि, परमेश्वर हाम्रो जीवनमा आज्ञाकारिता चाहनुहुन्छ।

त्यसोभए हामीले कसरी त्यस्तै गरी पछ्याउन सक्छौं ?

अर्को पाठहरूमा, हामी येशू र उहाँका प्रारम्भिक अनुयायीहरूको उदाहरणलाई हेरेर, आज येशूलाई अझ पूर्ण रूपमा पछ्याउने केही तरिकाहरू विचार गर्नेछौं। तिनीहरूको जीवनलाई अवलोकन गरेर, हामी येशूका वास्तविक अनुयायीहरू बन्न र तिनीहरूले जस्तै संसारलाई प्रभाव पार्न सिक्न सक्छौं।

---

[1] एफिसी २: ८–१०

जान्नु

साँच्चै भन्ने हो भने ख्रीष्ट येशू मेरा प्रभुलाई चिन्न पाउने अमूल्य कुराको तुलनामा सबै कुरालाई म हानि नै ठान्दछु । ख्रीष्टलाई प्राप्त गर्न सकूँ भनेर उहाँको निम्ति मैले सबै कुराको नोक्सानी भोगेको छु, अनि ती सबैलाई फोहोर-मैला तुल्य म गन्दछु

फिलिप्पी ३:८

येशूका अनुयायीहरूले येशूलाई चिन्दछन् । जीवन परिवर्तन गर्ने उहाँको शक्ति उनीहरू जान्दछन् । उहाँ कुनै साधारण व्यक्ति हुनुहुन्न भनि उनीहरूलाई थाहा छ र तिनीहरू उहाँसँग हिंड्न चाहन्छन् ।

तर आज हामी कसरी येशूसँग हिंड्न सक्छौं ?

हामी शारीरिक रूपमा येशूसँग हिंड्न सक्दैनौं किनभने उहाँ अब मानव रूपमा हामीसँग हुनुहुन्न । तर हामी आत्मिकी रूपमा उहाँसँग हिंड्न सक्छौं र पवित्र आत्माद्वारा उहाँको वास्तविक उपस्थिति जान्न सक्छौं । येशूलाई पछ्याउनुको तात्पर्य उहाँसँग सम्बन्धमा हुनु हो ।

येशूसँग हिंड्नुको पहिलो भाग उहाँको बारेमा जान्नु हो । हामीले कसैलाई राम्रोसँग चिन्दैनौं भने उनीहरूसँग गहिरो सम्बन्ध हुन सक्दैन । कसैलाई राम्रोसँग चिन्दा तिनीहरूसँग हाम्रो सम्बन्ध निर्माण हुन्छ । येशू परमेश्वर हुनुहुन्छ[1], त्यसकारण उहाँलाई हाम्रो बारेमा पहिले नै थाहा छ, तर हामीले उहाँलाई चिन्नु आवश्यक छ । पत्रुसले हामीलाई बताउँछन् कि परमेश्वरले हामीलाई येशूको ज्ञानद्वारा ईश्वरीय जीवन बिताउन आवश्यक पर्ने सबै कुरा दिनुभएको छ ।[2] त्यसकारण, येशूको बारेमा थप जान्नको (सिक्न) लागि सबैभन्दा उपयोगी कुरा बाइबल पढ्नु हो । परमेश्वरले हामीमाझ आफैलाई प्रकट गर्ने प्राथमिक तरिका उहाँको वचन – बाइबलद्वारा हो ।

---

1 यशैया ९:६; यूहन्ना १:१–४; मत्ती १:२३; रोमी ९:५, १०:९; कलस्सी २:९; फिलिप्पी २:६; तीतस २:१३; हिब्रू १:१–८ लाई प्रकाश १:८ (परमेश्वर पिता अथवा येशु), १:१७–१८ (येशू), २१:६ (परमेश्वर पिता अथवा येशु), २२:१३ (येशू); प्रकाश ५:१२–१४सगं तुलना गर्नुहोस्।

2 २ पत्रुस १:३

हामी बाइबलको नयाँ करार खण्ड पढेर येशूको बारेमा स्पष्ट रूपमा जान्न सक्छौं।[3] यसले हामीलाई येशूले के भन्नुभयो र गर्नुभयो र ती सबै कुराले हाम्रो र संसारको लागि के अर्थ राख्छ भन्ने बारेमा बताउँछ। तर पुरानो करार पढेर पनि हामी येशूको बारेमा जान्न सक्छौं। बाइबलको यस खण्डले, बारम्बार, यसका पात्रहरू र कथाहरूद्वारा हामीलाई येशूको लागि तयार हुन मद्दत गर्दछ। त्यसैले जब हामी नयाँ नियममा पुग्छौं, येशू कस्तो हुनुहुन्छ र उहाँ के गर्न आउनुभएको हो भनी स्पष्ट रुपमा हामी पहिले नै चित्रण गर्न सक्छौं। हामीलाई पहिले नै थाहा छ कि येशू नै हुनुहुन्छ जसले सर्प (शैतान) को टाउको कुल्चनुभयो, जसलाई हाम्रो पापको लागि छेडिएको थियो, वास्तविक निस्तार चाडको थुमा जसको रगतले हामीलाई न्याय र मृत्युबाट बचायो, विश्वास योग्य जसले एक्लै शत्रुलाई पराजित गर्नुभयो, शान्तिका राजकुमार र बुद्धिमान राजा।[4] सम्पूर्ण बाइबलले हामीलाई येशू प्रकट गर्दछ।

यसबाहेक, जब हामी येशूको बारेमा सिक्छौं, हामीले उहाँको बारेमा जान्ने मात्र होइन, तर उहाँलाई चिन्न र उहाँसँग सम्बन्ध विकास गर्न थाल्छौं। फलस्वरूप, उहाँको वचन र कामप्रति हाम्रो विश्वास बढ्छ। हामी उहाँमा भर पर्न, मद्दतको लागि उहाँको नाम पुकार्न र हाम्रो जीवनमा उहाँको अनुग्रह र भलाइलाई महसुष गर्न सिक्छौं। हामीले बढ्दो रूपमा उहाँको उपस्थितिलाई महशूस गर्छौं, उहाँले जस्तै प्रेम गर्छौं र उहाँको आँखाबाट संसारलाई हेर्दछौं।

येशूका साँचो अनुयायीहरूले आफ्ना प्रभुसँग समय बिताउन चाहन्छन्। तिनीहरूले येशूसँग समय बिताउने कुरालाई प्राथमिकता दिन्छन् किनभने तिनीहरूलाई थाहा छ कि उहाँ तिनीहरूको लागि असल हुनुहुन्छ। तिनीहरूले उहाँका वचनहरू (बाइबल) सुन्छन् र आज्ञा पालन गर्छन्। तिनीहरू अन्य अनुयायीहरूसँग ख्रीष्टियन वृद्धि र सँगति अनुभव गर्न भेला हुन्छन्। तिनीहरू प्रार्थनामा येशूसँग कुरा गर्छन्, उहाँसँग सहायता माग्छन्, र उहाँका उत्तरहरू सुन्न समय निकाल्छन्। तिनीहरूले येशूलाई उहाँको हुनुहुन्छ र उहाँले के गर्नुभएको छ त्यसको लागि आराधना गर्छन्।[5] परिणामस्वरूप, येशूसँगको तिनीहरूको सम्बन्धद्वारा जो साँचो दाखको बोट हुनुहुन्छ, जसबाट तिनीहरू गाँसिन्छन् र हुर्कन्छन्, उहाँबाट नै तिनीहरुको जीवनले फल फलाउँछ।[6]

बाइबल अध्ययन गर्दै, उहाँसँग समय बिताउदै, र येशूको आवाज सुन्दै येशूको बारेमा सिक्नाले हामीलाई उहाँसँगको सम्बन्ध निर्माण गर्न मद्दत गर्छ। येशूका अनुयायीहरूले प्रायः यो गर्छन् किनभने उनीहरूलाई

---

3 यो बाइबलको दोस्रो भाग हो, जुन येशूको जीवन, मृत्यु, र प्रारम्भिक मण्डली र यसको शिक्षाहरूमा केन्द्रित छ।

4 उत्पत्ति ३:१५; यशैया ५३:५; प्रस्थान १२:१–३०; १ शमूएल १७; यशैया ९:६; १ राजा ३। येशूको जीवन, मृत्यु र पुनरुत्थान इतिहासका सबैभन्दा महत्त्वपूर्ण घटनाहरू हुन् भनेर बुझ्न सजिलो छ।

5 यो सामान्यतया येशू (परमेश्वर) को बारेमा सत्यताका शब्दहरू गाएर वा बोलेर वा उहाँले तपाईंको लागि गर्नुभएका कामहरूको लागि दिनभरि उहाँलाई धन्यवाद दिएर गरिन्छ। धेरैजसो भजनसग्रहहरू गीतहरू वा आराधनाको शब्दहरू हुन्।

6 यूहन्ना १५:५।

थाहा छ कि येशू नै बाटो हुनुहुन्छ, उहाँका वचन सत्य छ, र उहाँले मात्र जीवन दिनुहुन्छ ।[7] साँचो उद्देश्य, शान्ति र सन्तुष्टि केवल येशूमा मात्र मिल्छ । उहाँलाई चिन्नु भन्दा ठूलो कुरा अरू केही छैन ।[8]

के तपाईं येशूसँगको सम्बन्धमा वृद्धि हुन चाहनुहुन्छ ?

- तपाईंले नियमित रूपमा बाइबलबाट पुरानो र नयाँ करार दुवै अध्ययन गरेर येशूलाई चिन्न सक्नुहुन्छ । जब तपाईं जीवित र क्रियाशिल परमेश्वरको वचन पढ्नुहुन्छ, र यसले तपाईंमा प्रभाव पार्न अनुमति दिनुहुन्छ, पवित्र आत्माले तपाईंलाई बढ्दो रुपमा येशू जस्तै बन्न परिवर्तन गर्नुहुनेछ ।[9] तपाईंको हृदय र इच्छाहरू परमेश्वरका उद्देश्यहरूसँग मेल खानेछन् । यसरी तपाईंले येशूको बारेमा जान्न सक्नुहुन्छ, र जब तपाईंले त्यसो गर्नुहुन्छ, तपाईंले येशूलाई चिन्न थाल्नुहुनेछ ।

- बाइबलमा अध्ययन गरेका कुराहरूको बारेमा सोच्न समय निकाल्नुहोस् । येशू किन आउनुभयो, उहाँले के गर्नुभयो, र उहाँले तपाईंलाई के दिन चाहानुहुन्छ भन्ने बारे सोच्नुहोस् ।

- येशूसँग समय बिताउने तपाईंको चाहनालाई बढाउनुभएको होस् भनेर पवित्र आत्मासँग प्रार्थना गर्नुहोस् ।

---

7 यूहन्ना १४:६

8 फिलिप्पी ३:८

9 हिब्रू ४:१२; २ कोरिन्थी ३:१८; रोमी १२:२

मनन गर्नुहोस् र/वा छलफल गर्नुहोस् ।

यशैया ९:६–७ अध्ययन गर्नुहोस् । पुरानो करारको यो खण्डबाट हामीले येशूको बारेमा सिक्न सक्ने सबै कुराहरूको सूची बनाउनुहोस् ।

तपाईं येशूसँगको आफ्नो सम्बन्धलाई कसरी वर्णन गर्नुहुन्छ ? कुन कुरा राम्रो भइरहेको छ ? कुन कुरा सुधार गर्न आवश्यक छ ?

येशूसँगको आफ्नो सम्बन्धलाई बलियो बनाउन तपाईंले गर्न सक्ने केही कुराहरू के के हुन् ?

विश्वास

किनकि हामी विश्वासद्वारा हिँड्छौं, देखिने कुराको आधारमा होइन ।

२ कोरिन्थी ५:७

येशूका अनुयायीहरूले येशूमा विश्वास गर्छन् । येशूले आफूलाई जे हुँ भनि भन्नुहुन्छ, त्यही नै हुनुहुन्छ भनी तिनीहरुले भरोसा राख्छन्, उहाँले भन्नुभएको कुरा उहाँले गर्नु भएको छ भनि तिनीहरू विश्वास गर्छन्, र येशूले जे गर्छु भन्नुभएको छ उहाँले त्यो गर्नुहुनेछ भन्ने कुरा तिनीहरू जान्दछन् ।

अनुयायीहरूमा विश्वास हुनुपर्छ कि येशू नै बाटो, सत्य र जीवन हुनुहुन्छ ।[1] भरोसाको सम्बन्धबाट विश्वास उत्पन्न हुन्छ र यो ख्रीष्टियन कार्यको लागि आवश्यक पर्दछ । यदि कसैसँग यी कुराहरूको बारेमा गहिरो शंका छ भने कसरी तिनीहरूले जोशका साथ येशूलाई पछ्याउन सक्छन् ?

बाइबलले विश्वासलाई यसरी परिभाषित गर्दछ:

अब विश्वासचाहिँ आशा राखिएका कुराको निश्चय र नदेखिएका कुराको ढृढ़ भरोसा हो ।

हिब्रु ११:१[2]

त्यसैले विश्वास भनेको हामीसँग सबै प्रमाण वा जानकारी नभए तापनि केहि कुरामा विश्वास गर्न र भरोसा गर्न निश्चित पार्ने कुरा हो ।[3] उदाहरणका लागि, येशूका अनुयायीहरू निश्चित हुन्छन् कि आफ्नो पापको लागि तिनीहरू न्यायमा पर्ने छैनन् किनभने तिनीहरू येशूको बलिदानद्वारा पवित्र बनाइएका छन् ।[4]

---

1 यूहन्ना १४:६ विश्वासमा अनिश्चितताले हाम्रो पछ्याउने क्षमतामा नकारात्मक प्रभाव पार्नेछ।

2 पवित्र बाइबलबाट लिइएको: नयाँ अन्तर्राष्ट्रिय संस्करण © 1978, न्यू योर्क अन्तर्राष्ट्रिय बाइबल समाजद्वारा प्रकाशित, जो ज़ोन्डरभ्यान बाइबल प्रकाशकको अनुमति लिएर प्रयोग गरिएको हो।

3 उदाहरणका लागि, यदि तपाईंले डोरीमा खतरनाक नदी पार गर्नुभयो भने, तपाईंसँग विश्वास हुनुपर्छ: डोरी र त्यसमा बाँधिएको कुरा दुवै तपाईंको भार थाम्न पर्याप्त बलियो हुनेछ भन्ने विश्वास।

4 यूहन्ना ५:२४; हिब्रू १०:१०

तिनीहरूले यो कसरी भयो भनेर पूर्ण रूपमा बुझेकाले होइन, तर केवल परमेश्वरको वचनमा विश्वास गरेको कारणले हो। तिनीहरूले आफूले अहिले देख्न नसक्ने कुरामा विश्वास गर्छन्।

प्रारम्भिक अनुयायीहरूमा यो विश्वास थियो कि …

- येशू नै **मसीह (ख्रीष्ट)** हुनुहुन्थ्यो जसको प्रतीक्षा तिनीहरूले गरिरहेका थिए।[5]
- येशू एक मात्र मुक्तिदाता र परमेश्वरकहाँ जाने एक मात्र बाटो हुनुहुन्थ्यो।[6]
- तिनीहरू विश्वासद्वारा परमेश्वरको अनुग्रहले बचाइएका थिए, तिनीहरुका आफ्नै प्रयास वा असल कामहरूद्वारा होइन।[7]
- येशू चाँडै आउनुहुनेछ।[8]
- येशू जस्तै तिनीहरू मृत्युबाट अनन्त जीवनमा पुनरुत्थान हुनेछन्।[9]
- तिनीहरूको विश्वासको लागि तिनीहरूलाई प्रतिफल दिइनेछ।[10]
- तिनीहरूले परमेश्वरको सुन्दर, सिद्ध र शान्तिमय राज्य (स्वर्ग) पाउनेछन्।[11]
- तिनीहरू परमेश्वरसँग बस्नेछन् र सधैंभरि उहाँका मानिसहरू हुनेछन्।[12]

छोटकरीमा, उनीहरूले विश्वास गरेका थिए कि येशू नै टुटेको र हराएको संसारको एकमात्र आशा हुनुहुन्छ, र यो सुसमाचार सबैलाई सुनाउनु उनीहरूको जिम्मेवारी हो।[13] प्रारम्भिक येशूका अनुयायीहरूले यी सत्यताहरुलाई पक्रदै र तिनका साक्षी बन्दै जिए र मरे। तिनीहरूको विश्वास यति वास्तविक थियो कि यसले तिनीहरूको जीवन बिताउने तरिकालाई परिवर्तन गर्यो। तिनीहरूले ख्रीष्टको खातिर आफ्ना सम्पत्ति र जीवन स्वतन्त्र रूपमा अर्पण गरे, किनभने तिनीहरूलाई विश्वास थियो कि मृत्युपछि उनीहरूले यस्तो प्रतिफल प्राप्त गर्नेछन् जसले सजिलैसँग उनीहरूको बलिदानको पूर्ति गर्नेछ।[14] तिनीहरूको विचारमा, येशूले भन्नुभएको कारणले गर्दा यस राज्यका सबै कुरा त्याग्न लायकको थियो।[15]

---

5 यूहन्ना २०:३१

6 प्रेरित ४:१२; यूहन्ना १४:६

7 एफिसी २:८–९

8 प्रकाश २२:७

9 १ थेसलोनिकी ४:१६–१७

10 मत्ती ५:१०–१२

11 प्रकाश २१:७, २२:१४

12 प्रकाश २१:३

13 प्रेरित २:१४–३९, ४:८–१२, २०:२४

14 तिनीहरूले पुनरुत्थानमा र येशू नै तिनीहरूको ठूलो इनाम हुनुहुनेछ भन्ने कुरामा विश्वास गर्थे। तिनीहरूले गुमाउन नसक्ने ठूलो कुरा प्राप्त गर्न राख्न नसक्ने सानो कुरा दिइरहेका थिए मत्ती १९:२९

15 मत्ती १३:४४–४६

यद्यपि, कहिलेकाहीँ येशूका अनुयायीहरूमा शंका उत्पन्न हुन्छ ।[16] शंकालाई अझै अनुसन्धान गरेर, परमेश्वरले पहिले नै गर्नुभएका काम सम्झेर, वा जे भएता पनि भरोसा गर्ने निर्णय गरेर जित्न सकिन्छ ।[17] शंकाहरूले हामीलाई येशूलाई पछ्याउनबाट अयोग्य ठहराउँदैनन्, तर यदि तिनीहरूको समाधान गरिएन भने, तिनीहरूले हाम्रो वृद्धिलाई बाधा पुर्याउन सक्छन् वा हामीलाई उहाँबाट टाढा लैजान सक्छन् ।

येशूका अनुयायीहरूको जीवन विश्वास र आशामा आधारित हुन्छ, जुन ख्रीष्टमा गाडिएको हुन्छ यो संसारका कुराहरूमा होइन । तिनीहरूले संसारले प्रदान गर्ने खाली आशालाई चिन्दछन् र त्यसबाट टाढा रहन्छन् । बरु, तिनीहरूले आफ्नो वास्तविक नागरिकता स्वर्गमा छ भनि सम्झन्छन्, र तिनीहरूको आँखा आउने कुराहरूमा केन्द्रित राख्छन् ।[18]

किनकि हाम्रो हलुको र क्षणभरको कष्टले हाम्रा निम्ति अतुलनीय तथा अनन्तको महान् महिमा तयार गरिरहेछ । हामी दृश्य कुरालाई होइन, तर अदृश्य कुरालाई हेर्छौं, किनभने दृश्य कुरा क्षणिक हुन्छन्, तर अदृश्य कुराचाहिँ अनन्तसम्म रहन्छन् ।

२ कोरिन्थी ४: १७–१८[19]

त्यसैकारण, येशूका अनुयायीहरू भएकाले, हामी अदृश्य अनन्त खजानाहरूको आशामा ध्यान केन्द्रित गर्दै, र अस्थायी तथा हराउँदै गइरहेका पृथ्वीका खजानाहरूलाई त्याग्ने हुन प्रयास गरौं । यो आशा हाम्रो आफ्नै प्रयास, उपलब्धि वा सम्पत्तिमा होइन, तर येशू ख्रीष्टको पूरा गरिएको कार्यमा आधारित छ । बाइबलले स्पष्ट रूपमा सिकाउँछ कि हामीले सबै परमेश्वरको हामीप्रतिको अनुग्रहमा विश्वास गरेर मात्र उद्धार प्राप्त गर्छौं:[20] येशूले हामीलाई उद्धार गर्न, रुपान्तरण गर्न, र अनन्त जीवन दिन आवश्यक सबै कुरा पूरा गर्नुभएको छ भन्ने विश्वास । यस विश्वासले सबै कुरा परिवर्तन गर्दछ ।

के तपाईं विश्वास र आशामा वृद्धि हुन चाहनुहुन्छ ?

- बाइबलले भन्दछ कि "जे सुनिएको छ, त्यसैबाट विश्वास आउँछ र जे सुनिन्छ त्यो ख्रीष्टको प्रचारबाट आउँछ ।"[21] त्यसोभए, विश्वासमा बढ्ने पहिलो तरिका **बाइबल पढ्नु वा सुन्नु हो** । यो दैनिक रुपमा गर्नु राम्रो हो, ताकि तपाईंको मन हरेक दिन सत्यताले भरियोस् ।

16 शंका गर्नेहरूमा ११ जना चेलाहरूमध्ये केही समावेश छन् – मत्ती २८:१६–१८; बप्तिस्मा दिने यूहन्ना – लूका ७:१८–२२; थोमा – यूहन्ना २०:२६–२८ मत्तीको सुसमाचारको पुस्तकले प्रायः चेलाहरूको विश्वासको कमीलाई चित्रण गर्दछ।

17 याद राख्नुहोस् कि परमेश्वरको कुनै पनि प्रतिज्ञा असफल भएको छैन: यहोशू २१:४५

18 फिलिप्पी ३:१९–२०

19 मत्ती ६:१९–२१ पनि हेर्नुहोस्

20 एफिसी २:८

21 रोमी १०:१७

- विश्वास र आशामा बढ्ने अर्को तरिका भनेको बाइबलमा लेखिएका कुराहरूलाई नियमित रूपमा **सम्झना गराउने** तरिकाहरू खोज्नु हो जसले तपाईंलाई आशा दिन्छ। तपाईं बाइबलका खण्डहरू कण्ठ गर्न सक्नुहुन्छ, ताकि तिनीहरू तपाईंलाई कुनै पनि समयमा उपलब्ध होस्; वा तपाईंका भित्ताहरूमा बाइबल पदहरू टाँस्नुहोस्; वा अन्य विश्वासीहरूसँग आशाको बारेमा छलफल गर्नुहोस्। बाइबलमा कस्ता शब्दहरू वा कथाहरूले तपाईंलाई आशा दिन्छन् ? आउँदै गरेको राज्यको बारे कुन कुराले तपाईंलाई आशा मिल्छ ?

- पवित्र आत्माले हामीलाई विश्वास र आशा दिन मद्दत गर्नुहुन्छ, त्यसैले **त्यसको लागि परमेश्वरसँग माग्नुहोस्**।

मनन गर्नुहोस् र/वा छलफल गर्नुहोस्।

के तपाईं विश्वास गर्नुहुन्छ (तपाईंमा विश्वास छ) कि येशू हाम्रो टुटेको र हराएको संसारको लागि एक मात्र आशा हुनुहुन्छ ? यदि त्यसो हो भने, किन ? (कलस्सी १:२० हेर्नुहोस्)।

के तपाईंको आशा मुख्यतया यस संसारका कुराहरू (पैसा, सम्पत्ति, मानिसहरू) मा छ, वा परमेश्वरको अनन्त कुराहरूमा छ ? तपाईंको कुन अभ्यास वा कार्यहरूले यसलाई पुष्टि गर्दछ ?

के तपाईंलाई आफ्नो विश्वास वा विश्वास गरेका कुराहरुको बारेमा शंका छ ? तपाईं यी कुराहरूमाथि विजयी हुन के गर्न सक्नुहुन्छ ?

प्रेम

"एउटा नयाँ आज्ञा म तिमीहरूलाई दिँदछु: तिमीहरू एक-अर्कालाई प्रेम गर। तिमीहरूसँग मैले जस्तो प्रेम गरेको छु, तिमीहरूले पनि एक-अर्कालाई त्यस्तै प्रेम गर। यदि तिमीहरूले एक-अर्कालाई प्रेम गर्यौं भने, यसैबाट सबैले जान्नेछन्, कि तिमीहरू मेरा चेलाहरू हौ।"

यूहन्ना १३:३४–३५

येशूका अनुयायीहरू प्रेमका मानिसहरू हुन्। तिनीहरूले आफ्ना प्रभु येशूको प्रेमलाई प्रतिबिम्बित गर्छन्।

परमेश्वर प्रेमका परमेश्वर हुनुहुन्छ: यस्तो सृष्टिकर्ता जसले मानिसहरूलाई बनाउनुभयो र तिनीहरु आनन्दसाथ शान्तिका जीवन बिताउन् भन्ने तिनीहरुका लागि चाहना राख्नुभयो। यस्तो पिता जसले आफ्ना सन्तानहरू बाटो बिराएपछि तिनीहरूलाई फेरि उहाँमा फर्काउन ठूलो प्रयास गर्नुभयो।[1]

किनभने परमेश्वरले संसारलाई यस्तो प्रेम गर्नुभयो, कि उहाँले आफ्ना एकमात्र पुत्र दिनुभयो, ताकि उहाँमाथि विश्वास गर्ने कोही पनि नाश नहोस्, तर त्यसले अनन्त जीवन पाओस्।

यूहन्ना ३:१६

येशूले बिरामीहरूलाई निको पारेर, बालबालिकाहरूलाई आशिष् दिएर, दोषी पापीहरूलाई स्वीकार गरेर र मानिसहरूलाई तिनीहरूको कमजोरीबाट मुक्त गरेर प्रेमको नमुना प्रस्तुत गर्नुभयो। उहाँले आफ्नो बुबालाई आफूलाई क्रूसमा टाँग्नेहरूलाई क्षमा गर्न समेत भन्नुभयो र उहाँले हामीलाई हाम्रा शत्रुहरूलाई प्रेम गर्न चुनौती दिनुभयो।[2]

यहाँ विशेष ध्यान दिनुपर्ने दुई कुराहरू छन्। येशूको प्रेम सबै मानिसहरूप्रति निर्देशित थियो, र यसको प्रकृति व्यवहारिक रूपमा थियो। उहाँले आफ्नो हृदयमा महसुस गर्नुभएको प्रेम सधैं कार्यमा परिणत

---

1 यशैया ५३:४–६; लूका १५:४–७; १ पत्रुस २:२२–२४ परमेश्वरले हाम्रो पाप आफ्नो पुत्रमाथि राखिदिनुभयो: येशूले कष्ट भोग्नुभयो र हाम्रो पापको लागि मर्नुभयो।

2 लूका २३:३४; मत्ती ५:४३–४८

हुन्थ्यो। "किनकि परमेश्वरले संसारलाई यस्तो प्रेम गर्नुभयो कि उहाँले दिनुभयो ..." परमेश्वरको प्रेम केवल भावना मात्र होइन, कार्य थियो।[3]

येशूले भन्नुभयो कि मानिसहरूले उहाँका अनुयायीहरूलाई उनीहरूको प्रेमद्वारा चिन्नेछन्। येशूका अनुयायीहरूले उहाँको सक्रिय प्रेमको चरित्र प्रतिबिम्बित गर्छन्।[4]

के तपाईं येशू जस्तै अरूलाई प्रेम गर्नुहुन्छ ?

के अरूहरुको निम्ति तपाईंको प्रेम गर्ने, सहयोग गर्ने, सेवा पुर्याउने र दिने किसिमको छ ? के तपाईं आफ्नो मण्डली परिवारलाई एकअर्कालाई साँच्चै कै प्रेम गर्ने मानिसहरूको समुदायको रूपमा वर्णन गर्नुहुन्छ ?

सबैभन्दा ठूलो आज्ञा प्रेमलाई कार्यद्वारा देखाउने हो।

*तिनले भने, "तैंले परमप्रभु, आफ्ना परमेश्वरलाई आफ्नो सारा **हृदयले**,*
*आफ्नो सारा **प्राणले**, आफ्नो सारा **समझ**ले र आफ्नो सारा मनले*
***प्रेम** गर्, र आफ्नो छिमेकीलाई आफैलाई झैं प्रेम गर्।"*

लूका १०:२७, जोड दिइएको

येशूलाई राम्रोसँग पछ्याउनको लागि परमेश्वर र अन्य मानिसहरू (विशेष गरी सँगी ख्रीष्टियनहरू) दुवैलाई प्रेम गर्नु आवश्यक छ। हामीमा भएको परमेश्वरको प्रेमले हामीलाई पाप, स्वार्थ र घृणाबाट मुक्त गर्छ। यसले हामीलाई दयालु हुन र हाम्रो विरुद्धमा रहेका मानिसहरूलाई पनि क्षमा गर्न मद्दत गर्छ।[5] यो गाह्रो छ, तैपनि पवित्र आत्माको सहयोगले सम्भव भएको छ, जो आज हामीमा वास र काम गरिरहनुभएका परमेश्वर हुनुहुन्छ। उहाँले हाम्रो चरित्रलाई परिवर्तन गरेर हामीलाई अझ बढी प्रेम दिन चाहनुहुन्छ।

जसै हामी येशूलाई पछ्याउँछौं, हामीले पनि उहाँको प्रेमको चरित्र प्रतिबिम्बित गर्न सिक्न सक्छौं।

---

3 येशूले क्रूसमा हाम्रो स्थान लिनुभयो। हामी हाम्रो पापको कारण मृत्युको योग्य थियौं तर जीवन पायौं; येशू आफ्नो धार्मिकताको कारण जीवनको योग्य हुनुहुन्थ्यो तर मृत्यु पाउनुभयो: १ यूहन्ना २:२

4 प्रेरित २:४४–४७ प्रमिलो सँगति र उदारताको एक महान उदाहरण हो।

5 मत्ती ५:४३–४८; ६: १२

के तपाईं प्रेममा बढ्न चाहनुहुन्छ ?

- **आफैलाई (वा अरूलाई) निम्न प्रश्नहरू सोध्नुहोस् र सुधारको लागि आफ्नो जीवनमा परिवर्तनहरू ल्याउनुहोस्:**
  - म कसरी परमेश्वरको वचन पालन गर्न सक्छु (परमेश्वरप्रतिको मेरो प्रेमको प्रदर्शनको रूपमा) ?[6]
  - मैले चिनेका अन्य ख्रीष्टियनहरूलाई म कसरी प्रेम गर्न सक्छु:
    - मैले कोसँग माफी माग्नुपर्छ ?
    - मैले कसलाई क्षमा गर्नुपर्छ ?
    - मैले कसलाई सेवा पुर्याउन सक्छु, र कसरी ?
  - म कसरी अरूको लागि (मेरा शत्रुहरू सहित) प्रार्थना गर्न सक्छु र परमेश्वरसँग कसरी आशिष् मागिदिन सक्छु ?
  - म कसरी सबैको बारेमा राम्रो कुरा गर्न सक्छु, र मेरा वचन र कार्यहरूद्वारा तिनीहरूलाई निर्माण गर्न खोज्न सक्छु ?
  - म कसरी अझ उदार हुन सक्छु ?
  - म कसरी व्यावहारिक तरिकाले अरूलाई प्रेम गर्न सक्छु (दयालु शब्दहरू, सेवाका कार्यहरू, उचित स्पर्श, उपहारहरू, वा गुणस्तरीय समयको साथ) ?

- **१ कोरिन्थी १३:४–७ हेर्नुहोस्** (प्रेम भनेको …) र याद गर्नुहोस् त्यसको सन्दर्भ मण्डलीको एकता हो। तपाईंले ख्रीष्टमा आफ्ना दाजुभाइ दिदीबहिनीहरूप्रति यस प्रकारको प्रेम कुन कुन तरिकामा विकास र प्रदर्शन गर्न सक्नुहुन्छ ?

- **परमेश्वरले तपाईंलाई अझ धेरै प्रेम दिनहुन माग्नुहोस्।** पवित्र आत्माले मात्र तपाईंलाई परिवर्तन गर्न सक्नुहुन्छ। उहाँसँग तपाईंको जीवनका ती क्षेत्रहरू देखाउनको लागि माग्नुहोस् जहाँ प्रेमको अभाव छ र परिवर्तनका लागि उहाँको प्रेरणाप्रति खुला रहनुहोस्।

---

[6] २ यूहन्ना १:६

मनन गर्नुहोस् र/वा छलफल गर्नुहोस् ।

मत्ती २२:३७–३९ पढ्नुहोस् । तपाईंले यस्तो किसिमले आफ्नो छिमेकीलाई कसरी प्रेम गर्न सक्नुहुन्छ ?

कलस्सी ३:१२–१५ पढ्नुहोस् । पावलले विश्वासीहरूलाई के गर्न र के नगर्न भन्छन् ?

१ कोरिन्थी १३:४–७ पढ्नुहोस् । प्रेम के हो र के होइन भनेर सूची बनाउनुहोस् । तपाईं कुन कुन क्षेत्रमा सुधार हुन सक्नुहुन्छ ?

प्रेम हो …

प्रेम होइन…

प्रार्थना

सतर्क भएर धन्यवादसहित स्थिर भई प्रार्थनामा लागिरहो ।

कलस्सी ४:२

येशूका अनुयायीहरू प्रार्थना गर्ने मानिसहरू हुन् । तिनीहरू परमेश्वरसँगको आफ्नो सम्बन्धलाई महत्व दिन्छन्, र परिस्थिति र जीवन परिवर्तन गर्ने उहाँको शक्तिलाई चिन्छन् । परमेश्वर सर्वशक्तिमान हुनुहुन्छ, उहाँ जे पनि गर्न सक्नुहुन्छ, र उहाँका मानिसहरूले प्रार्थना गर्दा उहाँले काम गर्नुहुन्छ ।[1] त्यसकारण, येशूका अनुयायीहरूले बारम्बार प्रार्थना गर्छन् ।

प्रार्थना परमेश्वरसँगको कुराकानी हो, जसमा बोल्ने र सुन्ने दुवै समावेश हुन्छ । हामी बोल्छौं र परमेश्वरले सुन्नुहुन्छ; परमेश्वर बोल्नुहुन्छ र हामीले सुन्छौं । परमेश्वरले मुख्यतया बाइबल – उहाँको लिखित वचनद्वारा हामीसँग कुराकानी गर्नुहुन्छ । तर उहाँ हामीसँग आवाजद्वारा, अन्य मानिसहरुद्वारा, अगाडिको बाटो खोलेर र बन्द गरेर, र हामीलाई शान्ति दिएर पनि बोल्न सक्नुहुन्छ ।

परमेश्वरले हामीलाई उहाँको इच्छा पूरा गर्न आफ्नो उद्देश्यको लागि सृष्टि गर्नुभयो । तर हामी यो एक्लै गर्दैनौं । परमेश्वरको काम उहाँसँगको साझेदारीमा गरिनुपर्छ । त्यसैले येशूका अनुयायीहरूले प्रार्थना खानाको लागि, यात्राहरू र मानिसहरूलाई आशिष् दिनको लागि मात्रै प्रयोग गर्दैनन्, तर अझ महत्त्वपूर्ण रुपमा उहाँको राज्य विस्तारको लागि गर्छन् । प्रार्थना बचाउ र आक्रमण दुवैको लागि प्रयोग गरिनुपर्छ । प्रारम्भिक विश्वासीहरूले मिसनको लागि प्रार्थनाको प्रयोग गर्थे । नयाँ नियमको एउटा उदाहरणमा विश्वासीहरूले रोग निको पार्ने शक्ति र येशूको बारेमा निडर भएर बोल्ने साहसको लागि प्रार्थना गरे, र परमेश्वरले तिनीहरूलाई पवित्र आत्माले पुनः भरिदिएर जवाफ दिनुभयो ।[2] फलस्वरूप, जीवनहरू परिवर्तन भए, मानिसहरू प्रभावित भए, र मण्डलीको वृद्धि भयो!

---

1 लगभग जे पनि: परमेश्वरले पाप गर्न सक्नुहुन्न।

2 प्रेरित ४:२९–३०

त्यसैले, प्रार्थनाले हामीलाई परमेश्वरसँग हिंड्न र उहाँको शक्तिमा सेवा गर्न सहायता गर्छ। परमेश्वर हाम्रा राजा हुनुहुन्छ, र हामी उहाँका सिपाहीहरू हौं। परमेश्वरले हामीलाई प्रार्थनाको हतियारले सुसज्जित पार्नुहुन्छ ताकि हामी अगाडि बढ्न सकौं र उहाँको अधिकारमा भएको कुरा पुनः प्राप्त गर्न सकौं।[3] प्रार्थनाले मिशनलाई अगाडि बढाउँछ र जीवन परिवर्तन गर्छ। हृदय र विचार परिवर्तन गर्न केवल परमेश्वर मात्र सक्षम हुनुहुन्छ। त्यसकारण, येशूका अनुयायीहरूले मानिसहरू, समुदायहरू र राष्ट्रहरूले येशूलाई चिनुन् र उहाँको लागि जीउन सकुन् भनि नियमित रूपमा प्रार्थना गर्नुपर्छ।[4] परमेश्वरले आफ्ना मानिसहरूले उहाँको इच्छा अनुरूप प्रार्थना गरेको चाहानुहुन्छ।

प्रार्थनाले हामीलाई मद्दतको लागि हाम्रो स्वर्गीय पितासँग पनि जोड्दछ। हामी सबैलाई परमेश्वरको सहायताको आवश्यक पर्दछ। प्रार्थनाले हामीलाई निरन्तर सम्झाइरहन्छ कि हामी आफ्नै शक्तिले होइन, तर परमेश्वरले दिनुभएको शक्तिद्वारा नै अर्थपूर्ण जीवन जीउँदछौं। प्रार्थनाले हामीलाई नम्र बनाउँछ र आफूभन्दा बढी परमेश्वरमाथि भरोसा राख्ने तुल्याउँछ। यस कारणले गर्दा प्रार्थना र आराधना प्रायः अलग गर्न सकिदैन्। परमेश्वर-केन्द्रित आराधनाले हामीलाई परमेश्वर को हुनुहुन्छ, उहाँले के गर्नुभएको छ र उहाँले के गर्न सक्नुहुन्छ भन्ने कुराको स्मरण गराउँछ। प्रार्थनाले परमेश्वरलाई काम गर्न आह्वान गर्दछ।

प्रत्येक स्वस्थ सम्बन्धको लागि सञ्चार महत्त्वपूर्ण छ। परमेश्वर हाम्रा पिता हुनुहुन्छ जसले हाम्रो आवश्यकताहरू बुझ्नुहुन्छ। हामी प्रार्थना गर्छौं किनभने परमेश्वर मद्दत गर्न इच्छुक र सक्षम दुवै हुनुहुन्छ।[5] त्यसैले, उहाँका सन्तानको रूपमा, हामीले पवित्र जीवन बिताउन र उहाँको राज्यलाई अगाडि बढाउन मद्दतको लागि इमानदारीपूर्वक, नियमित रूपमा र पूर्ण हृदयले उहाँकहाँ आउनुपर्छ। येशूका अनुयायीहरू प्रार्थनाको माध्यमबाट परमेश्वरसँग सहकार्य गर्छन्।

के तपाईं प्रार्थनामा वृद्धि हुन चाहनुहुन्छ ?

- **बाइबल अध्ययन गरेर (वा सुनेर) आफ्नो कमजोरीको सट्टामा परमेश्वरको शक्तिको बारेमा नियमित रूपमा** आफूलाई सम्झाउनुहोस्। तपाईं उत्पत्ति १–२; प्रस्थान १४; यहोशू ३, ४, ६; दानियल ३, ६; मर्कूस १–८; वा प्रेरित २ बाट सुरु गर्न सक्नुहुन्छ।

---

3 एफिसी ६:१०–१८ पनि हेर्नुहोस्: परमेश्वरले हामीलाई युद्धको लागि दिनुभएको हतियार।

4 येशूले आफ्ना अनुयायीहरूलाई निर्देशन दिनुभएको एउटा महत्त्वपूर्ण कुरा भनेको फसलको लागि थप कामदारहरूको लागि प्रार्थना गर्नु हो: मत्ती ९:३७–३८।

5 परमेश्वरको "शक्तिशाली हात र फैलिएको पाखुरा" छ (व्यवस्था ५:१५, ७:१९)। यसको अर्थ उहाँ पर्याप्त शक्तिशाली हुनुहुन्छ र मद्दत गर्न इच्छुक हुनुहुन्छ।

- **प्रार्थना सुरु गर्दा** आवश्यकताको सूचीमा मात्र नभइ, **प्रशंसा र आराधनाका शब्दहरूबाट सुरु गर्नुहोस्** । तपाईंले आफूलाई मनपर्ने भजनसँग्रह (परमेश्वरमा केन्द्रित) वा प्रशंसाको गीत प्रयोग गर्न सक्नुहुन्छ ।

- **प्रार्थना भनेको परमेश्वरसँग कुराकानी गर्नु हो:** बोल्न र सुन्न सम्झनुहोस् । उत्तरहरू बाइबलबाट वा मौन बस्दा आउन सक्छन् ।

- **परमेश्वरको इच्छा अनुरूप प्रार्थना गर्नुहोस्:** परमेश्वरलाई अरूको अवस्था सुधार गर्न माग्नुहोस्, केवल तपाईंको आफ्नै अवस्था मात्र होइन । आफ्नो होइन, परमेश्वरको राज्य अगाडि बढोस् भनि माग्नुहोस् ।

- **प्रभुको प्रार्थना** (मत्ती ६:९–१३) नियमित रूपमा र बिस्तारै **प्रार्थना गर्नुहोस्** ताकि तपाईं शब्दहरूबारे सोच्न सक्नुहुनेछ । स्मरण रहोस् तपाईं परमेश्वरसँग कुरा गर्दै हुनुहुन्छ, कण्ठस्थ वचन दोहोर्याइरहनुभएको छैन् ।

- **बारम्बार प्रार्थना गर्नुहोस्:** दिनभरि गरिने छोटो प्रार्थनाहरू पनि लामो समयका प्रार्थना जत्तिकै महत्वपूर्ण हुन्छन् ।

- **अरूसँग नियमित रूपमा प्रार्थना गर्नुहोस्:** तपाईंको परिवार वा अन्य विश्वासीहरूसँग, जोडीमा, समूहमा, वा अनलाइनमा ।

- **येशूको नाममा प्रार्थना गर्नुहोस्:** पुत्रले गर्नुभएको कामको कारणले गर्दा हामी पितासँग प्रार्थना गर्न सक्छौं । येशूको नाम जादु होइन, तर यो शक्तिशाली छ,[6] विशेष गरी अन्धकारका शक्तिहरूलाई बाहिर निकाल्न शक्तिशाली छ ।

- **परमेश्वरमा आराधना केन्द्रित गर्नुहोस्,** आफैं वा अरूमा होइन । आराधना तपाईंको मनोरञ्जनको लागि होइन, तर परमेश्वरको प्रशंसा र आराधना गर्नको लागि हो । तपाईं यो गीत, हाउभाउ, र सत्यता र प्रशंसाका शब्दहरू बोलेर गर्न सक्नुहुन्छ ।[7] हामीमा होइन, परमेश्वरमा केन्द्रित गीतहरू गाउनुहोस् ।[8]

---

6 प्रेरित ३:६

7 प्रकाश ५:९–१४

8 यदि गीतमा धेरै "म" कथनहरू छन् भने, यो त्यति धेरै परमेश्वर-केन्द्रित नहुन सक्छ ।

मनन गर्नुहोस् र/वा छलफल गर्नुहोस् ।

के तपाईं विश्वास गर्नुहुन्छ कि मिसन सधैं परमेश्वरसँग साझेदारीमा हुन्छ ? किन ?

"परमेश्वरको इच्छा अनुरूप प्रार्थना गर्नुहोस्" भन्नुको अर्थ के हो, र तपाईंकसरी यस किसिमले अझ बढी गर्न सक्नुहुन्छ ?

यदि परमेश्वरले तपाईंको सबै चाहना र आवश्यकता पहिले नै जान्नुहुन्छ भने तपाईंले किन प्रार्थना गर्नुहुन्छ ?

तपाईं प्रार्थनामा कसरी बढ्न सक्नुहुन्छ; तपाईं के गर्न सुरु गर्नुहुनेछ ?

सेवा

"कोही मानिस पहिलो हुने इच्छा गर्छ भने, त्यो सबैभन्दा
पछिल्लो र सबैको सेवक हुनुपर्छ।"

मर्कूस ९:३५

येशूका अनुयायीहरू सेवकको हृदयका हुन्छन्। तिनीहरूले येशूले जस्तै सेवा गर्छन् किनभने तिनीहरूलाई थाहा छ कि यो परमेश्वरको प्रेम प्रदर्शन गर्ने यो एक शक्तिशाली तरिका हो।

"किनकि मानिसको पुत्र सेवा पाउन होइन, तर सेवा गर्न र धेरैका
छुटकाराको मोलको निम्ति आफ्नो प्राण दिन आएको हो।"

मर्कूस १०:४५

येशू आफ्नै फाइदाको लागि पृथ्वीमा आउनुभएन, तर हाम्रो फाइदाको लागि आउनुभयो। उहाँले प्रेम गर्नुभयो, सिकाउनुभयो, निको पार्नुभयो र हाम्रो लागि मर्नुभयो। येशू आफ्नो सेवामा यति नम्र हुनुहुन्थ्यो कि उहाँले यहूदाको खुट्टा पनि धुनुभयो, उहाँको आफ्नै चेला जसले केही घण्टा पछि उहाँलाई धोका दिने थियो।[1] उहाँले स्पष्ट पार्नुभयो कि उहाँका चेलाहरूले उहाँको उदाहरण पछ्याउनुपर्छ।[2]

त्यसकारण, सेवा गर्नु येशूको अनुयायीको अर्को विशेषता हो। यो आफ्नो भन्दा अरूको फाइदाको लागि गरिने कार्य हो। सेवा गर्नु भनेको पाहुनाको लागि चिया बनाउनु, बालबालिकालाई सिकाउन समय निकाल्नु, वा छिमेकीलाई इनाम वा पैसा नलिइकन काम गर्न मद्दत गर्नु हुनसक्छ। परमेश्वरले हामीलाई दिनुभएको वरदानहरू हामीले अरूको सेवा गर्न प्रयोग गर्नुपर्छ।[3] सेवा एक माध्यम हो जसबाट परमेश्वरले हामीलाई रूपान्तरण गर्नुहुन्छ र आवश्यकतामा परेकाहरूको आवश्यकता पूरा गर्नुहुन्छ।

---

1 यूहन्ना १३: यो विशेष गरी अनुग्रही छ किनकि येशूलाई थाहा थियो कि येशुले यहूदाको खुट्टा धुनु अघि नै उहाँलाई धोका दिनेछ (यूहन्ना १३:११)।

2 यूहन्ना १३:१५

3 रोमी १२:६–८; १ पत्रुस ४:१०–११

ईसाई सेवाको आधार प्रेम हो। येशूले सेवा गर्नुभयो किनभने उहाँले प्रेम गर्नुभयो।[4] धैरैजसो मानिसहरू पूर्ण हृदयले सेवा गर्न संघर्ष गर्छन् किनभने तिनीहरू स्वभावैले स्वार्थी हुन्छन्। तिनीहरूमा केवल प्रेमको अभाव छ। हामीले खुसीसाथ र स्वेच्छाले प्रेम गर्न र सेवा गर्न सिक्नुपर्छ। धन्यवादको कुरा यो हो कि पवित्र आत्मा प्रेमको स्रोत हुनुहुन्छ, र उहाँले हाम्रो स्वार्थलाई सेवामा परिवर्तन गर्न सक्नुहुन्छ।

येशूका अनुयायीहरू परमेश्वर र अरू मानिसहरू दुवैको सेवा गर्नका लागि जीउँछन्। उनीहरूले यसलाई आफ्नो जीवनको मुख्य उद्देश्यको रूपमा, र परमेश्वरले उनीहरुद्वारा काम गर्नुहुने तथा आफ्नो प्रेम देखाउनुहुने महत्वपूर्ण तरिकाको रूपमा हेर्छन्। येशूका अनुयायीहरूले जीवन केवल आफ्नो बारेमा मात्र होइन भनेर थाहा गर्छन्।

अनि उहाँका वरदानहरूचाहिँ यी नै थिए, कि कोही प्रेरितहरू, कोही अगमवक्ताहरू, कोही प्रचारकहरू, कोही मण्डलीका पास्टरहरू र कोही शिक्षकहरू बनून्, कि ख्रीष्टको शरीर निर्माण होस् र सेवाको काम गर्न सन्तहरू सुसज्जित होऊन्,.....

एफिसी ४:११–१२

आदमलाई सेवाको भूमिका दिइएको थियो, बगैंचामा काम गरेर, त्यसको हेरचाह गर्न, र परमेश्वरको लागि पृथ्वीमा शासन गर्न।[5] उनकी पत्नीलाई यो कार्यमा उनलाई सहयोग गर्ने भूमिका दिइएको थियो।[6] त्यसैले, दुवैजनाले परमेश्वरको उत्तम सृष्टिको भागको रूपमा सेवा गर्नुपर्ने थियो। हाम्रो परमेश्वरप्रतिको सेवा अहिलेबाट सुरु हुन्छ र स्वर्गमा अनन्तकालसम्म परमेश्वरको सिद्ध अनन्त योजनाको भागको रूपमा रहिरहन्छ।[7]

हामी सेवा गर्नका लागि सृष्टि गरिएका हौं, र सम्पूर्ण हृदयले सेवा गर्न प्रोत्साहित गरिएका छौं।[8] हाम्रो इच्छापूर्वक गरिएको सेवाले सधैं परमेश्वरलाई प्रसन्न पार्छ र उहाँको महिमा गर्छ। यो खुशीसाथ गरिनुपर्छ किनभने परमेश्वरले खुशीसाथ दिनेलाई प्रेम गर्नुहुन्छ।[9]

---

4 यूहन्ना १३:१

5 उत्पत्ति १:२६–२९, २:१५,

6 उत्पत्ति २:२०–२२

7 प्रकाश २२:३, ९

8 एफिसी ६:७–८

9 २ कोरिन्थी ९:७; रोमी १२:८

के तपाईं सेवामा वृद्धि हुन चाहनुहुन्छ ?

- **आफैलाई चुनौती दिनुहोस् र इमानदार हुनुहोस्:**
  - के तपाईं सेवा गर्न खोज्नुहुन्छ, वा सेवा पाउन चाहनुहुन्छ ? (मर्कूस १०:४२–४५)
  - के तपाईं अन्तिम हुन लज्जित हुनुहुन्छ, वा अरूको सेवा गर्न लाज मान्नुहुन्छ ? (मर्कूस ९:३५)
  - के तपाईं आफ्नो शत्रुको फोहोर खुट्टा धुन इच्छुक हुनुहुनेछ ? (यूहन्ना १३)
  - के तपाईंले मुख्यतया ती मानिसहरूको सेवा गर्नुहुन्छ जसले तपाईंलाई फिर्ता तिर्न सक्छन् ? (लूका १४:१२–१४)

- **तपाईं कुन कुन तरिकाले अरूको सेवा गर्न सक्नुहुन्छ ? तपाईंले सोच्न सक्ने कुराहरूको सूची बनाउनुहोस्:** तपाईंको सूचीमा को, कसरी र कहिले समावेश गर्नुहोस् । त्यसपछि कार्य गर्नुहोस् । जति धेरै तपाईंले सेवा गर्नुहुन्छ, परमेश्वरले तपाईंलाई त्यति नै प्रयोग गर्नुहुनेछ र तपाईं बढ्दै जानुहुनेछ । आफ्ना शत्रुहरू वा तपाईंलाई तिर्न नसक्नेहरूको पनि सेवा गर्ने प्रयास गर्नुहोस् ।[10] याद गर्नुहोस्, येशूले भन्नुभयो कि लिनु भन्दा दिनु अझै धन्यको कुरा हो ।[11]

- **अरूको सेवा गर्न सकूँ भनेर परमेश्वरसँग सहायताको लागि प्रार्थना गर्नुहोस्:** उहाँलाई तपाईंको घमण्ड र स्वार्थ हटाउन र सेवा गर्ने अवसरहरू देखाउन भन्नुहोस् ।

- तपाईंको बाइबलमा **सेवाका उदाहरणहरू हेर्नुहोस्:**
  - फिलिप्पीहरूलाई लेखेको पावलको पत्र पढ्नुहोस् र येशू, पावल, तिमोथी र इपाफ्रोडाइटसका सेवकको उदाहरणहरू हेर्नुहोस् ।

[10] मत्ती ५:४४, लूका १४:१२–१४

[11] प्रेरित २०:३५

मनन गर्नुहोस् र/वा छलफल गर्नुहोस् ।

के तपाईले येशूले जस्तै सेवा गर्न संघर्ष गर्नुहुन्छ ? किन ?

तपाईलाई अझै पूर्ण र अझै खुसीसाथ सेवा गर्न व्यक्तिगत रूपमा के कुराले रोकिरहेको छ ?

अरूको सेवा गर्न यस हप्ता तपाईले गर्न सक्ने तीनवटा कुराहरू के के हुन् ? तपाईले के गर्नुहुनेछ र कहिले गर्नुहुनेछ भनेर सूची बनाउनुहोस् ।

अधीनता

तिमीहरू स्वयम् आफ्नै होइनौ । तिमीहरू मोल तिरेर किनिएका हौ ।
यसकारण तिमीहरूका शरीरमा परमेश्वरको महिमा गर ।

१ कोरिन्थी ६:१९–२०

येशूका अनुयायीहरू अधीनतामा रहन्छन् । तिनीहरू परमेश्वरको वचन सुन्छन् र आज्ञा पालन गर्छन् ।

तर आजकल अधीनता भन्ने धारणा अलोकप्रिय बन्न गएको छ, किनभने यसलाई कमजोरी, असमानता, र प्रभुत्वसँग जोडिन्छ । तर बाइबलले अझ गहिरो र अझ सुन्दर कुरा प्रकट गर्छ ।

अधीनता भनेको परमेश्वर वा अर्को व्यक्तिको इच्छालाई आज्ञाकारी र स्वतन्त्र रूपमा स्वीकार गर्नु हो । ख्रीष्टियनहरूको रूपमा, परमेश्वरले हामीलाई उहाँ वा अरूको आज्ञा पालन गर्न कहिल्यै बाध्य पार्नुहुन्न; त्यसको सट्टामा, हामीलाई हाम्रो अधीनताको आज्ञाकारिता स्वतन्त्र रूपमा पालना गर्न प्रोत्साहित गर्नुहुन्छ । यसको लागि साहस र चरित्रको गहिराइ चाहिन्छ ।

बाइबलले हामीलाई पहिले परमेश्वरको, त्यसपछि अधिकारमा रहेका व्यक्तिहरूलाई, र प्रेम तथा आदरका कारण एक-अर्काको अधीनमा रहन सिकाउँछ ।[1] अधीनता परमेश्वरको सृष्टिगत व्यवस्थाको एक भाग हो ।[2] हामी सबैजना कसैको अधीनमा बस्नुपर्छ: उदाहरणका लागि, सरकार, प्रहरी, आमाबाबु, वा अगुवाहरू । हामीलाई मन परोस् वा नपरोस्, यो जीवनको एक भाग हो । हामीले स्वेच्छाले सांसारिक अधिकारीहरूको अधीनमा रहनुपर्छ, जबसम्म तिनीहरूका निर्देशनहरू परमेश्वरको वचन विपरित हुदैनन् ।[3] सांसारिक अधिकारीहरूको अधीनतामा बस्दा हामीलाई परमेश्वरको अधीनमा बस्न तालिम मिल्छ ।

---

1 एफिसी ५:२१–६:९; कलस्सी ३:१८–२५; याकूब ४:७

2 रोमी १३:१

3 प्रेरित ५:२९

फेरि पनि, पछ्याउने उदाहरण येशू नै हुनुहुन्छ। येशू स्वेच्छाले र सक्रियतापूर्वक आफ्नो पिताको अधीनमा बस्नुभयो। उहाँ हाम्रो लागि क्रूसमा मर्न पृथ्वीमा आउनुभयो, यद्यपि यसमा तीव्र पीडा र दुःख समावेश थियो। येशूले भन्नुभयो,

"हे पिता, तपाईंको इच्छा भए, यो कचौरा मबाट हटाइदिनुहोस्।
तर मेरो इच्छा होइन, तपाईंकै इच्छा पूरा होस्।"

लूका २२:४२

हामीलाई इच्छा नलागेको समयमा पनि येशूजस्तै, हामी परमेश्वरको इच्छामा समर्पित हुन तयार र इच्छुक हुनुपर्छ।

के तपाईं यसरी नै अधीनतामा रहनुहुन्छ ?

आराम र मनोरञ्जन प्रायः परमेश्वरलाई साँचै अनुसरण गर्नुभन्दा बढी आकर्षक हुन्छन्। तर यसले हामीमा र हामीद्वारा परमेश्वरले चाहनुभएको फल फलाउनेछैन।

येशू हाम्रा प्रभु हुनुहुन्छ। "प्रभु" शब्दको अर्थ "मालिक" हो। मालिकको आज्ञा पालन गरिनुपर्छ। यदि येशूले हामीलाई केहि गर्न वा नगर्न भन्नुहुन्छ भने, हामीले समर्पण (आज्ञापालन) गर्नुपर्छ। हाम्रो लागि उहाँका निर्देशनहरू र योजनाहरू सधैं हाम्रा आफ्नै योजनाहरू भन्दा राम्रो हुन्छन् किनभने उहाँसँग ठूलो योजनाको चित्रण छ।[4]

त्यसोभए, हाम्रो जीवनको लागि परमेश्वरका निर्देशनहरू के हुन् र हामी तिनीहरूलाई कहाँ पाउन सक्छौं ?

परमेश्वर हामीसँग विभिन्न तरिकाले बोल्नुभएता पनि, मुख्यतया परमेश्वरले हामीलाई बाइबलद्वारा डोऱ्याउनुहुन्छ र निर्देशन दिनुहुन्छ। त्यसैले हामीले बाइबल पढ्नुपर्छ र पहिले त्यो पालना गर्नमा ध्यान केन्द्रित गर्नुपर्छ। परमेश्वरको वचनप्रति हाम्रो सक्रिय समर्पणता परमेश्वरप्रतिको हाम्रो प्रेमको प्रदर्शन हो।[5] येशूको चेलाले परमेश्वरको वचनको पालना गर्छ र त्यसअनुसार काम गर्छ।

---

4 रोमी ८:२८: परमेश्वरको अझै ठूलो योजना छ, हाम्रा चुनौतीहरू र कठिनाइहरूले पनि उहाँको अझै ठूलो उद्देश्य पूरा गर्न सक्छन्।

5 १ यूहन्ना ५:३: वास्तविक विश्वास वास्तविक कामहरुद्वारा प्रकट हुन्छ (याकूब २:१४–२६)। यद्यपि, यो कुरा मनमा राखौं कि हामी हाम्रा असल कामहरूद्वारा बचाईंदैनौं, तर केवल येशूमाथिको विश्वासद्वारा मात्र अनुग्रहद्वारा बचाइन्छौं (एफिसी २:८)। येशूले हामीलाई प्रेम गर्नुहुन्छ भन्ने कुरा हामीलाई थाहा छ, उहाँले महसुस गर्नुभएको वा भन्नुभएको कुराद्वारा होइन, तर मुख्यतया उहाँले गर्नुभएको कामद्वारा।

हामी आफ्ना शारीरिक इच्छाभन्दा परमेश्वरको वचनमा आत्मसमर्पण गर्ने मानिस हुनुपर्छ । येशूले हामीलाई यहाँ पृथ्वीमा धन थुपार्न, वा गएर जीवन आरामदायी बनाउन, अवकाश लिन, आराम गर्न, वा आनन्दको लागि यात्रा गर्न समेत बोलाउनुहुन्न ।[6] बरु, येशूले हामीलाई गएर चेला बनाउन, उहाँको उद्देश्यको लागि र उहाँको इच्छा अनुसार जीउन आज्ञा दिनुहुन्छ । यो त्यति सजिलो वा आरामदायी छैन, तर यो हाम्रो जीवनको लागि परमेश्वरको इच्छा हो ।

त्यसैले परमेश्वरले तपाईंको लागि के गर्न सक्नुहुन्छ भनेर नसोध्नुहोस्, बरु तपाईंले परमेश्वरको लागि के गर्न सक्नुहुन्छ भनेर सोध्नुहोस् । परमेश्वरलाई तपाईंको योजना पूरा गर्न मद्दत गर्न नमाग्नुहोस्, तपाईंले उहाँको योजना पूरा गर्न कसरी मद्दत गर्न सक्नुहुन्छ भनेर सोध्नुहोस् ।

जब हामी हाम्रो जीवन परमेश्वरको उद्देश्य अनुसार जीउँछौं, तब उहाँको राज्य बिस्तार गर्न परमेश्वरले हामीलाई अद्भुत तरिकाले प्रयोग गर्न सक्नुहुन्छ ।

के तपाईं अधीनतामा बढ्न चाहनुहुन्छ ?

- **नयाँ करार पढ्नुहोस् र पछ्याउनको लागि आज्ञाहरू खोज्नुहोस्:** तिनलाई पालना गर्ने प्रयास गर्नुहोस् । अरूहरूले तपाईंले सोचे जसरी नपछ्याउँदा तपाई व्यवस्था लाद्ने वा न्याय गर्ने हुनबाट होशियार रहनुहोस् । र जब तपाईं असफल हुनुहुन्छ, निराश नहुनुहोस्, केवल परमेश्वरले दिनुहुने शक्तिद्वारा आफ्नो उत्तम प्रयास गर्नुहोस् । हाम्रो सफलता वा असफलताले हाम्रो मुक्तिलाई असर गर्दैन भन्ने कुरा मनमा राख्नुहोस्, किनकि हामी केवल विश्वासद्वारा बचाइएका हौं ।

- **परमेश्वरले तपाईंलाई केको लागि बनाउनुभयो र उहाँ तपाईंको जीवनबारे के गर्न चाहनुहुन्छ भनेर सोध्नुहोस्:** स्मरण होस् यो सबै परमेश्वरको बारेमा हो, तपाईंको बारेमा होइन । हामी उहाँको लागि जीउँछौं; उहाँ हाम्रो लागि जीउनुहुन्न । हामी सबैले चेला बनाउनुपर्छ, तर हाम्रो जीवन र सन्दर्भमा हामीले त्यो कसरी गर्छौं भन्ने कुरा फरक हुनेछ । येशूका अन्य परिपक्व अनुयायीहरूसँग मार्गदर्शनको लागि छलफल र प्रार्थना गर्नु उपयोगी हुन सक्छ । आफूलाई र अरूलाई परमेश्वर-केन्द्रित प्रश्नहरू सोध्ने बानी बसाल्नुहोस्: "तपाईं आफ्नो जीवनबारे के गर्न चाहनुहुन्छ ?" होइन, बरु "परमेश्वरले तपाईंको जीवनबारे के गरेको चाहनुहुन्छ ?" वा "आगामी वर्षहरूमा परमेश्वरले तपाईंलाई कहाँ निर्देशित गर्दै हुनुहुन्छ भनि सोध्नुहोस् ?"

---

[6] यी कुराहरू गलत नै त हैनन्, तैपनि येशूले हामीलाई ती गर्न निर्देशन दिनुहुन्। त्यसो भए हामीले यी कुराहरूमा कति समय र स्रोतहरू समर्पित गर्नुपर्छ ?

- **तपाईंमाथि अधिकार भएकाहरूको बारेमा सोच्नुहोस्:** परमेश्वर, सरकार, अगुवाहरू, आमाबाबु, आदि।
  - के तपाईं आफ्नो विचार र कार्यहरू दुबैमा स्वेच्छाले तिनीहरूको अधीनमा बस्नुहुन्छ ?
  - तिनीहरूले तपाईंलाई के गरेको चाहन्छन् ?
  - के कुराले तपाईंलाई यो गर्नबाट रोकिरहेको छ, र के यो परमेश्वरको विचारमा ठीक छ ?

- **परमेश्वरलाई प्रार्थना गर्नुहोस् कि उहाँले तपाईंलाई उहाँको अधीनमा बस्न सहयता गर्नुभएको होस्:** परमेश्वरलाई तपाईंको घमण्ड र आलस्य हटाउन र यसलाई नम्रता, अनुशासन र आत्म-नियन्त्रणले बदल्न अनुरोध गर्नुहोस्। उहाँलाई अझ पूर्ण रूपमा पछ्याउन बाधा पुर्याउने कुनै पनि कुरालाई त्याग्न मद्दतको लागि परमेश्वरसँग प्रार्थना गर्नुहोस् – उदाहरणका लागि, आराम, सम्पत्ति, परिवार, प्रसिद्धि, संस्कृति, सपना, वा सुरक्षाको भ्रमको चाहना।[7]

[7] सुरक्षाको भ्रम भनेको हामी, मानिसहरूको रूपमा, सबै कुरा नियन्त्रण गर्न सक्छौं र त्यसैले सुरक्षित रहन सक्छौं भन्ने विचार हो। यो भ्रम हो; हामी अझै पनि सडक पार गर्दा, खाना अड्किदा, खेल खेल्दा, वा आनुवंशिक विकारबाट मर्न सक्छौं। तर अझ महत्त्वपूर्ण रुपमा, हामी सबै मानव मरणशीलताको कारणले मर्नेछौं। त्यसकारण, हामीलाई अनन्तको लागि साँच्चै सुरक्षित बनाउने एक मात्र कुरा भनेको येशूमा विश्वास गर्नु र हामी मर्ने दिनमा उहाँमा भएको पाइनु हो। येशू द्वारा मात्र हामी सधैंभरि, सुरक्षामा बाँच्नेछौं।

मनन गर्नुहोस् र/वा छलफल गर्नुहोस् ।

तपाईं समर्पणलाई कसरी वर्णन गर्नुहुन्छ ?

के तपाईं समर्पणका केही राम्रा उदाहरणहरू दिन सक्नुहुन्छ ? (विश्वासी, पति वा पत्नी, बालबालिका, कामदार, विद्यार्थी … को बारेमा सोच्नुहोस्)

तपाईंले कहिले अधिकारको अधीनमा बस्नु हुँदैन ? (दानियल ३:८–१२, ६:६–१०; प्रेरित ४:१८–२०, ५:२७–२९, ५:४०–४२ हेर्नुहोस्) ।

के तपाईं आफ्नो जीवनको लागि परमेश्वर र उहाँको इच्छामा पूर्ण रूपमा अधीनतामा बस्न इच्छुक हुनुहुन्छ ? किन हुनुहुन्छ वा किन हुनुहुन्न ?

कष्ट

तर तिमीहरूले असल गरेर पनि दुःख भोग्नुपर्दा धैर्यसँग सहन्छौ भने यो परमेश्वरमा ग्रहणयोग्य हुन्छ, किनकि यसैको निम्ति तिमीहरू बोलाइएका हौ। ख्रीष्टले पनि तिमीहरूका निम्ति कष्ट भोग्नुभयो, अनि तिमीहरूका लागि एउटा उदाहरण छोडिजानुभयो, र तिमीहरू उहाँकै पाइलामा हिँड्नुपर्छ।

१ पत्रुस २:२०–२१

येशूका अनुयायीहरू ख्रीष्टको कारण कष्ट भोग्न इच्छुक छन्। तिनीहरूले बुझ्छन् कि तिनीहरूको वर्तमान कष्ट आउने महिमाको तुलनामा केही पनि होइन।[1]

पृथ्वीमा येशूको जीवन एक कष्टको जीवन थियो। उहाँलाई गिल्ला गरियो, अस्वीकार गरियो, त्यागियो, नाङ्गो पारियो, पिटियो, कोर्रा लगाइयो र दुई अपराधीहरूको बीचमा सार्वजनिक रूपमा क्रूसमा टाँगियो। कष्ट भोग्नु येशूको लागि परमेश्वरको इच्छा थियो, र येशूले यसलाई स्वीकार गर्नुभयो।

येशूका चेलाहरूले उहाँको पाइला पछ्याए। यूहन्ना बाहेक सबैलाई तिनीहरूको विश्वासको लागि मारिए, र यूहन्नाले पनि आफ्नो अन्तिम दिनहरू एउटा टापुमा कैदमा बिताए किनभने उनले आफ्नो मुक्तिदाता येशूको बारेमा गवाही दिन छोडेनन्।[2] प्रथम शताब्दीका अन्य अनुयायीहरूलाई कैद गरियो, यातना दिइयो, कोर्रा लगाइयो, ढुङ्गाले हाने, करौंतीले दुई टुक्रा पारियो र मनोरञ्जनको लागि मारियो।[3] येशूलाई पछ्याउन र उहाँलाई चिनाउनको लागि तिनीहरूको केन्द्रित प्रयासको कारण तिनीहरू सबैले कष्ट भोगे।[4] तिनीहरूले येशूलाई स्वीकार गर्न र उहाँको बारेमा बोल्न बन्द गर्न अस्वीकार गरे, जो हाम्रो पापको लागि क्रूसमा टाँगिनुभएको थियो र फेरि जीवित पारिनुभएको थियो।

कष्ट हाम्रो लागि परमेश्वरको इच्छा हो।[5]

---

1 रोमी ८:१८

2 तिनीहरूलाई भालाले हानेको, काँडले हानेको, तरवारले काटेको र क्रूसमा टाँगिएको स्पष्ट छ; ख्रीष्टको खातिर तिनीहरूले ठूलो कष्ट भोगे (प्रेरित १२:१–१२, २ कोरिन्थी ११:२३–२८, प्रकाश१:९)।

3 हिब्रू ११:३५–३८

4 १ थेसलोनिकी २:१३–१६

5 १ पत्रुस २:२१

हाम्रो सतावट फरक-फरक प्रकारको हुन सक्छ, पावलले हामीलाई सम्झाउँछन् कि जो ईश्वरीय जीवन बिताउन चाहन्छन्, उनीहरू सताइनेछन्।[6] त्यसकारण, हामी ख्रीष्टको लागि कष्ट भोग्न तयार र इच्छुक हुनुपर्छ किनभने सतावट उहाँलाई पछ्याउनेहरूलाई आउँछ। येशूलाई पछ्याउनु आरामदायी वा सुविधाजनक छैन, तरपनि चुनौतीहरूको बीचमा हाम्रो आज्ञाकारिताले परमेश्वरको महिमा गर्छ। येशूले हामीलाई कुनै पनि मूल्य चुकाउन परेता पनि उहाँलाई पछ्याउन भन्नुभएको छ। त्यसैले, येशूको अनुयायीले परमेश्वरको कारण र उहाँको महिमाको लागि अस्वीकृति, उपहास, वा शारीरिक पीडाको अपेक्षा गर्दछ र स्वीकार गर्दछ।[7] यो सजिलो छैन, तैपनि, येशूले सतावटलाई आशिषको रूपमा वर्णन गर्नुहुन्छ।[8]

येशूलाई पछ्याउने क्रममा कष्ट भोग्नु अपरिहार्य भाग हो। येशूले हामीलाई उहाँको कष्टको उदाहरण पछ्याउन र दैनिक रूपमा हाम्रो क्रूस बोक्न आह्वान गर्नुहुन्छ।[9] प्रेरित पावलले विश्वासीहरूलाई परमेश्वरले दिनुहुने शक्तिको साथ सुसमाचारको लागि कष्ट भोग्न उहाँसँगै सामेल हुन आग्रह गर्छन्।[10]

आराम र सुरक्षालाई प्राथमिकता दिने जीवन बिताउनु यस पृथ्वीमा हाम्रो जीवनको लागि परमेश्वरको इच्छा होइन। बरु, येशूले हामीबाट उहाँलाई पछ्याउन हाम्रो आराम र सुरक्षा त्याग्न इच्छुक भएको अपेक्षा राख्नुहुन्छ।[11] यस प्रकारको जीवनले अरूको लागि ख्रीष्टको बलिदानपूर्ण प्रेमको प्रतिबिम्बित गर्दछ। त्यसकारण, पावल जस्ता प्रारम्भिक विश्वासीहरूले कठिनाइ र कष्टलाई स्वागत गरे किनभने उनीहरूलाई यसको फाइदा बारे थाहा थियो।[12] यो अरूको लागि एक शक्तिशाली गवाहीको रूपमा खडा भयो।

हिब्रूका लेखकले हामीलाई प्रोत्साहन दिन्छन्:

> *हाम्रा विश्वास सुरु गर्नुहुने र पूरा गर्नुहुने येशूलाई हेरौं, जसले उहाँको सामुन्ने राखिदिएका आनन्दको निम्ति अपमानलाई केहीजस्तो नठानी क्रूसको कष्ट भोग्नुभयो, र परमेश्वरको सिंहासनको दाहिनेपट्टि विराजमान हुनुहुन्छ। पापीहरूबाट उहाँको विरुद्धमा भएका यतिका विवादहरू सहनुहुनेलाई विचार गर, र तिमीहरू शिथिल नहोओ, अनि हरेस नखाओ।*
>
> हिब्रू १२:२–३

---

6 २ तिमोथी ३:१२

7 १ थेसलोनिकी ३:४

8 मत्ती ५:१०–१२

9 लूका ९:२३–२४, १४:२७

10 २ तिमोथी १:७–८

11 मत्ती १९:२१; लूका ९:५८: हाम्रो जीवनले हामी आफैंप्रति भएको प्रेमलाई प्रतिबिम्बित गर्नु हुँदैन, बरु परमेश्वरप्रति भएको प्रेमलाई प्रतिबिम्बित गर्नुपर्छ।

12 फिलिप्पी ३:१०; २ कोरिन्थी १२:१०; २ तिमोथी २:१०: कष्टले अनुयायीहरूलाई येशू जस्तै बन्न मद्दत गर्छ, तर यसले अरूप्रति अझ येशूको बलिदानपूर्ण प्रेमलाई प्रतिबिम्बित गर्न पनि काम गर्छ।

जब हामी कष्ट भोग्न तयार गर्दछौं वा कष्ट अनुभव गर्दागर्दै, हामीले सहने शक्ति प्राप्त गर्न येशूतर्फ हेर्नुपर्छ। हरेक क्षेत्रमा उहाँ हाम्रो उत्तम उदाहरण हुनुहुन्छ। जब हामी राम्रो कारणको लागि कष्ट भोग्छौं, हामी संसारप्रति भएको येशूको प्रेम प्रतिबिम्बित गर्छौं र अरूहरूलाई उहाँतर्फ हेर्न मद्दत गर्छौं।

कष्ट परमेश्वरको अनुयायीहरूका लागि उहाँको योजना र उद्देश्यको भाग हो; यो येशूले हाम्रो मुक्ति किन्नुभएको तरिका थियो, र परमेश्वरले अझै पनि हामीद्वारा आफ्नो मण्डली निर्माण गर्ने एउटा महत्त्वपूर्ण तरिका थियो। हामी ख्रीष्टको लागि कष्ट भोग्नबाट टाढा रहनु हुँदैन, किनभने कष्टद्वारा परमेश्वरले हामीलाई आकार दिनुहुन्छ र आफ्नो राज्य विस्तार गर्नुहुन्छ।[13]

के तपाईं कष्ट भोग्नको निम्ति तयार हुन चाहनुहुन्छ ?

- **कष्ट भोग्नु भनेको येशूलाई पछ्याउने भाग हो भनेर बुझ्नुहोस्:** यसको अपेक्षा गर्नुहोस् र यसको लागि तयारी गर्नुहोस्।[14]

- **ख्रीष्टको लागि कष्ट भोगेकाहरूको बारेमा जान्नुहोस्:** बाइबल उदाहरणहरूले भरिएको छ र ख्रीष्टको लागि दुःख भोगेका ख्रीष्टियनहरूका धेरै पुस्तकहरू र चलचित्रहरू छन्। यी कुराबाट सिक्दा दृष्टिकोण स्पष्ट हुन र कष्ट आउँदा तपाईंको दृढता बलियो हुन सहायता मिल्नेछ।[15]

- **कष्ट भोग्ने अभ्यास गर्नुहोस्:** यो अनौठो लाग्न सक्छ, तर तपाईं कष्टमा धैर्य धारण गर्न आफैलाई तालिम दिन सक्नुहुन्छ। खाना वा आराम जस्ता आफूले चाहेको कुराहरूलाई अस्वीकार गर्नुहोस्।[16] आफ्नो शारीरिक इच्छाहरूको अगाडि झुक्नुको सट्टा पर्खेर आत्म-अनुशासन अभ्यास गर्नुहोस्। हिँड्दा, दौडँदा, चढ्दा वा काम गर्दा आफ्नो शारीरिक सीमाहरू धकेल्दै आफैलाई अनुशासन गर्नुहोस्। प्रत्येक पटक आफूलाई अलि कडा र टाढा धकेल्नुहोस् ताकि तपाईंको शरीर अझ बलियो होस्, तपाईंको मन अझ लचिलो होस्, र तपाईंको आत्मा अझ दृढ होस्।

---

13 फिलीप्पी १:१२–१४; १ पत्रुस ५:१९

14 मर्कूस ८:३५

15 जिम इलियट, अगस्टिन, जोन वेस्ली, रोबर्ट जर्मेन थोमस, एडोनिराम जुडसन, विलियम टिन्डेल, मार्टिन लुथर, रिचर्ड र सबिना वर्मब्रान्ड, पर्पेटुआ, एमी कार्माइकल, कोरी टेन बूम, र जोन प्याटन जस्ता व्यक्तिहरू; https://vm1.tv मा जानुहोस् र निःशुल्क टर्चलाइटर्स फिल्म शृङ्खला र अन्य स्रोतहरू हेर्नुहोस्।

16 उपवास यस क्षेत्रको लागि उपयोगी अनुशासन हुन सक्छ। तर सम्झनुहोस्, ईसाई उपवासको मुख्य उद्देश्य भनेको परमेश्वरमा केन्द्रित गर्नु हो। हाइड्रेटेड रहनको लागि तपाईंले उपवास बस्दा सधैं पानी पिउनुपर्छ र यदि तपाईंसँग स्वास्थ्य समस्या छ जसले यसलाई खतरनाक बनाउँछ भने उपवास बस्नु हुँदैन। धेरै मानिसहरू निश्चित दिनहरूमा केवल एक छाकको लागि उपवास बस्छन् र यो समय प्रार्थनाको लागि प्रयोग गर्छन्।

- कष्ट आउँदा त्यसको लागि तयारी गर्न र सहन **तपाईलाई मद्दत गर्न परमेश्वरसगं माग्नुहोस्:** परीक्षाहरूको बीचमा शक्ति, सहनशीलता र शान्तिको लागि प्रार्थना गर्नुहोस्। तपाईले "आफ्नो आँखा येशूमा केन्द्रित भएकोहोस्" भनि प्रार्थना गर्नुहोस्।[17]

- **चुनौतीहरूको सामना गर्दा परमेश्वरको प्रशंसा गर्नुहोस्:** गुनासो गर्नुको सट्टा, प्रार्थना वा गीतद्वारा आफ्ना शब्दहरूले परमेश्वरको प्रशंसा गर्नुहोस्। तपाईंको परिस्थितिको बावजुद ख्रीष्टमा तपाईसँग अझै भएका सबै आशिषहरूको बारेमा सोच्नुहोस्।

- **कष्ट पाएकाहरूका लागि प्रार्थना गर्नुहोस्:** उनीहरूको आवश्यकताहरूको बारेमा जान्नुहोस् र उनीहरूको लागि मध्यस्थता गर्नुहोस्।

[17] हिब्रू १२:२–३

मनन गर्नुहोस् र/वा छलफल गर्नुहोस् ।

तपाईंले परमेश्वरको लागि पहिले नै कस्ता प्रकारका कष्टहरू भोगिरहनुभएको छ ? तपाईं किन यसलाई सहनुहुन्छ ?

के तपाईं, वा अन्य विश्वासीहरू, कष्टबाट टाढा जानु भएको छ ? के तपाईं निश्चित अवसरहरूको बारेमा सोच्न सक्नुहुन्छ ? (उदाहरणका लागि, गाली वा धम्की पाएपछि तपाईंले सुसमाचार बाँड्न बन्द गर्नुभएको हुन सक्छ ।)

के तपाईं कष्ट भोग्न तयार भएको महसुस गर्नुहुन्छ ? किन गर्नुहुन्छ वा किन गर्नुहुन्न ?

तपाईं परमेश्वरको लागि कतिसम्म कष्ट भोग्न इच्छुक हुनुहुन्छ ? तपाईं परमेश्वरको लागि के के गुमाउन तयार हुनुहुन्छ (मित्रता, परिवार, स्वास्थ्य, सपना, स्वयं जीवन …) ?

चेला बनाउनु

"यसकारण जाओ, र सबै देशका जातिहरूलाई चेला बनाओ, पिता र पुत्र र पवित्र आत्माको नाउँमा तिनीहरूलाई बप्तिस्मा देओ, मैले तिमीहरूलाई आज्ञा गरेका सबै कुरा पालन गर्न तिनीहरूलाई सिकाओ। हेर, म युगको अन्त्यसम्म सधैँ तिमीहरूका साथमा छु।"

मत्ती २८:१८–२०

येशूका अनुयायीहरू चेला बनाउनेहरू हुन्। तिनीहरूले अरूलाई येशूलाई पछ्याउन र आज्ञा पालन गर्न सिकाउँछन्।

यो सुसमाचारको सु सन्देश सुनाउने कामबाट सुरु हुन्छ ताकि मानिसहरूले येशूमा विश्वास गर्न सकून्, त्यसपछि नयाँ विश्वास गर्नेहरूलाई बप्तिस्मा दिने र उहाँका आज्ञाहरू पालन गर्न सिकाउने काम गरिन्छ।[1] चेला बनाउने र तिनीहरूलाई परिचालन गर्ने काम परमेश्वरको योजना हो, जसद्वारा उहाँको जीवनदायी सन्देश प्रत्येक जाति, भाषा र राष्ट्रमा फैलिन्छ। परमेश्वर सबैले उद्धार पाउन् भन्ने चाहनुहुन्छ।[2]

तर जसलाई विश्वास गरेकै छैनन् उहाँलाई मानिसहरूले कसरी पुकार्ने ? जसको विषयमा सुनेकै छैनन् उहाँमाथि तिनीहरूले कसरी विश्वास गर्ने ? र प्रचारकविना तिनीहरूले कसरी सुन्ने ? र कसैले नपठाईकन मानिसहरूले कसरी प्रचार गर्ने ? जस्तो लेखिएको छ, "सुसमाचार प्रचार गर्नेहरूका पाउ कति सुन्दर!"

रोमी १०:१४–१५

प्रारम्भिक अनुयायीहरूलाई थाहा थियो कि येशू नै मुक्ति पाउने एक मात्र उपाए हुनुहुन्छ (र अझै पनि हुनुहुन्छ)।[3] त्यसैले तिनीहरूले येशूको बारेमा अरूसँग बाँड्न हरेक अवसरको सदुपयोग गरे किनभने तिनीहरूलाई थाहा थियो कि (मानिसहरूको) फसल पाकिसकेको छ र चाँडै कटनी गर्न (बटुल्न) आवश्यक छ। तिनीहरूले काम महत्त्वपूर्ण छ भनेर बुझे र कामदारहरूको लागि गम्भीरतापूर्वक प्रार्थना

---

1 मत्ती २८:१८–२०

2 २ पत्रुस ३:९

3 यूहन्ना ३:१६,१८,३६, १४:६; प्रेरित ४:१२

गर्नुपर्ने आवश्यकता महशुष गरे ।[4] तिनीहरूले लाज नमानीकन येशूको बारेमा साहसपूर्वक बोले, र आफ्नो आँखा लक्ष्यमा केन्द्रित राखे ।[5] तिनीहरूले सतावटको बावजुद यस फसलको लागि काम जारी राखे र परमेश्वर तिनीहरूसँग हुनुहुन्छ भन्ने कुरा मनमा राखे ।

येशूका अनुयायीहरूले विश्वासीहरूलाई उहाँको वचन जान्न, पालन गर्न र त्यसअनुसार जीवन बिताउनका लागि तालिम दिन र परिचालन गर्न समय लगानी गर्छन् ।[6] मण्डली (परमेश्वरका मानिसहरू) को एक प्रमुख उद्देश्य मानिसहरूलाई तालिम दिनु र चेला बनाउनका लागि उनीहरुलाई संसारमा पठाउनु हो । येशूले प्रत्येक सुसमाचारको पुस्तकको अन्त्यमा चेला बनाउने आह्वान गर्नुभयो, र प्रेरित पावलले निरन्तर रूपमा चेला बनाएर देखाए ।[7] त्यसकारण, मण्डलीको उद्देश्य भनेको फसलको लागि कामदारहरूको तालिम र परिचालनद्वारा परमेश्वरको महिमा गर्नु हो ।[8]

नयाँ करारमा हामी मण्डलीलाई येशूका अनुयायीहरूको सक्रिय समूहको रूपमा देख्छौं जसले सिकिरहेका छन्, प्रार्थना गरिरहेका छन्, दिइरहेका छन् र परमेश्वरको राज्य विस्तार गरिरहेका छन् । तिनीहरू सिद्ध थिएनन् तर वृद्धि हुन चाहेका थिए र येशू जस्तै बन्न परमेश्वरको शक्तिद्वारा ती परिवर्तन हुन खोजिरहेका थिए । प्रारम्भिक मण्डली आकार र परिपक्वता दुवैमा बढ्दै गयो किनकि ती मानिसहरूले पवित्र आत्मासँग स्वेच्छाले साझेदारी गरे र उहाँको शक्तिले सेवा गरे । पक्कै पनि, यो अलिकति अस्तव्यस्त भयो, तर वास्तविक जीवन सधैं अस्तव्यस्त नै हुन्छ!

परमेश्वरका मानिसहरू (मण्डली) ले आफूलाई परिवारका दाजुभाइ र दिदीबहिनीहरूको रूपमा देखे, जो येशूको रगतद्वारा अनन्तकालसम्म एकतामा बाँधिएका छन् ।[9] चुनौतीपुर्ण भएता पनि तिनीहरूले एक-अर्कालाई वृद्धि गराउँदै, सक्रिय रूपमा एक-अर्काप्रति प्रेम देखाए । तिनीहरूले चेला बनाए, र ती चेलाहरूले पुनः चेला बनाए । यी प्रत्येक चेलाले मण्डली भित्र र बाहिर रहेका दुवै जीवनलाई प्रभाव पारे । धेरै भन्दा धेरै मानिसहरूले येशूको बारेमा सुने, उहाँमा बढे, र येशूका-अनुयायीहरूको नयाँ सँगतिहरू स्थापित भए ।

---

4 मत्ती ९:३७–३८

5 प्रेरित ४:३१, ५:४१–४२; फिलिप्पी १:१४–१७; २ तिमोथी १:८। येशूले हामीलाई उहाँदेखि लज्जित नहुन चेतावनी दिनुहुन्छ (मत्ती १०:३२–३३; २ तिमोथी१:८) ।

6 २ तिमोथी २:२

7 मत्ती २८:१८–२०; मर्कूस १६:१५–२०; लूका २४:४६–४९; यूहन्ना २१:१५–१७; प्रेरित १५:४१, १८:२३; कलस्सी १:२८–२९; १ थेसलोनिकी २:११–१२

8 एफिसी ४:११–१३क मण्डलीको स्वास्थ्य त्यसमा जाने मानिसहरूको संख्याले मापन गरिदैंन, बरु प्रशिक्षित भई त्यहाँबाट र बाहिर पठाइएका मानिसहरूको संख्याले मापन गरिन्छ । फलदायी रूख जस्तै, जसको फल फैलिएर नयाँ रूखहरू बन्छ, फलदायी मण्डली भनेको चेलाहरू बनाउने र नयाँ मण्डलीहरू स्थापना गर्न पठाउने मण्डली हो ।

9 तिनीहरूले आफूलाई लाभ प्राप्त गर्ने क्लबको सदस्यको रूपमा हेरेनन् ।

यहाँ विशेष गरी ध्यान दिनुपर्ने दुई कुराहरू छन्। पहिलो, परमेश्वरको वचन सबै तालिमको प्राथमिक उपकरण र आधार थियो[10]; दोस्रो कुरा, त्यहाँ गहिरो बुझाइ थियो कि अन्ततः जीवन परिवर्तन गर्ने परमेश्वर नै हुनुहुन्छ, र उहाँले पवित्र आत्माद्वारा यो काम गर्नुहुन्छ।[11] पवित्र आत्मा नै हुनुहुन्छ जसले मानिसहरूलाई येशूकहाँ डोर्याउनुहुन्छ, तिनीहरूको चरित्र परिवर्तन गर्नुहुन्छ, र येशूका अनुयायीहरूलाई चेला बनाउन सक्ने शक्ति प्रदान गर्ने गर्नुहुन्छ।[12] परमेश्वर महान् चेला-निर्माताकर्ता हुनुहुन्थ्यो, र अझै पनि हुनुहुन्छ, जसले हाम्रो जीवनलाई उहाँको इच्छा पूरा गर्ने साधनको रूपमा प्रयोग गर्नुहुन्छ।[13]

चेलाहरू येशूका अनुयायीहरू हुन् जो पृथ्वीको छेउछाउसम्म परमेश्वरको महिमा फैलाउन जिउछन्। येशूको अनुयायीको रूपमा, तपाईंलाई चेला बनाउन आज्ञा दिइएको छ। तपाईंसँग अहिलेसम्म के छैन वा थाहा तपाईलाई छैन भन्ने बारेमा चिन्ता नगर्नुहोस्, केवल तपाईले जे गर्न सक्नुहुन्छ त्यसबाट सुरु गर्नुहोस्। विश्वास गर्नुहोस् कि परमेश्वरले तपाईंको प्रयासलाई उहाँको महिमाको लागि प्रयोग गर्नुहुनेछ।[14] परमेश्वरले इच्छुकहरूलाई प्रयोग गर्नुहुन्छ र सुसज्जित पार्नुहुन्छ।

के तपाईं चेला बनाउन चाहनुहुन्छ ?

- **नियमित रूपमा चेला बनाउने बारेमा कुरा गर्नुहोस्, योजना बनाउनुहोस् र प्रार्थना गर्नुहोस्।**

- **येशूको बारेमा सुसमाचार सुनाउनुहोस्:**
  - **परमेश्वरले** तपाईंलाई आत्मविश्वास, साहस र बोल्ने अवसरहरू दिनुभएको होस् भनि **माग्नुहोस्**।
  - **बोल्नको लागि तयार हुनुहोस्:**[15]
    - तपाईं पुग्न चाहनुभएको मानिसहरूको समूहको बारेमा जान्नुहोस्। तिनीहरूले के कुरालाई महत्व ठान्दछन्, के जान्दछन्, कस्तो विचार गर्छन्, के कुरामा विश्वास गर्छन् ?

---

10 पुरानो नियम र प्रेरितहरूको शिक्षा, जुन अहिले बाइबल हो। २ तिमोथी ३:१६–१७ ले भन्छ, "सम्पूर्ण पवित्र-शास्त्र परमेश्वरको प्रेरणाबाट भएको हो, र यो सिकाउनलाई, अर्ती दिनलाई, सच्याउनलाई, धार्मिकतामा तालीम दिनलाई लाभदायक हुन्छ, 17ताकि परमेश्वरको जन हरेक सुकर्ममा पूर्ण रूपले सुसज्जित भई सिद्ध भएको होस्।"

11 २ कोरिन्थी ३:१८

12 यूहन्ना ६:४४, ६५; गलाती ५:२२–२५; प्रेरित १:८, २:१–४१, ४:२९–३३। पिताले पवित्र आत्माद्वारा मानिसहरूलाई येशूतिर आकर्षित गर्नुहुन्छ।

13 प्रेरित ९:१५; फिलिप्पी २:१३

14 १ कोरिन्थी ३:६

15 १ पत्रुस ३:१५

- कुराकानी सुरु गर्ने तरिकाहरू सोच्नुहोस् र त्यसपछि यसलाई आत्मिकी कुराहरूतर्फ मोड्नुहोस्।
- परमेश्वरले तपाईंको जीवनमा के गर्नुभयो भन्ने बारे १–२ मिनेटको कथा (गवाही) भन्न अभ्यास गर्नुहोस्। यसमा तपाईको जीवन पहिले कस्तो थियो, परमेश्वरले तपाईंको लागि के गर्नुभयो, र तपाईंको जीवन अहिले कस्तो छ भन्ने कुरा समावेश हुनुपर्छ। तपाईं यसलाई मानिसहरूलाई संलग्न गराउन प्रयोग गर्न सक्नुहुन्छ तर याद गर्नुहोस् कि यो छोटो हुनुपर्छ नत्र मानिसहरूले नसुन्न सक्छन् ।
- मानिसहरूले बुझ्ने सरल तरिकामा येशूको सुसमाचार बताउने अभ्यास गर्नुहोस्।
- पर्चा वा पुस्तिका बोक्नुहोस्, वा मानिसहरूलाई येशूको बारेमा सिक्न मद्दत गर्न वेबसाइट वा एप देखाउन तयार हुनुहोस्।

◦ **मानिसहरूकहाँ जानुहोस्** – तिनीहरू तपाईं कहाँ आउने प्रतीक्षा नगर्नुहोस्; यदि तपाईं सक्नुहुन्छ भने जोडीमा जानुहोस् ।[16]

◦ सकेसम्म धेरै पटक **यसो गर्नुहोस्**, र यो अझ प्राकृतिक र रमाइलो हुनेछ।

- नयाँ विश्वासीहरूलाई **बप्तिस्मा** दिनुहोस्।

- **विश्वासीहरूलाई परमेश्वरको वचन पालन गर्न सिकाउनुहोस्:** तपाईंले सक्ने व्यक्तिहरुलाई भेला गराउनुहोस्। नियमित रूपमा सानो समूहमा यस्तो तरिकाको बाइबल अध्ययन गर्नुहोस् जसले मानिसहरूलाई आफैंले सत्य पत्ता लगाउन र सिकेको कुरालाई व्यवहारमा उतार्न मद्दत गर्दछ।[17] अन्ततः, हामी मानिसहरूले परमेश्वरको वचन सुनेको, पालन गरेको र अरूसँग बाँडेको चाहन्छौं। एउटा तरिका चाँहि केही पटक एउटा खण्ड पढ्नु, र त्यसपछि यस्ता केही सरल प्रश्नहरू सोध्नु हो:
  - यसले हामीलाई परमेश्वरको बारेमा के बताउँछ ?
  - यसले हामीलाई मानिसहरूको बारेमा के बताउँछ ?
  - यसलाई पालन गर्न हामीले गर्नुपर्ने वा नगर्नुपर्ने केहि कुरा छन् कि ?

  त्यहाँ एपहरू छन् जसले यी बाइबल अध्ययनहरूलाई डोर्याउन मद्दत गर्न सक्छ।[18] जब तपाईं केहि सिक्नुहुन्छ, यसलाई तुरुन्तै अरूसगं बाड्नुहोस्, ताकि तपाईंले सकेसम्म धेरैलाई सिकाइ विस्तार गर्नुहुनेछ। चेलाहरू जीवनभर सिक्नेहरू हुन्। तिनीहरू कहिल्यै पनि नयाँ कुरा सिक्नमा धेरै गर्व गर्दैनन् र तिनीहरू यसलाई हस्तान्तरण गर्न चाहन्छन्।

---

16 एक्लै जान गाह्रो छ, तर तपाईंले भेट्नेहरूका लागि दुई भन्दा बढी व्यक्तिहरू थोरै डरलाग्दो हुन सक्छन्। जोडीमा जादाँ, एक व्यक्तिले बोल्दा अर्कोले प्रार्थना गर्न सक्छ। यो आफ्ना चेलाहरूको लागि येशूको निर्देशन थियो (मर्कूस ६:७)।

17 यसलाई "खोजात्मक बाइबल अध्ययन" (DBS) भनिन्छ। यसको उद्देश्य चाहिं मुख्यतया, अरुले भन्नुभन्दा मानिसहरूले आफैं पत्ता लगाउनु हो। हामीले आफैंले पत्ता लगाएको कुरा सम्झने सम्भावना बढी हुन्छ।

18 यसका लागि Waha एउटा उत्कृष्ट निःशुल्क एप हो। Waha.app मा जानुहोस्।

- **आफ्नो मण्डली वा ख्रष्टियन** सँगतीलाई फसलको लागि कामदारहरूलाई सुसज्जित र परिचालन गर्ने **प्रशिक्षण केन्द्रको रूपमा हेर्नुहोस्।** यसलाई पक्रिराख्नुको सट्टा अधिकार र शक्ति हस्तान्तरण गर्नुहोस्। *सबै* विश्वासीहरूलाई चेला बनाउने आदेश दिइएको छ।[19] हामीले सबै विश्वासीहरूलाई परिचालन गर्नुपर्छ र उनीहरूलाई परमेश्वरको कामको लागि नियुक्त गर्नुपर्छ।

- **तालिमलाई व्यावहारिक बनाउनुहोस्:** मानिसहरूलाई भर्खरै सिकेका कुराहरू अभ्यास गर्न लगाउनुहोस् र जवाफदेहिताको लागि उनीहरूसँग अनुगमन गर्नुहोस्।

- **नमुना, सहयोग, हेर्नु, र छोड्नु** (M.A.W.L.)**:** प्रशिक्षार्थीहरूलाई उनीहरूले गर्नुपर्ने कार्यको नमुना देखाउनुहोस्, सँगै गरेर उनीहरूलाई सहयोग गर्नुहोस्, उनीहरू आफैंले गरेको हेर्नुहोस्, र त्यसपछि छोड्नुहोस् र उनीहरूलाई आफैं गर्न दिनुहोस्। तालिम मुख्यतया मानिसहरूद्वारा हुन्छ, कार्यक्रमहरूद्वारा होइन।

- निर्माण गर्न, हुर्काउन र परिचालन गर्नका लागि इच्छुक व्यक्तिहरू पठाउन **परमेश्वरसँग माग्नुहोस्:** उनीहरूको लागि नियमित रूपमा प्रार्थना गर्नुहोस् र उचित समयसम्म उनीहरूमा आफ्नो समय लगानी गर्नुहोस्।

[19] मत्ती २८:१८–२०

मनन गर्नुहोस् र/वा छलफल गर्नुहोस्:

चेला बनाउनबाट तपाईंलाई के ले रोकिरहेको छ ?

तपाईं कसलाई तालिम दिन(चेला बनाउन) सक्नुहुन्छ ?

तपाईं तिनीहरूलाई के कुरा जान्न र गर्न तालिम दिन सक्नुहुन्छ ? तपाईं कुन कुरा स्रोतहरू प्रयोग गर्न सक्नुहुन्छ ?

यो सम्भव बनाउन तपाईंले कुन-कुन कदम चाल्न सक्नुहुन्छ ?

यसलाई सँगै ल्याउनुहोस्

प्रारम्भिक मण्डलीलाई पत्रुसको पहिलो पत्र (१ पत्रुस) येशूलाई कसरी पछ्याउने भन्ने बारे एक उत्कृष्ट सारांश हो। यसलाई अहिले पढ्नुहोस्। तपाईले सम्झन चाहने, यहाँ भएका वर्गमा मेल खाने कुराहरू तल लेख्नुहोस्। तपाईले चाँडै पत्ता लगाउनुहुनेछ कि त्यस पत्रमा भएका धेरै विषयवस्तुहरू यस पुस्तकका विषयवस्तुहरूसँग मेल खान्छन्।

(येशूलाई) पछ्याउनु र जान्नु	विश्वास राख्नु (र आशा राख्नु)
प्रेम	प्रार्थना
सेवा	अधीनता (आज्ञा पालना गर्नु)

कष्ट	चेला बनाउनु

मनन गर्नुहोस् र/वा छलफल गर्नुहोस्:

तपाईले अहिले सिकेका कुराहरूमा कसरी प्रतिक्रिया जनाउनुहुनेछ ?

तपाईं के गर्न सुरु गर्नुहुनेछ ?

तपाईं के गर्न छोड्नुहुनेछ ?

तपाईं के गरिरहनुहुनेछ ?

येशूले आफ्ना चेलाहरूलाई "आउन र उहाँलाई पछ्याउन" बोलाउनुभयो। तर यसको अर्थ के हो र आज तपाईं कसरी आज्ञा पालन गर्न सक्नुहुन्छ ?

यस पुस्तकमा, लेखकले येशूका प्रारम्भिक अनुयायीहरूमा देखिने चेलापनका मुख्य विशेषताहरू औंल्याउनुभएको छ। तिनीहरूको जीवनलाई हेरेर र तिनीहरूको अनुकरण गर्न खोजेर, तपाईँपनि परमेश्वरले तपाईँको लागि चाहनुभएको जीवन जिउन सक्नुहुन्छ र उहाँको महिमाका लागि संसारमा प्रभाव पार्न सक्नुहुन्छ।

