पाँचौं अध्ययन
प्रार्थना : दोहोरो संचारको माध्यम

हामी किन प्रार्थना गर्छौं ?

परमेश्वरसंग साधारण कुराकानी गर्नु (बोल्नु र सुन्नु) भनेको प्रार्थना गर्नु हो. हरेक दिन नै परमेश्वरलाई सम्झने र उहाँसंग प्रार्थना गर्ने समय छुट्याउनु पर्छ. यस कामले परमेश्वरसंग हाम्रो सम्बन्ध बढाउन हामीलाई सक्षम बनाउँछ. किनभने हामी परमेश्वरसंग बार्तालाप गर्नका लागि उहाँसँग समय बिताइरहेका हुनेछौं. हामी परमेश्वरसंग बार्तालाप गरौं भन्ने उहाँ चाहनु हुन्छ. हामीले उहाँसंग सहायता मागौं भन्ने उहाँ चाहनुहुन्छ – उहाँ हामीसंग बोल्न चाहनुहुन्छ. परमेश्वर हामीलाई प्रेम गर्नुहुन्छ. उहाँ हाम्रो हेरचाह गर्नुहुन्छ. वास्तवमा, उहाँले हामीलाई कहिल्यै नत्याग्ने प्रतिज्ञा गर्नु भएकोछ (हिब्रू १३:५).तपाईंको प्रार्थनामय जीवनबाट परमेश्वरसंगको सम्बन्धमा तपाईं जति बढ्नु हुन्छ, उहाँ बेगर तपाईंले पहिले कसरी कामकुराहरु सम्हाल्नुभयो, यस्तो कसरी हुनसक्यो भनेर तपाईं छक्क पर्नु हुनेछ.

येशूलाई कुन स्थानमा राख्नु उपयुक्त हुन्छ ?

परमेश्वरको पुत्र, येशू ख्रीष्ट हामी मानिस जस्तै हुनुहुन्थ्यो. उहाँले हामी झैं समस्या र परीक्षाहरूको सामना गर्नुभयो. त्यसकारण, हामीलाई केको खाँचो परेको छ भन्ने कुरा उहाँले बुझ्नु भयो (हिब्रू४:१५). उहाँ अहिले पनि परमेश्वरको दाहिने बाहुलीतर्फ हाम्रो खातिर अन्तरविन्ती (प्रार्थना) गर्दै हुनुहुन्छ (रोमी ८:३४). येशू हाम्रो मित्र बन्न चाहनु हुन्छ र परमेश्वरलाई खुशी पार्न सक्ने खालको जीवन जिउन सकौं भनेर उहाँ हामीलाई सहायता गर्न चाहनुहुन्छ. हामी जहाँसुकै जाऔं, येशू हाम्रो साथैमा पवित्र आत्माद्वारा जानुहुन्छ. उहाँ सधैं हामीले प्रार्थना गर्ने योग्यको हुनुहुन्छ – उहाँ सदैव हाम्रो प्रार्थना सुन्न तयार हुनुहुन्छ. हामी हाम्रा समस्याहरू, आनन्द तथा हाम्रो जीवनका यावत कुराहरू उहाँसंग बाँडचुँड गर्नसक्छौं. अब हामी

परमेश्वरका छोराछोरी र येशूका संगी अंशियार (अंशको हक पाउने व्यक्ति) भएकाछौं (रोमी ८:१७ हेर्नुहोस्).

हामीले कसरी प्रार्थना गर्नुपर्छ ?

नयाँ क्रिश्चियन भएको हुनाले उहाँको बारेमा हामीसंग थोरै मात्र ज्ञान छ भन्ने कुरा परमेश्वरलाई थाहा छ. यसैकारण उहाँ हामीलाई सहायता गर्न चाहनु हुन्छ. हामीले साधारण प्रार्थना गरी आफूलाई चाहिएको कुरा मागेको उहाँ मन पराउनु हुन्छ. तापनि हामी यसभन्दा धेरै बढता अघि बढ्नु आवश्यक छ – सधैं साधारण र आफ्नै लागि मात्र प्रार्थना गर्न छाडेर अरूको लागि र अप्ठ्यारा अवस्थाहरूमा पनि प्रार्थना गर्न थाल्नु पर्छ (एफिसी ६:१८). अन्त्यमा, हामीले प्रार्थनामा कसरी पवित्र आत्माद्वारा निर्देशित हुने र डोऱ्याइने भन्ने कुरा पनि सिकौं भनी परमेश्वर चाहनुहुन्छ. पवित्र आत्मा हाम्रो मार्गदर्शक र सल्लाहकार हुनुहुन्छ (यूहन्ना १४:१६, २६). कसरी प्रार्थना गर्नु पर्ने हो भनी उहाँले हामीलाई सिकाउनु हुन्छ (रोमी ८:२६-२७). परमेश्वर हाम्रो प्रार्थना सुन्ने र जवाफ दिने काम मात्र गरिरहनु हुन्न बरू प्रार्थना गर्न पनि हामीलाई सिकाउनु हुन्छ ! बाइबलले हामीलाई यसरी सल्लाह दिएकोछ:

> *धन्यवादसाथ त्यसमा सतर्क रहेर प्रार्थनामा लागिरहो* (कलस्सी ४:२).
>
> साँच्चै भन्ने हो भने हामीले यसो गर्नु पर्छ :
> *केही कुरामा चिन्तित नहोओ, बरू सबै कुराहरूको निम्ति धन्यवादसाथ प्रार्थनामा र अन्तरविन्तीमा तिमीहरूको माग परमेश्वरमा जाहेर होस्* (फिलिप्पी ४:६).

यस पदले पनि हाम्रो जीवनको प्रार्थना गरिरहने एउटा पक्षलाई देखाएकोछ. परमेश्वरले हाम्रो निम्ति गरिदिनु भएका कामहरू र विशेषगरी हाम्रो प्रार्थनाको जवाफ दिनु भएको लागि उहाँलाई हामीले धन्यवाद चढाउनु पर्छ भन्ने कुरा उक्त पदले देखाएकोछ.

सही प्रेरणा

जब तपाईं प्रार्थना गर्नु हुन्छ, त्यो आफैंलाई खुशी पार्नेखालको नभएर परमेश्वरलाई रिझाउने खालको हुनुपर्छ. याकूब ४:३ मा हामी यस्तो पढ्छौं:

तिमीहरू माग्छौ तर पाउदैनौ, किनकि आफ्ना अभिलाषा पूरा गर्नलाई बेठीकसित माग्छौ.

हामीले ठीक उद्देश्यका लागि प्रार्थना गरौं भन्ने परमेश्वर चाहनु हुन्छ. हामीले गाह्रो मान्दै, धकाउँदै र भकभके शब्दहरू उच्चारण गर्दै प्रार्थना गरे तापनि केही फरक पर्दैन. तर प्रार्थना गर्नुको पछाडि हामीसंग सही इच्छा तथा चाहना छ भने परमेश्वरले हाम्रो प्रार्थना सुन्नु हुनेछ. हामीले प्रार्थना गर्दा खास धार्मिक शब्दावली उच्चारण गर्दै प्रार्थना गर्नुपर्छ भन्ने होइन. त्यसैगरी पहिलेदेखि नै तयार पारिराखेको विशेष प्रार्थना गर्नुपर्छ भन्ने पनि छैन (यूहन्ना १७:२४) आफ्नो भित्री इच्छा थाहा पाउन तपाईंले गरेको प्रार्थना परमेश्वरको महिमाको लागि र उहाँको राज्य विस्तारको लागि हो कि होइन भनी जाँच गर्नुहोस्.

शुद्ध हृदयसाथ प्रार्थना गर्नु होस्

हामीले प्रार्थना गर्दा परमेश्वरसामू हामी शुद्ध हुनु जरुरी छ. यदि हामी शुद्ध छौं भने हामी ढुक्क भएर उहाँको सामून्ने जान सक्छौं. उहाँसंग आँखा जुधाएर उभिन सक्छौं (हिब्रू ४·१६). तपाईंले पापै गर्नु भएको भए पनि त्यो पाप स्वीकार गरेर परमेश्वरसंग क्षमा माग्नु होस् (१यूहन्ना १:९). हाम्रो दृष्टिमा अरू मानिसहरू जतिसुकै खराब भए पनि परमेश्वर हामीलाई उनीहरूको पाप क्षमा गर्न लगाउनु हुन्छ, किनभने उहाँले हामीलाई येशूमा त्यसभन्दा बढ्ता क्षमा गर्नु भएकोछ (मत्ती ६:१४-१५) एकपल्ट हामीले यति गर्‍यौं भने हामी निर्भयसाथ परमेश्वरसामू आउन सक्छौं. कारण, अब हामीसँग आफैंलाई दोष्याउने हृदय रहँदैन. यदि हामी परमेश्वरले चाहे जस्तै गरी आज्ञाकारी भएर जिउंछौं भने हामी जेसुकै पनि माग्न र प्राप्त गर्न सक्छौं (१यूहन्ना ३:२१-२४).

हामीले अरूहरूसंग मिलेर प्रार्थना गर्नुपर्छ ?

जहाँ दुई वा तीनजना मेरो नाउंमा भेला हुन्छन्, त्यहाँ म तिनीहरूको साथमा हुनेछु (मत्ती १८:२०).

हामीले परमेश्वरसंग दिनहुँ एक्लै बसेर प्रार्थना गर्नुपर्छ. तापनि क्रिश्चियन समूदायले संगै बसेर प्रार्थना गर्दा त्यो धेरै प्रभावकारी हुन्छ भनी बाइबलमा बताइएकोछ (प्रेरित ४:२३, २४, १२:१२). तपाईंको स्थानीय मण्डलीमा यस्ता प्रार्थना संगतिको विषयमा (कहिले कहिले हुनेगर्छ भनी) जानकारी लिनुहोस्.

प्रार्थनाको निम्ति सुझावहरू:

- दिनहुँ बाइबल अध्ययनसंगै प्रार्थना गर्न सकिन्छ.
- प्रत्येक दिन प्रार्थनामा तपाईंले कम्तीमा पनि पाँच मिनेट बिताउनु पर्छ. तपाईंको सम्बन्ध परमेश्वरसंग बढ्दै जाँदाखेरि त्यो पाँच मिनेटको प्रार्थना अपर्याप्त भएको तपाईंलाई थाहा हुनेछ. तपाईं हरेक अवस्थामा परमेश्वरकहाँ नजीक जान चाहनु हुनेछ, किनभने तपाईं उहाँको चाहना अनुसारको मानिस बन्न चाहनु हुनेछ.
- तपाईंले कुनै समय छान्नु पर्ने हुन्छ, जहाँ प्रार्थना गर्दा शान्त वातावरण हुन्छ र झर्को लगाउने कुनै कुरा हुदैन.
- हाम्रो प्रार्थनाको समयमा परमेश्वरलाई पनि बोल्ने मौका दिनु पर्छ.
- परमेश्वर पितासंग येशूको नाउँमा हामीले प्रार्थना गर्नुपर्छ. यसले हाम्रो प्रार्थना गर्ने उद्देश्यलाई सधैं ठीक राख्दछ र बाइबलले पनि हामीलाई यसरी नै प्रार्थना गर्न सिकाएकोछ. हेर्नुहोस्: यूहन्ना १४:१३; १६:२३
- हाम्रो प्रार्थनामा उहाँ को हुनुहुन्छ भन्ने जानेर परमेश्वरको प्रशंसा गर्नुपर्छ र उहाँले हाम्रो र अरूमानिसहरूको लागि के गरिदिनु भएकोछ, सोको निम्ति उहाँलाई धन्यवाद दिनुपर्छ.

प्रश्न तथा संकेतहरु

१. मर्कूस १२:२२-२५ पढ्नुहोस् र तलका पश्नहरूको जवाफ दिनुहोस् :
  क. यी पदहरू कसका लागि प्रयोग हुन्छन ?
  ख. प्रार्थनाद्वारा हामी के गर्न सक्छौं ?
  ग. प्रार्थना गर्दा हाम्रो हृदयको प्रबृत्ति कस्तो हुनुपर्छ ?
  घ. प्रार्थना गर्नुभन्दा पहिले हामीले के गर्नुपर्छ ?

२. विश्वासपूर्वक प्रार्थना गर्नु हो भने तपाईंले के प्राप्त गर्नुहुनेछ ? मत्ती २१:२१-२२

३. परमेश्वरले हाम्रो प्रार्थना सुन्नु हुन्छ भनेर हामी कसरी निश्चित हुनसक्छौं ? १यूहन्ना ५:१४, १५

४. हाम्रा प्रार्थनाहरूको जवाफ परमेश्वर कुन सीमासम्म दिनुहुन्छ ? एफिसी ३:२०

५. परमेश्वरबाट जवाफ पाउन नसक्नुमा कुन सानो गल्ती कारक बन्छ ? याकूब ४:२

६. म परमेश्वरको इच्छा मुताबिक प्रार्थना गरिरहेकोछु तापनि उहाँबाट जवाफ आएन भने मेरो प्रतिक्रिया कस्तो हुनुपर्छ ? हिब्रू १०:३५, ३६

७. कस्ता कस्ता कुराहरूको लागि हामी प्रार्थना गर्न सक्छौं ? मत्ती ९:३८; १तिमोथी २:१,२; याकूब १:५

८. येशूले चेलाहरूलाई यसरी प्रार्थना गर्नु पर्छ भनी सिकाउनु भएको खण्ड (मत्ती ६:५-१५) पढ्नुहोस् र तल सोधिएका प्रश्नहरूको जवाफ दिनुहोस्:
  क. हामीले कहाँ गएर प्रार्थना गर्नुपर्छ ? (पद ६)
  ख. के लामो प्रार्थना आवश्यक हुन्छ ?(पद ७ र ८)
  ग. के परमेश्वर हाम्रो आवश्यकता - खाँचो बुझ्नुहुन्छ ? (पद ८)
  घ. कुन नाममा प्रार्थना लक्षित हुनुपर्छ (पद ९)
  ङ. प्रार्थना गर्दा हाम्रो स्वर्गमा बस्नु हुने पितालाई उचाल्नु (महिमा दिनु) जरुरी छ ? (पद ९)
  च. के हामीले दैनिक रुपमा खाँचो पर्ने कुराहरूको निम्ति प्रार्थना गर्नु पर्छ ? (पद ११)
  छ. के हामीले आफ्ना पापको निम्ति परमेश्वरसंग क्षमा माग्नु पर्छ ? (पद १२)

ज. शैतान र त्यसले ल्याउने बाधाहरूको सामना गर्नका लागि हामीले प्रार्थनामा परमेश्वरको सहायता माग्नु ठीक होला ? (पद १३)

झ. के हामीले अरू मानिसहरूलाई क्षमा गर्नुपर्छ ? (पद १४, १५)

प्रार्थना

महान परमेश्वर, तपाईंलाई चिन्ने मौका मलाई दिनुभएकोमा धन्यवाद छ. म अझै बढी तपाईंलाई बुझ्न र हामीबीचको सम्बन्धलाई बढाउन चाहन्छु. तपाईंसंग प्रार्थना गर्न सिकाउनु होस् र अनुशासित भएर प्रार्थनामा लागिरहनको निम्ति मलाई सहायता गर्नु होस्. येशूको नाउंमा म यो प्रार्थना गर्दछु. आमेन.