ख्रीष्ट केन्द्रित विवाहको साँचो

बिल लभलेस

ख्रीष्ट नै जीवन सेवकाई

प्रकाशन अधिकार बिल लभलेस ©२०१२ मा सुरक्षित सर्वाधिकार सुरक्षित । यो पुस्तक व्यापारिक फाइदा वा नाफा कमाउनको लागि फोटोकपी गर्न वा छाप्न पाइने छैन । यो व्यक्तिगत वा सामूहिक अध्ययनको लागि यो सामग्री प्रयोग गर्न सकिनेछ ।

पवित्र बाइबल न्यू इन्टरनेशनल अनुवादबाट लिएका धर्मशास्त्रको खण्डहरुको प्रकाशन अधिकार अर्न्तराष्ट्रिय बाइबल सोसाइटी© १९७३, १९७८, १९८४ मा निहित छ । जोनदरभनको अनुमतिद्धार प्रयोग गरिएको हो । सर्वाधिकार सुरक्षित पवित्र बाइबल न्यू लिभिङ अनुवादबाट लिएका धर्मशास्त्रका खण्डहरुको प्रकाशन अधिकार ट्यान्डेल च्यारिटेबल ट्रस्ट ©१९९६ मा निहित छ । ट्यान्डेल हाउस प्रकाशकको अनुमतिद्धार प्रयोग गरिएको हो । न्यू अमेरिकन स्ट्यार्न्डट बाइबलबाट लिएका धर्मशास्त्रका खण्डहरुको प्रकाशन अधिकार लकम्यान फाउनडेसन ©१९६०, १९६२, १९६३, १९६८, १९७१, १९७२, १९७३, १९७५, १९७७, १९९५ मा निहित छ । अनुमति पाएर प्रयोग गरिएको हो, न्यू किङ जेम्स अनुवादबाट लिएको धर्मशास्त्रका खण्डहरुको प्रकाशज अधिकार इन्क© १९८२ मा निहित छ । अनुमति पाएर प्रयोग गरिएको हो । सर्वाधिकार सुरक्षित धर्मशास्त्रका चिन्ह लगाएका भनाईहरु गुड न्यूज ट्रान्सलेसन (जी एन टी) आजको अंग्रेजी अनुवाद दोस्रो सम्पादनबाट लिएको धर्मशास्त्रका खण्डहरुको प्रकाशन अधिकार अमेरीकन बाइकल सोसाइटी १९९२ मा निहित छ । अनुमति पाएर प्रयोग गरिएको हो ।

विषय सुची

परिचय

पाठ १ - तीन प्रकारका विवाहहरु “आफूमा भर पर्ने खीष्टियान जीवन र विवाह”६

पाठ २ - परमेश्वरमा भर पर्ने खीष्टियान जीवन नै खीष्ट केन्द्रित विवाहको अनुभव गर्नको लागि आवश्यक जग २९

पाठ ३ - वैवाहिक द्धन्द्धको ⁄समस्याको स्रोत -अपुरो खाँचोहरु पूरा गर्नको लागि परमेश्वरलाई निम्त्याउनु वा संलग्न गराउनु ६३

पाठ ४ - शारीरिक अधिकारहरु, अपूरो आपेक्षाहरु र अक्षमाशील⁄पश्चतापी अवरोधहरुलाई हटाउनको लागि परमेश्वरलाई निम्त्याउनु वा संलग्न गराउनु १०७

पाठ ५ - के तपाईलाई आफ्नो र आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीको साँचो परिचय थाहा छ ? १३८

पाठ ६ -खीष्ट केन्द्रित विवाहको सम्बन्धमा अन्तिम सत्यहरु १७५

यस अध्ययनको रुपरेखा

यस अध्ययनमा **छ वटा पाठहरु** छन् र हरेक पाठमा **पाँचवटा दैनिक पाठहरु** छन् । यसले तपाईलाई यस सामग्रीलाई हरेक हप्ता अलग-अग पाँचवटा भागहरुमा विभाजन गर्न लगाउँछन् । हरेक पाठमा अभ्यास, प्रश्नहरु र "परमेश्वरसँग वातचीत गर्ने भागमा" मनन् गर्नको लागि धर्मशास्त्रका पदहरु हुनेछन् ।

परमेश्वरसँग वातचीत

"परमेश्वरसँग वातचीत" गर्ने भाग चाहिँ तपाईको लागि पढेको पाठहरुबाट पवित्र आत्मासँग व्यक्तिगत प्रकाश र समझ माग्नको लागि तयार पारिएको हो । यो भाग चाहिँ यति खेरा महत्वपूर्ण हुन्छ, जब तपाईको विश्वाससँग भर्खरै पढेको सत्यहरु मेल खाँदैन । यदि सत्य जान्नको लागि हामीले परमश्वरको खोजी गर्दैनौ भने, हामी कहिल्यै पनि झूठा विश्वासहरुबाट माथि आउन सक्दैन अर्थात् झूठो विश्वासमा नै रहिरहने छौं ।

"मनन" भन्ने शब्द

कति मानिसहरु "मनन" शब्दको सम्बन्धमा नयाँ युगको थप वा फरक विचारहरुको कारणले यो शब्द सुन्दा अप्ठ्यरो महशुस गर्छन् । तापनि यो चाहिँ बाइबलीय शब्द हो, यसैले हामी यस देखि लजाउनु आवश्यक छैन । मुख्य कुरा चाहिँ हामीले के वा कसमाथि मनन गर्दैछौं भन्ने कुरा हो । हाम्रो मनन गर्ने कार्यचाहिँ परमेश्वर र उहाँको सत्यता माथि केन्द्रित हुनेछ । यदि तपाईलाई मनन भन्ने शब्द प्रति अप्ठ्यारो महशुस हुन्छ भने यसको सट्टा "सोच्नु" भन्ने शब्दलाई प्रयोग गर्नुहोस् ।

"प्रकाश" शब्द

यो अध्ययन भरीमा मैले धेरै पटक "प्रकाश" भन्ने शब्दलाई प्रयोग गर्नेछु । यो एउटा महत्वपूर्ण शब्द हो, जसको अर्थ सामान्यतय परमेश्वरले आफ्नो सत्यलाई लिएर तपाईले सामना गरिरहनु परिस्थितिमा त्यो सत्य वा वचन तपाईकै लागि हो भनी पक्का गराउनु हो । प्रकाश चाहिँ तपाईले पढिरहनु भएको कुरालाई बुझाउने परमेश्वरको तरिका हो । प्रकाशले तपाईलाई दिमागी ज्ञान भन्दा माथिल्लो स्तर लान्छ र यसले तपाईलाई परमेश्वरको वचनलाई आत्मिक रुपमा बुझ्नमा सहायता गर्छ ।

यदि तपाईको विवाहमा समस्या छ भने

हामी पाठ एकमा दुई प्रकारको वैवाहिक समस्याहरुलाई पत्ता लगाउनेछौं । बाहिरी र गुप्त समस्या । यदि तपाईको वैवाहिक जीवनमा समस्या भएको कारणले यो पुस्तक अध्ययन गर्दै हुनुहुन्छ भने, यस

पुस्तकको कति ठाउँहरुमा तपाईले पढेका कुराहरु कसरी तपाईको त्यो अवस्था वा परिस्थितिमा लागुहुन्छ भन्ने बारेमा बताउनेछु ।

जब तपाईले "यदि तपाईको विवाहमा समस्यामा छ भने" शब्द देख्नुहुन्छ । तब मैले विवाहको बारेमा बोल्न गइरहेको छु भन्ने कुरा तपाईले थाहा पाउनुहुनेछ । तपाईले यस अध्ययनमा यो वाक्य धेरै पटक देख्नुहुनेछ । तपाईप्रति मेरो चाहना वा उदेश्य चाहिँ तपाईले मैले बताउन गइरहेको सत्यतालाई बुझोस्, विश्वास गरोस् र त्यस अनुसार चलोस् भन्नु हो । यदि तपाईले यसो गर्नुहुन्छ भने, तपाईले त्यो समस्या वा द्वन्द्वबाट छुटकारा पाउन थाल्नुहुनेछ र तपाई घनिष्टताको, मिलाप र एकताको नयाँ मार्गमा हिँड्न थाल्नुहुनेछ ।

परिचय

म तपाईलाई व्यक्तिगत रुपमा यस अध्ययनमा स्वागत भन्न चाहन्छु । यो चाहिँ विवाहको लागि परमेश्वरको योजना र परमेश्वरले यो योजनाले कसरी काम गरेको चाहनुहुन्छ भन्ने कुराको आधारभुत अध्ययन हो धेरै विवाहित जोडीहरुलाई चेला बनाइसके पछि, धेरै खीष्टियान जोडीहरुले आफ्नो विवाह येशू खीष्टको जगमाथि निर्माण गर्नु भन्नुको अर्थ के हो भन्ने बारेमा पूर्ण रुपमा नबुझेका रहेछन् भन्ने कुरा मलाई स्पष्ट रुपमा थाहा भयो । दुर्भाग्यवश धेरै खीष्टियानहरुले खीष्ट केन्द्रि वैवाहिक जीवन जिउनको लागि आफ्ना शक्ति र क्षमतालाई प्रयोग गरि प्रयास गरिरहेका छन् ।

म र मेरो श्रीमतीले पनि हाम्रो वैवाहिक जीवनको दशौं वर्ष सम्म त्यस्तै गरे । दशौं वर्षको अन्तमा, मैले यहाँ बाँड्न गइरहेको सत्यताले हाम्रो वैवाहिक जीवनलाई साँचो रुपमा परिवर्तन गर्न थाल्यो । जसै तपाईले यी सत्यहरु सिक्नुहुन्छ र परमेश्वरलाई आफ्नो शक्तिद्धार तपाईको जीवनमा वास्तविक रुपमा यी कुराहरु पूरा गर्नको लागि अनुमती दिनुहुन्छ, तपाईको जीवनमा पनि परमेश्वरले मेरो जीवनमा झै काम गर्नुहुनेछ भनी परमेश्वरमा भरोसा गर्दछ । यो पुस्तकका धेरै बाइबलीय सत्यहरु प्रस्तुत गरिनेछ । कति तपाईले पहिलै जानिसक्नु भएको छन् भने कति चाहिँ तपाईको लागि नयाँ हुनेछन् । बाइबलीय ज्ञान प्राप्त गर्नु चाहिँ पहिलो कदम मात्रा हो । कसैले मलाई एक पटक भनेको थियो कि “परिवर्तन विनाको जानकारी वा ज्ञान चाहिँ केवल जानकारी मात्र हुन” । परमेश्वरले तपाईले सिक्नुभएका सत्यहरुलाई लिएर वा प्रयोग गरेर तपाईको जीवन र तपाईको विवाहलाई परिवर्तन गर्न चाहनुहुन्छ । चाहे तपाईले विवाह गर्नुभएको थोरै समय भएको होस् वा धेरै समय भएको होस्, म विश्वास गर्छु कि परमेश्वरले यस पुस्तकलाई उहाँले कसरी खीष्टियानहरुले विवाहमा गहिरो घनिष्टता र एकता अनुभव गरेको चाहनुहुन्छ भन्ने बारेमा नयाँ प्रकाश दिनको लागि प्रयोग गर्नुहुनेछ ।

<u>पाठ एक</u>

तीन प्रकारका विवाहहरु

आपूमा भर पर्ने ख्रीष्टियान जीवन र वैवाहिक जीवन

<u>पहिलो दिन</u>

<u>परिचय</u>

यस अध्ययनको प्राथमिक उदेश्य वा लक्ष्य चाहिँ विवाहको सम्बन्धमा भएको झूठो विश्वास वा झूठ र बाइबलीय सत्यता बीचको फरक देखाउनु हो । **यूहन्ना ८ : ३२** ले भन्छ : "तिमीहरुले सत्य के हो जान्नेछौं र सत्यले तिमीहरुलाई स्वतन्त्र तुल्याउनेछ ।"

यस पद वा भनाईको विपरित पक्षको बारेमा सोच्चौं

यदि सत्यले स्वतन्त्र तुल्याउँछ भने, झूठले तपाईको जीवनलाई सधै कहाँ राख्छ ? तपाईलाई बन्धनमा राख्छ ।

यसैकारण, यदि हामी ख्रीष्ट केन्द्रित वैवाहिक जीवनको अनुभव गर्न चाहन्छौं भने, हामीले सत्यलाई जान्नु, विश्वास गर्नु र सत्यतामा हिँड्ने छनौट वा निर्णय गर्नुपर्छ ।समानान्तर वा मिल्दोजुल्दो विचार यो हो :

तपाई आफ्नो विश्वास भन्दा माथि जिउनुहुनेछैन अर्थात् तपाईले जस्तो विश्वास गर्नुहुन्छ, त्यही अनुसार जिउनुहुन्छ ।

के विवाहको सम्बन्धमा तपाईले राख्नुभएको विश्वास सत्य छ ?

जसै तपाईले यसलाई अध्ययन गर्नुहुन्छ, तपाईप्रति मेरो प्रार्थना यो छ कि विवाहको सम्बन्धमा तपाईले विश्वास गर्दै आउनु भएको झूठो विश्वास वा झूठ कुरा प्रकट गरिदिनको लागि पवित्र आत्मालाई निम्त्याउनुहोस् । साथै विवाहको सम्बन्धमा उहाँले आफ्ना सत्यहरु प्रकट गरियोस् भनी तपाईले पवित्र आत्माको खोजी गर्नु भएको होस् म प्रार्थना गर्दछु । अन्तमा मेरो यही प्रार्थना छ कि परमेश्वरले

तपाईलाई उहाँको सत्यमा चल्ने वा हिँड्ने इच्छा दिनुभएको होस् । यस अध्ययनको सम्बन्धमा तपाईका आपेक्षाहरु के के हुन् भन्ने कुरा पत्ता लगाउँदै सुरुवात गर्न चाहन्छु ।

यस अध्ययनको सम्बन्धमा तपाईका आपेक्षाहरु के के छन् ?

जसै तपाईले यसलाई शुरु गर्नुहुन्छ, तपाई तलका कुनै पनि कुराहरुको कारणले तपाईले यो अध्ययन गर्न लागिरहनु भएको हो कि भन्ने कुरा म जान्न ईच्छुक छु :

- तपाईले यस अध्ययनबाट तपाईको वैवाहिक जीवनको लागि केही थप कुराहरुको चाहना गर्नुभएको कारणले हो ?
- तपाईले आफ्नो वैवाहिक जीवनमा केही कुरा गुमाइरहेको वा केही कुराको अभाव भएको कारणले यस अध्ययनबाट प्राप्त गर्छु कि भनेर हो ?
- तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमती सम्बन्धका एक वा धेरै क्षेत्रहरुमा "अड्केको" कारणले हो ?
- तपाईको वैवाहिक जीवनको केही क्षेत्रहरुमा निरन्तर रुपमा भइरहेको द्वन्द्ध वा समस्याबाट छुटकारा पाउन चाहेर हो ?
- तपाई एक अर्कामा एकता भएर गहिरो घनिष्टताको चाहना गरेर हो ?
- तपाई अझ थप ख्रीष्ट केन्द्रित वैवाहिक जीवनको चाहना गरेर हो ?

मैले माथि यी कारणहरु उल्लेख गरे किनकी यसैको निम्ति नै मैले यस पुस्तकलाई लेखेको छु । माथिका समस्याहरु भएर म कहाँ आएका धेरै जोडीहरुलाई मैले चेला बनाउने काम गरेको छु । त्यसैकारण मेरो यो प्रार्थना छ कि यस पुस्तक अध्ययन गर्नुको पछाडि तपाईको जति पनि आपेक्षाहरु छन् ती पवित्र आत्माले पूरा गर्नुभएको होस् वा अझ बढ्ता गर्नुभएको होस् । म तपाईले शुरुमा विवाह गर्दा खेरी विवाहप्रतिको धारण र अहिले तपाईले अनुभव गरिरहनु भएको कुराहरुलाई हेर्दै शुरुवात गर्नेछु ।

शुरुवातको धारण वा आपेक्षा

विवाह गर्ने बेलामा तपाईका धारणहरु/आपेक्षाहरु के - के थिए ? के तलका कुनै पनि कुराहरु तपाईमा लागु भएको छ ?

- मैले शर्तरहित भएर प्रेम गर्न चाहेको थिए र प्रेम दिन चाहेको थिए ।
- मैले शर्तरहित रुपमा श्रीमान् वा श्रीमतीलाई स्वीकार गर्न चाहेको थिए र मलाई पनि शर्तरहित रुपमा स्वीकारियोस् भन्ने चाहना गरेको थिए ।
- म भरिपूर्ण र खुशी हुन चाहन्थे ।

- मेरी श्रीमतीले वा श्रीमान्ले मेरा खाँचोहरु पूरा गरोस् भनी चाहन्थे ।
- मैले मेरी श्रीमती वा श्रीमान्को खाँचो पूरा गर्न चाहन्थे ।
- दिन-दिनै मिलाप, घनिष्टता र सम्बन्धमा एकताको कुराहरु बढ्दो रुपमा अनुभव गर्दै जान चाहन्थे ।

प्रश्न : तपाईले विवाह गर्ने बेलामा तपाईमा माथि उल्लेख गरेका आपेक्षा बाहेक अरु पनि आपेक्षाहरु थिए ?

आज वास्तविकता के छ वा कस्तो छ त ?

यदि तपाईले विवाह गर्नुभएको केही समय भएको छ भने, के आज तपाईको आपेक्षा अनुसार भएको छ त ?यदि तपाईले विवाह गर्नुभएको केही समय भएको छ भने, के आज तपाईको आपेक्षा अनुसार भएको छ त ? के तपाईका आपेक्षाहरु पूरा भएको छ ? म त्यही आशा गर्छु, तर यदि पूरा भएको छैन भने, यस अध्ययनबाट तपाईका आपेक्षा/धारणहरु र वास्तविकमा लागु हुने सत्यलाई बुझ्नुहुनेछ भनी आशा गर्दछ ।

प्रश्नहरु : तपाईले विवाह गर्दा राख्नुभएको आपेक्षाहरु अनुसार आज तपाईको वैवाहिक जीवनमा के कति कुराहरु वास्तविकता वा पूरा हुन आएको छ ?

स्वतन्त्र हुनु

हामी अगाडि बढ्नु भन्दा अगाडि फेरि पनि एक म **यूहन्ना ८ : ३२** लाई हेर्न चाहन्छु :

"तिमीहरुले सत्य के हो सो जान्नेछौं, र सत्यले तिमीहरुलाई स्वतन्त्र तुल्याउनेछ ।"

म विश्वास गर्छु कि हामी सबै जना हाम्रो वैवाहिक जीवनमा धेरै स्वतन्त्र अनुभव गर्न चाहनछौं, होइन र ? हाम्रो वैवाहिक जीवनमा आउने स्वतन्त्रताका केही उदाहरणहरु यी हुन् ।

- तपाईको श्रीमान् वा श्रीमती प्रेम र अनुग्रह प्राप्त गर्न अयोग्य भए पनि प्रेम र अनुग्रह दिनमा हामी स्वतन्त्र हुनु ।
- कहिल्यै समाधान नभएको समस्या वा द्वन्द्वबाट छुटकारा/स्वतन्त्र हुनु ।
- द्वन्द्व निम्त्याउने शारीरिक व्यवहारहरुबाट छुटकारा पाउनु ।

- तपाईका केही कुराहरु जो तपाईले वैवाहिक जीवनमा ल्याएका हुन सक्छ, त्यसबाट छुटकारा ।
- श्रीमान् श्रीमतीलाई शर्तरहित भएर प्रेम गर्ने कुरामा छुटकारा ।
- तपाईको वैवाहिक जीवनमा परमेश्वरले चाहनु भएका सबै कुराहरु अनुभव गर्ने कुरामा छुटकारा ।

हामीले पहिला पनि भनिसकेका छौं कि सत्यले हामीलाई छुटकारा दिन्छ भने, झूठमा जिउँदा खेरीको परिणाम के हुन्छ ?

- तपाईको वैवाहिक जीवनमा कुनै परिवर्तन हुँदैन (पहिला जस्तै) ।
- द्वन्द्ध वा समस्याहरु टुंगिदैन ।
- गलत विश्वास र झूठ कुराको बन्दी भएर रहन्छ ।
- निराश, भ्रम
- भावनात्मक अलगपन
- सम्बन्ध विच्छेद

परमेश्वरले तपाईको जीवनमा यो सत्यद्धार कि यी समस्याहरुको परिणामबाट छुटकारा दिऊन् कि यी समस्याहरु आउन नदिनुभएको होस् भनी परमप्रभुमा भरोसा गर्दछु । तलका प्रश्नहरुलाई जवाफ दिँदै शुरु गरौं ।

<u>के तपाई आफ्नो वैवाहिक जीवनमा सुधार आएको वा परिवर्तन भएको चाहनुहुन्छ?</u>

मैले यो प्रश्न दुईवटा कारणले सोधेको छु । पहिलो कुरा चाहिँ तपाईले तपाईको वैवाहिक जीवनको परिवर्तन भन्दा सुधारको बारेमा सोचेको हुनसक्छ । दोस्रो, तपाईलाई सुधार र परिवर्तन एउटै जस्तो लाग्न सक्छ । म यी दुई बीचको भिन्नलाई देखाउन चाहन्छु ।

<u>सुधार</u>: यो चाहिँ तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीले तपाईहरुको वैवाहिक जीवनलाई सुधार वा परिवर्तन गर्न आफ्नो बुद्धि, स्व-अनुशासन, क्षमता र इच्छा शक्तिलाई प्रयोग गरेर गर्ने कार्य हो ।

शायद तपाईलाई कसरी ख्रीष्टियान विवाहलाई सुधार गर्ने भन्ने सम्बन्धमा लेखिएका धेरै पुस्तकहरु थाहा हुनसक्छ (पढेको हुन सक्छ) । साधारणतय यी पुस्तकहरुले वैवाहिक जीवनलाई सुधार गर्नको लागि के गर्नुपर्छ भन्ने कुरा बताउँछ । यदि तपाईले त्यहाँ लेखिएका कुराहरु वा शिक्षाहरुलाई पालन गर्‍यो भने मात्र यसले तपाईको विवाहलाई सुधार्ने छ । यो कुराको आधारमा, म एउटा प्रश्न सोध्न चाहन्छु :

के अविश्वासीहरुले पनि त्यही पुस्तकलाई पढेर आफ्ना क्षमता र इच्छा शक्तिलाई प्रयोग गरी उनीहरुको वैवाहिक जीवनलाई सुधार्न

परिवर्तन चाहिँ सुधार भन्दा कसरी वा कुन प्रकारले फरक छ ?

परिवर्तन : यो चाहिँ तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीलाई विवाहको सम्बन्धमा परमेश्वरको योजना, उहाँका प्रतिज्ञाहरु र सत्यहरु अनुभव गर्नको निम्ति परिवर्तन गर्नको लागि तपाईको जीवनमा पवित्र आत्माले गर्नुहुने अलौकिक कार्य हो ।

मैले भेटेका जोडीहरुबाट मैले यो कुरा पत्ता लगाएको छु कि तिनीहरु सुधार भन्दा अझ बढ्ता चाहन्छन् । तिनीहरु वैवाहिक जीवनमा परिवर्तन आएको चाहन्छन् (खाँचो छ) । तपाई के चाहन्छन् ? **रोमी १२ : २** मा परमेश्वरले गर्नुभएका परिवर्तनको प्रतिज्ञालाइ हेरौं ।

"यस संसारको ढाँचामा नचल तर आफ्नो मनमा नयाँ भई पूर्ण रुपले परिवर्तन होओ ......।"

रोमी १२ : २ मा तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीलाई परिवर्तन गर्ने प्रतिज्ञा गर्नुभएको छ । सत्य कुरा यो हो कि परमेश्वरले विवाहलाई सुधार्ने काम गर्नुहुन्न । उहाँ विवाहलाई सुधार गर्नुको सट्टा परिवर्तन गर्न चाहनुहुन्छ । यस अध्ययनले चाहिँ तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीलाई परमेश्वरले दिनुभएका सबै प्रतिज्ञाहरु अनुभव गर्नको लागि परमेश्वरले तपाईको वैवाहिक जीवनमा गर्नुहुने परिवर्तन प्रक्रियालाई पत्ता लगाउनेछौं ।

तपाईको वैवाहिक जीवनमा यस भनाईको बारेमा तपाईले सोचेको म चाहन्छु :

भित्रैदेखि परमेश्वरको परिवर्तन विना ख्रीष्टियान जोडीहरुले कहिल्यै पनि परमेश्वरले योजना गर्नुभएको ख्रीष्ट केन्द्रित वैवाहिक जीवन खुशीपन र आफ्ना इच्छाहरु परिपूर्ति भएको

यसैकारण, यो अध्ययन चाहिँ तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीको आन्तरिक आत्मिक परिवर्तनमा केन्द्रित हुनेछ ।

यसैले, तपाईले भर्खरै विवाह गर्नुभएको होस् वा विवाह गरेर लामो समय भइसकेको किन नहोस्, म विश्वास गर्छु कि परमेश्वरले यी सत्यहरुलाई तपाईको वैवाहिक जीवनलाई तपाईले आपेक्षा गरे भन्दा पनि अझ माथि पुऱ्याउनको लागि प्रयोग गर्नुहुनेछ । अर्को कुरा, हामी तल उल्लेखित तीन प्रकारको विवाहहरुलाई हेर्नेछौं र तपाईको विवाह वा वैवाहिक जीवन कुन समुहमा पर्छ, तपाईले निर्धारण गरेको म चाहन्छु ।

दोस्रो दिन

तीन प्रकारका विवाहहरु

मेरो वर्षौंको सेवकाईमा र विवाहित जोडीहरुलाई चेला बनाउने क्रममा मैले सामान्यतय ख्रीष्टियान विवाह तीन प्रकारको वा तीन श्रेणीमा विभाजित भएको पाएँ ।

श्रेणी १- समस्याग्रस्त विवाह

समस्या ग्रस्त विवाह त्यस्तो विवाह हो जुन विवाहमा निरन्तर रुपमा बाहिरी रुपमा नै देखिने गरी द्वन्द्वहरु भइरहेको हुन्छ र जसले बढ्दो मात्रामा भावनातमक अलगपन वा फरकपन निम्त्याउँछ । समस्या ग्रस्त विवाहका केही विशेषताहरु यस प्रकार छन् :

- बहिरी रुपमा नै द्वन्द्व बढ्दै जानु ।
- एक अर्काका शारीरिक व्यवहारहरु नक्कल गर्नु ।
- खाँचोहरु र आपेक्षाहरु पूरा नभएको कारणले निरन्तर रुपमा द्वन्द्व भइरहनु ।
- शारीरिक व्यवहारहरु खराब हुँदै जानु र झन बढ्ता द्वन्द्व सृजना गर्नु ।
- आन्तरिक आत्मिक परिवर्तन नहुनु ।
- भावनात्मक शारीरिक अलगपन वा सम्बन्ध विच्छेदतिर अघि बढ्नु ।

नोट : यदि तपाई समस्याग्रस्त विवाहमा हुनुहुन्छ भने, मैले यो अध्ययनलाई तपाई जस्तै जोडीहरुलाई चेला बनाउनको लागि प्रयोग गर्छु भन्ने कुरा तपाईले जानेको म चाहन्छु । मलाई थाहा छ कि यदि तपाई समस्यामा हुनुहुन्छ भने, तपाईले त्यो समस्याको समाधानको बारेमा जति सक्दो चाँडो बताए हुन्थ्यो, भन्ने तपाई चाहनुहुन्छ । पाठ तीनमा म त्यो कुरा गर्नेछु । यदि तपाईलाई पाठ तीन हेर्न मन लागेको छ वा खाँचो छ भने तपाईले हेर्न सक्नुहुन्छ तर तपाईको द्वन्द्वलाई समाधान गर्न आधारभूत सत्य चाहिँ पाठ एक र दुईमा पाईन्छ ।

श्रेणी २- ख्रीष्टियान विवाह

ख्रीष्टियान विवाहमा चाहिँ दुवै श्रीमान् र श्रीमती ख्रीष्टियान नै हुन्छन् । हेर्दा खेरी उनीहरुको विवाह वा वैवाहिक जीवन राम्रै देखिन्छ तर उनीहरुको विवाहमा यी कुराहरु हुन्छन् :

- **उनीहरुमा निरन्तर रुपमा अपुरो खाँचोहरु/आपेक्षाहरु हुन्छन् ।**
- **उनीहरुले एक अर्काका शारीरिक व्यवहारहरुलाई परिवर्तन गर्न वा समाधान गर्न खोजिरहेका हुन्छन् तर सफल हुँदैन ।**
- **उनीहरुको विवाहमा बाहिरा देखिने भन्दा नदेखिने भित्री समस्याहरु धेरै हुन्छन् । आन्तरिक समस्याहरु बाहिरी रुपमा त देखिदैन तर समाधान भएका हुँदैनन् ।**
- **थोरै मात्र परिवर्तन भएको हुन्छ वा कति पनि परिवर्तन भएको हुँदैन ।**
- **यो प्रकारको जोडीले आफ्नै बल र क्षमताद्वार ख्रीष्ट केन्द्रित विवाहको उत्पन्न गर्न खोजिरहेको हुन्छ ।**
- **यी जोडीहरुले वैवाहिक जीवनमा मिलाप, घनिष्टता र एकताको अनुभव गरिरहेको हुँदैन ।**

ख्रीष्टियान विवाहको अन्तिम मुख्य चरित्र चाहिँ यो हो कि त्यो जोडीले एक अर्काको शारीरिक बानी व्यहोराहरु र विचारहरुलाई सामना गरिरहेको हुन्छ । अझ, तिनीहरुले त ती समाधान नभएका द्वन्द्वहरु र विभेदहरुलाई समाधान गर्नुको सट्टा त्यससँग सामना गर्न सिकेका हुन्छन् । सामना गर्नु भनेको के हो भन्ने कुरा म परिभाषा दिन चाहन्छु ।

सामना गर्नु भनेको के हो ?

सामना गर्नु भनेको चाहिँ विवाहित जोडीले आफ्नै क्षमता र इच्छा शक्तिलाई प्रयोग गरेर अपुरो खाँचोहरुलाई पूरा गर्ने र समाधान नभएका द्वन्द्व वा समस्याहरुलाई वा शारीरिक चालचलनहरुलाई समाधान गर्ने प्रयास गर्नु हो ।

ख्रीष्टियान विवाहमा विवाहित जोडीहरुले समाधान नभएका द्वन्द्वहरुलाई समाधान गर्न र त्यसबाट सुरक्षित हुन र अपुरो खाँचोहरुलाई पूरा गर्नको लागि र शारीरिक चालचलनहरु सुधार्न विभिन्न प्रकारको सामना गर्ने संयन्त्रहरु प्रयोग गर्छन् ।

हामी पाठ तीनमा अझ बढी सामना गर्ने तरिकाहरुको बारेमा सिक्नेछौं तर यहाँ पनि केही सामना गर्ने यन्त्रहरुको उदाहरणहरु उल्लेख गरिएको छ ।

- मौन उपचार
- रीस
- नियन्त्रण गर्ने

- फिर्ता गर्नु वा पछि हट्नु
- मानिसहरुलाई खुशी पार्नु

सामना गर्नुको अर्को अर्थचाहिँ"अघि बढ्न र सँगै हिँड्न" को लागि जे सुकै गर्नु परे तापनि ती सबै गर्नु परे तापनि ती सबै गर्नु हो ।

प्रश्न : यदि तपाईको विवाह पनि यो श्रेणीको विवाहमा पर्छ भने, के परमेश्वरले यस्तो विवाह चाहनुहुन्छ भनी तपाई विश्वास गर्नुहुन्छ ?

पहिलो र दोस्रो श्रेणीको विवाहलाई वर्णन गर्ने अर्को तरिका वा शब्द चाहिँ : स्व-केन्द्रित विवाह

पहिलो श्रेणी र दोस्रो श्रेणीको विवाहलाई म "स्व-केन्द्रित" विवाह भनेर भन्छ । यसको अर्थ चाहिँ श्रीमान् श्रीमती दुवै खीष्टमा भन्दा आफैमा केन्द्रित हुन्छन् । स्व-केन्द्रित भन्नुको मतलब चाहिँ वैवाहिक जीवनमा खुशी ल्याउन र आवश्यकताहरु पूरा गर्नको लागि तिनीहरु आफैले प्रयास गर्नु हो ।

यदि तपाई समस्याग्रस्त विवाह (श्रेणी १) मा हुनुहुन्छ भने, तपाईको श्रेणी थाहा पाउन सजिलो हुन्छ । तर खीष्टियान विवाहले (श्रेणी २) मलाई धेरै गाह्रो बनाउँछ । कारण के हो भने, यदि तपाईले एकले अर्काको शारीरिक चालचलनहरुलाई कसरी सामना गर्ने वा सहने भन्ने कुरा सिक्नु भएको छ भने, तपाईको विवाह खीष्ट केन्द्रित हो भनी तपाई धोखामा पनि पर्न सक्नुहुन्छ । खीष्टियान विवाहहरु बाहिरी रुपमा राम्रा देखिन सक्छ किनभने यस प्रकारको विवाहमा साना समस्याहरु र त्यति धेरै समस्याहरु पनि नहुन सक्छ । तापनि खीष्ट केन्द्रित विवाह र समस्याग्रस्त विवाह साथै खीष्टियान विवाह बीच फरक छुट्याउने एउटा मुख्य शब्द छ ।

समस्याग्रस्त विवाह, खीष्टियान विवाह र खीष्ट केन्द्रित विवाह बीच फरक छुट्याउने मुख्य शब्द चाहिँ हो : स्रोत

श्रेणी १ र श्रेणी २ को विवाहको चित्रलाई हेर्नु भन्दा अगाडि समस्याग्रस्त विवाह, खीष्टियान विवाह र खीष्ट केन्द्रित विवाह बीचको भिन्नतालाई छुट्याउने शब्दलाई हेर्नु आवश्यक छ । त्यो शब्द हो "स्रोत" । यो शब्द यसैकारणले मुख्य शब्द हो किनकी तपाईको जीवन साथै विवाह दुई वटा स्रोतबाट जिइरहेको वा चलिरहेको हुन्छ ।

परमेश्वर स्रोतको रुपमा

वा

तपाई वा तपाईको जोडी स्रोतको रुपमा

कुन स्रोतबाट हामीले परमेश्वरको योजना अनुसारको विवाहको अनुभव गर्न सकिन्छ ?

यस प्रश्नको जवाफ दिनको लागि अदनको बगैंचामा जाओ र पहिलो विवाहलाई हेरौं ।

<u>परमेश्वरले नै हाम्रो विवाहको स्रोत बन्न चाहनुहुन्छ भन्ने कुरा हामीले कसरी थाहा पाउने ?</u>

<u>१. आदम र हव्वाको खाँचोहरु पूरा गर्ने स्रोत को थिए ?</u>

"अनि हेर्नमा राम्रो र खानामा असल फल भएको हरेक किसिमको रुख परमप्रभु परमेश्वरले भूमिबाट उमार्नुभयो ।" **उत्पत्ति २ : ९०**

"परमेश्वर नै खीष्ट येशूमा तिमीहरुका जीवनको स्रोत हुनुहुन्छ, खीष्टलाई नै उहाँले हाम्रो बुद्धि, हाम्रा धार्मिकता र पवित्रता र हाम्रा उद्धार बनाउनुभयो ।" **१ कोरिन्थी १ : ३०**

केही क्षण हामी अदनको बगैंचामा फर्कौं । तपाईलाई म एउटा प्रश्न सोध्न चाहन्छु : आदम र हव्वाको खाँचोहरु पूरा गर्ने को थिए ? आदम र हव्वको सबै शारीरिक, आत्मिक, भावनात्मक खाँचोहरु पूरा गर्ने स्रोत परमेश्वर नै हुनुहुन्थ्यो । आदम र हव्वाले आफैलाई आफ्नो जीवनको स्रोत नबनाईकन किन अरुलाई नै आफ्नो जीवनको स्रोत बनाए त ? उनीहरुले परमेश्वरलाई आफ्नो जीवनको स्रोत रुपमा यसैकारणले रोजे किनकी उनीहरु आफैले आफ्ना खाँचोहरु पूरा गर्न सक्दैनथे । उनीहरुको खाँचो पूरा गर्नको लागि उनीहरुलाई उनीहरु भन्दा कोही अरु महान व्यक्तिको खाँचो परेको थियो ।

मुख्य सत्य :

पतन हुनुभन्दा अगाडि, आदम र हव्वाको शारीरिक, आत्मिक र भावनात्मक खाँचोहरु पूरा गर्ने स्रोत परमेश्वर नै हुनुहुन्थ्यो ।

२. परमेश्वर उनीहरुको स्रोत हुनको निम्ति, उनीहरु परमेश्वरमा भर पर्नुपर्थ्यो ।

“अनि उहाँले मानिसलाई यो आज्ञा दिनुभयो, “बगैंचाका सबै रुखका फल तैँले संकोच नमानी खाए हुन्छ । तर असल र खराबको ज्ञान दिने रुखको फल चाहिँ नखानु, किनभने जुन दिन तैँले त्यो खान्छस् तँ निश्चय नै मर्नेछस् ।” **उत्पत्ति २ : १६-१७**

आदम र हव्वाले परमेश्वरलाई उनीहरुको स्रोतको रुपमा अनुभव गर्नको लागि तिनीहरु हरक्षण परमेश्वरमा निर्भर भएर हिँड्नुपर्थ्यो । हामी यो कुरा माथिको **उत्पत्ति २ : १६-१७** मा देख्छौं । यदि उनीहरु परमेश्वरमा निर्भर भएर हिडेमा उनीहरुले निरन्तर रुपमा अनन्त जीवनको अनुभव र उनीहरुको हरेक खाँचोमा परमेश्वरको प्रबन्धको अनुभव गर्ने थिए । यदि उनीहरुले स्वतन्त्र भएर असल र खराबको ज्ञान दिने रुखको फल खाएदेखि उनीहरुले अनन्त जीवन र उनीहरुको खाँचोमा परमेश्वरको प्रबन्ध गुमाउने थिए । उत्पत्ति **२ :१६-१७** अनुसार परमेश्वरमा भर परे आत्मिक जीवन र भर नपरे आत्मिक मृत्युको कुरा पाउँछौं । महत्वपूर्ण सत्य कुरा यो हो कि :

परमेश्वरले मानिसलाई निर्भर हुनुपर्ने प्राणीको रुपमा बनाउनुभयो । मानिसलाई कहिल्यै पनि परमेश्वरमा भर नपरिकन जिउने प्रकारले

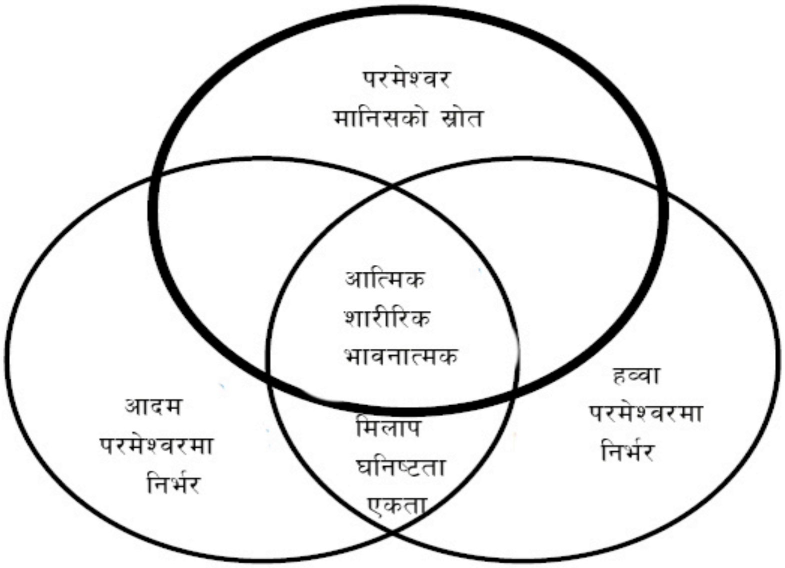
३. आदम र हव्वा परमेश्वरलाई स्रोतको रुपमा भर परेर जिउँदा खेरीको परिणाम

आदम र हव्वा परमेश्वरलाई स्रोतको रुपमा लिएर जिउँदा खेरीको परिणामहरु के-के थिए ?

परमेश्वरलाई स्रोत मानेर जिउँदा खेरी आदम र हव्वा बीच पूर्ण घनिष्टता, पूर्ण मिलाप र एक अर्कासँग र परमेश्वरसँग पूर्ण एकता

यी सत्यहरुलाई प्रस्ट्याउने तलको चित्रलाई हेरौं ।

परमेश्वर नै आदम र हव्वाको स्रोतको



रुपमा

यो चित्रले यो कुरा देखाउँछ :

- शुरुवातबाट नै परमेश्वर मानिसको स्रोत हुनुहुन्थ्यो ।
- परमेश्वरले मानिसको हरेक शारीरिक, आत्मिक र भावनात्मक खाँचोहरु पूरा गर्नुहुन्थ्यो ।
- परमेश्वरमा भर परेको कारणले आदम र हव्वाले आफ्नो विवाहमा मिलाप, घनिष्टता र एकताको महशुस गरे ।'

आदम र हव्वाको निम्ति परमेश्वर उनीहरुको स्रोत हुनु अति आवश्यक थियो, के तपाई र तपाईको वैवाहिक जीवनको लागि पनि त्यही हुनु

परमेश्वरलाई स्रोत मानेर जिउँदा र आफैलाई स्रोत मानेर जिउँदा खेरीको भिन्नतालाई हामी हेरौं । यदि तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमती आफै स्रोत हुनुहुन्छ भने :

तपाईहरुको द्वन्द्व समाधान गर्ने, एक अर्काका खाँचोहरु पूरा गर्ने, शारीरिक चालचलनहरुलाई सुधार्ने वा परिवर्तन गर्ने र आफ्नो विवाहमा खुशी ल्याउने र विवाहलाई पूर्णता दिने काम तपाई र तपाईको श्रीमान वा श्रीमती माथि भर पर्छ वा गर्नुपर्छ ।

प्रश्न : यदि तपाईलाई वैवाहिक समस्या वा द्वन्द्धलाई समाधान गर्ने काम, एक अर्काका खाँचोहरु पूरा गर्ने काम, शारीरिक चालचलनहरुलाई सुधार्ने वा परिवर्तन गर्ने काम र विवाहमा खुशी ल्याउने र विवाहलाई परिपूर्ण पार्ने काम तपाई आफैले गर्नुपर्छ भनी विश्वास गर्नुहुन्छ भने, यसले तपाईको जीवनमा कतिको काम गरिरहेको छ ?

तेस्रो दिन

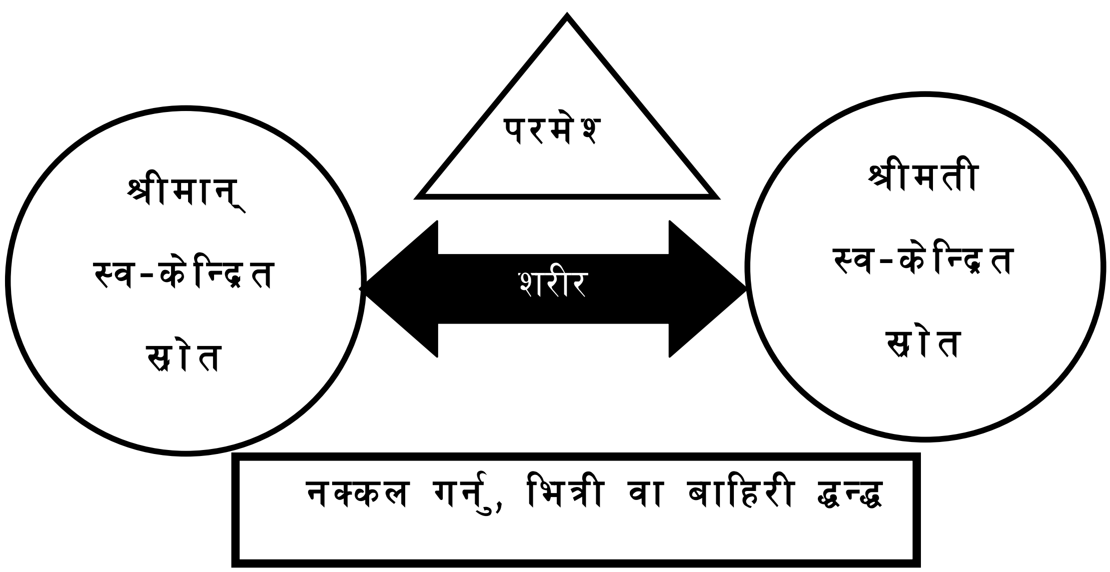
अर्को तिर : वैवाहिक जोडीले परमेश्वरलाई स्रोत मानेर जिउँछन् भने :

वैवाहिक द्वन्द्ध वा समस्यालाई समाधान गर्ने काम, एक अर्काका खाँचोहरु पूरा गर्ने काम, शारीरिक चालचलनहरुलाई परिवर्तन गर्ने काम विवाहमा खुशी ल्याउने काम र विवाहलाई पूर्ण बनाउने काम

परमेश्वर नै हाम्रो स्रोत हुनुहुन्छ भन्ने बारेमा यी सत्य कुराहरु मैले यसैकारणले बताएँ किनकी पहिलो श्रेणी र दोस्रो श्रेणीको विवाहको जोडीहरुले आफैलाई स्रोत बनाएर लिइरहेका हुन्छन् ।

स्व-केन्द्रित विवाह

परमेश्वरलाई स्रोतको रुपमा नमानीकन स्वतन्त्र भएर जिउनु



समस्याग्रस्त वा खीष्टियान विवाहमा, श्रीमान् वा श्रीमती दुवै जना धेरै जस्तो कुराहरुमा स्व-केन्द्रित हुन्छन् र परमेश्वरलाई स्रोतको रुपमा नमानीकन जिइरहेका हुन्छन् । बरु उनीहरुले आफैलाई स्रोत ठानेर आफैमा भर परिरहेका हुन्छन् र एक अर्काबाटको शारीरिक व्यवहारहरुलाई सामना गरिरहेका हुन्छन् । अन्तमा यसले अझ बढी नक्कल गर्ने काम, आन्तरिक द्वन्द्ध र बाह्य द्वन्द्ध निम्त्याउँछ ।

प्रश्न : के तपाईको विवाह यस प्रकारको विवाहसँग मिल्दो छ ?

प्रश्न :

यदि तपाई लामो व्यक्तिगत र वैवाहिक जीवनको स्रोत तपाई आफै हुँदै आउनुभएको छ भने के तपाई निरन्तर रुपमा यसरी नै असफलताको बाटोमा अगाडि बढिरहनु चाहनुहुन्छ ?

तेस्रो श्रेणीको विवाहमा जानु भन्दा अगाडि म अझै अन्तिम एउटा महत्वपूर्ण सत्य छोड्न चाहन्छु ।

यदि तपाई लामो समय सम्म खीष्टियान विवाहमा हुनुहुन्छ भन्ने अन्तमा तपाईको विवाह समस्याग्रस्त विवाह बन्न सक्छ ।

खीष्ट केन्द्रित विवाहका केही विशेषताहरु :

- **आफैले समस्या समाधान गर्न चाहँदैनन् ।**
- **शारीरिक व्यवहार माथि छुटकारा र विजयको अनुमान गर्छन् ।**
- **प्रत्येक जोडीहरु स्वार्थ रहित हुँदै अरुमा अरुको हितमा केन्द्रित हुन्छन् ।**
- **प्रत्येक जोडीहरुको खाँचोहरु खीष्टमा पूरा भएका हुन्छन् ।**
- **आन्तरिक र बाहिरी द्वन्द्धहरु आत्मिक रुपमा समाधान भएका हुन्छन् ।**
- **निरन्तर रुपमा एक अर्कामा र परमेश्वरमा शर्तरहित प्रेम, एकता, घनिष्टता र मिलापको अनुभव हुन्छ ।**

- **दुवै जोडी खीष्टको रुपमा बदलिएको हुन्छ ।**

“खीष्टको रुपमा” भन्नुको अर्थ के हो भन्ने बारेमा हामी पाठ दुईमा गहिरो रुपमा छलफल गर्नेछौं । तर अहिले म खीष्टको रुपको साधारण परिभाषा दिन चाहन्छु ।

खीष्टको रुपको अर्थ चाहिँ तपाईले खीष्टले झै सोच्नु, विश्वास गर्नु, छान्नु र व्यवहार गर्नु हो ।

प्रश्न : यदि तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीले खीष्टले झै सोच्नु, विश्वास गर्नु, छनौट गर्नु र व्यवहार गर्नु भए तपाईको विवाह कुन प्रकारले बद्लिन्थ्यो होला ?

____

____

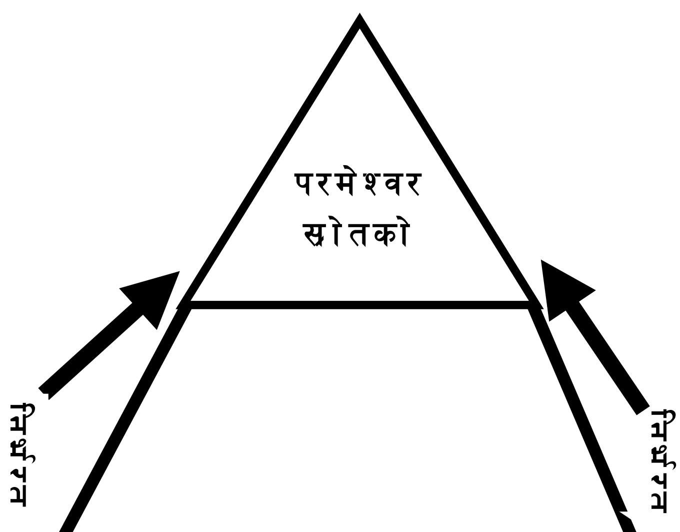
____

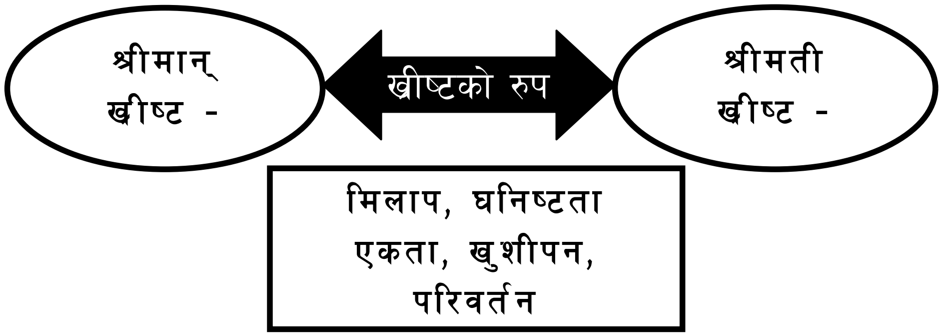
श्रेणी ३ को विवाहमा भएको “स्रोत” भन्ने शब्दको सम्बन्धमा :

हरेक जोडीले खीष्ट केन्द्रित विवाहको अनुभव गर्नको लागि परमेश्वरलाई आफ्नो स्रोतको रुपमा खोजी गर्छन् ।

यो कुरा मनमा राख्दै, खीष्ट केन्द्रित विवाहको विशेषता प्रस्तुत गर्ने चित्रलाई हेरौं ।

खीष्ट - केन्द्रित विवाह





खीष्ट - केन्द्रित विवाहमा दुवै श्रीमान् र श्रीमती खीष्ट केन्द्रित हुन्छन् र परमेश्वरलाई आफ्नो स्रोतको रुपमा भर परेर जिउँछन् र उनीहरुले उनीहरुको बीचमा खीष्टको रुप बगेको अनुभव गर्छन् । यसको नतिजा स्वरुप अझ मिलाप, घनिष्टता एकता, खुशीपन, परिवर्तनलाई अनुभव गर्न पाउनुहुनेछ ।

यति खेरा हामीले हाम्रो विवाहमा के-के कुराहरु ल्याएको हुनसक्छ भन्ने कुरा हेर्नु खाँचो छ जस्तो लाग्छ ।

चौथो दिन

जब तपाईले "म गर्छु" भनेर भन्नुहुन्छ, त्यति खेरा तपाई के कुरामा समावेश वा सहभागी भइरहनु भएको छ भन्ने कुरा के तपाईले साँच्चै जान्नु भएको छ ?

त्यो प्रश्नप्रति मेरो जवाफ चाहिँ "छैन" भन्नु हो । पेगी र मैले "म गर्छु" भनेर भन्दै गर्दा हामी के कुरामा सहभागी हुँदैछौं भन्ने कुरा केही थाहा थिएन । मैले भन्न चाहेको कुरा चाहिँ हामीले हाम्रो विवाहमा के कस्ता कुराहरु ल्याइरहेका थियौं भन्ने कुरा केही पनि थाहा थिएन । यस सम्बन्धि पाँचवटा कुराहरुका उदाहरणहरु यहा दिएको छ :

- **विवाहको सम्बन्धमा : सम्बन्धको बारेमा र खीष्टियान जीवन जिउने बारेमा हामीमा भएका गलत विश्वासलाई लिएर आएका हुन्छौं ।**
- **शर्तरहित प्रेम, स्वीकार, आदर, मूल्य/मान्यता,सुरक्षा जस्ता कुराहरु हामीले एकअर्काद्धार प्राप्त गर्न सकिन्छ भन्ने धारणा हामीले ल्याएका हुन्छौं ।**
- **विवाह कस्तो हुनुपर्छ र वैवाहिक जीवनमा श्रीमान् र श्रीमती के कस्ता कार्य गर्नुपर्छ भन्ने सम्बन्धमा अव्यवहारिक आपेक्षाहरु राखेका वा ल्याएका हुन्छौं ।**

- **दुवैले विवाहमा शारीरिक व्यवहारहरुलाई ल्याएका हुन्छौं जसले निरन्तर रुपमा द्वन्द्ध सृजना गर्छ ।**
- **अन्तमा, हामीले हाम्रा बाबा आमा र अरुबाट सृजना गराएका चोटहरु विवाहमा ल्याएका हुन्छौं ।**

तपाईहरु प्रत्येकले आफैलाई माल सामानका झोलाहरु घिसार्दै वेदीमा आउँदै गरेको कल्पना गर्नुहोस् । पाष्टरले भन्नुहुन्छ, "तपाईहरुले म गर्छु" भनेर भन्नु भन्दा अगाडि, प्रत्येकले आफ्ना झोलाहरु खोलेको म चाहन्छु ताकि तपाईहरु दुवैले विवाहमा के-के कुरा ल्याउँदै हुनुहुन्छ भन्ने कुरा थाहा होस् ।

आज जति मैले त्यति खेरा जानेको भए, मैले यस विषयमा अझै अलिकति सोच्ने समय दिनुहोस् भनेर भन्थे होला । विवाह गर्दा हामी के कुरामा प्रवेश गर्दै वा सहभागी भइरहेको हुन्छौं भन्ने कुरा हामी कसैले बुझेको हुँदैन । यी कुराहरुको कारणले केही हदसम्म हामी सबैले विवाहमा संघर्ष गरिरहेका हुन्छौं ।

तपाईहरु कति जना चाहिँ यो पाठ अध्ययन गर्दै गर्दा खेरी तपाईको यस्ता प्रकारका विचारहरुको झोलाहरु धेरै भएको कारणले अहिले पनि तपाईको विवाह साँच्चै समस्यामा हुन सक्छ । शुरुमा म र पेगीलाई पनि यस्तै भएको थियो । सर्वप्रथम त हामीले हाम्रो विवाहमा के कस्ता झोलाहरु ल्यायौं भन्ने कुरा थाहा गरेनौ र दोस्रो यी कुराहरुको कारणले विवाहमा संघर्ष वा द्वन्द्ध भइरहेको हो भन्ने कुरा महशुस गरेनौं ।

तपाईको सम्बन्धमा के छ त ?

के तपाईले विवाहमा ल्याउनु भएका केही यस्ता कुराहरु चिन्न सक्नुहुन्छ ? सत्य यो हो कि हामी सबैले हाम्रो वैवाहिक सम्बन्धमा केही त केही प्रकारका झोलाहरु ल्याएका छौं । हामीले सोध्नु वा पत्ता लगाउनु पर्ने प्रश्न यो हो कि "ती कुराहरु वा झोलाहरुले तपाईको विवाहलाई कसरी नकारात्मक रुपमा प्रभाव पारिरहेको छ ?" केही समय लगाएर तलका प्रश्नहरुका उत्तर पत्ता लगाओ ।

- तपाईका विवाहमा कुन-कुन क्षेत्रमा के कस्ता समस्याहरु भइरहेको छ, जुन समस्याहरु समाधान गर्न नसक्ला जस्तो देखिन्छ ?

- तलका मध्ये कुन-कुन कुराहरु तपाईको वैवाहिक जीवनमा पूरा भइरहेको छैन : शर्तरहित प्रेम, स्वीकार, आदर, मूल्य/मान्यता र सुरक्षा ?

  ____

  ____

  ____

  ____

- तपाईले वैवाहिक जीवनमा के कस्ता कुराहरुको आपेक्षा गर्नुभएको थियो जुन अहिले सम्म पूरा भएको छैन ?

  ____

  ____

  ____

  ____

- तपाईको के कस्ता नकारात्मक वा शारीरिक व्यवहारहरुले तपाईको वैवाहिक जीवनमा द्वन्द्व सृजना गरिरहेको छ ? पेज १०० देखि १०६ को सूचीबाट तपाईको र तपाईको श्रीमान् र श्रीमतीको ती नकारात्मक वा शारीरिक व्यवहारहरुलाई छान्नुहोस् ।

  ____

  ____

  ____

  ____

के विगतमा भएका समस्याहरु जस्तै सम्बन्ध विच्छेद, त्याग, इन्कार तथा अरुबाट सहनुपरेका गलत व्यवहारको कारणले तपाईको विवाहमा समस्या सिर्जना हुनु सम्भव छ ? यदि सम्भव छ भने यसले कुन प्रकारले तपाईको अहिलेको वैवाहिक सम्बन्धमा नकारात्मक प्रभाव पारिरहेको छ ?

मैले भेटेको जोडीहरुमा माथि उल्लेखित एक वा बढ्ता कुराहरुको कारणले बाह्य वा आन्तरिक समस्या सृजना भएको पाँको छु ।

मैले उनीहरुलाई यही प्रश्न सोध्छु :

तपाईले आफ्नो वैवाहिक समस्या वा द्वन्द्व समाधान गर्न के गर्दै हुनुहुन्छ ?

तपाईले अपनाउन थाल्को तरिकाले कतिको काम गरिरहेको छ ?

यदि तपाईको अपूरो खाँचोहरु, आपेक्षाहरु र वैवाहिक संघर्ष वा समस्याहरु समाधान गर्नको लागि तपाईले गरिरहनु भएको प्रयासहरु सफल भइरहेको छैन भने यसले अर्को प्रश्न सिर्जना गराउँदछ, “किन यसले काम गरिरहेको छैन त ?” दुई वटा मुख्य कुराहरुको कारणले हाम्रो विवाहको अघिल्लो दश वर्ष सफल भएको थिएन ।

१. हामीमा विवाहको सम्बन्धमा भएको गलत विश्वासको बारेमा हामीले कहिल्यै पनि महशुस गरेनौं ।

२. खीष्टियान जीवन जिउनको लागि जुन तरिका हामीलाई सिकाएको थियो, त्यही कुराले हामीले खोजिरहेका खुशी र भरपुरी प्राप्त गर्नको लागि बाधा पुऱ्याइरहेको रहेछ भन्ने कुरा हामीले महशुस गरेनौं ।

पाठ तीनमा हामी विवाहको सम्बन्धमा भएका गलत विश्वासहरुको बारेमा हेर्नेछौं तर हामीलाई जुन प्रकारले खीष्टियान जीवन जिउनको लागि सिकाएको थियो त्यही नै कसरी हाम्रो वैवाहिक सम्बन्धको बाधक हुन पुग्यो भन्ने बारेमा म नजिकबाट हेर्न चाहन्छु । दश वर्षको वैवाहिक जीवन पछि हामीले यो कुरा पत्ता लगायौं :

हामीले त परमेश्वरमा भर पर्ने खीष्टियान जीवन जिउनुको सट्टा आफैमा भर पर्ने खीष्टियान जीवन पो जिइरहेका पो रहेछौं ।

पेगी र मैले यो कुरा पत्ता लगाए कि जुन प्रकारले हामीलाई खीष्टियान जीवन जिउनुपर्छ भनी सिकाएको थियो त्यही कुराले हाम्रो विवाहलाई असफल बनाइरहेको रहेछ । तपाईलाई पनि त्यही प्रकारले सिकाएको हुन सक्छ । यसैकारणले आफूमा भर पर्ने खीष्टियान जीवन र परमेश्वरमा भर पर्ने खीष्टियान जीवन बीचको भिन्नता र किन आफूमा भर पर्ने खीष्टियान जीवनले असफलता ल्याउँछ भन्ने कुरा पत्ता लगाउनेछौं । शुरुमा आफूमा भर पर्ने खीष्टियान जीवनको अर्थ हेरौं ।

“आफूमा भर पर्ने खीष्टियान जीवन” भनेको के हो ?

आफूमा भर पर्ने खीष्टियान जीवनलाई म यसरी परिभाषित गर्छु :

आफूमा भर पर्ने खीष्टियान जीवन भनेको :

खीष्टियान जीवन जिउनको लागि र परमेश्वरबाट प्रेम पाउनको लागि, स्वीकारिनको लागि र परमेश्वरलाई खुशी पार्नको लागि परमेश्वरको सहायताद्धार हामीले जे विश्वास गरेका छौं, त्यो

माथिको परिभाषालाई हेर्नुहोस् कि मैले "गर्नु" भन्ने शब्दलाई मैले जोड दिएको छु । किनभने हामीले हाम्रो जीवनमा जे सिकेका छौं, त्यो अनुसार गर्ने प्रवृति हामीमा हुन्छ । त्यसैकारणले हाम्रो खीष्टियान जीवन जिउने सम्बन्धमा पनि "सिक्नु र गर्नु" भन्ने मानसिकताले जड गाडेको हुन्छ । यही "सिक्नु र गर्नु" भन्ने मानसिकता भएको कारणले मैले २२ वर्षको उमेरमा खीष्टियान यात्रा शुरु गर्दा मैले यो प्रश्न सोधेको थिए :

खीष्टियान जीवन जिउनको लागि मैले के "गर्नु" पर्छ ?

खीष्टियान जीवन जिउनको लागि मैले के "गर्नु" पर्छ ?खीष्टियान जीवन जिउनको लागि मलाई सिकाएका वा बनाएका केही कुराहरु मैले यहाँ उल्लेख गरेको छु । कुनै-कुनै चाहिँ तपाईलाई पनि थाहा भएको हुन सक्छ ।

१. मैले बाइबलबाट सिकेका कुराहरु बाहिरा गएर त्यसले भने भ्रै गर्ने **प्रयास** गर्नुपर्छ भनेर मलाई सिकाएको थियो ।

२. पाप गर्न रोक्ने **प्रयास** गर्नुपर्छ भनी मलाई सिकाएको थियो ।

३. परमेश्वरका नियम र आज्ञाहरु पालन गर्ने **प्रयास** गर्नुपर्छ भनेर सिकाएको थियो ।

४. मेरो जीवन बदल्नको लागि परमेश्वरको सहायता लिएर म आफैले **प्रयास** गर्नुपर्छ भनेर सिकाएको थियो ।

५. मैले अझ धर्मी बन्नको लागि **प्रयास** गर्नु खाँचो छ भनी सिकाएको थियो ।

६ . मैले मेरो शारीरिक व्यवहार वा चाल चलनहरुलाई ईश्वरीय व्यवहारमा बदल्ने **प्रयास** गर्नु खाँचो छ भनी सिकाएको थियो ।

के तपाईलाई पनि यहाँ उल्लेख गरिएको केही कुराहरु गर्नु भनी सिकाएको थियो ? यदि मैले यी कुराहरु परमेश्वरको सहायता लिएर पूरा गर्न सके म एक "सफल" खीष्टियान हुनेछु र यसले परमेश्वरलाई र मानिसहरुलाई पनि प्रसन्न तुल्याउने छ भनी मैले सोचेको थिए । के तपाईले हरेक उदाहरणहरुमा प्रयास भन्ने शब्द ख्याल गर्नुभएको छ ?

म अरुले सिकाए अनुसार गर्ने केटो भएको नाताले मैले **१३३** वर्ष सम्म ती कुराहरु पूरा गर्ने प्रयास गरे । समस्या यो थियो कि मैले जति धेरै प्रयास गरे त्यति नै धेरै झन सबै कुराहरु खराब हुँदै गए । परमेश्वरले प्रतिज्ञा गर्नुभएको छुटकारा, विजय र परिवर्तनको अनुभव गर्नुको सट्टा झन मेरो खीष्टियान जीवनमा निराश आउन थाल्यो किनकी केही पनि कुरा परिवर्तन भइरहेको थिएन । मैले आफैलाई झन असफल महशुस गरे किनकी पाष्टर र शिक्षकहरुले मलाई जे गर्नुपर्छ भनेर भनेको थिए, त्यो मैले पूरा गर्न सकेन । त्यसको साथ-साथै ममा आन्तरिक रुपमा डर, चिन्ता र अयोग्यपनको समस्या थियो र

जसबाट मैले छुटकारा पाउन चाहेको थिए तर छुटकारा पाउने उपाय वा मार्ग मैले कहिल्यै पाउन सकेकको थिएन ।

म र पेगीको जीवनमा यस्तै भइरहेको थियो । जब तिनी खीष्टियान भइन् तब तिनलाई यो-यो गर्नुपर्छ भन्ने एउटा सूची दिइयो र तिनले त्यही अनुसार खीष्टियान जीवन जिउने प्रयास गरिन् । तिनमा पनि केही आन्तरिक समस्याहरु थिए जसबाट तिनले छुटकारा पाउन चाहेकी थिइन् । हामी दुवैमा भएको समस्या यो थियो कि जति धेरै परमेश्वरको सहायता लिएर आफूमा भर पर्ने खीष्टियान जीवन जिउने प्रयास गऱ्यो त्यति नै धेरै हामीले आफैलाई अड्केको वा अगाडि बढ्न नसकेको कुरा भेटाए । अड्किनु वा रोकिनुको मतलब के हो त ?

हाम्रो व्यक्तिगत अर्थमा चाहिँ अड्किनु वा रोकिनुको मतलब चाहिँ परमेश्वरका यी प्रतिज्ञाहरुको अनुभव नगर्नु हो :

- शारीरिक व्यवहारहरु माथि **विजय**को अनुभव नगर्नु ।
- पराजित गराउने पापमय ढाँचाहरुबाट **छुटकाराको** अनुभव नगर्नु ।
- विगतका चोटहरुमा **चंगाईको** अनुभव नगर्नु ।
- व्यक्तिगत जीवनमा **परिवर्तन वा सुधारको** अनुभव नगर्नु ।

सत्य यो हो कि यद्यपि खीष्टियान जीवन जिउनको लागि हामीलाई सिकाएका वा बताएका सबै कुराहरु पूरा गरे तापनि हामीले परमेश्वरका प्रतिज्ञाहरुको अनुभव गरिरहेका थिएनौं ।

प्रश्न : खीष्टियान जीवन जिउनको लागि तपाईलाई के कस्ता कुराहरु सिकाएको थियो ? के तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीले पनि आफूमा भर पर्ने खीष्टियान जीवन जिइरहनु भएको छ कि ?

यसलाई पत्ता लगाउनको लागि तपाईले आफैलाई यी प्रश्नहरु सोध्न सक्नुहुन्छ :

- के मैले मेरो शारीरिक व्यवहारहरु माथि निरन्तर रुपमा विजयको अनुभव गरिरहेको छु ?
- के मैले मलाई पराजित गराउने पापमय ढाँचाहरुबाट छुटकाराको अनुभव गरिरहेको छु त ?
- के मैले मेरा विगतका चोटहरुमा चंगाईको अनुभव गरिरहेको छु ?
- के मैले मेरो सोचाई, भावना, छनौटहरुमा परिवर्तन भएको र खीष्टको जस्तो व्यवहारको अनुभव गरिरहेको छ ?
- के मेरो खीष्टियान जीवनद्धार मेरो समस्याहरु पूरा भएको र आनन्द र भरपूरीको अनुभव गरिरहेको छु त ?

यी प्रश्नहरु मध्ये एक वा बढ्ता प्रश्नहरुप्रति तपाईको जवाफ "छैन" भन्ने भए, तपाई "आफूमा निर्भर खीष्टियान जीवन" जिइरहेको हुन सक्छ । कसरी आफैमा निर्भर खीष्टियान जीवनले हाम्रो वैवाहिक

जीवनमा प्रभाव पर्छ भन्ने कुरा हेर्नु भन्दा अगाडि पहिला म आफूमा निर्भर खीष्टियान जीवनको अर्को एउटा थप परिभाषा दिन चाहन्छु ।

आफूमा निर्भर खीष्टियान जीवन चाहिँ तपाईका खाँचोहरु पूरा गर्न, समस्याहरु समाधान गर्न र खीष्टियान जीवन जिउनको लागि (परमेश्वरको सहायता लिएर) तपाई आफै स्रोत हुने वा बन्ने प्रयास

याद गर्नुहोस् कि हामीले "स्रोत" शब्दको बारेमा पहिला पनि कुरा गरेका थियौं । दुईवटा स्रोतहरु छन् भनेर बताएका थियौं, जुन स्रोतहरु परमेश्वर र तपाई हुन् । आफूमा निर्भर खीष्टियान जीवन जिउने कुरा चाहिँ परमेश्वरको सहायताको लिएर तपाई आफैले जिउनु पर्ने हुन्छ वा तपाई नै भर पर्छ, के खीष्टियान जीवन जिउनको लागि परमेश्वरले यो प्रकारले नै योजना बनाउनु भएको हो त ?

पाँचौ दिन

आफूमा निर्भर खीष्टियान जीवन र विवाह

अब हामी आफूमा निर्भर खीष्टियान जीवन र विवाहलाई समष्टिगत रुपमा हेरौं ।

आफूमा निर्भर खीष्टियान जीवन र विवाह भनेको चाहिँ त्यस्तो विवाह हो जहाँ खुशी र भरपूरी वैवाहिक जीवनको अनुभव गर्नको लागि परमेश्वरको सहायता लिएर श्रीमान् श्रीमती स्वंयम स्रोत बनीकन समस्याहरु समाधान गर्ने र द्धन्द्धहरुलाई समाधान गर्ने प्रयास

माथिको परिभाषालाई हेर्दा, तपाईले पनि आफूमा निर्भर खीष्टियान जीवन पो जिइराख्नु भएको छ कि ? म र पेगीलाई परमेश्वरको सहायता लिएर खीष्टियान जीवनको स्रोत आफै बन्न आफैले समस्याहरु समाधान गर्नुपर्छ, एक अर्काका खाँचोहरु पूरा गर्नुपर्छ र सफल खीष्टियान वैवाहिक जीवन प्राप्त गर्नुपर्छ भनी सिकाएको थियो । दश वर्ष सम्मा आफूमा निर्भर खीष्टियान जीवन जिइसके पछि पनि हाम्रो विवाहमा यी कुराहरु भइरह्यो ।

- **हामीमा निरन्तर रुपमा आन्तरिक र बाह्य समस्याहरु भइरहेको थियो र झन खराब हुँदै गइरहेको थियो ।**
- **हामीले एक अर्काको शारीरिक व्यवहारहरुलाई कसरी सामना गर्ने भन्ने कुरा सिकेका थियौं ।**

- **हाम्रा शारीरिक व्यवहारहरु झन खराब भएको थियो ।**
- **हामी दुवैमा पूरा नभएका खाँचोहरु र आपेक्षाहरु थिए ।**
- **हाम्रो जीवनमा र हाम्रो विवाहमा कुनै आत्मिक परिवर्तन भएको थिएन ।**

के यी कुराहरु तपाईमा पनि भइरहेको जस्तो लाग्छ ? अघिल्लो दश वर्षसम्म हाम्रो विवाह आफूमा निर्भर विवाह थियो ।

विवाह गर्ने बेलामा हामी दुवै खीष्टियान थियौं । हामीले बाइबल पढ्थ्यो, चर्चमा जान्थ्यो, बाइबल अध्ययनमा जान्थ्यो । हेर्दा खेरी आत्मिक रुपमा स्वास्थ विवाह देखिन्थ्यो ।

अरु खीष्टियान जोडीहरुलाई हेर्दा खेरीको हाम्रो वैवाहिक जीवन चाहिँ अति राम्रो छ भन्ने हामीलाई लाग्थ्यो । यदि कसैले सोधे देखि हाम्रो विवाह चाहिँ खीष्ट केन्द्रित विवाह हो भनेर भन्न सक्थ्यो । बाहिरी रुपमा हेर्दा खेरी खीष्ट केन्द्रित विवाहको अनुभव गर्नको लागि गर्नुपर्ने धेरै कुराहरु हामीले गरिरहेका थियौं तर यसले हामीले चाहना गरेका आनन्द, एकता भरपूरीका कुराहरु उत्पन्न गराईरहेको थिएन ।

समस्या के थियो त ? जति धेरै परिश्रम वा प्रयास गरे तापनि हामीले हाम्रो वैवाहिक जीवनमा र खीष्टियान जीवनमा हामीले चाहना गरेका आनन्द र भरपूरीका कुराहरु कहिल्यै प्राप्त गर्न सकेन ।

प्रश्न : के तपाई गलत स्रोतबाट जिइरहनु सम्भव छ अथवा गलत स्रोतमा भर परेर जिइरहनु भएको छ कि ? आफूमा निर्भर खीष्टियान जिइरहनु भएको कारणले तपाईलृ खीष्ट केन्द्रित विवाहको अनुभव गर्न नसक्नु भएको हो कि ?

आफूमा निर्भर खीष्टियान जीवनले तपाईलाई असफलताको निम्ति तयारी गराउँछ जसको कारण तपाईले खीष्ट केन्द्रित विवाहको

सत्य र झूट बीचको रेखा

यस पाठमा म तपाईलाई "रेखा" को उदाहरणद्धार अन्तिम कुरा बताउन चाहन्छु । पछाडिको उदाहरणमा रेखा भन्दा माथि जिउनु चाहिँ सत्य अनुसार वा सत्यद्धार जिउनु हो र रेखा भन्दा तलबाट जिउनु चाहिँ झूठा अनुसार वा झूटद्धार जिउनु हो । यस उदाहरणमा, हामी झूटद्धार जिउँदा खेरीको नतिजा हेर्नेछौं ।

खीष्टियान जीवन जिउने सम्बन्धमा र खीष्ट केन्द्रित विवाह अनुभव गर्ने सम्बन्ध बारे झूट कुरा

सत्य

झूट

आफूमा निर्भर खीष्टियान जीवनले खीष्ट केन्द्रित जीवन र खीष्ट केन्द्रित विवाह उत्पन्न गराउँछ भन्ने कुरा झूट हो ।

सारंश

म आशा गर्दछु कि यति खेरा सम्ममा तपाईले तपाईको विवाह श्रेणी १, २ र ३ कुनमा पर्छ भन्ने कुरा महशुस अथवा थाहा गर्नुभएको छ । यदि तपाईको विवाह समस्यग्रस्त विवाहको श्रेणीमा वा खीष्टियान विवाह श्रेणीमा पर्दोरहेछ भन्ने कुरा पत्ता लगाउनु भएको छ भने, खीष्ट केन्द्रित विवाहको अनुभव गर्नको लागि तपाईको निम्ति ठूलो आशा छ भन्ने कुरा तपाईले थाहा गरेको चाहन्छु । अर्को पाठमा हामी खीष्ट केन्द्रित खीष्टियान जीवनको अर्थ र कसरी खीष्ट केन्द्रित खीष्टियान जीवनले खीष्ट केन्द्रित विवाह उत्पन्न गराउँदछ भन्ने बारेमा सिक्ने छौं ।

पाठ दुई

परमेश्वरमा निर्भर खीष्टियान जीवन

खीष्ट केन्द्रित विवाहको जग

पहिलो दिन

परिचय-जग

“किनकी जुन जग बसालिएको छ, जो येशू खीष्ट हुनुहुन्छ, त्यस बाहेक अरु कुनै मानिसले अर्को जग बसाल्न सक्दैन ।” **१ कोरिन्थी ३ : ११**

म पहिला एक घर बनाउने व्यक्ति भएको नाताले, सही जग बसाल्नु कति महत्वपूर्ण छ भन्ने कुरा मलाई थाहा छ । यदि तपाईले जग सही प्रकारले बसाल्नु भएको छैन भने, तपाईले त्यस माथि घर बनाउन सक्नुहुन्न । खीष्टियान जीवन जिउने सम्बन्धमा र खीष्ट केन्द्रित विवाहको सम्बन्धमा पनि त्यस्तै हो । यसैकारणले यस पाठमा हामी परमेश्वरमा निर्भर खीष्टियान जीवनको बारेमा सिक्न गइरहेका छौं जसले प्रशस्तताको खीष्टियान जीवन मात्रा नभएर खीष्ट केन्द्रित विवाह पनि पैदा गराउँदछ ।

परमेश्वरमा निर्भर खीष्टियान जीवन भनेको के हो ?

येशू र पावलले जीवनको बारेमा के भन्नुभएको छ भन्ने कुरा थाहा गर्दै यस प्रश्नको जवाफ दिन शुरुवात गर्नु आवश्यक छ भनी म विश्वास गर्छु ।

१. येशूले खीष्टियान जीवनको बारेमा के भन्नुहुन्छ

येशूले भन्नुभयो : “.....**बाटो, सत्य र जीवनम नै हुँ....।” यूहन्ना १४ : ६**

“......पुनरुत्थान र **जीवन म नै हुँ ।” यूहन्ना ११ : २५**

येशूले यी दुईवटा खण्डहरुमा के भनिरहनु भएको छ ? यो स्पष्ट छ कि येशूले उहाँ आफै नै जीवन हुनुहुन्छ भनी भनिरहनु भएको छ । येशूले उहाँ आफै जीवन हुनुहुन्छ भन्नुको मतलब के हो त ? मैले धेरै वर्षसम्म यी पदहरु पढेर उहाँ चाहिँ मेरो अनन्त जीवनको स्रोत हुनुहुन्छ भन्ने निष्कर्ष निकालेको थिए ।

के येशूले यस खण्डमा उहाँ अनन्त जीवनको स्रोत भन्दा पनि अझ बढ्ता हुनुहुन्छ भनी भनिरहनु सम्भव छ ? हामी अझै एउटा खण्डलाई हेरौं जसले हाम्रो प्रश्नको जवाफ दिन सक्छ ?

“परमेश्वरले हामीलाई अनन्त जीवन दिनुभएको छ र यो जीवन उहाँको पुत्रमा छ । जससँग पुत्र छ त्यससँग जीवन छ.....” **१ यूहन्ना ५ : १२ क**

खीष्टियान जीवनको सम्बन्धमा पावलको भनाईलाई हेरौं अझ हामी यस प्रश्नको उत्तर पत्ता लगाओ ।

२. <u>खीष्टियान जीवन जियाईको सम्बन्धमा पावलको भनाई</u>

पावलले **कलस्सी ३ : ४** मा खीष्ट नै जीवन हुनुहुन्छ भन्ने सत्यलाई व्यक्तिगत तवरमा यसरी भनेको छ, "....खीष्ट जो तिमीहरुको जीवन हुनुहुन्छ ......।" पावलले यो पदमा के भनिरहेको छ त ? खीष्टले दिनुहुने जीवन भित्र चाहिँ हामीले उहाँलाई ग्रहण गर्दा खेरी उहाँले हामीलाई दिनुहुने अनन्त जीवन भन्दा पनि अझ बढ्ता कुराहरु पर्छ भन्ने कुरा पावलले यहाँ बताइरहेको छ । उसले खीष्ट अहिले यति खेरा पनि तपाईको जीवन हुनुहुन्छ भन्ने कुरा भनिरहेको छ । यति खेरा तपाईले आफ्नो कपाल कन्याउँदै यो पावलले के भनेको होला भनी सोचिरहेको वा सोधिरहेको हुन सक्छ ? खीष्ट नै मेरो जीवन हुनुहुन्छ भन्नुको अर्थ के हो ? के पावलले खीष्टियान जीवनकै बारेमा भनिरहेको हो त ? म विश्वास गर्छु कि यसको जवाफ हामी **फिलिप्पी १ : २१** म पाउँछौं । पावल भन्छ :

"किनकी मेरो निम्ति जिउनु खीष्ट हो....।"

पावलले यो कुरा भनिरहेको छ कि उसको लागि जीवन भनेको चाहिँ खीष्ट नै उसको जीवन हुनु हो । येशू र पावलले हामीलाई अति महत्वपूर्ण यो सत्य प्रकट गराउँदै हुनुहुन्छ कि :

खीष्टियान जीवन चाहिँ एक व्यक्ति हो : यो खीष्ट स्वयंम

के तपाईले यो भन्दा अगाडि खीष्ट स्वयंम नै खीष्टियान जीवन हुनुहुन्छ भन्ने कुरा थाहा पाउनु भएको थियो । केही क्षण यो कुरा सोच्नुहोस् । यदि खीष्टियान जीवन एक व्यक्ति हो भने, यसको अर्थ चाहिँ खीष्टियान जीवनले नियमहरुको सूचीहरु पूरा गर्ने कुरा पाप कार्यबाट अलग हुने प्रयास गर्ने कुरा वा परमेश्वरको लागि जिउन उत्तम प्रयास गर्ने कुरासँग सरोकार राख्दैन भन्नु हो त ? मलाई लाग्छ कि येशू र पावलले भन्न खोजेको कुरा चाहिँ यो हो कि :

खीष्टियान जीवन चाहिँ हामी आफैले उत्पन्न वा पैदा गर्ने जीवन होइन । यो चाहिँ यस्तो जीवन हो जुन केवल खीष्टले मात्र उत्पन्न

सत्य यो हो कि खीष्टियान जीवन चाहिँ आफैले जिउने जीवन होइन । हामीले अघिल्लो पाठबाट यो कुरा सिकेका छौं कि आफैमा भर पर्ने जीवनले कहिल्यै पनि एक खीष्टियानको लागि वा एउटा श्रीमान् वा श्रीमतीको लागि परमेश्वरले गर्नुभएको प्रतिज्ञाहरु उत्पन्न वा पूरा गर्न सक्दैन । केवल परमेश्वरमा भर पर्ने खीष्टियान जीवनद्धार मात्रै यो सम्भव छ । यो चाहिँ अति उल्लेखनीय वा महत्वपूर्ण सत्य हो किनकी यसबाट हामीले यो निष्कर्ष निकाल्न सक्छौं कि "परमेश्वरमा भर पर्ने खीष्टियान जीवन भनेको चाहिँ नियमहरुको सूची पालन गर्नु, नियमहरु पछ्याउनु वा थरी थरी आज्ञाहरु पालन गर्नु होइन । यो एक व्यक्ति हो, के तपाईले पहिला पनि यस्तो सोच्नु भएको छ ? के यो सत्यताको ज्ञानद्धार यसले तपाईको खीष्टियान जीवन जिउने तरिकालाई बदल्न सम्भव छ ?

मनन गर्नु : खीष्टियान जीवन भनेको नियमहरुको सूची पूरा गर्नु होइन तर खीष्ट स्वयंम नै खीष्टियान जीवन हुनुहुन्छ भन्ने कुरा माथि मनन गर्नुहोस् ।

प्रश्न : यदि तपाईले खीष्टियान जीवन भनेको चाहिँ नियमहरुको सूची पूरा गर्नु होइन तर खीष्ट स्वयंम नै खीष्टियान जीवन हुनुहुन्छ भनी विश्वास गर्नुभएको छ भने, यसले कसरी तपाईको खीष्टियान जीवन जिउने तरिकालाई बदल्न सक्छ ?

____

____

____

____

परमेश्वरसँग वातचीत गर्नु: खीष्ट नै जीवन हुनुहुन्छ भन्नुको अर्थ के हो भन्ने बारेमा परमेश्वरसँग प्रकाश माग्नुहोस् ।

यो सत्य थाहा पाएर वा यो सत्यद्धार म र पेगीको खीष्टियान जीवन जिउने तरिका साँचो रुपमा परिवर्तन हुनथाल्यो र यसद्धार हाम्रो वैवाहिक जीवनमा पनि ठूलो परिवर्तन हुन थाल्यो । यस विषयमा अगाडि बढ्नु भन्दा अगाडि, परमेश्वरमा भर पर्ने जीवनको अर्थलाई अझै गहिरो रुपमा खोजतलास गरौं

खीष्ट नै जीवन हुनुहुन्छ भन्नुको एउटा अर्थ चाहिँ उहाँ तपाईको स्रोत हुनुहुन्छ भन्नु हो ।

याद गरौं कि हामीले अघिल्लो पाठबाट परमेश्वरले शुरुबाट नै तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीलाई, परमेश्वरलाई स्रोतको रुपमा लिएर जिउने प्रकारले बनाउनु भएको थियो भने कुरा सिकेका छौं । **१ कोरिन्थी १ : ३०** र अरु दुई वटा पदहरुले पनि परमेश्वरमा भर पर्ने खीष्टियान जीवन जिउनको लागि खीष्ट नै तपाईको स्रोत हुनुहुन्छ भन्ने कुरा पक्क गराउँदछ ।

"**खीष्ट येशूमाउहाँ** नै **तिमीहरुको** जीवनको **स्रोत** हुनुहुन्छ...."

"उहाँमा (खीष्टमा) नै हामी जिउँछौं, चहलपहल गर्छौ र हाम्रो अस्तित्व छ ।" **प्रेरित १७ : २८** (कोष्ठको थप)

"किनकी सबै थोक उहाँबाट (खीष्ट) र उहाँद्धार (खीष्ट) र उहाँकै (खीष्ट) निम्ति हुन्......।" **रोमी ११ : ३६** (कोष्ठको थप)

खीष्टियान जीवन जिउने स्रोत परमेश्वर नै हुनुहुन्छ भन्ने कुरा प्रकट गराउने बाइबलका धेरै पदहरु मध्ये यी त केवल तीनवटा मात्रै हुन् । खीष्ट नै तपाईको स्रोत हुनुहुन्छ भन्ने कुरा व्यवहारिक रुपमा कसरी लागु हुन्छ भन्ने सम्बन्धमा तपाई अचम्म मानिराख्नु भएको होला, यहाँ केही उदाहरणहरु दिइएको छ :

खीष्ट नै तपाईको स्रोत हुनुहुन्छ भन्ने कुराको उदाहरणहरु

तल दिएका उदाहरणहरु चाहिँ कसरी खीष्ट तपाईको व्यक्तिगत जीवनको र वैवाहिक जीवनको स्रोत हुनुहुन्छ भन्ने कुराको केही उदाहरणहरु हुन् ।

विजय :उहाँ नै पापको, शरीरको, संसारको र शैतानको शक्ति माथि तपाईको विजय बन्नुहुनेछ ।

"परमेश्वरलाई धन्यवाद होस् जसले हामीलाई हाम्रा प्रभु येशू खीष्टद्धार विजय दिनुहुन्छ ।" **१ कोरिन्थी १५ : ५७**

छुटकारा : उहाँले तपाईलाई निरन्तर रुपमा तपाईले सामाना गरिरहनु आन्तरिक संघर्ष र तपाईलाई पराजित गराउने पापमय ढाँचाहरु वा छुटकारा दिनुहुनेछ ।

"खीष्टले हामीलाई साँच्चै स्वतन्त्र पार्नु भएको छ । अब, स्वतन्त्र रुपमा रहिरहो र फेरि पापको दासत्वमा नपर ।" **गलाती ५ : १**

चंगाई : उहाँले तपाईको विगत र वर्तमान चोटहरु निको पार्नु हुनेछ । "उहाँले टुक्रिएका हृदय भएकाहरुलाई निको पार्नुहुन्छ र तिनीहरुका चोटहरुमा पट्टी बाँधिदिनुहुन्छ ।" भजनसंग्रह १४७ : ३

प्रबन्ध : उहाँले तपाईको सबै खाँचोहरुमा जुटाउनुहुनेछ ।

"मेरा परमेश्वरले ......तिमीहरुका हरेक खाँचोहरु खीष्ट येशूमा पूरा गरिदिनुहुनेछ ।" **फिलिप्पी ४ : १९**

घनिष्टता : उहाँले तपाईलाई उहाँसँग व्यक्तिगत र घनिष्ट सम्बन्धमा खिच्नु हुनेछ ।

"खीष्ट येशूद्धार हामीलाई सधै उहाँको परिवारमा ल्याई उहाँ आफैकहाँ ल्याउनु चाहिँ उहाँको अपरिवर्तनीय योजना हो । यसले उहाँलाई अति प्रसन्न तुल्याउँदछ ।" **एफिसी १ : ५**

प्रश्न :के माथि उल्लेखित सत्यहरु तपाईको जीवनमा र वैवाहिक जीवनमा व्यवहारिक रुपमा अनुभव गर्न सक्ने वास्तविकताहरु हुन छ ?

के तपाईले छुटकारा, विजय, चंगाई, परिवर्तन र परमेश्वरसँग र श्रीमान् श्रीमती घनिष्टताको प्रतिज्ञाहरुको व्यवहारिक रुपमा अनुमान गरिरहनु भएको छ ? यदि तपाईले अनुभव गरिरहनु भएको छैन भने के तपाई यी सत्यहरु अनुभव गर्न चाहनुहुन्छ ?

मनन गर्नु: ख्रीष्ट नै तपाईको स्रोत हुनुहुन्छ भन्ने कुरा माथि मनन गर्नुहोस् । उहाँका प्रतिज्ञाहरु मध्ये कुन चाहिँ प्रतिज्ञा तपाई र तपाईको जोडी अझ बढी अनुभव गर्न चाहनुहुन्छ भन्ने बारेमा सोच्नुहोस् ।

परमेश्वरसँग वातचीत : यदि तपाईले चाहना गर्नुभए अनुसार यी प्रतिज्ञाहरु अनुभव गरिरहनु भएको छैन भने, यी प्रतिज्ञाहरु वास्तविक रुपमा तपाईको जीवनमा अनुभव गर्नको लागि परमेश्वरसँग सहायता माग्नुहोस् ।

ख्रीष्ट तपाईको स्रोत हुनुहुन्छ भन्ने कुराको उदाहरणहरु

ख्रीष्ट तपाईको व्यक्तिगत जीवनको र वैवाहिक जीवन स्रोत हुनुहुन्छ भन्नुको अर्थ के हो भन्ने सम्बन्धमा अझ केही थप उदाहरणहरुलाई हेरौं ।

परमेश्वर व्यक्तिगत रुपमा तपाईको स्रोत हुनुहुन्छ भन्नुको अर्थ के हो भन्ने सम्बन्धमा केही उदाहरणहरु :

- उहाँले तपाईको मनलाई उहाँको सत्य माथि विश्वास गर्नलाई पूर्नःनयाँ बनाउनुहुनेछ । रोमी १२ : २
- उहाँले तपाईको शारीरिक व्यवहारहरुलाई ईश्वरीय व्यवहारमा परिवर्तन गर्नुहुनेछ । रोमी १२ : २
- उहाँले तपाईमा आत्माको फल फलाउनु अर्थात् उत्पन्न गर्नु हुनेछ । गलाती ५ : २२,२३
- उहाँले आफ्नो सत्यद्धार तपाईलाई स्वतन्त्र तुल्याउनु हुनेछ । यूहन्ना ८ : ३२

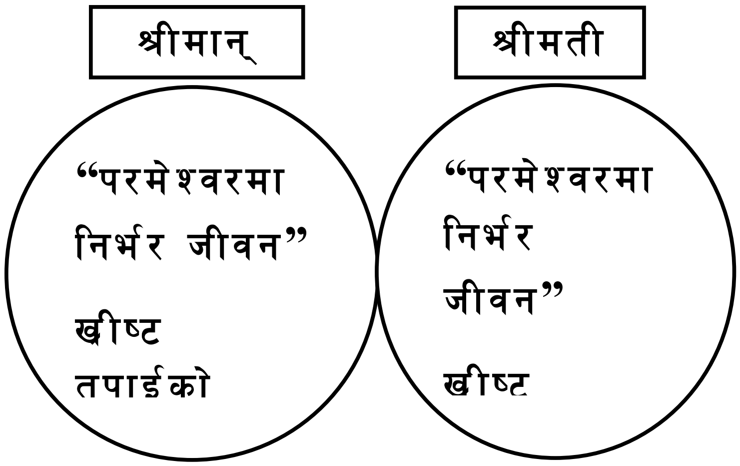
परमेश्वर तपाईको वैवाहिक जीवनको स्रोत हुनुहुन्छ भन्नुको अर्थ के हो भन्ने सम्बन्धमा केही उदाहरणहरु :

- उहाँले तपाईको झगडा वा द्वन्द्वलाई समाधान गर्नुहुनेछ ।
- उहाँले तपाईको शारीरिक व्यवहारहरुलाई ईश्वरीय व्यवहारमा परिवर्तन गर्नुहुनेछ ।
- उहाँले आनन्द र भरपूरी ल्याउनुहुनेछ ।
- उहाँले तपाईको विवाहमा घनिष्टता र एकता बढाउनुहुनेछ ।
- उहाँले तपाईमा र तपाईको श्रीमान् र श्रीमतीमा निस्वार्थ विचार भावना सृजना गर्नुहुनेछ ।

म यस भागलाई श्रीमान् र श्रीमती दुवै परमेश्वरमा निर्भर खीष्टियान जीवनद्धार जिएको उदाहरण प्रस्तुत गर्दै अन्त्य गर्न चाहन्छु ।

<u>दोस्रो दिन</u>

तपाईले खीष्टको जीवनलाई तपाईको स्रोतको रुपमा प्राप्त गर्नुभएको छ



खीष्टलाई तपाईको स्रोत बनाउनुभयो भने तपाईले प्रशस्तताको जीवन र खीष्ट केन्द्रित विवाह प्राप्त गर्नुहुनेछ ।

“म त तिमीहरुले जीवन पाउन् र त्यो पनि प्रशस्त मात्रामा पाउन भन्ने हेतुले आएँ ।” **यूहन्ना १० : १०ख**

जसै तपाई खीष्टको जीवनद्धार जिउनुहुन्छ, उहाँले तपाईमा र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीमा प्रशस्तताको जीवन र खीष्ट केन्द्रित विवाह उत्पन्न वा सिर्जना गर्नुहुनेछ । यदि तपाईले तलका कुराहरु अनुभव गर्दै हुनुहुन्छ भने, तपाईले प्रशस्तताको जीवन अनुभव गर्दैहुनुहुन्छ ।

- **बढ्दो घनिष्टता, मिलाप र एकता**
- **तपाईको जीवनको र विवाहको कुनै पनि कुराको लागि परमेश्वरमा निर्भरता वा भरोसा**
- **शारीरिक व्यवहारको सट्टा खीष्टको जस्तो व्यवहार**
- **आफ्नो हितको लागि भन्दा अरुको हितको लागि केन्द्रित**
- **खीष्टको जस्तै सोचाई, भावना, विश्वास, छनौट र व्यवहार**

म विश्वास गर्छु कि यदि हामी सबैले यी सबै कुराहरु अनुभव गर्दै जिइरहेका छौं भने हामी यस्तो जीवनलाई“प्रशस्तताको जीवन” भन्छौ । यसैले हामी यो सत्यको साथमा यो निष्कर्ष निकालौ :

प्रशस्तताको खीष्टियान जीवन र खीष्ट केन्द्रित विवाह उत्पन्न गर्ने स्रोत वा उपाय चाहिँ खीष्टलाई तपाईको जीवनको रुपमा लिनु हो ।

मनन गर्नुहोस् : तपाईले प्रशस्तताको जीवन र प्रशस्तताको वैवाहिक जीवन प्राप्त गरेको परमेश्वरले चाहना गर्नुहुन्छ भन्ने कुरा माथि मनन गर्नुहोस् ।

परमेश्वरसँग वातचीत : तपाईमा र तपाईको जोडीमा प्रशस्तताको वैवाहिक जीवन उत्पन्न गराउनुहोस् भनी परमेश्वरसँग पुकारा गर्नुहोस् ।

खीष्ट नै (तपाईको) जीवन हुनुहुन्छ भन्ने कुराको अर्को अर्थ

खीष्ट नै तपाईको जीवन हुनुहुन्छ भन्नुको अर्थ चाहिँ तपाईमा ती अलौकिक, खीष्टको जस्तै चरित्रहरु छन् जुन केवल खष्टिले मात्रा

हामी बाइबलीय केही खीष्टको जस्तो चरित्रहरुलाई हेरौं :

“तर आत्माको (खीष्टको) फल चाहिँ प्रेम, आनन्द, शान्ति, धैर्य, दया, भलाई, विश्वासनीय, नम्रता र आत्मसंयम हुन्.....” **गलाती ५ :: २२, २३ ख** (कोष्ठको थप)

“यसकारण परमेश्वरका चुनिएकाहरु, पवित्र र प्रिय भएर तिमीहरुले (खीष्टको) करुण, दया, दीनता, नम्रता र धैर्य धारणा गर । १३ एउटाले अर्कालाई सहने गर, कुनै मानिसको विरुद्धमा केही दोषको कारण छ भने एक अर्कालाई क्षमा गर्नुपर्छ । १४ यी सबै भन्दा बढी बरु (खीष्टको) प्रेम धारणा गर जसले सबै थोकलाई पूर्ण एकतामा बाँध्दछ ।” **कलस्सी ३ : १२-१४** (कोष्ठको थप)

“अन्तमा प्रभुमा र उहाँको शक्तिको सामर्थ्यमा बलवान् होओ ।” **एफिसी ६ : १०**

हामीले **गलाती ५ : २२, २३** मा भएको आत्माको फल फलाउनु पऱ्यो, **कलस्सी ३ : १२-१४** भएका (करुण,दया, नम्रता इत्यादि) धारणा गर्नु पऱ्यो र **एफिसी ६ : १०** मा भने झै खीष्टमा बलवान् हुनुपऱ्यो । माथिको सबै खीष्टको जस्तै चरित्रहरुका उदाहरणहरु छन् । तल उल्लेखित सूची चाहिँ खीष्टलाई तपाईको जीवनको रुपमा अपनाउँदा तपाईमा वा तपाईको लागि उपलब्ध कुराहरु हुन् ।

खीष्ट तपाईको जीवन हुनुहुन्छ भन्नुको अर्थ चाहिँ खीष्ट तपाईको :

शर्तरहित प्रेम विजय योग्यपन स्वीकार
भरिपूर्णता

छुटकारा धैर्य सामर्थ शान्ति
विश्वास

क्षमापन समझ सुरक्षा निडरपन
बुद्धि

योग्यता नम्रता निर्धक्कता सहास
निस्वार्थपन

विश्राम करुणा बहादुरीपन विवेक
दीनता

नियन्त्रण विश्वासनीयता आनन्द धार्मिकता
आशा

हुनुहुन्छ भन्नु हो ।

उदाहरण : खीष्ट तपाईको जीवन हनुहुन्छ भन्नुको अर्थ चाहिँ खीष्ट नै तपाईको क्षमापन तपाईको सुरक्षा, तपाईको शर्तरहित प्रेम इत्यादि हुनुहुन्छ भन्नु हो ।

प्रश्न : याद गर्नुहोस् कि मैले तपाईलाई यस पाठठको शुरुवातमा तपाईले आफ्नो विवाहमा अझै केही कुराहरु अनुभव गर्न चाहनु भएको छ कि भनेर सोधेको थिए । यदि उसो भए, तपाईले अझै अनुभव गर्न चाहनु भएको कुनै कुरा माथिको सूचीमा छ ? तल आफ्नो जवाफ लेख्नुहोस् ।

खीष्टको जीवनको विशेषता र मानवीय विशेषता बीच के फरक छ ?

खीष्टको जीवनको विशेषताको अर्थ राम्रोसँग बुझ्नको लागि सर्वप्रथम हामीले मानवीय विशेषता बारेमा पनि बुझ्नु जरुरी छ जुन चाहिँ आत्मिक अर्थात् खीष्टको विशेषता जस्तो देखिन्छ । हामीलाई थाहा छ कि हामीले मानवीय क्षेत्रमा पनि शान्तिको, धैर्यताको र सुरक्षा इतयादिको महशुस वा अनुभव गर्न सक्छौं यसैले हामी खीष्टको जीवनको विशेषता बीच फरक छुट्याओ :

मानवीय विशेषताहरु : मानवद्धार सुजित भावनाहरु वा अनुभवहरु चाहिँ हाम्रा परिस्थितिहरु वा सम्बन्धहरुद्धार परिवर्तन हुन सक्छ ।

उदाहरणको लागि, मानौ तपाईको दिनभरीको जीवन अति असल वा रमाइलो थियो । तपाईलाई मानवीय शान्ति, आनन्द र सुरक्षाको महशुस भइरहेको थियो । तर तपाई घरमा आइपुग्दा खेरी कसैले तपाईको घरको पानीको पाइप फुटाई दिएको कारणले घर सबै पानीले भरिएको र तपाईको दुई वर्षको बच्चा एकदमै रिसाएको भेटाउनु भयो । त्यति खेरा तपाईको मानवीय शान्तिको, आनन्दको र सुरक्षाको महशुसलाई के हुन्छ ? ती तुरुन्तै बाफ झै उडेर जान्छ । यदि हामी खीष्टको जीवनको विशेषता वा गुणद्धार जिइरहेको छौं त्यो अवस्थामा कस्तो हुन्थ्यो होला ? यो प्रश्नको जवाफ दिनुभन्दा अगाडि, पहिला हामी खीष्टको जीवनको विशेषताहरुलाई परिभाषित गरौं ।

खीष्टको जीवनका विशेषताहरु : खीष्टका जीवनका अलौकिक विशेषताहरु जुन खीष्टद्धार दिएको हुन्छ र यो कुनै परिस्थिति वा सम्बन्धहरुद्धार परिवर्तन हुन सक्दैन ।

यस परिभाषाको मुख्य शब्द चाहिँ **"अलौकिक"** हो । खीष्टको जीवनको विशेषताको सन्दर्भमा अलौकिकको अर्थ चाहिँ यो यस्तो गुण वा विशेषता हो जुन केवल पवित्र आत्माले मात्रा सृजना वा उत्पन्न गर्न सक्नुहुन्छ । म तपाईलाई पावलको उदाहरण दिन चाहन्छु :

"....हाम्रा सबै कष्टहरुका बीचमा पनि म आनन्दले भरिपूर्ण छु ।" **कलस्सी १:२४**

पावलको विश्वासको हिँडाईको कारणले पावल यस्तो अवस्थासम्म आइपुग्यो जहाँ ठूलो कष्टको बीचमा पनि उसले भरपूर आनन्दको अनुभव गरिरिरहेको थियो । यो चाहिँ मानवीय आनन्द थिएन किनकी कष्टको बेलामा मानवीय आनन्द अनुभव गर्नु असम्भव छ । पावलले अलौकिक र आत्माले उत्पादन गरेको आनन्दको अनुभव गर्दै थियो जुन आनन्द कष्टले पनि उसबाट अलग गराउन वा खोस्न सकेन ।

माथिको उदाहरणमा जस्तै, जब म तपाईले डाँकुहरु, घर जलमग्न भएको, बच्चा रोइरहेको अवस्थासँग सामना गर्नुहुन्छ, त्यो बेलामा रीसमा, निराशमा, अधैर्यतामा चल्नुको सट्टा तपाईले शान्ति, आनन्द र धैर्यता जस्ता खीष्टको जीवनको गुण वा विशेषताहरुलाई धारणा गर्न सक्नुहुन्छ । पछि हामी व्यवाहरिक रुपमा कसरी गर्ने भन्ने बारेमा हेर्नेछौं । तर अहिलेको लागि हामीले बुझ्नु पर्ने मुख्य सत्य चाहिँ यो हो कि :

मानीय गुण वा विशेषता र खीष्टको जीवनको विशेषता बीचको मुख्य फरक यो हो कि खीष्टको जीवनको गुण वा विशेषताहरुलाई चाहिँ कुनै पनि सम्बन्धमा वा खराब परिस्थितिले पनि हरण गर्न

म तपाईलाई अर्को उदाहरण दिन्छु । मानौ, तपाई आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीप्रति अधैर्य हुनुहुन्छ अर्थात् आफ्नो श्रीमान वा श्रीमतीको कति काम कुराहरुमा धैर्य गर्न सक्नुहुन्न । त्यो अवस्थामा तपाईलाई खीष्टबाट के कुराको जरुरत पर्छ ? उहाँको धैर्यता ।

के तपाईले आफ्नै तर्फबाट धैर्य बन्ने प्रयास गर्नुभएको छ ? त्यसो गर्दा कतिको धैर्य धारण गर्न सक्नुभयो त ? त्यो धैर्यता कति समयसम्म रह्यो त ? यो लामो समयसम्म टिक्दैन । तर यदि तपाई खीष्टको धैर्यताद्धार जिइरहनुभएको छ भने, तपाईको धैर्यतालाई कसैले वा कुनै पनि कुराले हरण गर्न सक्दैन । मानवीय धैर्यताद्धार जिउने प्रयास गर्दा खेरी चाहिँ उल्टो आफूमा भएको धैर्यतालाई पनि कुनै कुराद्धार वा कसैबाट हरण गराईरहेको हुन्छ ।

परमेश्वरसँग वातचीत: खीष्टको जीवनको विशेषताहरु र मानवीय विशेषताहरु बीचको फरकलाई गहिरो रुपमा बुझ्नलाई परमेश्वरसँग सहायता माग्नुहोस् ।

यसको बारेमा सोच्नुहोस् : खीष्ट जो तपाईमा हुनुहुन्छ, उहाँमा तपाईले अघिबाटै प्राप्त गरिसक्नु भएका कुराहरुलाई तपाईले पैदा वा उत्पादन गर्ने प्रयास गर्नुपर्दैन ।

यस पदलाई एक छिन हेरौं

“किनकी खीष्टमा ईश्वरत्वको सारा परिपूर्णता शरीरमा वास गर्दछ तिमीहरुलाई खीष्टमा पूर्णरुपमा दिइएको छ, उहाँ जो सारा शक्ति र अधिकारको शिर हुनुहुन्छ ।” **कलस्सी २:९,१०**

यी पदहरुले हामीलाई दुईवटा उल्लेखनीय सत्य कुरालाई बताइरहेको छ :

१. तपाईमा त्रिएक परमेश्वरको पूर्णताले वास गर्दछ । तपाईमा पिता, येशू र पवित्र आत्मा हुनुहुन्छ ।

२. अझ यस कुरा तपाईमा खीष्टको पूर्णताले वास गरेको कारणले अब तपाईमा पेज ३६ मा उल्लेखित सबै खीष्ट जस्तो गुणहरु वा विशेषताहरु छ ।

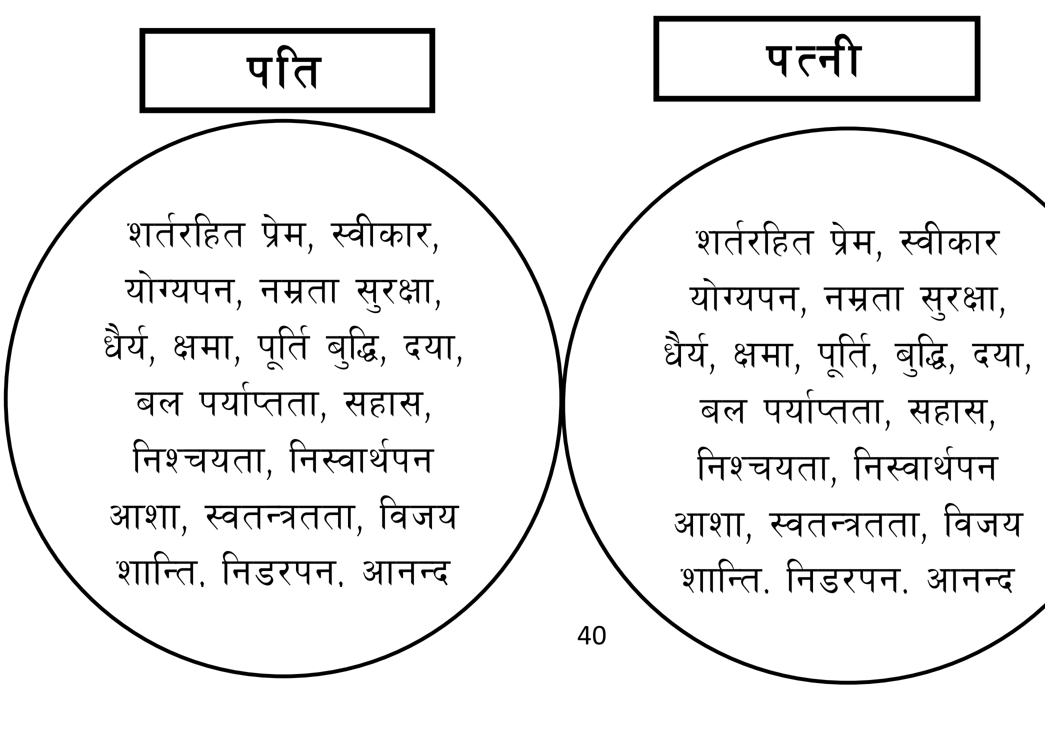
यसको अर्थ चाहिँ तपाईमा खीष्टको सबै शान्ति, आनन्द, धैर्यता, क्षमापन इत्यादि कुराहरु छन् । यदि तपाई र तपाईको श्रीमान वा श्रीमतीसँग सबै खीष्टको जीवनको गुणहरु वा विशेषताहरु छ भने, यसले तपाईलाई के अर्थ दिन्छ ?

मुख्य सत्य :

खीष्ट नै तपाईको जीवन हुनु भएको हुनाले र उहाँ तपाईमा हुनुभएको कारणले तपाईले आफ्नो जीवनमा र वैवाहिक जीवनमा यी खीष्टको जीवनको गुणहरु उत्पन्न वा पैदा गर्ने प्रयास गर्नु आवश्यक

केही क्षण माथिको भनाईको बारेमा सोच्नुहोस् । माथि उल्लेखित खीष्टको जीवनको सबै गुणहरु तपाईमा भएको कारणले तपाईले ती गुणहरु पैदा उत्पन्न गराउने प्रयास गर्न आवश्यक छैन । यो भन्दा अगाडि सम्म के तपाईले धेरै शर्तरहित प्रेम, धेरै धैर्य, धेरै निस्वार्थपन इत्यादि कुराहरु तपाईले नै पैदा गर्नुपर्छ अथवा यो काम तपाईमा नै भर पर्छ भनी सोच्नु भएको थियो ? यदि उसो भए, अब तपाई आफैले यो गर्न सक्नुहुन्न र प्रयास गर्नु आवश्यक छैन भनी म विश्वास गर्दछु । यहाँ तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीमा खीष्टको जीवनको पूर्णताले वास गर्दछ भन्ने कुरा देखाउने चित्र प्रस्तुत गरिएको छ ।

खीष्टको जीवन तपाईमा छ भन्नुको अर्थ चाहिँ तपाईमा खीष्टको जीवनका सारा गुणहरु छ भन्नु हो ।



परमेश्वरसँग वातचीत : तपाईले खीष्टको जीवनका तीनवटा गुणहरु छानीकन ती तपाईको वैवाहिक जीवनमा वास्तविक रुपमा अनुभव गर्न सहायता गर्नुहोस् भनी पुकारा गर्नुहोस् ।

तेस्रो दिन

सत्य : तपाईले खीष्टको कुनै पनि गुण वा चरित्रहरु आफैले पैदा गर्न सक्नुहुन्न । किन ?

हामीले आदम र हव्वा पतित हुनु भन्दा अगाडि उनीहरु आफ्ना शारीरिक, भावनात्मक र आत्मिक खाँचोहरु पूरा गर्नको लागि परमेश्वरलाई आफ्नो स्रोतको रुपमा पूर्ण रुपमा निर्भर भएका थिए भन्ने कुरा सिक्यो । साथ-साथै उहाँ तपाईमा जिउन सकोस् भनेर र तपाई र तपाईको पति वा पत्नीलाई परिवर्तन गर्नको लागि आफैलाई, आफ्नो जीवन र शक्ति तपाईमा पूर्ण रुपमा हालिदिनु भएको छ भन्ने कुरा पनि हामीले छलफल गर्‍यो । यो कुरा सत्य हो र यो सत्यता तपाईको वैवाहिक जीवनमा पूरा वा वास्तविक हुनको लागि तपाई र तपाईको जोडी यस्तो भन्न सक्ने अवस्थामा र परिस्थितिमा आउनुपर्छ :

"म सक्दिन"

येशूले **यूहन्ना १५ : ५** ख मा "म सक्दिन" भन्ने कुरालाई वर्णन गर्नुभएको छ :

"......म (मलाई स्रोतको रुपमा नस्वीकारे सम्म) बाट अलग रहेर तिमीहरुले केही पनि गर्न सक्दैन ।" (कोष्ठको थप)

यो पदमा म भन्ने शब्दले खीष्टलाई जनाउँदछ । के केही पनि गर्न सक्दैन भन्नुको अर्थ यी खीष्टको कुनै पनि जीवन चरित्रहरु उत्पन्न गर्न सक्दैन भन्नु हो : म विश्वास गर्छु कि त्यही नै हो । त्यति मात्र नभएर केही पनि गर्न सक्दैन भन्ने कुरा तपाईको वैवाहिक जीवनमा पनि लागु हुन्छ । यो तपाईको वैवाहिक जीवनमा कसरी लागु हुन सक्छ ?

- **तपाई आफैले आफैलाई र आफ्नो जोडीलाई परिवर्तन गर्न वा सुधार्न सक्नुहुन्न ।**
- **तपाई आफैले तपाईको वैवाहिक जीवनमा खुशी र पूर्णता ल्याउन सक्नुहुन्न ।**
- **तपाई आफैले आफ्नो वा आफ्नो जोडीको शारीरिक व्यवहार वा चालचलनहरु परिवर्तन गर्न सक्नुहुन्न ।**

- **तपाई आफैले खीष्ट केन्द्रित विवाह उत्पन्न गर्न सक्दैन ।**

<u>प्रश्न :</u> के तपाई खीष्टबाट अलग रहेर माथिका कुनै पनि कामहरु गर्ने प्रयास गर्नुभएको छ ? छ भने, यसले कतिको काम गरिरहेको छ त ?

म र पेगी यसको गवाही वा साक्षी हौं कि “केही पनि गर्न सक्दैन” भन्नुको मतलब “केही पनि गर्न सक्दैन” हो चाहे त्यो खीष्टको जस्तो गुणहरु उत्पन्न गर्ने कुरामा होस् या खीष्ट केन्द्रित विवाह उत्पन्न गर्ने सम्बन्धमा होस् । हामी यस भागलाई यस निष्कर्ष ल्याऔं :

केवल खीष्ट आफैले मात्र तपाईको व्यक्तिगत जीवनमा चाहिने कुराहरु र वैवाहिक जीवनमा चाहिने कुराहरु उत्पादन वा पैदा गर्न सक्नुहुन्छ ।

मैले धेरै जोडीहरु भेटे, जुन जोडीहरुमा कसरी विवाहलाई राम्रो बनाउने भनेर सिकाइने धेरै सम्मेलनहरुमा सहभागी भई धेरै वचनहरु सुनेका र यस सम्बन्धमा लेखिएका धेरै पुस्तकहरु पढेका थिए । उनीहरुलाई “विवाहलाई राम्रो बनाउने सामाग्रीहरुको झोला नै दिएको थियो” र विवाहलाई सुधार्न वा राम्रो बनाउनका लागि प्रयोग गरिने साधन वा सामाग्रीहरु दिएका थिए । एउटा जोडी चाहिँ विवाहलाई कसरी राम्रो बनाउने सम्बन्धमा १३ हप्ताको तालिम वा पाठ्यक्रम पुरा गरेपछि मकहाँ आउनुभयो । उनीहरु त्यो कोर्सको बारेमा बर्बराउनु तर मैले उहाँहरुलाई तपाईहरु म कहाँ किन आउनुभएको हो भनेर सोधे ? उनीहरुले भने, त्यहाँ दिएका कुनै पनि सामाग्रीहरुले उनीहरुको वैवाहिक जीवनमा कुनै पनि समस्याहरु समाधान गरेन ।

कृपया तपाईले मलाई गलत नठान्नुहोला । म पनि विवाहलाई सुधार्ने वा राम्रो बनाउने कुनै पनि प्रविधि वा औजार अर्थात् तरिकाहरुकै पक्षमा छु । मैले भन्न खोजेको कुरा यति मात्र हो कि परमेश्वरको जीवन र शक्तिमा भर नपरिकन वा अलग रहेर चाहिँ ती औजारहरुले कहिल्यै पनि तपाई र तपाईको जोडीलाई परिवर्तन गर्ने छैन । सत्य यो हो कि परमेश्वरले त्यो प्रकारले काम गर्न दिनुहुनेछैन । उहाँ मात्र स्रोत हुनु भएको कारण उहाँले मात्र घनिष्टता, मिलाप ल्याउन सक्नुहुन्छ र उहाँले गर्नु भएका परिवर्तनका प्रतिज्ञाहरु पूरा गर्न सक्नुहुन्छ ।

<u>खीष्ट नै हाम्रो जीवन हुनुहुन्छ भने, अब हामीले चाहिँ के गर्नु पर्छ त ?</u>

मलाई लाग्छ कि पावलले यस प्रश्नको जवाफ **गलाती २ : २०**क मा दिएको छ ।

“म खीष्ट सँगै क्रुसमा टाँगिएको छ र अब उप्रान्त जिउने म होइन खीष्ट (जीवन) ममा जिउनुहुन्छ ...।” (कोष्ठको थप र विशेष जोड)

पावलले "अब उप्रान्त जिउने म होइन" भनीकन ऊ आफैले खीष्टियान जीवन जिउन नसक्ने कुरा स्वीकार वा थाहा गरेको छ । ऊ आफैले खीष्टियान जीवन जिउन नसक्ने भएको कारण पावलले खीष्ट जो जीवन हुनुहुन्छ, उहाँलाई ऊ भित्र जिउन अनुमति दिइरहेको छ, पावलको योग्यता, बुद्धि र क्षमतालाई हेर्दा खेरी उसले यसो भन्नु चाहिँ बडो अचम्मको कुरा हो । तापनि उसले यी कुनै पनि योग्यताहरु हुँदैमा ऊ कुनै पनि हालतमा स्रोत बन्न सक्दैन भन्ने स्पष्ट रुपमा थाहा गरेको वा स्वीकार गरेको छ । **गलाती २ : २०** चाहिँ तपाई र तपाईको जीवनमा कसरी लागु हुन सक्ला जस्तो लाग्छ ?

पावलले जस्तै, तपाई र तपाईको जोडीले आफैले खीष्टियान जीवन जिउन सक्नुहुन्न । यसैकारणले तपाईको काम चाहिँ खीष्टलाई उहाँका जीवन तपाईमा जिउनलाई अनुमति दिनु हो ।

सत्य यो हो कि यदि तपाईले खीष्टलाई आफ्नो जीवन तपाईमा जिउन दिनुभयो भने मात्र तपाईको जीवन र तपाईको वैवाहिक जीवन ठीक प्रकारले अगाडि बढ्नेछ । यस पाठको अन्तमा हामी यसलाई व्यवहारिक रुपमा कसरी उतार्ने भन्ने बारेमा अझै हेर्नेछौं ।

प्रश्न : के तपाईले यो भन्दा अगाडि खीष्टियान जीवन भनेको चाहिँ खीष्टले आफ्नो जीवन तपाईमा जिउनु हो भनीकन महशुस गर्नुभएको थियो ? यदि महशुस गर्नु भएको छैन भने अब तपाईले यो सत्यलाई प्रयोग गर्नुभयो भनी यसले कसरी तपाईको जीवन र तपाईको वैवाहिक जीवनलाई परिवर्तन गर्ला ?

मनन गर्नु : माथि उल्लेखित गलाती २ : २० क माथि मनन गर्नुहोस् । यस पदलाई पढ्नुहोस् र पावलको भनाईको गहिराईलाई र यसले तपाईको जीवनमा र विवाहमा पार्न सक्ने प्रभावलाई सोच्नुहोस् ।

परमेश्वरसँग वातचीत : उहाँले आफ्नो जीवन तपाईमा जिउन चाहनुहुन्छ भन्नुको अर्थ के हो भन्ने बारेमा परमेश्वरसँग अझै प्रकाश माग्नुहोस् ।

खीष्टियान जीवन जिउने साँचो वा तरिका :

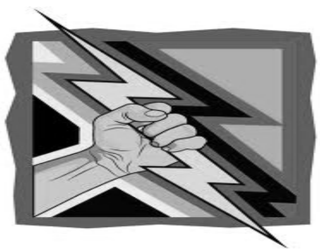
खीष्टियान जीवन जिउनुको अर्थ खीष्टलाई उहाँको जीवन तपाईमा जिउन दिनु र उहाँको त्यो जीवनको स्रोतबाट तपाई जिउनु हो ।

खीष्टियान जीवन चाहिँ खीष्टलाई उहाँको जीवन हामीमा जिउन अनुमति दिने जीवन भएको हुनाले खीष्टियान जीवन चाहिँ खीष्टलाई स्रोतको रुपमा लिएर जिउने जीवन हो भनी हामी निष्कर्ष निकाल्न सक्छौं ।

खीष्टको जीवन तपाईमा हुनुको साथ-साथै तपाईमा परमेश्वरको सारा शक्ति पनि छ

तपाईमा परमेश्वरको सारा पूर्णता हुनुएको कारणले तपाईसँग परमेश्वरको सबै शक्ति पनि छ ।

“पवित्र आत्मा तिनीहरु माथि आउनुभएपछि तिमीहरुले शक्ति पाउनेछौं.....।” प्रेरित १ :



८ “सर्व श्रेष्ठ शक्ति हाम्रो होइन तर परमेश्वरको हो भनी प्रष्ट पार्न यो घन हामीसित माटोका भाँडाहरुमा छ । **२ कोरिन्थी ४ : ७**

१. परमेश्वरको शक्ति कस्तो प्रकारको शक्ति हो ?

तपाईमा भएको परमेश्वरको शक्तिलाई राम्रोसँग बुझ्नको लागि **एफिसी १ : १९, २०** लाई हेरौं

“म प्रार्थना गर्दछु कि हामी विश्वास गर्नेहरुका निम्ति उहाँको शक्तिको असीम महानता के हो सो तिमीहरु जान्न सक । त्यही शक्ति जसले खीष्टलाई मरेको बाट जीवित पार्नुभयो र स्वर्गीय स्थानमा पिताको दाहिने पट्टि बसाल्नुभयो ।”

यसको बारेमा सोच्नुहोस् ।

येशूलाई मृत्युबाट पुनरुत्थान गराउने शक्ति तपाई भित्र छ ।

२. तपाई भित्र भएको परमेश्वरको शक्ति त्यही शक्ति हो जुन शक्तिले :

- **स्वर्गहरु र पृथ्वी सृष्टि गर्नुभयो ।**
- **लाल समुन्द्रलाई दुई भाग पार्नुभयो ।**

- **सारा ब्रहामण्डलाई थामिरहेको छ ।**

३. परमेश्वरले आफ्नो शक्ति हामी भित्र किन हालिदिनु खाँचो पऱ्यो त ?

उहाँले प्रतिज्ञाहरु गर्नुभएका कामहरु गर्न र हाम्रो आफ्नो इच्छा शक्तिले गर्न नसक्ने कामहरु गर्नको लागि परमेश्वरले आफ्नो शक्ति

४. के परमेश्वरको शक्तिविना नै तपाईको इच्छा शक्ति चाहिँ पर्याप्त छैन र ?

तपाईको इच्छा शक्तिको सम्बन्धमा म केही प्रश्नहरु सोध्न चाहन्छु :

१. के तपाईको इच्छाले निरन्तर रुपमा तपाईको शारीरिक इच्छा माथि अधिकार जमाउन सक्छ ?

२. के तपाईको इच्छा शक्तिले शैतानको शक्तिसँग लड्न सक्छ ?

३. के तपाईको इच्छा शक्तिले तपाई र तपाईको जोडीलाई पराजित गराउने पापमय ढाँचाहरुबाट मुक्त पार्न सक्छ ?

४. के तपाईको इच्छा शक्तिले तपाईको र तपाईको जोडीको शारीरिक व्यवहारहरुलाई ईश्वरीय व्यवहारमा बदल्न सक्छ ?

५. के तपाईको इच्छा शक्तिले तपाईको र तपाईको जोडीलाई येशूले झैं सोच्ने, छान्ने, विश्वास गर्ने र व्यवहार गर्नेको परिवर्तन गर्न सक्छ ?

के तपाईले आफ्नो इच्छा शक्तिलाई प्रयोग गरेर माथिको कुनै पनि कुराहरु गर्ने प्रयास गर्नु भएको छ ? यदि प्रयास गर्नुभएको छ भने, यसले कतिको काम गऱ्यो त ? म निश्चित रुपमा यो भन्न सक्छ कि परमेश्वरबाट अलग भएर तपाईले ती कुनै पनि कामहरु गर्न सक्नुहुन्न ।

प्रश्नहरु : तपाईको र तपाईको वैवाहिक जोडीको कुन अथवा के कुरा चाहिँ तपाईले आफ्नो इच्छा शक्तिलाई प्रयोग गरेर परिवर्तन गर्ने प्रयास गरिरहनु भएको छ ?

____

____

____

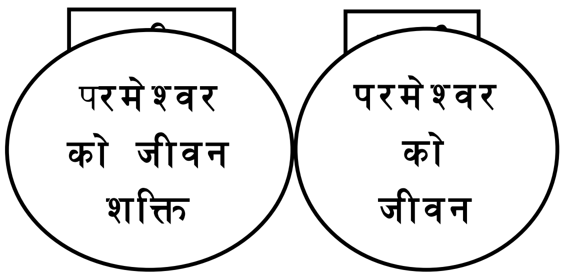
____

के तपाईले त्यसरी प्रयास गर्दा सफलता पाइरहनु भएको छ ?

परमेश्वरसँग वातचीत : तपाईले आफ्नै शक्तिद्धार आफ्नो वैवाहिक जीवनमा पूरा गर्ने प्रयास गरिरहनु भएको कुराहरु परमेश्वरले आफ्नो शक्तिद्धार पूरा गरिदिनुहोस् भनी परमेश्वरसँग पुकारा गर्नुहोस् ।

म तपाईलाई मेरो यो अन्तिम विचार राख्न चाहन्छु :माथि उल्लेखित सबै कुराहरु जो तपाईको आफ्नो इच्छा शक्तिले गर्न सक्नुहुन्न, ती सबै थोक पवित्र आत्माले गर्न सक्नुहुन्छ र ती तपाई र तपाईको जोडीको जीवनमा गर्नुहुनेछ ।

तपाईमा ख्रीष्टको जीवन मात्र नभइकन परमेश्वरको सारा शक्ति पनि छ ।



मुख्य सत्य :

ख्रीष्ट केन्द्रित विवाह उत्पन्न गर्नको लागि परमेश्वरले तपाईमा र तपाईको पत्ति वा पत्नीमा ख्रीष्टको जीवन र शक्ति हालिदिनुभयो ।

चौथो दिन

हामीले परमेश्वरमा निर्भर ख्रीष्टियान जीवन जिउँदा खेरी हाम्रो विवाहमा आउन थालेको परिवर्तन

हामीले साँचो रुपमा परमेश्वरमा निर्भर खीष्टियान जीवन जिउँदै छौं भन्ने कुरा कसरी थाहा पायौं त ? हामीले हाम्रो वैवाहिक जीवन परिवर्तनको अनुभव गर्न थाल्यो । जब समस्या खडा हुन्थ्यो, म रिसाउथे र उनी चुप लागेर बस्थी । यसरी मेरो रीस पनि शान्त हुन्थ्यो र त्यो समस्याको बारेमा हामी शान्त भएर छलफल गर्न सक्थ्यो । आत्माले मेरो शारीरिक प्रवृतिलाई परिवर्तन गर्नु भएको कुरा मैले देख्न सके जसको कारणले मैले मेरो श्रीमतीलाई आलोचना गर्नु र न्याय गर्नुको सट्टा उनलाई प्रेम गर्न थाले ।

हामीले हाम्रो विवाहमा अझ धेरै मिलाप, घनिष्टता र एकताको अनुभव गर्न सक्यो । अन्तमा हामीले विगट दश वर्षमा अनुभव नगरेको आनन्द र भरपूरीको अनुभभव गर्न सक्यो । परमप्रभुले हाम्रो विवाहलाई बदल्नको लागि गर्नुभएको कामहरु वा धेरै नै छन् तर सरांशमा भन्नु पर्दा, हामीले आफूमा

निर्भर खीष्टियान जीवन जिउनुको सट्टा परमेश्वरमा निर्भर खीष्टियान जीवन जिएको कारणले खीष्ट केन्द्रित विवाहको अनुभव गर्न सक्यो ।

अर्को भागमा हामी, खीष्टले आफ्नो जीवन तपाईमा जिउनको लागि तपाईले आफ्नो तर्फबाट निभाउनु पर्ने भूमिका र परमेश्वरले उहाँको तर्फबाट निभाउनु पर्ने भूमिकाको बारेमा हेर्नेछौं ।

खीष्टले आफ्नो जीवन तपाईमा जिउनको लागि तपाईले निभाउनु पर्ने र परमेश्वरले निभाउनु पर्ने भूमिकका के-के हुन् ?

१. खीष्टले आफ्नो जीवन तपाईमा जिउनको लागि परमेश्वरको तर्फबाट गर्नुपर्ने काम

परमेश्वर स्रोत हुनुभएको नाताले तपाईको विवाहलाई परिवर्तन गर्ने काम शुरु गर्ने, कारण र प्रभाव उहाँ नै हुनुहुन्छ ।

"मलाई यो दृढ विश्वास छ, जसले तिमीहरुमा असल काम शुरु (सृजना) गर्नुभयो ....।" **फिलिप्पी १ : ६ क** (कोष्ठको थप)

पावलले यस पदको शुरुमा हामीलाई के भनिरहेको छ ? परमेश्वरले उहाँले तपाईको जीवनमा पूरा गर्न चाहनुभएको काम शुरु गरिसक्नु भएको छ भनी पावलले भनिरहेको छ । उहाँले यो काम तपाईको जीवनमा तपाईले उहाँलाई ग्रहण गरेकै दिन शुरुवात अथवा थालनी गरिसक्नु भएको छ । पिताले यो काम येशूलाई मानव जातिलाई पापबाट बचाउनको लागि क्रुसमा मर्नलाई पठाईकन पूरा गर्नुभयो । तापनि, परमेश्वरले उद्धार मुक्ति मात्र नभई अझै धेरै दिने वा गर्ने प्रतिज्ञा गर्नुहुन्छ । **फिलिप्पी १:६** को दोस्रो भागलाई हेरौं :

"......उहाँ जसले तिमीहरुमा एउटा असल काम शुरु गर्नुभयो, त्यो खीष्टको अगमन सम्ममा पूरा पनि गर्नुहुनेछ ।" फिलिप्पी १:६ख

हामी **फिलिप्पी १:६** को दोस्रो भागमा यो देख्छौं कि परमेश्वरले काम शुरु मात्रै गर्नु भएन तर उहाँले तपाईले मुक्ति पाएकृ दिनमा तपाईको जीवनमा शुरु गर्नुभएको कामलाई पूरा पनि गर्नुहुन्छ । यो पदले हामीलाई परमेश्वर तपाईको जीवनमा र विवाहमा परिवर्तन शुरु गर्नुहुने, र कारण र प्रभाव पनि हुनुहुन्छ भन्ने कुरा प्रकट गराउँदछ ।

तपाईको वैवाहिक जीवनलाई परिवर्तन गर्न परमेश्वरले के गर्नुहुन्छ ?

- **उहाँलाई स्रोत मानेर जिउने इच्छा दिनुहुन्छ । फिलिप्पी २:१३**
- **तपाईको शारीरिक व्यवहारहरुलाई ईश्वरीय व्यवहारमा बदल्नुहुनेछ । रोमी १२:२**

- **तपाईले आफ्नो वैवाहिक जीवनमा चाहन गर्नुभएको आनन्द र भरपूरी उहाँले उत्पन्न गर्नुहुन्छ । १ पत्रुस १:८**
- **उहाँले तपाई र तपाईको जोडीको समस्याहरु खीष्टमा पूरा गर्नुहुनेछ । फिलिप्पी ४:१९**
- **उहाँले तपाई र तपाईको जोडीलाई खीष्टले झै सोच्न, विश्वास गर्न, व्यवहार गर्न र रोज्नलाई परिवर्तन गर्नुहुनेछ । २ कोरिन्थी ३:१८**
- **तपाईको विवाहमा बढ्दो मात्रामा मिलाप, घनिष्टता र एकता उत्पन्न गर्नुहुनेछ । फिलिप्पी १:६**

अन्तिम नोट : के तपाई खीष्ट केन्द्रित विवाह उत्पन्न गर्नको लागि परमेश्वरलाई स्रोतको रुपमा लिएर जिइरहनु भएको छ ? यसलाई थाहा गर्ने एउटा उपाय चाहिँ आफैलाई के मैले माथि उल्लेखित कुराहरु अनुभव गरिरहेको छ भनी प्रश्न सोध्नु हो । यदि तपाईले ती कुराहरु अनुभव गरिरहनु भएको छैन भने यसको अर्थ तपाई परमेश्वरलाई स्रोतको रुपमा लिएर जिइरहनु भएको छैन रहेछ थाहा पाउनु पर्छ ।

परमेश्वरसँग वातचीत : तपाई र तपाईको वैवाहिक जीवनमा यी कुराहरु पूरा गर्न शुरु गर्नुहोस् भनी पुकारा गर्नुहोस् ।

२. खीष्टले आफ्नो जीवन तपाईमा जिउनको लागि तपाईको तर्फबाट गर्नु पर्ने काम

खीष्टले आफ्नो जीवन तपाईमा जिउनको लागि तपाईले के गर्नुपर्छ भन्ने कुरा बुझ्नको लागि १ यूहन्ना १५:५ को पहिलो भागलाई हेरौं

"दाखको बोट म हुँ, तिमीहरु चाहिँ हाँगाहरु हौं, यदि कोही ममा रह्यो भने र म त्यसमा रहे भने, त्यसले धेरै फल फलाउँछ....।" **यूहन्ना १५:५ क**

येशूले भन्दै हुनुहुन्छ कि जसरी एउटा रुखको हाँगा जीवित रहनको लागि पूर्ण रुपमा बोटमा रहनुपर्छ, त्यसरी नै तपाई पनि आत्मिक हाँगाको रुपमा जीवित रहनको लागि पूर्ण रुपमा आत्मिक बोट परमेश्वरमा रहनु पर्छ । "रहनु" भन्ने शब्दको अर्थ बस्नु, अथवा रहिरहनु हो । बुझ्नु पर्ने मुख्य कुरा चाहिँ यो हो कि हाँगाहरुले बोटबाट जीवन प्राप्त गर्दछ । जब बोटबाट हाँगालाई अलग गराईन्छ, तब हाँगाहरु मर्छन् । त्यस्तै गरी हामी खीष्टियानहरु पनि जीवन प्राप्त गर्नको लागि बोटमा रहनुपर्छ वा भर पर्नुपर्छ ।

यति खेरा हामीले यो मुख्य सत्यलाई बुझ्नु जरुरी छ ।

मुख्य सत्य :

परमेश्वरले मानिसलाई उहाँमा भर परेर रहने गरी बनाउनुभयो शुरुबाट नै तपाईलाई उहाँले उहाँमा भर परेर जिउने प्रकारले

मुख्य शब्द चाहिँ “योजना” वा ढाँचा हो । याद गर्नुहोस् कि हामीले पहिलो पाठमा नै सिकेका थियौं कि शुरुबाट नै आदम र हव्वाप्रति परमेश्वरको योजना चाहिँ उनीहरुको हरेक खाँचोहरु पूरा गर्नको लागि उहाँमा पूर्ण रुपमा निर्भर हुनुपर्थ्यो । परमेश्वरको उक्त योजना परिवर्तन भएको छैन । तपाई र तपाईको पति वा पत्नीलाई परमेश्वरमा पूर्ण रुपमा भर परेर जिउने प्रकारले बनाउनुभएको हो । यदि उसो हो भने, परमेश्वर स्रोत हुनुहुन्छ र हाम्रो काम चाहिँ उहाँलाई स्रोतको रुपमा लिएर उहाँ माथि भर पर्नु मात्रै हो भन्नु हो ? यसैकारणले त येशूले हाँगा चाहिँ जीवित हुनको लागि बोटमा पूर्णरुपमा निर्भर हुनुपर्छ भन्ने सिद्ध उदाहरण दिनुभयो ।

यसैकारणले, खीष्टले आफ्नो जीवन तपाईमा जिउनको लागि :

तपाई पूर्णरुपमा उहाँलाई स्रोत मानेर उहाँमा निर्भर भएर जिउनुपर्छ

थप नोट : **यूहन्ना १५:५** को “फलाउँछ” भन्ने शब्दको अर्थ उत्पादन गर्नु भन्ने होइन । “फैलाउँछ” भन्ने शब्दको अर्थ चाहिँ “लैजानु” भन्ने हो । मुख्य कुरा यो हो कि हाँगाले फल फलाउँदैन । नोट चाहिँ फल उत्पादन गर्ने स्रोत हो तर हाँगा त्यो कार्यकर्ता हो जसद्धार फल प्रकट गराईन्छ ।

मुख्य बुँदा

जसै तपाई परमेश्वरलाई स्रोत मानेर उहाँमा भर परेर जिउनुहुन्छ उहाँले तपाईमा उहाँले प्रतिज्ञा गर्नुभएका परिवर्तनहरु उत्पन्न गर्नुहुन्छ र उहाँले खीष्ट केन्द्रित विवाह उत्पन्न गर्नुहुन्छ ।

प्रश्न : के तपाई म त परमेश्वरलाई स्रोतको रुपमा लिएरपरमेश्वरसँग बोट हाँगाको सम्बन्धमा जिइरहेको छु भनी विश्वास गर्नुहुन्छ ?यदि परमेश्वरले तपाई र तपाईको जोडीलाई परमेश्वरमा भर परेर जिउने प्रकारले बनाउनु भएको हो तर यदि तपाई परमेश्वरमा निर्भर नभईकन जिइरहनु भएको छ भने, यसले तपाईको विवाहमा के कस्ता नकारात्मक असरहरु निम्त्याउँला जस्तो लाग्ला ?

<u>मनन गर्नु</u> : **यूहन्ना १५:५८** खीष्ट केन्द्रित विवाहको लागि निर्भरता चाहिँ चाबी हो भन्ने बारेमा मनन गर्नुहोस् ।

<u>परमेश्वरसँग वातचीत</u> : बोट-हाँगाको सम्बन्ध चाहिँ तपाईको जीवन र वैवाहिक जीवनसँग कसरी सम्बन्धित छ र यसलाई कसरी प्रयोग गर्ने भन्ने बारेमा परमेश्वरसँग अझ गहिरो आत्मिक अर्थ वा समझ माग्नुहोस् ।

परमेश्वरमा निर्भरता = परमेश्वरमा विश्वास

"विश्वास विना परमेश्वरलाई भरोसा गर्नु असम्भव छ ।" **हिब्रु ११:६**

परमेश्वरमा भर पर्नु र परमेश्वरमा विश्वास राखेर हिड्नुलाई म बराबर वा समान ठान्छु । यदि तपाई अलि लामो समय देखि खीष्टमा हुनुहुन्छ भने, तपाईलाई थाहा छ कि खीष्टियान यात्रामा तपाईको काम चाहिँ विश्वास गर्नु हो । तर विश्वासको सम्बन्धमा मानिसहरुले गलत प्रकारले बुझेको वा गलत प्रकारले विश्वास गरेको पनि मैले पाएको छु ।

मैले यो कुरा यसैकारणले भनेको छु किनकी उनीहरुले विश्वासको बारेमा (संज्ञा) विश्वास गर्छन् (क्रिया) यसले निरन्तर रुपमा छुटकारा, विजय र परिवर्तन ल्याइरहेको हुँदैन । तपाईको विश्वासको हिँडाईको बारेमा के छ त? के यसले निरन्तर रुपमा छुटकारा, विजय र परिवर्तन ल्याइरहेको छ त? यदि ल्याइरहेको छैन भने विश्वासको हिँडाईको सम्बन्धमा उल्लेखित तलका सत्यहरुलाई ध्यान दिनुहोस् ।

<u>समस्या यो हो कि अर्को पनि विश्वासको केन्द्रबिन्दु छ अर्थात् हामीले अरु थोकमा पनि विश्वास राख्छौं</u>

यदि तपाई अलि लामो समय देखि खीष्टियान हुनुहुन्छ भने तपाईलाई थाहा छ कि तपाईको विश्वासको केन्द्रबिन्दु येशू हुनुपर्छ अर्थात् येशूमा विश्वास राख्नुपर्छ । लामो समयदेखि धेरै खीष्टियानहरु (कोही खीष्टियान भएको १० वर्ष, कोही २० वर्ष, कोही ३० वर्ष) सेवा गर्दै आउने क्रममा खीष्टियानहरुको विश्वास केन्द्र येशू मात्र नभएर अरु पनि रहेनन् भन्ने कुरा मैले व्यक्तिगत रुपमा थाहा पाए र अनुभव गरे । त्यो चाहिँ हो उनीहरुको आफ्नै बुद्धि, क्षमता र इच्छा शक्ति हो । यस भनाईको बारेमा सोच्नुहोस् ।

यदि तपाई, खीष्टियान जीवन जिउने कुरा चाहिँ परमेश्वरको सहायताको साथमा म आफैले जिउनुपर्छ वा ममा नै भर पर्छ भनी विश्वास गर्नुहुन्छ भने कुनै तपाईको विश्वासको केन्द्रबिन्दु चाहिँ

म तपाईलाई एउटा उदाहरण दिन चाहन्छु । यदि तपाईले खीष्टियान जीवन जिउने काम चाहिँ परमेश्वरको सहायताको साथ म आफैमा भर पर्छ भनी विश्वास गर्नुहुन्छ भने, तपाईले परमेश्वरको

विजयको, छुटकाराको र परिवर्तनको प्रतिज्ञाहरुलाई लिएर आफैले ती पूरा गराउनको लागि आफ्नै क्षमता र इच्छा शक्तिद्धार प्रयास गर्नुहुन्छ ।

तपाईले त्यसो गर्नुहुँदा खेरी, वास्तवमा तपाईले आफैमा विश्वास राखेको हुन्छ र तपाईले परमेश्वरलाई ती प्रतिज्ञाहरु तपाईको जीवनमा पूरा गर्नको लागि तपाई स्रोत बन्नको निम्ति सहायता गर्नुहोस् भनी सहायता मागिरहेको हुन्छ ।

के हामीले जे सिकेका वा जानेका छौं, त्यो साँचो हो ? हामीले पाठ एकबाट यो कुरा जानेको छौं कि **१ कोरिन्थी १:३०** ले बताउँछ कि परमेश्वर नै हाम्रो जीवनको स्रोत हुनुहुन्छ र उहाँले हामी आफैलाई स्रोत बन्नको लागि सहायता गर्नुहुने छैन । यति खेरा म तपाईलाई यो प्रश्न सोधेर व्यक्तिगत बनाउन चाहन्छु :

यदि तपाई आफनै बल र इच्छा शक्ति प्रयोग गरेर खीष्टियान जीवन जिउने प्रयास गर्दै हुनुहुन्छ भने, के तपाईले कुनै साँचो परिवर्तनको

आज धेरै खीष्टियानहरुलाई मलाई झै परमेश्वरको सत्य अथवा वचनलाई हाम्रो जीवनमा "प्रयोग गर्नै पर्छ" भनेर सिकाएका छन् । सुन्दा खेरी त्यो बडो आत्मिकी सुनिन्छ तर मेरो हेराई र बुझाई अनुसार त्यसो भन्नु वा गर्नु भनेको चाहिँ मैले परमेश्वरको वचनलाई लिएर आफ्नो बुद्धि, क्षमता, स्वःअनुशासन र इच्छा शक्तिलाई प्रयोग गरेर ती वचनहरुलाई मेरो जीवनमा पूरा गराउने प्रयास गर्नु वा गराउनु हो । यो प्रकारले गर्दा खेरीको समस्या चाहिँ यो हो कि त्यो वचन पूरा गराउने कुरा चाहिँ म आफैमा भर पर्छ र यसमा म असफल हुन्छु किनकी त्यो वचन मैले पूरा गराउन सकिदैन अर्थात् वचनले भनेको जस्तो नतिजा मैले पैदा गर्न सकिदैन ।

सत्य यो हो कि परमेश्वरले आफ्नो वचनलाई लिएर त्यो हाम्रो जीवनमा पूरा गराउनको लागि हामी परमेश्वरमा पूर्णरुपमा भर

तपाई आफ्नै क्षमतामा विश्वास गरेर जिइरहनु भएको छ कि खीष्टमा विश्वास राखेर जिइरहनु भएको छ भन्ने कुरा निश्चित गर्नको लागि कृपया तलको प्रश्नहरुको जवाफ दिनुहोस् :

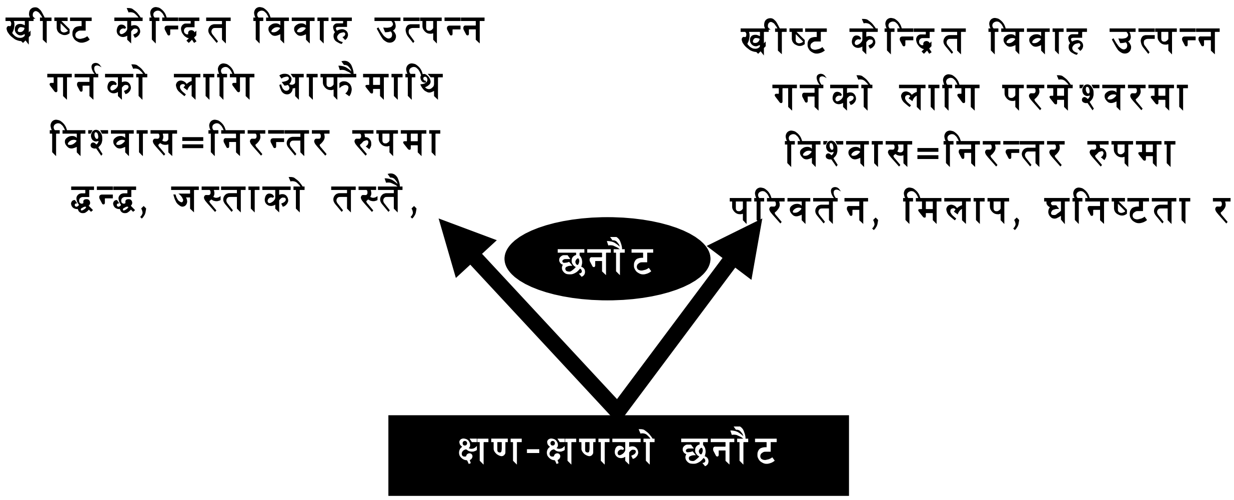
के तपाईको विश्वासको हिँडाईले यी कुराहरु उत्पन्न गराइरहेको छ ?

- **तपाईलाई पराजित गराउने पापमय ढाँचाहरु र शैतानमाथि निरन्तर रुपमा विजय ।**
- **तपाईको पापमय व्यवहारहरुबाट निरन्तर रुपमा छुटकारा ।**
- **तपाईको विगत र वर्तमान चोटहरुबाट चंगाई ।**
- **खीष्टको रुपमा निरन्तर रुपमा परिवर्तन ।**

यदि माथिका प्रश्नहरुप्रति तपाईको जवाफ चाहिँ "छैन" भन्ने हो भने तपाईले परमेश्वरको सामर्थमा विश्वास गर्नुको सट्टा आफ्नै क्षमतामा विश्वास गरिरहनु छ । मैले यो तपाईलाई दोष लगाउन र शर्ममा पार्नको लागि सोधिरहेको होइन ।

मैले यी प्रश्नहरु यसैकारणले सोधेको छु किनकी जब हामी खीष्टमा विश्वास राख्दै हिड्छौं :

उहाँले विजय, छुटकारा, चंगाई र परिवर्तन उत्पन्न गर्नुहुनेछ र हामीले निरन्तर रुपमा यी कुराहरुको अनुभव गर्नेछौं । चित्रलाई हेर्नुहोस् जसले तपाईले आफ्नै क्षमतामा विश्वास राख्दा र परमेश्वरमा विश्वास राख्दा खेरी प्राप्त परिणामलाई देखाउँदछ ।



तपाई कस्तो वा कुन छनौट गर्नुहुन्छ ?

<u>पाँचौं दिन</u>

विश्वासको हिँडाईको सम्बन्धमा हामीले बुझ्नुपर्ने सत्यहरु

खीष्टलाई हाम्रो जीवनको रुपमा खिच्नु र खीष्टको रुपमा परिवर्तन हुनको लागि कसरी परमेश्वरलाई निम्त्याउने भन्ने बारेमा हेर्नुभन्दा अगाडि विश्वासको सम्बन्धमा दुईवटा मुख्य सत्यहरु हेर्न चाहन्छु ।

सत्य १ : विश्वासको कदमले तपाईमा भएको खीष्टको जीवन र शक्तिलाई छोड्दछ वा फुकाउँदछ ।

तपाईमा परमेश्वरको जीवन र शक्ति भएको कारणले, तपाईले विश्वासको कदम चाल्द खेरी के हुन्छ ।

जब तपाईले विश्वासको कदम चाल्नुहुन्छ, त्यही घडी, परमेश्वरको सारा जीवन र सारा शक्ति तपाईको सोचाई, विश्वास र व्यवहारलाई परिवर्तन गर्नको लागि फुकाईएको वा छोडिएको हुन्छ ।

यसलाई व्याख्या गर्नको लागि म तपाईलाई एउटा दृश्य चित्र दिन चाहन्छु । तपाईले पानीले भरिएको एउटा प्लास्टिकको बोतलको कल्पना गर्नुहोस् र त्यसको बिर्को बेसरी कस्सिएको छ । बोतलमा भएको पानीले त्रिएक परमेश्वरको पूर्णता र परमेश्वरको सारा जीवन र शक्तिलाई जनाउँदछ । कल्पना गर्नुहोस् कि तपाईले मुक्ति पाएको बेलामा पुरै बोतल तपाई भित्र प्रवेश गरेको छ किनकी मुक्ति पाएको बेलामा तपाईले परमेश्वरको जीवन र शक्ति पूर्ण रुपमा प्राप्त गर्नुभएको छ ।

तापनि जब सम्म तपाईले बोतलको बिर्को खोल्नुहुन्न, तब सम्म तपाईले पानी पिउन सक्नुहुन्न अर्थात् परमेश्वरको शक्ति र जीवनलाई प्राप्त गर्न सक्नुहुन्न । तपाईले बोतललाई उधोमुन्टो पारे पनि बिर्को कस्सिएको हुनाले बोतलबाट पानी निस्कदैन । मैले तपाईलाई मेरो अघिल्लो तीस वर्षको खीष्टियान जीवन र अघिल्लो दश वर्षको विवाहको बारेमा वर्णन गरेको छु । पहिलो कुरा चाहिँ यो हो कि, त्यो बेलामा कसैले पनि म भित्र परमेश्वरको पूर्ण शक्ति र जीवन छ भनेर भनेको थिएन । साथ-साथै आफूभित्र भएको "जिउँदो पानीलाई" कसरी प्राप्त गर्ने भन्ने बारेमा पनि कसैले बताएनन् ।

यसैकारणले मैले अनावश्यक "मानव निर्मित" पानीको बोतल उत्पादन वा पैदा गर्ने प्रयास गरिरहेको थिए जब कि अघिबाटै "जिउँदो पानी" मेरो भइसकेको थियो । त्यो बोतलमा भएको पानीलाई प्राप्त गर्ने वा ग्रहण गर्ने माध्यम वा चाबी चाहिँ विश्वास हो । जब तपाईले विश्वासको कदम चाल्नुहुन्छ, तब परमेश्वरले बोतलको बिर्को खोलेर तपाईमा उहाँको शक्ति र जीवन खन्याउनुहुन्छ ।

त्यसैकारणले विश्वासको कदम नै तपाई भित्र भएको परमेश्वरको जीवन र शक्तिलाई प्रवाह गराउने चाबी वा माध्यम हो ।

सत्य २ : परमेश्वरको परिवर्तनको प्रक्रिया चाहिँ अलौकिक छ

परमेश्वरको परिवर्तनको प्रक्रिया चाहिँ "अलौकिक" छ भन्ने कुरा हामीले बुझ्नुपर्छ । हामीले पहिला पनि खीष्टको जीवनको अलौकिक गुणहरुको बारेमा कुरा गर्दा खेरी पनि यसको बारेमा कुराकानी गरेका छौं । हाम्रो विश्वासको हिँडाईको सन्दर्भमा म फेरि एक पटक "अलौकिक" शब्दलाई हेर्न चाहन्छु ।

क. अलौकिक अर्थ के हो ?

"अलौकिक" शब्दलाई परिभाषित गरौं :

अलौकिक

तपाई विश्वासद्धार चल्दा खेरी परमेश्वरले तपाईमा र तपाईद्धार गर्नुहुने कामको लागि मानव निर्मित व्याख्य वा वर्णन नै छैन ।

धेरै खीष्टियानहरुले परमेश्वरको अलौकिक शक्ति चाहिँ अलौकिक हो भनी बुझेका छन् भन्दा फरक नपर्ला । तर परमेश्वरले तपाईमा र तपाईको विवाहमा अलौकिक काम गर्न चाहनुहुन्छ भनेर भन्छ त्यति खेरा त्यो कुरा बुझ्न गाह्रो भएको जस्तो गर्छन् वा देखिन्छन् । त्यसैले परमेश्वरको शक्तिले हाम्रो जीवनमा काम गर्ने सन्दर्भमा अलौकिक शब्दले के अर्थ दिन्छ वा अलौकिक भन्नाले के बुझ्छौं ।

यसको अर्थ चाहिँ परमेश्वरले हाम्रो जीवनलाई कसरी परिवर्तन गर्नुहुन्छ भन्ने कुरा हामीलाई थाहा नहुनु हो (कसरी परिवर्तन गर्नुहुन्छ भन्ने कुरा उहाँले बताउनुहुन्न) । हाम्रो लागि यो गाह्रो हुन सक्छ किनकी कुनै पनि कुराले कसरी वा कुन प्रकारले काम गर्छ भन्ने कुरा हामी सधैं जान्न चाहन्छौं । परमेश्वरको अलौकिक कामको सम्बन्धमा चाहिँ :

परमेश्वरले तपाईको जीवनमा र विवाहमा अलौकिक रुपमा काम गर्नुहुन्छ भन्नुको अर्थ चाहिँ उहाँले तपाईको जीवनमा गर्नुहुने

परमेश्वरले तपाईको जीवनमा गरिरहनु भएको परिवर्तनको प्रक्रियालाई बताउन वा वर्णन गर्न नसक्दा मलाई यी सत्यहरु बाँड्न अति गाह्रो लाग्छ अथवा मेरो कमजोरी हो बताउन सके हुन्थ्यो । यदि सकेको भए मैले तपाईलाई सुत्र दिन सक्थे ताकि तपाईले त्यो तपाईको विश्वासको हिँडाईमा प्रयोग गर्न सक्नुहुन्थ्यो ।

परमेश्वरले कसरी काम गर्दै हुनुहुन्छ भन्ने कुरा तपाईलाई बताउनु हुन्न । उहाँले केवल तपाईले उहाँमा विश्वासको कदमहरु चालेको र विश्वासद्धार उहाँले तपाईको जीवनमा अलौकिक काम गरिरहनु भएको छ भन्ने कुरा तपाईले थाहा गरेको उहाँ चाहनुहुन्छ ।

हामीले खीष्टियान जीवनको सम्बन्धमा कुनै सुत्र तयार गर्न सक्दैनौं किनकी प्रत्येकको जीवनमा परमेश्वरले अद्धितिय वा फरक प्रकारले काम गर्नुहुन्छ ।

परमेश्वरको काम अलौकिक भएको कारण र उहाँले प्रत्येकको जीवनमा फरक प्रकारले काम गर्ने हुनाले हामीले खीष्टियान जीवनको बारेमा कुनै निश्चित सुत्र वा सूची बनाउन सक्दैनौं ।

प्रश्नहरु : खीष्टियान जीवन जिउको लागि मानिसहरुले पछ्याओस् वा अवलम्बन गरोस् भनेर हामीले किन कुनै निश्चित सुत्र बनाउन सक्दैनौ भन्ने सम्बन्धमा तपाईले राम्रोसँग बुभ्नु भएको छ ? के यसले तपाईलाई अप्ठ्यरो पर्छ ?

मनन गर्नु : हामी विश्वासद्धार हिड्छौं, परमेश्वरले हाम्रो जीवनमा के गर्दै हुनुहुन्छ भनेर उहाँले बताउनुहुन्न र हाम्रो काम चाहिँ परमेश्वरले काम गरिरहनु भएको छ भनी भरोसा गर्नु हो भन्ने सत्य माथि मनन गर्नुहोस् ।

ख. अलौकिकको अर्को अर्थ चाहिँ परमेश्वरले तपाईमा गरिरहनु भएको कामलाई तपाईले महशुस वा अनुभव नगर्न पनि सक्छ भन्नु हो ।

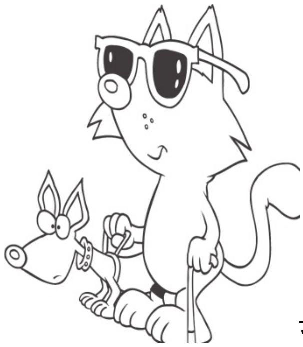
परमेश्वरको अलौकिक कामको बारेमा हामीले नबुझेको मुख्य कुरा यो हो :

जब तपाईले विश्वासको कदम चाल्नुहुन्छ, त्यो बेलामा तपाईले आफ्नो जीवनमा परमेश्वरको जीवन र शक्तिले काम गरिरहेको कुरा महशुस वा अनुभव नगर्न पनि सक्छ ।

यदि तपाई मसँग केही समय सहाभागी हुनुभयो भने, म तपाईलाई यसको अर्थ देखाउन सक्छु । अहिले नै मसँग विश्वासको कदम चाल्नुहोस् । साधारण रुपमा यसरी भन्नुहोस् "प्रभु, यो घडीमा तपाई मेरो शक्ति हुनुहोस् भनी तपाईमा भरोसा गर्दैछु ।" यदि तपाईले विश्वासद्धार त्यस्तो गर्नुभएको छ भने, के अहिले तपाईले केही महशुस गर्दै हुनुहुन्छ ?

के तपाईले परमेश्वरको शक्ति तपाईमा खन्याइएको महशुस गर्दै हुनुहुन्छ ? धेरै जसो समयमा विश्वाससाथ हिड्दा तपाईले परमेश्वरको शक्तिको अनुभव गर्नुहुने छैन । किन यस्तो हुन्छ त ? यसको जवाफको लागि **२ कोरिन्थी ५:७** लाई हेर्नुहोस् ।

“हामी विश्वासद्धार हिड्छौं, देखिने कुराको आधारमा होइन ।”



पावलले यस पदमा हामीलाई यो महशुस वा अनुभवको होइन तर विश्वासको हिँडाई हो भनेर बताइरहेको छ । प्राय : जसो समयमा तपाईले परमेश्वरको जीवन र शक्तिको अनुभव वा महशुस गर्नुहुने छैन ।

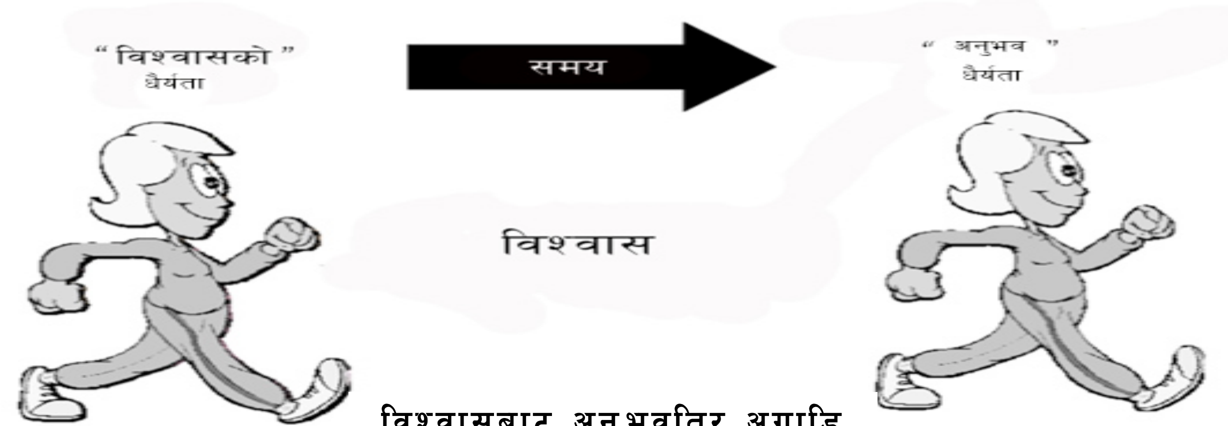
यो किन निराशजनक बन्न सक्छ त ? हामी मानिस भएको कारणले हरेक क्षण हामीले हाम्रो ज्ञानेन्द्रिय अंगहरुद्धार महशुस वा अनुभव गर्छौं । महशुस र अनुभव चाहिँ हाम्रो जीवनको अभिन्न अंग बनेको कारणले गर्दा विश्वासको कदम चाल्द पनि हामीले महशुस वा अनुभव गर्नुपर्छ भनी हामी ठान्छौं ।

सत्य यो हो कि धेरै जसो समयमा विश्वासको कदम चाल्द खेरी तपाईले परमेश्वरको जीवन र शक्ति बगेको तपाईले महशुस वा

यसलाई अनुभव गर्नको लागि विश्वास गरिरहनुहोस् ।

शुभ खबर यो हो कि तपाईले केही समय विश्वास गरिरहनुभयो भने तपाईले अन्तमा आफ्नो जीवनमा खीष्टको शान्ति, धैर्यता इत्यादि महशुस गर्नुहुनेछ ।

यो चित्रले तपाईले केही समय विश्वास गरिराखे पछि अन्तमा अनुभव गर्नुहुनेछ भन्ने कुरालाई देखाउँदछ ।



विश्वासबाट अनुभवतिर अगाडि

म यो उदाहरणलाई धैर्यताको सम्बन्धमा प्रयोग गर्न चाहन्छु । ख्रीष्टमा सबै उहाँको धैर्यता हाम्रो लागि उपलब्ध छ भन्ने कुरा हामीलाई थाहा छ । विश्वासबाट अनुभवसम्मको यात्रा यसरी शुरु हुन सक्छ “प्रभु ममा तपाईको सबै धैर्यता छ भन्ने सत्यद्धार मेरो मनलाई नयाँ पार्नुहोस् भनी म तपाईसँग पुकारा गर्दछु । तपाई मेरो धैर्यता हुनुहोस् भनी म तपाईमा भरोसा गर्दछु । त्यति नै खेरा ख्रीष्टको धैर्यता तपाईमा खन्याइएको हुन्छ ।”

तापनि शुरुवातमा तपाईले खीष्टको कुनै पनि धैर्यताको महशुस वा अनुभव गर्नुहुने छैन । तपाईले आफ्नो जीवनमा खीष्टको धैर्यतालाई महशुस नगर्नु भए तापनि परमेश्वरको वचनले हामीलाई के भन्छ ? तपाईले महशुस गरोस् वा नगरोस् खीष्टको धैर्यता तपाईमा खन्याइएको हुन्छ । तापनि विश्वासको एउटा मात्र कदम चाहिँ निरन्तर रुपमा विश्वासको कदम चालिरहनु पर्छ ।

विश्वासको हिँडाईको चावी :

चाहिँ तपाईले खीष्टको शान्ति, धैर्यता र प्रेम इत्यादिको अनुभव नगर्नु भएसम्म विश्वासद्धार निरन्तर रुपमा हिँडिरहनु हो ।

<u>खीष्टलाई जीवनको रुपमा लिने सम्बन्धमा विश्वासको हिडाईको सराशं :</u>

१. जब तपाईले खीष्टलाई तपाईको सबै पुकारको समस्या वा खाँचोको समाधानको रुपमा भरोसा गर्नुहुन्छ तब तपाईले पूर्णरुपमा खीष्टको जीवनको गुणहरु वा चरित्रहरु (उहाँको शान्ति, सामर्थ, शर्तरहित प्रेम इत्यादि) प्राप्त गर्नुहुन्छ ।

२. खीष्टले आफ्नो जीवन तपाईले काम चाहिँ एक अलौकिक प्रक्रिया हो भन्ने कुरा याद गर्नुहोस् ।

३. यो एक अलौकिक कार्य भएको कारणले, तपाईले तुरुन्तै शान्ति, धैर्यता, पर्याप्तपन इत्यादि अनुभव गर्नुहुने छैन ।

४. तुरुन्तै अनुभव नगरे तापनियसले खीष्टले आफ्नो पूर्ण शान्ति, धैर्यता इत्यादि तपाईमा त्यति खेरा खन्याईराख्नु भएको छ भन्ने सत्य कुरालाई परिवर्तन गर्दैन ।

५. हामीले मागेकै बेला खीष्टको शान्ति हामीले अनुभव वा महशुस गरोस् वा नगरोस्, उहाँले हामीलाई उहाँको शान्ति, धैर्यता दिइराख्नु के भएको छ भन्ने कुरा हामी विश्वासद्धार थाहा पाउँदछौं ।

प्रश्न : विगतमा विश्वाससाथ हिड्न खोज्दा तपाईले आफ्नो जीवनमा परमेश्वरको कामलाई महशुस वा अनुभव नगर्नु भएको कारणले निराश भई उहाँले काम गरिरहनु भएको छैन भन्ने निष्कर्ष निकाल्दै विश्वासको हिँडाईलाई छोड्नुभएको छ कि ? विश्वासको हिडाईको शुरुवातमा तपाईले खीष्टको जीवन र कामलाई महशुस वा अनुभव नगर्न पनि सक्छ, अन्तमा मात्र हामीलाई महशुस वा अनुभव नगर्न पनि सक्छ, अन्तमा मात्र हामीले अनुभव गर्नेछौं भन्ने कुराले विश्वासको हिडाईको सम्बन्धमा तपाईलाई केही थप बुझ्न सहायता गरेको छ ?

मनन गर्नुहोस् : तपाईले “अनुभव” गर्नु भन्दा अगाडि केही समय अवधि “विश्वास” गरिरहनु पर्छ भन्ने सत्य कुरा माथि मनन गर्नुहोस् ।

परमेश्वरसँग वातचीत : खीष्टको जीवनलाई तपाईले आफ्नो जीवनमा अनुभव गर्नुभन्दा अगाडि केही समय विश्वासद्धार हिड्नुपर्छ भन्ने सत्यताको बारेमा गहिरो प्रकाश दिनुहोस् भनी परमेश्वरसँग पुकारा गर्नुहोस् ।

खीष्टको रुपमा बद्लिनु चाहिँ तपाईको आत्मिक गन्तव्य हो ।

तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीको आत्मिक गन्तव्य छ । हाम्रो आत्मिक गन्तव्यको बारेमा **रोमी ८:२९, २ कोरिन्थी ३:१८ र गलाती ४:१९** ले बताउँदछ ।

“किनकी जस-जसलाई उहाँले पहिलाबाटै चिन्नु भएको छ, उहाँले तिनीहरुलाई आफ्ना पुत्रको रुपमा समान बनाउनलाई धेरै भाईहरु मध्ये उहाँ चाहिँ जेष्ठ होऊन् भनेर अघिबाटै नियुक्त गर्नुभयो ।” **रोमी ८:२९**

“हामी सबै घुम्टो हटाइएको मुहारले प्रभुको महिमा प्रतिबिम्बित गर्दछौं, अनि एउटा महिमा देखि अर्को महिमातिर उक्लँदै उहाँको रुपमा बद्लिदै जान्छौं । परमप्रभुबाट यो आउँछ, जो आत्मा हुनुहुन्छ ।” **२ कोरिन्थी ३:१८**

“हे साना बालक हो, खीष्ट तिमीहरुमा नबनिनु भएसम्म म फेरि प्रसाव पीडामा छु ।” **गलाती ४:१९**

जुन घडीमा हामीले खीष्टलाई हाम्रो जीवनको रुपमा लिन्छौं त्यही घडी देखि नै परमेश्वरले तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीलाई खीष्टको रुपमा परिवर्तन गर्ने काम शुरु गर्नुभएको हुन्छ । अर्को अर्थमा हामीले यसरी भन्न सक्छौं कि परमेश्वरले तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीमा खीष्टको जस्तै गुण उत्पन्न गर्न चाहनुहुन्छ । यो सत्यलाई बुझ्नको लागि **फिलिप्पी २:५** लाई हेरौं ।

“तिमीहरुमा यस्तो मन होस् जो खीष्ट येशूमा पनि थियो ।”

हामीमा पनि खीष्टको जस्तो गुण वा मनोवृति हुनुपर्छ भनेर पावलले भनिरहेको छ । यसैकारण परमेश्वरले तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीलाई परिवर्तन गर्न चाहनुहुन्छ र खीष्टको गुणद्धार भरिपूर्ण भई चाहनुहुन्छ । यसैकारण यसलाई पूरा गर्नको लागि कसरी परमेश्वरलाई निम्त्याउनुपर्छ भन्ने बारेमा केही उदाहरणहरु हेरौं ।

मनन गर्नुहोस् : रोमी ८:२९, २ कोरिन्थी ३:१८ र गलाती ४:१९ माथि मनन गर्नुहोस् ।

प्रश्न : के तपाईले कहिल्यै तपाईको आत्मिक गन्तव्य चाहिँ खीष्टको रुपमा परिवर्तन हुनु हो भनी सोच्नु भएको छ ?

परमेश्वरसँग वातचीत : खीष्टको रुपमा परिवर्तन हुनु भन्नुको अर्थ के हो भन्ने बारेमा अझ परमेश्वरसँग प्रकाश माग्नुहोस् ।

परमेश्वरले हाम्रो जीवन कुन प्रकारले बदल्नुहुन्छ भन्ने बारेमा केही व्यवहारिक आवेदनहरुलाई हेरौं ।

वैवाहिक जीवनमा खीष्टलाई आफ्नो जीवनको रुपमा अनुभव गर्नको लागि चाल्नुपर्ने विश्वासको कदमहरु :

हामीले अहिलेसम्ममा अध्ययन गरेको कुरामा आधारित भएर हाम्रो विवाहमा खीष्ट नै जीवनको रुपमा अनुभव गर्नको लागि हामीले सिकेका कुराहरु कसरी प्रयोग गर्नुपर्छ भन्ने कुरा म देखाउन चाहन्छु । तपाईले फेरि पनि खीष्टको जीवन विशेषताहरुलाई हेरेको म चाहन्छु ।

खीष्ट नै तपाईको जीवन हुनुहुन्छ भन्नुको अर्थ चाहिँ खीष्ट नै तपाईको :

शर्तरहित प्रेम विजय योग्यपन स्वीकार विश्वास
छुटकारा धैर्यता बल शान्ति शक्ति क्षमापन
समझ सुरक्षा निडरपन बुद्धि
अन्तरज्ञान योग्यता नम्रता निर्धक्कता सहास
धार्मिकता निस्वार्थपन विश्राम दया आनन्द
भलाई नम्रता नियन्त्रण विश्वासनीयताआशा
हनुहुन्छ भन्नु हो ।

खीष्टलाई हाम्रो जीवनको रुपमा कसरी लिने बारेमा केही व्यवहारिक उदाहरणहरु हेरौं ।

नोट : तल दिएका उदाहरणहरु वा सूचीहरु चाहिँ परिवर्तन हुनाकै लागि अपनाउनु पर्ने नियमहरु होइन तर यी त आत्मिक रुपमा परिवर्तनको अनुभव गर्नको लागि यसरी गर्नुपर्छ भन्ने केही उदाहरणहरु हुन् ।

उदाहरण १ : तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीलाई खाँचो भइरहेको खीष्टको शर्तरहित प्रेम तपाई आफैले उत्पन्न गर्न सक्नुहुन्न भन्ने कुरा तपाईलाई थाहा छ । तसर्थ यस प्रकार तपाईले विश्वासको कदम चाल्दै आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीको लागि खीष्टको प्रेमलाई प्राप्त गर्न सक्नुहुन्छ ।

विश्वासको कदम :"प्रभु मेरो श्रीमान् वा श्रीमतीको लागि मैले शर्तरहित प्रेम उत्पन्न गर्न सक्दिन । मेरो श्रीमान् वा श्रीमतीले तपाईलाई हेर्ने दृष्टिकोणलाई ख्याल गर्नुहोस् अथवा निरीक्षण गर्नुहोस् । तपाईले आफ्नो वैवाहिक सम्बन्धमा अलौकिक परिवर्तन देख्न थाल्नुहुनेछ ।

उदाहरण २ : मानौ, तपाईले अहिले आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीबाट अस्वीकार वा विरोध सामना गरिरहनु भएको छ । यति खेरा तपाईलाई खीष्टको स्वीकारको खाँचो छ । येशू भन्नुहुन्छ "म तिम्रो स्वीकार हुँ ।"

विश्वासको कदम :"प्रभु, मैले मेरो श्रीमान् वा श्रीमतीबाट अस्वीकारको महशुस गरिरहेको छु । तपाई नै मेरो स्वीकार हुनुहोस् भनी म तपाईमा भरोसा गर्दछु ।"

उदाहरण ३: मानौं, तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीले तपाईप्रति यस्तो कामहरु गर्नुहुन्छ, जसको कारण तपाई अधैर्य बन्नुहुन्छ । त्यो घडीमा तपाईले विश्वासको कदम चाल्दै खीष्टको धैर्यतालाई प्राप्त गर्न सक्नुहुनेछ ।

विश्वासको कदम :"प्रभु, मेरो श्रीमान् वा श्रीमतीको कारण मैले मेरो धैर्यपनलाई गुमाई राखेको छु । तपाई नै मेरो धैर्य भइदिनुहोस् भनी म तपाईमा भरोसा गर्दछु ।"

नोट : के तपाईले ख्याल गर्नुभएको छ कि मैले येशू तपाईले मैले धैर्य गर्न सहायता गर्नुहोस् भनेर भनिराखेको छैन । येशूले तपाईलाई धैर्य धारणा गर्नको लागि सहायता गर्न चाहनुहुन्न । उहाँ आफै तपाईको धैर्यता हुनुहुन्छ ।

अभ्यास : अघिल्लो पृष्ठमा उल्लेखित खीष्टको गुणहरुलाई हेर्नुहोस् र तपाईले ती कुराहरु छान्नुहोस् कि जुन कुराहरु तपाईले आफ्नो जीवनमा अनुभव गर्नु खाँचो छ ।

तपाईले छान्नुभएका ती गुणहरु प्राप्त गर्नको लागि तपाईले चाल्नुपर्ने कदमहरुको बारेमा लेख्नुहोस् ।

खीष्टको रुपमा बद्लिनको लागि स्मरण गर्नुपर्ने मुख्य सत्यताहरु

१. परिवर्तन कार्य चाहिँ एक प्रक्रिया हो । परमेश्वरले बिरालै मात्रामा एकै दिनमा वा रातमा परिवर्तन गर्नुहुन्छ ।

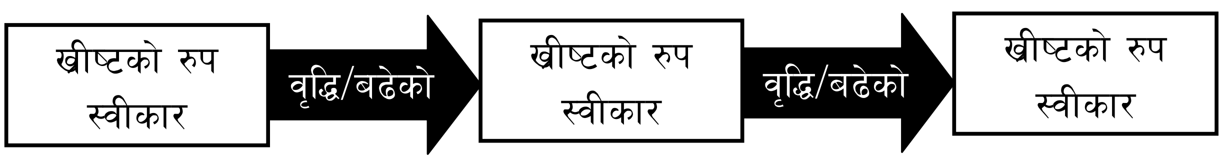
२. खीष्टको जस्तो गुण तपाईले अनुभव गर्नको लागि हप्ता/महिना लाग्न सक्छ ।

३. तापनि परमेश्वरले तपाईको जीवनमा परिवर्तनको काम गरिरहनुको भएको कारणले तपाईले आफ्नो सोचाई, विचार, छनौट, व्यवहार इतयादिमा फरकपन आएको थाहा गर्नुहुनेछ ।

४. याद गर्नुहोस् कि यो परिवर्तनको काम चाहिँ अलौकिक हो । उहाँले कुन प्रकारले तपाईमा काम गरिरहनु भएको छ भन्ने कुरा तपाईलाई बताउनु हुनेछैन । तपाईको काम भनेको चाहिँ परमेश्वरले तपाईलाई परिवर्तन गर्नको लागि साँच्चै काम गरिरहनु भएको छ भनि विश्वास गर्नु हो ।

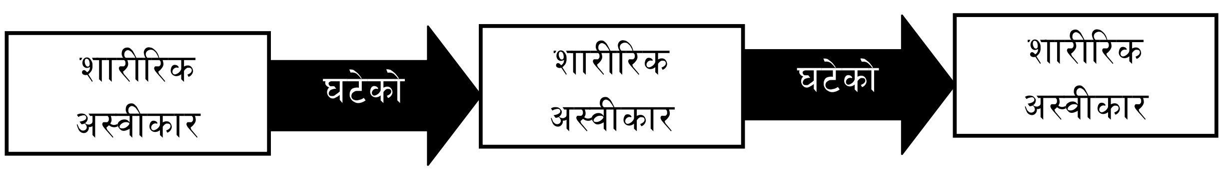
तल इन्कार वा अस्वीकारको जीवनबाट खीष्टको स्वीकार अर्थात् खीष्टको गुणबाट जिउने प्रक्रियाको दृश्य चित्र दिइएको छ । रेखा भन्दा माथिकोले आत्माद्धार जिउने जीवनलाई र रेखा भन्दा मूनिकोले शरीरद्धार जिउने जीवनलाई देखाउँदछ ।

खीष्टको रुपमा बढ्न वा बद्लिनु



आत्मा

शरीर



जसै तपाईले विश्वासको कदमहरु चाल्नुहुन्छ, तपाईले अस्वीकार कम वा घट्दै गएको र खीष्टको स्वीकार बढदै गइरहेको अनुभव गर्नुहुनेछ ।

सारांश

म आशा गर्दछु कि तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीले किन "खीष्टमा निर्भर खीष्टियान जीवन" जिउन सिक्नु महत्वपूर्ण छ भन्ने कुरा यस पाठले स्पष्ट पाएको छ। तल आफूमा निर्भर खीष्टियान जीवन र परमेश्वरमा निर्भर खीष्टियान जीवनको सम्बन्धमा झूठ र सत्य कुराहरु उल्लेख गरिएको छ।

परमेश्वरमा निर्भर खीष्टियान जीवन र आफूमा निर्भर खीष्टियान जीवन

यदि तपाईले खीष्टलाई तपाईमा जिउन दिनुभयो भने तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमती खीष्ट केन्द्रित विवाहको अनुभव गर्नुहुनेछ।

सत्य

झूठ

तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीले आफूमा निर्भर खीष्टियान जीवन जिइकन खीष्ट केन्द्रित विवाह उत्पन्न गर्न सक्नुहुन्छ भन्नु चाहिँ झूठ हो।

यदि तपाईको विवाहमा समस्या छ भने : यस्तो समस्या आउनुको कारण केही मात्रामा म जान्दछु। परमेश्वरलाई स्रोत नबनाए सम्म वैवाहिक जीवन कहिल्यै सफल हुन सक्दैन। तपाईको वैवाहिक जीवनमा भएका समस्याहरुलाई समाधान गर्दै जानको लागि तपाईले बुझ्नुपर्ने मुख्य सत्य त्यही नै हो। अझ बुझ्नुपर्ने महत्वपूर्ण सत्य यो हो कि तपाई आफै आफ्नो वा आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीको खाँचोलाई पूरा गर्ने प्रबन्धकर्ता वा उत्पादनकर्ता बन्न सक्नुहुन्न। हामी यस पाठमा यसको बारेमा हेर्नेछौं। शुरु गर्नुभन्दा अगाडि तपाईले अहिले तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीले बदल्नु वा परिवर्तन गर्नुपर्ने कुराहरु के-के हुन् ती तल लेखेको म चाहन्छु।

____

____

____

____

अभ्यास : जब खीष्टले म नै जीवन हुँ भन्नुहुन्छ, त्यसको अर्थ उहाँले तिम्रा सबै समस्याको समाधान म नै हुँ भन्नु हो। यहाँ केही उदाहरणहरु छन्।

- **मलाई अस्वीकार गरिएको छ** — **म नै तिम्रो स्वीकार हुँ**
- **म असुरक्षित छु** — **म नै तिम्रो सुरक्षित हुँ**
- **मलाई रीस उठ्छ्** — **म नै तिम्रो शान्ति हुँ**
- **मलाई कसैले माया गर्दैन** — **म नै तिम्रो प्रेम हुँ**

- म हारको छुम नै तिम्रो विजय हुँ
- म आशाविहिन छु — म नै तिम्रो आशा हुँ
- म केही मूल्यको छैन — म नै तिम्रो मूल्य हुँ

यी उदाहरणहरु र तल उल्लेखित सूचीलाई पढ्नु भएपछि तपाईको वैवाहिक जीवनमा खीष्टलाई के केको रुपमा अपनाउनुपर्छ, सो लेख्नुहोस् ।

<u>खीष्ट "म हुँ" को रुपमा</u>

तिम्रो प्रेम म नै हुँ - गलाती ५:२२
तिम्रो आनन्द म नै हुँ - यूहन्ना १५:११
तिम्रो योग्यता म नै हुँ - २ कोरिन्थी ३:५
तिम्रो वृद्धि म नै हुँ - १ कोरिन्थी १:३०
तिम्रो बाटो म नै हुँ - यूहन्ना १४:६ तिम्रो सत्य म नै हुँ- यूहन्ना १४:६
तिम्रो विश्राम म नै हुँ - मत्ती ११:२८
तिम्रो मन म नै हुँ - १ कोरिन्थी २:१६
तिम्रो ईच्छा म नै हुँ - भजनसंग्रह ७३:२५
तिम्रो परिपूर्णता म नै हुँ - कलस्सी २:१०
तिम्रो पवित्रता म नै हुँ - १ कोरिन्थी १:३०
तिम्रो उदेश्य म नै हुँ - एफिसी १:१०
तिम्रो परिचय म नै हुँ - २ कोरिन्थी ५:१७
तिम्रो सुरक्षा म नै हुँ - हितोपदेश १ :३३
तिम्रो भलाई म नै हुँ - गलाती ५:२२
तिम्रो निर्धक्कता म नै हुँ - २ कोरिन्थी ३:४
तिम्रो करुण म नै हुँ - भजनसंग्रह २५:६
तिम्रो क्षमा म नै हुँ - दानिएल ९:९
तिम्रो सफलता म नै हुँ - रोमी ८:३७
तिम्रो सहनशीलता म नै हुँ - हिब्रु १०:३६
तिम्रो शान्ति म नै हुँ - एफिसी २:१४
तिम्रो लगनशीलता म नै हुँ - हिब्रु १२:२

तिम्रो भरोसा म नै हुँ -रोमी १५:५
तिम्रो बल म नै हुँ - रोमी ६ : १०
तिम्रो सर्वोच्चता म नै हुँ - १ तिमोथी ६:१५
तिम्रो घनिष्टता म नै हुँ - भजनसंग्रह १३९:३
तिम्रो दया म नै हुँ - गलाती ५:२२
तिम्रो नम्रता म नै हुँ - मत्ती ११:२९
तिम्रो स्वीकार म नै हुँ - रोमी १५:७ तिम्रो विश्वासनीयता म नै हुँ - गलाती५:२२ तिम्रो खाँचो पूरा गर्ने म नै हुँ - गलाती ४:१९
तिम्रो छुटकाराकर्ता म नै हुँ - भजनसंग्रह १८:२
तिम्रो छुटकारा म नै हुँ - यूहन्ना ८:३२
तिम्रो विजय म नै हुँ - १ कोरिन्थी १५:५७
तिम्रो भलाई म नै हुँ - गलाती ५:२३
तिम्रो धैर्यता म नै हुँ - गलाती ५:२२
तिम्रो सहास म नै हुँ - यूहन्ना १६:३३
तिम्रो विजेता म नै हुँ - रोमी ८:३७
तिम्रो पवित्रता म नै हुँ - कलस्सी ३:१२
तिम्रो संयम म नै हुँ - २ तिमोथी १:७
तिम्रो मुक्ति म नै हुँ - भजनसंग्रह २७:१ तिम्रो भरोसा म नै हुँ - यर्मिया १७:७
तिम्रो मार्गदर्शक म नै हुँ - भजनसंग्रह ४८:१४
तिम्रो गोठालो म नै हुँ - भजनसंग्रह २३:१
तिम्रो सान्त्वनाकर्ता म नै हुँ - यूहन्ना १४:१६
तिम्रो अब्बा म नै हुँ - गलाती ४:५-६
तिम्रो आशा म नै हुँ - कलस्सी १:२७
तिम्रो जीवन म नै हुँ - यूहन्ना १४:६

पाठ तीन

वैवाहिक समस्याको स्रोत

खीष्ट केन्द्रित विवाहमा आउने अवरोधहरुलाई हटाउनको लागि परमेश्वरलाई निम्त्याउनु

पहिलो दिन

परिचय

हामीले खीष्ट केन्द्रित विवाहको लागि परमेश्वरले बनाउनु भएको योजना र जगको बारेमा छलफल गरेका छौं र अब तेस्रो पाठमा म यी कुराहरुमा जोड दिन चाहन्छु :

- **सबै वैवाहिक समस्याको स्रोत ।**
- **खीष्ट केन्द्रित विवाहमा आउने पाँचवटा मुख्य समस्याहरु ।**
- **ती अवरोधहरुसँग सम्बन्धित सत्य ।**
- **ती अवरोधहरुलाई हटाउनको लागि परमेश्वरलाई निम्त्याउनु ।**

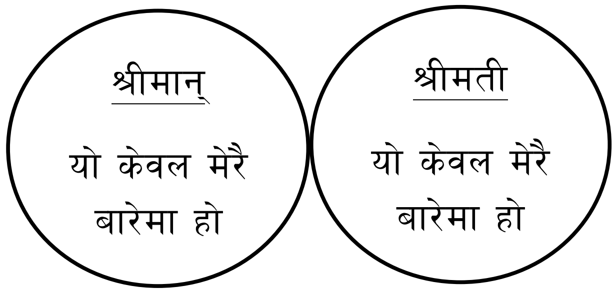
यदि तपाईको विवाह समस्या छ भने : तपाईको ती समस्याको स्रोत थाहा पाउनको लागि यो पाठ तपाईको लागि महत्वपूर्ण छ । तपाईले यस पाठलाई ध्यानसाथ अध्ययन गर्नुहुनेछ र पवित्र आत्मालाई ती समस्याहरुको स्रोत प्रकट गराउन दिनुहुनेछ म आशा गर्दछु ।

तपाईले विवाह गर्ने बेलामा तपाईको प्रति लक्षित हुनुहुन्थ्यो भन्ने कुरालाई हेर्दै शुरु गरौं ।

केवल मेरै बारेमा थियो वा ममा केन्द्रित थिए ।

जब म वैवाहिक सम्बन्धमा प्रवेश गरे, त्यो बेलामा विवाह ममा केन्द्रित छैन भन्ने कुरा मैले महशुस गरेन । पछि चाँडै मैले यो कुरा पनि पत्ता लगाएँ कि पेगी पनि म प्रति लज्जित भएर विवाहमा प्रवेश गरेको होइन रहेछु तर आफ्नै बारेमा सोचेर विवाहमा प्रवेश गरेकी रहेछिन् । अर्को शब्दमा भन्नुपर्दा “मेरो औठीको प्रभु वा मालिक म नै हुँ भने म विवाहमा प्रवेश गरे र पेगी आफ्नो औठीको प्रभु वा मालिक” उनी आफै हुन् भन्ठानेर विवाहमा प्रवेश गरिन् ।

हामी कसरी वैवाहिक सम्बन्धमा प्रवेश गऱ्यो



मेरो औठीको प्रभु

तसर्थ, शुरुबाट नै हामी दुवैमा "यो केवल मेरै बारेमा हो" भन्ने लक्षण थियो ।

"केवल मेरै बारेमा हो" भन्नुको लक्षण चाहिँ मेरा खाँचोहरु पूरा हुनेछन्, मेरो श्रीमान् वा श्रीमतीले मेरा आपेक्षाहरु पूरा गर्नेछन् र मेरो श्रीमान् वा श्रीमतीले विवाहप्रतिको मेरो विश्वास वा

बाइबलले यस लक्षणलाई एउटा नाम दिएको छ : **शरीर**

"किनकी मलाई थाहा छ कि ममा अर्थात् मेरो शरीरमा केही असल कुराले वास गर्दैन जे असल छ त्यो गर्ने इच्छा ममा छ तर म त्यो पूरा गर्न सक्दिन ।" **रोमी ७:१८**

"किनकी हामी जान्दछौं कि व्यवस्था आत्मिक हो तर म शारीरिक छु र पापैमा बेचिएको छु ।" **रोमी ७:१४**

शरीरको अर्थ चाहिँ

मानिस परमेश्वरबाट अलग भएर वा परमेश्वरलाई स्रोतको रुपमा नमानीकन आफैलाई स्रोतको रुपमा लिएर जिउने इच्छा वा चाहना हो

मुक्ति पाउनु अगाडि हाम्रा सारा समस्याहरु समाधान गर्नको लागि सफलता प्राप्त गर्नको लागि र जीवन जिउनका लागि आफैमा भर पर्नु बाहेक अरु कुनै विकल्प नै छैन भन्ने कुरा हामीले सिकेका थियौं ।

हामी परमेश्वरबाट अलग भएर आफ्नै तर्फबाट (आफ्नै बल, क्षमता, प्रतिभा, शिक्षा इत्यादि) जीवन जिउँदै आएका छौं । यस्तो कार्यले आफै जीवनको स्रोत बन्ने इच्छा जगाउँदछ ।

नोट : परमेश्वरले हामी सबैलाई विभिन्न प्रतिभा, क्षमताहरु दिनुभए तापनि अझै तपाईको जीवनमा र विवाहमा शरीरले प्रभाव पारिरहेको हुन्छ । परमेश्वरमा निर्भर नभइकन जिउने इच्छा हामी भित्र छ र नमरुञ्जेल सम्म त्यो इच्छा हुन्छ ।

मैले समस्या ग्रस्त विवाह र खीष्टियान विवाहलाई कसरी परिभाषित गरेको छु भन्ने कुरा याद गर्नुहोस् । ती विवाहहरु हुन् जुन विवाहमा उनीहरुले आफैलाई स्रोतको रुपमा लिएर जिइरहेको हुन्छन् । माथिको परिभाषाको आधारमा हामीले ती विवाहहरुलाई शरीरद्धार वा शरीर अनुसार जिउने विवाह भनेर पनि भन्न सकिन्छ ।

वैवाहिक जीवनमा आउने सबै समस्याको स्रोत चाहिँ शरीर हो

"किनकी शरीरको लालज पवित्र आत्माको विरुद्ध हुन्छन् र पवित्र आत्माको इच्छा शरीरको विरुद्ध । तिमी जे गर्न चाहन्छौं त्यसलाई रोक्नको निम्ति यी चाहिँ एउटा अर्काको विरुद्धमा हुन्छन् ।" **गलाती ५:१७**

विवाहमा आउने सबै समस्याहरुको कारण चाहिँ शारीरिक अनुसारको जीवन यापन हो वा शरीरबाट जिउनाले नै विवाहमा ती समस्याहरु उत्पन्न भएको हो । म त्यो कुरामा कसरी निश्चित हुन सक्छ त ? यस प्रश्नको बारेमा सोच्नुहोस् ? यदि तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमती दुवै शरीर अनुसार जिउनुको सट्टा आत्मामा जिइरहनु भएको छ भने के तपाईले समस्याको अनुभव वा सामना गर्नुपर्ला ?

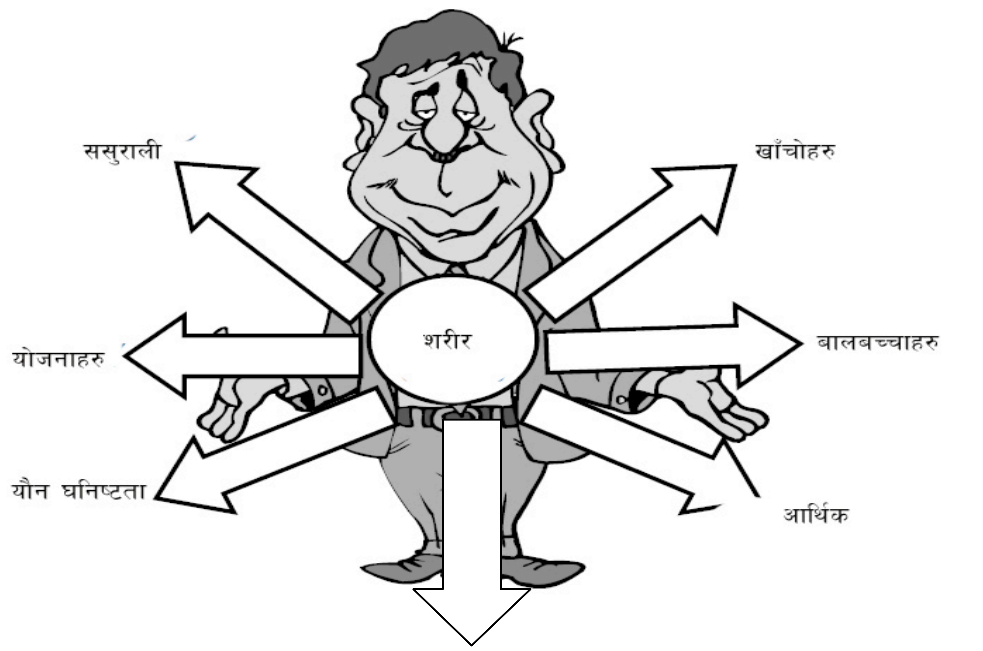
हामी यसको जवाफ **गलाती ५:१६** मा पाउँछौं

"तर म भन्दछु, पवित्र आत्माद्धार हिड् र तिमीले पाप स्वभावको लालस गर्नेछैन ।"

यसैकारण, हर समय हामी भित्र निरन्तर रुपमा आत्मा र शरीर बीच द्धन्द्ध वा लडाई भइरहन्छु भन्ने कुरा बुझ्नु महत्वपूर्ण छ । यदि शरीरले नियन्त्रण गरिएको छ भने, भित्र द्धन्द्ध वा समस्या हुन्छ र त्यसको प्रकटीकरण स्वरुपश्रीमान् वा श्रीमती बीच झगडा वा समस्या हुन्छ । तपाईको वैवाहिक जीवनको जुन सुकै क्षेत्रको समस्याको स्रोतको रुपमा तपाईले शरीरलाई पाउनुहुनेछ वा सबै समस्याको जरा चाहिँ शरीर रहेछ भनी तपाईले पत्ता लगाउनुहुनेछ ।

तल आठ वटा हात भएको समुद्री जान्तु वा माछाको (अक्टोपस) चित्रलाई हेर्नुहोस् । यो अक्टोपसको स्पर्श वा ज्ञानेन्द्रिय अंगहरुले हाम्रो वैवाहिक जीवनको विभिन्न क्षेत्रहरु जस्तै आर्थिक, संचार, यौन घनिष्टता इत्यादि समस्याहरुलाई जनाउँदछ ।

तपाईले चित्रबाट देख्न सक्नुहुन्छ कि यी समस्याहरुको शिर वा स्रोत चाहिँ शरीर हो ।



सञ्चार

प्रश्न : तपाईको वैवाहिक जीवनमा माथि उल्लेखित कुन क्षेत्रमा समस्या भइरहेको छ ? तपाईले आफ्नो वैवाहिक जीवनमा सामना गरिरहनु भएको कुन समस्या माथि उल्लेख गरेको छैन ?

परमेश्वरसँग वातचीत : कसरी तपाईको शरीरले तपाईको विवाहमा समस्या सृजना गराईरहेको छ र कसरी यसले तपाईको वैवाहिक जीवनको घनिष्टता, मिलापलाई लुटिरहेको र तपाईको इच्छा वा चाहनालाई पूरा हुन दिइरहेको छैन भन्ने कुरा देखाइदिनुहोस् भनी परमेश्वरसँग पुकार गर्नुहोस् ।

शरीरको चरित्र वा विशेषताहरु

“किनकी हामी जान्दछौं कि व्यवस्था आत्मिक हो, तर म चाहिँ शारीरिक छु र पापैमा बेचिएको छु र ।” **रोमी ७:१४**

वैवाहिक जीवनमा “शरीर” द्धार जिउनु भनेको चाहिँ त्यस्तो प्रकारको स्वतन्त्र विचार वा प्रवृति हुनु हो जसले भन्छ :

- मैले नै **म** र मेरो श्रीमान् वा श्रीमतीको नियन्त्रण गर्नुपर्छ ।
- **मेरा** समस्याहरु मेरो श्रीमान् वा श्रीमतीबाट नै पूरा हुनुपर्छ ।
- **म**आफैले नै वैवाहिक जीवनमा आइपर्ने सबै समस्याहरु समाधान गर्न सक्छु ।
- **मैले** आफैलाई र मेरो श्रीमान् वा श्रीमतीलाई परिवर्तन गर्न सक्छ ।
- परमेश्वरमा निर्भर नभइकन नै **मैले** मेरो विवाहलाई परिपूर्ण बनाउन सक्छु ।

प्रश्न :के माथि उल्लेखित कुनै पनि शारीरिक विचार वा व्यवहार तपाईको विचार वा व्यवहारसँग मिल्दो छ ? छ भने कुनै एउटा लेख्नुहोस् ।

____

____

____

____

शारीरिक विचार वा ढाँचाको कमजोरी चाहिँ यसले आफैले नियन्त्रण गर्न चाहनु, शरीरद्धार नै खाँचोहरु पूरा गर्न खोज्नु र आफ्ना श्रीमान् वा

तपाईलाई म केही प्रश्नहरु सोध्न चाहन्छु :

के तपाईले यस्तो प्रयास गर्नुभएको छ ?

- **आफ्नै बुद्धि र क्षमतालाई प्रयोग गरेर वैवाहिक समस्यालाई समाधान गर्न खोज्नु**
- **आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीलाई परिवर्तन गर्न वा सुधार्ने प्रयास गर्नु**
- **आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीलाई नियन्त्रण गर्न खोज्नु**

• आफ्नो विवाहलाई सफल पार्न खोज्नु

यदि तपाईले यस्तो प्रयास गर्नुभएको छ भने, म तपाईलाई एउटा प्रश्न सोध्न चाहन्छु, यसले कतिको काम गरिरहेको छ ? यदि तपाई आफैप्रति इमान्दार हुनुहुन्छ भने, तपाईलाई थाहा छ कि यसले काम गरिरहेको छैन । मैले प्रयास भन्ने शब्द चलाउनुको कारण चाहिँ यो हो कि परमेश्वरबाट अलग भएर तपाईले केवल प्रयास त गर्नुहुन्छ तर केही गर्न सक्नुहुन्न ।

परमेश्वरसँग वातचीत : परमेश्वरमा निर्भर नभईकन तपाई आफैले तपाईको वैवाहिक जीवनको कुन क्षेत्रको समस्याहरु समाधान गर्न, परिवर्तन गर्न, वैवाहिक जीवनलाई सफल पार्न प्रयास गरिरहेको छ भन्ने कुरा पवित्र आत्मालाई देखाइदिनुहोस् भनी पुकारा गर्नुहोस् ।

शारीरिक जीवन जियाइले शारीरिक व्यवहारहरु उत्पन्न गराउँदा ।

"अब, यस स्वभावका कामहरु प्रत्यक्ष छन् जो यिनै हुन-व्यभिचार, अपवित्रता, लम्पटपना, मूर्तिपूजा, मन्त्रतन्त्र, दुश्मनी, झैझगडा, ईर्ष्या, क्रोध, स्वार्थीपन, फुट, गुटबन्दी, डाह, पियक्कपन, मोजमज्जा र यस्तै अरु....।" **गलाती ५:१९-२१क**

गलाती ५:१९-२१ म उल्लेखित "शरीरका कामहरु" चाहिँ शरीरबाट जिउँदा खेरी प्रकट हुने शारीरिक व्यवहारहरु हुन् ।

शरीरबाट जिउनाले शारीरिक व्यवहार वा चालचलन उत्पन्न

१. सामान्यतय शरीरलाई पनि दुई समूहमा विभाजन गर्न सकिन्छ : नकारात्मक र सकरात्मक

नकारात्मक शरीर :नकारात्मक शरीर चाहिँ चिन्न सजिलो हुन्छ किनकी यसले नकारात्मक शारीरिक व्यवहारहरु वा सोचाइ विचारहरु उत्पन्न गराउँदछ । मैले भन्न खोजेको कुरा राम्रोसँग बुझ्नको लागि तलको उदाहरणलाई हेर्नुहोस् ।

नकारात्मक शरीरको उदाहरण :"रीस, अपर्याप्तपन, अक्षमाशील, ईर्ष्या, दबाब, डर चिन्ता ।

सकारात्मक शरीर : सकारात्मक शरीर चाहिँ चिन्न गाह्रो हुन्छ किनकी यो बाहिरी रुपमा आकर्षक देखिन्छ । समस्या हो कि सकारात्मक शरीर चाहिँ यस्तो शरीर हो जुन बाहिरी रुपमा हेर्दा खेरी राम्रो देखिन्छ तर यो चाहि आफैमा भर परेर वा परमेश्वरमा निर्भर नभइकन गरिन्छ । म यसको उदाहरण देखाउन चाहन्छु ।

सकारात्मक शरीरको उदाहरण :आफैमा विश्वस्त हुनु, आफैमा भरपर्नु, स्व-पर्याप्तपन, सफलता, स्व-धार्मिकता ।

के तपाईले सकारात्मक शरीरको उदाहरणमा सबैमा एउटै शब्द देख्नु भएको छ ? आफै वा स्वंयम । यही नै सकारात्मक शरीरको आकर्षक पक्ष वा कुरा हो तर यो छल वा धोखाको कुरा हो । यो हेर्दा खेरी आकर्षक देखिन्छ तर यो आफैमा भर पर्छ ।

अभ्यास : पृष्ठ नं १००-१०६ मा जानुहोस् र तपाईले आफ्नो वैवाहिक जीवनमा अनुभव गरिरहनु भएको पाँच वटा शारीरिक व्यवहारहरुलाई छान्नुहोस् ।

शारीरिक व्यवहारले तपाईको वैवाहिक जीवनमा के सृजना गरिरहेको छ ? मिलाप वा द्वन्द्व ?

२. शारीरिक व्यवहारहरु "विस्फोट गराउने स्वीच जस्तै हुन् ।"

जब वैवाहिक जीवनमा जोडीहरु शरीरद्धार जिउँछन्, तब तिनीहरुले एक अर्कालाई घोच्ने वा दबाउने गर्छ वा अर्को तरिकमा भन्नुपर्दा उनीहरुले एक अर्काको "शारीरिक" स्वीचहरुलाई घचेट्छ वा धकेल्छ । मैले भन्न खोजेको कुरा तपाईले बुभ्नुभएको छ । शायद अहिले तपाईले कसरी तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीको शारीरिक व्यवहारले घोच्छ वा देखाउँछ भन्ने कुरा सोचिरहनु भएको हुन सक्छ । यसरी नै द्वन्द्व वा समस्या सृजना हुन्छ । तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीको शारीरिक व्यवहारले तपाईको शारीरिक व्यवहारलाई विस्फोट गराउँदछ र तपाईले पनि तिनको वा उनको विस्फोट गराइदिनुहुन्छ । यदि तपाईले एक अर्काको वटन वा स्सवीचहरु दबाउन रोक्नु भएन भने पछि के होला भनी कल्पना गर्न सक्नुहुन्छ ?

यदि तपाईले निरन्तर रुपमा एक अर्काको शरीरको विस्फोटनको स्वीचहरु दबाई रहनुहन्छ भने, यसले कहिल्यै पनि अन्त नहुने

प्रश्न : के तपाई आफ्नो विवाह लोखर्केको पिंजडा भएको चाहनुहुन्छ ?

३. यसले द्वन्द्व मात्र ल्याउँदैन ....

तपाईको शरीरले केवल द्वन्द्व वा समस्या मात्र सृजना गर्दैन । यसले अरु पनि केही गर्छ ।

शारीरिक व्यवहारले खीष्टको जीवनलाई (उहाँको प्रेम, अनुग्रह, आदर, स्वीकार र क्षमापन इत्यादि) तपाईमा र तपाईद्धार बग्न देखि रोक्छ ।

म एउटा उदाहरण दिन चाहन्छु । तपाईलाई पल्भिक्स (plavix) भन्ने औषधी थाहा छ होला । यो तपाईको धममानीबाट ताम्रपत्र (पत्थर) हटाउनको लागि तयार पारिएको हो । मानौं, तपाईमा धमानी छ जसलाई म खीष्टको जीवन भन्छु । आत्मिक धमनीमा। तपाईको लागि खीष्टको सबै जीवन पर्याप्त छ र त्यो तपाईद्धार बगिरहेको छ । तर त्यहाँ धमानीमा पत्थर अर्थात् ताम्रकार खडा भएको छ जसलाई म शारीरिक व्यवहार भन्छु । यो शारीरिक पत्थर रुपी स्तम्भ र ताम्रकार खडा भएको छ । जसले खीष्टको जीवनलाई उहाँको प्रेम, शान्ति, आनन्द, क्षमापन इत्यादि । तपाईमा र तपाईद्धार बग्नबाट रोकाइरहेको हुन्छ । के तपाईले कल्पना गर्न सक्नुहुन्छ क १०, २०, ३० वर्ष देखि खडा भएको ताम्रकार वा स्तम्भले कति धेरै रोकावट गर्छ होला ? अन्तमा, यसले खीष्टको जीवनलाई तपाईमा बग्नबाट पूरै रुपमा रोकाई दिन्छ र तपाईको विवाह कुँजो हुन्छ र अन्तमा मर्छ ।

प्रश्न :के तपाईको आत्मिक धमनीमा “शारीरिक” पर्खाल खडा भएको छ ?

आन्तरिक र बाह्य रुपमा देखिने समस्या

हामी पाठ एकमा आन्तरिक र बाह्य गरी दुई प्रकारका समस्याहरु हुन्छन् भनी कुराकानी गर्‍यो । बाहिरी रुपमा देखिने समस्या चाहिँ चिन्न सजिलो हुन्छ । बाहिरी रुपमा देखिने समस्यामा तपाईले आफ्नो शरीरलाई रोक्न वा वंशमा राख्न सकेको हुँदैन । तपाईले एक अर्काको कुनै कुराप्रति “उल्टी” गरिरहेको हुन्छ ।

गुप्त वा नदेखिने समस्या

म गुप्त समस्यालाई चाहिँ यसरी परिभाषित गर्छु कि यो यस्तो समस्या हो जुन समस्यालाई हामी हाम्रो वंशमा राख्ने प्रयास गर्छौं । यो समय-समयमाा बाहिर आउँछ तर यो चाहिँ पिंजडामा वा खोरमा भएको बाघ चाहिँ फुत्के जस्तो हो तर यसलाई हामी फेरि आफ्नो वंशमा राख्ने क्षमता हामीसँग हुन्छ ।

गुप्त समस्यामा केही यस्ता समस्याहरु छन् :

१. यदि तपाईले आफ्नो शारीरिक व्यवहारहरुलाई केही हदसम्म आफ्नो नियन्त्रणमा राख्न सक्नुहुन्छ भने, तपाईलाई आफ्नो विवाहमा खासै कुनै गिरावट वा समस्या छैन भन्ने लाग्छ ।

२. यदि तपाईलाई आफ्नो शरीरलाई (श्रीमान् वा श्रीमतीको शरीरलाई) वंशामा राख्न सक्छ भन्ने लाग्यो तपाईलाई आफ्नो विवाह चाहिँ “असल” विवाह हो भन्ने लाग्छ । विशेष गरी जब तपाईले आफ्नो विवाहलाई अरु कसैको यस्तो विवाहसँग तुलना गर्नुहुन्छ जुन विवाह तपाईको भन्दा खराब छ ।

३. कति पटक चाहिँ गुप्त समस्या चाहिँ बाह्य वा देखिने समस्यामा बद्लिन पनि सक्छ । त्यस्तो घडीमा चाहिँ बाघ खोरबाट भाग्छ र यसलाई फेरि खोरमा हाल्न सक्दैन ।

गुप्त समस्याको समस्या चाहिँ यो हो कि तपाईले आफ्नो र एकअर्काको शारीरिक व्यवहारहरुलाई नियन्त्रण गर्न सक्ने भएकोले तपाईको विवाह ठीकै छ भनी विश्वास गरी आफैलाई धोखामा पर्न

प्रश्न : तपाईले आफ्नो शारीरिक व्यवहारलाई समाधान गर्नको लागि पवित्र आत्मालाई अनुमति दिइरहनु भएको छ वा त्यो बाघलाई फेरि खोरमा हालेर आफ्नो शरीरलाई नियन्त्रण गरिरहनु भएको छ ?

तपाई अभिव्यक्त गर्ने व्यक्ति हुनुहुन्छ कि दबाउने वा लुकाउने व्यक्ति हुनुहुन्छ ?

हामीले हाम्रो शरीरमा दुई फरक प्रकारले काम गर्ने गर्छौं । कि अभिव्यक्त गर्ने व्यक्तिको रुपमा वा दबाउने व्यक्तिको रुपमा । हामी श्रीमान् श्रीमतीहरुले कुनै पनि कुरा लुकाउने वा अभिव्यक्त गर्ने भन्ने कुरामा समय परिस्थितिमा पनि निर्भर रहन्छ तर जे होस् हामीले सामान्यतय यी दुई मध्ये एउटा चाहिँ गरिरहेको नै हुन्छौं ।

१. दबाउने व्यक्ति - चाहिँ यस्तो व्यक्ति हो जसले आफ्नो शारीरिक व्यवहारहरुलाई दबाई राख्छ । उदाहरणको लागि, मानिसलाई खुशी पार्न चाहने व्यक्ति आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीप्रति नरिसाउन सक्छ किनकी उनीहरु मानिसबाट ग्रहण गरेको वा राम्रो देखिन चाहन्छ । त्यसैले उनीहरुले आफ्नो रीसलाई दबाई राख्छ । यसरी दबाउने वा लुकाउने व्यक्तिको समस्या यो हो कि उनीहरुले यसरी रीसलाई दबाई राख्नु चाहिँ ईश्वरीय व्यवहार हो भन्ठानी आफैलाई धोखा दिन सक्छ । तापनि यदि उनीहरु आफ्ना शारीरिक व्यवहार देखि पश्चताप गरेनन् भने, तपाई भित्र आन्तरिक पाप रहिरन्छ । शारीरिक व्यवहारलाई एक क्षेत्रमा दबाउन तर यो अर्को क्षेत्रमा बाहिर निस्किन्छ वा प्रकट भई हाल्छ ।

२. अभिव्यक्त गर्ने व्यक्ति-चाहिँ त्यस्तो व्यक्ति हो जसले शारीरिक व्यवहारहरुलाई बोली र व्यवहारद्धार बाहिर देखाउँछ । अभिव्यक्त गर्ने व्यक्तिले आफ्नो निराश, रीस चोट, अस्वीकारका कुराहरुलाई देखाउँछ । यस्तो व्यक्ति आफ्नो भावनाहरु र शारीरिक व्यवहारहरुलाई लुकाउँदैनन् ।

यदि तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमती दुवै जना शारीरिक व्यवहारहरुलाई दबाई राख्ने स्वभावको व्यक्ति हुनुहुन्छ भने, बाहिरी रुपमा देखिने गरी त्यति समस्या हुँदैन । परिणाम स्वरुप तपाईले मैले त ठीकै गर्दैछु भन्ने विश्वास हुन्छ किनकी तपाईको शारीरिक व्यवहारहरुलाई तपाईले नियन्त्रण गर्न सकिरहनु भएको छ । सत्य के हो त ?

सत्य

चाहे तपाई शारीरिक व्यवहारलाई दबाई राख्ने व्यक्ति होस् वा अभिव्यक्त गर्ने व्यक्ति होस्, यसलाई व्यवस्थापन गर्न सकेकै हुँदैन, तपाईको शरीरले तपाईको विवाहमा विष हाल्ने काम गरिरहेकै हुन्छ ।

प्रश्न : तपाई शारीरिक व्यवहारलाई दबाउने व्यक्ति हुनुहुन्छ कि अभिव्यक्त गर्ने व्यक्ति हुनुहुन्छ ?

तपाईको शारीरिक जीवन जियाईको ढाँचाले तपाईको विवाहमा एउटा बाटो अर्थात् तरिक नै सृजना गराउँदछ ।

एउटा समस्या यो हो कि जब तपाई निरन्तररुपमा शारीरिक प्रकारले जिइराख्नु हुन्छ तब, तपाईको सोचाई वा विवेकमा एउटा जिउने तरिका वा बाटो नै तयार हुन थाल्छ । निरन्तर तपाईको शारीरिक व्यवहारले यस्तो एउटा नराम्रो वा गलत बाटो तयार गराई दिन्छ, जसलाई तपाई पछ्याउन थाल्नुहुन्छ वा तपाई त्यसमा चुक्नुहुन्छ ।

म तपाईलाई एउटा उदाहरण दिन चाहन्छु :

तपाईले पहिला लेख्नुभएको एउटा शारीरिक व्यवहारलाई हामी प्रयोग गरौं । तपाईले त्यो शारीरिक व्यवहारलाई यहाँ लेख्नुहोस् । के तपाईले आफैलाई घडी-घडी त्यही व्यवहारहरु गरिरहेको पाउनुहुन्छ ? यदि उसो हो भने, तपाईले आफ्नो पतनको लागि मार्ग तयार पारिरहनु भएको छ । यो यतिकैमा रोकिदैन ।

जसै तपाई आफ्नो शारीरिक व्यवहारहरुमा यसरी अघि बढ्नुहुन्छ, तब पछि तपाईको मार्गहरु चाहिँ सानो कुलो बन्न जान्छ, सानो कुलोबाट खाडल बन्छ र अन्तमा त्यो खाडल घाटी बन्न पुग्छ । तपाई घाटीको अवस्थामा पुग्नुहुन्छ तब तपाईको विवाह साँच्चै संकटमा पर्छ ।

प्रश्न : के तपाईको विवाहमा बाटोहरु, सानो कुलोहरु, खाडलहरु र घाटीहरु छ ? यदि छ भने तपाईको कुन चाहिँ शारीरिक व्यवहार बाटोहरु, सानो कुलोहरु, खाडलहरु र घाटीहरुको रुपमा खडाइ भइरहेको छ, लेख्नुहोस् ।

परमेश्वरसँग वातचीत : तपाईको वैवाहिक जीवनमा भएका बाटोहरु, कुलोहरु खाडल रुपी शारीरिक व्यवहारहरुलाई देखाई दिनुहोस् भनी पवित्र आत्मासँग भन्नुहोस् ।

निरन्तर रुपमा शरीरमा जिउनाले बाटोहरु-कुलोहरु-खाडलहरु-घाटीहरु उत्पन्न गराउँदछ ।

दोस्रो दिन

तपाईको शरीर चाहिँ रक्षा गर्ने वकील जस्तै हो :

तपाईको शरीरलाई म रक्षा गर्ने वकीलसँग तुलना गर्न चाहन्छु । यसको अर्थ चाहिँ यो हो कि जब तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमती शरीर अनुसार जिउँछन् तब तपाईमा आफू ठीक छु भनी साबित गर्ने, रक्षा गर्ने र शरीर अनुसार जिउने निहँ बनाउने प्रवृति हुन्छ । उदाहरणको लागि, जब-जब म पेगीदेखि निराशित हुन्थे, तब ममा यस्तो विचार आउथ्यो, यदि पेगीले यो काम गर्नु किन खाँचो छ भन्ने कुरा बुझ्केकी भए, वा मैले गरेको तरिका असल छ भन्न् कुरा बुझ्केकी भए हुन्थ्यो । मेरो एक जना साथीले यस्तो भन्नुभयो। आफू ठीक छ वा मैले ठीक गरेको छु भनी साबित गर्ने शरीरका यी विचार कहिल्यै रोकिदैन । हामीले आफ्नो शारीरिक व्यवहारहरु ठीक छ भनी तर्क वितर्क गर्ने नयाँ तरिकाहरु जति पनि खोज्न सक्छौं वा पाउन सक्छौं ।

प्रश्न : तपाईका ती शारीरिक व्यवहारहरु लेख्नुहोस् जुन तपाईको ठीक छ भनी साबित गर्न वा त्यसको बचाउको पक्षमा बोल्न चाहनुहुन्छ वा तर्क वितर्क गर्न चाहनुहुन्छ ।

____

____

____

____

शरीरले चाहिँ सफाई दिन, त्यसको बचाउ गर्न र यस सम्बन्धमा तर्क

वैवाहिक जीवन शरीरद्धार जिउनाले के-के कुरा उत्पन्न हुन्छन् ?

म छ वटा कुराहरु हेर्न चाहन्छु जुन शरीर अनुसार जिएको परिणाम स्वरुप तपाईको वैवाहिक जीवनमा आउन सक्छ ।

१. शरीरद्धार जिउनाले तपाईको विवाहमा मृत्यु उत्पन्न गराउँछ ।

क. कस्तो प्रकारको मृत्यु ?

यदि तपाई निरन्तर रुपमा शरीरबाट जिइरहनु हुन्छ भने, यसले पावलले **रोमी ८:५** मा भनेको “मृत्यु” लाई सिर्जना गराउँदछ :

“किनभने शरीरमा मन लगाउनु चाहिँ मृत्यु हो तर आत्मामा मन लगाउनु चाहिँ जीवन र शान्ति हो किनभने शरीरतिर मन लगाउनु चाहिँ परमेश्वरप्रतिको शत्रुता हो ...। (आफैलाई जोड) यसले कुन प्रकारको मृत्युलाई संकेत गर्दछ त ? यसले आत्मिक मृत्युलाई जनाउँदैन किनभने हामीले खीष्टमा विश्वास गरेको कारणले खीष्टमा अनन्त जीवन पाएका छौं र फेरि कहिल्यै आत्मिक रुपमा मर्न सक्दैन । यहाँ **रोमी ८:६** मा उल्लेख गरेको मृत्युले त “पापको परिणाम स्वरुप हाम्रो प्राणलाई हुने दुःखलाई”जनाउँछ । अर्को शब्दमा भन्नुपर्दा, यदि तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमती निरन्तर रुपमा शरीर अनुसार जिई राख्नु हुन्छ भने, अवश्य पनि दुखलायी परिणाम भोग्नु पर्ने हुन्छ ।

ख. आन्तरिक दु:खको उदाहरणहरु के-के हुन् सक्छन् ?

शरीरद्धार जिउँदा खेरी उत्पन्न गराउने आन्तरिक दुःख वा कष्टको केही उदाहरण तल दिएको छ ।

दोष **तनाव** **इन्कार**
अक्षमाशील

रीस **स्वःनिर्भरता** **तीतोपन** **दोषी**

आफैलाई नीच ठान्ने **अपर्याप्तपन** **डर** **चिन्ता**

निराश **आरोप लगाउने** **लाज**
असुरक्षित

अभ्यास : माथि उल्लेखित कुन-कुन कुराहरु तपाईले आफ्नै वैवाहिक जीवनमा अनुभव गरिरहनु भएको छ ?

प्रश्न : के तपाई निरन्तर रुपमा यी कुराहरुद्धार जिउन चाहनुहुन्छ ?

ग. तपाईको दु:ख वा कष्टको सूची कति माथि सम्म जान सक्छ ?

हरेक मानिससँग आ-आफ्नो “दुःख वा कष्टको” सूची हुन्छन् भन्ने कुरा मैले पत्ता लगाएको छु । खीष्टियानहरुले कति धेरै दुःख सहन सक्दो रहेछ भन्ने कुराले मलाई चकित तुल्यायो । वास्तवमाम, म चकित चाहिँ भएको छैन किनभने मेरो व्यक्तिगत र वैवाहिक दुःखको सूची धेरै अग्लो थियो । हामीले पनि धेरै सहेका थियौं । मैले यस्ता जोडीहरु भेटेको छ, जसको विवाह गरेको जति धेरै वर्ष भयो त्यति नै धेरै दुःख वा कष्ट तथा समस्याहरु बढ्दै गएको रहेछ । विवाह गरेको दश वर्ष पछि उनीहरु यस्तो अवस्थामा पुग्छन्, कि पिडा वा कष्टहरु अति धेरै भएको कारणले उनीहरुले विकल्पको रुपमा समब्नध विच्छेदलाई लिन्छन् ।

प्रश्न : तपाईको त्यो पीडा वा कष्टले तपाईलाई कहाँ लान्छ ?

शरीरको त्यो पीडामा जिउँदा खेरी यसले तपाईलाई यस्तो ठाउँमा लान्छ जसलाई म "उडन्त सुँगुर खोर" भनेर भन्छु । याद गर्नुहोस् कि उडन्त पुत्रले स्वतन्त्र भएर अर्थात् पितामाा भर नपरीकन जिउने निर्णय गरेको कारणले ऊ सुँगुरको खोरमा पुग्यो । शरीरद्धार जिउँदा खेरी हामीलाई पनि यस्तै हुन्छ । उडन्त पुत्र झै हामी हिलोमा र हाम्रो शरीरको गोबरमा लडीबडी गर्न पुग्छौं । पुत्रले यो सत्यलाई **२ पत्रुस २:२२** मा उल्लेख गरेको छ :

"यी सत्य उखान अनुसार नै तिनीहरुलाई यसो भएको छ, कुकुर आफ्नै बान्तामा फर्कि आउँछ र नुहाई दिएको सुँगुर हिलैमा लडीबडी खेल्छ ।"

कुकुर आफ्नै बान्तामा फर्किनु र सुँगुर फेरि हिलैमा फर्किने कुरा चाहिँ फेरि शरीर तिर फर्कनुको महान चित्रण हो । यदि यसो हो भने, हामी हर समय किन शरीरमा नै फर्किने त ? हामी यस्तै भइराख्छौं । हामीले प्राणको कष्ट वा पीडामा नै आरामदायी भएर रहन सिकेका हुन्छौं । यो "सामना" गर्नुको अर्को परिभाषा हो । के यो सुन्दा खेरी तपाईलाई गाह्रो जस्तो लाग्छ ? त्यस्तै होला भनी म अनुमान वा आशा गर्छु ।

प्रश्न : के तपाईले आफ्नो उडन्त सुँगुरको खोरलाई चिन्न सक्नुहुन्छ ?

परमेश्वरसँग वातचीत : तपाई फसेको उडन्त सुँगुरको खोर प्रकट गराई दिनुहोस् भनेर परमेश्वरसँग पुकारा गर्नुहोस् ।

शरीरबाट जिउनाले आन्तरिक दु:खलाई उत्पन्न गराउँछ जुन बढ्दै जान्छ र हामीलाई उडन्त सुँगुरको खोरमा राख्छ ।

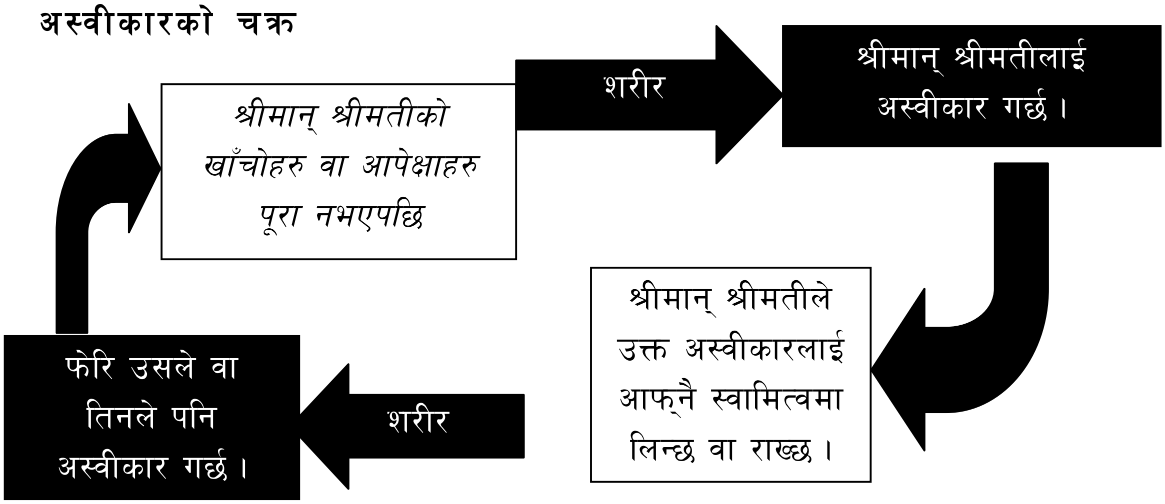
दोस्रो दिन

२. तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमती "अस्वीकारको चक्र" मा जिइरहनु भएको छ

जब तपाई शरीरद्धार जिउनुहुन्छ, तब तपाईको वैवाहिक जीवनमा यस्तो अवस्था पनि आउँछ जति खेरा तपाईले आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीलाई अस्वीकार गर्नुहुन्छ । यो चाहिँ तपाईको आवश्यकताहरु र आपेक्षाहरु पूरा नभएको कारणले आउन सक्छ । अस्वीकार विभिन्न रुपमा हुन सक्छ जस्तै रिसाएर, आलोचक भएर, आज्ञा दिने वा यौन घनिष्टता नहुनु इत्यादि ।

जब तपाईले आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीलाई अस्वीकार गर्नुहुन्छ, तब तपाईको श्रीमान् वा श्रीमती पनि शरीरद्धार जिइरहेको हुनाले तपाईलाई पनि प्रतिकार गर्ने वा अस्वीकार गर्ने अधिकार वा उनीसँग पनि छ भन्ने उनीहरुलाई लाग्छ । यसले "अस्वीकार चक्र" लाई सिर्जना गराउँदछ । मैले "अस्वीकारको चक्र" लाई तल प्रस्तुत गरेको छ ।

अस्वीकारको चक्र



आन्तरिक वा बाह्य अस्वीकार वा इन्कार

तपाईले यस उदाहरणको मूनि आन्तरिक वा बाह्य अस्वीकारलाई देख्नुहुन्छ । बाह्य अस्वीकार चाहिँ बोली वचनद्धार नै बाहिरी रुपमा देखिने गरी अस्वीकार गरिन्छ भने, आन्तरिक अस्वीकार स्वरुप तपाई वा तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीले मन भित्र-भित्रै अस्वीकार गरिरहेको हुन्छ ।

परमेश्वरसँग वातचीत : तपाईले आफ्नो वैवाहिक जीवनको कुन क्षेत्रमा अस्वीकारको चक्र अनुभव गरिरहनु भएको छ सो देखाइ दिनुहोस् भनी पवित्र आत्मासँग पुकारा गर्नुहोस् ।

यदि तपाई निरन्तर रुपमा अस्वीकारको चक्रमा जिइरहनु हुन्छ भने, तपाईको विवाहमा तपाईले जे विश्वास गर्नुहुन्छ, त्यही परिणाम

२. तपाईको श्रीमान् वा श्रीमती चाहिँ (तपाई होइन) समस्या भनी विश्वास गर्नु

मानिसले भने "जुन स्त्री तपाईले मलाई मसँगै रहन भनी दिनुभएको थियो, त्यसैले मलाई त्यो रुखको फल दिइ र मैले खाँए ।" **उत्पत्ति ३:१२**

हामीले माथिको खण्डबाट विवाहमा दोष लगाउने खेल चाहिँ पतनको समय देखि नै शुरुवात भएको रहेछ र त्यो आज पनि भन्ने कुरा देख्न सक्छौं । मैले धेरै जोडीहरुलाई चेला बनाउने क्रममा मैले धेरै पटक उनीहरुले यसो भनेको सुने "यदि मैले मेरो श्रीमान् वा श्रीमतीलाई मात्रै ठीक पार्न सके देखि, म अति खुशी हुनेथिए ।" समस्या यो हो कि मैले यो कुरा धेरै जोडीहरुबाट सुने । त्यसो हो भने सत्य के हो त ?

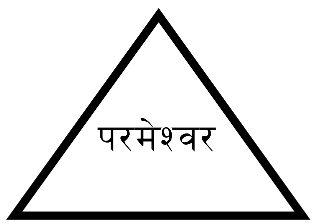
सत्य के हो त ? जब विवाहमा समस्या आउँछ :

समस्या तपाईको श्रीमान् वा श्रीमती होइन ।

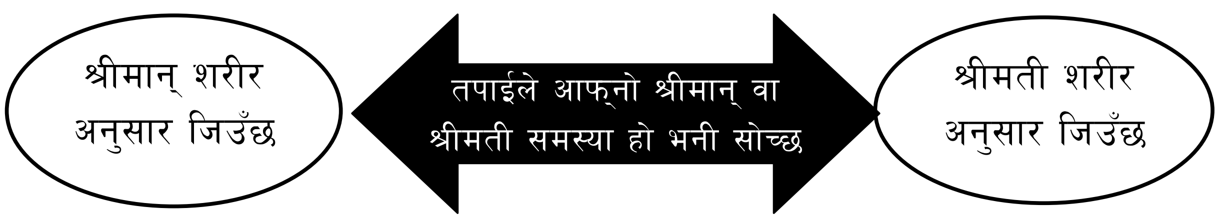
वास्तविक समस्या चाहिँ ख्रीष्टसँगको तपाईको सम्बन्धको अर्थात् तपाईले ख्रीष्टलाई आफ्नो स्रोतको रुपमा लिएर नजिउनु हो ।

पाठ १ को श्रेणी १ र श्रेणी २ को चित्रलाई याद गर्नुहोस् । ती दुवै श्रेणीको विवाह कस्तो विवाह हो भन्ने कुरा तपाईले अनुमान गर्नुभएको होला भनी म आशा गर्दछु, जुन विवाहलाई म “शारीरिक” विवाह भनेर भन्छु । यसो भन्नुको कारण के हो भने, शारीरिक विवाहमा दुवै श्रीमान् श्रीमतीले एक अर्कालाई समस्याको रुपमा लिन्छन् । तर हामीले समस्या तपाईको श्रीमान् वा श्रीमती होइन भन्ने कुरा देख्छौं । वास्तविक समस्या भनेको चाहिँ तपाई ख्रीष्टलाई स्रोतको रुपमा मानेर नजिउनु हो ।

शारीरिक विवाह



ख्रीष्टलाई स्रोतको रुपमा मानेर नजिउनु



वास्तविक समस्या चाहिँ ख्रीष्टसँगको तपाईको सम्बन्ध हो ।

प्रश्न : के श्रीमान् वा श्रीमतीको कारणले सन्तुष्टजनक वैवाहिक जीवन जिउन नसकेको वा नभएको भनी तपाई विश्वास गर्नुहुन्छ ?

४. तपाईले गर्न सक्ने भनेको तपाईले एकले अर्कालाई सामना गर्नु मात्र हो

मैले शुरुमा नै ख्रीष्टियान विवाहको चरित्रहरु मध्ये एउटा चाहिँ एकले अर्कालाई सामना गर्नु हो भनेर उल्लेख गरिसकेको छु जुन चाहिँ ख्रीष्ट केन्द्रित विवाहको विपरित छ ।

“सामना” गर्नुको परिभाषा म तपाईलाई याद दिलाउन चाहन्छु ।

सामना भनेको चाहिँ वैवाहिक जोडीले समस्याहरु समाधान नभए तापनि, खाँचोहरु पूरा नभए तापनि वा शारीरिक व्यवहार वा क्रियाकलापहरु निरन्तर रुपा भइरहे तापनि खुशीपनलाई कायम राख्न र

सामना चाहिँ साँचो परिवर्तनको लागि मानवीय “प्रतिस्थापन” हो । मैले भन्न खोजेको कुरा चाहिँ हामीले हाम्रा व्यवहारहरुलाई परिवर्तन गर्नका लागि अनुमति दिनुको सट्टा त्यही व्यवहारहरुसँग नै जिउन सिक्नु हो । उनीहरु भन्छन् “जसो तसो हामी यसलाई मिलाउँछौं ।”

तपाईले विवाह गर्नुभएको केही समय मात्र भएको छ भने, तपाईले यी कुराहरु ख्याल पनि नगर्नुभएको हुन सक्छ । सामना गर्ने कुरा वैवाहिक जीवनको लागि ठूलो धोखापनको कुरा हुन सक्छ किनभने, उक्त जोडीले एक अर्काका शारीरिक व्यवहारहरुलाई कसरी सामना गरेर जिउने भन्ने कुरा सिकेका हुनाले उनीलाई आफ्नो विवाह चाहिँ खीष्ट केन्द्रित विवाह हो भन्ने लाग्न सक्छ । मैले झै कति जोडीहरुले अघिल्लो दश वर्षमा कसरी सामना गर्ने भन्ने कुरा राम्रोसँग सिकेका हुन्छन् । तर यसरी सामना गर्दै जाने कार्यले अन्तमा विवाहमा मृत्यु ल्याउँदछ । किनभने शारीरिक व्यवहारहरु परिवर्तन भएका हुँदैनन् । सामना गर्ने सम्बन्धमा सबै भन्दा मुख्य सत्य कुरा यो हो :

विवाहमा शारीरिक व्यवहारहरुलाई सामना गर्दै जाने कुराले कहिल्यै पनि परिवर्तन ल्याउँदैन नता खीष्ट केन्द्रित विवाह नै सृजना गर्दछ । यसले त केवल अझै धेरै सामना गर्ने बानीलाई पैदा गर्दछ ।

समस्याबाट टाढा रहन खोज्नु, नियन्त्रण गर्न खोज्नु वा समस्या आए पछि हट्नु इत्यादि चाहिँ सामना गर्नुका केही उदाहरणहरु हुन् । नियन्त्रण गर्ने र पछि हट्ने कुरा चाहिँ मैले मेरो वैवाहिक जीवनमा प्राय लागु गरेका सामनाका रणनीतिहरु हुन् । यहाँ अर्को पनि मुख्य सत्य कुरा छ :

सत्य यो हो कि अखीष्टियानहरु विवाहित जोडीको रुपमा रहन सक्नुको एउटै मात्र कारण चाहिँ उनीहरुले एउटाले अर्कालाई सामना

म आशा गर्दछु कि यो सत्यले तपाईले अचम्मित तुल्याएको छ किनकी यदि तपाईले पवित्र आत्मालाई तपाईको विवाहलाई परिवर्तन गर्न अनुमति दिनुको सट्टा सामना गरिरहनु भएको छ भने, एक अर्थमा तपाईको विवाह अखीष्टियानको विवाह भन्दा फरक छैन । परिणाम स्वरुप “मृत्युले अलग नगरे सम्म” खीष्टियान जोडीहरुले सामना गर्ने रणनीतिहरु विकास गर्दै लान्छ । यति खेरा तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीले आफैले आफैलाई यो प्रश्न सोध्न असल हुन्छ होला :

हामी निरन्तर रुपमा सामना गरिरहने कि हाम्रो विवाहलाई परिवर्तन गरिदिओस् भनी परमेश्वरको खोजी गर्ने ?

अभ्यास :१०० देखि १०६ मा जानुहोस् । त्यहाँबाट तपाईले आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीको शारीरिक व्यवहार वा चालचलनलाई सामना गर्न प्रयोग गर्ने संयन्त्र वा तरिकालाई छान्नुहोस् ।

___

___

___

___

प्रश्न : के तपाई व्यक्तिगत रुपमा प्रभुको खोजी गर्न र विवाहमा एक अर्काको शारीरिक व्यवहारहरुलाई सामना गरिरहेको छ कि छैन देखाउनुहोस् भनी पुकारा गर्न इच्छुक हुनुहुन्छ ?

परमेश्वरसँग वातचीत : यदि उसो हो भने, तपाईले आफ्नो वैवाहिक जीवनमा कुन कुन क्षेत्रमा शरीर व्यवहारहरुसँग सामना गरिरहनु भएको छ सो देखाइदिनुहोस् भनी पवित्र आत्मासँग पुकारा गर्नुहोस् ।

५. समाधान नभएको समस्या

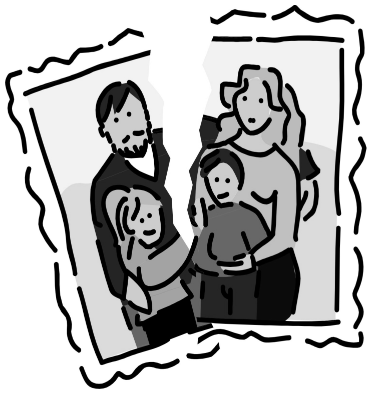
"किनकी शारीरिक इच्छाहरु पवित्र आत्माको विरुद्ध हुन्छन् अनि पवित्र आत्माको इच्छा । शरीरको विरुद्ध । तिमी जे गर्न चाहन्छौं । त्यसबाट तिमीहरुलाई रोक्नका निम्ति यी चाहिँ एउटा अर्काको विरुद्धमा हुन्छन् ।" **गलाती ५:१७**

यस पृथ्वीमा रहुन्जेलसम्म शरीरको प्रभाव भइ नै रहन्छ । शरीर अर्थात् पाप स्वभाव रहिरहन्छ र शरीर अनुसार जिउनाले विवाहमा केवल समस्या मात्र पैदा गर्दछ । म जान्दछु कि यो शुभखबर त होइन तर पछिका पाठहरुमा कसरी शारीरिक व्यवहारहरुलाई सुल्भाउनको लागि परमेश्वरको शक्तिलाई निम्त्याउने भन्ने बारेमा हेर्नेछौं ।

वैवाहिक जीवनमा शारीरिक व्यवहारहरुलाई सामना गर्दै जानले यी कुराहरु निम्त्याउँछ :

- **समाधान नभएका आन्तरिक समस्या**
- **समाधान नभएका बाह्य समस्या**
- **भावनात्मक अलगपन**

• **शारीरिक अलगपन र सम्बन्ध विच्छेद**



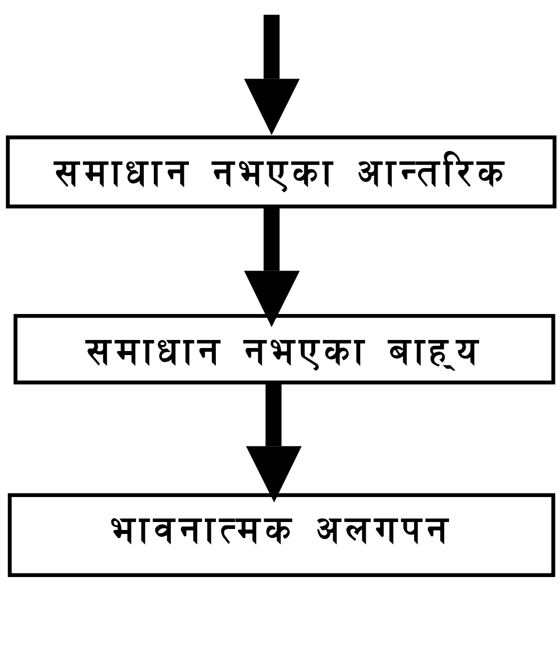
धेरै पटक यस्तो शारीरिक अलगपन वा सम्बन्ध विच्छेदमा पुग्छन् । सामान्यतय यो धेरै वर्ष बित्दा पनि समस्याहरु समाधान नभएको कारणले यस्तो अवस्थामा पुग्छ । शुरुमा जोडीहरुले एक अर्काको शारीरिक व्यवहारहरुलाई सामना गर्ने प्रयास गर्छन् । जब त्यो पनि असफल हुन्छ, तब उनीहरु इन्कार वा अस्वीकारको चक्रमा पर्छन् जसले अझ निराश, अक्षमापन र तीतोपन पैदा गर्दछ । त्यसले उनीहरु बीच भावनात्मक अलगपन सिर्जना गर्दछ । अन्तमा यसरी भावनात्मक अलगपन हुँदै शारीरिक अलगपन अर्थात् सम्बन्ध विच्छेदमा गएर टुंगिन्छ । सम्झनु पर्ने मुख्य कुरा चाहिँ :

समाधान नभएको समस्याले अन्तमा भावनात्मक वा शारीरिक अगलपन अर्थात् सम्बन्ध विच्छेदमा पुऱ्याउँछ ।

❖ यदि अलगपन ल्याउने समस्याहरुलाई साँचो वा सही प्रकारले समाधान गरेन भने देखि प्राय सम्बन्ध विच्छेद हुने गर्दछ ।

प्रश्न : अर्को चित्रलाई हेर्नुहोस् । के तपाईले आफ्नो जीवन वा वैवाहिक जीवन कुन समूहमा पर्छ, पत्ता लगाउन सक्नुहुन्छ ?

सामना गर्ने कुराले यी कुरानिर डोऱ्याउँछ :



अलगपन/सम्बन्ध विच्छेद

परमेश्वरसँग वातचीत : तपाई र तपाईको विवाह माथि उल्लेखित कुनै चरण भित्र पो पर्छ कि भनी पवित्र आत्मालाई देखाई दिनुहोस् भनी पुकारा गर्नुहोस् ।

प्रश्न :

के तपाई आफ्नो शरीरको स्वाभित्व लिनुहुन्छ जसले तपाईको विवाहमा मृत्यु सृजना गरिरहेको छ ?

अभ्यास : पृष्ठ ७७ देखि ७८ बाट ती शारीरिक व्यवहारहरुलाई छान्नुहोस् जुन व्यवहारहरु तपाईले आफ्नो वैवाहिक जीवनमा तनाव, विभिन्नता वा समस्याहरु सृजना हुने बेलामा देखाउनुहुन्छ ।

सञ्चार — घनिष्टता-भावनात्मक र यौन

आर्थिक — खाँचोहरु/इच्छाहरु

बालबालिका-अनुशासन, मूल्यमान्यता, तालिम — ससुराली/परिवारका सदस्यहरु

समस्या — आत्मिक वियषहरु

____

____

____

____

तेस्रो दिन

शरीरमाथि विजय प्राप्त गर्नको लागि ख्रीष्टको जीवन र शक्तिलाई लिनु

अब हामीले शरीरले कसरी काम गर्छ र यसले कसरी विवाहमा नकारात्मक प्रभाव पार्छ भन्ने कुरा जानिसकेका छौं । त्यसैले अब मुख्य कुरालाई हेरौ र सत्यको बारेमा कुरा गरौं ।

क. शरीरमाथि विजय प्राप्त गर्नको लागि ख्रीष्टको जीवनलाई लिनु

१. आत्मामा मन लगाउनु चाहिँ जीवन हो

रोमी ८:६ को पहिलो भागमा शरीरमा मन लगाउनु चाहिँ "मृत्यु" भन्ने कुरा देख्छौ, तर यस पदको दोस्रो आधा भागलाई हेरौं :

"आत्मामा मन लगाउनु चाहिँ **जीवन** हो ।"

"लगाउनु" भन्ने शब्दको अर्थ चाहिँ अभिप्राय साथ केन्द्रित हुनु हो । जसै तपाई हर क्षण ख्रीष्टमा भर परेर जिउनुहुन्छ, त्यति खेरा तपाईको मन चाहिँ त्यो जीवन माथि केन्द्रित भएको वा लगाएको हुन्छ, जुन ख्रीष्टमा पाउँदछौं ।

यस बारे केही क्षण सोच्नुहोस् :

यदि तपाईले आफ्नो मन ख्रीष्टमाथि लगाउँदै हुनुहुन्छ भने, तपाई आफ्नो शारीरिक व्यवहारहरुमा केन्द्रित हुनेछैन ।

ख्रीष्टमा भर परेर जिउनाले शरीर अनुसार जिउनबाट तपाईको मन वा ध्यानलाई बदल्छ वा सार्छ ।

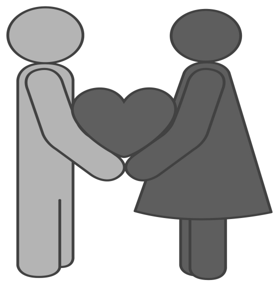
२. ख्रीष्ट केन्द्रित हुनुको अर्थचाहिँ ख्रीष्टको जीवनमा केन्द्रित हुनु वा ख्रीष्टको जीवनलाई लिनु हो ।

हामीले दोस्रो पाठमा परमेश्वरमा निर्भर जीवनको बारेमा छलफल गऱ्यो । पावलले **रोमी ८:६** मा "आत्मामा मन लगाउनु चाहिँ जीवन हो भन्नुको अर्थ चाहिँ ख्रीष्टमा हाम्रो चरित्रहरु पनि ख्रीष्टको चरित्रहरु जस्तै हुन्छन् भनी भनिरहेको हो । फेरि हामी अर्को एउटा सूचीलाई हेरौं ।

ख्रीष्टलाई जीवनको रुपमा लिनुको अर्थ चाहिँ ख्रीष्टका यी कुराहरु तपाईको लागि उपलब्ध भन्नु हो :

शर्तरहित प्रेम	**आशा**	**विजय**	**योग्यपन**
स्वीकार	**विश्वास**	**छुटकारा**	**धैर्यता**
सामर्थ	**ख्रीष्टको संयम**	**नम्रता**	**निस्वार्थपन**
शान्ति	**आदर**	**शक्ति**	**पर्याप्तपन**
क्षमा	**सुरक्षा**	**समर्पणता**	**समझ**
निडरपन	**बुद्धि**	**विवेक**	**ख्रीष्टको निर्धक्कता**
विश्राम	**धार्मिकता**	**आनन्दकरुण**	**सहास**
दया	**अनुग्रह**		

३. तपाई शरीर अनुसार हिड्नको लागि परिक्षित भएको बेलामा तपाईले ख्रीष्टको जीवनलाई लिन वा खिच्न सक्नुहुन्छ ।



परिक्षा आउने बेलामा तपाईले खीष्टको प्रेम, स्वीकार, क्षमा इत्यादि लिन सक्नुहुनेछ । कसरी यसलाई व्यवहारिक रुपमा उतार्ने भन्ने बारेमा केही उदाहरणहरु हेरौं ।

उदाहरण १ : जब तपाईलाई रीस उठ्छ, त्यो क्षणमा तपाईले रीस उठ्नबाट रोक्नको लागि खीष्टको प्रेमलाई लिन वा खिच्न सक्नुहुन्छ ।

उदाहरण २ : जब तपाईले अस्वीकार वा इन्कारको महशुस गर्नुहुन्छ, खीष्टलाई तपाईको स्वीकारको रुपमा खोज्न थाल्नुहोस् ।

उदाहरण ३ : जब तपाईलाई आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीलाई क्षमा दिन गाह्रो हुन्छ, क्षमा दिने मन दिनुभएको होस् भनी खीष्टसँग पुकारा गर्नुहोस् ।

यसैकारण, जसै तपाईले खीष्टमा भर परेर जिउने कुरालाई छान्नुहुन्छ, तब तपाई शरीर अनुसार भन्दा पनि खीष्टको गुण वा

ख. शरीरमाथि विजय प्राप्त गर्नको लागि आत्माको शक्तिलाई लिनु वा खिच्नु

शरीर अनुसार जिउनेको लागि परिक्षित भएको बेलामा खीष्टलाई आफ्नो जीवनको रुपमा लिनुको साथ-साथै, शरीर माथि विजय प्राप्त गर्नको लागि आत्माको शक्तिलाई लिनु पनि अति महत्वपूर्ण छ । यस विषयमा केही सत्यहरुलाई हेरौं :

१. शरीरलाई पराजित गर्नको लागि आत्माको शक्तिको खोजी गर्नु ।

"होइन, यी सबै कुरामा हामीलाई प्रेम गर्नुहुनेद्धार (येशू) हामी विजेताहरु भन्दा पनि अझ बढी छौं ।" **रोमी ८:३७** (आफैलाई जोड)

तर म भन्दछु, पवित्र आत्माद्धार हिड् र शरीरको लालसा पूरा गर्नेछैनौ ।" **गलाती ५:१६** (आफैलाई जोड)

हामीले पहिल्यै कुरा गरिसकेका छौं कि तपाईको आफ्नो इच्छा शक्तिले शरीरमाथि विजय प्राप्त गर्न सक्नुहुन्न । **यूहन्ना १५:५** मा येशूले भन्नुभएको ‘‘म बाट अलग रहेर तिमीहरु केही गर्न सक्दैनौ’’ भन्नुको अर्थ यही हो ।

मानौ, तपाई वैवाहिक जीवनमा शरीरबाटको व्यवहारहरुलाई अन्त गर्न चाहनु हुन्छ । तपाईको इच्छा शक्तिद्धार कसरी शरीरमाथि विजय प्राप्त गर्ने कोशिस गर्ने भन्ने सम्बन्धमा म तपाईलाई दशौ वटा तरिकाहरु सिकाउन सक्छु तर यसले तपाईलाई सफल बनाउन सक्दैन । यदि तपाईले पहिला पनि आफ्नो इच्छा शक्तिद्धार शरीरमाथि विजय प्राप्त गर्ने कोशिस गर्नुभएको छ भने, यसले कतिको काम गरेको छ त ? परमेश्वरको आफ्नै तरिका छ । उहाँको शक्ति विना तपाईले आफ्नो शक्तिद्धार शरीर माथि विजय प्राप्त गर्न खोज्नु भनेको चाहिँ असफल हुने प्रयास गर्नु मात्र हो ।

जब तपाई परमेश्वरमा भर परेर हिड्नुहुन्छ, तब उहाँले शरीरमाथि अधिकार जमाउन र तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीलाई स्वतन्त्र पार्नको लागि तपाईमा उहाँको शक्ति छोड्नु वा प्रवाह हुन

यसैकारणले मलाई माथि उल्लेख गरिएको **रोमी ८:३७** र **गलाती ५:१६** मन पर्छ । जसै हामी आत्माको शक्तिमा हिड्छौं र उहाँले हाम्रो शारीरिक व्यवहारहरुलाई पराजित गर्नुहुनेछ र हामी शरीर अनुसार चल्ने छैनौं । शरीरमाथि विजय प्राप्त गर्नको लागि हाम्रो लागि एउटै मात्र आशा यही हो । शरीर माथि विजय प्राप्त गर्नको लागि कसरी विश्वासको कदम चाल्नुपर्छ भन्ने बारेमा यहाँ उल्लेख गरिएको छ ।

विश्वासको कदम : प्रभु, म मेरो शारीरिक निराशमाथि विजय प्राप्त गर्नको लागि तपाईको शक्तिलाई लिंदै वा खिच्दै छु ।

परमेश्वरसँग वातचीत : जुनसुकै प्रकारको शारीरिक व्यवहारलाई तपाईले सामना गरिरहनु भए तापनि ती माथि विजय प्राप्त गर्नको लागि परमेश्वरको शक्तिको खोजी गर्नुहोस् ।

२. तपाईको शरीरको मृत्यु भएको कुरालाई प्रकट गराईदिनुहोस् भनी पवित्र आत्मासँग पुकारा गर्नुहोस् ।

"शरीरमा मन लगाउनु चाहिँ **मृत्यु** हो......।" **रोमी ८:६क**

"म के गर्दछु, त्यो म बुझ्दिन । किनकी म जे चाहन्छु, त्यो म गर्दिन । तर त्यही गर्दछु जो म घृणा गर्दछु ।" **रोमी ७:१५**

हामीले शरीरको मृत्युको बारेमा कुरा गऱ्यो जो चाहिँ पापको परिणाम स्वरुप हाम्रो प्राणमा हुने पीडा वा दुःख हो । समस्या यो हो कि हामी लामो समय देखि हाम्रो विवाहको कुनै पनि क्षेत्रहरुमा शरीरको मृत्युसँगै जिउँदै आएको कारणले हामीले मृत्युले हामी र हाम्रो जोडी के उत्पन्न गराईरहेको छ भन्ने कुरा थाहा गर्न सक्दैनौं । यसैकारणले शरीरबाट मुक्त गर्नको लागि पवित्र आत्मालाई अनुमति दिनुभन्दा अगाडि पवित्र आत्माले हाम्रो शरीरको मृत्युलाई प्रकट गराउनुपर्ने हुन्छ ।

साधारण रुपमा भन्नु पर्दा तपाईको शरीरको मृत्युलाई देखाउनु भनेको चाहिँ आत्माले तपाई भित्र शारीरिक प्रतिरोधले निम्त्याई

पवित्र आत्माले तपाईको शरीरको मृत्युलाई प्रकट गराउनको लागि हामीले चाल्नु पर्ने विश्वासको कदम यस्तो हुन सक्छ ।

विश्वासको कदम : ममा र मेरो विवाहमा समस्या निम्त्याउने मेरो .... शारीरिक व्यवहारको मृत्यु भएको कुरा देखाइ दिनुहोस् भनी म तपाईसँग पुकारा गर्दछु ।

परमेश्वरसँग वातचीत : तपाईको शारीरिक व्यवहारहरुले तपाईमा र तपाईद्धार आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीप्रति उत्पन्न गराई रहेको समस्याहरुलाई देखाईदिनुहोस् भनी आत्माको खोजी वा पुकारा गर्नुहोस् ।

३. शरीरको निम्ति मरेर अर्थात् शारीरिक व्यवहार अनुसार नचल्ने वा नहिँड्ने ईच्छा दिनुहोस् भनी पवित्र आत्मासँग पुकारा गर्नुहोस् ।

"यदि तिमीहरु शरीर अनुसार जिउँछौं भने तिमीहरु मर्नेछौं तर यदि तिमीहरुले पवित्र आत्माद्धार शारीरिक कार्यहरुलाई माऱ्यो भने तिमीहरु जिउनेछौं ।" **रोमी ८:१३**

जसै तपाईले पवित्र आत्माको खोजी गर्नुहुन्छ, तब पवित्र आत्माले तपाईलाई ती शारीरिक व्यवहारहरुलाई मार्ने वा इन्कार गर्ने इच्छा दिनुहुन्छ । **२ पत्रुस २:२२** ले भने झै यदि हामी शारीरिक कार्यमा फर्कन्छौं भने, के हामी कुकुर फेरि बान्तलाई चााटे जस्तो हुँदैन र ? यदि यसो गर्छौं भने वाक्ने र चाट्ने चक्रमा रहिरहन्छौं । (मैले यो उदाहरणलाई प्रयोग गरेकोमा म क्षमा चाहन्छु तर यो बुझ्नु पर्ने अति महत्वपूर्ण कुरा हो) खुशीको खबर चाहिँ यो हो कि एक पटक हामीले हाम्रो शरीरले उत्पन्न गर्ने मृत्युलाई देखेपछि (त्यो बान्तलाई सुँघेपछि) हामी त्यस देखि फर्किनेछौं र परमेश्वरमा भर परेर जिउँनेछौं । **२ कोरिन्थी ४:११** लाई हेर्नुहोस् :

"किनकी हामी जीवित हुँदा पनि येशूको खातिर सधै मृत्युको (शरीरको) मुखैमा परिबस्छौ, यस हेतुले कि येशूको जीवन हाम्रा मरणशील शरीरमा प्रकटित होस् ।" **२ कोरिन्थी ४:११**

पावलले यस पदमा भनिरहेको कुरा यो हो कि परमेश्वरले निरन्तर रुपमा हाम्रो शरीरको मृत्युलाई प्रकट गराईरहनु भएको छ ताकि हामी शरीरको लेखि मरेर जिउनेछौं । शरीरको लेखि मरेर जिउनु भनेको चाहिँ हामीले शरीरको अवरोधले ल्याएको पीडालाई महशुस गर्नु र परमेश्वरमा फर्कनु हो । जब हामी शरीरको लेखि मरेर जिउँछौं, यो चाहिँ हामीले (आफूलाई) आफ्नो शरीरलाई क्रुसमा टाँगाउनु जस्तो हो ।

शरीरको लेखि मरेर जिउनु भन्नु चाहिँ तपाई आफ्नो शरीर माथि विजयी भएर हिँड्नु भन्नु हो ।

दाऊदले उसको शरीरको सम्बन्धमा गरेको प्रार्थनालाई तपाईले पनि गर्नुहोस् भनी तपाईलाई कडासाथ उत्साह दिन चाहन्छु ।

"हे परमेश्वर, मेरो खोजी तलासी गर्नुहोस्, मलाई जाँच्नुहोस् र मेरा विचारलाई जान्नुहोस् । हेर्नुहोस् ममा कुनै खराब चाल (शारीरिक व्यवहार) छ कि, र मलाई अनन्तको मार्गमा डोऱ्याउनुहोस् (मेरो शरीरको लेखि जिउने इच्छा मलाई दिनुहोस् ।" **भजनसंग्रह १३९:२३,२४** (कोष्ठको थप)

के तपाईले यहाँ दाऊदको नम्रतालाई देख्नुहुन्छ कि उसले कसरी आफ्ना शरीरलाई प्रकट गराईदिनुहोस् भनेर परमेश्वरमा पुकारा गरेको र शरीरको लेखि मरेर जिउनको लागि उहाँको खोजी गरेको छ ? यो बडो शक्तिशाली प्रार्थना हो ।

हाम्रो शरीरको लेखि मरेर जिउनको लागि कसरी विश्वासको कदम उठाउनुपर्छ भन्ने बारेमा यो एउटा उदाहरण प्रस्तुत गरिएको छ ।

विश्वासको कदम :"प्रभु मेरो...... शरीरको व्यवहारले ममा र मेरो विवाहमा उत्पन्न गर्ने मृत्युलाई प्रकट गराईदिनुहोस् भनेर मात्र पुकारा गर्दिन तर मलाई शरीरको लेखि मरेर जिउने ईच्छा पनि दिनुहोस् भनी म पुकारा गर्दछु ।

परमेश्वरसँग वातचीत : शरीर अनुसार जिउनको लागि परिक्षित भएको बेलामा शरीरलाई इन्कार गर्न वा होइन, हुँदैन भन्ने इच्छा दिनुहोस् भनी परमेश्वरसँग माग्नुहोस् ।

४. शारीरिक व्यवहारको सट्टामा खीष्टको जस्तो गुण वा चरित्रले भरिनको लागि पवित्र आत्माको खोजी गर्नु ।

"तिमीहरुमा यो मन होस् जुन **खीष्ट येशूमा** पनि थियो ।"

पाठ दुईको अन्त्यमा बिताएको कुरालाई याद गर्नुहोस् कि जसै तपाई खीष्टमा बढ्दै जानुहुन्छ, पवित्र आत्माले तपाईलाई खीष्टको चरित्र वा गुणहरु अनुभव गर्न तिर डोऱ्याउनु हुनेछ ।

परमेश्वरले खीष्टका यी विशेषताहरु वा गुणहरुलाई खीष्टको मनको रुपमा बदल्न चाहनुहुन्छ ।

शर्तरहित प्रेम	**आशा**	**विजय**	**योग्यपन**
स्वीकार	**खीष्टको संयम**	**स्वतन्त्रता**	**धैर्यता**
सामर्थ	**आदर**	**नम्रता**	**निस्वार्थपन**
शान्ति	**सुरक्षा**	**शक्ति**	**पर्याप्तपन**
क्षमापन	**बुद्धि**	**समर्पणता**	**समझ**
निडरपन	**धार्मिकताखीष्टको विश्वास**	**विश्राम**	**सहास**
करुण	**सहासीपन**		**आनन्द**
थाहा गर्नु	**मूल्य**	**दया**	**अनुग्रह**

हामीले **२ कोरिन्थी ४:११** को पहिलो भागमा हामी शरीरको लेखि मर्‍यो भन्ने बारेमा कुराकानी गर्दै थियौं । तर तापनि कथा त्यही अन्त हुँदैन । शरीरको लेखि मरेर जिउँदा खेरीको के फल फल्छ वा के प्रवाह हुन्छ ? यस पदको अन्तिम भागमा केन्द्रित हुँदै फेरि पढ्नुहोस् ।

"किनकी हामी जीवित छँदा पनि येशूको खातिर सधै मृत्युको (हाम्रो शरीरको) मुखैमा परिबस्छौं, यस हेतुले कि येशूको जीवन (खीष्टको जस्तो मन वा विचार) हाम्रा मरणशील शरीरमा प्रकटित होस् ।" **२ कोरिन्थी ४:११** (कोष्ठको थप जोड)

यहाँ पावलले भनिरहेको कुरा यो हो कि जसै तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमती शरीरको लेखि मर्दै जिउनुहुन्छ, पवित्र आत्माले तपाईको शारीरिक व्यवहारहरुको ठाउँमा वा सट्टामा उहाँको जीवनले (खीष्टको जस्तो मन वा विचारले) भरिदिनु हुन्छ । उदाहरणको लागि, जसै तपाईले निरन्तर रुपमा खीष्टको प्रेमलाई लिनुहुन्छ, तब तपाईले खीष्टको प्रेमको मनद्धार थाल्नुहुनेछ ।

तपाईको शारीरिक व्यवहारहरुको सट्टामा खीष्टको जस्तै मनलाई भरिनको लागि कस्तो विश्वासको कदम चाल्न पर्ला ?

विश्वासको कदम :"मैले मेरो श्रीमान् वा श्रीमतीलाई स्वीकार गर्न सकेको छैन । मेरो शारीरिक अस्वीकारको सट्टामा तपाईको स्वीकारको मनले भरिदिनुहोस् भनी म तपाईमा भरोसा गर्दैछु । तपाईले मलाई स्वीकार गर्नुभएको छ भन्ने कुरामा मैले विश्वास गरेमा अब कसैले पनि मलाई इन्कार वा अस्वीकार गर्न सक्दैनन् भन्ने कुरामा मलाई विश्वास दिलाउनुहोस् ।"

आफूलाई मृत्युमा पुर्‍याउनको लागि प्रभुलाई अनुमति दिनुहोस्
किनकी मृत्युको (शरीरको) अर्को पट्टि उहाँको

मनन गर्नुहोस् : खीष्टको जस्तै धैर्यताको, स्वीकार वा निस्वार्थपनको मन वा प्रवृतिद्धार जिउँदा खेरी कस्तो देखिन्छ होला, यस माथि मनन् गर्नुहोस् ।

परमेश्वरसँग वातचीत :माथि उल्लेखित शारीरिक व्यवहारहरुको सूची मध्येबाट तपाईको एउटा शारीरिक व्यवहारको सट्टामा खीष्टको मन वा प्रवृतिले भरिदिनुहोस् भनी पुकारा गर्न थाल्नुहोस् ।

आत्माद्वार जिउँदा र शरीरद्वार जिउँदा

खीष्टको जीवनद्वार र आत्माको शक्तिद्वार जिउँदा

→ परिमाण →

शरीरमाथि नियन्त्रण खीष्टको जस्तो मन वा प्रवृतिको विकास

आत्मा

शरीर

प्राणको पीडा

इन्कारको चक्र

श्रीमान् वा श्रीमतीलाई समस्याको रुपमा ठान्ने

समस्याहरुलाई सामना गर्ने

शरीरद्धार जिउँदा → परिमाण

शारीरिक व्यवहारलाई निर्मूल पार्नको लागि परमेश्वरसँग वातचीत गर्ने वा भेट्ने व्यवहारिक आवेदन

सत्य : खीष्टमा विश्वासको कदम चाल्नले तपाईको शारीरिक व्यवहारलाई ईश्वरीय व्यवहारमा बदल्छ ।

उदाहरण १ : मानौं, तपाईमा तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीलाई दबाउने शारीरिक व्यवहार वा बानी छ । त्यो बानी वा व्यवहारलाई निर्मूल पार्नको निम्ति परमेश्वरको शक्तिलाई ल्याउनको लागि कस्तो कदमहरु चाल्नुपर्ला ?

विश्वासको कदम : “मेरो दबाउने वा नियन्त्रण गर्ने व्यवहारले वैवाहिक जीवनमा मृत्यु ल्याइरहेको छ भन्ने कुरा प्रकट गरिदिनुहोस् । मलाई त्यो स्थान वा अवस्थामा लानुहोस् जहाँ दबाउने वा नियन्त्रण गर्ने ईच्छा प्रति म मर्न ईच्छुक हुन्छु ।

उदाहरण २ : मानौ, तपाईमा आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीलाई आलोचना गर्ने शारीरिक व्यवहार छ ।

विश्वासको कदम : प्रभु, जब म मेरो श्रीमान् वा श्रीमतीप्रति आलोचक हुन्छु, त्यो बेलामा यस आलोचनाले निम्त्याइरहेको मृत्युलाई प्रकट गराईदिनुहोस् ।

चौथौ दिन

उदाहरण ३ : मानौ, तपाईलाई आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीले अस्वीकार वा इन्कार गरिरहेको छ ।

सत्य : यदि त्यो अस्वीकारको समस्या खीष्टमा पूरा भएको चाहनुहुन्छ भने, तपाईले आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीबाट उक्त अस्वीकारको जिम्मा वा स्वामित्व तपाईले लिनुहुँदैन अर्थात् तपाई आफैले समस्या समाधान गर्न खोज्नु हुँदैन । यो सत्यलाई देखाउने तलको चित्रलाई हेर्नुहोस् ।

अस्वीकार वा इन्कारको जिम्मा आफैले नलिनु

श्रीमान् वा श्रीमती

❖ १ ले *श्रीमान् वा श्रीमती*

❖ २

इन्कार →

स
त
य

श्रीमान् वा श्रीमती

❖

ले उक्त अस्वीकार वा

विश्वासको कदम : प्रभु, जब मेरो श्रीमान् वा श्रीमतीले मलाई अस्वीकार गर्छ, त्यति खेरा तपाईमा म पूर्णरुपमा स्वीकारिएको छु, र उक्त अस्वीकार वा इन्कारको जिम्मा मैले लिनुपर्दैन भन्ने सत्यता मलाई याद गराईदिनुहोस् ।

विश्वासको कदम : "प्रभु, तपाईमा म पूर्ण रुपमा स्वीकारिएको छ र मैले मेरो श्रीमान् वा श्रीमतीबाटको अस्वीकारको स्वामित्व मैले लिनु पर्दैन र मैले पनि उसलाई अस्वीकार गर्नुपर्दैन भन्ने कुरा विश्वस्त दिलाउनुहोस् । मलाई मेरो श्रीमान् वा श्रीमतीको लागि शर्तरहित प्रेम दिनुहोस् ।

तपाईको शारीरिक व्यवहारहरुलाई सुल्झाउनको लागि परमेश्वरको खोजी गर्ने सम्बन्धमा सम्झनुपर्ने केही मुख्य बुँदाहरु

१. तपाईको शरीरको कुनै व्यवहार नराम्रो व्यवहारहरु अरु भन्दा पनि बलियो वा प्रबल हुन्छ । र ती बलियो भएर रहेको नराम्रो व्यवहारहरु परिवर्तन हुनको लागि पनि लामो समय लाग्न सक्छ ।

२. तपाईको विश्वासको हिँडाईको शुरुको दिनहरुमा तपाई धेरै पटक ती शारीरिक चालचलन वा व्यवहारहरुमा फर्कनुहुनेछ जब-जब तपाईले ती कुराहरु व्यवहारहरु डोऱ्याउनु हुन्छ, त्यति खेरा तपाईले ती पापहरु परमेश्वरमा स्वीकार गर्नुहोस्, पश्चताप गर्नुहोस् र उक्त शारीरिक चालचलनहरु परिवर्तन गर्नुहोस् भनी निरन्तर परमेश्वरको खोजी गर्नुहोस् ।

३. याद गर्नुहोस् कि तपाईको चुक्ने ठाउँ भनेको चाहिँ तपाईको शरीर हो । जब तपाई परमेश्वरमा निर्भर भएर हिँड्नुहुन्न, तब तपाई आफसेअफ फेरि शरीरमा फर्कनुहुन्छ ।

४. तपाई आफ्नो शरीरप्रति मरेर हिँड्नु सहायता गर्नको लागि निरन्तर रुपमा तपाईको मृत्यु भएको कुरा देखाउनलाई परमेश्वर विश्वासयोग्य हुनुहुन्छ ।

५. तपाईको शरीरको अवरोध कमी हुँदै जानु भन्दा अगाडि तपाईले विश्वासको धेरै कदमहरु उठाउनुपर्ने हुन सक्छ ।

६. तपाईले अनुभव गर्न चाहनु भएको खीष्टको जस्तो मन वा चरित्रको अनुभव गर्नु भन्दा अगाडि तपाईले केही समय विश्वास गरिरहनु पर्ने हुन्छ ।

<u>**परमेश्वरसँग वातचीत :**</u>परमेश्वरले तपाईको शारीरिक व्यवहारहरु परिवर्तन गर्नको लागि विश्वासको कदमहरु चाल्न शुरु गर्नुहोस् ।

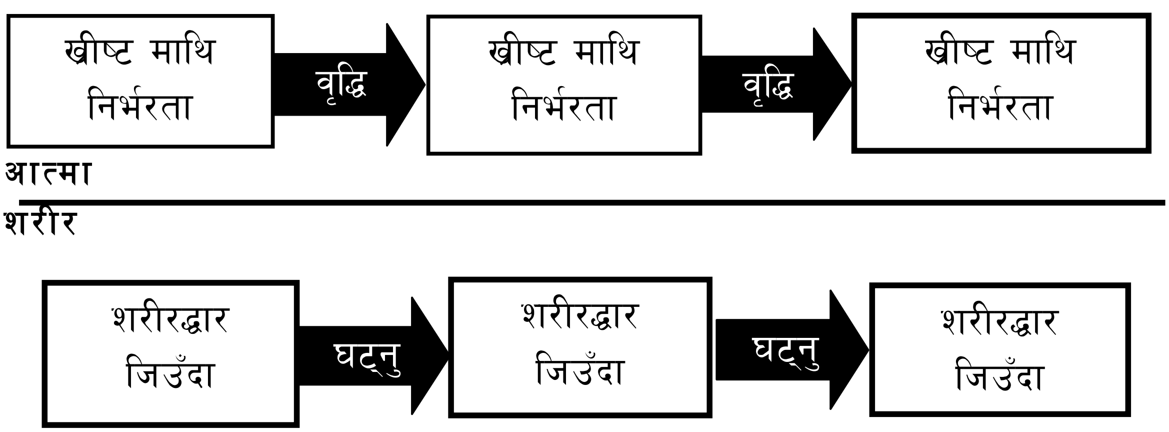
शरीर अर्थात् शारीरिक व्यवहारबाट खीष्टको जस्तो रुपमा बद्लिनु वा बढ्नु

तल विश्वासको हिडाईलाई अर्को तरिकाले देखाइएको छ । जसै तपाईले विश्वासको कदमहरु चाल्नुहुन्छ, तब तपाईले आफैलाई शारीरिक व्यवहारहरु छोडेर तपाई भित्र आत्माले उत्पन्न गराई रहेको खीष्टको जस्तो गुणद्धार जिउन थालेको कुरा पत्ता लगाउनु हुनेछ ।

खीष्टमा अझ बढ्ता निर्भरताको अनुभव

तलको उदाहरणमा, विश्वासमा हिडदै जाँदा खीष्ट माथिको निर्भरता बढ्दै गएको र शारीरिक उडन्त सुंगुरको खोरमा लडीबडी गर्ने इच्छा घट्दै गएको कुरा तपाईले देख्नु हुनेछ ।

विश्वासद्धार हिड्दा खीष्ट माथि अझ बढ्ता निर्भरता



हामी केन्द्रित विवाहका पाँच वटा मुख्य अवरोधहरु

अब हामी जान्दछौं कि सारा वैवाहिक समस्याहरुको स्रोत चाहिँ शरीर हो । अब कसरी शरीरले मुख्य पाँच वटा अवरोधको रुपमा खीष्ट केन्द्रित विवाहमा प्रकट हुन्छ भन्ने हेरौं ।

१. परमेश्वरद्धार दिएका अपूरो खाँचोहरु

२. शारीरिक अधिकारहरु

३. अपूरो अवास्तविक/वास्तविक आपेक्षाहरु

४. अक्षमाशील/अपश्चतापी

५. आफ्नो र आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीलाई खाँचोको रुपमा नचिन्नु ।

हामी यी अवरोधहरु सम्बन्धमा यी कामहरु गर्नेछौं :

- **यी अवरोधहरु सम्बन्धित झूठा कुराहरुलाई प्रकट गराउनेछौं ।**
- **यी अवरोधहरुको सम्बन्धमा परमेश्वरको सत्यहरुलाई हेर्नेछौं ।**
- **तपाईलाई झूठबाट सत्यतिर डोऱ्याउन परमेश्वरलाई निम्त्याउनको लागि व्यवहारिक अभ्यास गराउने छौं ।**

अवरोध १ -परमेश्वरद्धार सृजित अपूरो खाँचोहरु

परमेश्वरले तपाईमा र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीमा उल्लेखित खाँचोहरु राखिदिनु भएको छ :

शर्तरहित प्रेम
शर्तरहित स्वीकार
आदर
मूल्य मान्यता
सुरक्षा

तपाईको खाँचोहरुको सम्बन्धमा चाख लाग्दो कुरा चाहिँ यो हो कि परमेश्वरले तपाईलाई त्यस्तो प्रकारले बनाउनु भएको छ कि ती खाँचोहरु पूरा गरेको हुनुपर्छ । (तपाईले माथि उल्लेखित खाँचोहरुलाई हेर्नुहोस् कि के ती खाँचोहरु मध्ये कुनै खाँचो चाहिँ पूरा गर्नु आवश्यक छैन र ?) ती खाँचोहरु एक अभिन्न अंग नै भएको कारणले ती खाँचोहरु पूरा गर्नको लागि प्रयास गर्नुपर्छ, यस बाहेक कुनै विकल्प नै छैन ।

याद गर्नुहोस् कि आदम र हव्वा पतित् हुनुभन्दा अगाडि उनीहरुको खाँचोहरु परमेश्वरबाट नै पूरा हुन्थ्यो । उनीहरुको सबै खाँचोहरु पूरा गर्ने स्रोत उहाँ नै हुनुहुन्थ्यो । परमेश्वरलाई आफ्नो स्रोत नबनाएसम्म चाहिँ तपाई परमेश्वरबाट अलग भएर आफैले आफ्ना खाँचोहरु पूरा गर्ने प्रयास गरेको गरेकै हुन्छ अर्थात् पूरा हुँदैन । हाम्रा खाँचोहरु पूरा गर्नको लागि सर्वप्रथम हामी हाम्रा श्रीमान् वा श्रीमती कहाँ जान्छौं ।

क. पूरा नभएका खाँचोहरुको सम्बन्धमा झूठो कुरा

झूठो कुरा

तपाईमा परमेश्वरद्धार राखिदिनु भएका खाँचोहरु श्रीमान् वा श्रीमतीद्धार वा अरु कसैबाट वा अरु कुराद्धार पूरा गर्न सकिन्छ भन्नु

जब हामीले विवाह गऱ्यो त्यति खेरा मेरी श्रीमती पेगीले मलाई शर्तरहित प्रेम गर्लन् भन्ने मैले आपेक्षा गरेको थियो । तर विवाह गरेको तेस्रो दिनमा म उनी देखि निराशित भए, मैले उनका प्रेम रीसमा परिणत भएको देखे । तिनले मलाई शर्तरहित प्रेम गर्न सक्दैन भन्ने कुरा मैले चाँडै नै महशुस गर्न सकेँ ।

शर्तरहित स्वीकारको सम्बन्धमा पनि त्यस्तै हो । हामी सबैले शर्तरहित रुपमा एक अर्कालाई स्वीकार गर्नुपर्ने हो । तर जब हाम्रो श्रीमान् वा श्रीमतीले एक अर्कालाई चोट पुऱ्याउँछ, त्यो बेलामा हामीले एक अर्कालाई स्वीकार गर्नुको सट्टामा इन्कार गर्छौं ।

जब हामी वैवाहिक जीवनमा प्रवेश गर्छौं, तब हामी आफैले परमेश्वरले हामीमा राखिदिनु भएका खाँचोहरुलाई पनि पूरा गर्ने र गराउने प्रयास गर्छौं ।

- **शर्तरहित पेम** : बाबा आमाबाट, परिवार, साथीहरु, अरु पुरुष वा स्त्रीबाट
- **शर्तरहित स्वीकार** : साथीहरुबाट, संगी मण्डलीको सदस्यहरुबाट, सहकर्मीहरुबाट, अरु पुरुष वा स्त्रीबाट
- **मूल्य/योग्यपन** : जागिरबाट, आर्थिक सम्पन्नताद्धार, वा अरु स्त्री वा पुरुषको लागि गरेको सेवाद्धार
- **आदर** : जागिरबाट, उपलब्धीद्धार, सहकर्मीद्धार, मालिकद्धार, साथीहरुद्धार, अरु स्त्री र पुरुषद्धार
- **सुरक्षा** : आर्थिक कुराद्धार, अवकाश प्राप्त गरेर। जागिरद्धार, अरु स्त्री वा पुरुषद्धार

तपाईले आफ्ना खाँचोहरु तपाईको श्रीमान् वा श्रीमती वा अरु कोहीद्धार वा अरु कुनै थोकद्धार पूरा गराउन खोज्दा खेरी देखा पर्न सक्ने शारीरिक व्यवहारहरु यहाँ उल्लेख गरिएको छ :

- **रीस**
- **अरुसँग सम्बन्ध**
- **इन्कार**
- **सम्बन्ध विच्छेद**
- **निराश**

मलाई लाग्छ कि धेरै जसो समय आफ्ना खाँचोहरु श्रीमान् वा श्रीमतीद्धार पूरा नहुँदा खेरी विवाहमा थप समस्याहरु सिर्जना हुन्छ वा वैवाहिक सम्बन्ध विच्छेद बिग्रन्छ । हाम्रा ती खाँचोहरु त पूरा हुनैपर्छ तर हाम्रो आफ्नै श्रीमान् वा श्रीमतीद्धार ती खाँचोहरु पूरा नभएपछि अरु कसैद्धार नै ती खाँचोहरु पूरा गराउनको लागि हामी परिक्षित हुन्छौं । यदि तपाईलाई व्यभिचार गर्नको लागि परीक्षा भएको छ भने तपाईले यहाँ केही कुरा बुझ्नैपर्छ । तपाईले अरु व्यक्तिलाई खोज्नुको कारण चाहिँ तपाईको श्रीमतीले पूरा गर्न नसकेको खाँचो अरुले पूरा गर्न सक्छ भन्ने भ्रमको कारणले हो ।

तापनि, सम्बन्ध भने पछि केवल अरु व्यक्तिहरुसँग सम्बन्ध राख्नु भन्ने मात्र होइन । यसको अर्थ चाहिँ यो हो कि हाम्रो खाँचोहरु पूरा नभए हामी कहाँ जान्छौं वा के गर्छौं भन्ने हो जस्तै, अश्लील चित्रहरु हेर्नु, खानु, पिउनु, काम, किनमेल इत्यादि ।

प्रश्न : जब तल उल्लेखित खाँचोहरु पूरा हुँदैन तब त्यसले तपाईमा के कस्ता शारीरिक व्यवहार ल्याउँछ ?

शर्तरहित प्रेम...

शर्तरहित स्वीकार...

आदर...

मूल्य/मान्यता..

सुरक्षा...

ख. परमेश्वरद्धार सृजित खाँचोहरुको बारेमा सत्यता

तपाईमा परमेश्वरले राखिदिनुभएका खाँचोहरुको सम्बन्धमा मुख्य सत्यता :

सत्य १

तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीमा परमेश्वरले राखिदिनु भएका खाँचोहरु केवल ख्रीष्टमा मात्र पूरा हुन सक्छ ।

हामी **फिलिप्पी ४:१९** मा देख्छौं :

“परमेश्वरले तिमीहरुका खाँचोहरु उहाँको महिमित सम्पत्ति अनुसार खीष्ट येशूमा पूरा गर्नुहुनेछ ।”(आफैलाई जोड)

यस पदले हामीमा परमेश्वरले राखिदिनुभएको समस्याहरु खीष्टमा मात्र पूरा हुन्छ भनेर भनिरहेको छ । “खीष्टमा” को अर्थ चाहिँ केवल खीष्टले मात्र शर्तरहित प्रेम, शर्तरहित, स्वीकार, आदर, मूल्य/मान्यता र सुरक्षा प्रदान गर्न सक्नुहुन्छ भन्नु हो । जसै तपाईले यी खाँचोहरु पूरा गर्नको लागि खीष्टको खोजी गर्नुहुन्छ, त्यस पश्चात तपाईले कहिल्यै पनि ती खाँचोहरु पूरा गर्नको लागि आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीलाई हेर्नुहुने छैन । के यस कुराले तपाईलाई छुटकारा दिएको जस्तो लाग्छ ?

सत्य २

यसैकारण, यदि खीष्ट नै तपाईको खाँचो पूरा गर्ने व्यक्ति हुनुहन्छ, अब उसो आफ्ना खाँचोहरु पूरा गर्ने कार्यको (लेनदेनको) लागि

शुभखबर !तपाईको आफ्नो खाँचो पूर्तिको लागि श्रीमान् वा श्रीमतीसँग झुन्डिराख्नु पर्दैन । तपाईको खाँचोको परिपूर्ति खीष्ट आफैबाट आउँछ ।

केही शारीरिक र यौन खाँचोहरु छन् जुन हामीले हाम्रा श्रीमान् वा श्रीमतीबाट पूरा गर्नुपर्छ । तर परमेश्वरले हामीमा राखिदिनुभएका खाँचोहरु पूरा गर्नको लागि हामीले खीष्टको खोजी गर्नुपर्छ । केही क्षण यसको बारेमा सोच्नुहोस् । यदि तपाईका खाँचोहरु साँच्चै खीष्टमा पूरा भइरहेको छ भने अब उप्रान्त तपाई “लिने” व्यक्ति भइरहनु पर्दैन तर तपाई “दिने” व्यक्ति बन्न सक्नुहुन्छ । मेरो मतलब चाहिँ तपाई दिने व्यक्ति बन्नुहुन्छ ।

दिने व्यक्ति हुनुको मतलब चाहिँ तपाईद्धार भएर तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीको खाँचोहरु पूरा गर्नको लागि खीष्टसँग सहभागी हुनु हो ।

“सहभागी” वा भाग लिनु भन्ने शब्द चाहिँ नयाँ शब्द हो र यो शब्दलाई यहाँनिर नै व्याख्या गर्नु मलाई उपयुक्त लाग्यो । “सहभागी” भन्ने शब्द निर्भरताका् अर्को शब्द हो । विश्वासद्धार खीष्टसँग सहभागी भएर, उहाँले आफ्नो जीवन तपाईमा र तपाईद्धार खन्याउनुहुन्छ । यस बारेमा सोच्नुहोस् । यदि खीष्ट नै तपाईको खाँचोहरु पूरा गर्ने स्रोत हुनुहुन्छ भने, तपाईद्धार भएर तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीको खाँचोहरु पूरा गर्नलाई तपाई खीष्टसँग सहभागी हुनसक्नु हुन्छ ।

यो तपाईको लागि नयाँ धारण हुनसक्छ । त्यसैले यसलाई वर्णन गर्नको लागि म केही उदाहरणहरु दिन चाहन्छु ।

उदाहरण १: यदि परमेश्वरले तपाईको शर्तरहित प्रेमको खाँचोलाई पूरा गरिरहनुभएको छ भने, अब उप्रान्त तपाईले आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीबाट शर्तरहित प्रेम लिने प्रयास गर्नु पर्दैन । बरु परमेश्वरलाई तपाईद्धार आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीलाई शर्तरहित प्रेम गर्न दिएर तपाई शर्तरहित प्रेम दिने व्यक्ति बन्न सक्नुहुन्छ ।

उदाहरण २ : यदि तपाईको शर्तरहित स्वीकारको खाँचो परमेश्वरबाट पूरा भइरहेको छ भने, तपाईले परमेश्वरलाई तपाईद्धार भएर तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीलाई शर्तरहित रुपमा स्वीकार गर्न दिएर तपाई शर्तरहित स्वीकार दिने व्यक्ति बन्न सक्नुहुन्छ ।

व्यवहारिक प्रयोगको भागमा, परमेश्वरले तपाईद्धार कसरी तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीको खाँचो पूरा गर्नुहुन्छ भन्ने कुराको म केही उदाहरणहरु देखाउने छु ।

मनन गर्नु : परमेश्वरले तपाईको खाँचोलाई मात्र पूरा गर्न चाहनुहुन्न तर उहाँले तपाईद्धार भएर तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीको खाँचो पनि पूरा गर्न चाहनुहुन्छ भन्ने कुरा माथि मनन गर्नुहोस् ।

यदि तपाईलाई अरु व्यक्तिसँग सम्बन्ध गाँस्ने परीक्षा भइरहेको छ भने, याद गर्नुहोस् कि तपाईको खाँचोहरु केवल खीष्टले मात्र पूरा गर्न सक्ने भएको हुनाले, तपाईले सयौं जनासँग सम्बन्ध गाँस्ने वा विवाह गरे पनि तपाईको खाँचोहरु पूरा हुन सक्दैन । यसैकारण यो चाहिँ अरुसँग सम्बन्ध गाँस्न वा दोस्रो विवाह गर्न रोक्ने महत्वपूर्ण सत्य हो ।

यदि परमेश्वरले तपाईमा राखिदिनु भएका खाँचोहरु खीष्टमा नै पूरा गरेनौं भने, ती खाँचो कहिल्यै पूरा हुँदैन ।

मनन : तपाईमा परमेश्वरले राखिदिनु भएका खाँचोहरु तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीद्धार पूरा हुन सक्दैन भन्ने सत्य माथि मनन गर्नुहोस् ।

प्रश्न : तपाईले कुन चाहिँ खाँचोलाई आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीद्धार पूरा गराउने प्रयास गरिरहनु भएको छ ? के ती खाँचोहरु साँच्चै तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीद्धार पूरा भइरहेको छ त ? यदि तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीद्धार ती खाँचोहरु पूरा भइरहेको छैन भने तपाईले अरुको वा केद्धार ती खाँचोहरु पूरा गराउने प्रयास गरिरहनु भएको छ त :

पाँचौ दिन

ङ.परमेश्वरले तपाईमा राखिदिनु भएका खाँचोहरुलाई पूरा गर्न परमेश्वरलाई संलग्न गराउनु

अब हामीले परमेश्वरले तपाईमा राखिदिनु भएका खाँचोहरु पूरा गर्ने स्रोत तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमती होइन तर परमेश्वर हुनुहुन्छ भन्ने कुरा थाहा गरेका छौं । ती खाँचोहरु :

शर्तरहित प्रेम
शर्तरहित स्वीकार
आदर
मूल्य मान्यता
सुरक्षा

परमेश्वरले हामीमा राखिदिनु भएका खाँचोहरुलाई पूरा गर्नको लागि कसरी परमेश्वरलाई संलग्न गराउने भन्ने बारेमा हेरौं ।

१. तपाईका खाँचोहरु पूरा गर्न परमेश्वरलाई संलग्न गराउने उदाहरण

उदाहरण १ :तपाईले आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीबाट शर्तरहित स्वीकार पाउने प्रयास गरिरहनु भएको छ ।

सत्य : शर्तरहित स्वीकारको खाँचो चाहिँ केवल खीष्टमा मात्र पूरा हुन सक्छ । **रोमी १५ : ७** ले भन्छ, "यसकारण परमेश्वरको महिमाको निम्ति खीष्टले तिमीहरुलाई ग्रहण गर्नुभए बमोजिम तिमीहरुले पनि एउटा अर्कालाई ग्रहण गर ।" **रोमी १५ : ७**

विश्वासको कदम : सत्य यो हो कि, प्रभु मेरो श्रीमान् वा श्रीमतीले मलाई शर्तरहित रुपमा स्वीकार गर्न सक्दैन । तपाईले मात्र मलाई शर्तरहित रुपमा स्वीकार गर्न सक्नुहुन्छ भन्ने सत्यलाई निरन्तर रुपमा मलाई सम्झाउनुहोस् र मेरो मनलाई पूर्ण नयाँ पार्नुहोस् ।"

मुख्य बुँदा : यदि तपाईलाई खीष्टमा पूर्ण रुपमा स्वीकार गरिएको छ भने, अब के तपाईलाई आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीबाटको अस्वीकारको स्वामित्व तपाई आफैले लिनुपर्छ र ? जवाफ हो पर्दैन ।

विश्वासको कदम : प्रभु, तपाईले मलाई शर्तरहित रुपमा स्वीकार गर्नुभएको हुनाले अब उप्रान्त मेरो श्रीमान् वा श्रीमतीबाटको अस्वीकारको स्वामित्व मैले लिनु पर्दैन कुरा मलाई गहिरो रुपमा प्रकाश पार्नुहोस् ।

उदाहरण २ : तपाईले सोचे वा चाहे अनुसार तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीद्धार तपाईलाई आदर गरिरहेको छैन ।

विश्वासको कदम : मेरो श्रीमान् वा श्रीमतीद्धार मलाई आदर नगरे पनि प्रभु तपाई नै मेरो आदरको स्रोत हुनुहुन्छ भन्ने कुरा मलाई विश्वास दिलाउनुहोस् । मेरो श्रीमान् वा श्रीमतीले मलाई आदर नगरे तापनि ऊ/तिनलाई शर्तरहित रुपमा प्रेम गर्न मलाई तपाईले शर्तरहित प्रेम दिनुहोस् ।

२. तपाईले आफ्ना खाँचोहरु आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीद्धार पूरा गर्ने प्रयास गर्ने बेलामा कसरी तपाईको शारीरिक व्यवहारलाई निर्मूल गर्न परमेश्वरलाई संलग्न गराउने भन्ने उदाहरणहरु

उदाहरण १ : जब तपाईले आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीबाटको अस्वीकार वा इन्कारलाई तपाई आफैले स्वामित्व लिनुहुन्छ । तपाईले पनि इन्कार वा अस्वीकार गर्नुहुन्छ ।

विश्वासको कदम : प्रभु मैले मेरो श्रीमान् वा श्रीमतीलाई अस्वीकार गर्ने पापमय व्यवहारलाई म स्वीकार गर्छु । मेरो स्वीकार चाहिँ तपाईबाट आएको कारणले मलाई कसैले अस्वीकार गर्न सक्दैन भन्ने कुरा विश्वास दिलाई दिनुहोस् ।

उदाहरण २ :मानौं तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीद्धार तपाईको खाँचो पूरा भइरहेको छैन र तपाई अरु पुरुष वा स्त्रीसँग सम्बन्ध राख्नको लागि तपाई परीक्षा भइरहेको छ ।

सत्य :ख्रीष्ट बाहेक तपाईको खाँचो पूरा गर्न सक्ने अरु कोही छैन, **फिलिप्पी ४:१९** ।

विश्वासको कदम : प्रभु, म यो अरुसँग सम्बन्ध गाँस्ने परीक्षालाई इन्कार गर्नको लागि तपाईको शक्तिमा भरोसा गर्दैछु । तपाई बाहेक अरु कसैले वा अरु कुनै थोकले मेरा खाँचोहरु पूरा गर्न सक्दैन भन्ने सत्य कुराद्धार मेरो मनलाई पूर्ण नयाँ पार्नुहोस् ।

३. तपाईद्धार भएर तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीको खाँचो पूरा गर्नको लागि परमेश्वरको खोजी गर्नु

उदाहरण १ : तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीले तपाईलाई शर्तरहित रुपमा प्रेम गरिरहेको छैन ।

विश्वासको कदम : प्रभु, म मेरो श्रीमान् वा श्रीमतीलाई शर्तरहित प्रेम गर्न सक्दिन । तपाईले मद्धार भएर मेरो श्रीमान् वा श्रीमतीलाई शर्तरहित प्रेमले प्रेम गर्नुहोस् भनी तपाईसँग म पुकारा गर्दछु ।

उदाहरण २ : तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीले तपाईलाई अस्वीकार गरिरहेको छ ।

विश्वासको कदम : प्रभु, यद्यपि मेरो श्रीमान् वा श्रीमतीले मलाई अस्वीकार गरिरहेको भएतापनि , तपाईले मद्धार भएर ऊ/तिनलाई शर्तरहित रुपमा स्वीकार गर्नुहुन्छ भनी म तपाईमा भरोसा गर्दैछु ।

अभ्यास : माथिको उदाहरणहरु अनुसार तपाईमा परमेश्वरले राखिदिनु भएका खाँचोहरुमा कसरी विश्वासको कदम चाल्ने भन्ने बारेमा लेख्नुहोस् ।

परमेश्वरसँग वातचीत : आफ्ना खाँचोहरु आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीद्धार पूरा गर्ने प्रयास गर्नुको सट्टा परमेश्वरद्धार पूरा गर्नको लागि विश्वासको कदम चाल्नुहोस् ।

ग. तपाईको अपूरो खाँचोहरु पूरा गर्न परमेश्वरको खोजी गर्ने सम्बन्धमा सम्झनुपर्ने मुख्य बुँदाहरु

१. जसै तपाई आफ्ना खाँचोहरु पूरा गर्नको लागि परमेश्वरको खोजी गर्नुहुन्छ, तब तपाईले परमेश्वरको स्वीकार, शर्तरहित प्रेम, सुरक्षा इत्यादि अनुभव गर्नु भन्दा धेरै विश्वासका कदमहरु चाल्नु पर्ने हुनसक्छ ।

२. शुरु-शुरुमा त तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीद्धार तपाईका खाँचो पूरा नगर्दा खेरी तपाई फेरि शारीरिक व्यवहारहरुमा फर्किनु हुनेछ ।

३. जब तपाईले त्यसो गर्नुहुन्छ, तब तपाईले आफ्ना शारीरिक व्यवहारहरुलाई स्वीकार गर्नुहोस् र परमेश्वरले मात्र तपाईको खाँचोहरु पूरा गर्न सक्नुहुन्छ भन्ने कुरा विश्वास दिलाउनुहोस् भनी परमेश्वरसँग पुकारा गर्नुहोस् ।

४. जसै तपाईले आफ्ना खाँचोहरु पूरा गर्न परमेश्वरलाई स्रोतको रुपमा लिनुहुन्छ, तब तपाई लिने व्यक्तिबाट दिने व्यक्तिमा परिवर्तन भइरहेको कुरामा सचेत वा थाहा गर्न सहायता गर्नुहोस् भनी उहाँसँग पुकारा गर्नुहोस् ।

घ. तपाईको छनोट र छनौटको परिणाम

छनौट : तपाईका खाँचोहरु खीष्टले मात्र पूरा गर्नुहुन्छ भन्ने सत्यता माथि जिउने वा तपाईका खाँचोहरु आफ्ना श्रीमान् वा श्रीमतीद्धार पूरा हुन्छ भन्ने झुठा र त्यसैमा जिइरहने भन्ने कुरा तपाईले छनौट गर्नुपर्छ । तलको चित्रमा उक्त छनौटहरुको परिणाम देखाएको छ ।

परमेश्वरले तपाईमा राखिदिनुभएका खाँचोहरुको सम्बन्धमा झुठ र सत्य कुरा

खीष्टले मात्र उक्त खाँचोहरु पूरा गर्न ________

परिणाम

तपाईका खाँचोहरु साँच्चै पूरा हुन्छ र तपाई “दिने”

सत्य

झूठ

तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीद्धार तपाईका

परिणाम

तपाई सधै “लिने” व्यक्ति भइरहनु हुन्छ । तपाईका खाँचोहरु अरुद्धार वा अरु थोकद्धार पूरा गराउन खोज्दा निराश. बन्द

प्रश्न : तपाई कुन अनुसार जिउँदै आउनुभएको छ ?

रेखा माथिको सत्यतामा जिउँदै आउनुभएको छ कि रेखा मूनिको झूठमा जिउँदै आउनुभएको छ ? यदि तपाई रेखा मूनिको झूठो कुरामा जिउँदै आउनुभएको छ भने, केवल उहाँले मात्र ती खाँचोहरु पूरा गर्न सक्नुहुन्छ भन्ने सत्य कुरामा विश्वास गर्नको लागि उहाँको खोजी गर्न थाल्नुहोस् ।

सरांश

यस पाठको तपाईलाई शरीरका विभिन्न पक्षहरु देख्नमा र परमेश्वरले तपाईमा राखिदिनुभएका खाँचोहरु केवल खीष्टमा मात्र पूरा हुन सक्छ भन्ने सत्य कुरा देख्नमा सहायता पुऱ्याएको छ भनी म आशा गर्दछु ।

यदि तपाईको विवाह समस्याहरु छ भने : के तपाईले आफ्ना खाँचोहरु आफ्नो श्रीमान श्रीमतीद्धार पूरा गराउने प्रयास गर्दै आउनुभएको छ ? यसो हो भने, तपाईको विवाहमा समस्या आउनुको मुख्य कारण यही नै हो । यसैकारण, ती परमेश्वरले तपाईमा राखिदिनुभएका खाँचोहरु तपाईको श्रीमती वा अझ अरु कोहीद्धार पूरा गर्न सक्दैन भन्ने कुरा महशुस गर्नु अति महत्वपूर्ण छ । यसैकारण, तपाईका खाँचोहरु खीष्टमा पूरा हुनको लागि विश्वासको कदमहरु चाल्न शुरु गर्नुहोस् ।

शारीरिक व्यवहारहरु र सामना गर्ने संयन्त्र

स्व-अवशोषित हुनु (स्व-खपत)
धेरै आत्माविश्लेषक हुनु
आफैलाई विचारा ठान्नु (स्व-दया)
निराशित हुनु
आफैलाई दुःख दिनु
पिडितको/शहिदको भूमिका खेल्नु
दुःखमा ध्यान दिएर अरुको ध्यान र सहनुभूति प्राप्त गर्न खोज्ने अरुको खुशी र सफलतामा डाही हुनु

टाढिनु/आफैलाई अलग गर्नु
चासो नराख्नु अरुबाट
अलग गर्नु/टाढिनु एक्लै
कोठामा बस्नु
अरुसँग कुरा नचाहने
मन-मनै भन्ने

यस्ता कुराहरु प्रयोग गरेर (पीडा, दवान) बाट भाग्ने, उम्किने :
छाडापन, रक्सीको कुलन,
लागु पदार्थ र रक्सी सेवन गरेर,
व्यस्त रहेर, खेलहरु खेलेर,
कम्प्युटरको चित्रहरु हेरेर
टेलिभिजनमा फिल्महरु हेरेर
अश्लील चित्रहरु हेरेर, धेरै सुतेर
धेरै खाएर, धर्म, काम/लक्ष्य, यौन

चिन्तित हुनु (चिन्ता, गनगन) डराउने (आशंकित) हुनु शान्ति र विश्रामको अभाव हुनु पक्षघाती हुनु (केहीचाल नपाउने) धेरै शंकालू हुनु, सकारात्मक रुपमा नदेख्नु, (अन्धकार र निराशको सोचाई) खराब अनुमान गर्नु

यी कुराद्वार मार्गदर्शन खोज्नु :
ज्योतिषीबाट, राशीफलबाट
जोखाना हेर्नेबाट वा तन्त्रमन्त्र गर्नेहरुबाट

स्व-अनुशासित हुनु आफैलाई र अरुलाई पनि कामको आधारमा स्वीकार गर्ने
पूर्णतावादी हुनु, असफल नहोस् भनी कडा परिश्रम गर्ने,
गल्ती भईन्छ कि भनेर डराउने
नियमवाली हुनु : भने अनुसार जिउने बाध्यता ठान्ने (गर्नैपर्छ) आफूप्रति र
अरुप्रति पनि कठोर अति कठोर वा कडा बन्ने,
आफ्नो र अरुको लागि अवास्तविक मापदण्ड बनाउने

यी कुराहरुमा तल्लीन हुने :
उपलब्धीहरुमा इज्जत/पद, भौतिक कुराहरु
प्राप्त गर्नेमा कुरामा, म शारीरिक रुपमा कस्तो देखिन्छ
भन्ने कुरामा, आफ्नो स्वास्थ्यमा, नियम, कानुन तथा कुनै पनि ढाँचाहरुमा

प्रभुत्व जमाउने व्यक्ति हुनु
तानाशाही हुनु (मालिक बन्नु)
यो चाहियो वा त्यो चाहियो भन्ने, (माग गर्ने वा आज्ञा दिने)
नकारात्मक रुपमा नियन्त्रण गर्ने (नियन्त्रण गर्ने)
अरुलाई धम्काउने, अरुको कुरा नसुने

यी कामहरुद्धार नियन्त्रण गर्ने
कालोबजार (धम्कीहरु दिने)
चलाकी गर्नु (दोष, दया, मौनता, चापलुसी इत्यादिद्धार)
ईश्वर निन्दा (शपथ खाएर)
निष्क्रियाता नखानु
भलाई र दयालुपनको कमी हुनु
समझशक्ति, दया, प्रेम, रक्षात्मक हुनु

स्व-धर्मी बन्नु (आफैलाई ठीक साबित गर्नु)
बहानाहरु बनाउनु (युक्तिसंगत बनाउनु) आफ्ना गल्तीहरुलाई ढाकछोप गर्नु
आफ्नो कुरा ठीक साबित गर्नु
आफूले त गल्ती नै गरेको छैन भनी ठान्नु
अरु कसैलाई दोष्याउने वा अरु थोकलाई समस्या ठान्नु
समस्या वा असफलताको जिम्मा नलिनु

आफ्नो गल्ती स्वीकार्न क्षमा माग्न
सहायता माग्न- धन्यवाद दिन गाह्रो मान्ने
आफू ठूलो हुँ भन्ने स्वभाव हुनु
"मलाई थाहा वा मेरो तरिक ठीक छ भन्नु

आलोचक हुनु (न्याय गर्ने)
अरुको गल्ती खोज्ने, म मेरा वरिपरि भएका सबै थोक ठीक छ भन्नु, पक्षघाती हुनु (सहन नसक्ने) धेरै
गुनासो गर्ने (जति राम्रो गरे पनि ठीक नदेख्ने)

आफैमा भरोसा गर्ने (स्व-निर्धक्कता)
परमेश्वर र अरु माथि भर पर्नुको सट्टा आफैमा भर पर्नु, घमण्डी हुनु हठी , अहंकारपूर्ण हुनु (अहंकारका व्यवहार गर्नु)
आफ्नै प्रशंसा गर्नु, सेखीवाला हुनु (फोस्रो)

असंवेदनशील हुनु, वास्ता नगर्नु
सहनुभूति नदेखाउनु, भावशून्य हुनु

आत्मसन्तुष्ट हुनु
यसो भन्नु, ठीकै छ वा केही छैन ।"

निराशवादी हुनु (नकारात्मक)निर्धक्कता र आशाको कमी हुनु शंकालू हुनु, आफैमाथि अरु माथि र परमेश्वरमाथि, मण्डलीमाथि वा सरकारमाथि भरोसा नगर्नु, खराब आपेक्षा गर्नु, कहिल्यै पनि आफूसित र अरुसित प्रसन्न नहुनु, कहिल्यै सन्तुष्टी नहुनु

शत्रुता बन्नु
मित्रवन नहुनु, व्यंग्यात्मक हुनु, निन्दा गर्ने हुनु
घृण गर्नु, निदर्यी हुनु, चाँडो रिसाउने, छिटो बद्‌ला लिने, शारीरिक रुपमा अपमान गर्ने, शाब्दिक रुपमा अपमान गर्ने, तोडफोड गर्ने

तीतोपन राख्ने (ईख राख्ने)
स्थिति अनुसार मन बद्‌ली भएर व्यवहार गर्ने, तीतोपन राख्ने, क्षमा नदिने, मनमा चोट राखिराख्ने, बदला लिन खोज्ने, अरु असफल होस् र अरुलाई चोट पुगोस् भनी चाहना गर्ने, आफैलाई र अरुलाई पनि सजाय दिने

अनुचित लडाई निन्दनीय हुनु, परिस्थितिलाई गलत प्रकारले प्रस्तुत गर्नु, अरुको कुरा काट्नु (पछाडि कुरा काट्नु) साँचो कुरालाई लुकाउन ठट्टा गर्नु, कुराहरु बिसर्नु, सञ्चार गर्न इन्कार गर्नु ढिलासुस्ती हुनु (बिलम्ब गर्नु) इत्यादि

आफैलाई निच ठान्नु सधै आफैलाई नै समस्या ठान्नु खाली क्षमा मात्र माग्ने आफैलाई सास्ती दिनु सफलता र खुशीमा असजिलो लाग्ने प्रेम, क्षमा ग्रहण गर्न गाह्रो हुने, आफैलाई क्षमा दिन गाह्रो हुने

अरुहरुलाई चुनौती दिने अधिकारीको विरोध गर्ने सहकार्य नगर्ने (अलचकदार) अरु भनेको नमान्नु (साँघुरो दिमाग) झगडा गर्ने, अरुलाई रीस उठाउने वादविवाद गर्ने, जिद्धीवाला हुनु अव्यवहारिक हुनु

वास्तविकतालाई इन्कार गर्नु समस्यालाई वेवास्ता गर्नु र समस्या आफै हाटिजानेछन् भनी आशा गर्नु कुनै पनि नराम्रो वा खराब कुरालाई इन्कार गर्नु आफूलाई र अरुलाई पनि धोखा दिने आफैलाई र अरुलाई पनि झूठ बोल्ने कुनै पनि कुरालाई बढाईचढाई गर्ने वास्तविक कुरालाई ठाक्न ख्याल ठट्टा गर्ने

देखावटी बन्नु आफ्नो साँचो कुरा र महशुसलाई लुकाउनु केही हुँ भनी बाहना गर्नु जबकि त्यो साँचो होइन, अरुलाई प्रभावित तुल्याउनको लागि बाहिरी रुपमा देखाउने आफूले नजानेको कुरा पनि जानेको झै गर्ने, बाहनाहरु गर्ने, देखावटी हुनु

निष्क्रिय हुनु (अग्रसरताको कमी) सजिलै चुप लागेर बस्ने छोडिदिने) कसरी सोच्नु पर्छ र के गर्नुपर्छ भन्ने

कुरापनि अरुले आएर बताउनु पर्ने आलटाल गरिरहने, अरुले निर्णय गरिदिनु पर्ने, बिलम्ब गर्ने, गैह्रजिम्मेवारी बन्ने, अल्छी हुनु

चिन्तित हुनु
आराम गर्न गाह्रो हुने, बेचैन हुने मैले (केही गर्नैपर्छ भनी सोच्ने) अधैर्य हुनु, सजिलै उत्तेजित हुने भावनात्मक रुपमा पृथक हुनु घनिष्टत नहुनु, आफ्ना विचार र भावनाहरु अभिव्यक्त गर्न गाह्रो हुनु, आफ्ना भावनाहरुलाई दबाई राख्नु :

महशुस अनुसार जिउने
आफूले महशुस गरेकै कुरा साँचो ठान्ने, आलोचनाप्रति बढी संवेदनशील हुने, कुनै पनि व्यक्तिगत रुपमा लिने, बढी भावुक हुने, डर, रीस, शंका र असुरक्षित भावनाद्धार नियन्त्रित हुने, जे पनि यो मेरो लागि भनेको हो भनेर सोच्ने

खुशी पार्ने व्यक्ति हुनु सबैलाई खुशी पार्ने प्रयास गर्ने, बेमेललाई हटाई शान्ति कायम गर्नु, चाहना अनुसार बोल्ने, धेरै आज्ञाकारी हुनु, अधीनतामा रहने, हुन्न भन्न नसक्ने, यसो गर्न हुन्न भन्न नसक्नु, आफ्नो पक्षमा बोल्न नसक्ने, अरुलाई निराशित पार्छ कि भनेर डराउने अरुको कुरा सजिलै पत्याउने

हेरचाहा गर्ने व्यक्ति हुनु
सुरक्षा दिने व्यक्ति बन्नु, अरुको मामिला वा समस्यामा धेरै सहभागी बन्ने, मरिहत्ते गर्ने, धेरै बोल्ने तर कम सुन्ने, अरुको लागि निर्णय गरिदिने, अरुले सल्लाह नमाग्द र नचाहँदा पनि सल्लाह दिने

अति गम्भिर हुने
अति विश्लेषक बन्ने, भावुक नहुने रमाईलो वा ख्याल ठट्टा गर्न नसक्ने, सधै औपचारिक बन्ने र आनन्दको कमी हुनु

पाठ चार

शारीरिक अधिकार, अपूरो आपेक्षाहरु र अक्षमाशील र अपश्चतापी अवरोधहरुलाई हटाउनको लागि परमेश्वरलाई संलग्न गराउने ।

पहिलो दिन

परिचय

हामी यस पाठ खीष्ट केन्द्रित वैवाहिक जीवन अनुभव गर्नबाट बञ्चित गराउने तीनवटा मुख्य अवरोधहरु र यी अवरोधहरुलाई हटाउनको लागि कसरी परमेश्वरलाई संलग्न गराउने भन्ने बारेमा हेर्नेछौं ।

- **अवरोध २- शारीरिक अधिकारहरु**
- **अवरोध ३- अपूरो वास्तविक/अवास्तविक आपेक्षाहरु**
- **अवरोध ४- अक्षमाशील/अपश्चतापी**

अवरोध २-तपाईको शारीरिक “अधिकारहरु”

जब हामी वैवाहिक जीवनका प्रवेश गर्छौं, तब हामीले त्यो कुरालाई सामना गर्नुपर्छ जसलाई म शारीरिक “अधिकारहरु” भनेर भन्छ । यो शारीरिक अधिकारलाई म परिभाषित गर्न चाहन्छु ।

शारीरिक “अधिकारहरु”

विवाहमा, शारीरिक व्यवहारहरु स्व-केन्द्रित हुन्छ र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीप्रति गरिएको पापमय मार्गहरु हुन् जो शरीरद्धार उब्जिएको

जब मानिसहरुलाई उनीहरुको शारीरिक अधिकारहरु के के हुन् भनी सोधिन्छ तब उनीहरुले “मेरो कुनै शारीरिक अधिकारहरु” छैन भनी भन्छन् । सत्य यो हो हामी यस बारेमा सचेत होऔ वा नहोऔ, हामी सबैसँग शारीरिक अधिकारहरु भएकै हुन्छ । किनभने स्वभाविक रुपमा यो शरीरबाट उत्पन्न हुन्छ ।

१. <u>शारीरिक अधिकारको सम्बन्धमा झूठ</u>

झूठ

आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीप्रति शारीरिक अधिकार प्रयोग गर्नु चाहिँ मेरो अधिकार हो भन्नु चाहिँ झूठ हो ।

तल शारीरिक अधिकारका केही उदाहरणहरु दिएको छ :

१. मलाई सम्मान गरिनुपर्छ, यो मेरो अधिकार हो ।

२. मलाई शर्तरहित रुपमा प्रेम गरिनुपर्छ, किनकी यो मेरो अ

३. मैले नियन्त्रण गर्न पाउनु मेरो अधिकार हो ।

४. सही हुन पाउनु मेरो अधिकार हो ।

५. क्षमा नदिनु मेरो अधिकार हो ।

६. मेरो आफ्नै तरिकाले गर्नु मेरो अधिकार हो ।

७. मलाई शर्तरहित प्रकारले स्वीकार गर्नुपर्छ, यो मेरो अधिकार हो ।

८. तपाईलाई सुधार्नु वा परिवर्तन गर्नु मेरो अधिकार हो ।

९. खुशी हुन पाउनु मेरो अधिकार हो ।

१०. जति खेरा पनि यौन सम्बन्ध राख्न पाउनु मेरो अधिकार हो ।

के तपाई कल्पना गर्न सक्नुहुन्छ कि विवाहको प्रतिज्ञा वा करारको सेवाको बेलामा तपाईहरु दुवै एक अर्कातिर फर्केर यसो भन्नुहुन्छ, “म तपाईलाई यी दशवटा अधिकारहरु पढेर सुनाउँछु (माथि उल्लेखित)

हाम्रा जोडीको अधिकारहरु सुनेपछि, हामी कति जनाले हुन्छ वा ठीक छ भन्छौं होला भन्ने कुरामा म छक्क पर्छु ।

तपाई भन्नु होला कि मसँग यी कुनै पनि अधिकारहरु छैन तर जब तपाई सही हुन चाहनुहुन्छ, नियन्त्रण गर्न चाहनुहुन्छ वा कुनै पनि काम आफ्नो तरिकाले गर्न चाहनुहुन्छ तर गर्न पाउनु वा सक्नुहुन्न, त्यो बेलामा अवश्य पनि तपाईले आफ्नो शिर हल्लाउँदै सहमति जनाउनु हुन्छ र त्यो घडीमा तपाईको शरीरले भन्छ, "मसँग गर्ने......अधिकार छ ।

तपाईको शरीर पनि गधा जस्तै हो । ऊ आफैले चाहेको बाटोमा हिड्न चाहन्छ र यो उसको अधिकार पनि हो । तर समस्या यो हो कि यदि अहिल्यै तपाईको विवाहमा सबैले देखिने गरी बाहिरी रुपमा नै समस्या भइरहेको छैन भने, तपाईलाई आफ्नो शारीरिक पहिचान गर्न गाह्रो हुन सक्छ, ती अति सुक्ष्म हुन सक्छ । तर अर्को पाली जब तपाईको श्रीमान् वा श्रीमती झगडा हुन्छ तब त्यो समस्या बाहिरी रुपमा प्रकट हुन्छ ।

अभ्यास : तपाई आफैसँग इमान्दार भइकन माथि उल्लेखित कुन-कुन अधिकारहरु तपाईसँग सम्बन्धित छ (अरु पनि थप) सो लेख्नुहोस् । यदि तपाईका अधिकारहरुलाई पहिचान गर्न तपाईलाई गाह्रो भइरहेको छ भने, पवित्र आत्मालाई देखाई दिनको लागि पवित्र आत्मासँग पुकारा गर्नुहोस् ।

म तपाईलाई मेरो व्यक्तिगत उदाहरण दिन चाहन्छु :

म एउटा शहरमा एउटा मण्डलीमा पाहुना वक्ताको रुपमा प्रचार गर्न गइरहेको थिए । यो मण्डलीमा यो मेरो पहिलो प्रचार थियो र मैले असल कुराको आपेक्षा गरिरहेको थिए किनकी त्यस मण्डलीको पाष्टर मेरो एक मित्र थिएँ । मैले मेरी श्रीमती पेगीलाई पनि मसँग नै लाने सोच गरिरहेको थिएँ ।

तापनि जुन दिन हामी त्यो मण्डलीमा प्रचार गर्न जानुपर्ने थियो त्यो दिन पेगीलाई सञ्चो भएन । तिनलाई आरामको खाँचो थियो, तर तिनलाई घरमै छोड्नुको सट्टा मैले तिनलाई मसँग जानको लागि जोड गरे । पेगी पनि मसँगै जानुर्छ भनेर मेरो शरीरले तर्क गरिरहेको थियो । त्यति खेराको आवश्यकता मेरो शारीरिक अधिकारको रुपमा बदलियो जसले पेगीलाई मसँगै जानलाई बाध्य पाऱ्यो । मैले तिनलाई मसँग जानैपर्छ भनेर नभने तापनि मेरो विचार र बोलाईद्धार जानको लागि कर लगाईरहेको थियो ।

अन्तमा तिनी मसँग जाने भइन् । यद्यपि मेरो शारीरिक अधिकार पूरा भए तापनि दुई घण्टाको लामो यात्रा थियो । त्यो दुई घण्टामा मैले आफूले चाहे अनुसार गर्दा खेरीको पीडाको महशुस गरे ।

यो कुरा बुझ्नु जरुरी छ कि जब सम्म तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमती शरीर अनुसार चल्नुहुन्छ, तब सम्म तपाईहरुले आफ्ना शारीरिक अधिकारहरु पूरा गर्न एक अर्काबारे बाध्य पार्नुहुन्छ ।

२.परमेश्वरले हामीमा राखिदिनु भएका अपूरो खाँचोहरुसँग हाम्रो शारीरिक अधिकारहरु जोडिएको हुन्छ ।

कतिपटक हाम्रा शारीरिक अधिकारहरु परमेश्वर हामीमा राखिदिनु भएका खाँचोहरु पूरा नभएको कारणले उत्पन्न हुन्छन् । उदाहरणको लागि यदि मैले मेरी श्रीमती पेगीबाट आदर पाउने प्रयास गरिरहेको छु तर पेगीबाट मैले आदर पाइरहेका छैन भने, तब मेरो शारीरिक विचारहले भन्छ, मैले उनीबाट आदर पाउनुपर्छ किनकी यो मेरो अधिकार हो । किन तिनले मलाई आदर गरिरहेकी छैन त ? र यदि मैले पेगीको शर्तरहित प्रेमको खाँचोलाई पूरा गरिरहेको छैन, पेगीको शारीरिक स्वभावले भन्छ, मैले शर्तरहित प्रेम पाउनुपर्छ, किनकी यो मेरो अधिकार हो ।

परमेश्वरसँग वातचीत : यदि तपाईले आफ्नो खाँचोहरु श्रीमान् वा श्रीमतीद्धार पूरा गराउने प्रयास गरिरहनु भएको छ तर पूरा भइरहेको छ भने, पवित्र आत्मालाई केही तपाईका शारीरिक अधिकारहरु देखाईदिनुहोस् भनी पुकारा गर्नुहोस् ।

३. हामीले कुनै पनि क्षेत्रमा शारीरिक अधिकारहरुलाई प्रयोग गरिरहेका हुन सक्छौं ।

केही क्षेत्रहरु :

१. बालबालिका हुर्काउने कुरामा

२.आर्थिक कुरामा

३. यौन घनिष्टतामा

४. सञ्चारमा

५. आत्मिक कुराहरुमा

जब बालबालिकाहरु कसरी हुर्काउने वा कसरी आर्थिक व्यवस्थापन गर्ने भन्ने कुरा श्रीमान् श्रीमती बीच उठ्छ, त्यो बेलामा पनि शारीरिक अधिकारका कुराहरु उठ्छ । त्यस्तै गरी यौन सम्बन्धको कुरामा पनि तपाईको श्रीमान् वा श्रीमती चाहना नगरेको बेलामा तपाईले आफ्नो हक वा अधिकारको कुरा गर्नुहुन्छ साथै सञ्चारको कुरामा पनि । जब हामी श्रीमान् श्रीमती बीच कुरा गर्छौं, त्यसबेला हाम्रो शारीरिक अधिकारले भन्छ, कि उसले वा तिनले मेरो कुरा सुन्नुपर्छ । हामीले आत्मिक कुराहरुको विषयमा पनि

शारीरिक अधिकारहरुलाई प्रयोग गर्छौं र तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमती कुन मण्डलीमा जाने भन्ने विषयमा पनि शारीरिक इच्छा र अधिकारको कुरा उठ्छ ।

अभ्यास : माथिको सूचीलाई प्रयोग यो प्रश्नको जवाफ दिनुहोस् । माथिको कुन क्षेत्रमा तपाईले असहमतिको अनुभव गरिरहनुभएको छ ? तपाईले कुन-कुन क्षेत्रमा शारीरिक अधिकार प्रयोग गरिरहनु भएको छ सो देखाई दिनुहोस् भनी पवित्र आत्मासँग पुकारा गर्नुहोस् ।

____

____

____

____

४. जब तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीले तपाईको शारीरिक अधिकारलाई पूरा गर्दैन, तब के हुन्छ ?

जब तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीले तपाईको शारीरिक अधिकारलाई पूरा गर्दैन तब यसको परिणाम अझ धेरै शारीरिक कुरा हुन्छ ।

उदाहरणको लागि, यदि तपाईले आफ्नो इच्छा अनुसार योजना बनाउने अधिकार छ भनी विश्वास गर्नुहुन्छ भने र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीले तपाईको योजना वा इच्छा विचारलाई बदल्न चाहन्छ भने, तपाई रिसाउनु हुन्छ वा तपाईले उक्त विचारलाई इन्कार गर्नुहुन्छ वा चुप पार्न सक्नुहुन्छ । त्यस्तै गरी तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीले तपाईको यौन इच्छालाई पूरा गरेन भने, जो तपाईको शारीरिक अधिकार हो, तब तपाईले यौन सम्बन्ध राख्नबाट बन्द गर्न सक्छ ।

हामीले हाम्रो शारीरिक अधिकारहरुलाई शारीरिक व्यवहारहरु जस्तै, रीस, दोष लगाउने इत्यादि कामहरु गरेर पूरा गरिरहेको हुन्छौं साथै ती शारीरिक अधिकारहरुलाई पूरा गर्नको लागि दबाउने, नियन्त्रण गर्ने जस्तै काम साथै चलाकीपूर्ण कामहरु गरिरहेका हुन्छौं ।

अभ्यास : तपाईको वैवाहिक जीवनको कुन क्षेत्रमा द्वन्द्व वा असहमतिका कुराहरु छन् जाँच्नुहोस् । तपाईले आफ्ना शारीरिक अधिकारहरुलाई पूरा गर्न चाहेको कारणले उत्पन्न भएका शारीरिक व्यवहारहरुलाई प्रकट गराई दिनुहोस् भनी पवित्र आत्मासँग भन्नुहोस् । (शारीरिक व्यवहारको सूची पेज १०० देखि १०६)

____

____

____

____

दोस्रो दिन

५. वैवाहिक जीवनमा खडा हुने शारीरिक अधिकारहरुको सम्बन्धमा सत्य कुराहरु

क. सत्य १

तपाईको शारीरिक अधिकारको बारेमा सत्य कुरा के छ त ? पहिलो सत्य म यो बाँड्न चाहन्छ :

सत्य १

तपाईको विवाहमा (कुनै पनि क्षेत्रमा) कतिवटा शारीरिक अधिकारहरु छन् त ? जवाफ हो : एउटा पनि छैन । तपाईसँग कति पनि अधिकार छैन वा कुनै अधिकार पाउने हक छैन ।

हामीले बुझ्नुपर्ने पहिलो मुख्य कुरा यो हो । तपाईसँग कुनै शारीरिक अधिकारहरु छैन, किन ? यसको जवाफ हामी **गलाती ५:२४** :

“अब ख्रीष्ट येशूमा हुनेहरुको शरीरको वासना र जलन सहित क्रुसमा टाँगिएको छ ।”

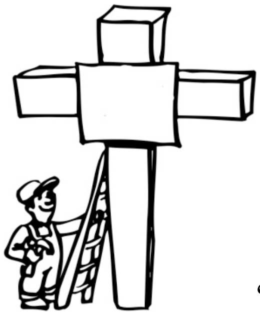
पावलले हाम्रो शरीर क्रुसमा टाँगिएको छ र हामी शरीरको लेखि “मरिसके” का छौं भनी भनिरहेको छ । यदि तपाई शरीरको लेखि मरिसक्नु भएको छ भने, तपाईसँग कतिवटा शारीरिक अधिकारहरु छन् त ? यदि तपाईको शरीर (शारीरिक स्वभाव) क्रुसमा टाँगिएको छ भने, अब तपाईसँग कुनै शारीरिक अधिकार नै छैन ।

परमेश्वरसँग वातचीत : तपाईसँग कुनै पनि शारीरिक अधिकार प्राप्त गर्ने हक छैन भन्ने कुरा विश्वास दिलाउनुहोस् उहाँसँग पुकारा गर्नुहोस् ।

ख. सत्य २

सत्य २

आफ्नो शारीरिक अधिकारमा जोड वा जिद्धी गर्नाले कहिल्यै पनि विवाहमा मिलाप र एकता आउँदैन । यसले विवाहमा मृत्यु ल्याउँदछ ।



“किनकी शरीरमा मन लगाउनु चाहिँ मृत्यु हो तर आत्मामा मन लगाउनु चाहिँ जीवन र शान्ति हो ।” **रोमी ८ :६**

याद होस् कि हामीले पाठ तीनमा मृत्युलाई “प्राणको पीडाको” रुपमा हेरेका थियौं । प्राण पीडाको उदाहरणहरु : इन्कार, दोष, रीस इत्यादि हुन् । आफ्नो शारीरिक अधिकारको दाबी गर्नु चाहिँ बिस्तारै बढ्ने क्यान्सर जस्तै हो । शुरुमा थाहा नपाउन सक्छ तर अन्तमा यसले विवाहमा मृत्यु ल्याउँछ ।

यसको अर्थ तपाईमा शरीरमा मर्नु भएको हो भन्ने होइन । तपाईको शरीर त छ र सधै रहनेछ र जीवितै रहनेछ । भन्न खोजेको कुरा चाहिँ यो हो कि जब तपाई परमेश्वरमा भर परेर जिउनु हुन्छ, तब तपाई शारीरिक अधिकार अनुसार जिउनुहुन्न ।

परमेश्वरसँग वातचीत : तपाईको शारीरिक अधिकारहरुले कसरी तपाईको विवाहमा “मृत्यु” सिर्जना गराईरहेको छ भन्ने कुरा देखाइदिनुहोस् भनी परमेश्वरसँग भन्नुहोस् ।

ग. सत्य ३

सत्य ३

परमेश्वरको उहाँको सत्यता अर्थात् वचनद्धार तपाईको शारीरिक अधिकारको मृत्यु भएको कुरा प्रकट गर्नुहुनेछ र तपाईको इच्छालाई ती शारीरिक अधिकारप्रति मर्नको लागि ईच्छुक बनाउनुहुन्छ ।

साँच्चै म तिमीहरुहरुलाई भन्दछु कि जब सम्म गहुँको दाना जमीनमा पर्दैन र मर्दैन, तबसम्म त्यो एक्लै हुन्छ, तर यदि त्यो मऱ्यो भने यसले धेरै फल फलाउँछ ।” **यूहन्ना १२:२४**

त्यो गर्नुपनि गहुँको दाना चाहिँ तपाईको शरीर र शारीरिक अधिकार हो । जसरी हामीले पहिला पनि शरीरको बारेमा छलफल गरेका थियौं कि परमेश्वरले तपाईका ती शारीरिक अधिकारहरुको मृत्यु भएको कुरा तपाईले प्रकट गर्न चाहनुहुन्छ जसले तपाईको विवाहमा मृत्यु ल्याई रहेको हुन्छ । शुभखबर चाहिँ यो हो कि शारीरिक अधिकारहरु देखि अलग हुँदा वा शारीरिक अधिकारहरु मर्नले अर्कोतिर “धेरै फल” अर्थात् खीष्टको जस्तै गुणहरु वा खीष्ट जस्तै मन पैदा भइरहेको हुन्छ ।

परमेश्वरसँग वातचीत : शारीरिक अधिकारहरुको खातिर मर्न वा त्यसबाट अलग हुने इच्छा दिनुहोस् भनी पवित्र आत्मासँग माग्नुहोस् ।

घ. सत्य ४

सत्य ४

पवित्र आत्माको शक्तिलाई निम्त्याए मात्र तपाईले ती शारीरिक अधिकारको चाहनाबाट छुटकारा पाउनुहुन्छ ।

"उहाँलाई, जसले हामीभित्र काम गर्ने उहाँको शक्ति अनुसार हामीले मागेको वा चिताएको भन्दा ज्यादै प्रशस्त मात्रामा गर्न सक्नुहुन्छ ।" **एफिसी ३:२०**

याद होस् कि तपाईको शरीरको शक्ति चाहिँ तपाईको शरीरमा फर्कन देखि रोक्ने इच्छा शक्ति भन्दा बलियो छ । यसैकारणले तपाईले कुनै पनि शारीरिक अधिकारबाट छुटकाराको अनुभव गर्नको लागि परमेश्वरको शक्तिलाई निम्त्याउनु पर्छ । जसै तपाईले परमेश्वरलाई निम्त्याउनको लागि विश्वासको कदमहरु चाल्नुहुन्छ तब उहाँले आफ्नो शक्तिमा तपाईलाई परिवर्तन गर्नुहुन्छ ताकि तपाई आफ्नो शारीरिक अधिकारहरुको खातिर मर्न इच्छुक हुनुहुनेछ ।

हाम्रा शारीरिक अधिकारहरुबाट छुटकारा पाउनको लागि एउटै मात्र आशा चाहिँ पवित्र आत्माको खोजी गरेर र उहाँको शक्तिलाई ग्रहण गरेर हो । किनकी :

- किनकी पवित्र आत्माले मात्र तपाईसँग कुनै शारीरिक अधिकार छैन भनी विश्वास दिलाउनुहुन्छ र सक्नुहुन्छ ।
- तपाई शारीरिक अधिकारहरु पूरा गर्नको लागि परिक्षित भएको बेलामा, पवित्र आत्माको शक्तिले तपाईको शरीरलाई रोक्छ ।
- आत्माको शक्तिद्धार तपाई बद्लिनु हुनेछ ताकि शारीरिक अधिकारहरुको लेखि तपाई मर्नुहुनेछ ।
- जसै तपाईको शारीरिक अधिकारहरु पूरा गर्ने चाहना मर्छ, तब पवित्र आत्माले त्यो शारीरिक अधिकारहरुको सट्टामा खीष्टको मन (शान्ति, विश्राम, प्रेम इत्यादि) ले भरिदिनुहुनेछ ।

ङ. सत्य ५

सत्य ५

खीष्टमा तपाईसँग आत्मिक अधिकारहरु छन् ।

"तपाईसँग परमेश्वरको सन्तान हुने अधिकार छ।" **यूहन्ना १:१२**

के तपाईसँग आत्मिक अधिकारहरु छन् भन्ने कुरा के तपाईले कहिल्यै सोच्नु भएको छ ? यहाँ केही उदाहरणहरु छन् :

१. आफ्ना श्रीमान् वा श्रीमतीलाई शर्तरहित प्रेमद्धार प्रेम गर्ने अधिकार छ - **एफिसी ५:२५**

२. आफ्ना श्रीमान् वा श्रीमतीलाई शर्तरहित रुपमा स्वीकार गर्ने अधिकार छ **-रोमी १५:७**

३. शारीरिक अधिकारको लेखि मर्ने वा समर्पण अधिकार छ - **२ कोरिन्थी ४:११**

४. निस्वार्थी र बलिदानी पूर्ण हुने अधिकार - **फिलिप्पी २:४, एफिसी ५:२५**

५. अनुग्रह दिने अधिकार छ **- एफिसी ३:२**

जसै तपाईले आफ्ना शारीरिक अधिकारहरुलाई हटाउनको लागि परमेश्वरलाई संलग्न गराउनुहुन्छ, तब उहाँले तपाईलाई आत्मिक अधिकार अनुसार जिउनको लागि चलाउनुहुन्छ ।

परमेश्वरसँग वातचीत : शारीरिक अधिकारको सट्टामा आत्मिक अधिकारले भरिदिनुहोस् भनी प्रभुसँग पुकारा गर्नुहोस् ।

६.शारीरिक अधिकारहरुलाई निर्मूल पार्नको लागि परमेश्वरलाई निम्त्याउने

तपाईको शारीरिक अधिकारहरुको सम्बन्धमा केही विश्वासको व्यवहारिक कदमहरु हेरौं ।

सत्य : केवल परमेश्वरले मात्र तपाईलाई शारीरिक अधिकारको स्थानबाट उठाउनुहुन्छ वा शारीरिक अधिकारको लेखि मर्न सहायता गर्नुहुन्छ ।

उदाहरण १ : तपाई श्रीमान् वा श्रीमतीलाई सुधार्न वा फेर्ने अधिकार छ भनी तपाई विश्वास गर्नुहुन्छ । यो शारीरिक अधिकारको लेखि कसरी मर्ने भन्ने बारेमा केही उदाहरणलाई हेरौं ।

विश्वासको कदम : प्रभु तपाईले मेरो श्रीमान् वा श्रीमतीलाई परिवर्तन गर्न खोज्ने मेरो शारीरिक अधिकारलाई देखाइदिनुहोस् । तर सत्य यो हो कि केवल तपाईले मात्र मेरो छैन भन्ने सत्यद्धार मेरो मनलाई पूर्ण नयाँ बनाउनुहोस् ।

विश्वासको कदम : प्रभु म मेरो शारीरिक अधिकारको खातिर मर्न इच्छुक छैन । मलाई ती शारीरिक अधिकारको खातिर मर्न इच्छुक हुनको लागि परिवर्तन गरिदिनुहोस् भनी तपाईमा भरोसा गर्दछु ।

उदाहरण २: तपाईसँग आफ्नो इच्छा अनुसार चल्ने अधिकार छ ।

विश्वासको कदम : प्रभु, सत्य यो हो कि मसँग आफ्नो इच्छा अनुसार चल्ने अधिकार छैन । प्रभु म मेरो घमण्डलाई स्वीकार गर्दछु र तपाईले आफ्नो शक्तिमा मेरो यो शारीरिक अधिकारको खातिर मर्न नचाहने इच्छालाई हटाईदिनुहोस् भनी तपाईसँग पुकारा गर्दछु ।

उदाहरण ३ : जब तपाईको शारीरिक अधिकारहरु पूरा हुँदैन, तब तपाई निराशित बन्नुहुन्छ ।

विश्वासको कदम : प्रभु, मेरो निराशपनलाई म स्वीकार गर्छु । निरन्तर रुपमा मलाई मसँग कुनै शारीरिक अधिकारहरु छैन भन्ने कुरा विश्वास दिलाई दिनुहोस् ।

अभ्यास : परमप्रभुले अगुवाई गर्नु भए अनुसार तपाईको शारीरिक अधिकारलाई हटाउनको लागि चाल्नुपर्ने कदमहरु तल लेख्नुहोस् ।

तेस्रो दिन

७. तपाईका शारीरिक अधिकारहरुलाई हटाउनको लागि परमेश्वरको खोजी गर्नको लागि सम्झनुपर्ने मुख्य बुँदाहरु

- परमेश्वरले तपाईलाई तपाईको शारीरिक अधिकारहरुको खातिर मर्ने इच्छा दिलाउनको लागि तपाईको विश्वासको हिँडाईको शुरुवातमा त तपाई केही उदेश्यपूर्ण र गम्भिर हुनुपर्छ । किनकी तपाईका केही शारीरिक अधिकारहरु भन्दा जडा गाडिएर बसेको हुन्छ । परिणाम स्वरुप, त्यो परिवर्तन हुन गाह्रो हुन्छ ।
- याद गर्नुहोस् कि शारीरिक अधिकारहरुको खातिर मर्ने कार्य चाहिँ एक प्रक्रिया हो । हामीलाई थाहा छ कि पवित्र आत्माले हामीलाई तुरुन्तै शारीरिक अधिकारको लेखि मर्नको लागि सहायता गर्न सक्नुहुन्छ तर धेरै पटक यसको लागि समय लाग्छ ।
- जब तपाईको शारीरिक अधिकारहरु पूरा नभएको कारणले शारीरिक व्यवहारहरु प्रकट हुन्छ, तब ती शारीरिक व्यवहारहरुलाई स्वीकार्नुहोस् र पश्चताप गर्नुहोस् र तपाईसँग कुनै शारीरिक अधिकारहरु छैन भन्ने सत्यद्धार पूर्ण नयाँ पारिदिनुहोस् भनी परमेश्वरसँग पुकारा गर्नुहोस् ।
- तपाईमाथि अधिकार जमाई रहेको शारीरिक अधिकारको शक्तिलाई निर्मूल पार्नको लागि तपाईले परमेश्वरको शक्तिलाई स्वागत वा निम्त्याउनु भएन भने, तपाईले कहिल्यै पनि ती कुराहरुलाई त्याग्न सक्नुहुन्न ।

८. तपाईको छनौट र छनौटको परिणाम

छनौट : तपाई आफ्नो शारीरिक अधिकारको कुरामा जिद्धी गरिराख्ने वा पवित्र आत्माको शक्तिको खोजी गरी त्यसबाट फर्कने वा शारीरिक अधिकारको लेखि मर्ने वा शारीरिक अधिकारको कुरा लेखि छुटकारा पाउने भन्ने कुरा तपाईको छनौटको कुरा हो । तपाईको छनौटको परिणामहरु तल हेर्नुहोस् ।

शारीरिक अधिकारहरुको बारेमा सत्य र झूठा कुरा

शारीरिक अधिकारको कुराहरुबाट फर्कने वा त्यसको लेखि मर्नको निम्ति परमेश्वरमा भर

→ **परिणामह** →

शारीरिक अधिकारको चाहनाबाट छुटकारा, द्वन्द्व वा समस्याहरु कम कम हुदै जानु, धेरै

सत्य

झूठ

निरन्तर शारीरिक अधिकारद्धार जिउनाले

→ परिणामहरु →

धेरै निराश

धेरै द्वन्द्व

धेरै शारीरिक व्यवहारहरु

प्रश्न :माथिको चित्रको सम्बन्धमा, तपाई "रेखा" मूनिको जीवन जिउन चाहनुहुन्छ कि "रेखा" माथिको जीवन जिउन चाहनुहुन्छ ?

मनन् : गलाती ५:२४ माथि मनन् गर्नुहोस् ।

परमेश्वरसँाग वातचीत :पवित्र आत्मासँग रेखा माथिको जीवन जिउने ईच्छा वा चाहना दिनुहोस् भनी माग्नुहोस् ।

अवरोध ३ : अपूरो आपेक्षहरु/ईच्छाहरु

वैवाहिक जीवनमा प्रवेश गर्दा हामी सबैसँग ईच्छा अकंक्षाहरु/आपेक्षहरु हुन्छन् । ती ईच्छा अकंक्षाहरु दुई प्रकारका हुन्छन् ती हुन् अवास्तविक वा अव्यवहारिक र अवास्तविक वा अव्यवहारिक ईच्छा तथा आपेक्षहरु ।

१. अव्यवहारिक वा अवास्तविक ईच्छाहरु/आपेक्षहरु

पहिलो प्रकारको आपेक्षलाई म "अव्यवहारिक वा अवास्तविक "आपेक्षहरु" भनेर भन्छ । अव्यवहारिक वा अवास्तविक आपेक्षहरुलाई म यसरी परिभाषित गर्छु ।

अव्यवहारिक आपेक्षहरु/ईच्छाहरु

हाम्रा श्रीमान् वा श्रीमतीबाट हामीले आपेक्ष गरेका कुनै पनि ईच्छाहरु वा आपेक्षहरु जो परमेश्वरको सत्य अर्थात् वचन अनुसार छैनन् त्यसलाई अव्यवहारिक आपेक्षहरु वा ईच्छाहरु भनिन्छ ।

क. अव्यवहारिक वा अवास्तविक ईच्छाहरु/आपेक्षहरु

मेरो श्रीमान् वा श्रीमतीले :

- **सधै म ठीक हुँ भनी महशुस गर्नेछ ।**
- **मैले नै नियन्त्रण गर्नुपर्छ भन्ने कुरा बुझ्नेछ ।**
- **मैले जतिखेरा, जहाँसुकै र जसरी चाहे पनि यौन सम्बन्ध राख्नेछ ।**

मेरो आपेक्षा वा ईच्छा यो हो कि मेरो श्रीमान् वा श्रीमतीले :

- मेरा ईच्छाहरु पूरा गर्नेछ र खुशी तुल्याउनेछ ।
- मैले जे सुकै गरे पनि मलाई आदर गर्नेछ ।
- मलाई शर्तरहित रुपमा प्रेम गर्नेछ ।
- मलाई शर्तरहित रुपमा स्वीकार गर्नेछ ।

धेरै जसो अवस्थामा, हामीले हाम्रा आपेक्षहरु माथि पनि आशा राख्छौं । मैले भन्न खोजेको कुराको अर्थ के हो भन्ने बारेमा म उदाहरण दिन चाहन्छु ।

म खुशी हुनको लागि मेरो श्रीमान् वा श्रीमतीले मलाई बाहिराको कामहरुमा सघाउनुपर्छ, मसँगै गल्फ खेल्नुपर्छ वा मैले चाहेका कुराहरु किनिदिनु पर्छ ।

मैले स्वीकारको महशुस गर्नको लागि, मेरो श्रीमान् वा श्रीमतीले उक्त कुरा पुष्टि गर्नुपर्छ वा मैले भनेका कुराहरु इन्कार गर्नुहुन्न ।

मैले आदरको महशुस गर्नको लागि, आर्थिक कुराहरुको सम्बन्धमा मैले गरेका निर्णय मान्नुपछस वा बालबालिकालाई अनुशासनमा राख्नको लागि मेरो तरिका नै उत्तम तरिका हो भनी मान्नुपर्छ ।

अझै यसलाई व्यक्तिगत बनाऔं । केही समय लिएर तलको वाक्यहरुलाई पूरा गरौं ।

<u>**अभ्यास**</u> : कृपया तलको वाक्यलाई पूरा गर्नुहोस् ।

- **मैले तब स्वीकारको महशुस गर्छु जब मेरो श्रीमान् वा श्रीमतीले मलाई**

- **मैले प्रेम गरिएको महशुस गर्छु जब मेरो श्रीमान् वा श्रीमतीले मलाई..................**

- **मैले आदरको महशुस गर्छु जब मेरो श्रीमान् वा श्रीमतीले मलाई....................**

- **मलाई कदर गरेको तब महशुस गर्छु जब मेरो श्रीमान् वा श्रीमतीले मलाई...........**

प्रश्न : माथि उल्लेखित तपाईका आपेक्षहरु /ईच्छाहरु पूरा नहुँदा तपाईलाई कस्तो महशुस हुन्छ ?

ख. अव्यवहारिक वा अवास्तविक आपेक्षहरु/ईच्छाहरुको परिणाम

यदि तपाईका अव्यवहारिक वा अवास्तविक आपेक्षहरु/ईच्छाहरु पूरा भएन भने, यसले शारीरिक व्यवहार र निरन्तर द्धन्द्धलाई निम्त्याउँछ ।

अव्यवहारिक वा अवास्तविक ईच्छाहरु/आपेक्षहरु र ती आपेक्षाहरु पूरा नहुँदा खेरीको परिणामको बारेमा म साँचो गवाही बताउन चाहन्छु । मैले एक जना श्रीमान्लाई सल्लाह सुझाव दिए जसले चाहिँ आर्थिक कुरा चाहिँ पूर्ण रुपमा आफैले नियन्त्रण गर्ने आपेक्षा गर्दोरहेछ । सबै क्षेत्रमा के खर्च गर्ने र आफ्नो श्रीमतीले पनि के कति खर्च गर्नुपर्छ भन्ने कुरा पनि ऊ आफैले निर्णय गर्ने आपेक्षा गर्दोरहेछ ।

जब उसको श्रीमतीले उसको त्यो आर्थिक सम्बन्धि अव्यवहारिक आपेक्षलाई पूरा हुन नदिएपछि र इन्कार गरेपछि ऊ हकैम जमाउने आलोचनातमक र अन्त्यमा ऊ तिनीप्रति अति नै आक्रोसित भए । यो कुराले उनीहरुको वैवाहिक जीवनमा निरन्तर द्धन्द्ध सृजना गरायो ।

अभ्यास : तपाईका केही अव्यवहारिक आपेक्षहरु/ईच्छाहरु तल लेख्नुहोस् । -यदि तपाई बहादुरी हुनुहुन्छ भने, आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीलाई पनि तपाईका ती अव्यवहारिक आपेक्षहरु के-के होला सोध्नुहोस्) । मैले यो यसैकारणले भनेको हुँ किनकी ऊ वा तिनले तपाईको अव्यवहारिक आपेक्षहरुलाई स्पष्ट रुपमा बुझेको हुनसक्छद ।

तपाईका ती अव्यवहारिक आपेक्षहरु वा ईच्छा पूरा नभएको कारण तपाईले अनुभव गर्नुभएका ती शारीरिक व्यवहारहरुलाई लेख्नुहोस् ।

____

____

____

२. वास्तविक वा व्यवहारिक आपेक्षहरु/ईच्छाहरु

विवाहमा व्यवहारिक आपेक्ष वा ईच्छाहरु पनि हुन्छन् । यस व्यवहारिक आपेक्षलाई कसरी परिभाषित गरुँ ?

व्यवहारिक वा वास्तविक आपेक्ष भनेको चाहिँ हामीले हाम्रा श्रीमान् वा श्रीमतीबाट आपेक्ष गरेका ती ईच्छाहरु हुन्, जुन परमेश्वर सत्य

१. तपाईहरु दुवैले खीष्टलाई स्रोत मानेर उहाँको खोजी गर्नु ।

२. तपाईहरु दुवै जना निस्वार्थी भई बलिदानी हुने ईच्छा राख्नु ।

३. तपाईहरु दुवै जनाले यौन सम्बन्धमा पनि सन्तष्टि हुने ईच्छा राख्नु ।

४. तपाईहरु दुवै जनाले एक अर्काको लागि प्रार्थना गर्ने ईच्छा राख्नु ।

ती वास्तविक वा व्यवहारिक आपेक्षहरु वा ईच्छाहरु पूरा नहँदा के हुन सक्छ ?

मैले एक जोडीलाई सल्लाह दिदै थिए र श्रीमतीले चाहिँ मलाई केही व्यवहारिक ईच्छाहरु व्यक्त गरिन् जुन तिनले आफ्नो श्रीमान्बाट चाहना गरेकी थिइन् ।

उक्त पत्नीले चाहिँ आफ्नो श्रीमान्ले परमप्रभुको खोजी गरेको, श्रीमान् चाहिँ बलिदानी पूर्ण भएको र साँचो रुपमा यौन घनिष्टताको अनुभव गर्न चाहेको कुरा बताइन् । यी त वैधानिक ईच्छाहरु हुन् । जब तिनको श्रीमान् श्रीमतीले आपेक्षा गरे अनुसार गरेन, तब समस्या खडा भयो ।

जब तिनको ईच्छाहरु पूरा भएन तब तिनीले शारीरिक व्यवहारहरु जस्तै निराश, इन्कार, पछि हट्ने क्रियाकलापहरु गर्न थाले । यसैकारणले यद्यपि तपाईका ईच्छा वा आपेक्षहरु व्यवहारिक नै भए तापनि जब ती कुराहरु पूरा हुँदैन तब शारीरिक कुराहरु प्रकट हुन्छ ।

माथि उल्लेख गरिएका उदाहरणहरु बाइबल अनुसार नै भएको हुनाले ती सबै पूरा गर्नुपर्छ भनी हामी आपेक्ष गर्छौं । उक्त श्रीमान्ले उसको श्रीमतीको ती ईच्छाहरु पूरा गर्ने

ईच्छा राखेको भए त्यो बडो उत्तम हुन्थ्यो तर सधै यसरी नै हुँदैन । श्रीमतीले कसरी प्रतिक्रिया जनाउँछे भन्ने कुरा चाहिँ मुख्य कुरा हो ।

तिनीसँग शारीरिक रुपमा प्रतिक्रिया जनाउने कि आत्मिक रुपमा प्रतिक्रिया जनाउने भन्ने छनौट छ । यस बारेमा हामी पछि केही उदाहरणहरु हेर्नेछौं ।

मलाई यहाँ एउटा विचारलाई राख्न दिनुहोस् :

व्यवहारिक वा वास्तविक आपेक्षहरु/ईच्छाहरु राख्नु ठीकै छ । तापनि ती आपेक्षहरु वा ईच्छा व्यवहारिक भयो भन्दैमा ती पूरा भएन भने शारीरिक रुपमा प्रतिक्रिया गर्ने अधिकार हुँदैन वा यसले त्यो अधिकार

अभ्यास : तपाईको श्रीमान् वा श्रीमती प्रति भएको तपाईका केही व्यवहारिक आपेक्षा वा ईच्छाहरु लेख्नुहोस् ।

जब ती व्यवहारिक आपेक्ष वा ईच्छाहरु पूरा हुँदैन, त्यति खेरा तपाईलाई कस्तो महशुस हुन्छ लेख्नुहोस् ।

पूरा नभएका वा अपूरो व्यवहारिक आपेक्षहरु वा ईच्छाहरुले पनि शारीरिक व्यवहारहरु वा विवाहमा द्धन्द्ध निम्त्याउन सक्छ ।

ख. आपेक्षहरुको सम्बन्धमा सत्य कुरा

क. सत्य १

अपूरो व्यवहारिक र अव्यवहारिक आपेक्षहरु वा ईच्छाहरुको सम्बन्धमा दुईवटा मुख्य कुराहरु सम्झनुपर्छ ।

सत्य : १

तपाईका ती अव्यवहारिक वा अवास्तविक आपेक्षहरु/ईच्छाहरुको लेखि गर्न तपाई राजी हुनपर्छ ।

भाई हो, हाम्रा प्रभु येशूमा तिमीहरुको कारण म गर्व गर्दछु र म भन्न सक्छु कि प्रतिदिन म मर्दछु ।'' **१ कोरिन्थी १५:३१** (म, लााई जोड)

के तपाईले यो सत्य पहिलै थाहा पाउनु भएको थियो ? शारीरिक अधिकारको लेखि मरेजस्तै तपाई ती अव्यवहारिक आपेक्षहरुको लेखि पनि मर्नुपर्छ वा त्यसबाट फर्कनुपर्छ ।

मनन : रोमी ८:१३ र १ कोरिन्थी १५:३१ माथि मनन गर्नुहोस् ।

परमेश्वरसँग वातचीत : तपाईको अपूरो अर्थात् पूरा नभएका आपेक्षहरुको सम्बन्धमा ती दुईवटा पदहरु लागु गर्नलाई सहायता गर्नुहोस् भनी पुकारा गर्नुहोस् ।

यस पाठको पहिल्लो भागमा हामी ती आपेक्षहरु लेखि मर्न वा त्यसबाट फर्कन कसरी विश्वासको कदम चाल्नुपर्छ भन्ने बारेमा केही उदाहरणहरु हेर्नेछौं ।

ख. सत्य २

''यदि तिमीहरु शरीर अनुसार जिउँछौं भने, तिमीहरु मर्छौं तर यदि पवित्र आत्मा (शक्ति) द्धार शरीरका कार्यहरुलाई निर्मूल पार्‍यो भने, तिमीहरु जिउनेछौ ।'' **रोमी ८:१३**

सत्य २
अव्यवहारिक आपेक्षहरु वा ईच्छाहरुका लेखि मर्नेको निम्ति ईच्छुक हुनको लागि तपाईले परमेश्वरको शक्तिलाई निम्त्याउनुपर्छ ।

अव्यवहारिक आपेक्षहरुको लेखि मर्नको लागि तपाई त्यसको लेखि मर्नलाई ईच्छुक वा राजी हुनुपर्दछ । सत्य यो हो कि जब सम्म पवित्र आत्माको शक्तिले हामीलाई ती अव्यवहारिक आपेक्षहरुको लेखि मर्न ईच्छुक हुने अवस्थामा वा स्थितिमा पुऱ्याउनुहुन्न तब सम्म तपाई आफैले गर्न वा त्यसो हुन सक्नुहुन्न ।

चौथो दिन

सत्य ३

सत्य ३

तपाईको व्यवहारिक वा अव्यवहारिक आपेक्षहरु वा ईच्छाहरु पूरा नभएको बेलामा शारीरिक व्यवहारहरुको सट्टामा खीष्टको गुणले भरिदिनुहोस् भनी पवित्र आत्मासँग पुकारा गर्नुपर्छ ।

हाम्रा व्यवहारिक र अव्यवहारिक आपेक्षहरु पूरा नभएको बेलामा हाम्रो अगाडि एउटा छनौट रहेको हुन्छ । हामीले शारीरिक प्रकारले पनि प्रतिक्रिया गर्न सक्छौं साथ-साथै खीष्टले झै व्यवहार गर्न पनि सक्छौं । परमेश्वरले तपाई र तपाईका श्रीमान् वा श्रीमतीलाई यस्तो मन भएको अवस्तामा लान चाहनुहुन्छ :

"तिमीहरुमा पनि त्यही मन होस् जुन खीष्ट येशूमा पनि थियो ।" **फिलिप्पी २:५**

तपाईका आपेक्षहरु वा ईच्छाहरु पूरा नभएको बेलामा तपाईले आफ्ना श्रीमान् वा श्रीमतीसँग कुन व्यवहार वा कसरी प्रतिक्रिया गर्ने भन्ने बारेमा यहाँ खीष्टको चरित्र वा व्यवहारको केही उदाहरणहरु दिएको छ :

शर्तरहित रुपमा प्रेम गर्नु	**मिलाप र एकताको खोजी गर्नु**	**स्वीकार**
अनुग्रह गर्नु	**शान्ति र एकताको खोजी गर्नु**	**धैर्यता**
क्षमापन	**पश्चताप**	**नम्रता**
कोमलता		**टिठालूपन**
समझदारीपन		

उदाहरणको लागि, मानौं कि तपाईले आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीले तपाईसँगै प्रार्थना गरोस् भन्ने आपेक्ष गर्नुभएको छ । यसलाई चाहिँ व्यवहारिक र ईश्वरीय आपेक्षको रुपमा लिन सकिन्छ । तर यदि ऊ वा तिनले सँगै प्रार्थना गर्न इन्कार गर्छ भने, त्यो अवस्थामा कसरी खीष्टको जस्तै व्यवहारद्धार प्रतिक्रिया जनाउने त ? निराश भएर र रिसाएर प्रतिक्रिया जनाउनुको सट्टामा तपाईले पनि आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीलाई प्रार्थना गर्नको लागि बलजफती नगरिकन र प्रार्थना नगरेको कारणले दोष्याउने काम नगरीकन खीष्टले झै ऊ वा तिनीमाथि अनुग्रह गर्न सक्नुहुन्छ । ऊ वा तिनलाई प्रार्थना गर्ने मन छैन रहेछ भनेर हामीले यसलाई सामान्य रुपमा लिन सक्छौं र खीष्टले झै स्वीकार गर्न सक्नुहुन्छ । साथै परमेश्वरले तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीलाई प्रार्थना गर्ने इच्छा दिनुभएको होस् भनी प्रार्थना गर्न सक्नुहुन्छ ।

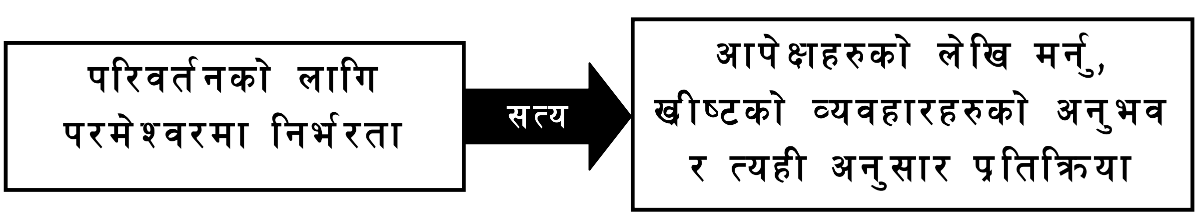
प्रश्न :माथि उल्लेखित कुन चाहिँ खीष्टको जस्तो व्यवहार तपाईको आपेक्षहरु वा ईच्छाहरु पूरा नभएको बेलामा अनुभव गर्न चाहनुहुन्छ लेख्नुहोस् ।

परमेश्वरसँग वातचीत : खीष्टको ती व्यवहारहरु तपाईको जीवनमा पनि वास्तविक रुपमा अनुभव गर्नको लागि परमेश्वरसँग सहायता माग्नुहोस् ।

ग. छनौट र तपाईको छनौटको परिणाम

छनौट: तपाईको अवास्तविक आपेक्षहरु वा ईच्छाहरुको लेखि मर्ने ईच्छा दिनुहोस् र तपाईका ती व्यवहारिक र अव्यवहारिक आपेक्षहरु पूरा नभएको बेलामा शरीर अनुसार प्रतिक्रिया जनाउनुको सट्टामा खीष्टले झै व्यवहार गर्नको लगि सहायता गर्नुहोस् भनी परमेश्वरसँग पुकारा गर्न सक्नुहुन्छ । साथ-साथै तपाईले मेरा आपेक्षहरु वा ईच्छाहरु पूरा गराउनु वा गर्न पाउनु चाहिँ मेरो अधिकार हो भन्ने झूठमा विश्वास गर्न सक्नुहुन्छ र ती आपेक्षहरु पूरा नहुँदा शरीर अनुसार व्यवहार गर्नु मेरो अधिकार हो भन्ने झूठ कुरामा विश्वास गर्न सक्नुहुन्छ ।

अपूरो आपेक्षहरुको बारेमा सत्य र झूठ कुरा



सत्य

झूठ

मेरो व्यवहारिक र अव्यवहारिक सबै आपेक्षहरु वा ईच्छाहरु → शारीरिक व्यवहारहरु निरन्तर रुपमा

घ. तपाईको आपेक्षहरुसँग व्यवहार गर्नको लागि परमेश्वरलाई खोज्ने सम्बन्धमा सम्झनुपर्ने मुख्य कुराहरु

- तपाईको व्यवहारिक आपेक्षहरुको लेखि मर्नलाई झन गाह्रो हुन्छ । तापनि जसै तपाई निरन्तर रुपमा विश्वासद्धार हिँड्नुहुन्छ, तपाईले आफैलाई ती कुराहरुको लेखि मर्न ईच्छुक भएको भेटाउनु हुनेछ ।
- तपाईको विश्वासको हिँडाई शुरु-शुरुमा त तपाईको पूरा नभएका व्यवहारिक र अव्यवहारिक आपेक्षहरुको कारणले तपाईले शारीरिक व्यवहारहरु प्रकट गर्नुहुनेछ ।
- जब तपाईले ती शारीरिक व्यवहारहरु दोर्‍याउनुहुन्छ, तब ती कुराहरुलाई स्वीकार गर्नुहोस् र ती आपेक्षहरुबाट फर्कने ईच्छा दिनुहोस् परमेश्वरसँग पुकारा गर्नुहोस् ।
- जसै तपाईले परमेश्वरलाई आफ्नो स्रोतको रुपमा र तपाईको खाँचो पूरा गर्ने व्यक्तिको रुपमा लिएर उहाँमा भरोसा गर्दै हिँड्नुहुन्छ, तब तपाईले आफैलाई आपेक्षाहरु पूरा नभएको बेलामा कम मात्रामा प्रतिक्रिया जनाइरहेको पाउनुहुनेछ ।
- वास्तविक आपेक्षहरुको सम्बन्धमा अनुग्रह गर्न वा दिन गाह्रो हुन सक्छ । यसैकारणले, यस प्रक्रियामा खीष्टलाई तपाईको धैर्यता र लगनशीलता हुन दिनुहोस् ।

परमेश्वरसँग वातचीत : तपाईको व्यवहारिक र अव्यवहारिक अपूरो आपेक्षहरु वा ईच्छाको परिणाम स्वरुप प्रकट भएका शारीरिक व्यवहारहरुलाई देखाई दिनुहोस् भनी परमेश्वरसँग पुकारा गर्नुहोस् । तपाईको आपेक्षहरु पूरा नभएको बेलामा शरीर अनुसार प्रतिक्रिया नजनाउनको निम्ति उहाँसँग सहायता माग्नुहोस् ।

ङ. अपूरो आपेक्षहरुसँग व्यवहार गर्नको लागि विश्वासका कदमहरु

सत्य : तपाईको व्यवहारिक र अव्यवहारिक आपेक्षहरु पूरा नहुँदा तपाईले शारीरिक रुपमा प्रतिक्रिया जनाउनु पर्दैन ।

उदाहरण १ : तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीले तपाईलाई खुशी तुल्याउन सक्छ भन्ने अव्यवहारिक आपेक्ष तपाईसँग छ । तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीले तपाईलाई यसरी वा यो प्रकारले खुशी तुल्याउने छ

भन्ने प्रकारको आपेक्ष तपाईसँग छ । जब तपाईमा यी प्रकारका आपेक्षहरु हुन्छ, त्यो बेलामा कसरी तपाईले विश्वासको कदम चल्ने भन्ने बारेमा केही उदाहरणहरु यहाँ दिइएको छ ।

विश्वासको कदम : प्रभु, मेरो श्रीमान् वा श्रीमतीले मेरो आपेक्षहरु पूरा गरिरहेको छैन । प्रभु म मेरो शारीरिक व्यवहारहरुलाई स्वीकार गर्दछु र पश्चताप गर्दछु । प्रभु तपाईले मलाई मेरा अव्यवहारिक आपेक्षहरुको लेखि मर्ने ईच्छा दिनुहोस् ।

विश्वासको कदम : प्रभु, तपाई नै मेरो साँचो आनन्दको स्रोत हुनुहुन्छ भन्ने सत्यता माथि विश्वास दिलाउनुहोस् । मेरो श्रीमान् वा श्रीमतीले मलाई खुशी तुल्याउँछ भन्ने झूठ कुरा माथि विश्वास नगर्न सहायता गर्नुहोस् र मेरो मनलाई तपाईको सत्यद्धार पूनःनयाँ पार्नुहोस् ।

उदाहरण २ : तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीले तपाईको यौन चाहनालाई सन्तुष्ट पार्नेछ भन्ने व्यवहारिक वा वास्तविक आपेक्ष तपाईसँग छ । जब तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीले तपाईको त्यो आपेक्षलाई पूरा गर्दैन तब त्यसलाई तपाईले अब उसो यौन सम्बन्ध नराख्ने निर्णय गर्नुहुन्छ ।

विश्वासको कदम : प्रभु, मैले मेरो श्रीमान् वा श्रीमतीसँग यौन सम्बन्ध बञ्चित गर्ने जुन प्रकारको शारीरिक व्यवहार मैले गरेको छु, त्यो स्वीकार गर्दछु । तपाईले मेरो शारीरिक व्यवहारलाई ईश्वरीय व्यवहारमा बदल्नुहोस् ताकि मैले मेरो श्रीमान् वा श्रीमतीलाई शर्तरहित रुपमा प्रेम गर्न सकुँ ।

उदाहरण ३ : मानौ, तपाईको शरीर चाहिँ तपाईको कुनै एक आपेक्षको लेखि मर्न ईच्छुक भइरहेको छैन ।

विश्वासको कदम : प्रभु म मेरा …….. आपेक्षको लेखि मर्न ईच्छुक नभएको कुरा तपाईमा म स्वीकार गर्दछु । प्रभु मेरो ईच्छालाई परिवर्तन गरिदिनुहोस् ताकि म यी आपेक्षको लेखि मर्न ईच्छुक हुन सकुँ ।

परमेश्वरसँग वातचीत : तपाईका अपूरो आपेक्षहरुको सम्बन्धमा लागु हुने विश्वासको कदमहरु लेख्नुहोस् र विश्वाससाथ ती कदमहरु चाल्न शुरु गर्नुहोस् ।

अवरोध ४ : अक्षमाशील र अपश्चतापी

मैले धेरै विवाहित जोडीहरुमा देखेका अर्को एउटा मुख्य अवरोध वा समस्या चाहिँ अक्षमाशील र अपश्चतापीपन हो । यी दुईवटा व्यवहारहरुको बारेमा अझ बढ्ता छलफल गरौं ।

अक्षमाशील

सामान्यतय यो प्रक्रिया आपेक्षको साथ शुरु हुन्छ । जब त्यो आपेक्ष पूरा हुँदैन, तब मन दुखाई शुरु हुन्छ । यसै मन दुखाईबाट ऋणीपन उत्पन्न हुन्छ । अर्थात् तपाईलाई मन दुखाउने व्यक्तिप्रति तपाईको भावना वा व्यवहार यस्तो हुन्छ कि “तिमीले मलाई केही दिनुपर्नेछ वा तिर्नु पर्नेछ ।” यो चाहिँ क्षमाशीलताको शुरुवात हो । तपाईले यो भावनालाई तपाईको शारीरिक “अधिकार” सँग मिसाए पछि अक्षमाशीलको व्यवहार वा विचार उत्पन्न हुन्छ वा निर्माण हुन्छ ।

१. अक्षमाशीलताको सम्बन्धमा झूठो कुरा

झूठ

जब तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीले तपाईलाई चोट पुऱ्याउँछ, इन्कार गर्छ वा कुनै पनि प्रकारले तपाईमाथि पापपूर्ण काम गर्छ, तब तपाईसँग उसलाई वा तिनलाई क्षमा नदिने अधिकार छ भनी विश्वास

२. क्षमा नदिनुका कारणहरु

क्षमा नदिनुका कारणहरु यिनै हुन् :

- घमण्ड-कसैलाई क्षमा दिँदा म कमजोरी झै देखिन्छ ।
- यदि मैले क्षमा दिए भने, मैले नियन्त्रण गुमाउन सक्छ ।
- बदला-त्यो व्यक्तिलाई बदला लिनुपर्छ । तिनीहरुलाई सजाय दिनुपर्छ ताकि पाठ सिक्ने छ ।
- क्षमा दिने कुरा चाहिँ सजिलो र अनुचित देखिन्छ । पापलाई बेवास्ता गरको र माफ गरेको जस्तै देखिन्छ ।
- मलाई क्षमा देऊ जस्तो लागेको छैन ।

प्रश्न : के अझै सम्म तपाईसँग आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमती विरुद्ध केही कुराहरु छ ? यदि उसो हो भने, के तपाईले पनि माथि उल्लेखित कारणहरु कै कारणले क्षमा नदिनु भएको हो ?

३. अक्षमाशीलका परिणामहरु के-के हुन् ?

यदि हामीले क्षमा दिदैनौं भने, यसले के परिणाम ल्याउँछ ?

१. यसले तपाईको जीवनमा प्रवाहलाई बन्द गरिदिन्छ ।

२. यसले आन्तरिक अशान्ति ल्याउँछ ।

३. यसले तपाईको श्रीमान् वा श्रीमती विरुद्ध मनमा चोटहरु राखि राख्नलाई प्रोत्साहन दिन्छ ।

४. यसले भावनात्मक रुपमा चिन्ता, पिक्री, तनाव सृजना गर्छ ।

५. यसले शैतानलाई पाइला टेक्ने ठाउँ प्रदान गर्छ र अन्तमा तपाईको जीवनमा एउटा किल्ला खडा गरेर बस्छ ।

६. अन्तमा यसले तपाईको सारा सम्बन्धमा विष हालिदिन्छ र तपाईमा आलोचनात्मक र रिसाउने आत्मा सृजना गर्छ ।

७. यसले तितोपनमा डोऱ्याउँछ ।

प्रश्न : के तपाईले क्षमा नदिनु भएको कारणले माथि उल्लेखित कुनै पनि परिणामहरु अनुभव गर्दै हुनुहुन्छ ?

४. अन्तमा अक्षमाशीलले हामीले बन्दी बनाउँछ ।

जब हामीले कसैलाई क्षमा दिदैनौं, तब हामीले आफैले आफैलाई कैदमा राखिरहेका हुन्छौं । अक्षमाशीलताद्धार हामी त्यो व्यक्तिको नियन्त्रणमा भइरहेको हुन्छौं, जुन व्यक्तिलाई हामीले क्षमा दिएका छैनौं ।

अक्षमाशीलले तपाईमा खीष्टको जीवनको उपस्थितिलाई धमिलो पार्छ हुन्छ र यसले तपाईलाई बन्धनमा राख्छ । क्षमा नदिनको लागि परिक्षित भएको बेलामा तपाईले मनमा यो कुरा राख्न सक्नुहुन्छ । कल्पना गर्नुहोस् कि तपाईले क्षमा नदिएको व्यक्तिले तपाईको खुट्टा समातिरहेको छ । तपाई जहाँ-जहाँ जानुहुन्छ तपाईले त्यो व्यक्तिको शरीरलाई घिसार्दै हिँडिरहेको हुन्छ ।

प्रश्न : के तपाईले यो भन्दा पहिला अक्षमाशीलताले तपाईलाई नै अर्थात् क्षमा नदिने व्यक्तिलाई कैदी बनाईरहेको हुन्छ भन्ने कुरा महशुस गर्नु भएको छ ?

परमेश्वरसँग वातचीत : तपाईको हृदयमा कुनै क्षमा नदिएको कुराहरु छ कि अथवा आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमती विरुद्ध केही कुराहरु छ कि देखाईदिनुहोस् भनी पवित्र आत्मालाई भन्नुहोस् ।

अक्षमाशीलताले क्षमा नदिने श्रीमान् वा श्रीमतीको लागि जेल सिर्जना

अक्षमाशीलताले श्रीमान् र श्रीमतीको बीचमा "पर्खाल" निर्माण गर्दछ ।

जब तपाईले ईट्टाको पर्खाल लगाउनुहुन्छ, तपाईले एक पटकमा एउटा मात्र ईट्टा लगाउनुपर्छ । तपाईले हरेक चोट वा मन दुखाईलाई एउटा ईट्टाको रुपमा लिनुहोस् । जब श्रीमान श्रीमती बीच मनमुटाव हुन्छ र क्षमा दिदैन तब एक-एक ईट्टा गर्दै श्रीमान् र श्रीमतीबीच पर्खाल निर्माण भइरहेको हुन्छ । सायद पर्खालको रुप लिनको लागि वर्षौ लाग्ला तर यसले श्रीमान् र श्रीमतीबीच भावनात्मक पर्खाल सृजना गर्दछ र यसले अन्तमा शारीरिक अलगपन अर्थात् सम्बन्ध विच्छेदतिर डोऱ्याउन सक्छ ।

अक्षमाशीलताले क्षमा नदिने श्रीमान् वा श्रीमती बीच पर्खाल निर्माण

परमेश्वरसँग वातचीत : तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीले विगतको चोटहरुको कारणले दुईहरु बीच पर्खाल पो निर्माण गरिरहनु भएको छ कि सो देखाई दिनुहोस् भनी पवित्र आत्मासँग पुकारा गर्नुहोस् ।

ख.क्षमा दिने बारेमा सत्य कुरा

तपाईले पृष्ठ ८७ मा खीष्टको गुण वा चरित्रहरुलाई हेर्नुहोस् कि क्षमापन वा क्षमा दिने कुरा ती गुणहरु मध्ये एक हो । यदि तपाई भित्र खीष्ट नै हुनुहुन्छ भने, कति बढ्ता गरेर उहाँको क्षमापन तपाईको लागि उपलब्ध छ ? जवाफ हो : सबै ।

सत्य १ : तपाई पापमा डुबिरहेकै बेलामा परमेश्वरले तपाईलाई क्षमा दिनुभयो ।

“तिमीहरु आफ्ना अपराध र शरीर अनुसार बेखतनामा मरेका थियौं, तर परमेश्वरले हाम्रा सबै अपराध क्षमा गरिदिएर उहाँसँगै जीवित पार्नुभयो ।” **कलस्सी २:१३**

हामीलाई क्षमा दिनुभन्दा अगाडि हामीले पाप स्वीकार गरोस् र पश्चताप गरोस् भनेर परमेश्वरले पखर्नु भएन ।

तपाईले आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीलाई क्षमा दिनुभन्दा अगाडि उसले वा तिनले पश्चताप गरोस् भनेर पर्खनु पर्दैन ।

सत्य २ : परमेश्वरले तपाईलाई क्षमा दिनुभएको कारणले अब तपाईको विरुद्धमा उहाँले कुनै पाप राख्नु भएको छैन ।

“हाम्रो विरुद्धमा रहेको तमसुक र त्यसका सबै कानुनी दाबीहरुलाई क्रुसमा कीला ठोकी रद्ध गरिदिनुभयो ।” **कलस्सी २ : १४**

हामीले अघिल्लो पाठमा नै श्रीमान् श्रीमतीले एक अर्कालाई चोट पुऱ्याउने कामद्धार नै अक्षमाशीलताको कुरा सृजना हुन्छ भन्ने बारेमा कुराकानी गरिसकेका छौं मैले कार्ड बाकसलाई यसको उदाहरणको

तपाईले त्यो लेखेर त्यो कार्ड बाकसमा हालेको कल्पना गर्नुहोस् । यदि

रुपमा प्रयोग गर्ने गर्छु । जब-जब तपाईले त्यो चोटलाई आफ्नै स्वामित्वमा राख्नुहुन्छ, त्यतिखेरा

यदि हामीले त्यसो गरिरहेका छौं भने, हामीले तुरुन्तै क्षमा दिएको प्रभु चाहनुहुन्छ ।

निश्चित हुनुहोस् कि तपाईको चोटको बाकसमा एउटै पनि कार्ड नहोस् चोट पुग्ने बितिकै तुरुन्तै क्षमा दिनुहोस् ।

सत्य ३ : तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीको विरुद्धमा कुनै चोटहरु राख्ने बाहना छैन ।

“पश्चिमबाट पूर्व जति टाढा छ, उहाँले हाम्रा अपराधहरु हामीबाट त्यतिकै टाढा हटाईदिनुहुनेछ ।”**भजनसंग्रह १०३:१२**

“म उही हुँ, जसले तेरा अपराधहरु मेरो आफ्नै खातिर मेटिदिन्छु र तेरा पापहरुलाई सम्झदैन । **यशैया ४३ : २५**

ज्ब हामी माथिको पदहरुलाई हेर्छौं, हामी यो देख्छौं कि परमेश्वरले हाम्रा पापहरु हटाउनु मात्रा भएको छैन तर उहाँले अब उप्रान्त सम्झनु पनि हुनेछैन । अर्को शब्दमा, उहाँले अब उप्रान्त हाम्रो विरुद्धमा केही राख्नुहुन्न भन्ने हो । यदि उहाँले हाम्रो विरुद्धमा केही चोट बाँकी राख्नुहुन्न भन्ने, के हामीले हाम्रो श्रीमान् वा श्रीमतीको विरुद्धमा केही चोट राखिराख्नु वा क्षमा नदिनु उचित छ र ?

पावलले **एफिसी ४:३२** मा यस प्रश्नको जवाफ दिएको छ :

जसरी परमेश्वरले खीष्टमा तिमीहरुलाई क्षमा गर्नुभयो, त्यसरी नै एउटा अर्कालाई क्षमा गरेर तिमीहरु एउटा अर्काप्रति कोमल मनका र दयालू होओ ।”

पाँचौ दिन

सत्य ४ : जब परमेश्वरले क्षमा दिनुहुन्छ, उहाँको पूर्ण छ ।

“अब सिद्धियो ।” यूहन्ना १९ : ३०

जब येशूले क्रुसमा “अब सिद्धियो” भनेर भन्नुभयो, उहाँले भन्दै हुनुहुन्थ्यो कि मैले पूर्ण रुपमा मूल्य तिरे । यसैकारण, जब तपाईले आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीलाई क्षमा दिनुहुन्छ तपाईले पनि पूर्ण रुपमा क्षमा दिनुपर्छ ।

ग. क्षमापनको परिणामहरु के-के हुन् ?

१. पहिलो र अति महत्वपूर्ण परिणाम यो हो कि क्षमापनले तपाई र तपाईको र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीको जीवनमा खीष्टको जीवनको प्रवाहलाई पुर्नस्थापना गर्दछ ।

“दाखको बोट म हुँ, तिमीहरु चाहिँ हाँगाहरु हौं । यदि कोही ममा रह्यो भने र म त्यसमा रहें भने, त्यसले धेरै फल फलाउँछ किनकी मबाट अलग रहेर तिमीहरु केही गर्न सक्दैनौं ।” **यूहन्ना १५ : ५**

हामीले पहिला नै भन्यो कि क्षमा नदिनले तपाई तपाईमा खीष्टको जीवन प्रवाहलाई काटिदिन्छ वा रोकिदिन्छ । क्षमापनले खीष्टको जीवन जस्तै प्रेम, स्वीकार इत्यादि निरन्तर रुपमा प्रवाह गराउँदछ ।

२. क्षमापन चाहिँ तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीको सम्बन्धलाई निको पार्ने पहिलो कदम हो ।

“यसकारण तिमीले वेदीमा आफ्नो भेटी चढाउँदा तिम्रो भाइको हृदयमा तिम्रो विरुद्धमा केही छ भन्ने तिमीलाई याद भयो भने, तिम्रो भेटी वेदीको सामू छोड र जाउ, पहिला आफ्नो भाइसँग मिलाप गर र त्यसपछि आएर आफ्नो भेटी चढाऊ ।” **मत्ती ५:२३, २४**

तपाईको काम चाहिँ क्षमा दिनु हो र सम्बन्धलाई पुर्नस्थापना गर्नु हो । तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीले क्षमा ग्रहण गर्छ वा गर्दैन भन्ने कुरासँग कुनै सरोकर छैन । यदि तपाई खीष्टको नम्रतामा हिँडेर चोट पुऱ्याउने व्यक्तिलाई क्षमा दिनुहुन्छ भने, तपाईको त्यो सम्बन्ध पुर्नस्थापना गर्ने कदमलाई परमेश्वरले आदर गर्नुहुनेछ ।

३. क्षमापनले तपाईलाई शर्तरहित रुपमा तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीलाई प्रेम गर्न र स्वीकार गर्न स्वतन्त्र तुल्याउँछ ।

"स्वतन्त्रताको निम्ति खीष्टले हामीलाई स्वतन्त्र पार्नुभएको छ । यसकारण दह्रा भएर खडा होओ र फेरि दासत्वको जुवामूनि नपर ।" **गलाती ५ : १**

क्षमापनले तपाईको जेलको पर्खाललाई भत्काउँदछ र तपाईलाई स्वतन्त्र पार्दछ । तपाईले खीष्टमा प्राप्त स्वतन्त्रतामा तपाई हिड्न सक्नुहुन्छ । साथ-साथै तपाईले शर्तरहित रुपमा आफ्नो श्रीमान् र श्रीमतीलाई प्रेम गर्न र स्वीकार गर्न सक्नुहुन्छ ।

घ. अन्तमा परमेश्वरले तपाईलाई क्षमाको हृदयको अनुभव गर्नलाई बदल्नु हुनेछ ।

हामीले केवल क्षमा मात्र दिएको परमेश्वर चाहनुहुन्न । हामीमा क्षमाको हृदय वा विचार भएको परमेश्वर चाहनुहुन्छ ।

यसकारण परमेश्वरका चुनिएकाहरु पवित्र र प्रिया भएर तिमीहरुले क्षमा................हृदय धारण गर, कसैको विरुद्धमा केही दोषको कारण छ भने, एक-अर्कालाई क्षमा गर जसरी प्रभुले तिमीहरुलाई क्षमा गर्नुभएको छ ।" **कलस्सी ३:१२ ख, १३ क**

हृदयको अर्थ चाहिँ मन वा भावना हो । पावलले हामी म क्षमाको मन वा भावना हुनुपर्छ भनेर भन्दैछु । हामीले क्षमा दिनुपर्ने बेलामा क्षमा दिन्छौं तर परमेश्वरको अन्तिम उदेश्य चाहिँ तपाईलाई परिवर्तन गर्नु हो ताकि तपाईमा क्षमाको भावना होस् । जसको कारण तपाईमा सधै तुरुन्तै क्षमा दिने ईच्छा हुनेछ । हामी यसको बारेमा **मत्ती १८:२१-२२** मा देख्छौं ।

"तब उहाँ कहाँ पत्रुसले भने, "प्रभु मेरो भाइले कति पटक मेरो विरुद्धमा अपराध गरे मैले क्षमा गर्ने ? के सात पल्ट सम्म ? २२- येशूले तिनलाई भन्नुभयो "म तिमीलाई भन्दछु सात पल्ट होइन, तर सत्तरी गुणा सात पल्ट ।"

येशूले हामीलाई यो पदमा के भनिरहनु भएको छ त ? के येशूले हामीलाई केवल ४९० पल्ट क्षमा दिनुपर्छ भनेर भनिरहनु भएको हो त ? म त्यसो हो भनी विश्वास गर्दिन । यहाँनिर येशूले हामीमा क्षमाको भावना हुनुपर्छ भन्ने कुरा भनिरहनु भएको छ भनी म विश्वास गर्दछु । क्षमाको मन वा भावना भएको कारणले तपाईको पहिलो जिम्मेवार चाहिँ क्षमा दिनु हो ।

अन्तमा यस बारेमा सोच्नुहोस् :

यदि तपाईले पहिला शुरुमा नै उक्त चोटको स्वामित्व लिनु भएन भने, अर्थात् क्षमा दिनुभएन भने, के तपाईले पछि क्षमा दिनु पर्ला ?

मनन गर्नु : यदि कुनै पनि चोट वा मन दुखाईको स्वामित्व वा जिम्मा तपाईले लिनु भएन भने, त्यहाँ क्षमा दिने कुरै हुँदैन भन्ने सत्य माथि मनन गर्नुहोस् ।

परमेश्वरसँग वातचीत : परमेश्वरसँग क्षमा ईच्छा वा मन दिनुहोस् भनेर पुकारा गर्नुहोस् ।

घ. क्षमापनको सम्बन्धमा सम्झनुपर्ने मुख्य सत्यताहरु

- तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीको विरुद्ध केही कुरा छ भने ती देखाईदिनुहोस् भनी पवित्र आत्मासँग पुकारा गर्नुहोस् ।
- ती आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीको विरुद्ध भएका कुराहरु क्षमा दिनको लागि विश्वस्त दिलाउनु होस् भनी उहाँसँग पुकारा गर्नुहोस् ।
- यदि तपाईलाई क्षमा दिने ईच्छा वा मन छैन भने, उहाँसँग क्षमा दिने मन वा ईच्छा दिनुहोस् भनी पुकारा गर्नुहोस् ।
- तपाईको वैवाहिक जीवनको कुनै क्षेत्रमा चाहिँ क्षमा दिन ईच्छुक हुनको लागि लामो समय लाग्न सक्छ । किनकी क्षमा नदिने भावनाले गहिरो जडा गाडिसकेको हुन्छ ।
- तपाईले नै पहिला क्षमा दिनुपर्छ भनेर परमेश्वरले विश्वास नदिलाउञ्जेल निरन्तर विश्वासद्धार हिडिरहनुहोस् ।
- तपाईलाई त्यो स्थान वा अवस्थामा पुऱ्याउनको लागि परमप्रभुसँग पुकारा गर्नुहोस् जहाँ तपाईले कुनै पनि चोटको स्वामित्व लिनुहुनेछैन ।

ङ. तपाईको अक्षमाशीलता हटाउनको लागि परमेश्वरलाई संलग्न गराउने वा निम्त्याउने

सत्य : खीष्टले तपाईलाई पूर्ण रुपमा क्षमा दिनुभएको कारणले, अब तपाईले आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीलाई क्षमा नदिने र आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीप्रति गरेको शारीरिक व्यवहारहरुको लागि पश्चताप गर्नुपर्दैन भनी कुनै बाहना गर्न पाउनुहुनेछैन ।

उदाहरण १ : तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीले तपाईलाई चोट पुऱ्याएको छ र यसको स्वामित्व तपाईले लिनुभएको छ ।

विश्वासको कदम : प्रभु, मैले त्यो चोटलाई लिएकोमा मलाई क्षमा दिनुहोस् र मेरो हृदयलाई अक्षमाशीलताबाट क्षमाशीलतामा बदल्नुहोस् ।

विश्वासको कदम : प्रभु, तपाईले मलाई पूर्ण रुपमा क्षमा दिनुभएको कुरा र मसँग मेरो श्रीमान् वा श्रीमतीलाई पूर्ण रुपमा क्षमा नदिने अधिकार छैन भन्ने कुरा याद गराउनुहोस् । खीष्टमा मसँग उहाँको पूर्ण रुपमा क्षमा प्राप्त छ भन्ने कुरा गहिरो रुपमा विश्वास दिलाउनुहोस् । यसैकारण मेरो श्रीमान् वा श्रीमतीलाई क्षमा नदिने कुनै कारण वा बाहना छैन ।

उदाहरण २ : मानौं कि तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीले तपाई चोट पु¥याएको छ र ऊ वा तिनलाई क्षमा दिनको लागि तपाईलाई गाह्रो भइरहेको छ ।

विश्वासको कदम: प्रभु, मेरो श्रीमान् वा श्रीमतीलाई मैले क्षमा दिन सकिरहेको छैन । तपाईले मलाई अक्षमाशीलताबाट क्षमाशीलतामा बदल्नुहोस् भनी तपाईमा भरोसा गर्दैछु ।

विश्वासको कदम: प्रभु, मलाई क्षमा दिने ईच्छा मात्र नभई मलाई नै पूर्णरुपमा बदल्नुहोस् ताकि ममा निरन्तर क्षमा दिने मन वा भावना होस् ।

परमेश्वरसँग वातचीत : यदि तपाईले आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीलाई क्षमा दिइरहेको छैन भने, अब क्षमा दिनको लागि चाल्नुपर्ने विश्वासको कदमहरुलाई तल लेख्नुहोस् ।

अपश्चतापी

अपश्चताप चाहिँ क्षमाको विपरित कुरा हो । पश्चताप नगर्ने मामिलामा तपाई एक अपराधी हुनुहुन्छ । किनकी तपाई नै त्यो व्यक्ति हुनुहुन्छ जसले आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीको विरुद्धमा अपराध वा नराम्रो काम गरेको छ । जब तपाईले कुनै अपराध गर्नुहुन्छ, त्यसपछि तपाईसँग पश्चताप गर्ने वा नगर्ने भन्ने छनौट हुन्छ ।

क. पश्चताप नगर्ने सम्बन्धमा झूठो कुरा

झूठ

यद्यपि तपाई अपराधी भए पनि, पश्चताप नगर्नु मेरो अधिकारको कुरा हो भन्नु चाहिँ झूठो कुरा हो ।

एउटै कारणले श्रीमान् श्रीमतीहरुले एक अर्कासँग पश्चताप गर्दैनन् र परमेश्वरसँग पनि आफ्नो पापको पश्चताप गर्दैनन् । त्यो हो घमण्ड उनीहरुले एक अर्काप्रति नराम्रो काम गरे पनि र परमेश्वरको विरुद्ध पाप गरे पनि उनीहरुको घमण्डले उनीहरुलाई पश्चताप गर्न दिदैंन । उनीहरु चाहिँ “पश्चताप” गरे पनि नगरे पनि यो मेरो अधिकार हो भन्ने शारीरिक अधिकारमा झुण्डिरहेका हुन्छन् ।

<u>यसको बारेमा सोच्नुहोस् :</u> आफ्नो श्रीमान् श्रीमतीसँग पश्चताप गर्नुभन्दा परमेश्वरसँग पश्चताप गर्नु किन सजिलो छ ?

<u>परमेश्वरसँग वातचीत</u> : तपाई आफ्नो वैवाहिक जीवनमा तपाईले कुन क्षेत्रमा आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीको विरुद्धमा नराम्रो काम गरेर पनि पश्चताप गरेको छैन, सो देखाई दिनुहोस् भनी परमप्रभुसँग पुकारा गर्नुहोस् ।

तलको प्रश्नलाई तपाईले कसरी जवाफ दिनुहुन्छ ?

यदि तपाईले पश्चताप गर्ने कुरालाई छान्नुहुन्न भन्ने, यसले तपाईको विवाहमा के कस्तो प्रभाव पार्ला भन्ने तपाईलाई लाग्छ ?

यदि तपाईले शरीर अनुसार जिउने कुरालाई रोज्नु हुन्छ भने, तपाई पश्चताप गर्दिन भनेर जिद्धी गरेर शारीरिक अधिकारमा झूण्डिराख्नु हुनेछ ।

तापनि त्यही शारीरिक अधिकारमा झूण्डिराख्ने कुराले तपाईको विवाहमा मृत्यु ल्याउँछ । त्यो मृत्यु ल्याउँछ । त्यो मृत्युको रुपहरु इन्कार, अझ द्वन्द्व, तितोपन, भावनात्मक अलगपन इत्यादि हुन् ।

<u>प्रश्न</u>: के तपाईले आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीको विरुद्धमा केही नराम्रो काम गर्नु भएको छ जुन तपाईले पश्चताप गर्नु खाँचो छ ? यदि छ भने, तपाईले पश्चताप नगरेको कारणले यसले तपाईको सम्बन्धमा के सृजना गरिरहेको छ ?

<u>परमेश्वरसँग वातचीत</u> : तपाईको अपश्चतापीपनले तपाईको विवाहमा पैदा गरिरहेको "मृत्यु" लाई प्रकट गरिदिनुहोस् भनी परमेश्वरसँग पुकारा गर्नुहोस् ।

<u>ख. पश्चतापको बारेमा सत्यता</u>

सत्य

खीष्टद्धार जिउनु भनेको चाहिँ तपाईले पश्चताप गर्नु चाहनु हो किनकी तपाई आफ्नो विवाहमा मिलाप र एकताको चाहना गर्नुहन्छ

"जतिलाई म माया गर्छु, म तिनीहरुलाई हप्काउँछु, र ताडना दिन्छु । यसकारण उत्साहित होओ, पश्चताप गर ।" **प्रकाश ३:१९**

पश्चतापको मन वा ईच्छा चाहिँ नम्रताको चिन्ह हो । पश्चतापले भन्छ, "मैले गल्ती गरे, यसमा म दु:खित छु ।" येशूले **प्रकाश ३:१९** मा भन्नुभयो "उत्साहित होओ, पश्चताप गर ।" अर्को शब्दमा भन्नु हो भने पश्चताप गर्ने मन हुनु र पश्चताप गरिरहनु हो । यति खेरा एउटा साधारण प्रश्न यो छ कि "तपाई आफ्नो वैवाहिक जीवनमा अपश्चतापीपनले ल्याएको मृत्युमा जिउन चाहनुहुन्छ कि पश्चतापले ल्याउने मिलाप र एकतामा जिउन चाहनुहुन्छ ?"

तपाईको आफ्नै सामर्थ र ईच्छा शक्तिद्धार तपाईको शारीरिक अपश्चतापी शक्ति कमथि विजय प्राप्त गर्न असक्षम हुन सक्छ । यदि उसो हो भने, परमेश्वरको शक्तिको खोजी गर्नुहोस् र पहिला उहाँसँग पश्चताप गर्ने ईच्छा माग्नुहोस् र त्यसपछि तपाईमा पश्चतापी मन पैदा गर्नुहोस् भनी पुकारा गर्नुहोस् । जब तपाईमा पश्चतापी मन हुन्छ, तब तपाईले कुनै पनि कुरामा आफैले नै पहिला शुरुमा मैले गल्तीी गरे, क्षमा दिनुहोस् भनेर भन्नुहुनेछ ।

परमेश्वरसँग वातचीत : अपश्चतापी मनबाट तपाईलाई ख्रीष्टको जस्तै पश्चतापी मन वा भावनातिर लैजानुहोस् भनी परमेश्वरसँग पुकारा गर्नुहोस् ।

ग.तपाईलाई पश्चतापमा डोऱ्याउनुहोस् भनी परमेश्वरको खोजी गर्ने सम्बन्धमा सम्झनु पर्ने मुख्य सत्यहरु :

१. अपश्चतापीपनले तपाईको जीवनमा परमेश्वरको जीवन र शक्तिको प्रवाहलाई बन्द वा काटिदिन्छ ।

२. शुरु-शुरुमा शरीरले तपाईलाई पश्चताप गर्न देखि रोक्न खोज्नेछ ।

३. यसैकारण, शरीरबाटको बाधा वा विरोध नहटुञ्जेलसम्म निरन्तर रुपमा विश्वासको कदम चालि राख्नुहोस् ।

४. यदि तपाईले पश्चताप गर्ने मन लागिरहेको छैन भने, उहाँसँग पश्चताप गर्ने इच्छा माग्नुहोस् ।

५. जब सम्म परमेश्वरले तिमीले नै पहिला क्षमा माग्नुपर्छ भनेर तपाईको हृदयमा यकिन गराउनुहुन्न तबसम्म विश्वासद्धार हिडिरहनुहोस् ।

६. परमेश्वरले तपाईलाई पश्चताप गर्ने ईच्छा मात्र दिनुहुन्न, उहाँले तपाईमा पश्चतापको मन वा भावना सृजना गर्नुहुनेछ ।

घ. अपश्चतापीपनलाई हटाउनको निम्ति परमेश्वरलाई संलग्न गराउनको लागि चाल्नुपर्ने विश्वासका कदमहरु

उदाहरण : मानौं, तपाईल् आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीलाई रीस उठाई दिएको छ र तपाई पश्चताप गर्न ईच्छुक हुनुहुन्न ।

विश्वासको कदम : प्रभु, मैले मेरो श्रीमान् वा श्रीमतीप्रति पश्चताप गर्नु खाँचो छ भन्ने कुरा प्रकट गरिदिनुहोस् । अपश्चतापीपनले हाम्रो सम्बन्धमा केवल मृत्यु ल्याउँछ भन्ने कुरा मलाई विश्वास दिलाउनुहोस् ।

विश्वासको कदम : प्रभु, मैले मेरो श्रीमान् वा श्रीमतीप्रति गरेको गलत कार्यका् लागि पश्चताप गर्न ईच्छुक भइरहेको छैन । प्रभु म तपाईसँग पश्चतापी मन दिनुहोस् भनी पुकारा गर्दछु ।

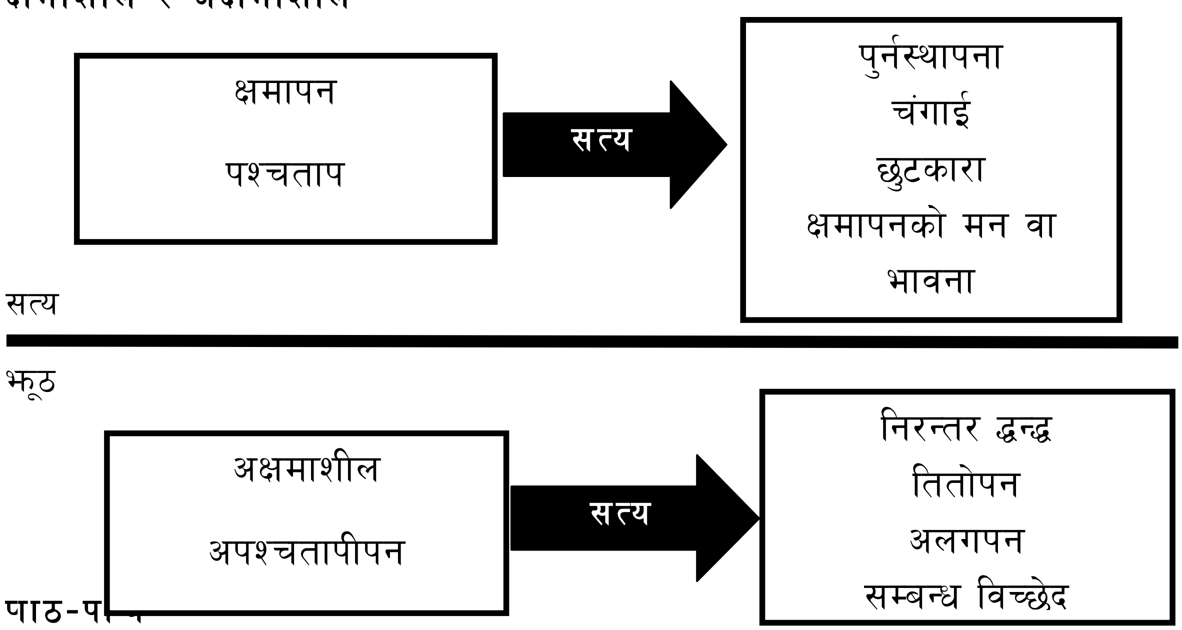
विश्वासको कदम : प्रभु, मलाई पश्चताप गर्ने इच्छा मात्र होइन तर मलाई नै परिवर्तन गर्नुहोस् ताकि ममा पश्चतापी मन वा भावना होस् ।

परमेश्वरसँग वातचीत : यदि तपाईले आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीलाई क्षमा दिइरहेको छैन भने, अब क्षमा दिनको लागि चाल्नुपर्ने कदमहरु तल लेख्नुहोस् ।

ङ. अक्षमाशीलता र अपश्चतापीपनको सम्बन्धमा छनौट

छनौट : तपाई अपश्चतापीपन र अक्षमाशीलतामा निरन्तर रुपमा अगाडि बढ्न सक्नुहुन्छ जसले इन्कार, द्वन्द्ध, तीतोपन, भावनात्मक अगलपन निम्त्याउँछ र अन्तमा यसले सम्बन्ध विच्छेदमा पुऱ्याउन सक्छ । अथवा क्षमा दिएर र पश्चतापी भएर जिउन सक्नुहुन्छ जसले घनिष्टता, एकता, नम्रता र अक्षमाशील र पश्चतापी बन्धनबाट छुटकारा ल्याउँछ ।

क्षमाशील र अक्षमाशील



पाठ-पा

के तपाईलाई आफ्नो र आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीको साँचो परिचय थाहा छ ?

पाँचौ दिन

परिचय

यसैकारण कोही खीष्टमा छ भने, ऊ नयाँ सृष्टि (नयाँ परिचय) हो, पूरानो (पूरानो परिचय) बितिगयो, हेर नयाँ (नयाँ परिचय) आएको छ ।" **२ कोरिन्थी ५:१७**

खीष्ट केन्द्रित विवाहमा खडा हुने पाँचौं मुख्य अवरोध चाहिँ :

तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमती आफ्नो साँचो परिचय थाहा

म व्यक्तिगत रुपमा यो विश्वास गर्दछु कि हामी एक अर्काको साँचाो परिचय थाहा नगरेसम्म खीष्ट केन्द्रित विवाह अनुभव गर्न गाह्रो छ । किन ? किनभने खीष्ट केन्द्रित विवाह अनुभव गर्नको लागि एउटा आधारभूत कुरा चाहिँ श्रीमान् श्रीमतीले एक अर्काको साँचो परिचयलाई चिन्नु वा थाहा पाउनु हो । मैले जोडीहरुलाई चेला बनाउने क्रममा कति जोडीहरुले चाहिँ आफूसँग नयाँ परिचय छ भन्ने कुरा थाहा नपाएको मैले भेटाएको छु । जसै उनीहरुले आफ्नो साँचो परिचयलाई पत्ता लगाउँछ र त्यस सत्यतामा चल्छ, उनीहरु आफूलाई हेर्ने र एक-अर्कालाई हेर्ने दृष्टिकोण पूर्ण रुपमा परिवर्तन हुन्छ । यो सत्यलाई यस कारणले पनि बुझ्नु जरुरी छ कि जब जोडीहरु म कहाँ आएर उनीहरु बीच भइरहेको समस्याहरु बनाउँछ, उनीहरुले आफ्नो जोडीको बारेमा उनीहरुको शारीरिक व्यवहारहरुमा आधारित भएर (नकारात्मक) ऊ यस्तो वा त्यस्तो नराम्रो व्यक्ति भनेर भन्ने गरेका छन् ।

उदाहरणको लागि, उनीहरुले यसो भन्न सक्छन् "मेरो श्रीमान वा श्रीमती चाहिँ दबाबमा राख्ने व्यक्ति वा रिसालु व्यक्ति हुनुहुन्छ भनेर भन्छन् । यदि तपाईलाई आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीको साँचो परिचय थाहा नपाउँदाको समस्या यो हो कि तपाईले ऊ वा तिनी कस्तो वा को हुन् भन्ने कुराहरु ऊ वा तिनको शारीरिक व्यवहारको आधारमा निर्धारण गर्ने गर्छन् । यदि श्रीमान्श्रीमती दुवै जना साँचाो परिचयमा केन्द्रित हुनुको सट्टामा शारीरिक कुरामा केन्द्रित हुन्छन् भने, यसले सधैं द्वन्द्व निम्त्याउँछ । यसैकारण, यस पाठमा हामी खीष्टमा तपाईको साँचो परिचयको सत्यता माथि केन्द्रित हुनेछौं । शुरु गर्नु भन्दा अगाडि, जसै यस पाठ भएर जानुहुन्छ, तपाईले आफ्नो मनमा यो सत्यतालाई राख्नुहोस् ।

मुख्य सत्य

तपाईको व्यवहारले तपाईको साँचो परिचयलाई निर्धारण गर्दैन ।

हामीले कसरी हाम्रो पूरानो परिचयलाई विकास गऱ्यो ?

खीष्टमा तपाईको साँचो परिचयमा पस्नु भन्दा अगाडि, म तपाईसँग कसरी तपाईको “पूरानो परिचय” निर्माण भयो भन्ने बारेमा कुरा गर्न चाहन्छु ।

जन्म देखि नै तपाईले आफ्नो बारेमा खबर वा सन्देशहरु प्राप्त गर्दै आउनुभएको छ । ती सन्देश वा खबरहरु दुई प्रकारले आउँछ, एउटा सकारात्मक र अर्को नकारात्मक । उदाहरणको लागि, नकारात्मक सन्देश यस्तो हुन सक्छ :

“तिमी असफल व्यक्ति हो ” तिमीले कहिल्यै राम्रो गर्न सक्दैनौं । तिमीले गर्न सक्ने यति नै हो । सकारात्मक सन्देश यस प्रकार आउँछ :

“म तिमी देखि गर्न गर्छु ।”“तिमीले गर्न सक्छ ।”“तिमी विशेष व्यक्ति हो ।”

तपाईहरु कतिले यो मिश्रित सन्देश सुनिसक भएको होला । याद गर्नुहोस् कि यी सन्देशहरु तपाईले सुन्ने गरि बोलेर भन्नेको हुन सक्छ वा नसुन्ने गरी भनेको पनि हुन सक्छ ।

तिमीले गर्न सक्ने पनि नै हो ।

तिमी असफल व्यक्ति हो ।

म तिमीलाई माया गर्दिन ।

तिमीले यो गर्न सक्छ ।

म तिमीप्रति गर्न गर्छु ।

म तिमीलाई माया गर्छु ।

अभ्यास : तपाई बढ्दै गर्दा आफ्नो परिवार, बाबा आमा, साथीहरुले तपाईको बारेमा के-के कुराहरु भनेको तपाईले सुन्नुभयो । ती पृष्ठ १३१ मा भएको खाली बाकसहरुमा लेख्नुहोस् ।

जसै तपाईले यी सन्देशहरु धेरै पटक सुन्न भएपछि तपाईले ती सन्देशहरु अनुसार तपाईले आफ्नो बारेमा म यस्तो हुँ यस्तो व्यक्ति भनेर विश्वास गर्न थाल्नुभयो । यस बारेमा अघि बढ्नु भन्दा अगाडि एउटा मुख्य सत्यलाई हेरौं ।

मुख्य सत्य

परमेश्वरको वचन विपरित तपाईले आफ्नो बारेमा जे विश्वास गर्नुभएको छ ती सबै झूठ वा गलत विश्वास हो ।

तपाईले धेरै पटक दोहोऱ्याई सुन्नुभएको सन्देशहरु चाहे त्यो सकारात्मक वा नकारात्मक सन्देश किन नहोस्, यदि त्यो परमेश्वरको वचन अनुसार छैन भने, ती गलत विश्वास हुन् । तपाईले दोहोऱ्याई दोहोऱ्याई सुन्नुभएका ती सकारात्मक र नकारात्मक सन्देश चाहिँ सकारात्मक र नकारात्मक विश्वासको रुपमा विकास भएको हुन्छ ।

दोहोऱ्याई-दोहोऱ्याई सुनेका झूठा सन्देशहरुले झूठा विश्वास पैदा गराउँदछ र हामी सकारात्मक र नकारात्मक झूठा वा गलत विश्वासलाई हेरौं ।

नकारात्मक गलत विश्वास :"म असफल व्यक्ति हुँ ।"

सकारात्मक गलत विश्वास : " म आफैमा पर्याप्त वा योग्य हुँ ।"

म यस्तो हुँ भनी विश्वास गर्छु वा मलाई यस्तो महशुस हुन्छ :

अयोग्य	**आफैमा सुरक्षित**
अस्वीकार्य	**आफैमा निर्धक्क**
त्यागिएको	**आफैमा पर्याप्त**
एक असफल व्यक्ति	**सफल**
चिन्तित	**आफैमा भर पर्ने**
अपर्याप्त	**नियन्त्रण गर्ने व्यक्ति**
कमजोर	**आफैमा भरपूरी**
हारेको वा हारुन	**स्वःपूर्णता**
असुरक्षित	**निडर**
डरछेरुवा	**आफैमा बलवान**

अभ्यास : आफ्नो बारेमा तपाईले जो विश्वास गर्नुभएको छ वा आफैलाई कस्तो लाग्छ सो पृष्ठ १७२ को गोलो वृतचित्र भित्र लेख्नुहोस् ।

तपाईलाई मैले भन्नुपर्छ कि पर्छ माथि उल्लेखित सबै विश्वासहरु गलत विश्वासहरु हुन् । देब्रे पट्टिकोलाई म नकारात्मक गलत विश्वास भनेर भन्छु र दाहिने पट्टिकोलाई सकारात्मक गलत विश्वास भनेर भन्छु ।

सकारात्मक गलत विश्वासहरु ठीकै जस्तो देखिन्छ तर ती गलत विश्वासहरु हुन् भनेर कसरी थाहा पाउने त ? त्यसलाई छुट्याउने मुख्य शब्द हो "स्व वा आफै" तपाईले आफ्नो बारेमा जे विश्वास गर्नुभए पनि यदि त्यसमा स्व वा आफै भन्ने शब्द जोडिएको छ भने त्यो गलत विश्वास हो ।

यदि तपाईको बारेमा माथि उल्लेखित एक वा एक भन्दा बढी विश्वासहरु सही हो भन्ने लाग्छ भने, अझैसम्म तपाईले गलत विश्वास राख्दै हुनुहुन्छ । ती गलत विश्वासले के कस्तो नकारात्मक प्रभाव पार्छ भन्ने कुरा हेरौं । तर पहिला तलको अभ्यास गर्नुहोस् ।

अभ्यास : ममाथिको दुवै सूचीहरु गलत हो भनेर छुट्याउनको लागि हरेक वाक्यको पछाडि "खीष्टियान" भन्ने शब्द जोड्नुहोस् । उदाहरणको लागि "त्यागिएको वा इन्कार गरिएको खीष्टियान" र "आफैमा भर पर्ने खीष्टियान" जब तपाईले आफ्नो विश्वासमा खीष्टियान भन्ने शब्दलाई जोड्नुहुन्छ मलाई आशा छ कि यो गलत विश्वास झै सुनिन्छ ।

गलत विश्वास अनुसार जिउनाले शारीरिक व्यवहारहरुलाई पैदा गराउँछ ।

गलत विश्वासको मुख्य समस्या यो हो कि यसबाट शारीरिक व्यवहारहरु पैदा हुन्छ र यसले तपाईको विवाहमा नकारात्मक असर पार्छ ।

आफ्नो बारेमा भएको गलत विश्वास अनुसार जिउँदा यसले शारीरिक मन वा शारीरिक व्यवहारहरु निम्त्याउँछ । सकारात्मक र नकारात्मक गलत विश्वासद्धार पैदा हुने शारीरिक व्यवहारहरुको उदाहरणलाई हेरौं ।

नकारात्मक गलत विश्वासको कारण पैदा हुने शारीरिक व्यवहारको उदाहरण : यदि तपाईले आफू अपर्याप्त वा अयोग्य व्यक्ति हुँ भनेर विश्वास गर्नुभएको छ भने, यसको कारणले आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीबाट इन्कार, आलोचना, न्याय गर्ने जस्ता शारीरिक व्यवहारहरु आउन सक्छ ।

सकारात्मक गलत विश्वासको कारणले पैदा हुने शारीरिक व्यवहारको उदाहरण

यदि तपाईले आफू एक आफैमा निर्धक्क हुने व्यक्ति हुँ भनी विश्वास गर्नुभएको छ भने, यसबाट उत्पन्न हुन सक्ने केही शारीरिक व्यवहारहरु, जस्तै घमण्ड, आफैलाई उचाल्ने, नियन्त्रण गर्ने इत्यादि हुन् ।

अभ्यास :पृष्ठ १०० देखि १०६ मा गएर चारवाट शारीरिक व्यवहारहरुलाई छान्नुहोस् र पृष्ठ १७२ को वृत चित्रको मूनि लेख्नुहोस् ।

तपाईको गलत विश्वासहरुले तपाईको पूरानो परिचय निमार्ण गरेको हो ।

आदम "मा"

"किनकी जसरी आदममा सबै मर्दछन् ...." **१ कोरिन्थी १५ : २२ क**

हाम्रो शारीरिक जन्ममा, हामीले आदमको आत्मिक अवस्थालाई प्राप्त गरेका छौं । अर्को तरिकाले भन्नु हो भने, हामी सबै आदमको जीवनको अर्थात् वैशंजको इनारबबाट आएका हौं । हामी सबै जना शारीरिक रुपमा आदममा नै जन्मेका हौं ।

आदममा हाम्रो परिचयको अर्थ चाहिँ मुक्ति उद्धार पाउनु अगाडि हामीले यी कुराहरु धारण वा प्राप्त गरेका छौं ।

- **आत्मिक मृत्यु-१ कोरिन्थी १५:२२**
- **परमेश्वरको जीवन र शक्तिबाट अलग- एफिसी ४ : १८, यशैया ५९ :२**
- **पूरानो परिचय (गलत विश्वासद्धार निर्मित) - हितोपदेश २३ : ७**

हामी अर्को वृत चित्रमा आदममा जन्मनु भनेको के हो भन्ने कुराको उदाहरण हेर्नेछौं ।

सारा मानव जाति "आदममा" जन्मेका हुन् ।

आदममा
(सारा मानव
जाति)मुक्ति पाउनु भन्दा
अगाडि :
तपाईमा आदमको
यी कुराहरु थिए :
आत्मिक मत्य.

"ख्रीष्टमा"

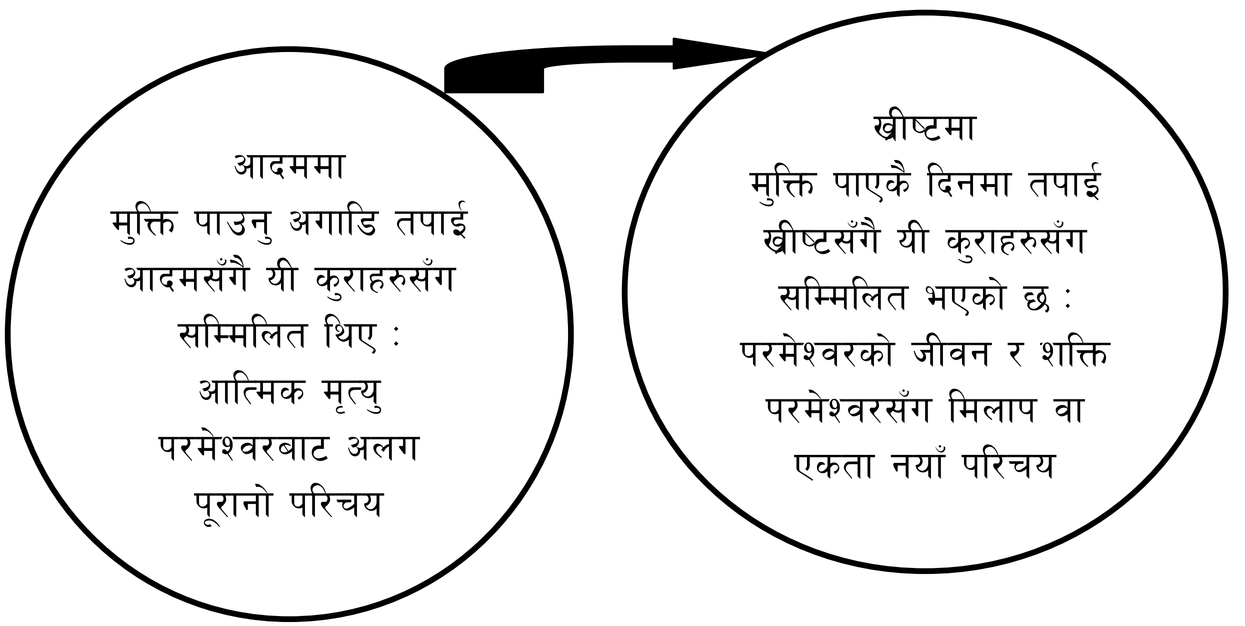
"……….त्यसै गरी ख्रीष्टमा सबै जीवित पारिनेछन् ।" **१ कोरिन्थी १५:२२ ख**

तर ख्रीष्टमा विश्वास गरेको कारणले अब तपाई आदम सँगै आत्मिक मृत्यु, परमेश्वरबाट अलग र पूरानो परिचयसँग तपाई परिचित वा सामेल हुनुहुन्न मुक्ति पाएकै घडीमा परमेश्वरले तपाईलाई आदमबाट निकालेर ख्रीष्टमा राखिदिनु भएको छ जसको कारण अब तपाई ख्रीष्टसँग परिचित हुनुहुन्छ ।

तलको चित्रमा कसरी परमेश्वरले तपाईलाई आदमबाट निकालेर ख्रीष्टमा राखिदिनु भएको छ भन्ने कुरा तलको चित्रमा देखाएको छ ।

<u>दोस्रो दिन</u>

परमेश्वरले तपाईलाई आदमबाट निकालेर ख्रीष्टमा राख्नुभयो ।



मुक्ति पाउनु भन्दा अगाडि आदममा तपाईको पूरानो परिचय थियो ।
तर अब ख्रीष्टमा तपाईको नयाँ परिचय छ ।

<u>अब ख्रीष्टमा तपाईको नयाँ अवस्था के छ ?</u>

<u>१. तपाई आत्मिक रुपमा जीवित हुनुभएको छ।</u>

परमेश्वरले तपाईलाई मृत्युबाट जीवनमा ल्याउनु भएको छ । हामी यी कुरा **१ कोरिन्थी १५ : २२** मा देख्छौं ।

“किनकी जसरी आदममा सबै मर्छन्, त्यसै गरी ख्रीष्टमा सबै जीवित हुनेछन् ।” **१ कोरिन्थी १५:२२**

२. अब तपाई परमेश्वरसँग एक हुनुभएको छ ।

अब तपाई परमेश्वरदेखि अलग हुनुहुन्न । हामीले यो पहिला नै **यूहन्ना १४:२०** मा हेर्‍यौं ।

“त्यो दिनमा तिमीहरुले थाहा पाउनेछौ कि म पितामा छु र तिमीहरुमा ममा र म तिमीहरुमा छु ।”

३. अब तपाईको नयाँ परिचय छ (अब तपाई ईश्वरीय स्वभावको भागीदार हुनुहुन्छ)

“यसकारण कोही ख्रीष्टमा छ भने, त्यो नयाँ सृष्टि हो, पूरानो (पूरानो परिचय) बितिगएको छ, हेर नयाँ (नयाँ परिचय) आएको छ ।” **२ कोरिन्थी ५:१७**

नयाँ परिचय पाउनुको अर्थ चाहिँ परमेश्वरको ईश्वरीय स्वभावको भागीदार हुन् भनेको हो ।

“किनकी यसैद्धार उहाँले हामीलाई उहाँको अनमोल र महान प्रतिज्ञाहरु दिनुभएको छ, कि यस संसारका कुईच्छाबाट आउने भ्रष्टताबाट उम्केर तिमीहरु ईश्वरीय स्वभावको सहाभागी होऔं ।” **२ पत्रुस १ : ४**

तपाईले उद्धार पाएकै दिनमा परमेश्वरले तपाईलाई ईश्वरीय स्वभावको भागीदार बनाउनु भएको छ । ग्रीकमा “भागीदारको” अर्थ शेयर अर्थात् हिस्सेदार हो । तपाई आत्मिक रुपमा परमेश्वरसँग एक हुनुभएको कारणले अब तपाई परमेश्वरको ईश्वरीय स्वभावको हिस्सेदार हुनुहुन्छ । अर्को तरिकाले भन्नुपर्दा परमेश्वरले तपाईलाई उहाँको केही “ईश्वरीय गुण वा चरित्रहरु” दिइरहनु भएको छ । यसको अर्थ अब तपाई ईश्वर नै बन्नुभयो भन्ने होइन । यसको अर्थ तपाईलाई परमेश्वरले उहाँको ईश्वरीय स्वभावको केही अंश वा भाग तपाईलाई दिनुभएको छ भन्नु हो ।

परमेश्वरको ईश्वरीय हिस्सेदारको अर्थ चाहिँ तपाईको नयाँ परिचयको एक अंशको रुपमा तपाईमा उहाँले ईश्वरीय गुण वा चरित्रहरु हालिदिनु भएको छ वा तपाई यसको भागीदार हुनुहुन्छ भन्नु हो ।

उद्धार पाउनु भन्दा अगाडि तपाईले आफ्नो बारेमा जे विश्वास राख्नुहुन्थ्यो त्यो चाहिँ “पूरानो परिचय हो” । तपाईको सबै सारा सकारात्मक र नकारात्मक विश्वासहरुले नै तपाईको पूरानो परिचय निर्माण गरेको हो । यसैकारण परमेश्वरले तपाईको पूरानो परिचयलाई हटाउन तपाईलाई नयाँ परिचय दिनलाई परमेश्वरले के गर्नुभयो भन्ने बारेमा हेरौं ।

तपाईलाई नयाँ परिचय दिनको लागि परमेश्वरले मुक्तिको समयमा के गर्नुभयो ।

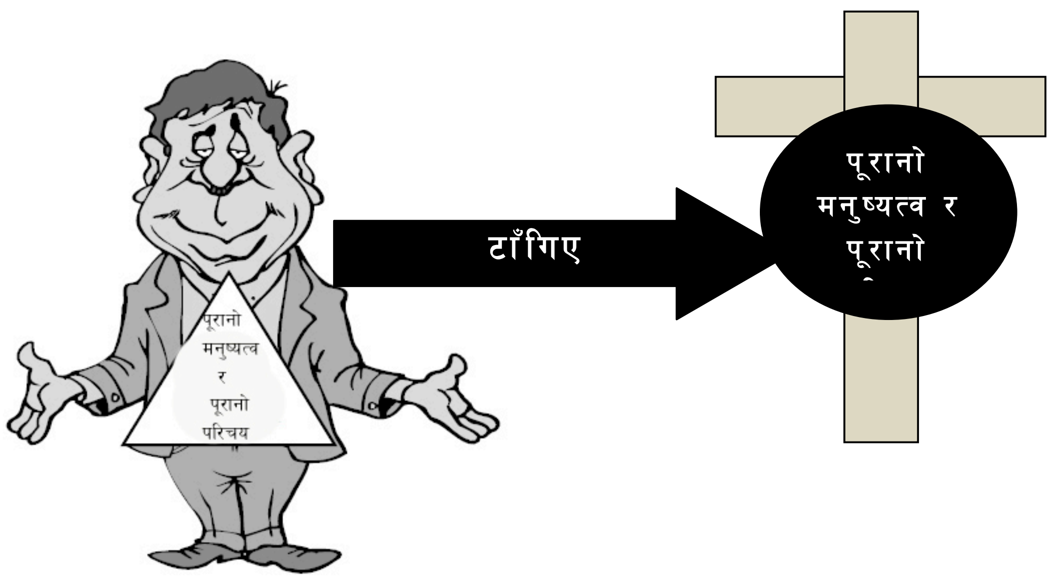
१. उहाँले तपाईको पूरानो परिचयलाई क्रुसमा टाँगिदिनुभयो ।

हामीलाई नयाँ पहिचान खाँचो छ भन्ने कुरा परमेश्वरलाई थाहा थियो र तपाईलाई नयाँ परिचय दिनलाई पूरानो परिचयलाई हटाउनुपर्‍यो । हामी रोमी ६ : ६ मा परमेश्वरले तपाईको पूरानो परिचयलाई क्रुसमा टाँगिदिनुभएको कुरा देख्छौं ।

“हामी जान्दछौं कि हाम्रो पूरानो मनुष्यत्व (पूरानो परिचय) उहाँसँग क्रुसममा टाँगियो, ताकि हाम्रो पापमय शरीर नाश होस् र अब उसो हामी पापको कमारा नहोऔं ।” रोमी ६ : ६

केही क्षण यसको बारेमा सोच्नुहोस् । तपाईको हरेक गलत विश्वासद्धार निर्मित तपाईको पूरानो परिचय खीष्टसँग क्रुसमा टाँगिए ।

उहाँले तपाईको पूरानो मनुष्यत्व र पूरानो परिचयलाई टाँगिदिनुभयो



नोट : तपाईले सोध्नुहोला कि मेरो पूरानो मनुष्यत्व खीष्टसँगै क्रुसमा कसरी टाँगियो त जबकि येशू यो दुई हजार वर्ष अगाडि क्रुसमा टाँगिएको थियो ? यसको जवाफ यो हो परमेश्वरको अनन्तमा समय नै हुदैन । परमेश्वरको लागि सबै कुरा वर्तमान नै हुन्छ यसैले तपाईले जहिले उद्धार मुक्ति पाउनु भएको भए तापनि परमेश्वरले तपाईको पूरानो परिचय खीष्टसँगै क्रुसमा टाँगिएको देख्नुहुन्छ । यो साँच्चै मानवीय बुझाई भन्दा माथिको कुरा हो । बाइबलका अरु वचनहरुलाई हामीले यसलाई पनि विश्वासद्धार स्वीकार गर्नुपर्छ ।

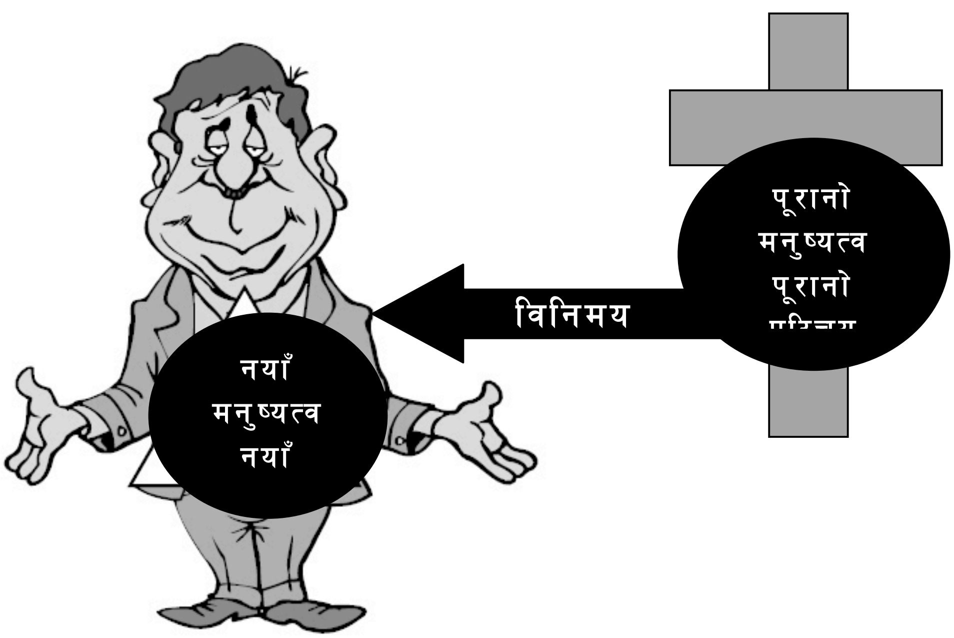
२. परमेश्वरले तपाईको पूरानो परिचयलाई नयाँसँग विनिमय गर्नुभयो ।

"यसकारण कोही ख्रीष्टमा छ भने ऊ नयाँ सृष्टि (नयाँ परिचय) हो, पूरानो (पूरानो परिचय) बितिगयो, हेर नयाँ (नयाँ परिचय) आएको छ। **२ कोरिन्थी ५:१७**

उहाँले तपाईको पूरानो परिचयलाई टाँगिदिनुको साथ-साथै उहाँले तपाईको पूरानो परिचयलाई नयाँसँग विनिमय गरिदिनुभयो । फेरि एक पटक **२ कोरिन्थी ५:१७** लाई हेरौं । यहाँ उल्लेखित "पूरानो कुराले" तपाईको त्यो पूरानो क्रुसमा टाँगिएको पूरानो परिचयलाई जनाउँछ जुन चाहिँ "नयाँ कुराको" लागि अर्थात् नयाँ परिचयको लागि विनिमय गरेको थियो । यो विनिमयको कारण तपाई नयाँ सृष्टि बन्नुभयो । नयाँ सृष्टि हुनुको अर्थ चाहिँ ख्रीष्टमा तपाईको नयाँ परिचय छ भन्नु हो ।

मेरो लागि चाहिँ हाम्रो परिचयलाई थाहा गर्नु चाहिँ "महान" सुसमाचारको एक भाग हो । जसै तपाईले आफ्नो साँचो पहिचानको प्रकाश प्राप्त गर्नुहुन्छ र तपाई आफैलाई र आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीलाई नयाँ सृष्टिको रुपमा देख्नुहुन्छ, यसले तपाईको एक अर्कालाई हेर्ने दृष्टिकोणलाई पूर्ण रुपमा बदल्छ ।

उहाँले तपाईको पूरानो मनुष्यत्वलाई नयाँ मनुष्यत्व र नयाँ परिचयको लागि विनिमय गर्नुभयो ।



तपाईले भर्खरै सिक्नु भएको कुराको आधारमा तपाईले यस प्रश्नको बारेमा केही क्षण सोच्नुहोस् ।

मुख्य प्रश्न :

तपाईको पूरानो विश्वासहरु जुन तपाईको क्रुसमा येशू सँगै टाँगिएको पूरानो परिचयको भागहरु थिए भने, अब उसो फेरि तपाई के ती

तपाई र तपाईको नयाँ चिनारीको केही विशेषता वा गुणहरुलाई हेरौं :

तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीको नयाँ परिचय

श्रीमान्	*श्रीमती*
शर्तरहित प्रेम, स्वीकार मूल्य मान्यता, नम्रता, सुरक्षा धैर्यता, क्षमापन, भरपूरी, बुद्धि दयालु, बलियो, पर्याप्तपन, सहासी, निर्धक्कता, निस्वार्थ, आशावादी, स्वतन्त्र, विजयी, शान्तिप्रिय निडर, आनन्दित	शर्तरहित प्रेम, स्वीकार मूल्य मान्यता, नम्रता, सुरक्षा धैर्यता, क्षमापन, भरपूरी, बुद्धि दयालु, बलियो, पर्याप्तपन, सहासी, निर्धक्कता, निस्वार्थ, आशावादी स्वतन्त्र, विजयी, शान्तिप्रिय निडर, आनन्दित

खीष्टमा तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीको साँचो परिचयका विशेषता वा गुणहरु

यहाँ खीष्टमा तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीको नयाँ परिचयका केही गुणहरुको सूची उल्लेख गरिएको छ । जब तपाईले यी सूचीहरु पढ्नुहुन्छ, त्यति खेरा याद गर्नुहोस् कि “खीष्टमा” भन्ने शब्दले खीष्टमा तपाईको साँचो परिचयलाई जनाउँदछ । उदाहरणको लागि, तपाईले हरेक विशेषताहरुलाई यसरी पढन सक्नुहुन्छ : खीष्टमा मेरो साँचो परिचयमा, म एक विजयी व्यक्ति हुँ ।

१ यूहन्ना ४:१२ खीष्टमा तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमती शर्तरहित प्रेमीहहरु हुन् ।

कलस्सी ३:१२ खीष्टमा तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमती कृपालु, दयालु, नम्र, धैर्यवान हुनुहुन्छ ।

कलस्सी २:२० खीष्टमा तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमती पूर्ण छन् ।

कलस्सी ३:१३ खीष्टमा तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमती क्षमा दिने व्यक्तिहरु हुन् ।

भजनसंग्रह १३४:१४ खीष्टमा तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमती योग्य हुनुहुन्छ ।

२ कोरिन्थी ३:५ खीष्टमा तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमती पर्याप्त वा सक्षम हुनुहुन्छ ।

यूहन्ना १५ : १३ खीष्टमा तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमती बलिदानी व्यक्तिहरु हुनुहुन्छ ।

रोमी १५:७ खीष्टमा तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमती स्वीकारिएको र स्वीकारयोग्य हुनुहुन्छ ।

फिलिप्पी २:६ खीष्टमा तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमती विश्वस्तता वा निर्धक्क हुनुहुन्छ ।

फिलिप्पी २:३ खीष्टमा तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमती निस्वार्थी हुनुहुन्छ ।

भजनसंग्रह ६२:२ खीष्टमा तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमती सुरक्षित हुनुहुन्छ ।

भजनसंग्रह ५६:४ खीष्टमा तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमती निडर हुनुहुन्छ ।

एफिसी ४:२४ खीष्टमा तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमती धर्मी हुनुहुन्छ ।

एफिसी १:१ खीष्टमा तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमती सन्तहरु हुनुहुन्छ ।

गलाती ५:१ खीष्टमा तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमती स्वतन्त्र हुनुहुन्छ ।

भजनसंग्रह २८:७ खीष्टमा तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमती बलियो हुनुहुन्छ ।

१ कोरिन्थी ६:१६ खीष्टमा तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीसँग खीष्टको मन छ ।

रोमी ८:३७ खीष्टमा तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमती विजेता भन्दा महानहरु हुनुहुन्छ ।

१ कोरिन्थी ६:१७ खीष्टमा तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमती खीष्टसँगै एक हुनुहुन्छ ।

१ कोरिन्थी १५:५७ खीष्ट येशूमा तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमती विजयी हुनुहुन्छ ।

कलस्सी ३:१२ खीष्टमा तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमती परमेश्वरबाट चुनिएका प्रेमिलोहरु हुनुहुन्छ ।

यूहन्ना १५:१६ खीष्टमा तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमती फल फलाउनको लागि छानिएका व्यक्तिहरु हुनुहुन्छ ।

रोमी ८:१७ खीष्ट येशूमा तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमती खीष्टसँग साझे उतराधिकारी हुनुहुन्छ ।

१ पत्रुस २:९-१० खीष्टमा तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमती चुनिएको जाति र राजकिय पुजाहरीगिरी हुनुहुन्छ ।

गलाती ५:२२, २३ खीष्टमा तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमती आत्मिक फलहरुको भाँडो हुनुहुन्छ ।

गलाती ३:२६ खीष्टमा तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमती खीष्टका छोरा र छोरीहरु हुनुहुन्छ ।

यूहन्ना १५:१५ खीष्टमा तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमती खीष्टका मित्रहरु हुनुहुन्छ ।

कलस्सी ३:४ खीष्टमा तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमती खीष्टको जीवनो अभिव्यक्तिहरु हुनुहुन्छ ।

हिब्रु ३:१४ खीष्टमा तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमती खीष्टका भागीदारहरु हुनुहुन्छ ।

एफिसी २:१० "खीष्टमा तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमती परमेश्वरको हातको उत्तम सीप वा कृतिहरु हुनुहुन्छ ।"

एफिसी २:१० मा "कारीगारी" शब्दलाई "उत्तम कृति" भनेर अनुवाद गरिएको छ । परमेश्वर भन्दै हुनुहुन्छ कि तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रमतीको साँचो परिचय चाहिँ "उत्तम कृति वा सीप" हो । के तपाईले आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीलाई उत्तम कृतिको रुपमा सोच्नु भएको छ ? तपाईले विश्वास गरोस् वा नगरोस् यो तपाईको साँचो परिचय हो ।

माथिको सूचीका कुराहरु पनि तपाईको साँचो परिचय हो पहिचान हो ।

तपाईको साँचो पहिचानका यी विशेषतहरु साँचो हो भनेर विश्वास गर्न तपाईलाई गाह्रो पर्न सक्छ । यदि उसो हो भने, यो सत्यलाई तपाईले आफ्नो मनमा राख्नुहोस् ।

तपाईले जस्तो महशुस गरे पनि र तपाईले जे विश्वास गरे पनि यसले परमेश्वरको वचनको सत्यतालाई परिवर्तन गर्दैन ।

शुरुवातमा त हामीलाई हाम्रो नयाँ परिचय छ भन्ने कुरा परमेश्वरले हामीलाई जे हौ भन्नुभएको छ, हामी त्यही व्यक्ति हौं भनेर विश्वास गर्न गाह्रो हुन्छ । यसकारण हामी यस पाठको पछिल्लो भागमा कसरी परमेश्वरले हामीलाई अविश्वासबाट विश्वासमा सार्नु वा परिणत गर्नुहुन्छ भन्ने बारेमा हेर्नेछौं ।

अभ्यास : तपाईको साँचो परिचयका विशेषताहरुलाई ठूलो सोरमा पढ्नुहोस् । त्यो सूचीबाट पाँचवटा विशेषताहरु छान्नुहोस् जुन तपाई आफ्नो व्यक्तिगत जीवनमा र तपाईको जीवनमा एकदमै अनुभव गर्न चाहनुहुन्छ । ती विशेषतहरुको पदहरु पनि हेर्नुहोस् ।

प्रश्न : माथि उल्लेखित कुन-कुन विशेषताहरु माथि विश्वास लाग्दैन वा साँचो हो जस्तो लाग्दैन ?

परमेश्वरसँग वातचीत : तपाईले एकदमै अनुभव गर्न चाहनु भएका ती पाँचवटा विशेषताहरुको बाइबलीय सत्यको बारेमा विश्वास दिलाउनुहोस् भनी उहाँसँग पुकारा गर्नुहोस् । यदि तपाईलाई कुनै विशेषताहरु विश्वास गर्न गाह्रो भइरहेको छ भने, परमेश्वर तपाईको मनलाई नयाँ पार्न र अविश्वासबाट विश्वासमा परिणत गर्नुहोस् भनी पुकारा गर्नुहोस् ।

तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमती धर्मी हुनुहुन्छ

“किनकी मानिसले आफ्नो हृदयले विश्वास गर्नु र ऊ धर्मी ठहरिन्छ .... । **रोमी १०:८**

“किनकी हामी उहाँमा परमेश्वरको धार्मिकता बन्न सकौं भनेर पाप नचिन्नु हुनेलाई (येशूलाई) परमेश्वरले हाम्रो खातिर पाप बनाउनुभयो ।” **२ कोरिन्थी ५:२१**

“र सम्पूर्ण रुपले म उहाँमा भएको पाइन सकूँ । व्यवस्था माथि आधारित भएको मेरो आफ्नै धार्मिकता होइन तर मेरो धार्मिकता यही हो जो ख्रीष्ट माथि निर्भर हुन्छ, जुन चाहिँ विश्वासद्धार परमेश्वरबाट आउने धार्मिकता हो ।” **फिलिप्पी ३:९**

यो हाम्रो आँखालाई खोलिदिने सत्य हो किनकी धेरै ख्रीष्टियानहरुले आफूलाई सधै अनुग्रहद्धार बाँचेको एक पापीको रुपमा देख्छन् । हो तपाई पापी हुनुहुन्थ्यो र अनुग्रहद्धार उद्धार पाउनुभएको हो तर माथि उल्लेखित तीन वटा पदहरु अनुसार अब तपाईको पहिचान चाहिँ एक पापी होइन किनकी मुक्तिको समयमा तपाई धर्मी भइसक्नु भएको छ । अर्को तरिकाले भन्नुपर्दा परमेश्वरले तपाई भित्र भएको अधर्मी परिचयलाई टाँगिदिनुभयो, र यसलाई धर्मी नयाँ परिचयसँग विनिमय गरिदिनु भयो । फेरि रोमी १० : ८ लाई हेर्नुहोस् । यो पदले भन्छ, कि जब तपाईले मुक्ति पाउनको लागि ख्रीष्टमा विश्वास गर्नुभयो त्यति खेरा नै तपाई धर्मी हुनुहुन्थ्यो । यसैकारण पावलले **रोमी ८ : १** मा यसरी भनेको :

“यसकारण अब ख्रीष्ट येशूमा हुनेहरुलाई दोष वा दण्डको आज्ञा छैन ।” **रोमी ५:१८ र १९** ले भन्छ :

“जसरी एउटै मानिसको अपराधले (पाप) सबै मानिसहरु दण्डका भागीदार बने, त्यसरी एउटै मानिसको धार्मिकताको कामले सबै मानिसका निम्ति छुटकारा र जीवन ल्याउँछ । किनकी जसरी एउटै मानिस (आदम) को अनज्ञाकारिताले धेरै जना पापी बनाइए, त्यसैगरी एक जनाको (येशूको) आज्ञाकारिताद्धार धेरै जना धार्मिक बनाइनेछन् ।” **रोमी ५ : १८-१९** (कोष्ठको थप जोड)

पावलले यसो भनिरहेको छ कि एउटा मानिस (आदम) द्धार हामी सबै दण्ड वा अधर्ममा जन्मे र एउटै मानिस (येशू)द्धार हामीलाई दण्डबाट निकालियो र धर्मी तुल्याइयो ।

धर्मी बन्नलाई वा हुनलाई के तपाई काम गर्नुपर्छ ?

धर्मी हुनको लागि परमेश्वरको लागि काम गर्नुपर्छ भन्ने झूठो कुरा माथि विश्वास गर्नुभएको छ कि ? परमेश्वरको लागि केही काम गरे धार्मिकता प्राप्त गर्न सकिन्छ र नगरे धार्मिकता प्राप्त गर्न सक्दैन भन्ने विचार यो छ कि ? माथि उल्लेखित पद र अरु धेरै पदहरुले तपाईले उद्धार पाएकै क्षणमा तपाई धर्मी ठहरिन्छ भनेर बताउँछ । अर्को शब्दमा भन्नुपर्दा, धार्मिकता चाहिँ हामीले कमाउन सक्ने कुरा वा चीज होइन । यो चाहिँ उद्धार पाउँदा खेरीको समयमा प्राप्त गर्ने कुरा हो जुन परमेश्वरले तपाईलाई नयाँ धार्मिक परिचयको रुपमा दिनुहुन्छ ।

ख्रीष्टमा प्राप्त धार्मिकता तपाईको कर्मसँग सम्बन्धित वा आधारित छैन । यो चाहिँ परमेश्वरले तपाईको मुक्तिको समयमा गर्नुभएको कामको परिणाम हो ।

प्रश्न : यदि तपाईले आफू धर्मी हुँ भनी विश्वास गर्नुभएको छ भने, अब तपाईले आफू एक पापी हुँ भनी विश्वास गर्नुपर्दैन । यसकारण जब तपाईले पाप गर्नुहुन्छ, तब तपाईले आफ्नो पापलाई परमेश्वरसँग स्वीकार गर्नुपर्छ तर तपाईले आफैलाई दोष्याउनु पर्दैन । तपाई धर्मी हुनुहुन्छ भनी विश्वस्ता हुनको लागि वा विश्वास गर्नको लागि तपाईले कसरी विश्वासको कदम चाल्नु पर्ला त ?

विश्वासको कदम : “प्रभु, ममा श्रीमान् वा श्रीमतीप्रति रिसाउने समस्या छ । म धर्मी हुँ भन्ने सत्यद्धार मेरो मनलाई पून नयाँ पार्नुहोस् भनी म तपाईसँग भरोसा गर्दैछु । जसै तपाईले मेरो मनलाई पूर्न नयाँ पार्नुहुन्छ, तपाईले मेरो रिसाउने बानीलाई पनि परिवर्तन गर्नुहोस् ।

मुख्य सत्य : अब उप्रान्त तपाईले आफ्नो श्रीमान् र श्रीमतीलाई उनीहरुको शारीरिक व्यवहार अनुसार हुनुहुँदैन (जस्तै, रिसाउने, नियन्त्रण गर्ने, इन्कार गर्ने) इत्यादि । ऊ वा तिनी रिसालू नियन्त्रण गर्ने व्यक्ति भए पनि धर्मी व्यक्तिको रुपमा हेर्नुपर्छ ।

प्रश्न : के तपाईले आफ्नोश्रीमान् वा श्रीमतीलाई रिसालू व्यक्ति भनेर बोलाउँछ र रिसाए तापनि ऊ वा तिनलाई धर्मी व्यक्ति भनेर बोलाउँछ केही फरक देख्नुहुन्छ ? (हामी यस बारेमा अझै यस पाठको पछिल्लो भागमा हेर्नेछौं)

विश्वासको कदम : प्रभु, मेरो श्रीमान् वा श्रीमती एकदमै दबाउने वा नियन्त्रण गर्ने व्यक्ति हुनुहुन्छ । तपाईले ऊ वा तिनी धर्मी व्यक्ति हो र नियन्त्रण गर्नुपर्दैन भन्ने कुरा विश्वास दिलाउनुहोस् । मेरा आँखाहरु खोलिदिनुहोस् ताकि मैले मेरो श्रीमान् वा श्रीमतीलाई नियन्त्रण गर्ने व्यवहारको बाबजुत पनि धर्मी व्यक्तिको रुपमा देख्न सकुँ ।

प्रश्न : अब उप्रान्त धर्मी हुनको लागि तपाईले कुनै कर्म गर्नुपर्दैन भन्ने यस सत्यले तपाईको जीवनमा विवाहमा के कस्ता फरक पार्ला ? अब उप्रान्त तपाईले आफैलाई दोष लगाउनुहुन्न र आफ्नो श्रीमान् श्रीमतीको दोष आफैले लिनुहुन्न भने, यसले तपाईको वैवाहिक जीवनमा के भिन्नता ल्याउँला ?

मनन: **रोमी ८ : १८-१९, रोमी ८ : १, २, २ कोरिन्थी ५ : २१, फिलिप्पी १ : १ र ३ : ९** माथि मनन गर्नुहोस् र तपाई उहाँले गर्नुभएको कामको आधारमा धर्मी हुनुहुन्छ भन्ने कुरा विश्वास दिलाउनुहोस् भनी पुकारा गर्नुहोस् ।

परमेश्वरसँग वातचीत : तपाई धर्मी हुनुहुन्छ भन्ने कुरामा विश्वास गर्नलाई गाह्रो भइरहेको छ भने, धार्मिकता चाहिँ तपाईले आफ्नो परिणामद्धार कमाउने चीज होइन भनी विश्वास दिलाउनुहोस् भनी पुकारा गर्नुहोस् । अब उसो तपाईले आफूलाई दोष लगाईरहनु पर्दैन भन्ने कुरा विश्वास दिलाउनुहोस् भनी पुकारा गर्नुहोस् ।

अब खीष्टमा तपाई धर्मी हुनुहुन्छ

अब उप्रान्त परमेश्वरले तपाईलाई दोष लगाउनुहुन्न र अब उप्रान्त तपाईले पनि आफैलाई दोष लगाउनुपर्दैन । र अब उप्रान्त तपाईले आफ्नो श्रीमान्

खीष्टमा तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमती शर्तरहित रुपमा प्रेम गर्ने प्रेमीहरु हुन्

१ यूहन्ना ४ : १६ - "यसरी हामीप्रति भएको परमेश्वरको प्रेम हामी जान्दछौं र विश्वास गर्दछौं । परमेश्वर प्रेम हुनुहुन्छ ...."

रोमी ८ : ३८-३९ किनकी म यो पक्का गरी जान्दछु कि मृत्युले वा जीवनले, स्वर्गदूतहरुले वा प्रधानताहरुले, वर्तमानका कुराहरुले वा पछि हुने कुराहरुले वा शक्तिहरुले, उचाईले वा गहिराईले वा

सारा सृष्टिमा भएका कुनै पनि कुराले खीष्ट येशूमा हाम्रा प्रभुमा भएका परमेश्वरको प्रेमबाट हामीलाई अलग गर्न सक्नेछैन ।"

परमेश्वरले तपाईलाई शर्तरहित रुपमा प्रेम मात्रै गर्नुभएको छैन तर खीष्टमा तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमती शर्तरहित रुपमा प्रेम गर्ने प्रेमीहरु हुन् । शर्तरहित प्रेमको आवश्यकतालाई खीष्टद्धार पूरा गराउने सम्बन्धमा कुराकानी गरेका थियौं । एक शर्तरहित प्रेमी भएको नाताले परमेश्वरलाई शर्तरहित प्रेम आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीप्रति बग्न दिनुहोस् ।

प्रयोग : अब उप्रान्त तपाईले आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीलाई मानवीय प्रेमद्धार प्रेम गर्ने प्रयास गरिरहनु पर्दैन किनकी परमेश्वर तपाईको ईश्वरीय प्रेमको स्रोत हुनुहुन्छ र तपाई पनि शर्तरहित प्रेमी हुनुहुन्छ । यसैकारण अब तपाईले शर्तरहित प्रेम पैदा गर्ने प्रयास गरिरहनु पर्दैन । तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीलाई तपाईद्धार भएर प्रेम गर्नुहोस् भनी पुकारा गर्नुहोस् । अर्को शब्दमा भन्नुपर्दा, तपाई प्रेम दिने व्यक्ति हुनुहुन्छ, लिने व्यक्ति होइन ।

विश्वासको कदम : प्रभु, म मेरो श्रीमान् वा श्रीमतीलाई शर्तरहित रुपमा प्रेम गर्न सक्दिन । मेरो साँचो पहिचान अनुसार म एक शर्तरहित रुपमा प्रेम गर्ने प्रेमी हुँ भन्ने सत्य कुराद्धार मेरो मनलाई पून नयाँ पार्नुहोस् भनी पुकारा गर्नुहोस् ।

प्रयोग : यद्यपि तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीले तपाईप्रति शारीरिक व्यवहारहरु गरे तापनि तपाईले ऊ / तिनलाई शर्तरहित रुपमा प्रेम गर्न सक्नुहुन्छ ।

विश्वासको कदम : प्रभु, मेरो श्रीमान् वा श्रीमती एकदमै दबाउने वा नियन्त्रण गर्ने खाले छ । मेरो शरीरले प्रतिक्रिया गर्न खोज्छ तर म एक शर्तरहित रुपमा प्रेम गर्ने प्रेमी हुँ र ऊ/तिनले जे सुकै गरे पनि मैले शर्तरहित प्रेम गर्न सक्छ भन्ने कुरा मलाई विश्वास दिलाउनुहोस् ।

प्रश्न : तपाईहरु दुवै जना शर्तरहित प्रेमीहरु हुनुहुन्छ भनी विश्वास गर्नु भयो भने यसले तपाईको विवाहमा के कस्तो प्रभाव पार्ला ?

मनन् गर्नु : **१ यूहन्ना ४:१६, रोमी ८ : ३८ र ३९** लाई मनन् गर्नुहोस् ।

परमेश्वरसँग वातचीत : तपाईको नयाँ पहिचानको एक भागको रुपमा तपाईलाई परमेश्वरले शर्तरहित रुपमा गर्नुभएको छ र तपाई एक शर्तरहित प्रेम गर्ने प्रेमी हुनुहुन्छ भनी विश्वास दिलाउनुहोस् भनी उहाँसँग पुकारा गर्नुहोस् ।

खीष्टमा तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमती पूर्ण रुपमा स्वीकारिएको र स्वीकार योग्य हुनुहुन्छ ।

रोमी १५ : ७ "......खीष्टले तिमीहरुलाई ग्रहण गर्नु भए बमोजिम तिमीहरुले पनि एउटाले अर्कालाई ग्रहण गर ।"

तपाईलाई परमेश्वरले ग्रहण वा स्वीकार गर्नुभएको छ र तपाई उहाँमा ग्रहणयोग्य हुनुहुन्छ । शायद तपाईलाई आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीले इन्कार गरिएको हुनसक्छ, जागिरबाट निकालिएको वा अयोग्य ठहरिएको हुनसक्छ तर त्यसले तपाईलाई उहाँले ग्रहण गर्नुभएको छ र उहाँमा तपाई ग्रहण छ भन्ने सत्य कुरालाई परिवर्तन गर्दैन । यसैकारणले अब उसो परमेश्वरले तपाईलाई ग्रहण गर्नुभएको होस् भनेर कुनै कार्य गर्नुपर्दैन ।

पवित्र परमेश्वरले हामीलाई पूर्ण रुपमा ग्रहण गर्नुको कारण चाहिँ यो हो कि उहाँले हामीलाई स्वीकार योग्य प्रकारले बनाउनु भएको छ । शायद अरुले तपाईलाई इन्कार वा तिरस्कार अनुभव गरेको छ होला । तर त्यसले परमेश्वरले तपाईलाई शर्तरहित रुपमा ग्रहण गर्नुभएको छ भन्ने सत्यतालाई परिवर्तन गर्दैन । यसको अर्थ यो हो कि यस्तो कुनै ठूलो पापमय व्यवहार वा काम छैन जसको कारण परमेश्वरले तपाईलाई इन्कार गर्नुहुन्छ । (परमेश्वरले पापमय व्यवहारलाई वेवास्ता वा ठीकै छ भन्नु हुन्न तर तपाईको पापमय व्यवहारको कारणले उहाँले तपाईलाई इन्कार गर्नुहुन्न ।) यसकारणले तपाईले परमेश्वरबाटको र आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीबाटको स्वीकृतिलाई कमाउनुपर्दैन वा परमेश्वर वा आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीको नजरमा ग्रहणयोग्य हुनको लागि कुनै कर्म गर्नुपर्दैन । तपाईले परमेश्वरको स्वीकारलाई ग्रहण गर्न सक्नुहुन्छ र आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीबाटको इन्कार वा तिरस्कारबाट, तपाई मुक्त हुन सक्नुहुन्छ । खीष्टमा तपाई ग्रहणयोग्य छ भनी विश्वास गर्दा यसले अरुहरुलाई शर्तरहित रुपमा स्वीकार गर्नको लागि तपाईलाई स्वातन्त्र तुल्याउँछ ।

प्रयोग : तपाईलाई खीष्टले ग्रहण गर्नुभएको छ वा तपाई खीष्टमा ग्रहणयोग्य हुनुहुन्छ भनी विश्वास गर्नुहुन्छ भने, अब उसो तपाईले आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीबाटको इन्कार वा तिरस्कारलाई मनमा राखेर बसिरहनु पर्दैन । जसै परमेश्वरले तपाईलाई ग्रहण गर्नुभएको छ र उहाँमा ग्रहण योग्य हुनुहुन्छ भन्ने सत्यताबाट तपाईको मनलाई पूर्नःनयाँ पार्नुहुन्छ, तब तपाईले आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीलाई स्वीकार गर्नुहुन्छ ।

विश्वासको कदम : "प्रभु, मैले आफैलाई अरुद्धार इन्कार गरिएको पाउँछु वा म इन्कार योग्यको छु भनी महशुस गर्छु । म त्यो झूठलाई तपाईमा राख्दछु र मेरो मनलाई पूर्ण नयाँ पार्नुहोस् भनी पुकारा गर्छु ताकि मलाई ग्रहण गरिएको छ र म ग्रहण योग्यको छु भनी विश्वास गर्न सकुँ ।

योग्य : यद्यपि तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीले तपाईाई इन्कार गरे तापनि तपाईले चाहिँ इन्कार गर्नुहुँदैन । तपाईले उसलाई वा तिनलाई शर्तरहित रुपमा स्वीकार वा ग्रहण गर्न सक्नुहुन्छ ।

विश्वासको कदम :"प्रभु, जब मैले……………. मेरो श्रीमान् वा श्रीमतीले मलाई (बाह्य रुपमा बोलीवचनद्धार र आन्तरिक रुपमा व्यवहार वा कामद्धार) इन्कार गर्न खोज्छ । त्यस अवस्थामा मेरो शरीरले पनि त्यसको बदलामा इन्कार गर्न खोज्छ । मेरो उक्त शारीरिक ईच्छालाई इन्कार गर्नको लागि मलाई शक्ति दिनुहोस् । मलाई मेरो श्रीमान् वा श्रीमतीलाई शर्तरहित रुपमा स्वीकार गर्ने हृदय दिनुहोस् ।

प्रश्न : तपाईलाई परमेश्वरले पूर्ण रुपमा ग्रहण गर्नुभएको छ वा तपाई उहाँमा ग्रहण योग्य हुनुहुन्छ र यसकारणले अब तपाईले आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीबाटको अस्वीकार वा इन्कारलाई मैले लिनु पर्दैन भनी विश्वास गर्नुभयो भने यसले तपाईको वैवाहिक सम्बन्धलाई कतिको परिवर्तन गर्ला ?

____

____

____

____

मनन: **रोमी १५ : ७** लाई मनन गर्नुहोस् ।

परमेश्वरसँग वातचीत : उहाँले तपाईलाई पूर्ण रुपमा ग्रहण गर्नुभएको छ र अब उसो तपाईले आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीबाटको इन्कार वा तिरस्कारलाई लिइराख्नु पर्दैन भनी पूर्ण रुपमा विश्वास दिलाउनुहोस् भनी उहाँसँग पुकारा गर्नुहोस् ।

खीष्टमा तपाई र तपाईको श्रीमान वा श्रीमती दयालु, नम्र, धैर्यवान हुनुहुन्छ ।

कलस्सी ३:१२ "यसकारण परमेश्वरका चुनिएकाहरु पवित्र र प्रिय भएर तिमीहरुले करुण दया, दीनता, नम्रता र धैर्य धारण गर ।"

जब हामी करुण, दया, नम्रता इत्यादि शब्दहरुलाई हेर्छौ, यी शब्दहरु चाहिँ मेरो व्यवहारलाई वर्णन गर्ने शब्दहरु होइन । पहिला शुरुमा यस पद अनुसार गर्न मलाई गाह्रो भएको थियो यसले भन्छ "धारण गर वा लगाउ ।" मैले सोचे कि यी कुराहरु अर्थात् करुण, दया इत्यादि म आफैले उत्पन्न गर्नुपर्छ वा पैदा गराउने प्रयास गर्नुपर्छ भन्ने लागेको थियो । म असफल भए किनकी मैले यी कुनै पनि कुराहरु उत्पन्न गर्न सकेन ।

तर जसै मैले म एक दयालु, कृपालु, नम्रता इत्यादि हुँ भनी विश्वास गर्नको लागि मेरो मनलाई पुर्ननयाँ पार्नुहोस् भनी उहाँमा पुकारा गरे र उहाँको खोजी गरें, तब अलौकिक परिणाम आयो । मैले मेरा व्यवहारहरु चाहिँ मेरो साँचो पहिचानसँग मिल्दै गइरहेको पाएँ । "धारण गर" को साधारण अर्थ चाहिँ विश्वास गर्नु र खीष्टको कृपा, दया, नम्रता इतयादिमा हिँड्नु वा चल्नु हो ।

प्रयोग : यदि तपाई आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीप्रति कृपालु, दयालु, नम्र हुनुहुन्न भने, तपाईले कस्तो प्रकारको विश्वासको कदम चाल्नु पर्ला ?

विश्वासको कदम : प्रभु म मेरो श्रीमान् वा श्रीमतीप्रति कृपालु, नम्र वा धैर्य हुन सकिरहेको छैन र मेरो मनलाई पूर्नःनयाँ पार्नुहोस् र खीटमा म एक..... (कृपालु, नम्र वा धैर्य) हुँ भनी मलाई प्रकट गराउनुहोस् ।

प्रयोग : यदि तपाईमा घमण्ड छ भने, उक्त घमण्डलाई परिवर्तन गर्नको लागि कस्तो प्रकारको विश्वासको कदम चाल्नुपर्ला ?

विश्वासको कदम : "प्रभु मममा घमण्डको समस्या छ । हाम्रो विवाहमा घमण्डले निम्त्याइरहेको "मृत्यु" लाई प्रकट गरिदिनुहोस् र मेरो साँचो पहिचान अनुसार नम्रतामा हिँड्नलाई परिवर्तन गरिदिनुहोस् ।

प्रश्न : यदि तपाईले आफ्नो विवामा प्रचुर मात्रामा कृपा, दया, नम्रता, भलाई र धैर्य अनुभव गर्न सके यसले तपाईको वैवाहिक सम्बन्धलाई कति वा कसरी परिवर्तन गर्ला ?

मनन : **कलस्सी ३ : १२** माथि मनन गर्नुहोस् ।

परमेश्वरसँग वातचीत : खीष्टको कृपा, नम्रता, दया, भलाई, धैर्यतामा हिँड्नको निम्ति परिवर्तन गरिदिनुहोस् भनी पवित्र आत्मासँग पुकारा गर्नुहोस् ।

खीष्टमा तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमती पूर्णरुपमा पर्याप्त/योग्य हुनुहुन्छ ।

२ कोरिन्थी ३:५ "कुनै पनि कुरा हामीबाट आएको हो भनी हामी गर्न हामी आफै योग्य छैनौं तर हाम्रो योग्यता परमेश्वरबाट आउँछ ।"

धेरै मानिसहरुले आफैलाई अयोग्य वा अपर्याप्ता महशुस गर्छन् । हामी आफैलाई हेर्छौं, र संसारको योग्यताको स्तरमा हामी नाप्दैनौं । हामीले हाम्रा जोडीहरु, अरु सम्बन्धहरु, पेशा वा अरु चीजहरुमा हाम्रो योग्यपन खोज्छौं तर यी कुनै पनि कुरामा हामीले त्यो योग्यता वा पर्याप्तपन पाउँदैनौ जुन केवल खीष्टमा मात्र पाउँछौं । खीष्टमा तपार्य योग्य हुनुहुन्छ भन्ने कुराको ज्ञानले तपाईले आफ्नो जोडीबाट

वा अरु कसैबाट वा अरु थोकहरु योग्य ठहरिनको निम्ति गरिने बाध्यतापूर्ण प्रयासबाट स्वातन्त्र तुल्याउँछ । यो चाहिँ शुभ खबर हो ।

तपाईले आफूलाई र आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीलाई योग्य वा पर्याप्त भएको देखिनको लागि तपाईले आफूलाई र श्रीमान् वा श्रीमतीलाई हेर्ने तरिकालाई कसरी बदल्नु पर्ला ?

प्रयोग : यदि तपाईले वैवाहिक जीवनमा होस् वा जागिरमा, क्षमताको कुराहरुमा आफैलाई अयोग्य वा अपर्याप्त देख्नुहुन्छ भने, तपाईको साँचाो पहिचानको एक एक हिस्सा जो पर्याप्तपन हो, त्यस अनुसार जिउनको लागि परिवर्त गरिदिनुहोस् भनी पुकारा गर्नुहोस् ।

विश्वासको कदम : “प्रभु वैवाहिक जीवनको यी विविध क्षेत्रहरु (सञ्चार, आर्थिक, यौन, घनिष्टता इत्यादि) मैले आफूलाई अयोग्य वा अपर्याप्त महशुस गर्छु । प्रभु म मेरो अयोग्यपनलाई तपाईमा राख्दछु र मेरो साँचो पहिचान अनुसार म पूर्ण रुपमा योग्य वा पर्याप्त छु भन्ने सत्यद्धार मेरो मनलाई नयाँ पार्नुहोस् ।

प्रयोग : तपाईले केही कामहरु गर्दा वा नगर्दाको अवस्थामा तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीले तपाईलाई अपर्याप्त वा अयोग्यको महशुस गराउँछ भने, त्यो बेलामा तपाईलाई परिवर्तन गरिदिनुहोस् भनी परमेश्वरसँग पुकारा गर्नुहोस् ।

विश्वासको कदम :“प्रभु, जब मेरो श्रीमान् वा श्रीमतीले........... यसले मलाई अपर्याप्तपनको महशुस गराउँछ । त्यो घडीमा मेरो साँचो पहिचान अनुसार म पूर्ण रुपमा योग्य छु भनी मलाई स्मरण गराउनुहोस् ।

प्रश्न : यदि तपाई आफ्नो पर्याप्तपनको वा योग्यपनको साँचो पहिचान अनुसार जिउनुहुन्छ र अब उप्रान्त आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीबाट पर्याप्तपन र योग्यपन प्राप्त गर्नको लागि प्रयास गर्नुहुन्न भने, यसले तपाईको विवाहमा के कस्तो प्रभाव पार्ला ?

मनन : **२ कोरिन्थी ३ : ५** माथि मनन गर्नुहोस् ।

परमेश्वरसँग वातचीत : पर्याप्तपन वा योग्यपन चाहिँ साँचो पहिचानको एक हिस्सा हो भनी विश्वास दिलाउनुहोस् भनी परमेश्वरसँग पुकारा गर्नुहोस् ।

ख्रीष्टमा तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमती पूर्ण रुपमा सुरक्षित छन् ।

भजनसंग्रह ९१ : १४ "त्यसले मलाई प्रेम गरेको हुनाले म त्यसलाई छुटाउनेछु त्यसले मेरो नाउँ ग्रहण गरेको हुनाले म त्यसको रक्षा गर्नेछु ।"

तपाईलाई के कुरामा असुरक्षित महशुस भइरहेको छ ? के तपाईलाई जागिरमा, विवाहमा वा अरु कुनै कुरामा तपाईलाई असुरक्षाको महशुस भइरहेको छ ? तपाईले यसरी असुरक्षित महशुस गर्नुहुँदैन किनकी खीष्टमा तपाई पूर्णरुपमा सुरक्षित हुनुहुन्छ । के तपाईले परमेश्वरमा भन्दा अरु नै व्यक्ति वा चिजमा सुरक्षा खोज्दै हुनुहुन्छ ? सत्य यो हो कि हाम्रो एक मात्र साँचो सुरक्षा केवल खीष्टमा छ । उहाँ सर्वशक्तिमान् र सबै कुरालाई नियन्त्रणमा राख्ने हुनु भएकोले हामीले केवल उहाँमा मात्र सुरक्षा पाउन सक्छौं । यसैकारण, यदि तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीले तपाईलाई असुरक्षाको महशुस गराउँछ भन्ने पनि तपाई खीष्टमा प्राप्त सुरक्षाबाट जिउन सक्नुहुन्छ ।

तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमती खीष्टमा सुरक्षित छ भनी देख्नले तपाईको आफूलाई र आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीलाई हेर्ने दृष्टिकोण कसरी परिवर्तन हुन्छ होला ?

प्रयोग : यदि तपाईले आफ्नो जीवनको, विवाहको र तपाईको आर्थिक सम्बन्धममा असुरक्षित अनुभूति गरिरहनु भएको छ भने, तपाईको साँचो पहिचानमा तपाई पूर्ण रुपमा सुरक्षित हुनुहुन्छ भन्ने सत्यद्धार तपाईको मनलाई पूर्ण : नयाँ परिदिनुहोस् भनी परमेश्वरसँग पुकारा गर्नुहोस् ।

विवाहको कदम :"प्रभु, मलाई असुरक्षाको महशुस भइरहेको छ । म मेरो असुरक्षितपनलाई तपाईमा राख्दछु र मेरो उक्त असुरक्षापनको स्थानमा म पूर्ण रुपले सुरक्षित छु भन्ने सत्यताले भरिदिनुहोस् ।"

प्रयोग : यदि तपाईले खीष्टमा भन्दा अरु नै थाकेहरु वा मानिसहरु माथि सुरक्षाको निम्ति भर परिरहनु भएको छ भने :

विश्वासको कदम :"प्रभु, मलाई असुरक्षाको महशुस भइरहेको छ । म मेरो असुरक्षितपनलाई तपाईमा राख्दछु र मेरो उक्त असुरक्षापनको स्थानमा म पूर्ण रुपले सुरक्षित छ भन्ने कुरा महशुस गर्न सकूँ ।"

प्रश्न : के तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीले तपाईलाई असुरक्षित महशुस गराई रहेको छ ? यदि खीष्टमा तपाई पूर्ण रुपमा सुरक्षित छ भनी तपाईले विश्वास गर्नुभएमा, यसले तपाईको विवाहमा के भिन्नता ल्याउँछ होला ?

मनन : माथिको **२ कोरिन्थी ३:५** लाई मनन् गर्नुहोस् ।

परमेश्वरसँग वातचीत : पर्याप्तता चाहिँ तपाईको साँचो पहिचानको एक भाग वा अंश हो भनी विश्वास दिलाई दिनुहोस् भनी परमेश्वरसँग पुकारा गर्नुहोस् ।

चौथो दिन

ख्रीष्टमा तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमती निस्वार्थी र बलिदानीपूर्ण हुनुहुन्छ ।

"स्वार्थ वा अहङ्कारमा केही नगर तर नम्रतामा एउटाले अर्कालाई आफू भन्दा श्रेष्ठ ठान ।"

फिलिप्पी २:३

एक श्रीमान् वा श्रीमती भएको नाताले यो हाम्रो साँचो पहिचानको मुख्य गुण वा विशेषता हो भनी म विश्वास गर्छु किनकी ख्रीष्टमा नयाँ पहिचानमा हिँड्दा खेरीको मुख्य नतिजा वा परिणाम चाहिँ हामी अरुको हितको लागि केन्द्रित हुनु हो । जब येशू यो संसारमा हुनुहुन्थ्यो, उहाँ कहिल्यै आफ्नो लागि जिउनु भएन तर उहाँ सधैं अरुको हितको लागि जिउनुभयो । यसैकारण जसै तपाई आफ्नो साँचो पहिचान अनुसार जिउनुहुन्छ, तब तपाईले स्वाभिक रुपमा आफैलाई निस्वार्थी र बलदानी पूर्ण भएको पाउनुहुनेछ । तपाईले र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीले आफूहरु ख्रीष्टमा निस्वार्थी र बलिदानीपूर्ण व्यक्तिहरु हौं भनी देखेमा यसले एक-अर्कालाई हेर्ने दृष्टिकोणलाई कसरी कतिको भिन्नता ल्याउँला ?

प्रयोग : यदि तपाईमा स्वार्थीपनको समस्या छ भने, परमेश्वरसँग तपाईको हृदयलाई निस्वार्थीपनमा बदल्नुहोस् भनी पुकारा गर्नुहोस् ।

विश्वासको कदम : प्रभु, ममा भएको स्वार्थीपनलाई हटाउनुहोस् र ख्रीष्टमा म एक निस्वार्थी र बलिदानीपूर्ण व्यक्ति हुँ भन्ने सत्यद्धार मेरो मनलाई नयाँ बनाउनुहोस् ।

प्रश्न : निस्वार्थी भावना वा व्यवहारले तपाईको वैवाहिक जीवनमा कसरी वा कस्तो भिन्नता ल्याउँछ होला ?

मनन् : **फिलिप्पी २:३** माथि मनन गर्नुहोस् ।

परमेश्वरसँग वातचीत : परमेश्वरलाई तपाईको हृदय परिवर्तन गरिदिनुहोस् भनी पुकार गर्नुहोस् ताकि तपाई अझ धेरै निस्वार्थी र बलिदानीपूर्ण व्यक्ति बन्न सकोस् ।

ख्रीष्टमा तपाई विजयी र विजयी भन्दा महान हुनुहुन्छ ।

१ कोरिन्थी १५:५७ "तर परमेश्वरलाई धन्यवाद होस् जसले...... येशू ख्रीष्टद्धार विजय दिनुहुन्छ ।"

रोमी ८ : ३७ "तर यी सबै कुरामा हामीलाई प्रेम गर्नुहुनेद्धार हामी विजेता भन्दा पनि अझ बढी छौं ।"

तपाई आफूलाई (तपाईको श्रीमती वा श्रीमानले तपाईलाई) असफल वा हारुवा व्यक्तिको रुपमा देख्न सक्छ तर खीष्टमा तपाईको साँचो पहिचान तर विजयी र विजेता हुनुहुन्छ । तपाईमा र तपाईद्धार भएर खीष्टले जित्न नसक्ने कुनै समस्या, द्वन्द्ध वा प्रतिफल, परिस्थिति नै छैन । अर्कोतिर तपाईले खीष्ट विना नै तपाईले आफूलाई विजयी र आफैमा योग्य वा पर्याप्त छ भनी ठानिरहेको पनि हुन सक्छ ।

तर सत्य यो हो कि खीष्टबाट अलग भएर तपाईले केही पनि गर्न सक्नुहुन (**यूहन्ना १५ : ५**), परमेश्वरले तपाईलाई पर्यप्त प्रेम गर्नुहुन्छ यसैले उहाँले तपाईलाई असम्भव परिस्थितिहरु आउन वा वैवाहिक झै झगडा हुन् दिनुहुन्छ, जसले तपाई आफैले ती परिस्थितिहरु माथि विजय प्राप्त गर्न सक्नुहुन्न भन्ने कुरा प्रकट गराउँदछ । आफ्नो कमजोरी र असक्षमतालाई थाहा गर्नाले यसले तपाईलाई परमेश्वरमा भर पर्न लगाउँछ र उहाँद्धार भएर तपाई विजयी बन्नुहुन्छ । यसैकारण, तपाईको साँचो पहिचानमा खीष्टको विजयद्धार जिउन थाल्नुहोस् ।

प्रयोग : मानौं, तपाईले आफू ईश्वरीय श्रीमान् वा श्रीमती बन्न सकेको छैन भनी महशुस गरिरहनु भएको छ ।

विश्वासको कदम :"प्रभु, मैले आफू ईश्वरीय श्रीमान् वा श्रीमती हुन सकेको छैन भन्ने कुरा महशुस गर्दैछु । मैले जे जस्तो महशुस गरे तापनि यसले म खीष्टमा विजयी व्यक्ति हुँ भन्ने सत्यलाई परिवर्तन गर्दैन भन्ने कुरा याद दिलाउनुहोस् ।

प्रयोग : मानौ, तपाईले आफूलाई "स्व-पर्याप्त" छ भनी ठान्नुभएको छ ।

विश्वासको कदम : "प्रभु मैले म आफैलाई "स्व-पर्याप्त"श्रीमान् वा श्रीमती हुँ भनी महशुस गरिरहेका छु । तपाईमा मेरो साँचो पहिचानको कारणले म एक विजेता हुँ भन्ने सत्य कुराद्धार मेरो मनलाई पून नयाँ बनाउनुहोस् ।

प्रश्न : यदि तपाईले आफूलाई हारुव वा असफल व्यक्ति ठान्नु भएको छ भने, के यसले तपाई खीष्टमा विजयी भन्दा महान हुनुहुन्छ भन्ने सत्यलाई परिवर्तन गर्छ ? के यदि तपाई खीष्टमा विजयी हुनुहुन्छ भने, के तपाईले विजयी बन्नको लागि प्रयास वा परिश्रम गर्नुपर्ला ? यदि तपाई विजयी व्यक्तिको रुपमा जिउनुभयो भने यसले तपाईको वैवाहिक जीवनमा के कस्तो परिवर्तन ल्याउँला जस्तो लाग्छ ?

मनन : **१ कोरिन्थी १५ : ५७ र रोमी ८ : ३७** माथि मनन गर्नुहोस् ।

परमेश्वरसँग वातचीत : तपाईको जीवनको कुन क्षेत्रमा तपाई असफल भइरहेको जस्तो लाग्छ, सो विचार गर्नुहोस् ।

ती क्षेत्रहरुमा कसरी विजयी भएर जिउनुपर्छ, सो देखाई दिनुहोस् भनी परमेश्वरसँग पुकारा गर्नुहोस् ।

खीष्टमा तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमती स्वतन्त्र हुनुहुन्छ ।

गलाती ५ : १ "स्वातन्त्रताको निम्ति खीष्टले हामीलाई स्वतन्त्र पार्नुभएको छ । यसकारण दह्रा भएर खडा होओ, र फेरि दासत्वको जुवा मूनि नपर ।"

रोमी ८ : २ पाप र मृत्युको व्यवस्थाबाट मलाई जीवनका आत्माको व्यवस्थाले खीष्ट येशूमा मुक्त पारेको छ ।

गलाती ५ : १ लाई नजिकबाट हेरौं । यस पदले बनाउँछ कि तपाईलाई स्वतन्त्र पारिएको छ । यो चाहिँ भूतकाल हो । यो पूरा भइसकेको कार्य हो । तपाईको स्वतन्त्रतता चाहिँ क्रुसमा हाँसिल गरेको थियो । परिणाम स्वरुप, खीष्टमा तपाईलाई पापको शक्तिबाट शारीरिक व्यवहारहरुबाट, विधि विधानहरुबाट र तपाईलाई पराजित गराउने पापमय क्रियाकलापबाट स्वतन्त्र तुल्याएको छ ।

साथ-साथै तपाईले संसार र शैतानको शक्तिको पञ्जाबाट छुटकारा पाउनुभएको छ । अर्को शब्दमा भन्नुपर्दा, अब उसो तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमती ती तपाईलाई दासत्वमा राख्ने कुराहरुको अधिनमा रहनुपर्दैन । सत्य यो हो कि तपाई ती सबै कुराहरु देखि मुक्त हुनुभएको छ । हामी जोडीहरुको जीवनमा भएको समस्या यो हो कि हामी स्वतन्त्र भएर हिड्दैनौं किनकी हामीले साँच्चै हामीलाई स्वतन्त्र तुल्याई सक्नुभएको छ भन्ने कुरामा विश्वास नै गर्दैनौं ।

प्रयोग: मानौं, तपाईले जुन प्रकारल् आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीप्रति व्यवहार गर्नुभएको छ, त्यसमा तपाई आफैलाई दोषी महशुस भइरहेको छ ।

विश्वासको कदम :"प्रभु, मैले मेरो श्रीमान् वा श्रीमतीप्रति गरेको व्यवहारको कारण मलाई दोषी महशुस भइरहेको छ । आफैले-आफैलाई दोष्याउने कुराबाट म मुक्त भएको छ भन्ने कुरा मलाई याद गराईदिनुहोस् । यसको मतलब चाहिँ तपाईले आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीप्रति क्षमा माग्नु पर्दैन भन्ने होइन तर आफैलाई दोष्याउँदै बस्नु हुँदैन भन्न खोजेको हो ।"

प्रश्न : तपाईलाई आफू कुन-कुन कुराको बन्धन भित्र छ भन्ने जस्तो लाग्छ ? र के यसले खीष्टमा तपाई स्वतन्त्र हुनुभएको छ भन्ने सत्य कुरालाई बदल्छ ?

तपाईको साँचो पहिचानको एक भागको रुपमा खीष्टमा प्राप्त स्वतन्त्रतामा तपाई जिउनु वा हिँड्नु भयो भने यसले तपाईको वैवाहिक जीवनको कुन-कुन क्षेत्रमा परिवर्तन ल्याउँला ?

मनन : १ कोरिन्थी १५ : ५७ र रोमी ८ : ३७ लाई मनन गर्नुहोस् ।

परमेश्वरसँग वातचीत : तपाईले आफूलाई जीवनको कुन-कुन क्षेत्रमा असफल भइरहेको छ जस्तो लाग्छ, त्यस बारेमा विचार गर्नुहोस् । ती क्षेत्रहरुमा कसरी विजयी भएर जिउनु पर्छ, सो प्रकट गराई दिनुहोस् भनी परमेश्वरसँग पुकारा गर्नुहोस् ।

खीष्टमा तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीसँग खीष्टको मन छ ।

१ कोरिन्थी २ : १६ ख "...... हामीसँग खीष्टको मन छ ।"

तपाईसँग खीष्टको मन छ भन्नुको अर्थ के हो त ? यसको अर्थ चाहिँ अब उसो तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीले कुनै पनि कुराको निर्णय गर्नको लागि तपाईको आफ्नै सीमित बुद्धि, समक्ष, ज्ञान र क्षमतामा भर पर्नु पर्दैन । तपाईले जुन सुकै अवस्थामा वा परिस्थितिसँग सामना गर्नु परे तापनि तपाईले परमेश्वरको असीमित ज्ञान, बुद्धि, समझलाई खिच्नु वा लिन सक्नुहुन्छ । यो चाहिँ "आत्मिक इन्टरनेट" चलाउने अधिकार पाउनु वा पहुँच हुनु जस्तै हो । तपाईले लिनुपर्ने हरेक निर्णयहरुको (छोराछोरीको सम्बन्ध, आर्थिक कुराको सम्बन्धमा, किनमेलका कुराहरुको सम्बन्धमा) लागि परमेश्वरसँग सही जवाफ छ । तसर्थ तपाईले के गर्नुपर्छ भनी चिन्ता गरिरहनु पर्दैन । केवल तपाईले जवाफ वा उत्तर पाउनको लागि परमेश्वरको खोजी गर्नु खाँचो छ ।

प्रयोग: जब-जब तपाईले जागीर परिवर्तन गर्ने, अरु ठाउँमा सर्ने वा छोराछोरीको सम्बन्धमा इत्यादि कुराहरुमा निर्णय गर्नुपर्ने हुन्छ, त्यस बेलामा तपाईले आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीको सीमित बुद्धि र समझमा भर परिरहनु पर्दैन तर तपाईले खीष्टको बुद्धि र समझलाई ग्रहण गर्न सक्नुहुन्छ ।

विश्वासको कदम : "प्रभु, म र मेरो श्रीमान् वा श्रीमतीले.....। विषयमा महत्वपूर्ण निर्णय गर्नुपरेको छ । हामीसँग भएको खीष्टको मनद्धार बुद्धि र समझको साथमा तपाईले नै यो निर्णय गरिदिनुहोस् भनी पुकारा गर्दछु ।

प्रश्न : तपाईले आफ्नो वैवाहिक जीवनमा अहिले के कस्तो गाह्रो परिस्थितिसँग सामना गरिरहनु भएको छ जसको लागि तपाईले खीष्टले बुद्धि, समझ, ज्ञान र क्षमतामा भर पर्नु खाँचो छ ?

प्रश्न : ईश्वरीय बुद्धि र समझको लागि उहाँलाई तपाईको स्रोतको रुपमा तपाईले खोजोस् भनेर परमेश्वरले ती गाह्रो परिस्थितिहरुलाई तपाईको वैवाहिक जीवनमा आउन अनुमति दिनुभएको हो त ?

मनन : **१ कोरिन्थी २ : १६** को ख लाई मनन गर्नुहोस् ।

परमेश्वरसँग वातचीत : आउँदो दिलहरुमा तपाईले के कस्तो निर्णयहरु गर्नुपर्नेछ ? त्यसको लागि परमेश्वरको बुद्धि र विवेकको खोजी गर्न थाल्नुहोस् ।

खीष्टमा तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमती क्षमा दिने व्यक्तिहरु हो ।

<u>एफिसी ४ : ३२-</u>"जसरी परमेश्वरले खीष्टमा तिमीहरुलाई प्रेम गर्नुभयो, त्यसरी नै एउटाले अर्कालाई क्षमा गरेर तिमीहरु एउटा अर्काप्रति कोमल मनका र दयालू होओ ।"

तपाईलाई अरु व्यक्तिले चोट पुऱ्याइएको हुन सक्छ र तपाईलाई उक्त व्यक्तिलाई क्षमा दिन मन लाग्दैन (क्षमा नदिए पनि यो मेरो अधिकारको कुरा हो भनी तपाईले विश्वास गर्नुहुन्छ) सत्य यो हो कि तपाईसँग आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमती वा अरु कुनै पनि व्यक्तिलाई क्षमा नदिने कुनै बाहना छैन । किन ? खीष्टले तपाईलाई शर्तरहित रुपमा क्षमा दिनुभयो, दोस्रो कुरा, खीष्टमा तपाईको नयाँ पहिचानमा तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमती चाहिँ क्षमा दिने व्यक्तिहरु हुनुहुन्छ । तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीले खीष्टबाट क्षमा लिन सक्नुहुन्छ र तपाईद्धार भएर अरुहरुलाई क्षमा दिनको लागि उहाँलाई अनुमति दिन सक्नुहुन्छ । तपाईले यो कुरा जान्नु अति महत्वपूर्ण छ किनकी धेरै पटक अक्षमाशीलताले विवाहलाई नष्ट गर्दछ । मुख्य सत्य : तपाईलाई क्षमा दिन मन लागोस् वा नलागोस् मुख्य कुरा त्यो होइन । तपाईले क्षमा दिने कुरालाई छान्नु सक्नुहुन्छ किनकी त्यही खीष्टमा तपाईको साँचो पहिचान हो ।

<u>प्रयोग</u> : यदि तपाईलाई आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीलाई क्षमा दिन गाह्रो भइरहेको छ भने, तपाईलाई चोट पुऱ्याउने व्यक्ति क्षमा दिनको लागि मात्र होइन तर खीष्टमा तपाई क्षमा दिने व्यक्ति हुनुहुन्छ र अब उप्रान्त तपाईसँग क्षमा नदिने अधिकार छैन भन्ने कुरा विश्वास दिलाई दिनुहोस् भनी परमेश्वरसँग पुकारा गर्नुहोस् ।

<u>विश्वासको कदम</u> :"प्रभु, जब मेरो श्रीमान् वा श्रीमती ...., त्यो बेलामा क्षमा दिनलाई मलाई गाह्रो भइरहेका् छ । तपाईमा म एक क्षमा दिने व्यक्ति हुँ भन्ने सत्यताद्धार मेरो मनलाई नयाँ पार्नुहोस् र मलाई क्षमो हृदय भिजाउनुहोस् ।

<u>प्रयोग</u> : यदि तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीमा क्षमा नदिने समस्या छ भने, तपाईले परमेश्वरसँग उसलाई वा तिनलाई क्षमाको हृदय दिनुभएको होस् भनी पुकारा गर्न सक्नुहुन्छ ।

<u>विश्वासको कदम</u> : "प्रभु, मेरो श्रीमान् वा श्रीमतीले मलाई क्षमा दिन सकिरहेको छैन । ऊ वा तिनी एक क्षमा दिने व्यक्ति हो भन्ने सत्यद्धार उसको वा तिनको मनलाई पूर्नःनयाँ पारिदिनुहोस् भनी तपाईसँग पुकारा गर्दछु ।

<u>प्रश्न</u> : के तपाईलाई आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीलाई क्षमा दिन गाह्रो भइरहेको छ ? खीष्टमा तपाई क्षमा दिने व्यक्ति भइसके पछि पनि के अझै तपाईसँग क्षमा नदिने अधिकार छ र ? ऊ वा तिनी क्षमा पाउन योग्यको भए पनि नभएर पनि तपाईले उसलाई वा तिनलाई क्षमा दिन सकिन्छ भन्ने कुरा महशुस गरेमा यसले तपाईको वैवाहिक जीवनमा कतिको प्रभाव पार्ला ?

तपाईको साँचो पहिचानको सम्बन्धमा बुभ्नुपर्ने दुईवटा अझ महत्वपूर्ण सत्यहरु

१. तपाईको व्यवहारले खीष्टमा तपाईको पहिचानलाई निर्धारण गर्दैन ।

सत्य यो हो कि तपाईको व्यवहारले तपाईको साँचो पहिचानलाई

मैले यस पाठको परिचयमा भनेको कुरालाई याद गर्नुहोस् कि मैले भनेको थिए कि तपाईको व्यवहारले तपाईको पहिचानलाई निर्धारण गर्दैन । म यो विचारलाई अझै बिस्तार गर्न चाहन्छु । त्यो भन्दा अगाडि, तपाईले इमान्दारी साथ यो दुईवटा प्रश्नहरुको जवाफ दिएको म चाहन्छु ।

प्रश्न : शारीरिक व्यवहारहरुको आधारमा तपाईले आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीको बारेमा के कस्ता नकारात्मक निष्कर्षहरु निकाल्नु भएको छ । (जस्तै मेरो श्रीमान् वा श्रीमती चाहिँ एकदम दबाउने, आज्ञा मात्र दिने, निष्क्रिया, डरलाग्दो, रिसालू, स्वार्थी इत्यादि हुनुहुन्छ) तलको खाली ठाउँमा भर ।

मेरो श्रीमान् वा श्रीमती ....हुनुहुन्छ ।

प्रश्न : शारीरिक व्यवहारहरुको आधारमा तपाईले आफ्नो बारेमा के कस्ता नकारात्मक निष्कर्षहरु निकाल्नुभएको छ ? तलको खाली ठाउँमा भर ।

म एक .... व्यक्ति हुँ ।

तपाईले भन्नु होला कि, यद्यपि परमेश्वरको वचनले म र मेरो श्रीमान् वा श्रीमती धर्मी स्वीकारिएको, क्षमा दिने व्यक्ति इत्यादि भने तापनि मेरो (मेरो श्रीमान् वा श्रीमतीको) व्यवहार न उक्त वचनको विपरित छ । परमेश्वरको वचनले भनेको कुरा सत्य हो कि हाम्रो व्यवहारले देखाईरहेको कुरा सत्य हो त ?

यद्यपि तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीको व्यवहार परमेश्वरको वचनले भने अनुसार नभए तापनि के यसले खीष्टमा प्राप्त तपाईको पहिचानलाई परिवर्तन गर्छ त ? जवाफ हो गर्दैन । एउटा विश्वासीलाई परमेश्वरले नयाँ पहिचान दिनुभएको छ जुन उसको पापमय व्यवहारमा आधारित छैन । मुक्ति पाउनुभन्दा अगाडि जीवनमा चाहिँ तपाईको चालचलन वा व्यवहारले तपाईको परिचय वा पहिचानलाई प्रकट गर्थ्यो ।

तर अब तपाईको नयाँ पहिचान छ जुन तपाईको शारीरिक, पापमय व्यवहारहरुले निर्धारण गर्दैन । यस उदाहरणलाई विचार गर्नुहोस् । जब म लभलेस (मेरो गोत्रको नाम) परिवारमा जन्मे, म लभलेस भएँ । म एक असल लभलेस भए पनि खराब लभलेस भए पनि यसले कुनै फरक पार्दैन । मेरो व्यवहारले मेरो

लभलेस् (गोत्रा) लाई परिवर्तन गर्दैन । त्यस्तै प्रकारले जस्तो सुकै व्यवहार भए पनि यसले खीष्टमा तपाईको पहिचानलाई परिवर्तन गर्दैन ।

केही उदाहरणहरु हेर्नुहोस् :

१. : तपाईले शारीरिक व्यवहारहरुलाई रोजेर अधर्मी कामहरु गरे तापनि यसले खीष्टमा प्राप्त धर्मी पहिचानलाई परिवर्तन गर्दैन ।

२. : तपाईलाई चोट पुऱ्याउने तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीलाई क्षमा नदिएको हुन सक्छ, जुन एक पापमय कार्य हो, तर यसले खीष्टमा तपाई एक क्षमा दिने व्यक्ति हुनुहुन्छ र तपाईले क्षमा दिन सक्नुहुन्छ भन्ने सत्यतालाई परिवर्तन गर्दैन ।

जसै हामी विश्वासद्धार हिँड्छौं, हामीले हाम्रो साँचो पहिचान अनुसार हिँड्दै गरेको र शारीरिक व्यवहारहरु कम हुँदै गइरहेको पाउनेछौं । तलको चित्रले यसलाई प्रस्तुत गर्दछ ।

तपाईको साँचो पहिचान अनुसार हिँड्नु र तपाईको शारीरिक व्यवहारहरु

शर्तरहित प्रेम **धर्मी** **नम्र**

सुरक्षा **स्वीकार** **धैर्य**

क्षमा **निडर** **पूर्णता**

दया **विवेकी** **ज्ञानी**

पर्याप्तता **धन्यवादी** **निर्धक्कता**

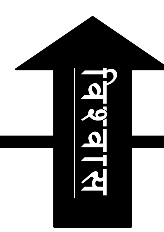
स्वतन्त्रता **योग्यपन** **निस्वार्थी**

आनन्दित **विजयी** **बलियो**

बालिदानी **शान्तिपूर्ण**

असल

आत्मा



शरीर

चिन्ता, रीस, अयोग्यपन, स्व-निर्धक्कता, अधैर्य, आदेश दिने, क्षमा नदिने, स्व-पर्याप्तता, आफू मात्र ठीक हुँ भन्ने, अपर्याप्तता, आलोचक, न्याय गर्ने, स्व-धर्मी, नियन्त्रण गर्ने, घमण्डी, इन्कार गर्ने, असुरक्षित, स्वार्थी

जसै तपाईले विश्वासका् कदमहरु चाल्नुहुन्छ, पवित्र आत्माले तपाईलाई रेखा मूनिको शारीरिक व्यवहारबाट रेखा माथिको तपाईको साँचो पहिचान अनुसारको जीवन जिउनको लागि डोऱ्याउनुहुनेछ ।

पाँचौ दिन

तपाईको शारीरिक व्यवहारले तपाईको साँचो पहिचानलाई निर्धारण गर्दैन भन्ने कुराले के तपाईलाई शारीरिक जीवन यापन गर्नको लागि अनुमति वा छुट दिन्छ त ? कदापि होइन । परमेश्वर तपाईको कुनै पनि पापमय कार्य प्रति खुशी हुनुहुन्न । तापनि, परमेश्वरले तपाईलाई नयाँ परिचय वा पहिचान दिनको लागि गर्नुभएको कामले गर्दा, अब उप्रान्त तपाईसँग जीवन यापन नगर्ने छनौट पनि छ भन्ने कुरा बुझ्नु चाहिँ कति महत्वपूर्ण छ ।

प्रश्न : यदि तपाईले आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीलाई उसको वा तिनको पापमय व्यवहार अनुसार मूल्याङकन गर्दै हुनुहुन्छ भने, यसले तपाईको वैवाहिक जीवनमा कस्तो नकारात्मक असर पार्ला ?

____

____

____

____

मनन : तपाईको शारीरिक व्यवहारले तपाईको साँचो पहिचानलाई निर्धारण गर्दैन भन्ने सत्यता माथि मनन गर्नुहोस् ।

अरु कुनै पनि कुराहरुमा झै, यस विषयमा पनि हाम्रो मनलाई पूर्न नयाँ पारिदिनको लागि र यकिन गराई दिनुहोस् भनी परमेश्वरको खोजी वा पुकारा गर्नुपर्छ । जसै तपाईले सत्य माथि विश्वास गर्न थाल्नुहुन्छ, तपाईको व्यवहारहरु तपाईको साँचो पहिचान अनुरुप हुन आउनेछ । यसको लागि समय लाग्छ तर अन्तमा तपाईले परमेश्वरको वचन अनुरुपको नयाँ व्यवहारको अनुभव गर्नुहुनेछ । हामी यस पाठको पछिल्लो भागमा विश्वासको केही कदमहरुलाई हेर्नेछौं जसले तपाईलाई परमेश्वरको कार्य प्रक्रियालाई अझ राम्रोसँग बुझ्नमा सहायता पुऱ्याउनेछ ।

परिवर्तनको प्रक्रियामा, परमेश्वरले तपाईको मनलाई तपाईको साँचो पहिचानको सत्यताद्धार पून नयाँ पार्नुहुनेछ, जसै उहाँले यो काम गर्नुहुन्छ, तब तपाईको व्यवहार तपाईको साँचो पहिचान अनुरुप हुन आउनेछ ।

२. तपाईको गलत विश्वास र भावनाहरुले खीष्टमा तपाईको पहिचानलाई निर्धारण गर्दैन ।

तपाईको आफ्नै बारेमा र आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीको सम्बन्धमा तपाईमा भएको गलत विश्वास वा भावनाहरुले खीष्टमा तपाई वा तपाईको श्रीमान् वा श्रीमती को हुनुहुन्छ भन्ने सत्यतालाई परिवर्तन गर्दैन । अर्को शब्दमा भन्नु पर्दा, सत्यको बारेमा तपाईले जस्तो विश्वास गर्नु भए पनि र जसो महशुस गर्नु भए तापनि उक्त सत्य, सत्य नै हो भन्ने तथ्यलाई परिवर्तन गर्दैन ।

केही उदाहरणहरु हेरौं ।

गलत विश्वास वा भावना	खीष्टमा तपाईको नयाँ पहिचानको सत्यता
तपाईले आफूलाई तिरस्कार वा इन्कार गरिएको महशुस गर्नुहुन्छ ।	खीष्टमा तपाईलाई ग्रहण गरिएको छ र तपाई ग्रहणयोग्य हुनसक्छ (**रोमी १५ : ७**) केवल खीष्टमा मात्र तपाईले आफ्नो योग्यता पाउनुहुन्छ ।(**२ कोरिन्थी ९:८**)
तपाईले आफैमा योग्य छ भनी विश्वास गर्नुहुन्छ ।	
तपाईलाई क्षमा दिन मन लागेको छैन ।	खीष्टमा तपाई क्षमा दिने व्यक्ति हुनुहुन्छ (**एफिसी ४:३२**)
शर्तरहित रुपमा प्रेम गरिएको छ जस्तो लाग्दैन ।	परमेश्वरले तपाईलाई शर्तरहित रुपमा प्रेम गर्नुहुन्छ ।(**१ यूहन्ना ४:१६**)
तपाई धर्मी हुनुहुन्छ भनी तपाईले विश्वास गर्नुहुन्न ।	खीष्टमा तपाई धर्मी हुनुहुन्छ (**२ कोरिन्थी ५:२१**)

शायद आजको दिन सम्म तपाईको गलत विश्वास र भावनाहरु नै तपाईको लागि सत्य भइरहेको हुनसक्छ । तर अब तपाईले बौद्धिक रुपमा भए पनि परमेश्वरले तपाईलाई नयाँ परिचय दिनु भएको छ भन्ने कुरा बुझ्नुभएको छ । जति सुकै नकारात्मक भावनाहरु र गलत विश्वासहरु उब्जिरहेको भए तापनि तपाईले उहाँको सत्यता माथि विश्वास गरेको परमेश्वर चाहनुहुन्छ । यसैकारणले, हाम्रो गलत विश्वास र भावनाहरुले हाम्रो पहिचानलाई निर्धारण गर्दैन भन्ने कुरा परमेश्वरले हामी विश्वास दिलाउनु भएको होस् भनी हामीले परमेश्वरसँग पुकारा गर्नुपर्छ ।

परमेश्वरसँग वातचीत : तपाईको गलत विश्वासहरु र भावनाहरुले तपाईको साँचो पहिचानलाई निर्धारण गर्दैन भन्ने कुरा यकिन दिलाउनुहोस् भनी परमेश्वरसँग पुकारा गर्नुहोस् ।

तपाईको पापमय व्यवहार, गलत विश्वास वा नकारात्मक भावनाहरुले तपाईको साँचो पहिचानलाई निर्धारण गर्दैन । परमेश्वरले तपाईको बारेमा जे भन्नुहुन्छ,

तपाईको साँचो पहिचानलाई बुझ्न वा अनुभव गर्नको लागि चाल्नुपर्ने विश्वासका कदमहरु

जसै तपाई यस अध्ययनमा अगाडि बढ्नुहुन्छ, कृपया तपाईले पृष्ठ ११३ मा भएको ताईको साँचो पहिचानको विशेषताहरु वा गुणहरुलाई हेर्नुहोस् ।

उदाहरण १ : मानौ, तपाईको साँचो पहिचानका केही गुण वा विशेषताहरु साँच्चिकै सत्य हो भनी तपाईलाई विश्वास लाग्दैन । तपाईलाई अविश्वासबाट विश्वासमा डोऱ्याउनको लागि प्रयोग गर्ने विश्वासको कदमहरु हेरौं ।

विश्वासको कदम : “प्रभु, म योग्य छु भनी मलाई विश्वास लाग्दैन । ख्रीष्टमा म पूर्ण रुपमा योग्य छु भन्ने सत्यले मलाई भरिदिनुहोस् तपाईसँग पुकारा गर्दछु ।

विश्वासको कदम :“प्रभु, म विजेता भन्दा महान हुँ भन्ने कुरामा मलाई विश्वास लागिरहेको छैन किनकी मैले आफैलाई एक असफल वा हारुव व्यक्ति जस्तो लाग्छ । तपाईले मेरो मनलाई नयाँ बनाउनुहोस् ताकि मैले उक्त सत्यता माथि मैले विश्वास गर्न सकुँ ।

अभ्यास : तपाईलाई विश्वास नलाग्ने गुणहरु तलको खाली ठाउँमा भरी विश्वासको कदम चाल्न शुरु गर्नुहोस् ।

विश्वासको कदम :“प्रभु, म .... व्यक्ति हुँ भनी विश्वास गर्दिन । तपाईले ख्रीष्टमा म .... हुँ भन्ने सत्यद्धार भरिदिनुहोस् भनी पुकारा गर्दछु ।

उदाहरण २ : मानौ, तपाईले आफू स्वार्थी हुँ भन्ने गलत विश्वास राख्नुभएको छ । यसको परिणाम स्वरुप तपाईले नियन्त्रण गर्ने वा दबाउने जस्ता शारीरिक व्यवहार गरिरहनु भएको छ । तपाईको शारीरिक व्यवहारबाट छुटकारा पाउनको लागि चाल्नुपर्ने केही विश्वासका कदमहरुलाई हेरौं ।

विश्वासको कदम : मैले मेरो स्वार्थीपनको कारणले नियन्त्रण गर्ने र दबाउने कार्य गरिरहेको महशुस गरिरहेको छ । प्रभु, ख्रीष्टमा म निस्वार्थी व्यक्ति हुँ भन्ने सत्यद्धार मेरो मनलाई नयाँ पार्नुहोस् र मेरो शारीरिक व्यवहारहरुलाई ईश्वरीय व्यवहारमा बदल्नुहोस् तपाईसँग पुकारा गर्दछु ।

विश्वासको कदम : प्रभु, मलाई निस्वार्थी बन्नको लागि अति नै गाह्रो भइरहेको छ । तपाईले मलाई निस्वार्थी बन्ने इच्छा दिनुहोस् । तपाईले मेरो मनलाई बदल्नुहोस् ताकि मेरो जीवनलाई परिवर्तन गराउनको लागि तपाईलाई अनुमति दिन सकूँ ।

परमेश्वरसँग वातचीत : परमेश्वरले तपाईलाई बदल्नुहुन्छ भनी विश्वास गरी तपाईको साँचो पहिचान अनुसार जिउनको लागि विश्वासको कदम चाल्नुहोस् ।

तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीलाई तपाईको साँचो पहिचानको बारेमा यकिन हुनको लागि समयलाग्छ ।

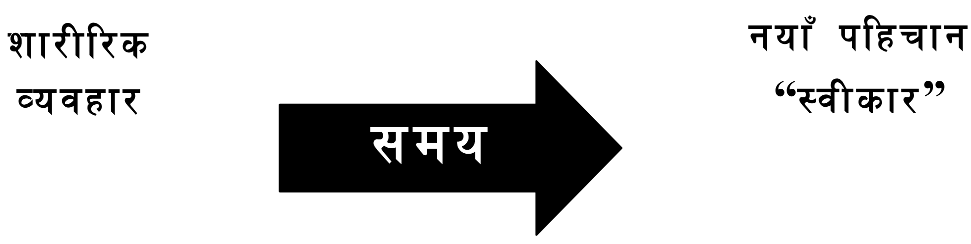
१. तपाईको कति वटा गलत विश्वासहरु अरु गलत विश्वासहरु भन्दा एकदमै बलियो भएर रहेको हुन्छ । यसैले तपाईको साँचो पहिचान अनुसारको गुणहरु अनुभव गर्नको लागि समय लाग्छ ।

२. म तपाईलाई निरन्तर रुपमा यो स्मरण गराउन चाहन्छु कि परिवर्तन कार्य एक प्रक्रिया हो । हामीले अहिले हाम्रो साँचो पहिचानको जति अनुभव गर्न चाहन्छौं, त्यो भन्दा पनि अनुभव गर्नको लागि निरन्तर रुपमा विश्वासको कदमहरु चाल्नु चाहिँ अति महत्वपूर्ण छ ।

३. खीष्टमा तपाईको साँचो पहिचानलाई तपाईले कतिको चाँडै विश्वास गर्न सकिन्छ भन्ने कुरा चाहिँ तपाईको गलत विश्वासहरुले कतिको जरा गाडेर बसेको छ भन्ने कुरामा भर पर्छ ।

४. परमेश्वरले तपाईको साँचो पहिचानको सत्यद्धार तपाईको मनलाई नयाँ पार्नु भन्दा अगाडि कतिपटक तपाईले तपाईको गलत विश्वास अनुसारको व्यवहारहरु पनि गर्नुहुनेछ । जब तपाईले यी शारीरिक व्यवहारहरु गरि पठाउनुहुन्छ, त्यस बेलामा तपाईले ती कुराहरु स्वीकार गरी पश्चताप गर्नुहोस् ।

५. जसै तपाई आफ्नो साँचो पहिचान अनुसार जिउन थाल्नुहुन्छ, तब तपाईले आफूमा शारीरिक व्यवहारहरुको सट्टामा खीष्टको जस्तै व्यवहारहरु पाउनुहुनेछ ।



विश्वा

भूठबाट सत्यमा चल्नु

तपाईको साँचो पहिचान अनुसार जिउनले तपाईको विवाहमा यी परिणामहरु आउनेछ ।

१. तपाईले एकले अर्कालाई परमेश्वरले तपाईलाई तपाईको साँचो पहिचानमा हेरे भै हेर्नु हुनेछ ।

२. अब उप्रान्त तपाईले आफ्नो शारीरिक व्यवहारको आधारमा मूल्याङ्कन गर्नु हुनेछैन ।

३. तपाईले तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीको पहिलाको शारीरिक व्यवहारहरु देख्नु हुने छैन तर नयाँ साँचो पहिचानलाई देख्नुहुनेछ ।

४. जसै पवित्र आत्माले तपाईको मनलाई सत्यद्वार नयाँ पार्नुहुनेछ, तब तपाईको व्यवहारहरु वचन अनुसार हुन थाल्नेछ ।

५. जसै पवित्र आत्माले तपाईलाई तपाईको साँचो पहिचानमाथि विश्वास गर्नको लागि परिवर्तन गर्नुहुन्छ, अन्तमा तपाईले तपाईको विचारमा, भावनामा, छनौटहरुमा फरकपनको अनुचव गर्नुहुनेछ ।

६. तपाईको आफ्नो साँचो पहिचान अनुसार जिउनाले तपाईको विवाहमा अभ्र मिलाप र एकता ल्याउँछ ।

तपाईको परिचयको सम्बन्धमा भूठ र सत्य कुराहरु

पहिलाको भन्दा अलि फरक प्रकारले "रेखा" को उदाहरणलाई प्रयोग गर्न चाहन्छु । यस "रेखा" उदाहरणमा तपाईको शारीरिक व्यवहार र तपाईको साँचो पहिचान बीचको भिन्नतालाई म प्रस्तुत गर्न

चाहन्छु । “रेखा” मूनि तपाईको आफ्नो बारेमा तपाईले गर्नुभएको गलत विश्वासबाट निस्कने वा उत्पन्न हुने व्यवहारहरु छन् भने, रेखा माथि चाहिँ तपाईको साँचो पहिचानको सत्य कुरा छ । तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीलाई परिवर्तन गर्नु चाहिँ परमेश्वरको इच्छा हो, ताकि तपाईहरु खीष्टमा तपाईको साँचो पहिचान अनुसार जिउना सकोस् ।

तपाईको साँचो पहिचान विरुद्ध तपाईको गलत विश्वासहरु

साँचो पहिचान	**शर्तरहित प्रेम**	**धर्मी**	**नम्र**
(सत्य)	**सुरक्षा**	**स्वीकारयोग्य**	**धैर्य**
क्षमापन	**निडर**	**पूर्ण**	
दया	**विवेकी**	**बुद्धिमानी**	
पर्याप्तता	**धन्यवादी**	**निर्धक्कता**	
बलिदानी	**योग्य**	**निस्वार्थी**	
स्वातन्त्र	**विजयी**	**बलियो**	
आनन्दमय	**शान्तिपूर्ण**	**असल**	

गलत विश्वास	**अयोग्य**	**आफैमा सुरक्षित ठान्ने**	**अस्वीकार्य**
(झूठ)	**स्वःपर्याप्तता**	**इन्कारिएको**	**स्वःपर्याप्तपन**
	हारुव	**असफल**	**चिन्तित**
	आफैमा निर्भर	**अयोग्य**	**नियन्त्रण गर्ने**
	कमजोर	**हारिएको**	**प्रतिस्पर्धा गर्ने**
	असुरक्षित	**डरछेरुवा**	**कठोर**

जसै परमेश्वरले तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीलाई परिवर्तन गर्नुहुन्छ, उहाँले तपाईहरुलाई “रेखा” माथिको खीष्टमा तपाईको साँचो पहिचान जिउने कुरातिर डोऱ्याउनुहुन्छ ।

यसैकारणले अब तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीले गर्नुपर्ने काम भनेको तपाईको साँचो पहिचान अनुसारको सत्यद्धार तपाईको मनलाई नयाँ पार्नको लागि उहाँको खोजी गर्नु हो ।

प्रश्न : यदि तपाईहरु दुवै तपाईको साँचो पहिचान अनुरुप जिउनु भयो भने यसले तपाईको वैवाहिक जीवनमा के कस्ता सकारात्मक प्रभाव पार्ला जस्तो लाग्छ ?

____

____

____

परमेश्वरसँग वातचीत : तपाईको साँचो पहिचानको गुणहरुको सूचीको सत्यताद्धार तपाईको मनलाई पूर्न नयाँ पार्नुहोस् भनी पुकारा गर्नुहोस् ।

सारंश :

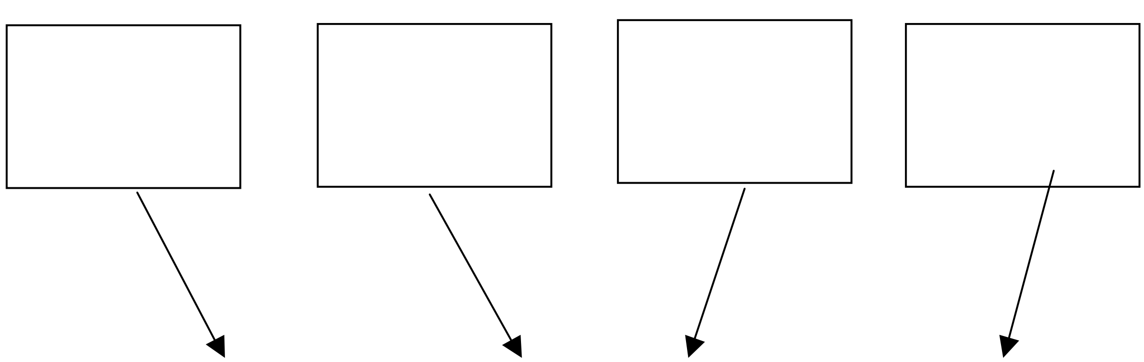
तपाईको साँचो पहिचानको सम्बन्धमा खीष्टको खोजी गर्दा खेरी तपाईले सम्भनुपर्ने अन्तिम मुख्य सत्य ।

तपाई नयाँ सृष्टि बन्ने वा हुने होइन ।

तर तपाई अघिबाटै नयाँ सृष्टि हुनु भएको कुरा पत्ता लगाउनु हो ।

नोट : हाम्रो नयाँ पहिचानको सम्बन्धमा के तपाईलाई आफ्नो साँचो पहिचान थाहा छ भन्ने अध्ययनलाई मैले पुरा गरेको छु । यदि ताई त्यसलाई अध्ययन गर्न चाहनुहुन्छ भने, यसको भिडियो उपलब्ध छ र हाम्रो www.christislifeministries.comमा उक्त पुस्तक पनि राखिएको छ ।

मैले मेरो आफ्नै बारेमा प्राप्त गरेका खबरहरु सन्देशशरु



उहाँले मलाई मेरो आफ्नो बारेमा यो प्रकारले महशुस गर्ने र सोच्ने तरिकाले बनाउनुभयो ।

गलत विश्वासहरु

म........ छु भनी विश्वास गर्छु वा महशुस गर्छु

____

____

____

मेरो झूठो विश्वासको परिणाम स्वरुप आउने शारीरिक व्यवहारहरु

____

____

____

____

आफू केन्द्रित विवाह र खीष्ट केन्द्रित विवाहलाई तुलना गरी हेरौं

आफू केन्द्रित विवाह	**खीष्ट केन्द्रित विवाह**
आफू स्रोतको रुपमा परमेश्वरको वचनलाई लिएर आफ्नै क्षमता, विवेक र इच्छा शक्तिलाई प्रयोग गरी खीष्ट केन्द्रित विवाह उत्पन्न गर्ने प्रयास गर्छन् ।	**परमेश्वर स्रोतको रुपमा** खीष्ट केन्द्रित विवाह उत्पन्न गर्नको लागि परमेश्वरको वचन, क्षमता र शक्तिलाई मात्र साँचो स्रोतको रुपमा लिन्छ । **यूहन्ना १४:६, १ कोरिन्थी १:३०**
काममा आधारित विवाह आफ्नै शक्तिद्धार विभिन्न सुत्रहरु, प्रविधिहरु र कदमहरु प्रयोग गरी खीष्ट केन्द्रित विवाह उत्पन्न गर्ने प्रयास गर्छन् ।	**विश्वासमा आधारित जीवन** खीष्ट केन्द्रित विवाहको निम्ति विश्वासद्धार परमेश्वरमा भरोसा गर्छन् र उहाँमा निर्भर हुन्छन् ।
परमेश्वरको सहायताको साथमा स्वःपरिवर्तन आफू र आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीको परिवर्तनको लागि परमेश्वरको वचनलाई सहायतालाई साथै आफ्नै क्षमतालाई पनि प्रयोग गरी आफू चाहिँ परिवर्तनको कारक बन्छन् ।	**परमेश्वर नै परिवर्तनको कारण र**

शारीरिक व्यवहारहरुले पहिचानको निर्धारण

शारीरिक व्यवहारहरुले र्न आफ्नो र आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीको पहिचान निर्धारण गर्छ भनी विश्वास गर्छन् ।

आफूमा केन्द्रित विवाहले ल्याउने परिणामहरु

- अपूरो खाँचोहरु
- एक अर्काको शारीरिक व्यवहारको सामना ।
- वैवाहिक जीवन जस्ताको तस्तै ।

तपाईको साँचो पहिचान ख्रीष्टमा

ख्रीष्टमा आफ्नो साँचो पहिचान अनुसार जिउँछन् । **२ कोरिन्थी ५ : १७**

ख्रीष्टमा केन्द्रित विवाहले ल्याउने परिणामहरु

- ख्रीष्टलाई स्रोतको रुपमा मानेर जिउने वैवाहिक जीवन ।
- ख्रीष्टमा आफ्नो साँचो पहिचान अनुसार जिउने जीवन ।
- शारीरिक व्यवहारको सट्टामा ख्रीष्टको जस्तै व्यवहार हुन्छ ।

पाठ ६

खीष्ट केन्द्रित विवाहको सम्बन्धमा अन्तिम सत्यहरु

पहिलो दिन

परिचय

"मेरा साना बालक हो, खीष्ट तिमीहरुमा नबनिनुभए सम्म म फेरि प्रसाव पीडामा छु ।" **गलाती ४ : १९**

"तिमीहरु हरेकले आफ्नै हित मात्र नखोज, तर अरुका हितलाई पनि हेर ।" **फिलिप्पी २:४**

अघिल्लो पाठहरुमा हामीले परमेश्वरले हाम्रो श्रीमान् वा श्रीमती अर्थात् हाम्रो वैवाहिक जीवनमा के गर्न चाहनुहुन्छ भन्ने बारेमा कुराकानी गऱ्यो । यस अन्तिम पाठमा चाहिँ जसै तपाईले परमेश्वरलाई आफ्नो स्रोत र शक्तिको रुपमा लिएर उहाँको खोजी गर्नुहुन्छ र तपाई उहाँको रुपमा बद्लिनु हुन्छ, त्यसपछि तपाईद्धार भएर खीष्टले के गर्नुहुन्छ भन्ने बारेमा म केन्द्रित हुन चाहन्छु ।

तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीको परिवर्तनको निम्ति तपाई समाधान ल्याउने व्यक्ति बन्ने कि समस्या निम्त्याउने व्यक्ति बन्ने

क. समस्याको एक अंश हुनु समस्या ल्याउने व्यक्ति हुनु

यस विषयमा मैले धेरै समय बिताई राख्नु आवश्यक छैन किनकी यदि तपाई शरीरबाट जिउनुहुन्छ भने, यसले वैवाहिक जीवनमा केवल अझ धेरै द्धन्द्ध र भावनात्मक दुरी ल्याउनेछ । केही समय म भावनात्मक अलगपनको बारेमा कुरा गर्न चाहन्छु । यो चाहिँ दुवै श्रीमान् र श्रीमती शरीरबाट जिउनाले यस्तो परिस्थिति आउँछ भन्ने बारेमा हामीले कुराकानी गऱ्यो । यदि कुनै पनि जोडीले सत्य थाहा नपाउँदै अगाडि बढ्न खोज्यो भने, यसले बिस्तारै भावनात्मक अगलपन वा विछोड पैदा गर्न शुरु गर्नेछ ।

सत्यता अनुसार सट्टामा झूठद्धार जिउना थालेपछि तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमती बीच भावनात्मक दुरी सिर्जना हुन थाल्दछ । शुरुमा त यसलाई थाहा गर्न पनि गाह्रो हुन्छ । तापनि, यदि तपाई निरन्तर रुपमा झूठमा जिई राख्नुहुन्छ भने, उक्त भावनात्मक अलगपनले सामना गर्ने कुरा, आफू सही छु भन्ने कुरा तिर डोऱ्याउँछ साथ-साथै अझ बढ्ता द्धन्द्ध निम्त्याउँछ । अन्तमा त यदि तपाई झूठ अनुसार जिईराख्नु हुन्छ भने, तपाईले सामना पनि गर्न नसकेर शारीरिक अलगपन वा सम्बन्ध विच्छेद गर्नु पर्ने अवस्थामा पुऱ्याउँछ ।

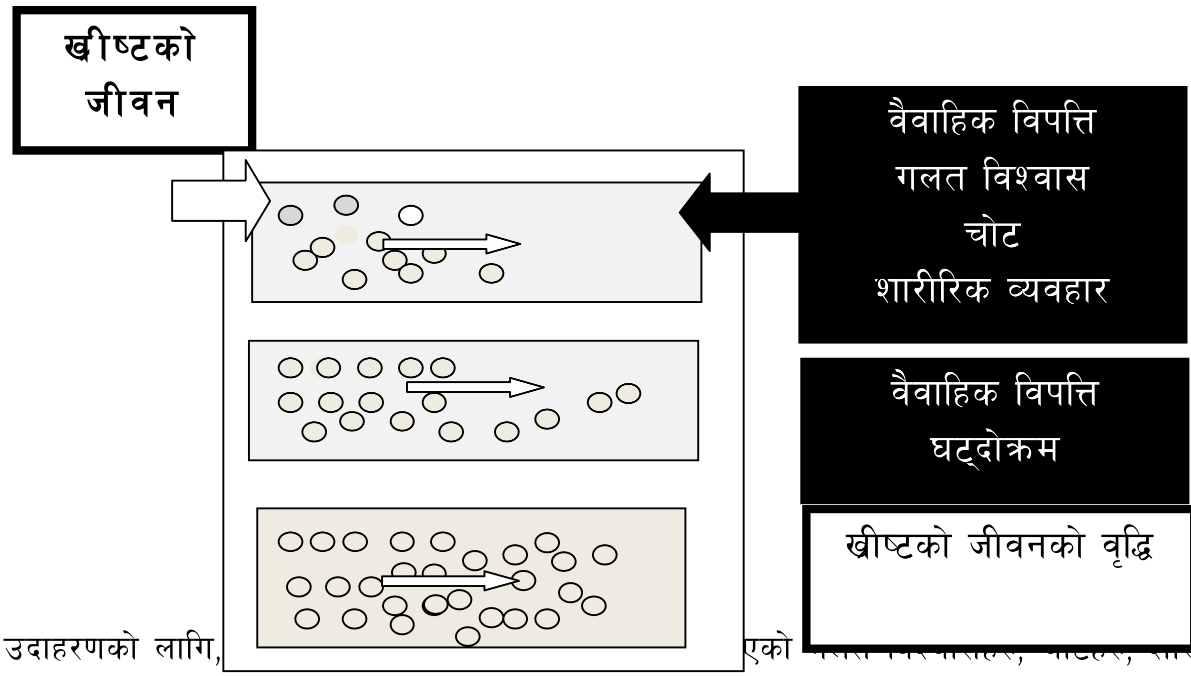
ख. समाधानको एक अंश हुनु वा समाधान नित्याउने व्यक्ति हुनु

१. परमेश्वरसँग सहभागी हुनाले उहाँले तपाईद्धार आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीलाई परिवर्तन गर्नुहुन्छ ।

यसको बारेमा सोच्नुहोस् :

तपाई परमेश्वरमा निर्भर जीवन जिउनुभयो भने, प्रभुले तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीलाई तपाईद्धार परिवर्तन गर्नुहुन्छ ।

के तपाई यस भनाईको रेक्टर स्केललाई देख्नुहुन्छ ? तपाई आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीको परिवर्तनको मुख्य कारक बन्न सक्नुहुन्छ । तपाई जति धेरै उहाँमा रहनुहुन्छ, त्यति नै धेरै उहाँले आफ्नो जीवन तपाईद्धार बगाउनुहुन्छ । मैले भनेको कुरा तलको उदाहरणले स्पष्ट पार्न सक्छ ।



उदाहरणको लागि, [illegible] एको [illegible] रिक व्यवहारहरु जस्ता विपत्तिहरुको बारेमा सोच्नुहोस् जुन तपाईले आफ्नो वैवाहिक जीवनमा सामना गरिरहनु भएको छ । शुरुमा त यी “वैवाहिक” विपत्तिले तपाईको जीवनमा खीष्टको जीवनको प्रवाहलाई रोकिदिन्छ र साथै तपाईद्धार भएर खीष्टको जीवन प्रवाह हुनबाट रोक्छ । तापनि, जसै तपाईले खीष्टलाई आफ्नो जीवनमा निरन्तर रुपमा जिउन दिनुहुन्छ, तब तपाईको वैवाहिक विपत्तिहरु घट्दै जानेछ र तपाईमा र तपाईद्धार खीष्टको जीवनको प्रवाह बढ्दै जानेछ ।

निष्कर्ष :

जसै तपाईले खीष्टलाई आफ्नो जीवनको रुपमा लिएर जिउनुहुन्छ, तब तपाईद्धार खीष्टको प्रेम, शान्ति, क्षमा, स्वीकार इत्यादि अझ बढ्दो मात्रामा प्रवाह हुनेछ जसले तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीलाई परिवर्तन

१. तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीले ख्रीष्टलाई आफ्नो स्रोतको रुपमा लिएर जिउने ईच्छा नगरेको बेलामा तपाई उक्त समस्या समाधान गर्ने व्यक्ति बन्न सक्नु हुनेछ ।

परमप्रभुले तपाईलाई कुन-कुन प्रकारले चलाउनुहुन्छ होला ?

क. तपाईले आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीको शरीरको वा पाप स्वभावको "मृत्यु" भएको कुरा देखाई दिनुहोस् ।

यदि तपाई ख्रीष्टमा जिइराख्नु भएको छ भने, शारीरिक ईच्छाहरु कम हुँदै जान्छ । जसै तपाईको शारीरिक ईच्छाहरु घट्दै जान्छ र तपाई अझै बढ्ता ख्रीष्टको जीवनद्धार जिउनुहुन्छ, तब यसले तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीको शारीरिक व्यवहारलाई प्रकट गराउँदछ । यसलाई व्याख्या गर्नको म तपाईलाई एउटा उदाहरण दिन चाहन्छु ।

मानौं, तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमती बीच एकअर्कालाई इन्कार गर्ने समस्या छ । जसै तपाईले ख्रीष्टलाई आफ्नो जीवन तपाईमा जिउन दिनुहुन्छ, उहाँले तपाईको एकअर्कालाई इन्कार गर्ने शारीरिक व्यवहारको सट्टामा उहाँको स्वीकारले भरिदिनुहुन्छ । तपाईको नयाँ वा साँचो पहिचान अनुसार तपाई एक स्वीकार गर्ने व्यक्ति हुनुहुन्छ भन्ने कुरा उहाँले तपाईलाई विश्वास दिलाउनुहुन्छ ।

जसै ख्रीष्टले तपाईमा भएको इन्कारको सट्टामा उहाँको स्वीकारले भरिदिनुहुन्छ, तब तपाईले आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीलाई कम मात्रामा इन्कार गर्नुहुनेछ । जसै तपाईले आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीलाई ग्रहण वा स्वीकार गर्न थाल्नुहुन्छ, यसले तपाईलाई इन्कार गर्ने उसको वा तिनको शारीरिक व्यवहारको मृत्यु भएको कुरालाई प्रकट गराउँदछ ।

ख्रीष्टलाई आफ्नो स्रोत मानेर जिउनुहोस् र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीको शरीरको मृत्यु भएको कुरा प्रकट गराउन उहाँले तपाईद्धार

२. आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीलाई ख्रीष्टको खोजी गर्नु खाँचो छ भनी देखनको लागि खिच्नुहोस् ।

जसै तपाई ख्रीष्ट जस्तै भएर अघि बढ्नुहुन्छ, तर तपाईको श्रीमान् वा श्रीमती चाहिँ ख्रीष्टको रुपमा परिवर्तन हुँदैन, त्यो बेलामा पवित्र आत्माले तपाईको परिवर्तनलाई देखाईकन तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीले पनि ख्रीष्टलाई आफ्नो जीवनको स्रोतको रुपमा खोजी गर्नु खाँचो छ भनी उनलाई वा

तिनलाई देखाउनुहुन्छ । तपाई जति धेरै खीष्टको रुपमा बद्लिनुहुन्छ, त्यति धेरै तपाईको जीवन त्यस्तो चुम्बक बन्नेछ जसले तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीलाई पनि तपाई जस्तै अनुभव गर्नको लागि खिच्नेछ ।

३. तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीलाई चूर्णतामा ल्याउनुहोस् ।

इदि तपाईको श्रीमान् वा श्रीमती खीष्टको खोजी गर्न इच्छुक छैन भने, तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीलाई चूर्णतामा ल्याउनको लागि परमप्रभुले तपाईलाई धेरै माध्यमबाट प्रयोग गर्न सक्नुहुन्छ । तपाईलाई यो चूर्णता वा तोडिएको शब्द मन नपर्न सक्छ किनकी यो शब्द त पीडा वा दुःखसँग सम्बन्धित छ । तर हामीले यो शब्दलाई अंगाल्नुपर्छ किन ? जति खेरा हामी शारीरिक क्रियाकलापबाट मुक्त भएर र खीष्ट नै हाम्रो जीवन हुनुहुन्छ भनी उहाँमा फर्कन्छौ, त्यति खेरा जुनसुकै बेलामा पनि चूर्णता हुन सक्छ वा हृदय तोडिन सकिन्छ ।

"चूर्णतालाई म यसरी परिभाषित गर्छु ।"

चूर्णता

खीष्टलाई आफ्नो स्रोत मानेर जिउनुहोस् र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीको शरीरको मृत्यु भएको कुरा प्रकट गराउन उहाँले तपाईद्धार धेरै काम गर्नुहुनेछ ।

तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीलाई "चूर्णतामा" ल्याउनको लागि परमप्रभुले तपाईलाई यो प्रकारले पनि चलाउन सक्नुहुन्छ ।

१. तपाईको हिडाई वा जीवन जियाईलाई परमप्रभुले तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीलाई चूर्णतामा ल्याउनको लागि प्रयोग गर्न सक्नुहुन्छ । हामीले पहिला पनि कुरा गरे झै, जसै तपाई खीष्टमा हिड्नुहुन्छ र खीष्टको जीवनलाई तपाईद्धार भएर प्रवाह हुन दिनुहुन्छ, यी कुराहरुलाई पवित्र आत्माले तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीलाई शरीर अर्थात् शारीरिक क्रियाकलापबाट फर्कनको लागि प्रयोग गर्न सक्नुहुन्छ ।

२. तपाईले आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीको हृदय तोडिएको होस् वा चूर्ण होस् भनी प्रार्थना गर्न सक्नुहुन्छ । सुन्दा खेरी यो कडा जस्तो सुनिन्छ तर एक अर्काको वृद्धिको लागि मध्यस्थ बिन्तिले ठूलो काम गर्छ । (यसको बारेमा म यस पाठको अन्तमा अलि विस्तृत रुपमा कुरा गर्नेछु ।) यसरी तपाईले आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीको चूर्णताको लागि प्रेम साथ गरिएको प्रार्थनालाई तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीमा चूर्ण हृदय सिर्जना गर्नको लागि परमप्रभुले प्रयोग गर्नुहुन्छ ।

सारंशा :

तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीको परिवर्तनको लागि तपाई एक समस्याको कारण बन्न पनि सक्नुहुन्छ वा समाधानको कारण बन्न सक्नुहुन्छ ।

तपाईको समस्याको बीचमा असल परमेश्वरले कस्तो वा के काम गर्नुहुन्छ ?

"हामी जान्दछौं, उहाँलाई प्रेम गर्नेहरु र उहाँका अभिप्राय अनुसार बोलाइएकाहरुको निम्ति हरेक कुरामा परमेश्वरले भलाई नै गर्नुहुन्छ।" **रोमी ८:२८**

परमेश्वर अति नै कुशल वा दक्ष हुनुहुन्छ कि उहाँले तपाईको समस्यालाई पनि तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीको जीवनमा भएको ईश्वरीय उदेश्य वा योजनाको निम्ति प्रयोग गर्नुहुन्छ । परमेश्वरले तपाईको समस्याहरु तपाईको भलाईको लागि उहाँको महिमाको लागि प्रयोग गर्ने केही तरिकाहरु यहाँ दिइएको छ ।

१. तपाईको समस्याको बीचमा तपाईको शरीरले सिर्जना गरेको "मृत्यु" लाई परमेश्वरले प्रकट गर्नुहुनेछ ।

"तिमीहरुका बीचमा लडाई र झगडाहरु कुन-कुन कुराले ल्याउँछ ? के यी सब तिम्रो शरीरका अंगहरुमा संघर्ष गर्ने अभिलाषाहरुबाट आएका होइनन् र ?" **याकूब ४:१**

२. तपाईलाई आत्माको शक्तिको खाँचो छ र खीष्टलाई आफ्नो जीवनको रुपमा मानिलिनु खाँचो छ भनी देखाउनुहुनेछ ।

क. खीष्टलाई तपाईको जीवनको रुपमा मानिलिनुपर्ने खाँचो

हाम्रो सृष्टिमा नै परमेश्वरले हामीलाई उहाँमा निर्भर हुने प्रकारले बनाउनु भएको थियो । हामीले यो कुरा पाठ एकमा नै देख्यो । निर्भर हुनु र "खाँचो हुनु" भन्ने शब्दहरुले उस्तै-उस्तै अर्थ दिन्छ । तापनि, तपाईको विश्वासको हिडाईको शुरुवातमा यी दुई तपाईले आफू खाँचोमा छ भन्ने कुरालाई बिर्सनुहुन्छ । (याद गर्नुहोस् कि यदि तपाईले आफू खाँचोमा छ भन्ने कुरा थाहा गर्नु भएन भने, तपाईलाई खीष्टको जीवन र शक्तिको खाँचो पर्दैन ।"

हाम्रो खाँचोलाई स्मरण गर्ने परमप्रभुको एउटा तरिका वा माध्यम चाहिँ समस्या वा कष्ट हो । जब-जब हामी शरीरमा फर्कन्छौं, तब यसले आफसेअफ परमेश्वरको खाँचोलाई सिर्जना गराउँदछ । यसैकारण, जब तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीसँग झगडा वा बेमेल हुन्छ, त्यति खेरा तपाईलाई खीष्टको धैर्यता, खीष्टको विवेक वा खीष्टको प्रेमको खाँचो छ भनी पवित्र आत्माले तपाईलाई देखाईरहनु भएको हुन्छ । परमप्रभुले हामीलाई यस्तो अवस्थामा लानुहुन्छ, जहाँ हामीले हर क्षण खीष्टको खाँचोको महशुस गर्छौं ।

दोस्रो दिन

ख. तपाईलाई आत्माको शक्तिको खाँचो ।

१. शरीर माथि विजय प्राप्त गर्नको लागि

परमेश्वरले समस्याहरुलाई तपाईलाई आत्माको शक्तिको खाँचो छ भनी देखाउनलाई प्रयोग गर्नुहुन्छ । याद गर्नुहोस् कि तपाईको ईच्छा शक्तिलाई तपाईको शरीर माथि विजय प्राप्त गर्न सक्दैन । यदि तपाईले आत्माको शक्तिलाई निम्त्याउनुहुन्छ भने, तपाई सधै शरीर अनुसार नै चल्नुहुनेछ ।

२. तपाईको शारीरिक व्यवहारहरुलाई खीष्टको जस्तै व्यवहारमा बदल्नको लागि

याद गर्नुहोस् तपाईको आत्मिक गन्तव्य वा लक्ष्य चाहिँ खीष्टको रुपमा बद्लिनु हो । यसैकारणले, परमेश्वरले तपाईको समस्यालाई तपाईलाई शारीरिक व्यवहारबाट अलग गराउनको लागि मात्र होइन तर तपाईको व्यवहारलाई खीष्टको जस्तै व्यवहारमा बदल्नको लागि प्रयोग गर्नुहुनेछ ।

३. समस्यामा पार्ने परीषालाई इन्कार गर्नको लागि

जब तपाई आत्मामा हिड्नुहुन्छ, तपाईलाई पनि समस्यामा पार्ने परिक्षाहरु आउँछ, तर जब तपाईलाई ती परिक्षाहरु आउँछ, त्यति खेरा आत्माको शक्तिले त्यसलाई इन्कार गरिरहेको तपाईले अनुभव गर्नुहुनेछ ।

हामीले पहिला पनि भने झै, शुरु-शुरुमा त धेरै पटक तपाई असफल बन्नुहुनेछ, तर जसै तपाई खीष्टमा बढ्दै जानुहुन्छ, तपाईले आत्माको शक्तिले तपाईलाई असफल हुनबाट वा त्यो शारीरिक कार्यमा गिर्नबाट रोकिरहेको महशुस गर्नुहुनेछ ।

अन्तमा, परमेश्वरले तपाईको वैवाहिक समस्यालाई हर क्षण तपाई परमेश्वरमा निर्भर हुनु खाँचो छ भनी देखाउनलाई प्रयोग गर्नुहुन्छ ।

समस्या समाधान

सत्य यो हो कि परमेश्वरले हामीलाई शारीरिक जीवन यापनबाट अलग हुने वा छुटकारा पाउने बाटो दिनुभएको छ र समस्यालाई समाधान गर्ने र घटाउने बाटो वा उपाय दिनुभएको छ । त्यो बाटो खीष्ट हुनुहुन्छ । हामी यो कुरा **यूहन्ना १४ : ६** बाट थाहा पाउँदछौं ।

"बाटो, सत्य र जीवन म नै हुँ ।"

वैवाहिक द्वन्द्धलाई घटाउने सुत्र दिन पाए हुन्थ्यो । तर समस्या वा द्वन्द्ध चाहिँ वैवाहिक जीवनको एउटा अंश वा भाग नै हो । हामी किन यसो भन्छौं त ? किनकी हाम्रो शरीरको कहिल्यै पनि प्रगति हुनेछैन (बरु यो खराब हुँदै जान्छ) र यो कहिल्यै हटिजाने छैन, यो त मृत्यु सम्मै हामीसँग हुन्छ । तापनि खुशीको खबर यो छ कि खीष्टद्धार जिउनाले वैवाहिक द्वन्द्ध घट्नेछ र केही हदसम्म समाधान हुनेछ । तपाईको दीर्घकालीन समस्या होस् वा हाल सालको समस्या होस्, यी समस्याहरुको बीचमा परमेश्वरले के गर्न सक्नुहुन्छ भन्ने कुरालाई हेर्दै शुरु गरौं ।

१. समस्या वा द्वन्द्ध हटिजाने छैन तर यो घटन सक्ने छ वा कम हुँदै जानेछ ।

मैले धेरै वैवाहिक जोडीहरुको जीवनमा परमेश्वरको अलौकिक कार्यद्धार समस्या वा द्वन्द्ध कम हुँदै गएको देखेको छु । परमेश्वरमा निर्भर हुँदा खेरी किन तपाईको वैवाहिक समस्याहरु कम हुँदै जान्छ भन्ने सम्बन्धमा केही मुख्य कारणहरु तल दिइएको छ ।

क. जसै तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीको शारीरिक व्यवहारलाई खीष्टको व्यवहारमा बदल्नको लागि पवित्र आत्मालाई काम गर्न दिनुहुन्छ ।

जसै तपाईको शारीरिक व्यवहारहरुलाई खीष्टको जस्तै व्यवहारमा परमेश्वरले बदल्नुहुन्छ, के ती समस्याहरु वा द्वन्द्धहरु आफसेअफ घटेर जान्छ त ? यो काम तुरुन्तै हुँदैन तर अवश्य पनि घटेर जान्छ । यसैकारण,

> जति धेरै तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमती खीष्टमा निर्भर भएर जिउनुहुन्छ, त्यति नै तपाईका समस्याहरु कम हुँदै जान्छ किनभने तपाई शारीरिक व्यवहारद्धार जिउनुको सट्टामा खीष्टको जस्तै व्यवहारद्धार जिइरहनु भएको हुन्छ ।

ख. जसै परमेश्वरले तपाईमा राखिदिनु भएका खाँचोहरुलाई तपाईले खीष्टमा पूरा गर्नुहुन्छ, तब तपाईले आफ्ना समस्याहरुलाई एक अर्काद्धार पूरा गराउने प्रयास गर्नुहुने छैन ।

आफ्ना खाँचोहरुलाई एक अर्काद्धार पूरा गराउने प्रयास गर्नुको सट्टा खीष्टमा पूरा गराउन खोज्नुले तपाईको ठूलो द्वन्द्ध वा समस्यालाई घटाउँदछ । याद गर्नुहोस् कि तपाईले आफ्ना खाँचोहरु खीष्टमा पूरा गराउँदा खेरी तपाई लिने व्यक्तिबाट दिने व्यक्तिमा परिणत भइरहेको हुन्छ । यदि तपाईहरु दुवै जना दिने व्यक्ति भए देखि के द्वन्द्ध कम होला जस्तो लाग्दैन र ?

परमेश्वरसँग वातचीत : पवित्र आत्माले तपाईलाई “लिने” व्यक्तिबाट “दिने” व्यक्तिमा परिणत गराउनुहोस् भनी पुकारा गर्नुहोस् ।

ग. जसै तपाई आफ्नो शारीरिक अधिकारहरुको लेखी मर्न थाल्नुहुन्छ, तब द्वन्द्व घट्नेछ ।

तपाईको आफ्नो शारीरिक अधिकारहरुको बारेमा सोच्नुहोस् । यदि तपाईले आफ्नो शारीरिक अधिकारहरु पूरा हुनैपर्छ भनी दाबी नगरे देखि तपाईको वैवाहिक गतिशीलता कसरी परिवर्तन हुन्छ होला ? जसै परमेश्वरले तपाईलाई आफ्नो शरीरको लेखी मर्ने ईच्छा दिनुहुन्छ, तब तपाईले आत्मिक अधिकारहरुको धेरै अनुभव गर्नु हुनेछ, जस्तैः आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीलाई शर्तरहित रुपमा प्रेम गर्ने वा शर्तरहित रुपमा स्वीकार गर्ने इत्यादि ।

घ. जसै तपाई आफ्नो व्यवहारिक/अव्यवहारिक आपेक्षाहरुको लेखि मर्नुहुन्छ वा बदल्नुहुन्छ ।

जब तपाई आफ्ना अव्यवहारिक आपेक्षाहरुको लेखी मर्नुहुन्छ, र तपाईको व्यवहारिक आपेक्षाहरु पूरा नहुँदा पनि तपाईले अनुग्रह गर्नुहुन्छ, तब तपाईहरु बीचको द्वन्द्व कम हुन्छ ।

ङ. जसै तपाईले पवित्र आत्मालाई तपाईमा क्षमापन र पश्चतापी मन सृजना गर्न दिनुहुन्छ ।

जसै आत्माले तपाईमा काम गर्नुहुन्छ र तपाई आफैले पहिला क्षमा माग्ने वा क्षमा दिने वा पश्चताप गर्ने ईच्छा तपाईमा हुन्छ, त्यो अवस्थामा पनि तपाईले वैवाहिक द्वन्द्व कम-कम हुँदै गएको तपाईले पाउनुहुन्छ ।

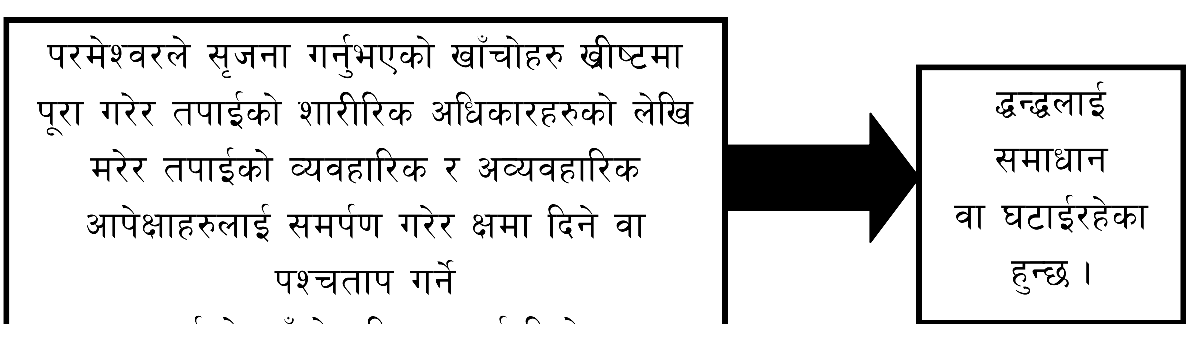
च. जसै तपाईले एक अर्कालाई तपाईको साँचो पहिचान अनुसार हेर्नुहुन्छ र तपाई त्यही अनुसार जिउनुहुन्छ ।

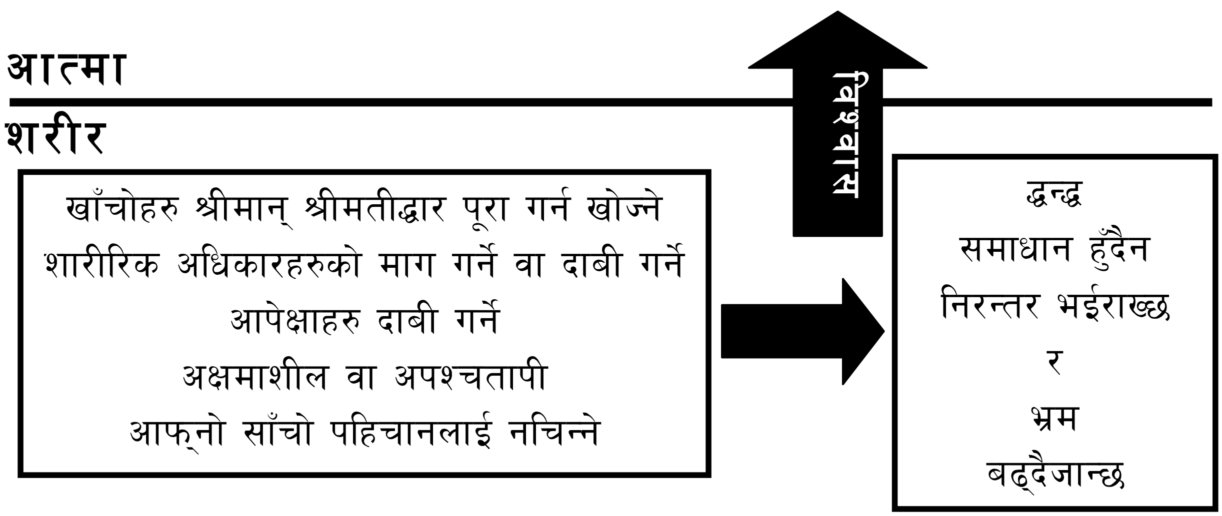
जसै तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमती तपाईको खाँचो पहिचान अनुसार हिड्नुहुन्छ, तब तपाईले झूठो पहिचान अनुसार जिउँदा खेरीको परिणाम स्वरुपमा देखिने द्वन्द्वको सट्टामा तपाईले एक अर्कालाई प्रेम गरेको, ग्रहण गरेको र उचालेको पाउनुहनेछ ।

सारंश

यो उदाहरणद्धार म यो भागलाई संक्षेपीकरण गर्छु ।

द्वन्द्धलाई समाधान गर्ने वा घट्ाउने





<u>“क्षणिक” द्धन्द्धलाई समाधान गर्ने सम्बन्धमा</u>

> **जसै जसो समस्या वा द्धन्द्धहरु चाहिँ आफ्नो तरिका वा ईच्छा अनुसार गर्न चाहेको कारण र आफ्नो नियन्त्रणमा राख्न चाहेको कारणले आउँदो रहेछ भन्ने कुरा मैले अवलोकन गरे र व्यक्तिगत**

मैले “क्षणिक” द्धन्द्ध भन्ने शब्द चाहिँ लामो समय देखिको समस्या वा द्धन्द्ध बीचको भिन्नता देखाउनको लागि प्रयोग गरेको हुँ । हामीमा सधै क्षणिक द्धन्द्धहरु भइरहन्छ । प्रश्न यो हो कि, जब यो द्धन्द्ध वा झगडा हुन्छ, यसलाई कसरी समाधान गर्ने त ?परमेश्वरले ती वैवाहिक द्धन्द्धलाई घटाउनुहुनेछ भन्ने कुरा हामीले माथि नै छलफल गरिसकेका छौं । तापनि, जब हामी त्यो द्धन्द्धको शिखर बन्छौं, त्यो बेलामा हामीले थाहा गर्नुपर्ने मुख्य सत्यताहरु के-के हुन जसले द्धन्द्धको आगोलाई निभाउँछ ।

<u>द्धन्द्धको समयमा</u>

थहा गर्नुहोस् कि कुनै पनि वैवाहिक द्धन्द्धको बेलामा पवित्र आत्माले तपाईसँग केही सत्य कुरा बोलिरहनु भएको हुन्छ । तपाईले शारीरिक क्रियाकलाप गर्दैहुनुहुन्छ भन्ने कुरा उहाँले तपाईलाई भनिरहनु भएको हुन्छ । साथ-साथै तपाईको शरीर अर्थात् शारीरिक कार्यले मृत्यु सृजना गराईरहेको छ

र यसले कहिल्यै पनि उक्त द्वन्द्व वा झगडालाई समाधान गर्न सक्दैन भन्ने कुरा पनि उहाँले तपाईलाई भनिरहनु भएको हुन्छ । आत्माले तपाईलाई यो प्रश्न सोधिरहेको हुन सक्छ कि "यो शारीरिक क्रियाकलापले तिमीलाई कतिको फाइदा गराईरहेको छ त ?"

समस्या यो हो कि जब हामीले हाम्रो शरीर अर्थात् शारीरिक व्यवहारलाई नियन्त्रण गर्दैनौं, त्यो बेलामा हामीलाई पवित्र आत्माको आवाज सुन्न गाह्रो हुन्छ । तापनि, जसै खीष्टसँगको तपाईको हिडाई बढ्दै जान्छ, तब झगडा वा द्वन्द्वको बेलामा पनि तपाईले "आत्मिक" रुपमा सुन्न सक्नुहुनेछ । तर मुख्य कुरा चाहिँ आत्माको कुरा सुन्नु मात्र होइन तर उहाँले भन्नु भए झै गर्नु हो । यो कार्य अझ गाह्रो छ कि किनकी उक्त द्वन्द्व वा झगडाको बेलामा तपाईको शरीरले आत्माले भने अनुसार नगरीकन आफ्नै शारीरिक तवरले गर्न चाहन्छ । तर जसै तपाई निरन्तर रुपमा खीष्टसँग हिड्नुहुन्छ, तब तपाईले केवल पवित्र आत्माको आवाजलाई सुन्ने मात्र नभई त्यो आत्माले भन्नु भए अनुसार गर्नु पनि हुनेछ ।

द्वन्द्व पछाडि

वदविवाद वा झगडा सकेपछि, आत्माले भनिरहनु भएका यी कुराहरु थाहा गर्नुहोस् :

- **उहाँप्रति तपाईले गर्नुभएको पापपूर्ण व्यवहारहरुलाई स्वीकार गर्नुपर्छ, पश्चताप गर्नुपर्छ भनेर भनिरहनु भएको हुन्छ ।**
- **आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीसँग क्षमा माग्नुपर्छ वा क्षमा दिनुपर्छ भनेर भनिरहनु भएको हुन्छ ।**
- **पूर्नः मिलाप गर भनी भनिरहनुभएको हुन्छ ।**
- **फेरि यो यस्तो समस्या नहोस् भनी र उहाँद्धार परिवर्तनको लागि तपाईले उहाँसँग पुकारा गर भनी भनिरहनुभएको हुन्छ ।**

यसरी उक्त झगडा वा द्वन्द्व पछि तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीसँग पवित्र आत्माले यी कुराहरु भनिरहनु भएको हुन्छ । प्रश्न यो हो कि "के तपाईले सुन्दै हुनुहुन्छ ?" हामीले उक्त घटानाबाट पाठ सिकेको परमेश्वर चाहनुहुन्छ । उहाँले हामीलाई यी कुराहरुबाट पनि सिकाउन र परिवर्तन गर्न चाहनुहुन्छ ।

यसैकारण, अर्को पटकको झगडा वा द्वन्द्व पछि, तपाईले पवित्र आत्माले भनिरहनु भएका कुराहरु सुन्ने र गर्ने ईच्छा गर्नुहोस् ।

तेस्रो दिन

पवित्र आत्माले तपाईलाई दीर्घकालीन द्वन्द्व वा झगडाहरुबाट मुक्त पार्नुहुन्छ ।

दीर्घकालीन झगडा वा द्वन्द्वहरु सुल्झाउन अलि गाह्रो हुन्छ किनकी लामो समय देखि यो चलिरहेको हुन्छ र जरा गाडिसकेको हुन्छ र यो कहिल्यै समाधान हुने होइन भनी तपाईमा पवित्र आत्मासँग पुकारा गर्ने ईच्छा पनि हुँदैन ।

जब-जब मैले समस्यामा परेका जोडीहरुलाई चेला बनाउने काम गर्छु त्यो बेलामा मैले उनीहरुलाई भन्ने गर्छु कि तपाई भीरको छेउमा उभिरहनु भएको छ । फेरि उनीहरुले अर्को शारीरिक बदम चाल्छ, त्यसपछि उनीहरुको अगलपन वा विवाह विच्छेदको खाडलमा खस्छ । त्यसपछि मैले उनीहरुलाई भन्ने गर्छु कि, तपाईलाई भीरको छेउबाट एक-एक कदम गर्दै पछि सार भनेर पवित्र आत्माले भनिरहनु भएको छ ।

उक्त भीरको छेउबाट पछि सर्ने पहिलो कदम चाहिँ उनीहरुको समस्याको सम्बन्धमा भएको सत्य कुराको ज्ञानद्धार शुरु हुन्छ । दोस्रो चाहिँ झूठ माथि होइन तर सत्य माथि विश्वास गर्न पवित्र आत्कासँग सहायता मागेर हो । यसैकारण, उनीहरुमा उक्त दीर्घकालीन द्वन्द्व वा झगडा के कुराले उत्पन्न गराईरहेको छ भन्ने कुरालाई हेर्छु र त्यससँग सम्बन्धित परमेश्वरको सत्यतालाई बताउन थाल्छु । जसै म उनीहरुलाई उक्त सत्यहरुबताउँछु, त्यति खेरा यदि उनीहश्र उक्त सत्यतामा चले देखि परमेश्वरले के कुराको प्रतिज्ञा दिनुभएको छ भन्ने कुरा पनि बताउँछु ।

अन्तमा, म उनीहरुलाई छनौट गर्न लगाउँछु । छनौट चाहिँ निरन्तर शरीर अनुसार नै जिएर अलगपनको वा सम्बन्ध विच्छेदको भीर तिर नै अगाडि बढ्ने हो कि ख्रीष्टलाई उहाँको सत्यद्धार तपाईको मनलाई पून नयाँ पार्न दिएर उक्त भीरबाट पछि हट्ने र पहिलाको भन्दा अझ घनिष्टतामा, मिलापमा र एकतामा जिउने भन्ने छनौट हो ।

भीरको छेउबाट पछि हट्नको लागि पहिलो सत्यलाई थाहा गर्नु पर्छ र दोस्रोमा, उहाँको सत्यता वा वचनलाई तपाईको वैवाहिक जीवनमा वास्तविकता र व्यवहारिक रुपमा अनुभव गराउनको लागि पवित्र

तपाईको दीर्घकालीन समस्याहरुलाई सुल्झाउनको निम्ति परमेश्वरलाई निम्त्याउनको लागि थाहा गर्नु पर्ने केही महत्वपूर्ण सत्यहरु :

- **पवित्र आत्मालाई तपाईको उक्त झगडा वा द्वन्द्वले सृजना गराईरहेको "मृत्यु" लाई देखाईदिनुहोस् भनी पुकारा गर्ने ।**
- **उक्त द्वन्द्व वा झगडा सिर्जना गराईरहेको झूठहरु, गलत विश्वासहरु र शारीरिक व्यवहारहरु प्रकट गरिदिनुहोस् भनी पुकारा गर्ने ।**

- **तपाईले यस पाठमा सिक्नु भएका तपाईको द्वन्द्व वा झगडासँग सम्बन्धित सत्यहरुलाई विश्वास गर्नको लागि तपाईको मनलाई नयाँ पार्नुहोस् र उक्त सत्यद्धार स्वतन्त्र पारिदिनुहोस् भनी पुकारा गर्ने ।**
- **यदि पवित्र आत्मालाई तपाईको जीवनमा काम गर्न दिनको लागि तपाई ईच्छुक हुनुहुन्न भने, उहाँसँग त्यो इच्छा माग्ने ।**

कति लामो समयदेखि तपाईले त्यो समस्या झेल्दै आउनुभएको छ वा उक्त समस्याले कतिको जडा गाडेको छ, त्यही अनुसार उक्त समस्या वा द्वन्द्व सुल्झाउनको लागि समय लाग्न सक्छ । तर जब सम्म परिवर्तन आउँदैन तब सम्मा, तपाई परमेश्वरमा अगाडि बढ्नुहोस् वा पछ्याई राख्नु होस् ।

तपाई आफ्नो शारीरिक छनौटको परिणाम अनुसार जिउँदै आउनु भएको छ । तपाईको लागि मेरो प्रार्थना यही छ कि, तपपाईले यी सत्यताहरु प्रकाश पारिदिनको लागि पवित्र आत्मालाई अनुमति दिनुभएको होस् र सत्यतामा हिँड्ने ईच्छा उहाँसँग माग्नुभएको होस्

याद होस् कि हामीले पाठ दुईमा छलफल गरेका कुराहरु चाहिँ निरन्तरको द्वन्द्व वा झगडाले निम्त्याउने कुराहरु हुन् :

- **सामना गर्ने झगडालाई सामना गर्दै जसो तसो सँगै अगाडि बढ्ने रीस उठने, नियन्त्रण गर्ने ।**
- **स्वरक्षा वा अरु श्रीमान् वा श्रीमतीद्धार सुरक्षा प्राप्त गर्न खोज्ने ।**
- **भावनात्मक अलगपन**
- **शारीरिक अलगपन र सम्बन्ध विच्छेद**

यी बडो गम्भीर परिणामहरु हुन् किनकी दीर्घकालीन द्वन्द्व वा झगडाले अन्तमा अलग गराउँछ वा तपाईलाई सम्बन्ध विच्छेदमा पुऱ्याउँछ ।

अन्तिम नोट : तपाईको विवाहमा निकै झगडा वा द्वन्द्व भएको कारणले तपाईले सम्बन्ध विच्छेद गर्ने सोच बनाईरहनु भएको छ भने, केही क्षण यसको बारेमा सोच्नुहोस् । तपाईले आफ्नो गलत विश्वास र शारीरिक व्यवहारहरु अर्को विवाहमा पनि लानुहुनेछ । यसैकारणले मेरो सल्लाह यही छ कि तपाईलाई सम्बन्ध विच्छेदमा पुऱ्याउने कुराहरुबाट उहाँले आफ्नो सत्यद्धार मुक्त पारिदिनुहोस् भनी उहाँसँग पुकारा गर्नुहोस् ।

सल्लाह सुझावको बारेमा नोट : यदि तपाईलाई सल्लाहको खाँचो भएमा, तपाईको लागि मेरो सल्लाह यही कि तपाईले खीष्ट केन्द्रित सल्लाहकार खोज्नुहोस्, किनकी सबै खीष्टियानहरु खीष्ट केन्द्रित सल्लाहकारहरु हुँदैन । खीष्ट केन्द्रित भन्नुको मतलब चाहिँ, यस्तो सल्लाहकार जसले तपाईलाई

समाधानको लागि अरु कुनै पनि तरिका, शिक्षा वा आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीलाई देखाउनुको सट्टामा तपाईलाई खीष्टतिर डोऱ्याउँछ ।

शैतान/भूतले तपाईको विवाहलाई नष्ट गर्न चाहन्छ

"चोर त चोर्न, मार्न र नाश पार्न मात्र आउँछ...........।" **यूहन्ना १० : १० क**

"सचेत रहो, जागा रहो, तिमीहरुको शत्रु दियाबलस कसलाई भेटाउँ र खाईहालू भनी गर्जने सिंह झैं खोजिहिँड्छ ।" **१ पत्रुस ५ : ८**

१. तपाईको विवाहमा शैतानको उदेश्यहरु

मैले इमान्दार साथ भन्नुपर्दा मेरो खीष्टियान जीवनको शुरुको समय मेरो मण्डलीमा शैतानको बारेमा त्यति धेरै कुरा गर्दैनथ्यो । भूत आत्माको शक्तिको बारेमा हामीले कम मात्रामा कुरा गर्थ्यो । तर मेरो खीष्टियान हिडाईमा शैतान र दुष्ट आत्माका शक्तिहरु साँच्चिकै रहेछ र यसले निरन्तर रुपमा रणनिति बनाईराख्दो रहेछ भन्ने कुरा मैले पत्तालगाएँ।उसकोरणनितिचाहिँः

तपाईको परमेश्वरसँगको हिँडाई, तपाईको विवाह र तपाईको परिवारलाई चोर्नु, मार्नु र नाश गर्नु हो ।

शैतान र भूतहरुको पहिलो उदेश्य चाहिँ तपाईलाई मुक्ति पाउनबाट बञ्चित गराउनु हो । अब तपाईले उद्धार पाईसके पछि चाहिँ तपाईको जीवन र तपाईको विवाह परिवर्तन नहोस् भनेर तपाईलाई विश्वासमा हिँड्न नदिनु हो । किन ? किनकी यदि तपाईले खीष्ट केन्द्रित विवाहको निम्ति खीष्टलाई स्रोत मानेर खीष्टको खोजी गर्नुभयो भने, तपाई परमेश्वरको शक्तिमा हिँड्नु हुनेछ र यी शत्रुहरु त शक्तिहिन रहेछन् भनेर तपाईले थाहा पाउनुहुनेछ ।

शैतान/भूतलाई पनि परमेश्वरको सत्य अर्थात् वचन थाहा छ । परमेश्वरको सत्यले र उहाँको शक्तिले तपाईको जीवनलाई र विवाहलाई परिवर्तन गर्न सक्छ भन्ने कुरा उसलाई राम्ररी थाहा छ । यसकारण शैतान र दुष्टका शक्तिहरुले तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीलाई परमेश्वरको वचनलाई जान्न, विश्वास गर्न र विश्वास गरी स्वतन्त्र हुनबाट रोक्नको लागि सबथोक गर्छन् ।

शैतान र दुष्ट वा भूतका शक्तिहरु तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीलाई .... गर्नको लागि तपाईको विरुद्धमा खडा हुन्छन् ।

- **निरन्तर रुपमा निराशित गराउन र अन्तमा तपाईको विश्वासको हिँडाईलाई नष्ट पार्न खोज्छ ।**

- **एउटा जोडीलाई शारीरिक क्रियाकलापमा फसाउनको लागि अर्को जोडीलाई चलाउँछ ।**
- **तपाईहरु दुवै जनालाई शारीरिक व्यवहारहरुको बन्धनमा राख्न खोज्छ ।**
- **तपाई तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीको मनमा झूठहरु, दोष्याउने कुराहरु र शारीरिक विचारहरु हालिदिन्छन् ।**
- **तपाईको वैवाहिक समस्याहरु समाधान गर्नको लागि तपाई आफैले प्रयास गर्नुपर्छ भन्ने कुरामा तपाईलाई केन्द्रित गराउँछ ।**

शैतानले / भूतले सकेसम्म, श्रीमान् श्रीमती मध्ये एक जनाको शारीरिक विचार वा कार्यलाई प्रयोग गरी अर्कोलाई विश्वासमा हिड्नबाट

२. शैतानले / भूत माथि विजयको अनुभव गर्नको लागि परमेश्वरलाई निम्त्याउने

उदाहरण १ . : मानौं, तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीलाई आर्थिक समस्या भइरहेको छ । उक्त आर्थिक प्रबन्धको लागि तपाई परमेश्वरमा भरोसा गर्न चाहनुहुन्छ र विश्वासको धेरै कदमहरु लिई सकेपछि पनि आर्थिक कुराको प्रबन्ध भएको छैन । शैतान र भूत आत्माका शक्तिहरुले आएर यसो भन्छ, "यो समस्या समाधान गर्नको लागि हामीले परमेश्वरलाई एक हप्ता दिएका थियौं नि त, खै उहाँले त केही पनि भएको छैन ।" उहाँले शायद यस समस्याको बारेमा त्यति चासो राख्नुहुन्न वा वास्ता गर्नुहुन्न होला ।

त्यसपछि हामीले आफैले (परमेश्वरबाट अलग भएर) यो समस्यालाई कसरी समाधान गर्ने भन्ने बारेमा योजना वा उपायहरु रच्छौं ।

याद गर्नुहोस् : जब शैतानले तपाईको मनमा केही विचारहरु हालिदिन्छ, तब ती विचारहरु (म, मैले, म आफै) तपाईको आफ्नै विचारको रुपमा आउँछ र त्यो तपाईकै आवाज जस्तो सुनिन्छ ।

यदि तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीले ती विचारलाई राखिराख्यो भने, शैतानको रणनिति पूरा हुन्छ र तपाईलाई म आफै स्रोत हुँ भनी सोच्ने बनाईदिन्छ र ऊ पूर्ण रुपमा सफल भएको हुन्छ । तर तपाईले विश्वासको लडाई लड्न र शैतानले / भूतलाई पराजय गराउनको लागि परमेश्वरलाई निम्त्याउन पनि सक्नुहुन्छ ।

यस सम्बन्धमा कदम चाल्नु पर्छ भन्ने बारेमा यहाँ एउटा उदाहरण दिएको छ :

विश्वासको कदम : प्रभु मलाई थाहा छ कि शत्रुले हामीलाई तपाईमाथि र मेरो आर्थिक समस्यालाई समाधान गर्ने तपाईको क्षमता माथिको भरोसा त्यागनको लागि हामीलाई परिक्षामा पारिरहेको छ । निरन्तर रुपमा तपाईले नै सबै कुरा माथि नियन्त्रण गर्नुहुन्छ र तपाईसँग यस समस्याको समाधान छ भनी स्मरण गराईरहनुहोस् ।

उदाहरण २ : तपाईले रीसलाई नियन्त्रण गर्नै सक्नुहुन्न । जब तपाईलाई रीस उठ्छ, त्यो बेलामा शैतानले तपाईको मनमा यस्तो विचार हालिदिन्छ "म ख्रीष्टियान त हुँ तर हेर म मेरो श्रीमान् वा श्रीमतीसित यति धेरै रिसाउँछु । मलाई यसमा एकदम दोषी महशुस हुन्छ । अब त रीस माथि विजय हुने आशा नै मरिसक्यो ।

परमेश्वरको वचनलाई जान्नु अति महत्वपूर्ण छ किनकी **रोमी ८ : १** ले भन्छ "अब ख्रीष्ट येशूमा भएकाहरुलाई कुनै दोष छैन ।" यसकारण, अब परमेश्वरले तपाईलाई दोष लगाइराख्नु हुन्न र तपाईले पनि शैतानका कुरा सुनेर आफैलाई दोषी महशुस गर्नु पर्दैन । यस उदाहरणको सम्बन्धमा कसरी विश्वासको लडाई लड्ने त ?

विश्वासको कदम : प्रभु, सत्य यो हो कि **रोमी ८ : १** अनुसार अब मैले आफैलाई दोष्याइरहनु पर्दैन । यी दोषी ठहराउने विचारहरु माथि विजय प्राप्त गर्नको लागि म तपाईमा भरोसा गर्दछु र मैले शैतानबाटका यी दोष्याउने विचारहरुलाई अब लिइराख्नु पर्दैन भनी मलाई विश्वास दिलाई दिनुहोस् ।

प्रश्न : के तपाईमा नकारात्मक, झूठ वा दोष्याउने विचारहरु छ ? के यी कुराहरु शैतानले वा दुष्टले तपाईको मनमा हालिदिएको होइन ?

परमेश्वरसँग वातचीत: ती विचारहरु कहाँबाट आएको हो सो देखाईदिनुहोस् भनी परमेश्वरसँग पुकारा गर्नुहोस् । ती विचारहरुलाई कैद गर्न र ती विचार अनुसार नचल्नको लागि उहाँको शक्तिको खोजी गर्नुहोस् ।

३. शैतान वा भूतहरु माथि विजय प्राप्त गर्नको लागि विश्वासको हिडाईमा याद गर्नु पर्ने सत्यहरु

१. शैतानको सबै भन्दा ठूलो रणनिति चाहिँ धोखा दिनु हो । जब उसले तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीको मनमा केही विचारहरु हालिदिन्छ, तब उक्त विचारहरु तपाईकै हो भन्ने तुल्याएर तपाईहरु दुवैलाई धोखा दिन चाहन्छ ।

२. तपाईको विश्वासको हिडाईको शुरु-शुरुमा त तपाई दुवै जनाले शैतानलेहालिदिएका ती विचारहरु तपाईहरुकै हो भनी ठान्छन् किनकी तपाईको विवेक बलियो भएको हुदैन ।

३. तर जसै तपाईहरु दुवै जना विश्वासमा निरन्तर रुपमा अगाडि बढ्नुहुन्छ, तब तपाईले ती विचारहरु कहाँबाट आएका हुन भन्ने कुरा छुट्याउन सक्नुहुन्छ र ती विचारहरुलाई तपाईले राखिराख्नु हुनेछैन ।

४. पवित्र आत्मालाई तपाईका हतियारहरु बलियो वा धारिलो बनाउन दिनले शत्रुका योजनाहरुलाई रद्ध गराउँदछ ।

"दियाबलसका युक्तिहरुको विरुद्धमा खडा हुन सक्नलाई परमेश्वरको सारा हातहतियार धारण गर ।" **एफिसी ६ : ११**

पावलले परमेश्वरको "सारा हातहतियार" भनेरके भन्न खोजेको हो त ?

परमेश्वरको सारा हातहतियार भनेको खीष्टको रुप हो ।

याद गर्नुहोस् कि खीष्टमा तपाईले प्राप्त गर्नुभएको खीष्टको चरित्रहरु वा गुणहरुद्धार नै खीष्टको रुप बनिन्छ । ती चरित्रहरु वा गुणहरुले तपाईको हातहतियारलाई निर्माण गर्दछ । यसैकारण, तपाईको हरेक विश्वासको कदमले तपाईको हतियारलाई बलियो बनाउँछ ।

शुरुमा तपाईले पावलले **एफिसी ६ : १६** मा भने झै दुष्टको अग्निवाण निभाउनु पर्छ ।

"साथै विश्वासको ढाल उठाओ जसबाट तिमीहरु दुष्टका सबै अग्निनवाण निभाउन सक्नेछौं ।" (अग्निवाणको अर्थ चाहिँ परिक्षा, शारीरिक कुराहरु, दोष लगाउने कुराहरु, छल र शंका विचारहरु हुन् ।) जसै तपाई खीष्टमा निर्भर भएर विश्वासमा अगाडि बढ्नुहुन्छ, यसले तपाईको हतियारहरुलाई बलियो बनाउँछ र ती अग्निवाणहरुलाई निभाउन थाल्दछ । यसैकारणले :

हरक्षण खीष्टमा निर्भर भएर निरन्तर रुपमा अगाडि बढ्नुहोस् र जब तपाईले त्यस्तो गर्नुहुन्छ, तपाईले आफ्नो हातहतियारहरु बलियो

तपाईले खीष्टमा एक अर्कालाई सेवा गर्ने बाटो वा अवसरहरु खोज्नुहुनेछ ।

जसै पवित्र आत्माले तपाईलाई परिवर्तन गर्नुहुन्छ, हामीले हाम्रो श्रीमान् वा श्रीमतीको सेवा गर्ने बाटो वा अवसरहरु खोज्नेछौं ।

क. प्रार्थना

१. सँगै प्रार्थना गर्ने

"यसकारण साहससँग अनुग्रहको सिंहसान नजिक जाऔं र खाँचोको समयमा सहायता पाउनलाई कृपा र अनुग्रह प्राप्त गर्न सकौं।" **हिब्रु ४ : १६**

कति जोडीहरुलाई चाहिँ सँगै प्रार्थना गर्न सजिलो लाग्छ भने कतिलाई चाहिँ गाह्रो लाग्छ । तर जसै तपाईहरु दुवै खीष्टमा बढ्नुहुन्छ, आत्माले एक अर्काको निम्ति प्रार्थना गर्ने इच्छा दिनुहुन्छ । यो कार्य आवाज निकालेर प्रार्थना नगर्नेहरुको लागि गाह्रो हुनसक्छ ठीकै छ । श्रीमान् श्रीमती मध्ये एक जनाले मात्र प्रार्थनामा अगुवाई गर्नु पनि कुनै समस्या त होइन । मुख्य कुरा चाहिँ तपाईहरु दुवैले प्रभुको खोजी गर्नु हो ।

तर यदि तपाई त्यो व्यक्ति हुनुहुन्छ जसलाई आवाज निकालेर प्रार्थना गर्न गाह्रो लाग्छ भने, पवित्र आत्मासँग शब्दहरु दिनुहोस् र आवाज निकालेर प्रार्थना गर्न सहायता गर्नुहोस् भनी पुकारा गर्नुहोस् । जब तपाईले निरन्तर रुपमा पुकारा गर्नुहुन्छ, म जान्दछु कि परमप्रभुले तपाई आवाज निकालेर प्रार्थना गर्ने ईच्छा र सहास दिनुहुनेछ ।

२. तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीको लागि मध्यस्थ बिन्ति

"एउटाले अर्काको भार उठाओ र यसरी खीष्टको व्यवस्था पूरा गर ।" गलाती ६ : २

जोडीहरु खीष्टद्धार भरिएको छ भन्ने कुराको एउटा चिन्ह चाहिँ उनीहरुमा एक अर्काको निम्ति प्रार्थना गर्ने उत्कट ईच्छा हुनु हो । मलाई लाग्छ कि एक अर्काको लागि प्रार्थना गर्ने कुरा भन्दा अरु ठूलो निस्वार्थी कार्य वा प्रेमका कुरा हुन सक्दैन । एक अर्काको लागि प्रार्थना गर्नुको चाहिँ एक अर्काप्रतिको प्रेमको प्रतीक हो । मैले मेरी श्रीमतीको अप्ठ्यारो कुराको लागि, परिवर्तनको लागि परमेश्वरको वचनको नयाँ प्रकाशनको लागि खीष्टलाई खोज्ने कुरामा तिर्खाउन सकोस् भनेर प्रार्थना गर्छु । मैले थाहा पाएका यी विषयहरुको लागि यसरी प्रार्थना गर्नुको साथसाथै मैले पवित्र आत्मासँग मेरो श्रीमतीको निम्ति केको लागि प्रार्थना गर्नुपर्छ भनेर सोध्छु । यसो गर्दा पवित्र आत्माले तपाईको श्रीमतीलाई केको खाँचो छ भन्ने कुरा देखाउनु हुन्छ ।

परमेश्वरसँग वातचीत : यदि तपाईलाई आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीको लागि प्रार्थना गर्न गाह्रो भइरहेको छ भने, उहाँसँग प्रार्थना गर्ने ईच्छा माग्नुहोस् ।

चौथो दिन

ख. सुन्नु

१. आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीको समस्याको (के कारणले त्यो समस्या भइरहेको छ) बारेमा पवित्र आत्माबाट सुन्नु ।

हाम्रो श्रीमान् वा श्रीमतीलाई सेवा गर्नको लागि सुन्नु अति नै महत्वपूर्ण छ । यो सामान्य सुन्ने कुरा भन्दा माथिको कुरा हो । जसै तपाईहरु खीष्टमा बढ्नुहुन्छ, तपाईले पनि खीष्टले थाहा पाउने वा छुट्याउने कुराहरुको अनुभव गर्नुहुनेछ । तपाईले आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीको कुरा सुन्ने बेलामा तपाईममा थाहा पाउने छुट्याउने विवेक हुनु अति नै महत्वपूर्ण छ । किन ? म तपाईलाई एउटा उदाहरण दिन चाहन्छु ।

मानौ, तपाईको श्रीमान् वा श्रीमती र उनीहरुको आमा वा बाबा बीच केही विषयमा समस्या भइरहेको छ । त्यो अवस्थामा उसको वा तिनको कुरा सुन्नु एउटा कुरा हो भने छुट्याउने विवेकी कानद्धार प्रभुबाट सुन्नु अर्को कुरा हो । प्रभुबाट सुन्नु भनेको चाहिँ ऊ वा तिनले भनिरहेको कुरा वास्तवमै खाँचो हो कि होइन र यसको पछाडि के छ भन्ने बारेमा प्रभुसँग प्रकाश माग्नु हो । आत्मिक रुपमा छुट्याउने यस कार्यद्धार उक्त समस्याको मुख्य कारण के हो भन्ने कुरा स्पष्ट पारिदिन्छ ।

कतिपटक चाहिँ पवित्र आत्माबाट सुन्ने यस प्रक्रियामा तपाईको श्रीमान् वा श्रीमती आफ्नो समस्याहरु बताउँछन् तर तपाईले कुनै प्रतिक्रिया वा जवाफ दिनु नपर्ने हुन्छ । मुख्य कुरा चाहिँ तपाईले शाब्दिक रुपमा जवाफ दिनुपर्छ कि पर्दैन भन्ने कुरा थाहा गर्नु हो । कतिपटक तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीलाई शाब्दिक जवाफ होइन तपाईको अंगालोको खाँचो अर्थात् तपाईले ऊ वा तिनलाई अंगालो हाले पुग्छ ।

यसैकारण जसै तपाईले सुन्नुहुन्छ, पवित्र आत्माबाट सुन्नुहोस् र थाहा पाउनुहोस् कि उहाँले तपाईलाई सुन मात्र भनिरहनु भएको छ कि बोल भनिरहनु भएको छ । कति जनाको चाहिँ आफूले जुन विषयमा प्रभुबाट सुनिरहनु भएको छ, उहाँबाट सुनिरहनु र उहाँ आफैलाई तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीसँग बोल्न दिनुको सट्टामा आफैले उक्त समस्यालाई मिलाउने प्रयास गर्ने बानी हुन्छ ।

२. तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीले तपाईसँग शारीरिक तरिकाले प्रतिक्रिया जनाएको बेलामा तपाईले के कारणले यसो गरिरहेको होला भनी थाहा पाउनलाई उहाँबाट सुन्नु ।

तपाईलाई यो कुरा विश्वास गर्न पनि गाह्रो हुन्छ भन्ने कुरा मलाई थाहा छ तर कति पटक तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीको शारीरिक प्रतिक्रिया वा व्यवहारबाट पनि आत्माले केही कुरा भनिरहेको हुन्छ । तपाईलाई म यसको बारेमा एउटा उदाहरण दिन चाहन्छु ।

मानौ, तपाईले आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीलाई दबाउने वा नियन्त्रण गर्ने काम गरिरहनुभएको छ तर तपाईलाई त्यो थाहा गर्नुभएको छैन । तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीले शारीरिक रुपमा प्रतिक्रिया जनाई तपाईले गरिरहनुभएको नियन्त्रण वा दबाबको सामना गर्छन् । यद्यपि ऊ वा तिनले शारीरिक तवरले यस्तो कार्य गरेको भएपनि तर पवित्र आत्माले ऊ वा तिनले भनेको कुराहरुद्धार तपाईले दबाउने अधिकार जमाउने काम गरिरहेको रहेछ भनी तपाईलाई यकिन गराउनुहुन्छ ।

शुरु-शुरुमा त शारीरिक रुपमा प्रतिक्रिया जनाईरहेको हुन्छन् । तर जब तपाई गहिरो रुपमा खीष्टमा अगाडि बढ्नुहुन्छ, तब तपाईले आफैले आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीको शारीरिक व्यवहारप्रति कम मात्रामा प्रतिक्रिया जनाईरहेको पाउनुहुनेछ र जब तपाईले शारीरिक रुपमा प्रतिक्रिया जनाउनुहुन्न तब, त्यो बेलामा पवित्र आत्माले भनिरहनु भएको कुराहरु तपाईले राम्रोसँग सुन्न सक्नुहुन्छ ।

<u>परमेश्वरसँग वातचीत</u>: खीष्टको बुद्धि र विवेकको साथमा आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीको कुनै पनि समस्या वा शारीरिक व्यवहारको निम्ति उहाँबाट सुन्ने ईच्छा दिनुहोस् भनी पवित्र आत्मासँग माग्नुहोस् ।

<u>ग. परमेश्वरको सत्य अर्थात् वचन बोल्नु</u>

"बरु प्रेमसित सत्य बोल्दै हरेक कुरामा हामी उहाँसम्मै अर्थात् खीष्ट सम्मै बढ्दैजाऔं, जो शिर हुनुहुन्छ ।" **एफिसी ४ : १५**

जब तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीलाई कुनै पनि प्रकारको (तपाईको कारणले होइन) चोट भइरहेको हुन्छ, त्यस बेलामा परमप्रभुले तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीको चोटसँग मेल खाने परमेश्वरको वचन वा सत्य बोल्न वा स्मरण गराउन तपाईलाई अगुवाई गर्न सक्छ । त्यो बेलामा याद गर्नुपर्ने मुख्य कुरा चाहिँ तपाईले उक्त सत्यलाई प्रेमसित भन्नु हो । तर आत्माले अगुवाई गरे मात्र भन्नुपर्छ । किनकी यदि हामीले पवित्र आत्माकोा अगुवाई विना नै भन्छौं भने, यो हाम्रो आफ्नो स्व : धार्मिकतापनबाट आएको हुन्छ र उक्त सत्यलाई ऊ वा तिनले ग्रहण नगर्न सक्छ ।

<u>२. आत्माले प्रकाश दिनु भए अनुसार ज्ञान र बुद्धिका वचनहरु बोल्नु</u>

जसै तपाईले आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीको लागि सुन्नुहुन्छ, त्यति खेरा आत्माले तपाईलाई ज्ञान वा बुद्धिका शब्दहरु दिन सक्छ । अथवा आत्माले तपाईहरु दुवै जनाले गरिरहनु भएको प्रार्थनाको जवाफ दिन पनि सक्नुहुन्छ ।

<u>३. प्रेम, अनुग्रह र उत्साहका शब्दहरु बोल्नु</u>

वैवाहिक जीवनमा प्रेम, अनुग्रह र उत्साहका शब्दहरु अति महत्वपूर्ण छन् । हाल सालै प्रभुले मेरी श्रीमती चाहिँ "उहाँले हातको सीप वा कृति" हो भनेर तिनलाई स्मरण गराईदिनको लागि भन्नुभयो । उहाँले अगुवाई गर्नु भए अनुसार मैले त्यो कुरा भने । मैले त्यो कुरा भनेको बेलामा तिनको अनुहार हेर्ने मलाई अति आनन्द लाग्छ ।

वैवाहिक जीवनमा आफ्नो प्रेमलाई शब्दहरु व्यक्त गर्नु अति महत्वपूर्ण छ । जब हाम्रा श्रीमान् वा श्रीमतीले हाम्रा व्यवहारिक आपेक्षाहरुलाई पूरा गर्दैनन् त्यो बेलामा हामीले कसरी अनुग्रहका शब्दहरु बोल्नुपर्छ भन्ने बारेमा हामीले कुराकानी गऱ्यो । आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीको सेवा गर्ने धेरै तरिका छन् । जेहोस्, त्यो महत्वपूर्ण सत्यलाई सम्झनुहोस् :

तपाईले आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीको लागि सेवाको लागि जे सुकै गर्नुभए पनि यो आत्माले नै अगुवाई गर्नुभए अनुसार गरेको छु वा

परमेश्वरसँग वातचीत : तपाईले कहिले बोल्नुपर्छ र के बोल्नु पर्छ भनी थाहा पाउनको लागि आत्माले तपाई ज्ञान र बुद्धि दिनुभएको होस् भनी पुकारा गर्नुहोस् ।

तपाई एक सुरक्षित श्रीमान् वा श्रीमती बन्नुहुनेछ

“सुरक्षित” को मतलब के हो त ? मैले “सुरक्षित” लाई यसरी परिभाषित गर्छु कि तपाईलाई त्यो हद सम्मा, मानिसले भरोसा गर्नु हो, कि उनीहरुले आफ्ना हरेक दुःख वा समस्याका कुराहरु खुल्न भएर बताउँछन् वा सुरक्षितको अर्थ चाहिँ तपाईसँग कुनै पनि कुराहरु बताउँद सुरक्षित महशुस गर्छन् । तपाईले खीष्टको बुद्धि र विवेकको साथमा यी कुराहरुको सम्बन्धमा उहाँबाट सुन्नुहुनेछ भनी थाहा गरेको कारणले आफ्ना दुःख वा समस्याहरु तपाईलाई बताउँद सुरक्षित ठान्छन् । साथ-साथै तपाईले शारीरिक तवरले कुनै प्रतिक्रिया जनाउनु हुनेछैन, दोष लगाउनुहुने छैन, बरु यी कार्यहरु गर्नुको सट्टामा समाधान दिनुहुनेछ भनी भरोसा गरेको कारणले उनीहरुले आफ्ना कुराहरु तपाईसँग बताउँछन् । म आशा गर्दछु कि तपाई आफ्नो वैवाहिक जीवनमा एक सुरक्षितश्रीमान् वा श्रीमती बन्न चाहनुहुन्छ ।

परमेश्वरसँग वातचीत : तपाईलाई एक “सुरक्षित”श्रीमान् वा श्रीमती बनाईदिनुहोस् भनी पवित्र आत्मासँग सहायता माग्नुहोस् ताकि तपाईसँग आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीले तपाईसँग कुनै पनि कुराहरु भन्दा खेरी सुरक्षित महशुस गरोस् ।

परमेश्वर माथिको तपाईको र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीको आत्माविश्वास बढ्नेछ ।

“मलाई (खीष्टमा) यो दृढ विश्वास छ, जसले तिमीहरुमा एउटा असल काम शुरु गर्नुभयो, उहाँले नै येशू खीष्टको दिनमा त्यो पूरा गर्नुहुनेछ फिलिप्पी १:६ (कोष्ठको थप जोड) पावलले कस्तो प्रकारको दृढ विश्वासको बारेमा भनिरहेको त ? उसले आफू माथिको दृढ विश्वासको बारेमा भनिरहेको होइन तर पावलले परमेश्वर माथिको दृढ विश्वासको बारेमा भनिरहेको हो । किन ? पावलले परमेश्वरबाट आफूले जुन अलौकिक परिवर्तनको महशुस गरेको थियो, त्यही कुराको गवाही दिदैछ जबकि उसको दृढ विश्वास चाहिँ आफ्नो क्षमतामा होइन । यहाँ पावलले परमेश्वरको क्षमता माथि भएको दृढ विश्वासको बारेमा भनिरहेको हो ।

जब तपाईले आफ्नो जीवनमा अलौकिक परिवर्तनको अनुभव गर्न थाल्नुहुन्छ तब यसले परमेश्वरप्रतिको दृढ विश्वास उत्पन्न गराउँछ ।

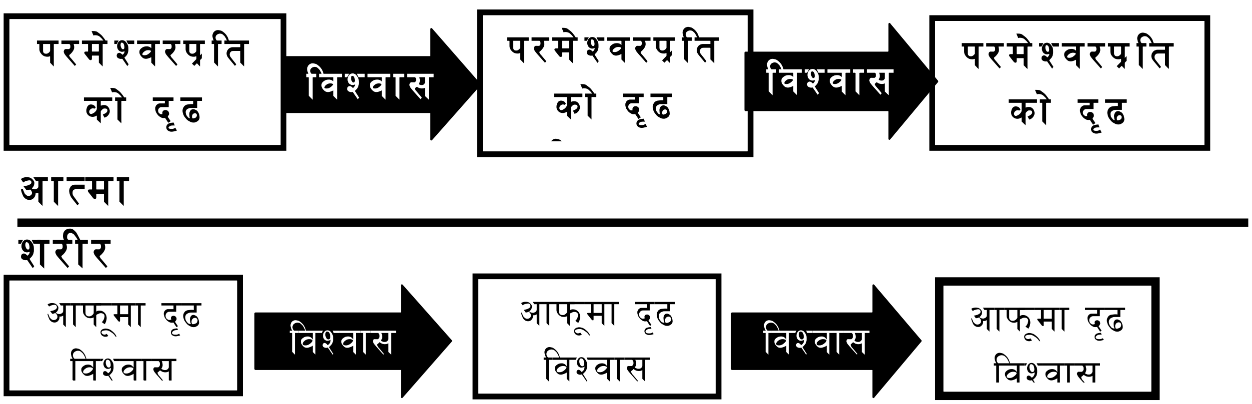
वैवाहिक जीवनमा चाहिँ जब तपाईको आफ्नो सोचाई, महशुस, छनौट र व्यवहारहरुमा अलौकिक परिवर्तनको अनुभव गर्नुहुन्छ तब परमेश्वर माथि दृढ विश्वास उत्पन्न हुन्छ । जब पवित्र आत्माले हामीलाई परिवर्तन गर्नुहुन्छ र यो परिवर्तन हामीद्धार होइन भन्ने कुरा महशुस गर्छौं, तब परमेश्वर को हुनुहुन्छ, उहाँले हाम्रो जीवनमा के-के गर्ने प्रतिज्ञा गर्नुभएको छ भन्ने कुरा र हामीप्रतिको उहाँ प्रेमको सम्बन्धमा दृढ विश्वास बढ्नेछ ।

हामीमा दृढ विश्वास पैदा गर्नको लागि परमेश्वरले के-के गर्नुहुन्छ ?

जब परमेश्वरले अलौकिक रुपमा :

- **तपाईको खाँचोहरु पूरा गर्नुहुन्छ ।**
- **तपाईको शारीरिक व्यवहारहरुलाई खीष्टको जस्तो व्यवहारमा परिवर्तन गर्नुहुन्छ ।**
- **खीष्टमा तपाईको साँचो पहिचानको यकिन गराउनुहुन्छ ।**
- **तपाईलाई स्वार्थीबाट निस्वार्थीपनमा बदल्नुहुन्छ ।**

परमेश्वरप्रतिको दृढ विश्वास बढ्नेछ



तपाईको परिवर्तनको कुनै बिन्दुमा तपाईहरु दुवै जनाले पनि पावलसँगै यसो भन्नुहुनेछ भनी म आशा गर्दछु ।

"उहाँलाई जसले हामीभित्र काम गर्ने (परमेश्वरको) शक्ति अनुसार हामीले मागेको वा चिताएको भन्दा ज्यादै प्रशस्त मात्रामा गर्न सक्नुहुन्छ ।" **एफिसी ३:२०** (कोष्ठको थप जोड)

खीष्टियान जीवनमा अरु कुराहरु झैं खीष्टप्रतिको दृढ विश्वास विकास वा बढ्ने कार्य पनि एक प्रक्रिया हो । पावलले यो प्रक्रियालाई प्रकट गर्नको लागि **२ तिमोथी १ : १२** मा "निश्चय" भन्ने शब्द प्रयोग गरेको छ ।

"यसकारण मैले यी कुराहरु भोगेको पनि छु, तर म शर्माउदिन, किनभने मैले कस माथि विश्वास राखेको छ, सो म जान्दछु र मलाई निश्चय छ, जुन कुरा त्यसदिन सम्म मैले उहाँलाई सुम्पेको छु, त्यो सुरक्षित राख्न सक्ने उहाँ हुनुहुन्छ ।"

तपाईको जोडीको जीवनमा पनि त्यस्तै हुनेछ कि तपाईको जीवनमा परमेश्वरको परिवतर्नीय काम देख्नको लागि तपाई निरन्तर रुपमा विश्वासद्धार हिडिरहनु पर्छ ।

यसैकारण, जसै हामी हाम्रो जीवनमा परिवर्तनको अनुभव गर्नको लागि विश्वासद्धार पर्याप्त मात्रामा हिड्छौं, तब खीष्टमा हाम्रो दृढ

प्रश्न : यदि तपाईले परमेश्वरले प्रतिज्ञा गर्नुभएको कुराहरु आफ्नो जीवनमा अनुभव गर्नु भए देखि, यसले परमेश्वरको क्षमता र तपाईलाई परिवर्तन गर्ने उहाँको ईच्छाप्रति तपाईको दृढ विश्वासलाई के गराउँदछ ?

मनन : **एफिसी १ : ६, एफिसी ३:२० र २ तिमोथी १:१२** माथि मनन गर्नुहोस् ।

परमेश्वरसँग वातचीत : तपाईलाई परिवर्तन गर्ने परमेश्वरको शक्ति र ईच्छाको सम्बन्धमा परमेश्वरले तपाईलाई गहिरो रुपमा विश्वास दिलाई दिनुहोस् भनी पुकारा गर्नुहोस् ।

पाँचौ दिन

तपाईको वैवाहिक जीवनमा परिवर्तनको क्षेत्रहरु

१. छोराछोरीलाई हुर्काउने वा सिकाउने तरिकामा परिवर्तन

क. तपाईको छोराछोरीको सम्बन्धमा निर्णय

बालबालिकाहरुलाई हुर्काउनेको लागि निरन्तर रुपमा निर्णय लिनुपर्ने हुन्छ । जब श्रीमान् श्रीमती दुवैजना बालबालिकालाई अनुशासन दिने कुरामा एक मत हुँदैन, तब दुई बीच तनाव पनि सिर्जना हुन्छ । याद गर्नु पर्ने सत्य कुरा चाहिँ यो हो कि बालबालिकाको लागि उत्तम निर्णय छनौट परमेश्वरले गर्न जान्नुहुन्छ । परमेश्वरको यी सबै बुद्धिका कुराहरु जान्ने पहुँच वा क्षमता तपाईसँग पनि छ । तर समस्या यो हो कि कुनै पनि निर्णय गर्नको लागि बाबा आमाहरु आफ्नै विवेक वा कुनै सल्लाह सुझाव दिने किताबहरुमा भर पर्छन् । परमेश्वरले यी कुराहरु पनि काम गर्नुहुन्छ तर धेरै निर्णयहरुको लागि

एक भन्दा बढी विकल्पहरु हुन्छन् । आफैले ती निर्णयहरु गर्ने प्रयास गर्नुको सट्टामा परमेश्वरको निर्णयको खोजी गर्नुहोस् ।

विश्वासको कदम : प्रभु, हामी तपाईको ईच्छा पूरा भएको चाहन्छौं र तपाईको निर्णय हामीलाई प्रकट गरिदिनुहोस् भनी पुकारा गर्दछौं ।

मुख्य बुँदा : परमेश्वरको ईच्छा जान्नको लागि चाहिने मुख्य तत्व वा कुरा चाहिँ हामी पवित्र आत्माप्रति संवेदनशील हुनु हो । पवित्र आत्माले सधै हामीसाँग कुरा गरिरहेको हुन्छ । समस्या चाहिँ हामीले उहाँको कुरा नसुन्नु हो । मेरो र अरु धेरै जनाको अनुभव अनुसार, जब तपाई उहाँमा निर्भर भएर अगाडि बढ्नुहुन्छ, तब तपाईको सुन्ने क्षमता पनि राम्रो हुँदै जानेछ । याद गर्नुपर्ने अर्को महत्वपूर्ण कुरा यो पनि हो कि परमेश्वरले अरु मानिसहरु र किताबहरुद्धार भएर पनि तपाईलाई जवाफ दिनुहुनेछ । यी किताबहरुले वा अरु मानिसहरुले परमेश्वरको ईच्छालाई बताएको हुनुपर्छ ।

मुख्य बुँदा :तपाईले परमेश्वरसँग जवाफ मागेको हुन सक्छ तर परमेश्वरले उक्त जवाफ दिनु नै हुन्छ भन्ने छैन । मेरो अनुभव अनुसार, चाहिँ हामीले उक्त निर्णय लिनको लागि उहाँमा भर परेका छौं कि छैनौं भन्ने कुरा उहाँले हेर्नुहुन्छ त्यो अवस्थामा कसरी विश्वासको कदम चाल्ने भन्ने बारेमा यहाँ एउटा उदाहरण दिइएको छ ।

विश्वासको कदम : प्रभु, यस निर्णयको सम्बन्धमा हामीले तपाईबाट सुनेनौं । हामीले यही निर्णय लिनुपर्छ भन्ने कुरामा हामी विश्वस्त छौं तापनि यस विषयमा तपाई के भन्न चाहनुहुन्छ, भन्नुहोस् ।

ख. तपाईको बालबालिकालाई अनुशासन दिने सम्बन्धमा निर्णयहरु

पहिला श्रीमान् र श्रीमतीलाई कुन प्रकारले अनुशासन दिइएको थियो, त्यही आधारमा छोराछोरीलाई पनि उनीहरुले अनुशासन दिइन्छ । यदि श्रीमान् वा श्रीमतीले एउटाले धेरै अनुशासन दिन चाहन्छ र अर्कोले थोरै दिन चाहन्छ भने यसले पनि श्रीमान् श्रीमती बीच झगडा सिर्जना गराउँछ । तपाईको हरेक निर्णयको मध्यस्थ चाहिँ पवित्र आत्मा हुनुपर्छ । यसैकारण्ण, दुवै जनाले प्रार्थनामा परमेश्वरले कसरी तपाईले अनुशासन दिएको चाहनुहुन्छ भन्ने बारेमा उहाँसँग पुकारा गर्नुहोस् ।

विश्वासको कदम : "प्रभु, म र मेरो श्रीमान् वा श्रीमती कसरी हाम्रा छोराछोरीलाई अनुशासन दिने भन्ने सम्बन्धमा असहमत भइरहेको छ । हामीले कसरी अनुशासन दिनुपर्छ देखाउनुहोस् भनी तपाईसँग पुकारा गर्दछौं ।

साथै श्रीमान् वा श्रीमती मध्ये एक जना चाहिँ अनुशासन दिन चाहँदैन । तर बाइबलले बाल विकासको लागि अनुशासन चाहिँ एक अनिवार्य अंश हो भनी बनाउँछ । यदि तपाईले यस्तो अवस्थालाई सामना गरिरहनु भएको छ भने, अनुशासन चाहिँ परमेश्वरको योजनाको एक भाग हो भनी विश्वास दिलाई दिनुहोस् भनी उहाँसँग पुकारा गर्नुहोस् ।

विश्वासको कदम :अनुशासन दिने काम हामीलाई मन नपरे तापनि यो तपाईको योजनाको एक भाग हो भन्ने कुरा विश्वास दिलाउनुहोस् । हामीलाई अनुशासन दिने ईच्छा दिनुहोस् ।

ग. खीष्टको जीवनको सत्यताहरु बनाउनु

जब तपाईले यी परिवर्तन गर्ने सत्यहरुको अनुभव गर्नुहुन्छ, तब तपाईले ती सत्यहरु आफ्नो छोराछोरीहरुलाई बताउन थाल्नुहोस् । तपाईको छोराछोरीले उद्धार पाइसके पश्चात् तपाईले उनीहरुलाई दिन सक्ने दोस्रो महान उपहार चाहिँ खीष्टलाई जीवनको स्रोत मानेर जिउने सम्बन्धको सत्यता हो । तर तपाईले उनीहरुले उद्धार पाएपछि मात्र परमेश्वरको सत्यताहरु बताउने भन्ने कुरा होइन ।

प्रश्न : के तपाईका छोराछोरीहरुले पनि तपाईले जानेका र अनुभव गरेका सत्यहरु जानेको भए, यसले अहिले तपाईले सामना गरिरहनुभएको समस्याहरु रोक्थ्यो कि ?

परमेश्वरसँग वातचीत: आफ्ना छोराछोरीहरुलाई कसरी हुर्काउने, तपाईले गर्नुपर्ने निर्णयहरु र खीष्टको जीवनको सत्यताहरु बाँड्ने सम्बन्धमा खीष्टको ज्ञान र बुद्धि माग्नुहोस् ।

२. एक अर्कासँगको तपाईको सञ्चारलाई परिवर्तन गर्नुहोस् ।

"मेरा प्रिय भाइहरु हो, यो कुरा जान प्रत्येक मानिस सुन्नमा छिटो, बोल्नमा ढिलो र रीसाउनमा धीमा हुनुपर्दछ ।" **याकूब १:१९**

जसै म जोडीहरुलाई चेला बनाउने काम गर्छु, मैले उनीहरुको बोली वा सञ्चार नै उनीहरुको समस्या वा झगडाको स्रोत भएको पाउँछु । तपाईले के बोल्नुहुन्छ, तपाईले कुन विचारले बोल्नुहुन्छ र कस्तो स्वरमा बोल्नुहुन्छ भन्ने कुराले कि त अझ गहिरो एकतामा डोर्‍याउँछ कि त झगडा वा द्वन्द्वतिर डोर्‍याउँछ ।

क. हाम्रो नराम्रो वा कमसन बोलीले पर्खाल निर्माण गर्न सक्छ ।

यदि जोडीहरुले कसरी बोल्ने भन्ने कुरा जानेन भने, यसले दुई जनाको बीचमा पर्खाल खडा गर्न थाल्छ । जब आदम र हव्वालाई परिक्षा भयो, त्यही बेला देखि हामी त्यो कुरा पाउँछौं । हव्वाले त्यो फल खानु भन्दा अगाडि आदमलाई पहिला सोधेन वा भनेन । हव्वालाई त्यो फल खानाको लागि परिक्षा आएको बेलामा आदमले पनि केही भनेन । यदि दुईमध्ये कोही त कोहीले सोधेको भए वा भनेको भए उनीहरुले उक्त फल खाने पनि थिएन होला । (**उत्पत्ति ३: ७**)

ख. आत्मिक बोली विरुद्ध शारीरिक बोली

यदि हामी शारीरिक बोली बोल्छौं भने, यो स्पष्ट छ कि यसले "मृत्यु" ल्याउँछ । तर जसै तपाई परिवर्तन हुनुहुन्छ, तब तपाईले आत्मिक बोलीहरु बोल्दै जानुहुनेछ ।

ग. आत्मिक बोली वा सञ्चारको बहाव

१. बोल्नेहरु सुन्छन् र सुन्नेहरु बोल्छन्

परमप्रभुले जोडीहरुलाई परिवर्तन गर्ने एउटा तरिका चाहिँ "धेरै बोल्नेहरुलाई सुन्ने बनाएर र श्रोता वा सुन्ने मात्र गर्ने व्यक्तिलाई धेरै बोल्ने बनाएर हो ।"

२. अझ इमान्दारी बोली वा सञ्चार

परमेश्वरबाटको परिवर्तनको बहावको अर्को भाग चाहिँ तपाईले एकदमै इमान्दारी भएर बोल्नु वा सञ्चार गर्नु हो । पहिला तपाईले आफ्ना श्रीमान् वा श्रीमतीबाट लुकाएर राख्थ्यो वा बनाउँदैनथ्यो भने, अब तपाई इमान्दारी भएर सबै कुरा आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीसँग भन्नु वा खोल्नु हो ।

३. अझ धेरै आत्मिक वातचीत

यदि तपाईले आफूलाई आत्मिक कुराकानी गर्ने जोडीको रुपमा पाउनुभएको छैन वा हुन सकेको छैन भने, जसै पवित्र आत्माले तपाईको हृदयलाई बदल्नुहुन्छ, तब तपाईको सबै कुराकानी चाहिँ खीष्ट केन्द्रित हुनेछ ।

परमेश्वरसँग वातचीत : निरन्तर रुपमा प्रभुसँग सुन्ने बोल्ने, अझ इमान्दारी बन्ने, आत्मिक कुराकानी गर्ने ईच्छा दिनुहोस् भनी पुकारा गर्नुहोस् ।

४. तपाईको यौन घनिष्टतालाई परिवर्तन

तपाईको यौन सम्बन्धको कारण समस्या, निराश र झगडा आउन सक्छ । परमेश्वरले यौन घनिष्टतालाई केवल शारीरिक आनन्द प्रदान गर्नको लागि मात्र होइन तर विवाहमा आत्मिक एकता ल्याउनको लागि पनि हो । म जोडीहरुलाई यौन घनिष्टताको सम्बन्धमा प्राय यो कुरा सोध्ने गर्छु । के तपाईले यौन घनिष्टतालाई शारीरिक र भावनात्मक अनुभवको रुपमा हेरे झै आत्मिक हो भन्ने कुरा बुझ्दैन । मुख्य कुरा चाहिँ "खीष्टमा" घनिष्ट हुनु हो । त्यसको लागि कसरी विश्वासको कदम चाल्ने त ?

विश्वासको कदम : प्रभु, हाम्रो यौन घनिष्टतालाई शारीरिक अनुभव जस्तै आत्मिक अनुभव पनि भएको हामी चाहन्छौं । यसकारण, यो साँच्चिकै एक आत्मिक अनुभव बनाईदिनुहोस् भनी तपाईमा भर परिरहेका छौं ।

(यदि तपाईले यस क्षेत्रमा उहाँको खोजी गर्नुहुन्छ भने, म प्रतिज्ञा गर्दछु कि उहाँले तपाईको यौन घनिष्टतालाई पूर्ण रुपमा नयाँ तहमा लानुहोस् ।)

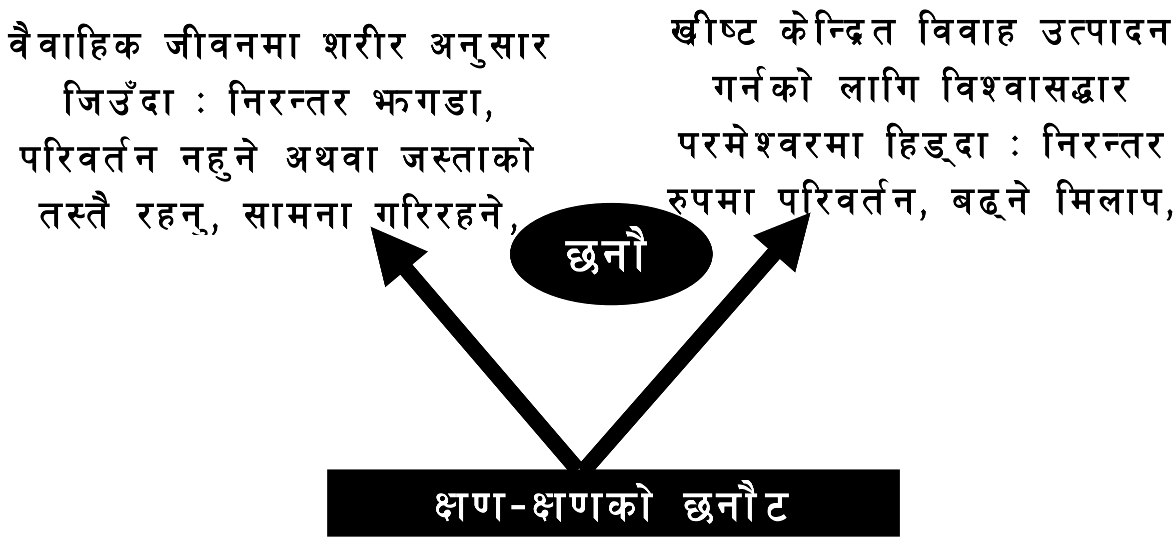
<u>पुरुषहरुको लागि मुख्य सत्य :</u> दिदी बहिनीहरुलाई भन्दा पनि दाज्यू भाईहरुको लागि यौन घनिष्टता चाहिँ शारीरिक अनुभव हो । दिदीबहिनीहरुको लागि चाहिँ एक भावनात्मक अनुभव हो ।

<u>उदाहरण</u>: मानौं, तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीमा चाहिँ तपाईमा जतिको यौन ईच्छा छैन । तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीमा त्यो ईच्छा बढाई दिनुहोस् भनी उहाँसँग भन्नुहोस् । तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीमा त्यो ईच्छा बढिरहेको बेलामा तपाईलाई धैर्यता र अनुग्रहको हृदय दिनुहोस् भनी उहाँसँग पुकारा गर्नुहोस् ।

<u>विश्वासको कदम</u> : प्रभु, मेरो श्रीमान् वा श्रीमतीको यौन घनिष्टताको ईच्छा बढाई दिनुहोस् भनी पुकारा गर्छु । तपाईले मलाई धैर्य गर्न र मेरो श्रीमान् वा श्रीमतीप्रति अनुग्रही हुनको लागि सहायता गर्नुहोस् ।

<u>तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीले छनौट गर्नुपर्छ ।</u>

तपाई यस बारेमा सचेत हुनुहुन्छ वा हुनुहुन्न तर पनि तपाईहरुले आफ्नो वैवाहिक जीवनमा जानीकन वा नजानीकन शरीर अनुसार जिउने वा परमेश्वरमा विश्वासद्धार जिउने कुराको छनौट गरिरहनु भएको छ । म परमप्रभुले तपाईलाई उहाँमा भर परेर जिउने दिइरहनु भएको छ भनी म विश्वास गर्दछु ।



तपाईले के छनौट गर्नुहुन्छ ?

<u>तपाईलाई परिक्षा पनि आउँछ तर.......</u>

परमेश्वरको परिवर्तनको प्रक्रियामा तपाईलाई फेरि शरीर तर्फ फर्कने परिक्षाहरु आउँछ भन्ने कुरा बुझ्नु अति महत्वपूर्ण छ ।

- परमेश्वरले तपाईको जीवन परिवर्तन गर्न सक्नुहुन्छ वा चाहनुहुन्छ कि भन्ने शंका उत्पन्न हुन्छ ।

- परमेश्वरले तपाईले सोचेको वा भनेको समयमा परिवर्तन गर्नुभएन भने ।
- तपाईको श्रीमान् वा श्रीमती परिवर्तन भइरहेको छैन वा चाँडो परिवर्तन भइरहेको छैन ।

जे भएपनि तपाईले आफूलाई यी कुनै पनि कुराद्धार :

निरन्तर रुपमा विश्वासको अर्को कदम उठाउनलाई रोक्न नदिनुहोस् ।

जब तपाईको मनले "केही सीप लागेको छैन, पछि फर्क" भनेर भन्छ, त्यति खेरा विश्वासको अर्को कदम उठाउनुहोस् । तपाईले परमेश्वरबाट उत्तर पाउन चाहेको छ तर उत्तर वा जवाफ पाउनुभएको छैन भने, त्यो बेलामा पनि विश्वासको अर्को कदम उठाउनुहोस् । जब तपाईको वैवाहिक जीवनमा सबै कुरा गोलमाल हुन्छ, तपाईलाई के गर्ने वा के नगर्ने भन्ने कुरा थाहा हुँदैन, त्यो बेलामा पनि विश्वासको अर्को कदम उठाउनुहोस् । त्यसैकारणले पावलले **फिलिप्पी ३:१४** मा "जोडसँग अघि बढछु" भनेर भनेको हो ।

सत्य यो हो कि तपाईले वैवाहिक जीवनमा घनिष्टता मिलाप, तपाईले चाहनुभएको एकताको अनुभव गर्नको लागि जोडसित अघि बढ्नु

फेरि एक पटक खीष्ट केन्द्रित विवाह आफू केन्द्रित विवाहको तुलना गरौं

आफू केन्द्रित विवाह (शरीरद्धार जिउने)

आफू नै स्रोतको रुपमा

परमेश्वरको वचनलाई लिएर आफ्नै क्षमता, बुद्धि र ईच्छा शक्ति प्रयोग गरी खीष्ट केन्द्रित विवाह उत्पन्न गर्न खोज्छ ।

काममा आधारित विवाह

खीष्ट केन्द्रित विवाह उत्पन्न गर्नको लागि आफ्नो क्षमतालाई प्रयोग गरी विभिन्न तरिकाहरु, विधिहरु, प्रविधिहरु र सुत्रहरुमा भर परेर जिउँछ ।

खीष्ट केन्द्रित विवाह (खष्टिद्धार जिउने)

परमेश्वर स्रोतको रुपमा

खीष्ट केन्द्रित विवाहको लागि परमेश्वरको वचन, क्षमता र शक्तिमात्र साँचो स्रोत मानेर जिउँछ । **यूहन्ना १४:६, १ कोरिन्थी १:३०**

विश्वासमा निर्भर जीवन

खीष्ट केन्द्रित विवाहको लागि विश्वासद्धार परमेश्वरमा भरोसा गर्दै र उहाँमा निर्भर भएर जिउँछ । **यूहन्ना १५:५**

परमेश्वरको सहायताको साथमा स्वःपरिवर्तन

परमेश्वरको वचन र उहाँको सहायता लिएर आफैलाई आफू र आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीको परिवर्तनको कारण वा कारक तुल्याउँछ ।

झगडा वा द्वन्द्व आफैले समाधान गर्छ

वैवाहकि समस्या वा झगडालाई मानवीय तरिकाहरु, सुत्रहरु, प्रयोग गरी आफ्नो स्वःप्रयासद्धार समाधान गर्छन् ।

शारीरिक अधिकारहरु आपेक्षाहरु

विवाहमा आफ्ना शारीरिक अधिकारहरु र आपेक्षाहरु पूरा हुनुपर्छ भनी दाबी गर्छन् ।

अपूरो खाँचोहरु आफैद्धार पूरा गर्छन्

परमेश्वरले नै राखिदिनु भएका खाँचोहरु श्रीमान् वा श्रीमती वा अरु मानिसद्धार पूरा गर्ने प्रयास गर्छन् ।

शारीरिक व्यवहारद्धार पहिचानको निर्धारण

तपाईको शारीरिक व्यवहारद्धार नै तपाईको र तपाईको श्रीमान् श्रीमतीको पहिचान निर्धारण गरिन्छ भनी विश्वास गर्छन् ।

आफूमा केन्द्रित विवाहको परिणामहरु

- अपूरो खाँचोहरु रहिरहन्छ ।
- एक अर्काको शारीरिक व्यवहारसँग सामाना
- अपरिवर्तित विवाह
- वैवाहिक झगडा वा समस्या यथावत

परिवर्तनका कारण र कारक परमेश्वरमा

परमेश्वरलाई आफ्नो र आफ्नो श्रीमान् वा श्रीमतीको परिवर्तनको कारण वा कारक हुनुहुन्छ भनी विश्वास गर्छ । **फिलिप्पी १:६**

खीष्टमा समस्या समाधान

वैवाहिक द्वन्द्व वा समस्याको समाधानको लागि परमेश्वरको वचन र शक्तिलाई निम्त्याउँछ । **यूहन्ना ८:३२, एफिसी १:१९,२०**

खीष्टमा अधिकारहरु/आपेक्षाहरु

आफ्ना शारीरिक अधिकार र अव्यवहारिक आपेक्षाहरुको लेखि मर्नं । **२ कोरिन्थी ४:१**

अपूरो खाँचोहरु खीष्टद्धार पूरा गर्छन्

परमेश्वरले राखिदिनु भएका खाँचोहरु पूरा हुनको लागि खीष्टलाई निम्त्याउँछन् **२ कोरिन्थी ४:११**

तपाईको साँचो पहिचानको खीष्टमा

खीष्टमा तपाईको साँचो पहिचान अनुसार तपाई जो हुनुहुन्छ, त्यही अनुसार जिउनु । **२ कोरिन्थी ५:१७**

खीष्टमा केन्द्रित विवाहको परिणामहरु

- खीष्टलाई स्रोत मानेर वैवाहिक जीवन जिउँछन् ।
- खीष्टमा तपाईको साँचो पहिचान अनुसार जिउँछन् ।
- शारीरिक व्यवहारको सद्दामा खीष्टको

अन्तिम

अब तपाई खीष्ट केन्द्रित विवाहको मुख्य चाबी चाहिँ परमेश्वरमा भर पर्नु हो भन्ने कुरा बुभ्नु भएको छ भनी म विश्वास गर्दछु । यसैकारण येशूले भन्नुभयो "बाटो म नै हुँ" । खीष्ट बाहेक अरु कुनै कुरा वा व्यक्तिद्धार खीष्ट केन्द्रित विवाहको अनुभव गर्न सकिदैन । यसैकारण, तपाई विश्वासद्धार परमेश्वरलाई निम्त्याउने कुरामा ईच्छुक होस् र तपाईले यो कहिल्यै पनि हुन सक्दैन भन्ने अर्थात् तपाईले असम्भव देख्नुभएको कुराहरुमा परमेश्वरले नै तपाईको हेरचाह गर्नुभएको होस् वा पुरा गर्नुहोस् भनी तपाईको लागि म यही प्रार्थना गर्दछु । वास्तवमा अन्तमा त्यो स्थान वा अवस्थामा पुग्नुभएको होस् जहाँ तपाईले पनि पावलसँगै यो भन्न सक्नुहुनेछ :

"उहाँलाई जसले हामीभित्र काम गर्ने उहाँको शक्ति अनुसार हामीले मागेको वा चिताएको भन्दा ज्यादै प्रशस्त मात्रामा गर्न सक्नुहुन्छ ।" एफिसी ३:२०

अब म यहाँ देखि कहाँ जाने ?

म तपाई र तपाईको श्रीमान् वा श्रीमतीलाई मैले लेखेको "खीष्टमा परिवर्तित जीवन जिउनु" भन्ने यस अध्ययनको चौथो भागद्धार निरन्तर यस्तै सत्यहरु सिकिरहनुहोस् भनी उत्साह दिन चाहन्छु ।

यदि तपाई त्यो अध्ययन गर्न चाहनुहुन्छ भने तपाईले हाम्रो सेवकाईको www.christislifeministries.com वेबसाइट खोलेर भण्डार विभागमा हेर्न सक्नुहुन्छ । तपाईले "खीष्टमा परिवर्तित जीवन जिउनु" भन्ने श्रृङखल देख्नुहुनेछ । तपाईले यसको मूनि पाठ्यक्रमको चौथो भाग भनेर लेखेको देख्नुहुनेछ । तपाईले अनलाइन मार्फत खरिद गर्न सक्नुहुन्छ वा यसको तल उल्लृखित इमेलमा सम्पर्क गरी उक्त भाग मगाउन सक्नुहुन्छ अथवा तपाईले यी सामग्रीहरु सितैमा डाउनलोड गरी तपाईले चाहे जति निकाल्न सक्नुहुन्छ । यी अध्ययनहरुबाट तपाईले निरन्तर रुपमा परमेश्वरले तपाईको लागि राखिदिनुभएका आशिषहरु अर्थात् प्रतिज्ञा अनुभव गर्नुहुनेछ भनी म आशा गर्दछु ।

खीष्ट नै जीवन सेवकाई

वेबसाइट : **www.christislifeministries.com**

इमेल : **bill@christislifeministries.com**