जूमे (ZÚME)

जूमे (ZÚME) निर्देशिका पुस्तक

विषयसूची

स्वागत, ३
एस.ओ.ए.पि.एस बाइबल अध्ययन, ४
जवाफदेहीता झुण्डहरु, ४
प्रार्थना चक्र, ७
१०० को सूची, ८
परमेश्वरको कथा (सुसमाचार), १२
सृष्टिदेखि न्याससम्म, १२
बप्तिस्मा, १४
३ मिनेट गवाही, १५
प्रभु भोज, १६
प्रार्थनाको हिँडाई, १७
ब्लेस (B.L.E.S.S.) प्रार्थना, १८
३/३ झुण्डहरु ढाँचा, २०
तालिम चक्र, २२
अगुवापन कक्षहरु, २४
३ महिने योजना, २५
कोचिङ जाँच सूची, २७
पियर मेन्टोरिङ झुण्डहरु, २९
क्षेत्रहरु निदान, ३०
सरल मण्डली पुस्ताको नक्सा, ३१
परिशिष्ट, ३२

जूमे (ZÚME) तालिममा स्वागत छ

तपाईँयहाँ हुनुभएकोमा हामी धेरै खुशी छौँ।

जूमे (ZÚME) तालिम येशूको महान आज्ञापालन गर्न र वृद्धि गराउने चेलाहरु बनाउन सिक्नको लागि उहाँलाई पछयाउने व्यक्तिहरुका सानो झूण्डहरुमा केन्द्रित गरी बनाइएको अनलाईन र जीवन अनुभवद्वारा सिक्ने तालिम हो।

सेसनको ढाँचा

जूमे (ZÚME) तालिममा ९ वटा आधारतभूत सेसनहरु छन् र १ वटा उन्नत (Advanced) सेसन छ जुन (तपाईँले आधारभूत तालिम पूरा गर्नुभए पछि गर्न सक्नुहुन्छ)। प्रत्येक सेसन २ घण्टा लामो हुन्छ जसमा निम्न कुराहरु समावेश हुन्छन्:

- तपाईँको झुण्डलाई चेलाहरु वृद्धि गर्ने आधारभूत सिद्धान्तहरु बुझ्न सहायता गर्न भिडियो र अडियो
- बाँडेको कुराहरु मनन गर्न सहायता गर्नको लागि सामुहिक छलफल
- तपाईँको समुहलाई सिकेका कुराहरु व्यवहारमा लगाउन साधारण अभ्यासहरु
- सेसनहरुका बीचमा पनि निरन्तर सिक्न र वृद्धि हुन सेसनले चूनौति दिन्छ

प्रार्थनाद्वारा सुरु र अन्त्य

तपाइँ र तपाईँको झुण्डको लागि विश्व भरिका येशूलाई पछयाउने धेरै व्यक्तिहरुले पहिला देखि नै प्रार्थना गरिरहेका छन् र तपाइँ यस तालिम लिँदै गर्नु हुँदा हामी निरन्तर प्रार्थना गरिरहने छौँ। तपाईँको झुण्डले पनि निश्चय नै प्रार्थना गर्नुहोस्।

प्रत्येक सेसनको सुरुमा तपाईँको झुण्डको एक जना वा (केही जना) लाई पवित्र आत्माको उपस्थिति र अगुवाइको लागि प्रार्थना गर्न लगाउनुहोस्। उहाँलाई चिन्न र अझ प्रेम गर्न पाउने मौका दिनुभएको लागि परमेश्वरलाई धन्यवाद दिनुहोस्- जुन उहाँले सबैको लागि चाहनुहुन्छ।

प्रत्येक सेसनको अन्त्यमा तपाईँको झुण्डले पटक पटक प्रार्थना गर्ने मौका पाउनुहुनेछ। तपाईँलाई बुझ्न, व्यवहारमा लगाउन, र तपाईँलाई उहाँले सिकाउनुभएको कुराहरु अरुसँग बाँड्न सहायताको लागि परमेश्वरसँग प्रार्थना गर्न नभुल्नुहोला। विशेषगरी तपाईँको झुण्डमा भएको खाँचोहरुको लागि प्रार्थना गर्नुहोस्।

सामुहिक छलफल

तपाईँले सिक्दै गर्नुभएको कुराहरु झुण्डमा बाँड्ने मौका तपाईँले पछि धेरै पाउनुहुनेछ। अन्यथा नभनेसम्म सामुहिक छलफल १० मिनेट भन्दा बढी हुनुहुँदैन। सबै जनालाई भाग लिन र आफ्नो विचार र दृष्टिकोण बाँड्न प्रोत्साहित गर्नुहोस्। झुण्डको कसैद्वारा परमेश्वले बाँड्न चाहनुहुने कुरा नगुमाउनुहोस्।

के कस्तो हुँदैछ जाँच गर्ने

यस तालिम अवधि भर तपाईँहरुले सिक्नुभएका वचनको आज्ञापालन गर्ने र अरुसँग बाँड्ने कार्य कसरी गर्दैहुनुहुन्छ एक-अर्कालाई जाँच गर्न सक्नुहुन्छ। तालिमको यस महत्वपूर्ण भागलाई वेवास्ता नगर्नुहोस् तर होसियार, न्याय गर्ने कामचाँहि नगर्नुहोस्।

अरुलाई वृद्धि हुन सहायता गर्ने भद्र हृदयको लागि परमेश्वरसँग प्रार्थना गर्नुहोस्।

सेसन १

यस सेसनमा तपाईँले जूमे (ZÚME) तालिमको रुपरेखा पाउनुहुनेछ, चेला बनाउने दुई वटा तरिकाहरु सिक्नुहुनेछ, र वृद्धि गर्ने चेलाहरु बनाउने साधारण उपकरणहरु पनि पत्ता लगाउनुहुनेछ।

एस.ओ.ए.पि.एस बाइबल अध्ययन

येशूलाई पछयाउने व्यक्तिहरु भएको कारणले हामीले दैनिक वचन अध्ययन गर्नुपर्दछ। हप्तामा २५-३० अध्याय बाइबल पढ्नु राम्रो हुन्छ। प्रत्येक बाइबल अध्ययनको समयमा एस.ओ.ए.पि.एस ढाँचा प्रयोग गर्नाले तपाईँलाई बुझ्न, आज्ञापालन गर्न, बाँड्न, र अझ धेरै कुराहरुको सहायता मिल्नेछ। एस.ओ.ए.पि.स को अर्थ:

- धर्मशास्त्र (वचन): आज अध्ययन गर्नुभएको वचनमध्ये आफूलाई सबै भन्दा अर्थपूर्ण लागेका एक वा एक भन्दा बढी पदहरु लेख्नुहोस्।
- अवलोकन: उक्त पदहरुमा अवलोकन गर्नुभएको महत्वपूर्ण बुँदाहरु आफ्नै शब्दमा लेख्नुहोस् जसले तपाईँलाई वचनको अर्थ बुझ्न सहायता गर्नेछ।
- अनुप्रयोग: तपाईँको जीवनमा त्यहाँ भनिएको वचन पालन गर्नुको अर्थ के हो मनन गर्नुहोस्। तपाईँले के गर्नुपर्ला ? तपाईँले के कुरा फरक तरिकाले गर्नुपर्ला ? यी कुराहरु लेख्नुहोस्।
- प्रार्थना: तपाईँले के पढ्नुभयो र आज्ञापालन गर्ने र सिकेको वचन व्यवहारमा लगाउने सम्बन्धि के बुझ्नुभयो प्रार्थनाको रुपमा लेख्नुहोस् ।
- बाँड्नु: तपाईँले सिक्नुभएको वचन र ती वचनलाई व्यवहारमा कसरी लगाउँदै हुनुहुन्छ भन्ने कुरा तपाईँले कसलाई सुनाएको चाहनुहुन्छ परमेश्वरसँग सोध्नुहोस्।

अब एस.ओ.ए.पि.स लाई अभ्यास गरौँ।

S - धर्मशास्त्र (वचन): बाइबलले भन्दछ -- "किनकि मेरा विचारहरू तिमीहरूका विचार होइनन्, र तिमीहरूका चाल मेरा चाल होइनन्," परमप्रभु भन्नुहुन्छ। जसरी आकाश पृथ्वीभन्दा अल्गो छ, त्यसरी नै मेरा चाल तिमीहरूका चालभन्दा र मेरा विचार तिमीहरूका विचारभन्दा अल्गा छन्"। यशैया ५५:८-९

O - अवलोकन: मानिस भएको कारणले मैले जान्न सक्ने र गर्न सक्ने कुरा सिमित हुन्छ। परमेश्वर कुनै प्रकारले सिमित हुनुहुन्छ। उहाँले सबै कुरा देख्नुहुन्छ, उहाँलाई सबै कुरा थाहा छ र उहाँले सबै कुरा गर्न सक्नुहुन्छ।

A - अनुप्रयोग: परमेश्वरले सबै कुरा जान्नुहुन्छ र उहाँको मार्ग सबै भन्दा उत्तम भएको कारणले मैले आफैँमा भर पर्नु भन्दा परमेश्वरलाई पछयाएँ भने जीवनमा सफलता पाउँछु।

P - प्रार्थना: प्रभु, असल र तपाईँलाई प्रसन्न तुल्याउने खालको जीवन जिउन र अरुलाई सहायता गर्न मलाई आउँदैन। मेरो मार्गले मलाई गलततिर डोर्याउँछ। मेरो विचारले मलाई चोटतिर डोर्याउँछ। कृपया, मलाई तपाईँको मार्ग र विचार सिकाउनुहोस्। म तपाईँलाई पछयाउँछु, मलाई तपाईँको पवित्र आत्माले मार्गदर्शन गर्नुहोस्।

S - बाँड्नु: म यस वचन र यस वचनलाई कसरी व्यवहारमा लगाउने भन्ने कुरा मेरो साथी स्टिभसँग बाँड्छु जो अहिले संघर्ष गरिराखेको छ र उनलाई महत्वपूर्ण निर्णय लिनको लागि मार्गदर्शनको आवश्यक छ।

जवाफदेहीता झुण्डहरु

जवाफदेहीता समूह एउटै लिङ्गको दुई वा तीन व्यक्तिहरुबाट बन्दछ -- पुरुषसँग पूरुष र महिलासँग महिला- उनीहरु हप्तामा एक पटक भेटेर केही प्रश्नहरुमाथि छलफल गर्छन् जसले सबै कुरा असल भइरहेको क्षेत्रहरु र सुधार ल्याउनुपर्ने क्षेत्रहरु प्रकट गर्छन्। शारीरिक रुपमा एक-अर्कासँग भेट्न

सम्भव भएन भने पनि फोनद्वारा भेटघाट गर्न सक्छन् । झुण्डमा बाँडिएका कुराहरु गोप्य हुनुपर्छ भन्ने कुरा सबैले बुझ्नुपर्दछ ।
क्रियाकलाप (४५ मिनेट) - एउटै लिङ्गको दुई वा तीन व्यक्तिहरुको समुहमा विभाजन हुनुहोस् । ४५ मिनेटसम्म निम्न जवाफदेहीता प्रश्नहरुमा छलफल गर्नुहोस्- निम्न सूची २ । यस सेसन भन्दा अगि तपाईँहरुले सामुहिक अध्ययन नगर्नुभएको हुनाले प्रश्न सूचीमा भएको अघिल्लो अध्ययन सम्बन्धिको प्रश्नहरुलाई वेवास्ता गर्नुहोस् । सूची १ का प्रश्नहरु तालिममा अगि बढ्दै जानुभएपछिको लागि प्रभावकारी हुन्छ ।

जवाफदेहीता प्रश्नहरु - सूची १

हामी येशू जस्तै होऔँ भनि प्रार्थना गर्नुहोस् ।
तपाईँलाई कस्तो छ ? तपाईँको प्रार्थनाको जीवन कस्तो छ ?
तपाईँको स्वीकार गर्नुपर्ने केही पाप छ ? (सम्बन्ध, यौन, आर्थिक, घमण्ड, निष्ठता, शासकको अधीनमा बस्ने सम्बन्धि, आदि)
के तपाईँलाई परमेश्वरले पछिल्लो पटक भन्नुभएको कुराको आज्ञापालन गर्नुभयो ? विस्तृत रुपमा बाँड्नुहोस् ।
तपाईँको सूचीमा भएका विश्वास नगर्ने व्यक्तिहरुका निम्ति तपाईँले यो हप्ता प्रार्थना गर्नुभयो ? तीमध्ये कसैलाई सुसमाचार सुनाउने मौका पाउनुभयो ? विस्तृत रुपमा बाँड्नुहोस् ।
तपाईँले यो हप्ता नयाँ पद कण्ठ गर्नुभयो ? बताउनुहोस् ।
यो हप्ता तपाईँले बाइबलको कम्तिमा पनि २५ अध्यायहरु पढ्नुभयो ?
यो हप्ता उहाँको वचनबाट परमेश्वरले तपाईँलाई के भन्नुभयो ?
त्यस बारेमा तपाईँले विशषे के गर्नुहुनेछ ?
के तपाईँले ३/३ झुण्डसँग यो हप्ता भेट्नुभयो ? कस्तो भयो त ?
तपाईँले यो हप्ता कसैलाई नयाँ ३/३ झुण्ड सुरु गर्नको लागि उदाहरण दिने वा सहायता गर्ने गर्नुभयो ? विस्तृत रुपमा बाँड्नुहोस् ।
ख्रीष्टसँगको मेरो हिँडाईलाई बाधा पुग्ने मेरो जीवनमा तपाईँले केही देख्नुभएको छ ?
तपाईँले यो हप्ता सुसमाचार सुनाउने मौका पाउनुभयो ? विस्तृत रुपमा बाँड्नुहोस् ।
१-३ मिनेटको गवाही बाँड्न र सुसमाचार सुनाउन अहिले नै अभ्यास गर्नुहोस् ।
अर्को हप्ता झुण्डमा कसलाई बोलाउनुहुन्छ ? यदि झुण्डमा ४ वा बढी छन् भने वृद्धि गर्नुहोस् । बाँडिएका कुराहरुलाई ध्यान राख्दै प्रार्थनामा अन्त्य गर्नुहोस् ।

जवाफदेहिता प्रश्नहरु - सूची २

गत हप्ताको अध्ययनद्वारा सिक्नुभएका कुराहरुले तपाईँको सोँच्ने र बाँच्ने तरिकामा के परिवर्तन भएको छ ?
गत हप्ता तपाईँले सिक्नुभएका कुरा कसलाई सिकाउनुभयो र त्यसलाई कसरी ग्रहण गरियो ?
तपाईँले परमेश्वर कसरी काम गर्नुभएको देख्नुभयो ?
तपाईँ बोली र व्यवहार दुवैमा परमेश्वरको महानताको गवाही कसरी बन्नुभएको छ ?
के तपाईँ यौन सम्बन्धि कुनै कुराहरुप्रति आकर्षित हुनुभयो वा अनैतिक सोँचहरुद्वारा तपाईँले आफ्नो विचारलाई मनोरञ्जन दिनुभयो ?
के तपाईँले पैसाको प्रयोग गर्नुहुँदा परमेश्वरको स्वामित्वमा गर्नुभयो ?
के तपाईँले कुनै कुराको लालच गर्नुभएको छ ?
के तपाईँले बोलीद्वारा कसैको मन दुखाउनुभएको छ वा कसैको चरित्र हत्या गर्नुभएको छ ?
के तपाईँले बोली वा व्यवहारमा बेइमानी गर्नुभएको छ वा केही कुरालाई अनावश्यक बढाई-चढाई गर्नुभएको छ ?
के तपाईँ कुनै लत (वा आलस्यपन वा अनाज्ञाकारिता)मा आफैँलाई सुम्पनुभएको छ ?
के तपाईँ कपडा, साथीहरु, काम, वा सम्पत्तिको दास हुनुभएको छ ?
के तपाईँ कसैलाई क्षमा दिनमा चुक्नुभएको छ ?
तपाईँले कस्तो प्रकारको चिन्ताहरु सामना गर्दैहुनुहुन्छ ? के तपाईँले गुनासो वा गनगन गर्नुभएको छ ?

के तपाईँले धन्यवादी हृदय कायम राख्नुभएको छ ?
के तपाईँको महत्वपूर्ण सम्बन्धहरुमा तपाईँले आदर गर्ने, बुझ्ने, र दिने काम गर्दैहुनुहुन्छ ?
तपाईँले विचार, बोली, र व्यवहारमा कस्तो परिक्षाहरु सामना गर्नुभयो र तपाईँले कसरी प्रतिक्रिया दिनुभयो ?
के तपाईँले मौका लिएर अरु व्यक्तिहरुलाई, विशेषगरी, विश्वासीहरुलाई सेवा गर्ने वा आशिष् दिने काम गर्नुभयो ?
के तपाईँले कुनै प्रार्थनाको विशेष उत्तर दिइएको देख्नुभएको छ ?
यस हप्ताको अध्ययन तपाईँले पूरा गर्नुभयो ?

सेसन २

सेसनमा तपाईँको झुण्डले परमेश्वरको राज्यमा उत्पादक र उपभोक्ताको फरक सिक्नुहुनेछ। चेला वृद्धिको लागि दुई वटा साधारण उपकरणहरु सिक्नुहुनेछ र अभ्यास गर्नुहुनेछ।

प्रार्थना चक्र

प्रार्थना चक्र, प्रार्थना गर्न अभ्यास गर्ने एक सरल उपकरण हो। यो तपाईँ आफैं प्रयोग गर्न सक्नुहुन्छ र अरु विश्वासीहरुसँग पनि बाँड्न सक्नुहुन्छ। केवल १२ वटा सरल चरणहरुमा- प्रत्येक कुरा ५ मिनेट- प्रार्थना चक्रले बाइबलमा सिकाइएको जसरी १२ वटा चरणहरुमाा प्रार्थना गर्न सिकाउँछ। अन्त्यमा, तपाईँले एक घण्टा प्रार्थना गर्नुभएको हुनेछ।

प्रशंसा: तपाईँको प्रार्थनाको समय परमेश्वरलाई प्रशंसा दिएर सुरु गर्नुहोस्। अहिले तपाईँको विचारमा भएका कुराहरुको लागि प्रशंसा गर्नुहोस्। यो हप्तामा उहाँले तपाईँको जीवनमा गर्नुभएको एउटा विशेष कुराको लागि प्रशंसा गर्नुहोस्। तपाईँको परिवारप्रति उहाँको भलाईको लागि प्रशंसा गर्नुहोस्।

प्रतिक्षा: परमेश्वरमा प्रतिक्षा गर्दै समय बिताउनुहोस्। शान्त रहनुहोस् र तपाईँलाई भन्नको लागि केही कुराहरु जम्मा गर्न दिनुहोस्।

स्वीकार: तपाईँको जीवनमा उहाँलाई प्रसन्न नबनाउने केही कुराहरु छन् भने देखाउनुहोस् भनि पवित्र आत्मालाई भन्नुहोस्। तपाईँले स्वीकार गर्न बाँकी गलत चरित्रहरु वा कुनै विशेष व्यवहार छ भने देखाउनुहोस् भनि भन्नुहोस्। शुद्ध हुनको निम्ति ती कुराहरु परमेश्वरसँग स्वीकार गर्नुहोस्।

वचन अध्ययन: भजनसंग्रहहरु, अगमवाणीहरु, र नयाँ करारमा भएका प्रार्थना सम्बन्धि वचनहरु अध्ययन गरेर समय बिताउनुहोस्।

माग्नु: आफ्नै लागि निवेदन गर्नुहोस्।

मध्यस्थता: अरुको लागि निवेदन गर्नुहोस्।

वचनद्वारा प्रार्थना: विशेष पदहरु दाबी गर्नुहोस्। वचनद्वारा प्रार्थना र केही भजनसंग्रहहरु यस उद्देश्यको लागि प्रयोग गर्न सक्नुहुन्छ।

धन्यवाद दिने: तपाईँको जीवनमा भएको कुराहरुको लागि परमेश्वरलाई धन्यवाद दिनुहोस्, आफ्नो परिवार र मण्डलीको तर्फबाट पनि।

गाउने: प्रशंसा वा आराधना, वा अन्य भजनहरु वा आत्मिक गान गाउनुहोस्।

मनन: परमेश्वरलाई तपाईँसँग बोल्नुहोस् भन्नुहोस्। उहाँले भन्नुभएको कुरा लेख्न कलम र कापी तयार राख्नुहोस्।

सुन्ने: तपाईँले अध्ययन गर्नुभएका कुरा, प्रार्थना गर्नुभएको कुरा र गाउनुभएको भजनहरुको बारेमा मनन गर्नुहोस् र ती सबै कुराहरुलाई समिश्रणमा ल्याउनुभएर परमेश्वरले तपाईँसँग कसरी बोल्नुहुन्छ हेर्नुहोस्।

प्रशंसा: तपाईँले उहाँसँग बिताउनुभएको समयको लागि र उहाँले तपाईँलाई दिनुभएको प्रभावको लागि प्रशंसा गर्नुहोस् । उहाँको महिमित गुणहरुको लागि प्रशंसा गर्नुहोस्।

क्रियाकलाप (६० मिनेट) - अबको ६० मिनेट सबै जनाले प्रार्थना चक्रको प्रत्येक अभ्यास गर्दै बिताउनुहोस्। झुण्डको सबै जना फेरि सँगै भेला हुने समय तोक्नुहोस्। सबै जनालाई झुण्डमा फेरि फर्कनु भन्दा अगि एकान्तमा प्रार्थना गर्ने समय दिनुहोस्।

१०० को सूची

तपाईँलाई दिइएको सम्बन्धहरु तपाईँको जिम्मेवारी हुन् भन्ने कुरा तपाईँले कहिल्यै सोँच्नुभएको छ ? १०० को सूची तपाईँको सम्बन्धहरुप्रति तपाईँलाई जिम्मेवार बनाउने एक साधारण उपकरण हो।

हामी “जान र चेला बनाउनको” लागि उहाँले हामीलाई सम्बन्धहरु दिइसक्नुभएको छ । ती सम्बन्धहरु हाम्रा परिवार, साथीहरु, छिमेकीहरु, सहकर्मी, र सहपाठीहरु हुन् । हुनसक्छ हामीले हाम्रो जीवनभर चिनेका व्यक्तिहरु वा भर्खरै चिनेकाहरु । परमेश्वरले हामीलाई दिइसक्नुभएका व्यक्तिहरुप्रति असल भण्डारे हुनु नै चेला वृद्धि गर्ने पहिलो ठूलो चरण हो। यो सूची बनाउने साधारण चरणबाट सुरु गर्न सकिन्छ।

क्रियाकलाप (३० मिनेट)- झुण्डमा भएका सबै जनालाई अबको ३० मिनेट तल दिइएको सम्बन्धको सूची भर्न लगाउनुहोस्। प्रत्येक रेखामा एक जनाको नाम र उक्त व्यक्तिको आत्मिक स्तर चेला (येशूलाई पहिलादेखि नै पछ्याउने व्यक्ति), अविश्वासी (येशू ख्रीष्टलाई नपछ्याउने व्यक्ति) वा “अनिश्चित् व्यक्ति”।

यदि कसैलाई सूची पूरा गर्ने समय पुगेन भने पछि पूरा गर्न सक्छन्।

याद गर्नुहोस् - सूचीमा भएका व्यक्तिहरु तपाईँले सम्पर्क गर्न सक्ने र तपाईँसँग निरन्तर र लामो सम्बन्ध भएको हुनुपर्छ।

100 को सूची

1. जोन डोई	☐ चेला	☐ अविश्वासी	■ अनिश्चित

1. ______	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
2. ______	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
3. ______	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
4. ______	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
5. ______	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
6. ______	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
7. ______	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
8. ______	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
9. ______	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
10. ______	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
11. ______	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
12. ______	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
13. ______	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
14. ______	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
15. ______	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
16. ______	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
17. ______	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
18. ______	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
19. ______	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
20. ______	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
21. ______	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
22. ______	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
23. ______	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
24. ______	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
25. ______	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
26. ______	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
27. ______	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
28. ______	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
29. ______	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
30. ______	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
31. ______	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित

32. ______	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
33. ______	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
34. ______	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
35. ______	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
36. ______	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
37. ______	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
38. ______	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
39. ______	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
40. ______	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
41. ______	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
42. ______	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
43. ______	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
44. ______	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
45. ______	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
46. ______	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
47. ______	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
48. ______	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
49. ______	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
50. ______	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
51. ______	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
52. ______	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
53. ______	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
54. ______	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
55. ______	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
56. ______	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
57. ______	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
58. ______	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
59. ______	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
60. ______	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
61. ______	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
62. ______	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
63. ______	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
64. ______	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
65. ______	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित

66. ____________________	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
67. ____________________	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
68. ____________________	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
69. ____________________	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
70. ____________________	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
71. ____________________	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
72. ____________________	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
73. ____________________	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
74. ____________________	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
75. ____________________	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
76. ____________________	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
77. ____________________	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
78. ____________________	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
79. ____________________	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
80. ____________________	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
81. ____________________	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
82. ____________________	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
83. ____________________	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
84. ____________________	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
85. ____________________	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
86. ____________________	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
87. ____________________	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
88. ____________________	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
89. ____________________	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
90. ____________________	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
91. ____________________	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
92. ____________________	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
93. ____________________	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
94. ____________________	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
95. ____________________	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
96. ____________________	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
97. ____________________	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
98. ____________________	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
99. ____________________	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित
100. ____________________	☐ चेला	☐ अविश्वासी	☐ अनिश्चित

सेसन ३

यस सेसनमा हामी परमेश्वरको अर्थतन्त्र कसरी काम गर्छ र परमेश्वरले दिनुभएको कुराहरुप्रति विश्वासयोग्य हुनेहरुमाथि परमेश्वरले अझ लगानी गर्नुहुन्छ भन्ने सम्बन्धमा सिक्नेछौँ।

परमेश्वरको कथा (सुसमाचार)

येशूले भन्नुभयो, "तर पवित्र आत्मा तिमीहरूमा आउनुभएपछि तिमीहरूले शक्ति पाउनेछौ, र तिमीहरू यरूशलेममा, सारा यहूदियामा, सामरियामा र पृथ्वीको अन्तिम छेउसम्म मेरा साक्षी हुनेछौ"।

येशूले आफ्नो चेलाहरुमाथि विश्वास गर्नुभयो। उनीहरुलाई उहाँको कथा सुनाउनको लागि विश्वास गर्नुभयो। उनीहरुलाई उहाँको कथा सुनाउन संसार भरी पठाउनुभयो। आज उहाँले हामीलाई पठाउँदै हुनुहुन्छ।

परमेश्वरको कथा (जसलाई सुसमाचार पनि भनिन्छ) सुनाउने "सबै भन्दा उत्तम एउटा" तरिका छैन किनकि उत्तम तरिका तपाईँले कसलाई सुनाउँदै हुनुहुन्छ भन्नेमा आधारित हुन्छ। प्रत्येक चेलाले वचनसँग मेल खाने र सुन्ने व्यक्तिलाई सान्दर्भिक हुने तरिकाले परमेश्वरको कथा सुनाउने तरिका सिक्नुपर्दछ।

परमेश्वरको कथा- सृष्टिदेखि न्यायसम्म

परमेश्वरको सुसमाचार सुनाउने एउटा तरिका हो सृष्टिदेखि न्यायसम्म सुनाउने- मानिस जातिको उत्पत्तिदेखि समयको अन्त्यसम्म।

जब हामी यस तरिकाले परमेश्वरको कथा बाँडछौँ, सुन्ने व्यक्तिलाई ध्यानमा राखी लामो, छोटो, विस्तृत रुपमा, वा सामान्य जानकारी मात्रै दिन सक्छौँ।

विभिन्न सँस्कृति, विश्व दृष्टिकोण भएका मानिसहरुका माझमा यस कथा सुनाउँदा तपाईँले हातको प्रयोगद्वारा सिक्न र सिकाउन सजिलो बनाउन सक्नुहुन्छ।

परमेश्वरको सुसमाचारको कथा यस प्रकार छ:

"आदिमा परमेश्वरले सारा संसार र संसारमा भएका सबै कुरा सृष्टि गर्नुभयो। उहाँले पहिलो पुरुष र पहिलो स्त्री बनाउनुभयो। उहाँले उनीहरुलाई सुन्दर बगैँचामा राख्नुभयो। उहाँले उनीहरुलाई उहाँको परिवारको सदस्यहरु बनाउनुभयो र उनीहरुको परमेश्वरसँग नजिकको सम्बन्ध थियो। उहाँले उनीहरुलाई अनन्तसम्म बाँच्नको लागि बनाउनुभयो। त्यहाँ मृत्यु थिएन।"

"सिद्ध ठाउँमा पनि मानिसले परमेश्वर विरुद्ध पाप गरे र संसारमा कष्ट आयो। परमेश्वरले मानिसलाई बगैँचाबाट निकालिदिनुभयो। मानिस र परमेश्वरबीचको सम्बन्ध टुट्यो। अब मानिसले मृत्यु सामना गर्नुपर्‍यो।"

"सयौँ वर्ष परमेश्वरले संसारमा सन्देशवाहकहरु पठाइरहनुभयो। उनीहरुले मानिसलाई तिनीहरुका पापको स्मरण दिलाए। साथै, परमेश्वरको विश्वासयोग्यता र संसारमा मुक्तिदाता पठाउने प्रतिज्ञाको बारेमा पनि बताए। मुक्तिदाताले मानिस र परमेश्वरबीचको घनिष्ट सम्बन्धलाई पुनर्स्थापना गर्नुहुनेछ। मुक्तिदाताले मानिसलाई मृत्युबाट बचाउनुहुनेछ। मुक्तिदाताले अनन्त जीवन दिनुहुनेछ र मानिससँगै सदा रहनुहुनेछ।"

"परमेश्वरले हामीलाई यति धेरै प्रेम गर्नुहुन्छ कि ठिक समय आएपछि उहाँले आफ्नो पुत्र संसारमा मुक्तिदाताको रुपमा पठाउनुभयो।"

“येशू परमेश्वरको पुत्र हुनुहुन्थ्यो। उहाँ एक कन्यबाट जन्मिनु भयो। उहाँले सिद्ध जीवन जिउनुभयो। उहाँले कहिल्यै पाप गर्नुभएन।”

“येशूले मानिसहरुलाई परमेश्वरको बारेमा सिकाउनुभयो। उहाँले कयौँ आश्चर्यकर्महरुद्वारा आफ्नो शक्ति प्रकट गर्नुभयो। उहाँले धेरै भुतात्मा धपाउनुभयो। उहाँले धेरै व्यक्तिहरुलाई निको पार्नुभयो। उहाँले अन्धोलाई देख्ने बनाउनुभयो। उहाँले बहिरोलाई सुन्ने बनाउनुभयो। उहाँले लङ्गडोलाई हिँड्ने बनाउनुभयो। येशूले मरेकालाई पनि बौरी उठाउनुभयो।”

“धेरै धर्मगुरुहरुले उहाँलाई **धम्कीको** रुपमा हेरे र उहाँप्रति इर्ष्य गरे। उनीहरुले उहाँलाई मार्न चाहन्थे। उहाँले कहिल्यै पाप नगर्नुभएको कारणले उहाँ मर्नुपर्ने थिएन। तर हाम्रो खातिर **बलिको** रुपमा उहाँले मर्न रोज्नुभयो। उहाँको कष्टमय मृत्युले मानिस जातिको पाप ढाक्यो। त्यसपछि, येशू चिहानमा गाडिनुभयो।”

“येशू ख्रीष्टको बलिदान परमेश्वरले देख्नुभयो अनि स्वीकार गर्नुभयो। स्वीकार्नु भएको कुरा उहाँले येशू ख्रीष्टलाई तेश्रो दिनमा बौरी उठाउनुभएर देखाउनुभयो।”

“परमेश्वरले भन्नुहुन्छ यदि हामीले येशू ख्रीष्टको बलिदानलाई **विश्वास** र **स्वीकार** गर्‍यौं भने-- यदि हामी आफ्नो पापबाट **फर्केर** येशू ख्रीष्टलाई पछयाउँछौँ भने परमेश्वरले हामीलाई सबै पापबाट शुद्ध पार्नुहुन्छ र उहाँको परिवारमा स्वागत गर्नुहुन्छ। येशू ख्रीष्टलाई पछयाउन हामीलाई सहायता गर्न परमेश्वरले हामी भित्र **पवित्र आत्मा** पठाउनुहुन्छ। हाम्रो **पुनस्थापित** सम्बन्ध देखाउन र पक्का गर्न हामी पानीको बप्तिस्मा लिन्छौँ। मृत्युको प्रतीकको रुपमा हामी पानी मुनि **गाडिन्छौँ**। **नयाँ जीवनको** प्रतीकको रुपमा हामी पानीबाट येशू ख्रीष्टलाई पछयाउनको लागि बौरी उठ्छौँ।”

“येशू ख्रीष्टको पुनरुत्थानपछि संसारमा ४० दिन बिताउनुभयो। सबैतिर गएर संसारको सबै जनालाई सुसमाचार सुनाउनु भनि येशू ख्रीष्टले आफ्ना चेलाहरुलाई सिकाउनुभयो।”

“येशूले भन्नुभयो- जाओ, र सबै देशका जातिहरूलाई **चेला बनाओ**, पिता र पुत्र र पवित्र आत्माको नाउँमा तिनीहरूलाई **बप्तिस्मा देओ**, मैले तिमीहरूलाई आज्ञा गरेका सबै कुरा पालन गर्न तिनीहरूलाई **सिकाओ**। हेर, म युगको अन्त्यसम्म सधैँ तिमीहरूका साथमा छु। अनि उनीहरुकै आँखा अगि येशू ख्रीष्ट माथि उचालिनुभयो।”

“येशू ख्रीष्ट जसरी जानुभयो, त्यसरी नै एकदिन फेरि उहाँ **आउनुहुनेछ**। उहाँलाई प्रेम नगर्ने र आज्ञापालन नगर्नेहरुलाई उहाँले **अनन्तको दण्ड** दिनुहुनेछ। उहाँलाई प्रेम गर्ने र उहाँको आज्ञापालन गर्नेहरुलाई उहाँले **स्वीकार्नुहुनेछ** र **अनन्तको इनाम** दिनुहुनेछ। हामी उहाँसँगै नयाँ स्वर्ग र नयाँ संसारमा **अनन्तसम्म बाँच्नेछौँ**।”

“मेरो लागि गरिएको बलिदान म **विश्वास** र **स्वीकार** गर्छु। उहाँले मलाई शुद्ध पार्नुभयो र परमेश्वरको परिवारमा पुनर्मिलाप गराउनुभयो। उहाँले मलाई प्रेम गर्नुहुन्छ, म उहाँलाई प्रेम गर्छु अनि अनन्तको लागि उहाँसँगै उहाँको राज्यमा रहनेछु।”

“परमेश्वरले तपाईँलाई प्रेम गर्नुहुन्छ र तपाईँले पनि यो उपहार स्वीकार गरेको चाहनुहुन्छ। के तपाईँ अहिले यो निर्णय गर्न चाहनुहुन्छ ?”

क्रियाकलाप (४५ मिनेट)- दुई वा तीन जनाको झुण्ड बनाउनुहोस् र अबको ४५ मिनेट परमेश्वरको कथा सुनाउने अभ्यास गर्नुहोस्। तपाईँको १०० को सूचीबाट “अविश्वासी” वा “अनिश्चित” वर्गमा भएका ५ जना छान्नुहोस्। कसैलाई यी प्रत्येक व्यक्तिहरुमध्ये एक भएको नाटक गरी त्यस व्यक्तिलाई सान्दर्भिक हुने तरिकाले परमेश्वरको कथा बाँड्ने अभ्यास गर्नुहोस्।

तपाईँले सृष्टिदेखि न्यायसम्मको कथा प्रयोग गर्न सक्नुहुन्छ वा तपाईँले सुनाउने व्यक्तिलाई प्रभावकारी हुने प्रकारको अरु तरिका अपनाउन सक्नुहुन्छ। तपाईँले सुनाईसक्नुभएपछि अर्को व्यक्तिको लागि तपाईँ दर्शक भएको नाटक गर्दै अर्को व्यक्तिलाई अभ्यास गर्न दिनुहोस्। तपाईँले अभ्यास गर्नुभइसकेपछि तपाईँ परमेश्वरको कथा बाँड्नको निम्ति तयार हुनुहुनेछ।

बप्तिस्मा

येशू ख्रीष्टले भन्नुभयो—"जाओ, र सबै देशका जातिहरूलाई चेला बनाओ, पिता र पुत्र र पवित्र आत्माको नाउँमा तिनीहरूलाई बप्तिस्मा देओ..."

बप्तिस्मा- वा मौलिक ग्रीक भाषामा बप्तिजोको अर्थ भिज्नु वा डुब्नु हो- जस्तो कि जब तपाईंले कपडा रङ्गमा डुबाउनुहुन्छ, र त्यो रगंमा भिज्छ अनि बाहिर रुपान्तरण भएर निस्किन्छ। बप्तिस्मा नयाँ जीवनको चित्रण हो, जहाँ हामी येशू ख्रीष्टको पहिचानमा भिज्छौँ अनि परमेश्वरको आज्ञाकारितामा रुपान्तरण हुन्छौँ। यो हाम्रो पापको लेखि मृत्युको चित्रण हो जसरी येशू ख्रीष्ट हाम्रो पापको लागि मर्नुभयो, हाम्रो पूरानो आचरणको दफन हो, जसरी येशू ख्रीष्ट हाम्रो लागि दफन हुनुभयो, नयाँ जीवनमा नयाँ भएर जन्मिनु हो जसरी येशू ख्रीष्ट बौरी उठ्नुभयो र आज उहाँ जीवित हुनुहुन्छ।

यदि तपाईंले पहिला कसैलाई बप्तिस्मा दिनुभएको छैन भने अलि डर लाग्न सक्छ तर डराउनु पर्दैन। बप्तिस्मा दिनको लागि सरल चरणहरु :

१. नयाँ चेला डुबाउन मिल्नेसम्मको पानीको तलाऊ खोज्नुहोस्। पोखरी, ताल, नदी, वा समुन्द्र जे सुकै हुनसक्छ। वा नुहाउने बाथटब हुनसक्छ अथवा अन्य प्रकारले जम्मा गरेको पानीको तलाऊ।

२. बप्तिस्मा लिने व्यक्तिलाई तपाईंको एउटा हात समात्न दिनुहोस्। तपाईंको अर्को हातले व्यक्तिको पछाडि आँड दिनुहोस्।

३. उनीहरुले आफैंले लिँदै गरेको निर्णयको बारेमा पूर्ण रुपमा बुझेका छन् कि छैनन् जान्नलाई दुई वटा प्रश्नहरु सोध्नुहोस्।

> "तपाईंले ख्रीष्ट येशूलाई आफ्नो प्रभु र मुक्तिदाता भनि स्वीकार्नु भएको छ?"
> "अब तपाईंले उहाँलाई आफ्नो बाँकी जीवनभर राजाको रुपमा सेवा र आज्ञापालन गर्नुहुनेछ?"

४. यदि दुबै प्रश्नहरुको जवाफ "छ" आयो भने यसो भन्नुहोस् :

> "तपाईंले येशू ख्रीष्टमा आफ्नो विश्वास स्वीकार गर्नुभएको कारणले म तपाईंलाई पिता, पुत्र, र पवित्र आत्माको नाउँमा बप्तिस्मा दिन्छु"।

५. उनीहरुलाई पानीमा पूर्ण रुपमा डुब्न सहायता गर्नुहोस् र फेरि पानीबाट बाहिर निकाल्नुहोस्।

बधाई छ ! तपाईंले येशू ख्रीष्टलाई पछयाउने नयाँ व्यक्तिलाई बप्तिस्मा दिनुभएको छ- स्वर्गको नयाँ नागरिक- जीवित परमेश्वरको नयाँ सन्तान। यो उत्सव मनाउने समय हो।

याद गर्नुहोस् (महत्वपूर्ण) - तपाईंको झुण्डले सेसन ०४ को समयमा प्रभु भोज लिनुहुनेछ। प्रभु भोजको लागि चाहिने सामाग्रीहरु (रोटी र दाखमद्य वा जूस) तयार पार्न नभुल्नुहोला।

सेसन ४

यस सेसनमा हामी प्रत्येक चेला वृद्धि हुनु परमेश्वरको योजना हो भन्ने विषयमा सिक्नेछौँ ! हामीले पत्ता लगाउँछौँ कि कहिलेकाहीँ सबै भन्दा विश्वासयोग्य चेलाहरु सोँच्दै-नसोँचेको ठाउँहरुबाट आउँछन् । र हामीले परमेश्वरको परिवारमा अरुलाई ल्याउनको लागि अर्को प्रभावकारी उपकरण भनेको हाम्रो कथा बाँड्ने हो जुन अत्ति नै साधारण छ भन्ने विषयमा पनि सिक्नेछौँ ।

तीन मिनेटको गवाही

येशूले आफ्नो चेलाहरुलाई भन्नुभयो- "तिमीहरू यी नै कुराका साक्षी हौ" ।

येशू ख्रीष्टलाई पछयाउने व्यक्तिहरु भएका कारण हामी "साक्षीहरु" पनि हौँ- हाम्रो जीवनमा येशूले गर्नुभएका कुराहरुका गवाही दिँदै । परमेश्वरसँगको तपाईँको सम्बन्धको कथालाई तपाईँको गवाही भनिन्छ । सबैको आफ्नै कथा हुन्छ । तपाईँको गवाही बाँड्नु तपाईँको कथा बाँड्न अभ्यास गर्ने मौका हो ।

तपाईँले आफ्नो कथा अनगिन्ति प्रकारले बनाउन सक्नुहुन्छ तर हामीले प्रभावकारी देखेका तरिका यस प्रकारको छ :

- **साधारण वाक्य :** साधारण वाक्यमा तपाईँले येशू ख्रीष्टलाई किन पछयाउने छनौट गर्नुभयो बताउनुहोस् । नयाँ विश्वासीलाई यो बताउँदा प्रभावकारी हुन्छ
- **पहिले र अहिले :** तपाईँले येशू ख्रीष्टलाई पछयाउनु अगि र पछिको आफ्नो कथा बाँड्न सक्नुहुन्छ - येशू ख्रीष्टलाई चिन्नु अगि तपाईँको जीवन कस्तो थियो र अहिले तपाईँको जीवन कस्तो छ ? सरल र शक्तिशाली ।
- **सँग र बिना :** तपाईँले आफ्नो "सँग" र "बिना" कथा बाँड्न सक्नुहुन्छ । तपाईँको जीवन "येशूसँग" र "येशूबिना" कस्तो हुन्छ बताउनुहोस् । यदि तपाईँले सानैमा येशू ख्रीष्टमा विश्वास गर्नुभएको हो भने यो तरिका प्रभावकारी हुन्छ ।

जब तपाईँले बाँड्नुहुन्छ यो तीन-भागको एक प्रक्रिया हो भनि सम्झिनुभयो भने सजिलो हुन्छ :

- **उनीहरुको कथा :** तपाईँ बोलिरहनुभएको व्यक्तिको आत्मिक यात्राको बारेमा बाँड्न अनुरोध गर्नुहोस् ।
- **तपाईँको कथा :** उनीहरुको अनुभव सान्दर्भिक बनाएर तपाईँले आफ्नो कथा बाँड्नुहोस् ।
- **परमेश्वरको कथा :** अन्त्यमा, उनीहरुको विचार, मान्यता, र प्राथमिकताहरुलाई ध्यानमा राख्दै परमेश्वरको कथा सुनाउनुहोस् ।

तपाईँको गवाही लामो हुनुपर्दैन र विस्तृत बनाउनु पर्दैन । वास्तवमा, तपाईँले आफ्नो गवाही ३ मिनेटको हाराहारीमा राख्नुभयो भने सुन्ने व्यक्तिलाई प्रश्न गर्न र गहिरिएर सोँच्न समय बाँकी हुन्छ ।

कसरी सुरु गर्ने भनेर तपाईँ चिन्तित हुनुहुन्छ भने- सरल राख्नुहोस् । परमेश्वरले तपाईँको कथालाई अरुको जीवन परिवर्तन गर्न प्रयोग गर्नुहुन्छ र याद गर्नुहोस् -तपाईँको कथा बाँड्ने मौका तपाईँले नै पाउनुहुन्छ ।

क्रियाकलाप (४५ मिनेट) - दुई वा तीन जनाको झुण्डमा विभाजन हुनुहोस् र अबको ४५ मिनेट आफ्नो गवाही बाँड्ने अभ्यास गरेर बिताउनुहोस् । तपाईँको १०० को सूचीबाट ५ जना छान्नुहोस् जसलाई तपाईँले "अविश्वासी" वा "अनिश्चित" वर्गमा राख्नुभएको छ । तपाईँको झुण्डको कसैलाई ती ५ जनामध्ये पालैपालो एक एक जना भएको नाटक गर्न लगाउनुहोस् र तपाईँले आफ्नो गवाही सुन्ने व्यक्तिले बुझ्ने तरिकाले बाँड्न अभ्यास गर्नुहोस् ।

तपाईँले माथि दिइएका तरिकाहरु वा सुन्ने व्यक्तिलाई प्रभावकारी हुने कुनै पनि अन्य तरिकाको प्रयोग गर्न सक्नुहुन्छ । तपाईँले अभ्यास गरिसक्नुभएपछि अरु कसैको सूचीमा भएको व्यक्ति तपाईँ बन्ने नाटक गर्नुहोस् र अर्को व्यक्तिलाई अभ्यास गर्न दिनुहोस् । यस अभ्यास पूरा भइन्जेल तपाईँले ३ मिनेट वा त्यो भन्दा कम समयमा आफ्नो कथा बाँड्न सक्षम हुनुहुनेछ ।

प्रभु भोज

येशुले भन्नुभयो- "स्वर्गबाट ओर्लिआएको जिउँदो रोटी म नै हुँ । कसैले यो रोटी खायो भने त्यो सधैँभरि जिउनेछ । र जुन रोटी म संसारका जीवनको लागि दिनेछु, त्योचाहिँ मेरो देह हो"

पवित्र भोज वा "प्रभु भोज" येशूसँगको हाम्रो घनिष्ट र निरन्तर जाने सम्बन्धको उत्सव मनाउने तरिका हो । उत्सव मनाउने साधारण तरिका —

जब तपाईँ विश्वासीहरु एकसाथ भेला हुनुहुन्छ मौनतामा समय बिताउनुहोस्, चुपचाप आफ्नो पाप स्वीकार्दै । जब तपाईँहरु तयार हुनुहुन्छ, कसैलाई यस वचन पढ्न लगाउनुहोस्—

> "किनकि प्रभुबाट मैले जे पाएँ, सो तिमीहरूलाई सुम्पी पनि दिएँ, अर्थात् जुन रात उहाँ पक्राउ पर्नुभयो, त्यो रात प्रभु येशूले रोटी लिनुभयो, र धन्यवाद दिनुभएपछि उहाँले त्यो भाँच्नुभयो, र भन्नुभयो, यो तिमीहरूका निम्ति मेरो शरीर हो । यो मेरो सम्झनाको निम्ति गर ।"
>
> १ कोरिन्थी ११:२३-२४

तपाईँको झुण्डको लागि तयार पारिएको रोटी बाँड्नुहोस् र खानुहोस् । वचन पढाईलाई निरन्तर्ता दिनुहोस्- -

> "त्यसै गरी खाएपछि उहाँले कचौरा लिएर यसो भन्नुभयो, "यो कचौरा मेरो रगतमा भएको नयाँ करार हो। जहिले-जहिले तिमीहरू यो पिउँछौ, मेरो सम्झनामा यो अक्सर गर"
>
> १ कोरिन्थी ११:२५

तयार पारिएको फलफूलको रस वा दाखमद्य बाँड्नुहोस् र खानुहोस् । वचन पढाई अन्त्य गर्नुहोस्---

> "किनभने जहिले-जहिले तिमीहरू यो रोटी खान्छौ र यस कचौराबाट पिउँछौ, उहाँ नआउञ्जेल तिमीहरू प्रभुका मृत्युको घोषणा गर्दछौ"
>
> १ कोरिन्थी ११:२६

प्रार्थना वा भजनद्वारा उत्सव मनाउनुहोस्। तपाईँ प्रभु भोजमा सरिक हुनुभयो। तपाईँ उहाँको हुनुहुन्छ र उहाँ तपाईँको !

क्रियाकलाप (१० मिनेट)- अबको १० मिनेट आफ्नो झुण्डसँग प्रभु भोजको उत्सव मनाउँदै बिताउनुहोस् ।

सेसन ०५

यस सेसनमा हामी प्रार्थनाको हिँडाई येशूको निम्ति ठाउँ तयार पार्ने शक्तिशाली उपकरण हो भनि सिक्नेछौँ र यो सरल तर शक्तिशाली प्रार्थनाको ढाँचा हो जसले हामीलाई हाम्रो यात्रामा नयाँ चेलाहरु भेट्न र बनाउन सहायता गर्छ भन्ने विषयमा पनि सिक्नेछौँ।

प्रार्थनाको हिँडाई

परमेश्वरको वचनले भन्दछ, “नम्र-निवेदन, प्रार्थना र मध्यस्थ-बिन्ती र धन्यवाद चढ़ाइऊन्, राजाहरू र सबै उच्च पदमा भएकाहरूका निम्ति पनि, ताकि हामी निर्धक्क र शान्तिपूर्ण भएर हरप्रकारले धार्मिक र आदरणीय जीवन बिताउन सकौं। हाम्रा मुक्तिदाता परमेश्वरको दृष्टिमा यो असल र ग्रहणयोग्य छ। सबै मानिसहरूले मुक्ति पाऊन् र तिनीहरू सत्यको ज्ञानमा आऊन् भन्ने इच्छा उहाँ गर्नुहुन्छ”

प्रार्थनाको हिँडाई अरुको लागि प्रार्थना गर भन्ने परमेश्वरको आज्ञापालन गर्ने सरल तरिका हो। प्रार्थनाको हिँडाई, यो भने जस्तै हो--हिँड्दा-हिँदै परमेश्वरसँग प्रार्थना गर्नु।

आँखा बन्द गर्नु र शिर निहुराउनुको सट्टामा वरीपरिको खाँचोलाई ध्यान राख्नको लागि आँखा खुल्ला राख्दै हाम्रो हृदय निहुराएर नम्रसाथ परमेश्वरको हस्तक्षप माग्नु हो।

तपाईँले प्रार्थनाको हिँडाई दुई वा तीन जनाको सानो झुण्डमा वा एक्लै गर्न सक्नुहुन्छ।

यदि तपाईँ झुण्डमा जानुहुन्छ भने- सबैलाई ठूलो स्वरमा प्रार्थना गर्न लगाउनुहोस्-जुन सबैले के के देख्दैछन् र के के कुराहरुको निम्ति प्रार्थनाको खाँचो छ भनि परमेश्वरले उनीहरुको हृदयमा देखाउँदै हुनुहुन्छ, यी कुराहरु सम्बन्धि परमेश्वरसँग कुराकानी हो। यदि तपाईँ एक्लै जानुहुन्छ भने- यदि तपाईँले बाटोमा कसैलाई भेट्नुहुन्छ भने तपाईँ सुस्तरी वा ठूलो स्वरमा प्रार्थना गर्नुहोस्।

प्रार्थनाको हिँडाईको समयमा केको लागि प्रार्थना गर्ने भनि थाहा गर्ने ४ तरिकाहरु :

अवलोकन-- तपाईँले के देख्नुहुन्छ ? बच्चाहरुको खेलौनाहरु देख्नुहुन्छ भनि सायद तपाईँलाई त्यस समुदायको बच्चाहरु, परिवारहरु, र विद्यालयहरुको निम्ति प्रार्थना गर्ने अगुवाई हुँदैछ।

अनुसन्धान-- तपाईँलाई के थाहा छ ? तपाईँले त्यस समुदायको बारेमा पढ्नुभएको छ भने, तपाईँलाई त्यस क्षेत्रमा बस्ने मानिसहरुको बारेमा केही थाहा हुन सक्छ। वा त्यस क्षेत्रमा धेरै अपराधहरु वा अन्यायहरु हुन्छन् भने यी कुराहरुको सम्बन्धमा केही गर्नुहोस् भनि परमेश्वरसँग प्रार्थना गर्नुहोस्।

प्रकाश-- त्यस क्षेत्रको विशेष खाँचोको लागि प्रार्थना गर्न पवित्र आत्माले तपाईँको हृदयमा ढकढक्याउनु होला। सुन्नुहोस् - र प्रार्थना गर्नुहोस् १

वचन-- प्रार्थना हिँडाईको लागि तयारी गर्दै गर्नुहुँदा तपाईँले कुनै वचन पढ्नुभएको हुनसक्छ, अनि जब तपाईँ प्रार्थनामा हिँड्दै गर्नुहुँदा, पवित्र आत्माले तपाईँको विचारमा त्यस वचन ल्याउनुहोला। त्यस वचनमा आधारित रहेर प्रार्थना गर्नुहोस् र उक्त वचनले त्यस समुदायको मानिसहरुको लागि कस्तो प्रभाव पार्नसक्छ, यस विषयमा पनि प्रार्थना गर्नुहोस्।

प्रार्थनाको हिँडाईको समयमा तपाईँको ध्यान केन्द्रित हुनुपर्ने पाँच प्रभाव क्षेत्रहरु :

सरकार - सरकारी निकायहरु जस्तै अदालत, आयोग भवन वा कानुन प्रवर्तन कार्यलयहरु खोज्नुहोस् र त्यस क्षेत्रहरुको सूरक्षा, न्याय, र त्यहाँका शासकहरुको लागि ईश्वरीय बुद्धिको लागि प्रार्थना गर्नुहोस्।

व्यापार र वाणिज्य - वित्तीय केन्द्रहरु खोज्नुहोस् जस्तै व्यापार केन्द्र वा किनमेल गर्ने क्षेत्रहरु। आत्मिक तरिकाले लगानीहरु भएको होस् र श्रोत

साधनहरुको सही भण्डारित्व हुन सकेको होस् भनेर प्रार्थना गर्नुहोस् । आर्थिक न्याय र अवसरको लागि अनि उदारचित्तले दिने व्यक्तिहरुको लागि प्रार्थना गर्नुहोस् जसको नाफा कमाउनु भन्दा पनि मानिसहरुलाई सहायता गर्नु प्राथमिकता हो ।

शिक्षा - स्कूल र प्रशासनिक भवनहरु, व्यावसायिक प्रशिक्षण केन्द्रहरु, सामुदायिक कलेजहरु र विश्वविद्यालयहरु जस्ता शैक्षिक केन्द्रहरु खोज्नुहोस् र प्रार्थना गर्नुहोस् । आफ्नो विद्यार्थीहरुका मनलाई जोगाउन परमेश्वरको सत्यता सिकाउने धर्मी शिक्षकहरुको लागि प्रार्थना गर्नुहोस् । कुनै प्रकारको झूट वा अन्योलता फैलनबाट रोक्न परमेश्वरको हस्तक्षपको लागि प्रार्थना गर्नुहोस् । यस ठाउँबाट सेवा र अगुवाई गर्ने बुद्धिमान नागरिकहरु पठाएको होस् भनेर प्रार्थना गर्नुहोस् ।

सञ्चार - रेडियो स्टेशनहरु, टिभीहरु र पत्रिका प्रकाशकहरु जस्ता सञ्चार केन्द्रहरु खोज्नुहोस् र प्रार्थना गर्नुहोस् । परमेश्वरको कथा र उहाँलाई पछयाउने व्यक्तिहरुका गवाहीहरु त्यस शहरभरी र संसारभरी फैलिन सकेको होस् भनि प्रार्थना गर्नुहोस् । प्रार्थना गर्नुहोस् कि उहाँको सन्देश उहाँको माध्यमबाट उहाँका मानिसहरुको जमातमा पुग्न सकेको होस् र उहाँको मानिसहरुले उहाँको कामलाई देख्न सकुन् ।

आध्यात्मिक - मण्डली भवनहरु, मस्जिदहरु व मन्दिरहरु जस्ता आध्यात्मिक केन्द्रहरु खोज्नुहोस् । प्रार्थना गर्नुहोस् कि प्रत्येक आध्यात्मिक खोजकर्ताहरुले येशूमा शान्ति र सान्त्वना पाउन सकेको होस् र कुनै झूटो धर्मबाट विचलित वा भ्रमित नहोस् ।

क्रियाकलाप (६०-९० मिनेट)- दुई वा तीन जनाको झुण्ड बनाउनुहोस् र समुदायमा जानुभएर हिँड्दा-हिँड्दै प्रार्थना गर्ने अभ्यास गर्नुहोस्। कहाँ जाने भनि निर्णय गर्ने विषय सरल हुनसक्छ जस्तै तपाईँ जुन ठाउँमा सेसन गर्दै हुनुहुन्छ त्यहीँबाट बाहिर निस्कने वा प्रार्थनाद्वारा ठाउँ छान्ने । परमेश्वरको अगुवाई अनुसार जानुहोस् र ६०-९० मिनेट यस क्रियाकलाप गर्दै बिताउनुहोस् ।

नोट - तपाईँ यस क्रियाकलापको लागि जानु अगि ब्लेस (B.L.E.S.S) प्रार्थनाको ढाँचा अभ्यास गर्नुहोस् ।

ब्लेस (B.L.E.S.S) प्रार्थना

अन्त्यमा, तपाईँले प्रार्थनाको हिँडाईमा भेट्नुहुने मानिसहरुको लागि प्रार्थना गर्ने तरिकाहरु :

जब तपाईँ प्रार्थना गर्दै हिँड्नुहुन्छ, सचेत रहनुहोस् र तपाईँले बाटोमा भेट्ने कुनै व्यक्ति वा समुहलाई प्रार्थना गर्न प्रभुको आत्माले अगुवाई गर्दै हुनुहुन्छ कि ध्यान दिनुहोस् ।

तपाईँले यसो भन्न सक्नुहुन्छ, "हामी यस समुदायको लागि प्रार्थना गर्दैछौं, के तपाईँलाई हामी कुनै विशेष कुराको लागि प्रार्थना गरिदिन सक्छौँ ?" उनीहरुको प्रतिक्रिया सुनिसक्नुभएपछि उनीहरुको खाँचोको विषयमा सोध्नुहोस् । यदि उनीहरुले बाँडे भने, तुरुन्तै उनीहरुको निम्ति प्रार्थना गरिदिनुहोस् । यदि परमेश्वरले अगुवाई गर्नुभयो भने अरु खाँचोहरुको लागि पनि प्रार्थना गर्नुहोस् ।

तपाईँले पाँच तरिकाले प्रार्थना गर्न सक्नुहुन्छ : यस तरिकाहरुलाई सम्झिनको लागि तपाईँले अग्रेंजी शब्द B.L.E.S.S सम्झिन सक्नुहुन्छ जुन नेपालीमा आशिस हो ।

- BODY शरीर (स्वस्थ्य)
- LABOUR श्रम (काम र वित्त)
- Emotional भावनात्मक (नैतिक)
- Social सामाजिक (सम्बन्ध)
- Spiritual आध्यात्मिक

प्राय जसो मानिसहरु तपाईँले वास्ता गरेर प्रार्थना गरिदिनुभएकोमा मात्रै पनि धन्यवादी हुन्छन् ।

यदि व्यक्ति ख्रीष्टियन छैन भने तपाईँको प्रार्थनाले त्यस व्यक्तिसँग आत्मिक कुरा गर्न र तपाईँको र परमेश्वरको कथा सुनाउनको लागि ढोका खोलिन सक्छ । उनीहरुलाई तपाईँहरुको बाइबल अध्ययन वा घरेलु सगंतिमा बोलाउन सक्नुहुन्छ वा उनीहरुको घरमा सगंती राख्नको लागि मौका दिनसक्नुहुन्छ।

यदि व्यक्ति ख्रीष्टियन हो भने तपाईँसँगै प्रार्थनाको हिँडाईमा सहभागी हुन बोलाउनुहोस्। प्रार्थनाको हिँडाईको लागि तालिम दिनुहोस् र परमेश्वरको परिवार वृद्धिको लागि माथि सिकेका प्रभाव क्षेत्र र B.L.E.S.S प्रार्थनाको तरिका अपनाएर प्रार्थना गर्नुहोस्।

क्रियाकलाप (१५ मिनेट) - दुई वा तीन जनाको झुण्डमा विभाजन हुनुहोस् र अबको १५ मिनेट ब्लेस (B.L.E.S.S) प्रार्थना अभ्यास गर्नुहोस्। प्रार्थना। ब्लेस (B.L.E.S.S) को ५ वटा क्षेत्रहरुमाथि प्रार्थना गर्नुहोस्। कसैको लागि प्रार्थना गर्नुहोस् र अरुलाई पनि यस ढाँचा प्रयोग गर्न तालिम कसरी दिनुहुन्छ अभ्यास गर्नुहोस्।

सेसन ०६

यस सेसनमा हामी परमेश्वरले कसरी विश्वासयोग्य चेलाहरुलाई विश्वासमा नयाँ भए तापनि धेरै वर्षदेखि ज्ञान र तालिम भएका तर अनाज्ञाकारी चेलाहरुलाई भन्दा बढी प्रयोग गर्नुहुन्छ भन्ने विषयमा सिक्नेछौँ।

३/३ झुण्ड विधि

येशूले भन्नुभयो-- "किनकि जहाँ दुई कि तीन जना मेरो नाउँमा भेला हुन्छन्, त्यहाँ म तिनीहरूका माझमा हुनेछु"।

यो शक्तिशाली प्रतिज्ञा हो, र येशूको हरेक चेलाले यसको फाइदा लिनुपर्दछ। तर तपाईँहरु एकसाथ भेला हुँदा कसरी समय बिताउनुपर्छ ?

३/३ झुण्ड विधिले तपाईँको समयलाई ३ भागहरुमा विभाजन गर्छ ताकि तपाईँले येशूको सबैभन्दा महत्वपूर्ण आज्ञाहरु पालना गर्न अभ्यास गर्न सक्नुभएको होस् भनेर।

यो यसरी काम गर्छ :

पछाडि हेर्ने (तपाईँको १/३ समय)

वास्ता र प्रार्थना : समय लिएर झुण्डको प्रत्येक जनालाई उनीहरु केको लागि धन्यावदी छन् एउटा-एउटा कुरा बाँड्न लगाउनुहोस्। अनि उनीहरु के कुरामा सघंर्ष गर्दैछन् प्रत्येक जनालाई बाँड्न लगाउनुहोस्। उनीहरुले बाँडेका विषयहरुका लागि उनीहरुका दाहिनेतिर भएका व्यक्तिलाई प्रार्थना गर्न लगाउनुहोस्। यदि कोही अलि बढी वास्ता चाहिने प्रकारको सघंर्ष गर्दैछन् भने सेसन पछाडि बसेर उक्त व्यक्तिलाई वास्ता देखाउनुहोस्।

दर्शन : परमेश्वरलाई प्रेम गर्ने, अरुलाई प्रेम गर्ने, अरुसँग येशूको बारेमा बाँड्ने, नयाँ मण्डली सुरु गर्ने, अरुलाई पनि त्यस्तै गर्न सहायता गर्ने विषयवस्तुलाई समेट्ने प्रकारको भजनहरु गाउँदै एकअर्कासँग समय बिताउनुहोस्।

जाँच-गर्ने : अघिल्लो हप्ता उनीहरुले लेखेका प्रतिबद्धताहरु सम्बन्धि के गरे बाँड्न लगाउनुहोस् :

१. तपाईँले अहिलेसम्म सिक्नुभएको कुराहरुको आज्ञापालन गर्नुभएको छ ?
२. सिक्नुभएको कुराको प्रयोगले तपाईँले कसलाई तालिम दिनुभयो ?
३. हाम्रो झुण्डको अघिल्लो भेटदेखि तपाईँले आफ्नो वा परमेश्वरको कथा कोसँग बाँडनुभयो ?

यदि उनीहरुले आफूले गरेका प्रतिबद्धता अनुसार गरेका छैनन् वा गर्ने मौका पाएका छैनन् भने अघिल्लो हप्ताको प्रतिबद्धता फेरि यो हप्तामा थप्नुपर्छ। यदि कसैले परमेश्वरबाट स्पष्ट रुपमा सुनेका कुरालाई इन्कार गर्छन् भने त्यो मण्डलीले अनुशासन गर्नुपर्ने विषय मान्नुपर्छ।

माथि हेर्ने (तपाईँको १/३ समय)

प्रार्थना : परमेश्वरसँग सरल र छोटकरीमा कुरा गर्नुहोस्। यस खण्डबाट सिकाउनुहोस् भनि परमेश्वरसँग प्रार्थना गर्नुहोस्।

पढ्नुहोस् र छलफल गर्नुहोस् : यस हप्ताको खण्ड पढ्नुहोस्। तलका प्रश्नहरुमाथि छलफल गर्नुहोस् :

१. यस खण्डको बारेमा तपाईँलाई के मन पर्‍यो ?
२. यस खण्डको बारेमा के बुझ्न चुनौतीपूर्ण र गाह्रो भयो ?

यस हप्ताको खण्ड फेरि पढ्नुहोस् ।

३. यस खण्डबाट मानिसको बारेमा हामी के सिक्छौँ ?
४. यस खण्डबाट परमेश्वरको बारेमा हामी के सिक्छौँ ?

अगाडि हेर्नु (तपाईँको १/३ समय)

आज्ञापालन गर्ने. तालिम दिने. बाँड्ने : कम्तिमा पनि पाँच मिनेट शान्त प्रार्थनामा रहनुहोस् । झुण्डको सबै जनालाई यी प्रश्नहरुका उत्तर कसरी दिने देखाउनुहोस् भनि प्रार्थना गर्नुहोस् अनि प्रतिबद्धता गर्नुहोस् । सबै जनाले प्रतिबद्धता लेख्नुहोस् ताकि सबैलाई अरुको लागि प्रार्थना कसरी गर्ने ज्ञान होस् र जवाफदेही होस् । उनीहरुले प्रत्येक हप्ता प्रत्येक प्रश्न सम्बन्धि नसुन्लान् । कुनै कुरा परमेश्वरबाट आएको हो वा होइन निश्चित छैन तर उनीहरुलाई यो राम्रो विचार होला जस्तो लाग्छ किनकि यस अवस्थामा विभिन्नि चरणमा जवाफदेहीताको जाँच गरिन्छ ।

५. मैले यस खण्डलाई व्यवहारमा कसरी लगाउने र आज्ञापालन गर्ने **?**
६. मैले कसलाई तालिम दिने वा यस खण्डको बारेमा कसलाई बाँड्ने **?**
७. मैले यो हप्ता मेरो कथा (गवाही) र/ वा परमेश्वरको कथा कोसँग बाँडेको परमेश्वर चाहनुहुन्छ **?**

अभ्यास : दुई वा तीन जनाको झुण्डमा प्रश्न ५,६,७ सम्बन्धि तपाईँले के प्रतिबद्धता गर्नुभयो अभ्यास गर्नुहोस् । उदाहरणको लागि, अफठयारो कुराकानी वा परिक्षामा परेको सम्बन्धि, आजको खण्डबाट सिकाएको, वा सुसमाचार प्रचार गरेको नाटक गर्दै अभ्यास गर्नुहोस् ।

परमेश्वरसँग कुरा गर्नुहोस् : दुई वा तीन जनाको त्यही झुण्डमा सबै सदस्यहरुका निम्ति प्रार्थना गर्नुहोस् । यस हप्ता येशूको बारेमा सुन्ने मानिसहरुका हृदय तयार गर्नुहोस् भनि परमेश्वरलाई भन्नुहोस् । आफ्नो प्रतिबद्धताप्रति आज्ञाकारी हुनको लागि शक्ति र ज्ञान उहाँसँग माग्नुहोस् । यही नै भेलाको अन्त हो ।

सबैले बाँडिसक्नुभएपछि सँगै प्रभु भोज खानुहोस् वा खाना खानुहोस् ।

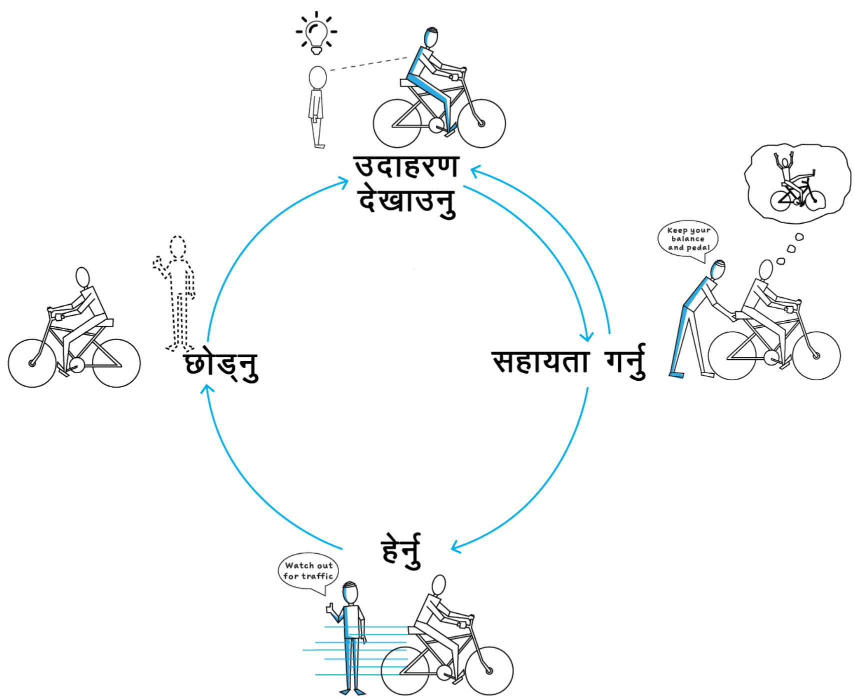
नोट : ३/३ झुण्डले अध्ययन गर्नको लागि यस निर्देशिकाको परिशिष्टमा केही पदहरु छन् ।

सेसन ०७

यस सेसनमा हामी चेलाहरुलाई एउटा उद्देश्यदेखि धेरैमा र एउटा उद्देश्यलाई क्रान्तिमा परिनत गर्न सहायता गर्ने तालिम चक्रको बारेमा सिक्नेछौं। हामी ३/३ ढाँचाको अभ्यास पनि गर्नेछौं र तपाईँ भेट्ने तरिकाले तपाईँको वृद्धि गर्ने तरिकालाई प्रभाव पार्छ भन्ने सम्बन्धि पनि सिक्नेछौं।

तालिम चक्र

तालिम चक्र उदाहरण देखाउनु, सहायता गर्नु, हेर्नु, र छोडिदिनु हो र यो यसरी काम गर्छ:



उदाहरण देखाउनु - यो केवल अभ्यासको वा उपकरणको उदाहरण देखाउने हो। तालिम चक्रको यो सबै भन्दा छोटो भाग हो। यो प्रायः एक पटक देखाए पुग्छ। यो केवल यस्तो अभ्यास वा उपकरण छ है भनि जानकारी दिने र त्यो कस्तो देखिन्छ सामान्य विचार दिने मात्रै हो। बारम्बार उदाहरण देखाउनु कसैलाई सिकाउने प्रभावकारी तरिका होइन। सिकारुको आफ्नै क्षमताको प्रयोगले कोसिस गर्न दिनुपर्छ।

जब एउटा बच्चाले अरु कसैले साइकल चलाएको देख्छ, त्यो उदाहरण देखाउने चरण हो।

सहायता गर्नु - सहायता गर्नु सिकारुको आफ्नै क्षमतालाई अभ्यास गर्न दिनु हो। यो प्रक्रिया उदाहरण देखाउनु चरण भन्दा अलि लामो हुन्छ। यस प्रक्रियामा सिकाउने व्यक्ति/मेन्टोरले "हात समात्नु" पर्ने हुन्छ। मेन्टोरले सक्रिया भएर सिधा तरिकाले सिकारुलाई सिकाउनु पर्ने हुन्छ। यस प्रक्रिया सिकारु पूर्ण सक्षम नभएसम्मको लागि होइन तर केवल उनीहरुले आधारभूत सिप नजाने सम्मको लागि मात्रै हो। यदि यस चरण लामो समयको लागि गयो भने सिकारु मेन्टोरमा धेरै भर पर्छ र कहिल्यै आफ्नो क्षमतामा पूर्ण रुपमा परिपक्व हुँदैन। सिकारुले अरुलाई उदाहरण देखाउन थालेपछि यस चरणको अन्त्य हुन्छ।

आफ्नो बच्चाले साइकल चलाउँदा अभिभावकले सन्तुलनको लागि साइकल समात्नु सहायता गर्नु चरण हो।

हेर्नु - हेर्नु सबै भन्दा लामो चरण हो। यस प्रक्रिया सिकारुसँग धेरै अप्रत्यक्ष सम्पर्कमा हुन्छ। यसले सीपको सबै पक्षहरुमा पूर्ण क्षमता विकास गर्न खोज्छ। यो चरण पहिलाको दुबै चरणहरु भन्दा १० गुणा वा दुबै चरणहरु सयुंक्त रुपमा जति लामो हुन्छ त्यत्ति नै लामो हुन सक्छ। सिकारुले सिक्दै जाँदा मेन्टोर सँगको सम्पर्क कम नियमित र आवश्यक पर्दा मात्रै हुन सक्छ। यस चरणमा सिकारुले सीप प्रदर्शनमा अलि बढी जिम्मावारी लिन्छ र पहल गर्छ। सामात्यतयाः चेला बनाउने प्रक्रियाको यस चरणको अन्त्य तब हुन्छ जब सिकारुले सफलतापूर्वक आफूले सिकाउँदै गरेका व्यक्तिहरुद्वारा सीप चौथो पुस्तालाई सिकाईन्छ।

जब आफ्नो बच्चाले कसैको निगरानीबिना नै साइकल सन्तुलन रुपमा चलाउनको लागि आवश्यक सिप र ज्ञान छ भनि निश्चित गर्दै अभिभावकले अवलोकन गर्छ यो हेर्नु चरण हो।

छोड्नु - छोड्नु सिकारुको दिक्षान्त हुनु जस्तै हो जहाँ सिकारु पियर मेन्टोरिङमा भाग लिन थाल्छ। सिकारु र मेन्टोरकोबीचमा कहिलेकाहीँ सम्पर्क हुनुको साथै दुबै जना एउटै संजालमा छन् भने निरन्तर रुपमा पियर मेन्टोरिङ पनि हुन्छ।

जब अभिभावकले आफ्नो बच्चालाई कसैको निगरानीबिना नै साइकल चलाउन दिन्छ, त्यो छोड्नु चरण हो।

३/३ ढाँचाको अभ्यास

क्रियाकलाप (९० मिनेट) - झुण्डको सबै जनालाई अबको ९० मिनेट पृष्ठ १९-२० मा भएको ३/३ झुण्ड ढाँचाको प्रयोगले ३/३ झुण्ड ढाँचा अभ्यास लागाउनुहोस्।

- **पछाडि हेर्नु -** अघिल्लो हप्ताको सेसनको चूनौतीहरुद्वारा "विश्वासयोग्यता"को अभ्यास गर्नुहोस्।
- **माथि हेर्नु -** मर्कुस ५:१-२० तपाईँको झुण्डको अध्ययन गर्ने खण्डको रुपमा लिनुहोस् र १-४ प्रश्नहरुको उत्तर दिनुहोस्।
- **अगाडि हेर्नु -** प्रश्न ५,६, र ७ को प्रयोगद्वारा तपाईँले कसरी आज्ञापालन गर्ने, तालिम दिने, र बाँड्ने काम गर्नुहुन्छ उल्लेख गर्नुहोस्।

याद गर्नुहोस् - प्रत्येक भागको लागि तपाईँको अभ्यास समयको १/३ (वा ३० मिनेट) लाग्नुपर्छ।

सेसन ०८

यस सेसनमा हामी अगुवा कक्षहरुले कसरी चेलाहरुलाई छोटो समयमा नै जीवनभर अगुवा बन्न तयार गर्छ भनि सिक्नेछौँ। अरुलाई सेवा गर्नु येशूको अगुवापनको रणनीति हो भनि सिक्नेछौँ। अनि हामी फेरि ३/३ झुण्ड अभ्यास गरि समय बिताउनेछौँ।

अगुवापन कक्षहरु

अगुवापन कक्षहरु सिमित र पूर्व निर्धारित समयको लागि भेट्ने ३/३ झुण्डहरु हुन् (यो जूमे तालिम पाठयक्रम जस्तै)। यसको उद्देश्य तालिम समय अवधिमा मानिसहरुको झुण्डलाई आफ्नै झुण्ड वा अगुवापन कक्ष सुरु गर्न सुसज्जित पार्नु हो।

यस ढाँचा केही परिस्थितिहरुमा प्रयोग गर्न सकिन्छ। यो एक ठाउँबाट अर्को ठाउँ सरिरहने व्यक्तिहरु, जस्तै घुमन्तेहरु, विद्यार्थीहरु, आदिको लागि प्रयोग गर्न सकिन्छ। पहिलादेखि नै विश्वासी भएका तर कुनै कारणले निरन्तर भइरहने झुण्ड सुरु गर्न असमर्थ भएका अनि आफ्नै नयाँ झुण्ड सुरु गर्न तालिमको आवश्यक भएका व्यक्तिहरुको लागि यो उपयोगी हुन्छ। यो यस्तो परिस्थितिमा पनि प्रयोग गर्न सकिन्छ जहाँ एकै पटक धेरै मानिसहरु विश्वासमा आउँछन् र समयको अभावले महान आशिषको ढाँचा वा अन्य उस्तै ढाँचाको प्रयोगद्वारा सबैलाई व्यक्तिगत रुपमा निरन्तर भेट्न सकिँदैन।

फेरि ३/३ झुण्ड ढाँचा अभ्यास गर्नुहोस्

क्रियाकलाप (९० मिनेट)- झुण्डको सबै जनालाई अबको ९० मिनेट पुष्ठ १९-२० मा भएको ३/३ झुण्डहरु ढाँचाको प्रयोगद्वारा ३/३ झुण्ड ढाँचा अभ्यास गर्न लगाउनुहोस्।

यस समयमा :

- **पछाडि हेर्ने -** अघिल्लो सेसनको आज्ञापालन गर्ने, तालिम दिने, र बाँड्ने चुनौतिहरुको प्रयोगले एकअर्कालाई जाँच गर्नुहोस्।
- **माथि हेर्ने -** प्रेरित २:४२ तपाईँको झुण्डको अध्ययन खण्डको रुपमा लिनुहोस् र १-४ प्रश्नहरुको उत्तर दिनुहोस्।
- **अगाडि हेर्ने -** ५, ६, र ७ प्रश्नहरुको प्रयोगले तपाईँले कसरी आज्ञापालन गर्ने, तालिम दिने, र बाँड्ने काम गर्नुहुन्छ।

सेसनको अवधिभर अगुवाई गर्ने मौका सबैलाई दिनुहोस् ताकि सबैले अगुवाई गर्ने, पार्थना गर्ने, र प्रश्न सोध्ने मौका पाओस्। के कुरा राम्रो हुँदैछ, अलि बढी अभ्यासद्वारा के कुरा अझ राम्रो हुन सक्छ, र झुण्डको प्रत्येक सदस्यको वृद्धिको लागि अब के गर्नु पर्ला भन्ने सम्बन्धमा एकले अर्कालाई प्रोत्साहन र सल्लाह दिनुहोस्।

याद गर्नुहोस् - प्रत्येक खण्डको तपाईँको समयको १/३ (वा ३० मिनेट) लाग्नुपर्छ।

सेसन ०९

यस सेसनमा हामी रेखीय वा क्रमबद्ध ढाँचाले कसरी राज्य वृद्धि हुनबाट रोक्छ र गैर-क्रमिक ढाँचाको विचारले चेला वृद्धि गर्न सहायता गर्छ भन्ने सम्बन्धमा सिक्नेछौँ। चेला बनाउने प्रक्रियामा समयको महत्व र गति बढाउने तरिका पनि पत्ता लगाउनेछौँ। येशू ख्रीष्टलाई पछयाउने व्यक्तिहरु कसरी दुई मण्डलीहरुका भाग हुन सक्छन् र कसरी विश्वासयोग्य आत्मिक परिवारहरुलाई वृद्धि हुने विश्वासीहरुका ठूलो शहरीय झुण्डमा परिनत गर्न सक्छन् भन्ने सम्बन्धमा पनि सिक्नेछौँ। अन्त्यमा, ३ महिने योजना जस्तो साधारण योजनाले पनि तपाईँलाई कसरी परमेश्वरको परिवार वृहत वृद्धिको लागि प्रभावकारी तरिकाले केन्द्रित बनाउँछ भनि सिक्नेछौँ।

३-महिने योजना

अब तपाईँलाई चेला बनाउने आधारभूत उपकरणहरु थाहा भयो, तपाईँलाई थाहा भएका यी कुराहरुसँग तपाईँले अबको तीन महिनाको अवधिमा के गरेको परमेश्वर चाहनुहुन्छ उहाँसँग सोध्दै केही समय प्रार्थनामा बिताउनुहोस्। उहाँबाट सुनिसक्नुभएपछि निम्न योजना लेख्नुहोस्। तपाईँको तालिमको सहकर्मीसँग योजना बाँड्नुहोस् र जवाफदेहीताको लागि एक-अर्कालाई जाँच गर्ने समय तोक्नुहोस्। अबको १,२,३,४,६,८, र १२ हप्तामा।

म निम्न व्यक्तिहरुसँग मेरो कथा (गवाही) र परमेश्वरको कथा (सुसमाचार) बाँड्छु :

म निम्न व्यक्तिहरुलाई मसँगै जवाफदेहीताको झुण्ड सुरु गर्न निमन्त्रणा दिनेछु :

म निम्न व्यक्तिहरुलाई आफ्नै जवाफदेहीताको झुण्डहरु सुरु गर्न चुनौती दिनेछु र तालिम दिनेछु :

म निम्न व्यक्तिहरुलाई मसँगै ३/३ झुण्ड सुरु गर्न निमन्त्रणा दिनेछु :

म निम्न व्यक्तिहरुलाई उनीहरुका आफ्नै ३/३ झुण्डहरु सुरु गर्न चुनौती दिनेछु र तालिम दिनेछु :

म निम्न व्यक्तिहरुलाई ३/३ आशा वा आविष्कार झुण्ड (परिशिष्ट हेर्नुहोस्) मा सहभागी हुन निमन्त्रणा दिनेछु :

म निम्न व्यक्तिहरुलाई मसँगै प्रार्थनाको हिँडाईमा सहभागी हुन निमन्त्रणा दिनेछु।

म निम्न व्यक्तिहरुलाई आफ्नो कथा र परमेश्वरको कथा बाँड्न सुसज्जित बनाउनेछु र उनीहरुका सम्बन्धमा भएका १०० जना व्यक्तिहरुका सूची

बनाउन लगाउनेछु :

म निम्न व्यक्तिहरुलाई अक्सर प्रार्थनाको चक्रको प्रयोग गर्न चुनौती दिनेछु :

म प्रार्थनाको चक्र उपकरण (यति दिन/यति हप्ता/यति महिना) _____________ को एक पटक प्रयोग गर्नेछु ।

म प्रार्थनाको हिँडाईमा (यति दिन/यति हप्ता/यति महिना) _____________ को एक पटक जानेछु ।

म निम्न व्यक्तिहरुलाई मैले अगुवाई गर्ने अगुवा कक्षमा निमन्त्रणा दिनेछु ।

म निम्न व्यक्तिहरुलाई जूमे (ZÚME) तालिम लिनको लागि प्रोत्साहन गर्नेछु :

अन्य प्रतिबद्धताहरु :

उन्नत तालिम
सेसन १०

यस तालिम सेसनमा हामी छोटो जाँच सूचीको मूल्याङ्कनको प्रयोगले हाम्रो कोचिङ् शैलीको स्तर कसरी बढाउन सकिन्छ भन्ने सम्बन्धि हेर्नेछौँ। संजालमा भएका अगुवापनले कसरी वृद्धि हुँदै गरेका साना मण्डलीहरु सँग-सँगै अझ बढी काम गर्ने मौका दिन्छ भनि सिक्नेछौँ। अगुवाहरुलाई वृद्धिको नयाँ स्तरमा पुऱ्याउने पियर मेन्टोरिङ् विकास गर्ने सम्बन्धि पनि सिक्नेछौँ।

कोचिङ जाँच सूची

कोचिङ जाँच सूची वृद्धि गर्ने चेला बनाउने सम्बन्धमा तपाईँको बलिया पक्षहरु र कमजोरीहरु के के हुन् मूल्याङ्कन गर्ने एक शक्तिशाली उपकरण हो। यो तपाईँले अरुलाई सहायता गर्नको लागि र अरुले तपाईँलाई सहायता गर्नको लागि प्रयोग गर्न सकिने शक्तिशाली उपकरण हो।

यो (५ मिनेट वा कम) स्व-मूल्याङ्कन गर्नको लागि निम्न चरणहरु प्रयोग गर्नुहोस् :

- **चरण १ -** जाँच सूचीको सबैभन्दा बायाँतिर भएको चेला तालिम उपकरणहरु पढ्नुहोस्।
- **चरण २ -** प्रत्येक तालिम उपकरण निम्न तरिकाले चिन्ह लगाउनुहोस् :
    - यदि तपाईँयस सम्बन्धि अनविज्ञ हुनुहुन्छ वा बुझ्नु हुन्न भने-कालो भागमा चिन्ह लगाउनुहोस्।
    - तपाईँलाई केही हदसम्म थाहा छ तर उपकरण सम्बन्धि ज्ञान छैन भने- रातो भागमा चिन्ह लगाउनुहोस्।
    - तपाईँले बुझ्नुहुन्छ र उपकरणको आधारभूत तालिम दिन सक्नुहुन्छ भने -पहेँलो भागमा चिन्ह लगाउनुहोस्।
    - यदि तपाईँतालिम दिन सक्नुहुन्छ भन्ने कुरामा निर्धक्क हुनुहुन्छ भने- हरियो भागमा चिन्ह लगाउनुहोस्।

याद गर्नुहोस् - तपाईँले आफ्नो कोचिङ् जाँच सूचीको परिणाम आफ्नो जूमे (ZÚME) कोच र/वा तपाईँको तालिम सहकर्मी वा अरु मेन्टोरसँग बाँड्नुहोस्। यदि तपाईँले कसैलाई कोच वा मेन्टोर गर्दै हुनुहुन्छ भने तपाईँको ध्यान र तालिम चाहिने क्षेत्रहरु मूल्याङ्कन गर्नको लागि यस उपकरणको बारेमा बताउनुहोस्।

कोचिङ चेकलिस्ट

कालो: कालो : नयाँ जानकारीका साथ तालिम दिनु र बुझाइँको निश्चित गर्नुहोस्

रातो: रातो : रोक्नुहोस् र उनीहरुले आधारभूत कुराहरु नबुझेसम्म उनीहरुसँगै रहनुहोस्

पहेँलो: निरन्तर क्षमताको लागि सतर्क भएर हेर्नुहोस् ।

हरियो: उनीहरुलाई छोडिदिनुहोस् र सहायता गर्नको लागि अरु खोज्नुहोस् ।

	उदाहरण देखाउनु	सहायता गर्नु	हेर्नु	छोड्नु
	अनविज्ञ	अदक्ष	सक्षम	दक्ष
	मेन्टोरको जिम्मेवारीहरु			
	मेन्टोरले मार्गनिर्देशन र जानकारी दिन्छ	मेन्टोरले मार्गनिर्देशन र सहायता दिन्छ	मेन्टोरले मार्गनिर्देशन र सहायता दिन्छ	मेन्टोरले प्रगति विवरण लिन्छ
	योजनाहरु बनिने तरिका			
तालिम उपकरण	मेन्टोरले निर्णय गर्छ	सल्लाह लिने व्यक्ति (मेन्टी) र मेन्टोर छलफल गर्छन् र मेन्टोरले निर्णय गर्छ	सल्लाह लिने व्यक्ति (मेन्टी) र मेन्टोर छलफल गर्छन् र मेन्टीले निर्णय गर्छ	मेन्टीले निर्णय गर्छ
हाँसको चल्ला चेलापन				
तपाईँको कथा (गवाही) बाँड्ने				
परमेश्वरको कथा (सुसमाचार) बाँड्नुहोस्				
सम्बन्धहरुको भण्डारीत्व- १०० को सूची				
गति				
गैर-क्रमिक सेवाकाई				
३/३ झुण्ड ढाँचा				
साधारण मण्डली- परमेश्वरलाई प्रेम/अरुलाई प्रेम गर, चेलाहरु				
दुई मण्डलीहरुका भाग हुनु				
तालिम चक्र				
जवाफदेहीता झुण्डहरु				
आफैँलाई खुवाउनेः				
• दैनिक वचन अध्ययन (आज्ञापालन)				
• प्रार्थना- बोल्ने र सुन्ने (प्रार्थना चक्र)				
• शारीरिक जीवन- सगंती (एक अर्काको)				
• सतावट र कष्ट				
परमेश्वरको राज्य नभएको ठाउँ देख्ने आँखा				
शान्तिको व्यक्तिको खोजी (मत्ती १०, लुका १०)				
प्रार्थनाको हिँडाई				
मण्डली बन्नु :				
• सगंती (एकसाथ खाने, एक अर्काको)				
• स्तुति र आराधना				
• बाइबल (आज्ञापालन गर्ने र तालिम दिने)				
• मानिसहरुलाई येशूको बारेमा सुनाउने (बाँड्ने)				
• बप्तिस्मा				

पियर मेन्टोरिङ् झुण्डहरु

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

पियर मेन्टोरिङ् झुण्ड ३/३ झुण्ड अगुवाई गर्ने र सुरु गर्ने व्यक्तिहरुको बीचमा हुन्छ। यो ३/३ ढाँचामा गरिन्छ र यो तपाईँको क्षेत्रमा परमेश्वरको कामको मूल्याङ्कन गर्ने शक्तिशाली माध्यम हो।

पियर मेन्टोरिङ् झुण्डहरु येशू ख्रीष्टलाई पछ्याउने अगुवा-अगुवाबीचमा अनि साधारण मण्डलीहरुमा, सेवकाईको सँस्थाहरुमा, वा विश्वव्यापी साधारण मण्डलीहरुको संजालमा जसले विश्वभर काम गर्छ, उनीहरुको बीचमा प्रयोग हुन्छ।

पियर मेन्टोरिङ् झुण्डहरुले धर्मशास्त्रबाट येशूको सेवकाईको उदाहरण पछ्याउँछन् -एक-अर्काको बारेमा प्रश्न सोध्ने अनि प्रतिक्रिया दिने गर्छन्। यस झुण्डको उद्देश्य कसैलाई अहंकारले फुलाउन वा कसैलाई तुच्छ महशुस गराउन होइन। तिनीहरु निर्देशन र प्रेरणाको लागि हो।

यो सरल ढाँचाको प्रयोग गर्नुहोस्।

पछाडि हेर्ने (तपाईँको १/३ समय)

पहिलो एक तिहाई समयमा- साधारण ३/३ झुण्डमा जस्तैगरी प्रार्थना र वास्तामा समय बिताउनुहोस्। अनि झुण्डको दर्शन र पहिलाको प्रतिबद्धताहरुप्रति विश्वासयोग्यता सम्बन्धि हेर्नुहोस्:

तपाईँ येशू ख्रीष्टमा कतिको बलियोसाथ रहनुभएको छ? (वचन, प्रार्थना, विश्वास, आज्ञाकारिता, प्रमुख सम्बन्धहरु?)
अघिल्लो सेसनको कुराहरु कार्यन्वयन गर्नुभएको छ? समीक्षा गर्नुहोस्।

माथि हेर्नु (तपाईँको १/३ समय)
झुण्डलाई निम्न प्रश्नहरुमा छलफल गर्न दिनुहोस्:

१. चारक्षेत्र रेखाचित्रको प्रत्येक क्षेत्रमा तपाईँले कस्तो गर्दै हुनुहुन्छ?
२. कुन प्रभावकारी भएको छ? तपाईँको सबै भन्दा ठूलो चूनौतिहरु के के थिए?
३. तपाईँको वर्तमानको पुस्ता नक्सालाई समीक्षामा हेर्नुहोस्।
४. के कुराले तपाईँलाई चूनौति दियो वा के कुरा बुझ्न गाह्रो भयो?
५. अहिले तपाईँलाई परमेश्वरले के देखाउँदै हुनुहुन्छ?
६. अनुभवी अगुवा वा अन्य सहभागीहरुबाट केही प्रश्न आयो?

अगाडि हेर्नु (तपाईँको १/३ समय)

निम्न प्रश्नहरुको उत्तर कसरी दिने सम्बन्धि पवित्र आत्माको सहायता माग्दै झुण्डमा सबैजना प्रार्थनामा शान्त समय बिताउनुहोस्।

७. सबै जना फेरि भेट्नु अगि परमेश्वरले के योजना वा उद्देश्य मैले व्यवहारमा लगाएको चाहनुहुन्छ? (तपाईँको काममा ध्यान केन्द्रित गर्नको लागि) चार क्षेत्रहरु उपकरण प्रयोग गर्नुहोस्।
८. यस काममा मलाई मेरो अनुभवी अगुवाले वा झुण्डको अरु सदस्याहरुले कसरी सहायता गर्न सक्छन?

अन्त्यमा सबै जना परमेश्वरसँग प्रार्थनामा कुरा गर्नुहोस्।
झुण्डका सदस्यहरु एकअर्काबाट टाढा भएको समयमा उनीहरुले सेवाकाई गर्ने हरेक जनाको हृदय तयार पार्नुहोस् भनेर सबै जनाको लागि प्रार्थना होस्।

झुण्डको प्रत्येक सदस्यलाई उनीहरुको यस अवस्थामा परमेश्वरले सिकाउनुभएको कुरा व्यवहारमा लगाउन र आज्ञापालन गर्न साहस र बलको लागि प्रार्थना गर्नुहोस्। यदि अनुभवी अगुवाले आफूभन्दा सानो अगुवाको लागि प्रार्थना गर्नु छ भने यो सही समय हो।

यी झुण्डहरु एक अर्काबाट टाढा हुने भएकोले सँगै प्रभु भोज वा खाना खान सम्भव हुँदैन तर उनीहरुको स्वस्थ्य, परिवार, र साथीहरुको बारेमा पक्कै सोधपुछ गर्नुहोस्।

चार क्षेत्र निदान रेखाचित्र

वृद्धि गर्ने क्षेत्र : विश्वासयोग्य मानिसहरुलाई तपाईँले कोसँग, कसरी र कहिले छान्दै र सुसज्जित गर्दै हुनुहुन्छ र उनीहरुलाई पुनर्वृद्धिको लागि जवाहदेही बनाउँदै हुनुहुन्छ।

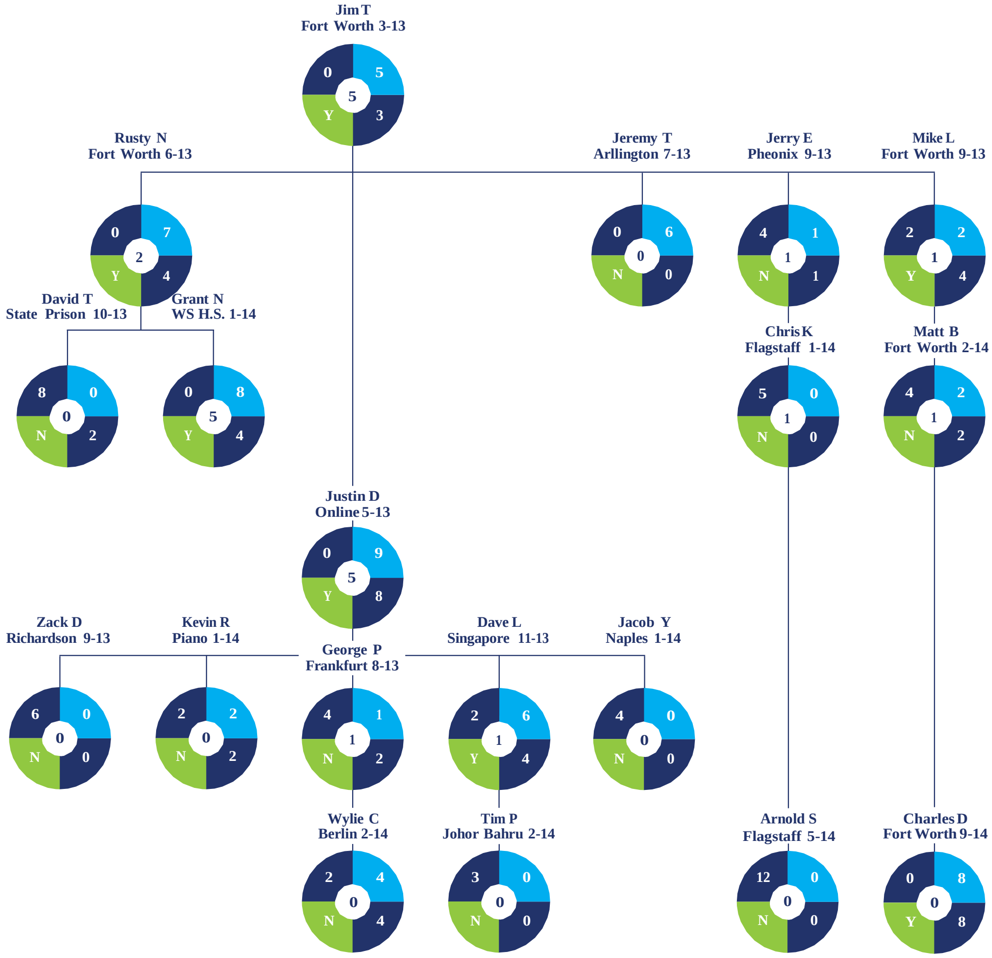
खाली क्षेत्र : तपाईँले कहाँ वा को (कुन जाति)माझ राज्य बढाउने योजना गर्दै हुनुहुन्छ ?

रोप्ने क्षेत्र : कहाँ र कोसँग तपाईँले राज्यको सुसमाचार सुनाउने योजना गर्दै हुनुहुन्छ ? तपाईँले यो कसरी गर्दै हुनुहुन्छ ?

बढ्ने क्षेत्र : तपाईँले मानिसहरुलाई व्यक्तिगत रुपमा र उनीहरुका स्वभाविक संजालहरुमा कसरी सुसज्जित र आत्मिक वृद्धि गराउँदै हुनुहुन्छ ?

कटनीको क्षेत्र : नयाँ आत्मिक परिवारहरु (साधारण मण्डली) कसरी बनिरहेका छन् ?

पुस्ताको नक्सामा साधारण मण्डली प्रतिनिधित्वको लागि ढाँचा



झुण्डको अगुवाको नाम

ठाउँ/सुरु हुने मिति

परिशिष्ट

३/३ झुण्डको श्रृंखला

आशाको श्रृंखला (खोज्नेहरुका निम्ति)

तपाईँको झुण्डको “माथि हेर्ने” भागको लागि निम्न पदहरु प्रयोग गर्नुहोस् । कुनै खण्डहरुका लागि एक पटक भन्दा बढी भेट्नु पर्ने हुनसक्छ ।

१. पापीहरुका लागि आशा : लुका १८:९-१४
२. गरीबहरुका लागि आशा : लुका १२:१३-३४
३. भागेकाहरुका लागि आशा : लुका १५:११-३२
४. हराएकाहरुका लागि आशा : लुका १९:१-१०
५. दुखीहरुका लागि आशा : युहन्ना ११:१-४४
६. खोज्नेहरुका लागि आशा : युहन्ना ३:१-२१

युहन्नाका चिन्हरु (खोज्नेहरुका लागि)

तपाईँको झुण्डको “माथि हेर्ने” भागको लागि निम्न पदहरु प्रयोग गर्नुहोस् । कुनै खण्डहरुका लागि एक पटक भन्दा बढी भेट्नु पर्ने हुनसक्छ ।

१. पानीलाई दाखमद्यमा परिनत : युहन्ना २:१-१२
२. उच्च अधिकारीको छोरा निको पारिएको : युहन्ना ४:४६-५४
३. पक्षाघाती निको भएको : युहन्न ५:१-१७
४. पाँच हजारलाई खुवाउनुभएको : युहन्ना ६:१-१४
५. पानी माथि हिँड्नुभएको : युहन्ना ६:१५-२५
६. जन्मैको अन्धालाई दृष्टिदान : युहन्ना ९:१-१४
७. मृत्युबाट लाजरसलाई बौरी उठाइएको : युहन्ना ११:१-४६

पदचिन्ह राख्नुहोस् : पहिलो ८ भेलाहरु

पहिला देखि नै विश्वासी भएका तर यस प्रकारको झुण्डमा सहभागी नभएका व्यक्तिहरुका लागि यो प्रभावकारी हुन्छ ।
अभ्यासको भाग निर्देशन गरिएको र यी ८ वटा सेसनहरुका लागि केद्रित छ । त्यसपछिका सेसनहरुमा व्यक्तिगत अभ्यास सुरु हुन्छ ।

१.तपाईँको कथा बताउनुहोस्

माथि हेर्नु : मर्कुस् ५:१-२० । १८-२० पदहरुलाई विशेष ध्यान दिनुहोस् ।

अभ्यास : तपाईँको कथा बताउने अभ्यास गर्नुहोस्- मानिसहरुलाई येशू ख्रीष्टको बारेमा बताउने बेलामा आफ्नो कथा बताउन तयारी अवस्थामा हुनुपर्छ । तपाईँले आफ्नो कथा यसरी बताउन सक्नुहुन्छ :

- येशू ख्रीष्टलाई पछयाउनु अगि तपाईँको जीवन कस्तो थियो- तपाईँको (पीडा, एक्लोपन, प्रश्नहरु (मृत्युपछि के हुन्छ ?), वा येशूलाई पछयाउनु अगि भएका तपाईँका सघंर्षहरु ।
- तपाईँ कसरी येशूमा आउनुभयो बताउनुहोस् -येशूको बारेमा बताउनुहोस्! येशूको महत्वपूर्ण कथा चाहिँ: हामी सबैले पापद्वारा परमेश्वरलाई चोट पुऱ्याएकाछौँ । हाम्रा पापको कारणले हामी सबै मर्नेछौँ । तर जब हामीले आफ्नो विश्वास येशूमा राख्छौँ जो हाम्रो पापको लागि मर्नुभयो, गाडिनुभयो, र मृत्युबाट बौरीउठ्नुभयो तब हामी मृत्युबाट बचाइन्छौँ ।
- येशूलाई पछयाउनुभएपछिको तपाईँको जीवनको बारेमा बताउनुहोस्- येशूले तपाईँको जीवन कसरी पविर्तन गर्नुभयो उनीहरुलाई बताउनुहोस् । येशूले दिनुभएको आनन्द, शान्ति, र क्षमाको बारेमा बताउनुहोस् ।
- प्रतिक्रिया माग्नुहोस्- तपाईँको कथा भित्रबाट नै प्रतिक्रिया मागेको हुनुपर्छ । तपाईँले एउटा प्रश्नद्वारा अन्त्य गर्नुहोस् जसले तपाईँलाई त्यस व्यक्तिको आत्मिक चासोको स्तर थाहा हुन्छ । जस्तै, यस्तो प्रश्न सोध्नुहोस् : “तपाईँले क्षमा कसरी पाउन सक्नुहुन्छ थाहा पाउन चाहनुहुन्छ ?” वा “ के परमेश्वरले तपाईँको जीवन परिवर्तन गर्नुभएको चाहनुहुन्छ ?”
- तपाईँको कथा छोटो राख्नुहोस् (३ मिनेट वा कम)- तपाईँको कथा छोटो र चाख लाग्दो हुनुपर्छ । तपाईँ अल्छी लाग्दो नहुनुहोस् र सुन्ने व्यक्तिको सुन्ने इच्छा नै हराउने गरेर लामो नबनाउनुहोस् ।
- तपाईँको झुण्डको एक जनासँग कथा बाँड्ने अभ्यास गर्नुहोस् ।
- कथा सुनाउनको लागि ५ जना मानिसहरु छान्नुहोस् । यो हप्ता तपाईँले आफ्नो कथा को ५ जनासँग बाँडेको परमेश्वर चाहनुहुन्छ उहाँसँग सोध्नुहोस् ।
- तपाईँको कथा र येशूको कथा यो हप्ता ५ जनालाई सुनाउनुहोस् । प्रत्येक हप्ता यस्तै गर्नुहोस् ।

२. येशूको कथा बाँड्नुहोस्

माथि हेर्नु : १ कोरिन्थी १५: १-८, रोमी ३: २३, रोमी ६:२३

अभ्यास : तपाईँको झुण्डको सबै जनालाई येशूको कथा सुनाउन अभ्यास गर्न लगाउनुहोस् , Evangecube को प्रयोग वा अन्य सरल तरिकाको प्रयोगले । तपाईँको कथा र येशूको कथा यो हप्ता ५ जनालाई सुनाउनुहोस् । प्रत्येक हप्ता यस्तै गर्नुहोस् ।

---

३. पछयाउनु र माछा मार्नु

माथि हेर्नु : मर्कुस १:१६-२०

अभ्यास : खाली कागज लिएर तपाईँले चिन्नुभएका १०० जनाको नाम लेख्नुहोस् (परिवार, साथीहरु, छिमेकीहरु, सहकर्मीहरु, वा सहपाठीहरु) जसलाई येशूको बारेमा सुन्नु आवश्यक छ । तपाईँको कथा र येशूको कथा यो हप्ता ५ जनालाई सुनाउहोस् । प्रत्येक हप्ता यस्तै गर्नुहोस् ।

---

४. बप्तिस्मा

माथि हेर्नु : रोमी ६:३-४, प्रेरित ८:२६-४०

अभ्यास : छेउमा भएको पानीको तलाऊ खोज्नुहोस (नुहाउने बाटा, पौडी खेल्ने ठाउँ, नदी, ताल) र सबै नयाँ विश्वासीहरुलाई बप्तिस्मा दिनुहोस् । उनीहरु विश्वासी हुने बित्तिकै बप्तिस्मा दिने निरन्तर्ता दिनुहोस् । बप्तिस्माको बारेमा अझ बढी जान्नको लागि, यी पदहरु हेर्नुहोस् : प्रेरित २: ३७-४१, ८:५-१३, ८:३६-३८, ९:१०-१९, १०:४७-४८, १६:१३-१५, १६:२७-३४, प्रेरित १८: ५-९ र कोरिन्थी १:१०-१७, प्रेरित १९:१-५, प्रेरित २२:१४-१७) ।

यो हप्ता तपाईँको कथा र येशूको कथा ५ जनालाई सुनाउनुहोस् । यो प्रत्येक हप्ता गर्नुहोस् ।

---

५. बाइबल

माथि हेर्नु : २ तिमोथी ३:१४-१६

अभ्यास : बाइबल अध्ययनको ७ वटा प्रश्नहरु (प्रश्नहरु १-७) कण्ठ गर्नुहोस् र साधारण ढाँचामा भन्नुहोस् ।

तपाईँको कथा र येशूको कथा यो हप्ता ५ जनालाई सुनाउनुहोस्। प्रत्येक हप्ता यस्तै गर्नुहोस् ।

---

६. परमेश्वरसँग कुरा गर्नुहोस्

माथि हेर्नु : मत्ती ६:९-१३

अभ्यास : आफ्नो हातको प्रयोगले परमेश्वरसँग कसरी बोल्ने सिक्नुहोस् । मत्ती ६:९-१३ मा भएको येशूको प्रार्थना झुण्डमा गर्नुहोस् । तपाईँको हातको सहायताले ।

१. पञ्ज = सम्बन्ध । जसरी बुढी औँला र हातको अरु सबै औँलाहरु हातको पञ्जबाट सुरु हुन्छ त्यसरी नै परमेश्वरसँग एक्लै समय बिताउनु उहाँसँगको व्यक्तिगत सम्बन्धको जग हो । “हे हाम्रा स्वर्गमा बस्नुहुने पिता..... ” (मत्ती ६:९) ।
२. बुढी औँला= आराधना। केही माग्नु अगि हामीले परमेश्वरलाई आराधना गर्नुपर्छ भनि बुढी औँलाले स्मरण दिन्छ । “........... तपाईँको नाउँ पवित्र गरियोस्” (मत्ती ६:९)
३. जेठी औँला = समर्पण । त्यसपछि हामी हाम्रो जीवन, परिवार, रुपियाँ-पैसा, काम, भविष्य, सबै थोक समर्पण गर्छौं। “तपाईँको राज्य आओस्, तपाईँको इच्छा पूरा होओस्............ (मत्ती ६:१०) ।
४. बीचको औँला = माग्नु । हाम्रो खाँचोहरु पूरा गर्नुहोस् भनि माग्छौं । “ हाम्रो दैनिक भोजन दिनुहोस्” (मत्ती ६:११)
५. साँइली औँला = क्षमा । अब हामी हाम्रा पापहरु क्षमा गर्नुहोस् भन्छौं र हामीले अरुलाई क्षमा दिनै पर्छ । “हाम्रो अपराध क्षमा गर्नुहोस् जसरी हामीले अरुको अपराध क्षमा गर्छौं” (मत्ती ६:१२) ।
६. कान्छी औँला = अनि हामी सुरक्षा माग्छौं । “हामीलाई परिक्षामा नपार्नुहोस् तर दुष्टबाट बचाउनुहोस्” - मत्ती ६:१३)
७. फेरि बुढी औँला = आराधना । अनि हामीले जसरी सुरु गर्छौं त्यसरी नै महान परमेश्वरको आराधनाद्वारा अन्त्य गर्छौं। “राज्य पराक्रम, शक्ति र महिमा सदा तपाईँकै हो । आमेन । (मत्ती ६:१३) ।

तपाईँको कथा र येशूको कथा यो हप्ता ५ जनालाई सुनाउनुहोस् । प्रत्येक हप्ता यस्तै गर्नुहोस् ।

---

७. गाह्रो परिस्थितिहरु

माथि हेर्नु : प्रेरित ५:१७-४२, मत्ती ५:४३-४४

अभ्यास: तपाईँको नयाँ विश्वासको कारण तपाईँले भोग्नुभएको संघर्षको बारे झुण्डमा बाँड्नुहोस् । तपाईँले भविष्यमा भोग्नसक्ने सघंर्षको बारेमा पनि विचार गर्नुहोस्, त्यस परिस्थितिमा तपाईँले कसरी प्रतिक्रिया दिनुहुन्छ नाटकद्वारा अभ्यास गर्नुहोस्-येशूले सिकाउनु भएझैं प्रेम र साहसको साथ। खाँचोहरु आए अनुसार प्रार्थना गर्नुहोस्। उनीहरुले बाँडे लगतै प्रत्येक जनालाई प्रार्थना गर्नुहोस्।

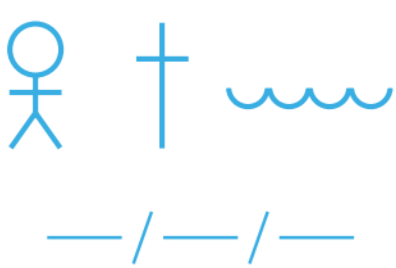
तपाईँको कथा र येशूको कथा यो हप्ता ५ जनालाई सुनाउनुहोस्। प्रत्येक हप्ता यस्तै गर्नुहोस्।

---

८. मण्डली बन्नुहोस्

माथि हेर्नु : प्रेरित २:४२-४७, १ कोरिन्थी ११:२३-३४

अभ्यास : वचनको खण्डहरुमा उल्लेख गरिएका मण्डलीहरु जस्तै हुनलाई के गर्नुपर्छ आफ्नो झुण्डमा छलफल गर्नुहोस् । झुण्डमा तपाईँले खाली कागजमा डट् डट् गर्दै गोलो बनाउनुहोस् जसले तपाईँको मण्डलीलाई प्रतिनिधित्व गर्छ । त्यसको माथि ३ वटा शंख्याहरु लेख्नुहोस् : निरन्तर मण्डली आउने शंख्या (लठ्ठीको चित्रमा), येशूमा विश्वास गर्नेको शंख्या (क्रुस) र विश्वास पछि बप्तिस्मा लिनेको शंख्या (पानी)।



यदि तपाईँको झुण्डले मण्डली हुने प्रतिबद्धता गरेको छ, डट् डट् लाइनलाई ठोस लाइन बनाउनुहोस् । यदि तपाईँले यी कुराहरु निरन्तर अभ्यास गर्नुहुन्छ भने यी कुराहरुको चित्र गोलो भित्र बनाउनुहोस्। यदि तपाईँहरुले यी कुराहरु अभ्यास गर्नुहुन्न र यी कुराहरु गर्नको लागि बाहिरबाट अरु नै आउनुपर्छ भने यी तत्वहरु गोलोको बाहिर बनाउनुहोस्।

१. मण्डली बन्ने प्रतिबद्धता : डट् डट् लाइन होइन ठोस लाइन।
२. बप्तिस्मा- पानी
३. बाइबल-पुस्तक
४. रोटी र पानीको गिलास
५. सगंती- हृदय
६. दिनु र सेवाकाई- पैसाको चिन्ह
७. प्रार्थना- प्रार्थना गर्दै गरेको हात
८. प्रशंसा - उचाल्दै गरेको हात
९. मानिसहरुलाई येशूको बारेमा सुनाएको- साथी साथी हात समातेका
१०. उनले विश्वासमा डोर्‍याएको
११. अगुवाहरु- दुई वटा हाँस्दै गरेका अनुहारहरु

स्वस्थ्य मण्डली हुनको लागि चाहिने तपाईँको मण्डलीमा के कुराको कमी छ ?

तपाईँको कथा र येशूको कथा यो हप्ता ५ जनालाई सुनाउनुहोस्। प्रत्येक हप्ता यस्तै गर्नुहोस्।

अब कहाँ ?

३/३ आविष्कार पदचिन्ह वा ३/३ बलियो पदचिन्ह वा बाइबलको कुनै पुस्तक, जस्तै युहन्ना वा मर्कुस (एक पटकमा एउटा) बाट अध्ययन गर्नुहोस्।

आविष्कार श्रींखला

(बाइलसँग परिचित हुनु र बाइबलको पृष्ठभूमि थाहा पाउनुपर्ने झुण्डको लागि)।

"माथि हेर्नु" खण्डको लागि निम्न पदहरु प्रयोग गर्नुहोस् । कुनै पदहरुको लागि तपाईँको झुण्डलाई एक पटक भन्दा बढी भेट्नुपर्ने हुनसक्छ ।

परमेश्वरको बारेमा थाहा गर्नुहोस् – परमेश्वर को हुनुहुन्छ र उहाँ कस्तो हुनुहुन्छ ?

१. सृष्टि- उत्पत्ति १
२. मानिसहरुको अनाज्ञाकारिता- उत्पत्ति २
३. नोआ र जलप्रलाय- उत्पत्ति ६:५-८:१४
४. नोआसँग परमेश्वरको प्रतिज्ञा- उत्पत्ति ८:१५-९:१७
५. परमेश्वर अब्राहामसँग बोल्नुभएको -उत्पत्ति १२:१-७, १५:१-६
६. दाउद अब्राहामको वशंको राजा भएको शमूएल १६:१-१३, २ शमूएल ७:१-२८
७. दाऊद र बतशेबा २ शमूएल ११:१-२७
८. नातानको कथा -२ शमूएल १२:१-२५
९. मुक्तिदाता आउने बारेमा परमेश्वरको प्रतिज्ञा- यशैया ५३
१०. परमेश्वरले मुक्तिदाता आउनुहुन्छ भनि प्रतिक्षा गर्नुहुन्छ- यशैया ५३

येशूको बारेमा थाहा गर्नुहोस्- येशू को हुनुहुन्छ र उहाँ किन आउनुभयो?

१. मुक्तिदाता जन्मिनु भएको - मत्ती १:१८-२५
२. येशूको बप्तिस्मा- मत्ती ३:७-९, १३-१५
३. भूत लागेको मानिसको छुटकारा - मर्कुस ५:१-२०
४. येशूले आफ्ना भेडाहरु कहिल्यै हराउनुहुन्न - युहन्ना १०:१-३०
५. अन्धो निको भएको - लुका १८:३१-४२
६. येशू र जखायस -लुका १९:१-९
७. येशू र मत्ती - मत्ती ९:९-१३
८. येशू मात्रै बाटो- युहन्ना १४:१-१५
९. पवित्र आत्मा आउँदै हुनुहुन्छ- युहन्ना १६:५-१५
१०. अन्तिम भोज- लुका २२:१४-२०
११. पक्राउ र जाँच-लुका २२:४७-५३, २३:१३-२४
१२. प्राणदण्ड दिइएको- लुका २३:३३-५६
१३. येशू जिउँदो हुनुहुन्छ- लुका २४:१-७, ३६-४७, प्रेरित १:१-११
१४. विश्वास गर्ने र काम गर्ने- फिलिप्पी ३:३-९

बलियो बनाउने श्रींखला

(नयाँ विश्वासीहरु वा चेलापनको आवश्यक भएका झुण्डहरुका लागि)

येशूले भन्नुहुन्छ - येशूको आधारभूत आज्ञाहरु पानला गर्न सिक । आफ्ना सूचीमा भएका व्यक्तिहरुसँग येशूको बारेमा निरन्तर बाँड ।

१.१ सिक्नु र गर्नु- युहन्ना १४:१५-२१ !
१.२ पश्चताप गर । विश्वास गर । पछ्याओ । मर्कुस १:१४-१७, एफिसी २:१-१०
१.३ बप्तिस्मा लिओ- मत्ती २८:१९, प्रेरित ८:२६-३८
१.४ परमेश्वरलाई प्रेम गर । मानिसहरुलाई प्रेम गर-लुका १०:२५-३७

येशूले यो पनि भन्नुभयो - येशूले भन्नुहुन्छ - येशूको आधारभूत आज्ञाहरु पानला गर्न सिक । आफ्ना सूचीमा भएका व्यक्तिहरुसँग येशूको बारेमा निरन्तर बाँड ।

२.१ परमेश्वरसँग कुरा गर्नु-मत्ती ६:९-१३ । येशूको प्रार्थना गर्ने ढाँचा सिक्नुहोस् र अभ्यास गर्नुहोस् ।
२.२ येशूलाई सम्झिनुहोस् -लुका २२:१४-२०, १ कोरिन्थी ११:२३-३२
२.३ दिनु- प्रेरित ४:३२-३७
२.४ अरुलाई सिकाउने - मत्ती २८:१८-२०

मैले पछ्याएझैँ तिमीहरुले पनि पछ्याऔ –
चेला बनाऔ । आफूले सिकेका कुराहरु अरुलाई पनि सिकाओ । उनीहरुलाई पनि अरुलाई सिकाउन सिकाओ ।

३.१ चेला खोज्नुहोस्– २ तिमोथी १:१–१४
३.२ अरुलाई सिकाओ– २ तिमोथी २:१–४, १४–१६
३.३ उनीहरुलाई पनि अरुलाई सिकाउन सिकाओ–२ तिमोथी ३:१–१७
३.४ गाह्रो परिस्थितिहरु – २ तिमोथी ४:१–२२

तपाईँको ३/३ झुण्ड वृद्धि गर्नुहोस्- तपाईँका चेलाहरु नयाँ ठाउँमा जम्मा गर्नुहोस् ।

४.१ सुरु गर्नुहोस् र योजना बनाउनुहोस- लुका १०:१-११ तपाईँले नयाँ झुण्ड सुरु गर्ने क्रममा येशूको निर्देशनलाई सुन्नुहोस् ।

४.२ सँगै भेला हुनुहोस्- प्रेरित २:१४-४७

४.३ शान्तिको व्यक्ति- मर्कुस ५:१-२०, ६:५३-५६ । येशूको बारेमा आफ्नो कथा बाँड्न चाहने व्यक्तिहरु खोज्नुहोस् । त्यस व्यक्ति र उनको साथीहरु अनि परिवारहरुसँग नयाँ झुण्ड सुरु गर्नुहोस्

४.४ जो तयार छ- मत्ती १३:१-९, १८-२३ ।

अगुवाई गर्नु - ३/३ झुण्ड अगुवाई गर्न सिक्नुहोस् ।

५.१ उदाहरण (यसरी अगुवाई गर्नुहोस्)- युहन्ना १३:१-१७

५.२ उदाहरण (यसरी अगुवाई नगर्नुहोस्)- ३ युहन्ना ५-१४

५.४ हेर्नु- लुका १०:१-११, १७,२०

५.५ छोड्नु- मत्ती २५:१४-३०

स्थानीयमा जानुहोस् : तपाईँको स्थानीय समुदायमा कसरी पुग्ने सिक्नुहोस् ।

६.१ जाओः स्थानीय- प्रेरित १:१-८

६.२ गरीबलाई सहयोग गर । सुसमाचार बाँड- लुका ७:११-२३

६.३ परमेश्वरले जहाँ पठाउनुहुन्छ त्यहीँ जाओ- प्रेरित १०:९-४८

६.४ योजनासहित जानुहोस्- प्रेरित १३:१-३, ३२-३३, ३८-३९, ४:२१-२३, २६-२७

जाओ : विश्वव्यापी- संसारको अन्त्यसम्म कसरी पुग्ने सिक्नुहोस्।

७.१ जाओ : विश्वव्यापी- प्रेरित १:१-८, मत्ती २८:१९-२०

७.२ परमेश्वरले जहाँ पठाउनुहुन्छ त्यहीँ जाओ- प्रेरित ८:२६-३८

७.३ परमेश्वरले हरेक जातिलाई प्रेम गर्नुहुन्छ- युहन्ना ४:४-३०, ३९-४१

७.४ योजनासहित जानुहोस्- प्रेरित १३: १-३, ३२-३३, ३८-३९, १४:२१-२३, २६-२७ ।

आधारभूत कुराहरु याद गर्नुहोस् । तपाईँहरु भेला हुँदा के गर्ने सिक्नुहोस् ।

८.१ येशू पहिलो हुनुहुन्छ- फिलिप्पी २:१-११

८.२ परमेश्वरसँग कुरा गर्नुहोस्- मत्ती ६:९-१३

८.३ समुदाय- हिब्रु १०:२३-२५

८.४ बाइबल - २ तिमोथी ३:१०-१७

प्रतिबद्धता गर्नुहोस् - निरन्तर बलियो भएर येशूलाई पछयाउनुहोस्।

९.१ अनाज्ञाकारिता -योना १

९.२ प्रतिबद्धता गर- योना ३

९.३ आज्ञापालन गर- योना ३

९.४ पूर्ण रुपमा आज्ञापालन गर - योना ४

९.५ कि चलाउनुहोस् कि गुमाउनुहोस्- मत्ती २५:१४-३०

अब कता ?

आफ्नै बाइबल खण्ड छान्नुहोस् र निरन्तर भेला हुनुहोस् । एउटै प्रश्नहरु र झुण्ड भेलाको ढाँचा प्रयोग गर्नुहोस् । भेला हुन नछोड्नुहोस् ।

चेला वृद्धि गर्दै