

प्रशस्तताको जीवन



Abundant Living

CS 203 @

Nepali

प्रशस्तताको जीवन

ख्रीष्टियान चरित्रको विषयमा एक अध्ययन

स्वयम्-अध्ययन पाठ्यपुस्तक

लेखक - एन्टोनियो गिल्वर्टो डा सिल्वा

अनुवादक - बाल कृष्ण शर्मा

आई सी आई युनिभर्सिटी

प्रकाशक

आई सी आई युनिभर्सिटी
पो. ब. नं. ४२४५
काठमाण्डौ, नेपाल

प्रति: १०००

© १९९७ सर्वाधिकार सुरक्षित
आई सी आई युनिभर्सिटी

Published by
ICI University
P.O. Box 4245
Kathmandu
Nepal

© ICI University
First Edition 1990
Reprint 1997
Abundant Living

विषय सूची

	पृष्ठ
पाठ्यक्रमको परिचय	५
भाग एक: परमेश्वरसँगको सम्बन्धमा आत्माको फल	१४
पाठ	
१. स्त्रीष्टियान चरित्र: आत्माको फल	१६
२. प्रेम: छात्रे फल	५०
३. आनन्द: अनुग्रहको फल	८६
४. शान्ति: भरोसाको फल	११६
भाग दुई: अरूहरूसँगको सम्बन्धमा आत्माको फल	१४८
५. धीरज (सहनशीलता) निरन्तर प्रयत्नको फल	१५०
६. दया र भलाइ: जुम्ल्याह फल	१८२
भाग तीन: आफैसँगको सम्बन्धमा आत्माको फल	२१६
७. विश्वासयोग्यता: विश्वासको फल	२१८
८. नम्रता: समर्पणपनको फल	२५४
९. आत्म-संयम: अनुशासनको फल	२८०
१०. फलफलाउने: यसको विरुद्धमा कुनै नियमनै छैन	३०८
कृतिसूची:	३२७
शब्दकोश	३२८
स्वयम् - जाँचका उत्तरहरू	३४२

आई. सी. आई. स्त्रीष्टियान सेवा कार्यक्रम

आई. सी. आई. स्त्रीष्टियान सेवा कार्यक्रमका १८ वटा पाठ्यपुस्तकहरूमध्ये यो एउटा पाठ्यपुस्तक हो। बाँयापट्टि दिइएको चिन्हले यो पुस्तकलाई कहिले पढिनुपर्छ भन्ने कुराको बोध गराउँछ। यी पाठ्यपुस्तकहरूलाई ६, ६ वटा पुस्तक गरी तीन खण्डमा विभाजन गरिएको छ। सत्यताको कुनेढुङ्गो भनिने यो पुस्तक भाग १ को तेस्रो पाठ्यपुस्तक हो। पाठ्यपुस्तकहरूलाई उचित क्रममा अध्ययन गर्नाले तपाईंले यसबाट धेरै फायदा उठाउन सक्नुहुन्छ।

स्त्रीष्टियान सेवा कार्यक्रमका अध्ययन विषयहरूलाई स्त्रीष्टियान सेवकहरूले विशेष रूपमा प्रयोग गर्न सक्नु भन्ने उद्देश्य राखी स्वयम्-अध्ययन प्रणालीको विकास गरी तयार पारिएको छ। यी पाठ्यक्रमहरूले एक विद्यार्थीलाई व्यावहारिक स्त्रीष्टियान सेवामा खाँचोपर्ने बाइबल ज्ञान र कुशलता प्रदान गर्नेछन्। तपाईंले यो पाठ प्रमाणपत्र पाउनलाई वा व्यक्तिगत उन्नतिको लागि अध्ययन गर्नसक्नुहुन्छ।

कृपया, पाठ्यपुस्तकको परिचयलाई बडो होशियारीसाथ पढ्नुहोस्। पाठ्यपुस्तकका उद्देश्यहरूको प्राप्तिको निमित्त तपाईंले यी सबै निर्देशनहरूलाई पालन गर्नु महत्वपूर्ण छ र त्यसपछि विद्यार्थी प्रतिवेदनहरूको निमित्त तयारी हुनुहोस्।

यस पाठ्यपुस्तक सम्बन्धी सबै चिठी पत्रहरू आई. सी. आई.को ठेगानामा पठाउनुहोला:

पाठ्यक्रमको परिचय

पवित्र आत्मा र प्रशस्तताको जीवन

एक प्रख्यात बेलायती ख्रीष्टियान वैज्ञानिकका नजीकका एक मित्र थिए। उनले ख्रीष्टियान विश्वासमा शंका गरी मानव स्वभावको सम्बन्धमा आफ्नै विचार व्यक्त गरेका थिए। सबै मानिसहरूमा विस्तारै सिद्ध हुने शक्ति र स्वयम् विकासशीलताका गुणहरू छन् भन्ने विश्वास उनमा थियो। तर ती वैज्ञानिकले यस विचारको घोर विरोध गरे र भने, कि युगौंदेखि असंख्य मानिसहरूले आफूलाई सिद्ध तुल्याउने कोशिश गरे, तर तिनीहरू सबै असफल भएका छन्।

आफ्नो भनाइलाई अभै स्पष्ट तुल्याउन, ती वैज्ञानिकले आफ्नो सुन्दर फूल बगैंचाको एक खण्डलाई गोडमेल नगरीकनै त्यसै छोड्ने निश्चय गरे। बगैंचाको अरू खण्डहरूलाई भने दिनदिनै बडो मेहनतसाथ हेरचाह गरियो। गोडमेल नगरिएका फूलहरूलाई छिट्टै नै घाँसले छोप्यो र पानी र मल नदिइएको कारणले बोटहरू ओइलाउँदै गए। ती वैज्ञानिकका साथीले बगैंचाको त्यस भागलाई देखेपछि “बगैंचाको यस खण्डलाई किन हेरचाह नगरिएको?” भनी उनीसँग सोधे।

‘मैले यसको वास्ता नगरेको हुँदै होइन। जीवित वस्तुहरू स्वयम् विकास हुन्छन् भन्ने तपाईंको सिद्धान्तलाई मात्र व्यवहारमा लगाएको हुँ।’

फूलको सुन्दर बगैंचा त्यसै सुन्दर हुनसक्दैन भनी वैज्ञानिकले दिएको उदाहरणले मानिसको सुन्दर चरित्र पनि घटनात्मक रूपमा

आउनसक्तैन भनी बताउँछ। पवित्र आत्माले विश्वासीहरूको जीवनमा आफ्नो फल उत्पन्न गर्नुहुँदा ख्रीष्टियान स्वभावको विकास हुन्छ। गलाती ५:२२-२३ मा वर्णन गरिएको आत्माको फल हाम्रो जीवनमा पवित्र आत्माको भित्रिय उपस्थितिको नतिजा हो। गलाती ५:२२ मा प्रयोग गरिएको फलको एक वचन रूपले त्यस फलको नौ गुणहरूमा प्रभु येशू ख्रीष्टको चरित्रलाई एकता र मिलापमा पुनःउत्पन्न गरिएको कुराको सम्बोधन गर्छ।

एक ख्रीष्टियानले आफ्नो आत्मिक नयाँ जन्ममा आफैलाई ख्रीष्टसँग परिचित पाउँछ। ख्रीष्ट हाम्रो पापको निम्ति मर्नुभएको र महिमित र विजयतासाथ फेरि बौरिउठ्नुभएको हुनाले, हामी पनि पुराना स्वभावका दुष्ट कुराहरूको लेखि उहाँसँगै क्रूसमा मरेर गाडिएका पनि छौं। पवित्र र परमेश्वरको अगाडि डराउने हाम्रो नयाँ जीवनले हाम्रो उद्धारकर्ताको चरित्र र स्वभाव प्रकट गराउँछ।

गलाती ५ अध्यायमा हामी पुरानो, दुष्ट स्वभावको स्पष्ट चित्रण “शरीरका कामहरू” (गलाती ५:१६-२१) र ख्रीष्टमा भएको नयाँ जीवनको बारेमा “आत्माको फल” (गलाती ५:२२-२३) देरूनसक्छौं। परमेश्वरले आफ्ना सन्तानहरूको निम्ति यस्तो फलदायक र प्रशस्तताको जीवन दिने इच्छा गर्नुभएको छ।

यस अध्ययनको पाठ्यक्रमलाई तीन खण्डहरूमा विभाजन गरिएको छ। खण्ड एकमा प्रेम, आनन्द र शान्तिका तीन स्वभाव (चरित्र) हरूको अध्ययन गरिने छ, जुन चाहिँ परमेश्वरसँगको हाम्रो सम्बन्धको सीधै नतिजा वा हाम्रो माथिको जीवन हो। खण्ड दुईले धीरज, दया, भलाइका विषयहरू लिएर छलफल गरेको छ, जुनचाहिँ अरूहरूसँगको हाम्रो सम्बन्धबाट विकास हुन्छ। यो हाम्रो बाहिरीय जीवन हो। खण्ड तीनले ख्रीष्टियानहरूले फलाउने विश्वासयोग्यता, नम्रता र आत्म-संयमका फलहरूको बारेमा बताएको छ, जसले उसको भित्रिय जीवनको प्रदर्शित गर्छ। जब एक ख्रीष्टियानले आफूभित्र बासगर्नुहुने पवित्र आत्माको अगुवाइमा

पाठ्यक्रमको परिचय

आफैलाई समर्पण गर्छ भने ख्रीष्टियान स्वभावका यी सबै गुणहरू उसमा उत्पन्न गरिन्छन्।

यस पाठ्यक्रममा आत्माको फल भन्ने शब्द समूहले गलाती ५:२२-२३ मा सूची बनाइएका ख्रीष्टियान चरित्रका नौ गुणहरूको सम्बोधन गर्छ। यद्यपि, परिचयको निमित्त कहिलेकहीं हामीले आत्मिक फलका यी नौ रूपहरूमध्ये “आनन्दको फल” वा “आत्म-संयमको फल” भनी एउटालाई सम्बोधन गर्छौं। यसलाई याद गर्नुहोस्, कि हरेक चरित्र आत्माको फलको एक स्वरूप मात्र हो।

पाठ्यक्रमको वर्णन

प्रशस्तताको जीवन: ख्रीष्टियान चरित्रको विषयमा एक अध्ययन भन्ने पुस्तक गलाती ५ अध्याय र सम्बन्धित बाइबलका पदहरूबाट तयार पारिएको एक व्यावहारिक अध्ययनको पाठ्यक्रम हो। यसले ख्रीष्टियान गुणहरूको विकासमा र ख्रीष्टियान सम्बन्ध र सेवाको कार्यमा जोड दिन्छ। बाइबल आधारित परिभाषा र उदाहरणहरूले आत्मिक फलका नौ रूपहरूलाई जोड दिन्छन् र व्यक्तिगत ख्रीष्टियान जीवनका यी चरित्रहरूसँग सम्बन्ध राख्ने व्यावहारिक पक्षलाई पनि ध्यान दिएका छन्। यस पाठ्यक्रमले विद्यार्थीलाई ख्रीष्टियान फल फलाउने सिद्धान्त र प्रभावशाली ख्रीष्टियान सेवा र आत्मामा प्रशस्तताको जीवनको निमित्त ख्रीष्टको जस्तो चरित्रको निरन्तर विकास हुन आवश्यक छ भनी बुझ्न सहायता पुऱ्याउँछ। विद्यार्थीले आफ्नो जीवनमा ख्रीष्टियान चरित्रका गुणहरूको विकास गर्न र आफ्नो प्रतिदिनको अनुभवमा यी गुणहरूलाई प्रयोग गर्ने हौसला प्राप्त गर्छ।

पाठ्यक्रमका उद्देश्यहरू

यस पाठको अध्ययनपछि तपाईंले:

१. आत्माको फलको नौ विशेषताहरूको सूची बनाएर बाइबलमा प्रयोग भएको आधारमा हरेकको परिभाषा दिनसक्नुपर्नेछ।
२. फल फलाउने, ख्रीष्टको जस्तो स्वरूप, ख्रीष्टियान चरित्रको निरन्तर विकास, र ख्रीष्टियान स्वतन्त्रताको बाइबल आधारित धारणालाई व्याख्या गर्नसक्नुपर्नेछ।
३. दैनिक सम्बन्ध र अनुभवहरूमा ख्रीष्टको जस्तो चरित्र प्रदर्शित गर्नु भनेको अर्थ के हो सो व्याख्या गर्नसक्नुपर्नेछ।
४. पवित्र आत्मालाई तपाईंको जीवनको अधीन गर्न दिनुहुँदा ख्रीष्टियान फल फलाउने सिद्धान्तलाई दिनप्रतिदिन व्यवहारमा प्रयोग गर्नसक्नुपर्नेछ।

पाठ्यपुस्तक

तपाईंले प्रशस्तताको जीवन भन्ने पाठ्यपुस्तक प्रयोग गर्नुहुनेछ। यस पाठ्यक्रमको निम्ति "ख्रीष्टियान चरित्रको विषयमा एक अध्ययन" भन्ने पुस्तकलाई पाठ्यपुस्तक र अध्ययन-सहायकको रूपमा प्रयोग गर्नुहुनेछ।

अध्ययन-समय

प्रत्येक पाठ अध्ययन गर्नलाई कति समय दिइनुपर्छ भन्ने कुरा पाठ्यक्रमको शुरू गर्नुभन्दा पहिले विषय वस्तुमा भएको तपाईंको ज्ञान र अध्ययन कुशलताको शक्तिमा भरपर्छ।

पाठ्यक्रमको परिचय

पाठ संगठन र अध्ययन नमूना

प्रत्येक पाठमा यी भागहरू छन्: १) पाठको शीर्षक, २) शुरूको वाक्य, ३) पाठको रूपरेखा ४) पाठका उद्देश्यहरू, ५) सिक्ने क्रियाकलाप, ६) मुख्य शब्दहरू, ७) अध्ययन प्रश्नहरूसहित पाठको विकास, ८) स्वयम् जाँच (पाठ विकासको अन्तमा), ९) अध्ययन प्रश्नहरूका उत्तरहरू।

पाठको रूपरेखा र उद्देश्यले तपाईंलाई विषयको परिचय, मुख्य कुराहरूमा ध्यान, र तपाईंले के कुरा सिक्नुपर्छ सो बताउँछन्।

अध्ययन सहायक पुस्तिकामा भएको खाली ठाउँमा नै तपाईंले प्रायःजसो प्रश्नहरूको उत्तर लेख्न सक्नुहुन्छ। लामो खालका उत्तरहरू अभ्यास पुस्तिकामा लेख्नुपर्छ। आफ्नो अभ्यास पुस्तिकामा लामो उत्तरहरू लेख्दा, पाठको शीर्षक र अङ्क लेख्न नभुल्नुहोस्। किनकि यसले तपाईंलाई पछि विद्यार्थी एकाइ प्रतिवेदन भर्नको निमित्त सहायता गर्छ।

सोधिएको प्रश्नमा तपाईंको आफ्नो उत्तर नदिईकन पुस्तकका उत्तरहरू नहेर्नुहोस्। यदि तपाईं आफैले उत्तर दिनुभयो भने अध्ययन गरेको कुरा राम्रोसँग सम्झन सक्नुहुन्छ। तपाईंले अध्ययन प्रश्नहरूको उत्तर दिइसकेपछि, आफ्नो उत्तर ठीक छ, कि छैन भनी पाठको अन्तमा दिइएका उत्तरहरूसँग जाँचन सक्नुहुन्छ। पाठको अन्त्यमा दिइएका उत्तरहरूलाई हेरेर तपाईंले बेठीक गर्नुभएका उत्तरहरूलाई ठीक गर्न सक्नुहुन्छ। उत्तरहरू क्रमिक रूपमा लेखिएका छैनन्, र तपाईंले उत्तर हेर्दा अर्को दोस्रो प्रश्नको उत्तर देख्नुहुन्न।

यी अध्ययन प्रश्नहरू धेरै महत्वपूर्ण छन्। यी प्रश्नहरूले तपाईंलाई पाठका मुख्य विचारहरू सम्झन र सिकेका कुराहरूलाई व्यवहारमा प्रयोग गर्न सहायता पुऱ्याउँछन्।

प्रश्नहरूको उत्तर कसरी दिनुपर्छ

यस अध्ययन सहायक पुस्तिकामा विभिन्न प्रकारका अध्ययन प्रश्नहरू र स्वयम्-जाँच प्रश्नहरू छन्। तल विभिन्न प्रकारका प्रश्नहरूको उदाहरण, र ती प्रश्नहरूको उत्तर कसरी दिनुपर्छ भनी बताइएको छ। भिन्नै प्रकारका प्रश्नहरू बीचतिर देखिए भने, तिनीहरूलाई कसरी उत्तर दिनुपर्छ भनी विशेष निर्देशन दिइनेछ।

छोटो-उत्तर प्रश्नले तपाईंलाई कुनै वाक्य पूरा गर्न वा छोटो उत्तर लेख्न लगाउँछ। तपाईंको उत्तरको लागि अलिकति खाली ठाउँ पनि छोडिएको हुन्छ।

उदाहरण

१. कसद्वारा गलातीहरूको मण्डलीलाई पत्र लेखिएको थियो?
..... **प्रेरित पावल**

माथि देखाइए जस्तै, आफ्नो अभ्यास-पुस्तिकाको खाली ठाउँमा उत्तर लेख्नुहोस्।

ठीक उत्तर चुन्नुपर्ने प्रश्नले तपाईंलाई दिइएका विभिन्न उत्तरहरूबाट ठीक उत्तर चुन्न लगाउँछ।

उदाहरण

२. बाइबलमा कतिवटा पुस्तकहरू छन्?

क. १०० पुस्तकहरू

ख. ६६ पुस्तकहरू

ग. २७ पुस्तकहरू

पाठ्यक्रमको परिचय

ठीक उत्तर चाहिँ ६६ वटा पुस्तकहरू हो। यहाँ तल देखाइएको जस्तै तपाईंको अध्ययन सहायक पुस्तिकामा (ख) को वरिपरि घेरा लगाउनुहोस्:

२. बाइबलमा कतिवटा पुस्तकहरू छन्?

क. १०० पुस्तकहरू

(ख) ६६ पुस्तकहरू

ग. २७ पुस्तकहरू

(कुनै कुनै ठीक उत्तर चुन्ने प्रश्नमा एकभन्दा बढी उत्तरहरू ठीक हुनसक्छन्। यदि यस्तो छ भने ठीक उत्तरको अगाडिको अक्षरमा घेरा लगाउनुहोस्।)

ठीक-बेठीक प्रश्नले तपाईंलाई दिइएका वाक्यहरूबाट कुन कुन ठीक हुन् सो छान्न लगाउँछ।

उदाहरण

३. तल दिइएका कुन कुन बयानहरू ठीक छन्?

क. बाइबलमा जम्मा १२० वटा पुस्तकहरू छन्।

(ख) बाइबल आजका विश्वासीहरूका निमित्त परमेश्वरको सन्देश हो।

ग. बाइबलका लेखकहरू सबैले हिब्रू भाषामा लेखे।

(घ) बाइबल लेख्ने व्यक्तिहरूलाई पवित्र आत्माले प्रेरणा दिनुभएको थियो।

माथि दिइएका बयानहरूमध्ये ख, र घ, ठीक छन्। माथि देख्नुभए जस्तै तपाईंले छान्नुभएका यी दुई अक्षरहरूमा घेरा लगाउनुहोस्।

जोडा मिलाउने प्रश्नले तपाईंलाई दिइएका मिल्दोजुल्दो कुराहरूबाट ठीक कुरा मिलाउन लगाउँछ। जस्तै नामहरूसँग वर्णन, अथवा बाइबलका पुस्तकहरूसँग तिनीहरूका लेखकहरूको जोडा मिलाउनसकिन्छ।

उदाहरण

३. प्रत्येक बयानको अगाडि अगुवाले गरेको कामको वर्णनमा उसको संख्या लेख्नुहोस्।

- | | |
|--|----------|
| १ क. सिनै पर्वतमा व्यवस्था पाएका | १) मोशा |
| २ ख. इस्राएलीहरूलाई यर्दन नदी पार गराएका | २) यहोशू |
| ३ ग. यरीहो शहरको वरिपरि घुमेका | |
| ४ घ. फिरऊन राजाको दरबारमा बसेका | |

क. र घ. मा दिइएको बयान मोशाको जीवनीसँग र ख. र ग. मा भएको बयान यहोशूसँग मिल्छ। माथि देखाएजस्तै तपाईंले १ संख्या क. र घ. को पछाडि र २ संख्या ख. र ग. को पछाडि लेख्न सक्नुहुन्छ।

यस पाठ्यपुस्तक अध्ययन गर्ने तरिका

यदि यो पाठ्यपुस्तक तपाईं आफै अध्ययन गर्नुहुन्छ भने यसमा सोधिएका प्रश्नहरूका जवाफ हुलाकद्वारानै पठाउनसक्नुहुन्छ। आई. सी. आई.-ले यस पाठ्यपुस्तकलाई स्वयम्-शिक्षण प्रणालीमा विकास गरेको भएतापनि यसलाई कुनै समूह वा कक्षामा पनि अध्ययन गर्नसकिन्छ। कुनै समूह वा कक्षामा अध्ययन गरिएको खण्डमा त्यहाँका निर्देशकको निर्देशनलाई पनि पालन गर्नुहोस्।

पाठ्यक्रमको परिचय

तपाईंले यस पाठ्यपुस्तकलाई घरेलु बाइबल अध्ययन समूह वा मण्डलीको कक्षामा वा बाइबल स्कूलमा प्रयोग गर्नचाहनुहुन्छ होला। यी उद्देश्यहरूका लागि यसमा भएका विषयवस्तु र अध्ययन प्रणाली उत्तम ठहरिएको छ।

विद्यार्थी प्रतिवेदन एकाइ

यस पाठ्यपुस्तकको साथसाथै तपाईंले विद्यार्थी प्रतिवेदन एकाइ पनि प्राप्त गर्नुभएको होला। यस पाठ्यपुस्तक र विद्यार्थी प्रतिवेदनमा उल्लेख गरिएका निर्देशनअनुसार यसमा सोधिएका प्रश्नहरूका जवाफ दिनुहोस्। तपाईंको अध्ययन सम्बन्धित सुभावहरू प्राप्त गर्नको निम्ति र तपाईंले दिनुभएका उत्तरहरूका जाँचको लागि त्यस उत्तर पृष्ठलाई आफ्नो निर्देशककहाँ पठाउन नभुल्नुहोस्।

प्रमाण-पत्र

यस पाठ्यपुस्तकको अध्ययनको समाप्ति र तपाईंले लेख्नुपर्ने अन्तिम जाँचको उत्तम नतिजाको आधारमा तपाईंलाई प्रमाण-पत्र प्रदान गरिनेछ।

तपाईंको आई. सी. आई. निर्देशक

तपाईंलाई सहायता पुऱ्याउनको निम्ति तपाईंका निर्देशक सधैंभरि इच्छुक हुनुहुन्छ। यदि पाठ वा विद्यार्थी प्रतिवेदन सम्बन्धी तपाईंमा केही प्रश्नहरू छन् भने, तपाईंले उहाँसँग प्रश्न सोध्नसक्नुहुन्छ। यदि धेरै व्यक्तिहरूले मिलेर यस पाठलाई अध्ययन गर्ने विचार गर्नुभएको छ भने, समूह अध्ययनको बन्दोवस्तु मिलाउनको लागि उहाँसँग विन्ती गर्नुहोस्।