

बिहानीको शान्त समय पुस्तिका

“आशिषित”

नेपाल चर्च अफ क्राईष्ट  
बागबजार, काठमाण्डौ

( घरायसी प्रयोजनको लागि मात्र )

(1st - 31st January, 2021)

पहिलो दिन : परमप्रभुको भय मान्नेहरु सबै धन्यका हुन्

भजनसंग्रह- १२८ : १ परमप्रभुको भय मान्नेहरु सबै धन्यका हुन्, जो उहाँका इच्छानुसारका चालहरुमा चल्छन् ।

परमप्रभुको भय नै ज्ञानको सुरु हो (हितोपदेश-१ : ७ )परमप्रभुको भय मान्नु दुष्टतालाई घृणा गर्नु हो ( हितोपदेश-८ : १३)

यदि हामी परमेश्वरको मान्छौं भने हामी धन्यका हौं । जब हामी परमेश्वरको चालमा चल्छन्, हामी धन्यका हुनेछौं । हामीले कहिले परमेश्वरको भय जान्न सक्छौं ?

हे मेरो छोरो, यदि तैले मेरा वचनहरु ग्रहण गरिस् र मेरा आज्ञाहरु तेरो मनभित्र राखिस् भने, बुद्धिका कुराहरु ध्यान दिइस् र तेरो हृदयलाई समझशक्तिर लगाइस् भने, अन्तर्दृष्टिको लागि पुकार गरिस् र समझशक्ति पाउनलाई चर्को सोरले पुकारिस् भने, यदि तैले चाँदीभैँ त्यसलाई खोजिस् र गाडधनभैँ खनिस् भने, तैले परमप्रभुको भय बुझ्नेछस् र परमेश्वरको ज्ञान प्राप्त गर्नेछस् । (हितोपदेश- २ : १-५)

गर्नुपर्ने काम : भजनसंग्रह १२८ पढ्नुहोस् र प्रार्थना गर्नुहोस्

दोस्रो दिन : धन्य आत्मामा दीन हुनेहरु

मत्ती - ५ : ३ धन्य आत्मामा दीन हुनेहरु, किनभने स्वर्गको राज्य तिनीहरुको हो ।

आत्मामा दीन हुनु भनेको नम्र हुनु, आफ्नो बारेमा सही मुल्यांकन गर्नु हो ।

किनभने मलाई दिइएको अनुग्रहद्वारा तिमीहरुमध्ये हरेकलाई म आग्रह गर्दछु, जसले आफूलाई जस्तो सम्झनुपर्छ त्यसभन्दा बढी नसम्झोस्, तर परमेश्वरले हरेकलाई दिनुभएको विश्वासको नापबमोजिम सन्तुलित विचारले सोचोस् । (रोमी - १२ : ३ )

आत्मामा दीन हुने मानिसले आफूसँग आत्मिक धनसम्पत्ति छैन भनी जान्दछन् । तिनीहरु आत्मिक रुपमा कङ्गाल छन् भनी जान्दछन् । दीन त्यो मानिस हो जसले आफ्नो लागि भिख माग्छन् ।

स्वर्गको राज्य जातजाति, योग्यता, जोश वा धनसम्पत्तिको आधारमा दिइएको छैन । स्वर्गको राज्य दीनहरुलाई दिइएको छ किनकि तिनीहरु केही दिन सक्दैनन् । तिनीहरु दयाको निम्ति कराउँछन् ।

गर्नुपर्ने काम : तपाईं के कुरालाई पकेर बस्नुभएको छ ? के कुराहरु छन् जसलाई त्याग्न तपाईंलाई अप्ठ्यारो भइरहेको छ ? परमेश्वरसँग दयाको निम्ति बिन्ती गर्नुहोस् ।

## तेस्रो दिन : शोक गर्नेहरु धन्यका हुन्

**मत्ती- ५ : ४ धन्य शोक गर्नेहरु, किनभने तिनीहरुले सान्त्वना पाउनेछन्**

येशूले हाम्रा पापहरुको परिणामबाट आइपर्ने शोकको बारेमा बोल्नुभएको होइन, तर हामी परमेश्वरबाट टाढा भएको कारणले परमेश्वरको सामु गर्ने गहिरो शोक वा बिलाप हो । कुनै पनि व्यक्ति वा समाजको नाजुक अवस्थालाई हेरेर मानिसहरु रुन्छन् भने जो शोक गर्छन् तिनीहरु पाप र त्यसको परिणामहरु माथी विलाप गर्छन् ।

यो शोक भनेको इश्वरीय शोक हो जसले मुक्तिको लागि पश्चाताप उत्पन्न गराउँछ । २ कोरिन्थी ७ : १० मा लेखिएको छ : किनभने इश्वरीय शोकले मुक्तिको निम्ति पश्चाताप उत्पन्न गर्छ र त्यसमा पछुतो हुँदैन, तर साँसरिक शोकले भने मृत्यु उत्पन्न गर्छ ।

जो आफ्नो पाप र पापमय अवस्थाको बारेमा शोक गर्छन् तिनीहरुलाई सान्त्वनाको प्रतिज्ञा दिइएको छ । परमेश्वरले यस्तो शोक हाम्रो जीवनमा गन्तव्यको रूपमा होइन तर पश्चातापको एउटा बाटोको रूपमा ल्याउनुहुन्छ ।

**गर्नुपर्ने काम : तपाइ आफ्नो जीवनमा, परिवारमा, समाजमा के कस्ता पापहरु देख्नुहुन्छ ? छुटकाराको निम्ति प्रार्थना गर्नुहोस् ।**

## चौथो दिन : धन्य नम्रहरु

**मत्ती - ५ : ५ धन्य नम्रहरु, किनभने तिनीहरुले पृथ्वीको अधिकार पाउनेछन्**

नम्र हुनु भनेको कमजोरी होइन । यो भनेको कसैको अधिनमा रहनु हो । यसलाई बुझ्नको लागि हामी युद्धमा जाने घोडाको उदाहरणबाट हेरौं ।

पहिलो दृश्य : तपाइ घोडा चढ्दै हुनुहुन्छ । तपाइ घोडालाई जता लैजान चाहनुभएता पनि घोडाले तपाइलाई बोकेर लैजान्छ । घोडाले तपाइको हरेक आदेशलाई पालना गरेर तपाइमा आत्मसमर्पण गर्छ ।

दोस्रो दृश्य : तपाइ घोडा हुनुहुन्छ । के तपाई येशूलाई उहाँले जहाँ चाहनुहुन्छ बोकेर लैजानुहुन्छ ? ढुङ्गेनी जमिन, पहाडहरु चढ्नु, पानी नै पानी भएको ठाउँ भएर जानु, सबै बाँणहरुलाई सहनु, सत्रुहरुलाई भेट्नु,..... सोच्नुहोस्, के तपाइ येशूलाई बोक्नुहुन्छ ?

हामी त्यतिबेला मात्र नम्र हुन्छौं , हाम्रो अधिकार र सौभाग्यका इच्छाहरुलाई नियन्त्रण गर्छौं जब परमेश्वरले हाम्रो हेरचाह गर्नुहुन्छ र हामीलाई सुरक्षित राख्नुहुन्छ भन्ने कुरामा निर्धक्क हुन्छौं । नम्रहरुले पृथ्वीको अधिकार पाउनेछन् ।

**गर्नुपर्ने काम : परमेश्वरले तपाइको हेरचाह गर्नुभएकोमा उहाँलाई धन्यवाद दिनुहोस् । तपाइ नम्र हुनुभएकोमा परमेश्वरले दिनुभएको जितहरुको बारेमा सम्झनुहोस् र उहाँको प्रशंसा गर्नुहोस् ।**

## पाँचौ दिन : धन्य धार्मिकताको निम्ति भोकाउने र तिर्खाउनेहरू

**मत्ती- ५ : ६ धन्य धार्मिकताको निम्ति भोकाउने र तिर्खाउनेहरू, किनभने तिनीहरू तृप्त हुनेछन्**

स्वस्थ मानिसमा शारीरिक भोक र तिर्खा हुनु भनेको प्राकृतिक हो । यसले स्वास्थ्यलाई देखाउँछ , यो वास्तविक हो र यसले कष्ट ल्याउँछ र मानिसलाई डोच्याउन सक्छ ।

यो यस्तो तृष्णा हो जो अनन्तकालसम्म सन्तुष्ट हुन सक्दैन । हामी खीष्टियानहरू शक्ति, अधिकार, सफलता, आराम, खुसीको भोको भएको देख्छौं । तर कति जना धार्मिकताको निम्ति भोकाउछौं र तिर्खाउछौं ?

येशूले भोकोहरूलाई तिनीहरूले खान सक्ने भन्दा पनि बढी तृप्त पार्ने वाचा गर्नुभएको छ । यसले हामीलाई सन्तुष्ट पार्ने र अरु धेरै तृष्णा गर्न पनि मदत गर्दछ ।

**गर्नुपर्ने काम :** तपाईं अन्तिम पटक कहिले धार्मिकताको निम्ति भोकाउनु र तिर्खाउनुभयो ? आज तपाईं के कुराको लागि भोकाउनु र तिर्खाउनुहुन्छ ? यसको लागि प्रार्थना गर्नुहोस् ।

## छैटौँ दिन : धन्य दयावन्तहरू

**मत्ती- ५ : ७ धन्य दयावन्तहरू, किनभने तिनीहरूले दया पाउनेछन्**

जब यो उपदेश दया देखाउनेहरूलाई बताइएको थियो, यिनीहरू ती मानिसहरू हुन् जसले पहिले नै दया पाइसकेका थिए । दया देखाउने मानिसहरूले कमजोर र दीन मानिसहरूलाई देखाउँछन् । दया देखाउनेहरूले जहिले पनि विलाप गर्ने मानिसहरूलाई खोज्दछन् । दया देखाउने मानिसहरूले अरुलाई क्षमा गर्छन् , र टुटेका सम्बन्धहरूलाई मिलापमा ल्याउने प्रयत्न गर्दछन् । दया देखाउनेहरूले अरुबाट धेरै अपेक्षा गर्दैनन् । दया देखाउनेहरू पापीहरूप्रति करुणा देखाउँछन् ।

यदि तपाईं विशेष गरी परमेश्वरबाट दया चाहनुहुन्छ भने तपाईं पनि अरुप्रति दयालु हुनु जरुरी छ ।

**गर्नुपर्ने काम :** हामी कसलाई र कस्तो अवस्थामा दया देखाउन सँघर्ष गर्छौं ? आज तपाईं कसरी अरुभन्दा फरक हुने योजना बनाउँदै हुनुहुन्छ ?

## सातौं दिन : धन्य शुद्ध हृदय हुनेहरु

मत्ती- ५ : ८ धन्य शुद्ध हृदय हुनेहरु, किनभने तिनीहरुले परमेश्वरलाई देखेछन्

हामी कुनै कुरा शुद्ध छ भनी कसरी जान्दछौं ? कहिलेकाहीं जब पानी पारदर्शी देख्छौं, हामी शुद्ध मान्छौं । सायद हामी दुध चाखेपछि मात्र शुद्ध छ भन्छौं । यसरी नै हामी विभिन्न तरिकाले शुद्धताको जाँच गर्छौं ।

जब हामी सबै कुराहरुमा(हरेक परिस्थिति र सम्बन्धहरु) परमेश्वरलाई देख्छौं , के हामी भन्न सक्छौं कि हामीमा शुद्ध हृदय छ ? शुद्धहरुलाई सबै थोक शुद्धै हुन्छन्, तर अशुद्ध र अविश्वासीहरुलाई चाहीं केही कुरा पनि शुद्ध हुँदैन, तर तिनीहरुका मन र विवेकसमेत भ्रष्ट भएक हुन्छन् (तीतस- १ : १५ ) । समय राम्रो हुँदा खुशी होऊ तर समय नराम्रो हुँदा विचार गर कि परमेश्वरले ती दुवै बनाउनुभएको हो ( उपदेशक- ७ : १४ )

गर्नुपर्ने काम : केही समय लिएर तपाईंले जीवनमा भोग्नुभएको कठिन परिस्थितिहरुलाई सोच्नुहोस् र ती परमेश्वरले तपाइको जीवनमा किन ल्याउनुभयो जान्नुहोस् । तपाईंले भोग्ने हरेक कुराहरुमा परमेश्वरलाई देख्न सकोस् भनी प्रार्थना गर्नुहोस् ।

## आठौं दिन : धन्य मेलमिलाप गराउनेहरु

मत्ती- ५ : ९ धन्य मेलमिलाप गराउनेहरु, किनभने तिनीहरु परमेश्वरका छोराहरु कहलाइनेछन्

यस वचनले शान्तिमा बस्ने मानिसहरुलाई जनाउँदैनन् तर तिनीहरु जसले शान्ति ल्याउँछन् र खराबलाई असल कुराले जित्छन् । एक किसिमले हामी यो काम सुसमाचार प्रचार गरेर पुरा गर्न सक्छौं किनकि परमेश्वरले हामीलाई मिलापको सेवा सुम्पनुभएको छ ( २ कोरिन्थी- ५ : १८ ) । जब हामी निमन्त्रणा गर्छौं, हामी मानिसलाई परमेश्वरसँग मिलापमा ल्याउँछौं, जसलाई उनीहरुले अस्वीकार गरेर चोट पुऱ्याएका थिए ।

मेलमिलाप गराउनेहरुको इनाम भनेको तिनीहरुलाई मानिसहरुले परमेश्वरको छोराछोरीको रुपमा चिन्नेछन् । तिनीहरुले परमेश्वरसँग शान्ति र मेलमिलापको जोशमा सहमत भए र मानिसहरुमा भएको पर्खाललाई हटाउन मदत गरे ।

गर्नुपर्ने काम : सुसमाचार प्रचार गर्ने योजनाहरु बनाउनुहोस्

नवौं दिन : धन्य धार्मिकताको निम्ति सताइनेहरु

मत्ती- ५ : १० धन्य धार्मिकताको निम्ति सताइनेहरु, किनभने स्वर्गको राज्य तिनीहरुको हो

एउटा समर्पित ख्रिष्टियान जीवन जिउनु सजिलो छैन । हाम्रो समाज परमेश्वर र उहाँका जनहरु दुवैको मित्र होइन । चाहे हामीलाई मन पर्छ या पर्दैन, हामी र संसारको बीचमा जहिले पनि द्वन्द्व भइरहेको हुन्छ । किन ? किनकि हामी संसारभन्दा फरक छौं र हाम्रो फरक धारणाहरु हुन्छन् । जब हामी स्वर्गको राज्यका हौं भने हामी ति सतावटहरुको कारणले धन्य महसुस गर्नुपर्छ ।

गर्नुपर्ने काम : तपाइले जीवनमा भोग्नुभएको सतावटहरुको सम्झना गर्नुहोस् र परमेश्वरलाई महिमा दिनुहोस् ।

दसौं दिन : धन्य, जब मानिसहरुले निन्दा गर्नेछन्

मत्ती- ५ : ११-१२ धन्य हौ तिमीहरु, जब मानिसहरुले मेरो खातिर तिमीहरुको निन्दा गर्नेछन् र सताउनेछन् र भुट बोलेर तिमीहरुका विरुद्धमा सब किसिमका खराब कुरा भन्नेछन् । तब रमाओ, र अत्यन्त खुशी होओ, किनभने स्वर्गमा तिमीहरुको इनाम ठूलो हुनेछ । किनभने यसरी नै तिमीहरुभन्दा अधिका अगमवक्ताहरुलाई तिनीहरुले सताएका थिए ।

येशूले सतावटमा निन्दा र अरुको अहित गर्ने कुरालाई पनि जोड दिनुभयो । हामीले सतावटको दायरालाई शारीरिक रुपमा हुने विरोध वा यातनासँग मात्र सीमित राख्न सकिँदैन । संसारले यी असल मानिसहरुलाई सताउँछन् किनकि येशूले यी उपदेशहरुमा सिकाउनुभएका मुल्य मान्यता र चरित्रहरु संसारको सोचाई र जीवनशैलीभन्दा ठीक उल्टो रहेको छ । हाम्रो जीवनमा आइपर्ने सतावटहरु सायद अरुको भन्दा कम नै होला तर यदि कसैले तपाइको विरुद्धमा खराब कुरा बोलेन भने के यी उपदेशहरु तपाइका जीवनको गुणहरु हुन् ?

जसरी वचनले बताउँछ, हामी रमाऔं र खुशी होऔं किनभने स्वर्गमा हाम्रो इनाम ठूलो छ ।

गर्नुपर्ने काम : जब हामीलाई कसैले निन्दा गर्छन् हामी कस्तो प्रतिक्रिया गर्छौं ? हाम्रो तर्फबाट हामी के कुरामा परिवर्तन गर्न सक्छौं जब हामी फेरी पनि यस्तो अबस्थामार्फत जान्छौं ?

एघारौं दिन : धन्य हुन् तिनीहरु जो न्यायमा चल्दछन्

भजनसंग्रह- १०६ : २-३ परमेश्वरको पराक्रमी कामहरुको बयान कसले गर्न सक्छ ? उहाँको प्रशंसा सम्पूर्ण रूपले कसले घोषणा गर्न सक्छ ? तिनीहरु धन्यका हुन्, जो न्यायमा चल्दछन्, जो सधैं सदाचरण गर्दछन् ।

तिनीहरु जो परमेश्वरको आज्ञामा चल्दछन्, तिनीहरु न्यायमा चल्दछन्, हरेक समय धार्मिकताको मार्गमा हिँड्छन् र परमेश्वरको प्रशंसको घोषणा गर्नेछन् ।  
परमेश्वरले हामीबाट के चाहनुहुन्छ ? ए मानिस, जे असल छ, त्यो उहाँले तँलाई देखाउनुभएको छ । र परमप्रभुले तँबाट के चाहनुहुन्छ ? केवल यति, ठीकसित काम गर्नु, र कृपालाई प्रेम गर्नु र तेरा परमेश्वरसित विनम्र भएर हिँड्नु (मीका- ६ : ८ )

गर्नुपर्ने काम : विगतमा तपाइको जीवनमा भएको केही कुराहरुलाई लेख्नुहोस् जसलाई तपाईं अझ राम्रोसँग सम्हाल्न सक्नुहुन्थ्यो, र तिनीहरुको बारेमा प्रार्थना गर्नुहोस् ।

बाह्रौं दिन : धन्य हुन् तिनीहरु जो परमप्रभुको भय मान्दछ र उहाँका आज्ञाहरुमा ज्यादै प्रसन्न हुन्छ ।

भजनसंग्रह- ११२ : १ परमप्रभुको प्रशंसा गर । त्यो मानिस धन्यको हो, जसले परमप्रभुको भय मान्दछ र उहाँका आज्ञाहरुमा ज्यादै प्रसन्न हुन्छ ।

यो धन्यको मानिस दुखको भावनाले वा अनिच्छुक उत्तरदायित्वको कारणले परमेश्वरको डर मान्दैन । यो भजनले यस्तो व्यक्तिको बारेमा बताउँछ जो परमेश्वरको आज्ञाहरुमा ज्यादै प्रसन्न हुन्छ । जो मानिस परमेश्वरको भय मान्छ, त्यो व्यक्ति अरु हरेक डरबाट मुक्त हुन्छ । जो मानिस परमेश्वरको आज्ञाहरुमा प्रसन्न हुन्छ, तिनीहरु पृथ्वीको हरेक कुराहरुको लालचबाट स्वतन्त्र हुन्छ । जब हामी परमेश्वरलाई प्रेम गर्छौं र उहाँका आज्ञाहरु पालन गर्छौं, तब यसैबाट थाहा पाउँछौं, कि हामीले परमेश्वरका सन्तानलाई प्रेम गर्छौं । परमेश्वरको प्रेम यही हो कि हामी उहाँका आज्ञाहरु पालन गर्दछौं र उहाँका आज्ञाहरु भारपूर्ण छैनन् । किनकि परमेश्वरबाट जन्मेको हरेकले संसारमाथी विजय प्राप्त गर्छ र संसारलाई जित्ने विजय हाम्रो विश्वास हो । ( १ यूहन्ना- ५ : २-४ )

गर्नुपर्ने काम : कुन कुन वचनहरु तपाइलाई भारपूर्ण लाग्छन्, प्रार्थना गर्नुहोस् ।

तेह्रौं दिन : धन्यको हो त्यो मानिस जसले बुद्धि प्राप्त गर्छ

हितोपदेश- ३ : १३ धन्यको हो त्यो मानिस जसले बुद्धि प्राप्त गर्छ, र समभक्त शक्ति हासिल गर्छ ।

कुनै पनि बहुमुल्य गरगहना वा पृथ्वीको खजानाहरु साँचो बुद्धिसँग तुलनायोग्यको छैन । हामीले बुद्धिमा लगानी गर्नुपर्छ, बुद्धि प्राप्त गर्न साहस लिनुपर्छ र त्यसमा सहभागी हुन इच्छुक हुनुपर्दछ । यो बुद्धि भनेको प्रभु येशू ख्रीष्ट र उहाँले दिनुहुने मुक्ति हुन्, जसलाई हामी विश्वास र प्रार्थनाद्वारा प्राप्त गर्न सकिन्छ ।

गर्नुपर्ने काम : तपाईं बुद्धि र समभक्त शक्ति प्राप्त गर्न के कस्ता प्रयत्न गर्दै हुनुहुन्छ ?

चौधौं दिन : धन्य हुन् तिनीहरु जसले परमेश्वरको प्रशंसा गर्न सिकेका छन्

भजनसंग्रह- ८९ : १५ ती मानिसहरु धन्य हुन्, जसले तपाइको प्रशंसा गर्न सिकेका छन्, जुनहरु, हे परमप्रभु, तपाईंका प्रकाशको उपस्थितिमा हिँड्छन् ।

जसले परमेश्वरको अतुलनीय शक्ति, उहाँको धार्मिकता र न्याय, उहाँको कृपा र सत्यतालाई जानेका छन् र प्रशंसा गर्छन्, ती मानिसहरु धन्यका हुन् र धेरै किसिमले आशिषित हुन्छन् । ज्योतिमा हिँड्नु भनेको परमेश्वरको उपस्थितिको बारेमा सचेत हुनु र परमेश्वरको प्रेम र दयालाई अनुभव गरी हाम्रो जीवनको यात्रामा उहाँलाई मित्र र एकमात्र बाटोको रूपमा हेर्नु हो ।

गर्नुपर्ने काम : केही समय लिनुहोस् र तपाइको ज्योतिको यात्राको बारेमा सोच्नुहोस् र यसमा अभक्त कसरी हुर्किने त्यसमा विचार गर्नुहोस् ।



पन्ध्रौं दिन : त्यो धन्यको हो, जसले निर्धाहरुको फिक्री गर्दछ

भजनसंग्रह- ४१ : १ त्यो धन्यको हो, जसले निर्धाहरुको फिक्री गर्दछ, दुःखको दिनमा परमप्रभुले त्यसलाई छुटकारा दिनुहुन्छ ।

परमेश्वरको जन गरिबी, बिमारी वा बाहिरी दुखकष्टहरुबाट मुक्त छैन, तर परमेश्वरले तिनीहरुको अबस्थालाई बुझ्नुहुन्छ र आवश्यक कुराहरु जुटाइदिनुहुन्छ । प्रभु येशूको उदाहरणलाई ध्यानमा राखी विश्वासीहरुले उनीहरुको गरीब र दुखमा परेका दाजुभाईलाई हेरचाह गर्दछ ।

तपाइको वरिपरि यति धेरै मानिसहरु छन् जो शारिरीक कुराहरुमा गरीब नभएपनि प्रेम, आशा र परमेश्वरको ज्ञानमा गरीब छन् ।

गरीब र निर्धाहरुप्रति करुणा देखाउनेहरुले अरुको बारेमा सोच्दछन्, त्यसकारण परमेश्वरले तिनीहरुको निम्ति सोच्नुहुन्छ । जुन नापले हामी दिन्छौं, त्यही नापले परमेश्वरले पनि हामीलाई दिनुहुन्छ ।

गर्नुपर्ने काम : गरीब वा निर्धाहरुलाई केही विशेष गर्नुहोस् ।

सोह्रौं दिन : त्यो मानिस धन्यको हो, जो दिनहुँ मेरो ढोकामा नियालेर हेरिरहन्छ

हितोपदेश- ८ : ३४ त्यही मानिस सुखी हो, जसले मेरो वचन सुन्छ, जो दिनहुँ मेरो ढोकामा नियालेर हेर्दै, मेरो ढोकानेर पर्खिरहन्छ ।

तिनीहरुमाथी परमेश्वरको आशिष आउँछन् जो बुद्धिलाई सुन्ने मात्र होइन तर त्यसलाई खोज्नको लागि आफैँलाई असहजतामा पार्छन् । तिनीहरु दैनिक उनको ढोकामा नियालेर हेर्न इच्छा गर्छन् र ढोकामा पर्खेर बसिरहन्छन् । तिनीहरुले मन दिएर उनलाई खोज्छन् ।

निश्चय नै हामीले खीष्टको आवाजलाई तयारीका साथ सुन्नुपर्छ । तिनीहरु धन्यका हुन् जसले येशूको स्वरलाई सुन्दछन् र दैनिक रुपमा बाइबल अध्ययन गरेर, चिन्तनमनन गरेर र प्रार्थना गरेर उहाँलाई पर्खेर बस्छन् ।

गर्नुपर्ने काम : के तपाईं परमेश्वरको वचन चिन्तनमनन गर्ने कुरामा हुर्कनु जरुरी छ ? यी कुरामा उन्नति गर्न योजना बनाउनुहोस् ।

सत्रौं दिन : तिनीहरु धन्यका हुन्, जसले आफ्ना हृदयमा तीर्थ जाने निधो गरेका छन्

भजनसंग्रह- ८४ : ५ तिनीहरु धन्यका हुन्, जसको बल तपाईंमा छ, जसले आफ्ना हृदयमा तीर्थ जाने निधो गरेका छन् ।

जो मानिसले परमेश्वरमा बल प्राप्त गर्छ, त्यो मानिसको हृदय तीर्थ यात्रामा हुन्छ । त्यो व्यक्ति आफूमा वा संसारको बलमा भर पढेन तर उसले आफैलाई एक अतिथि, यात्री, र तीर्थयात्री सम्झन्छ । उसको साँचो बल र धन आउँदो संसारमा हुन्छ ।

तीर्थयात्रीको बल र हृदय उसको परमेश्वरको घरप्रतिको प्रेमले देखाउँदछ । त्यहाँ उसले अरु यात्रीहरूसँग परमेश्वरलाई पनि भेट्दछ र तिनीहरुले सँगै परमेश्वरमा बल प्राप्त गर्दछन् । परमेश्वरको घरप्रतिको प्रेम र इच्छा हुनु भनेको यस संसारबाट भाग्नु होइन तर आउने जीवनको लागि तयारी गर्नु हो ।

गर्नुपर्ने काम : के तपाईं कुनै तीर्थयात्रा वा प्रचारयात्रामा जानुभएको छ ? आउने निकट भविष्यमा एउटा प्रचारयात्रा गर्दा कसो होला ?

अठारौं दिन : धन्य हुन् तिनीहरु, जसलाई तपाईं छान्नुहुन्छ, र तपाईंको मन्दिरमा रहनलाई नजिक ल्याउनुहुन्छ

भजनसंग्रह- ६५ : ४ धन्य हुन् तिनीहरु, जसलाई तपाईं छान्नुहुन्छ, र तपाईंको मन्दिरमा रहनलाई नजिक ल्याउनुहुन्छ । तपाईंको घर, तपाईंको पवित्र मन्दिरका उत्तम-उत्तम पदार्थले हामी तृप्त भएका छौं ।

परमेश्वर र मानिसबीचको सम्बन्धमा, परमेश्वर त्यस सम्बन्धको कारण हुनुहुन्छ । सम्बन्ध तब शुरूवात हुन्छ जब परमेश्वरले चुन्नुहुन्छ र मानिसलाई उहाँमा आउन दिनुहुन्छ र उहाँको मन्दिरमा रहनलाई ल्याउनुहुन्छ ।

जब त्यो सम्बन्ध स्थापित हुन्छ, तब त्यस मानिस र परमेश्वर बीचको सम्बन्धले मानिसहरुलाई सन्तुष्टि दिन्छ । तिनीहरुले परमेश्वरको घरलाई एक उत्तम ठाउँको रूपमा अनुभव गर्छ ।

गर्नुपर्ने काम : परमेश्वरले तपाईंलाई चुन्नुभएको र तपाईंले उत्तम कुराहरु प्राप्त गर्नुभएको समयलाई सम्झनुहोस् र परमेश्वरप्रति आभार व्यक्त गर्नुहोस् ।

उन्नाइसौं दिन : धन्य हो त्यो, जसले मबाट बाधा पाउँदैन

**मत्ती- ११ : ६ धन्य हो त्यो, जसले मबाट बाधा पाउँदैन**

येशू जान्नुहुन्थ्यो कि उहाँको काम यहूदी मानिसहरूको अपेक्षा विपरित हुन्थ्यो, किनकि तिनीहरू रोमी साम्राज्यको दासत्वबाट मुक्त हुन चाहन्थ्यो । तर मानिसहरूको अपेक्षा विपरित येशू आउनुभएतापनि जसले येशूबाट बाधा पाउँदैन, त्यो मानिसले आशिष पाउनेछ ।

येशूको समयमा अरु कुराहरू जस्तै- येशूको जन्म, उहाँका परिवारको गरिबी, कन्याबाट भएको जन्म, उहाँको गोठमा भएको जन्म, सायद उहाँको शारिरीक रूप जस्ता कुराहरूले पनि मानिसहरूमा बाधा उत्पन्न भएको हुन सक्छ ।

**गर्नुपर्ने काम :** जब कोही मानिसले तपाईंलाई परमेश्वरको वचन ल्याउँछ, त्यो व्यक्तिको के कस्ता कुराहरूले तपाईंलाई वचन सुन्न बाधा पुऱ्याउँछ ? त्यसको निम्ति प्रार्थना गर्नुहोस् ।

बिसौं दिन : त्यो जाति धन्यको हो, जसको परमेश्वर परमप्रभु हुनुहुन्छ

**भजनसंग्रह- ३३ : १२ त्यो जाति धन्यको हो, जसको परमेश्वर परमप्रभु हुनुहुन्छ, ती मानिसहरू, जसलाई आफ्नो उत्तराधिकारको निम्ति उहाँले चुन्नुभयो ।**

इस्राएल जाति एक मात्र साँचो परमेश्वरलाई पुज्नु पाउँदा खुसी थियो । यहोवा परमेश्वरबाट प्रकाश पाउन चुनिएको जाति धन्यको हो । जब अरु मानिसहरू मुर्तिको सामु निहुरिन्थे, चुनिएको जाति आत्मिक कुराद्वारा उच्च पारिएको थियो, जसले तिनीहरूलाई अदृश्य परमेश्वरसँग परिचित गराएर उहाँमा भरोसा गर्नतिर डोऱ्याए ।

हामी परमेश्वरको आनन्दको लागि बनिएको र चुनिएका हौं । धन्यको भएर, हामी आफ्नो भागमा आनन्दित गरौं र हामी महिमित मालिकलाई सेवा गछौं भनी संसारलाई देखाऔं ।

**गर्नुपर्ने काम :** आफ्नो जाति र राष्ट्रको निम्ति प्रार्थना गरौं ।

एक्काइसौं दिन : परमप्रभुसँग सधैं डराउने मानिस धन्यको हो

हितोपदेश- २८ : १४ परमप्रभुसँग सधैं डराउने मानिस धन्यको हो, तर आफ्नो हृदय कठोर पार्ने मानिस सङ्कष्टमा पर्छ ।

दुखद कुरा यो हो कि परमेश्वरप्रतिको आदर र खुशी एकअर्कामा साभेदार हुँदैनन् । प्रायः भक्त मानिसहरु निराश र दुखी रहन्छन् भनी सोच्दछन् । तैपनि जो मानिस सधैं परमेश्वरको भक्त हुन्छ, त्यो मानिस साँचै खुशी हुन्छ ।

श्रद्धा र कठोर हृदय एकअर्काको विपरित रहन्छन् । जो मानिस आफ्नो हृदयलाई कठोर पार्छन्, ऊ कहिल्यै पनि परमेश्वरको भक्त बन्न सक्दैनन् । तर त्यो मानिस यो जीवनमा वा आउने जीवनमा सँकटमा पर्छन् ।

गर्नुपर्ने काम : तपाईं आफ्नो हृदयलाई कस्तो देख्नुहुन्छ - श्रद्धालु वा कठोर ? आफ्नो हृदयको लागि प्रार्थना गर्नुहोस् ।

बाइसौं दिन : धन्य हो त्यो मानिस, जो मानिसहरुको सल्लाहमा हिँड्दैन

भजनसंग्रह- १ : १ धन्य हो त्यो मानिस, जो मानिसहरुको सल्लाहमा हिँड्दैन, जो पापीहरुको मार्गमा खडा हुँदैन, अनि गिल्ला गर्नेहरुको सङ्गतमा बस्दैन ।

धन्यको मानिस निश्चित कुराहरु गर्दैन, हिँड्दैन वा त्यसमा उभिँदैन । यस्तो एउटा मार्ग छ जसमा ऊ हिँड्दैन, वा यस्तो सङ्गत छ जसमा ऊ बस्दैन ।

यसको मतलब त्यो मानिसको सोचाई, व्यवहार वा उसको चरित्रलाई जनाउँछ । धर्मी र भक्ति मानिसहरु तिनीहरुको सोचाई, व्यवहार र कस्तो मानिसको सङ्गत गर्ने भन्ने कुरामा अरुभन्दा फरक देखिन्छ ।

गर्नुपर्ने काम : परमेश्वरले हाम्रो जीवनको यी पक्षहरुमा के भन्नुहुन्छ होला ? हामी धन्य हुनको लागि के के कुराहरुमा परिवर्तन गर्नुपर्दछ ?

तेइसौँ दिन : परमप्रभुमा शरण लिने मानिस धन्यको हो

भजनसंग्रह - ३४ : ८ परमप्रभुलाई पारख गरेर हेर, कि उहाँ कति भला हुनुहुन्छ । उहाँमा शरण लिने मानिस धन्यको हो ।

स्वाद र दृष्टि ति शारिरीक कुराहरु हुन् जसद्वारा हामी भौतिक संसारसँग अन्तर्क्रिया गर्छौं । केही मात्रामा विश्वास एउटा आत्मिक भाव हो, जसद्वारा हामी आत्मिक संसारसँग अन्तर्क्रिया गर्छौं । परमेश्वरलाई हेर्नु र चाख्नु भनेको परमेश्वरमा भरोसा गर्नु, उहाँलाई प्रेम गर्नु, उहाँलाई खोज्नु, र उहाँमा मन लगाइराख्नु हो ।

जसले आफैँ माथी भरोसा गर्छन् र तिनीहरुको आफ्नै ताकत काफी छ भनी सोच्छन्, तिनीहरु चाहन्छन् तर ती सबै परमेश्वरमा शरण लिने मानिसहरुको हुन्छ ।

गर्नुपर्ने काम : भजनसंग्रह ३४ पुरै पढ्नुहोस् र प्रार्थना गर्नुहोस् ।

चौबिसौँ दिन : त्यो मानिस धन्यको हो, जसले अभिमानीहरु तिर हेर्दैन

भजनसंग्रह- ४० : ४ त्यो मानिस धन्यको हो, जसले परमप्रभुमा भरोसा राख्दछ, जसले अभिमानीहरुतिर हेर्दैन, न त तिनीहरुतिर , जो भुटा देवहरुपट्टि लाग्छन्

इस्राएलमा फेरी पनि सुनको बाच्छो लाई पुजेजस्तै अभिमानीहरु अरुले तिनीहरुलाई भुकेको र आदर गरेको चाहन्छन् । धर्मीहरुले आफ्नै देखावटी कुराहरुलाई भन्दा नम्र कुराहरुलाई बढी आदर गर्छन् । कुनै पनि मानिस लाजरस जस्तो गरिब हुनसक्छ, मोर्दकाई जस्तो घृणित हुनसक्छ, हिजकिया जस्तो विरामी पर्न सक्छ, एलिया जस्तै एकलो पर्न सक्छ, तर जब उसको विश्वास परमेश्वरमा अटल रहन्छ, जस्तोसुकै बाहिरी कष्टहरुले पनि उसलाई धन्यको संख्यामा गनिन रोक्नेछैन ।

गर्नुपर्ने काम : तपाईंको जीवनको कुनै घटनाहरुलाई लेख्नुहोस्, जब तपाईंले परमेश्वरभन्दा पनि अरु कुराहरुमा भरोसा राख्नुभयो, र प्रार्थना गर्नुहोस् ।

पञ्चसौं दिन : त्यो मानिस धन्यको हो, जसलाई परमेश्वरले चेताउनुहुन्छ

अचयूब - ५ : १७ त्यो मानिस धन्यको हो, जसलाई परमेश्वरले चेताउनुहुन्छ । यसकारण सर्वशक्तिमानको अनुशासनलाई इन्कार नगर ।

एउटा असल मानिस जीवनमा जति चोट खाएपनि खुशी हुन्छ किनकि उसले परमेश्वरमा पाउने आनन्द गुमाएको छैन र स्वर्गमा पाउने आशालाई हराएको छैन । ऊ खुशी रहन्छ किनकि उसले कष्ट भोगेको छ । परमेश्वरको अनुशासनले उसको भ्रष्ट कुराहरूलाई मार्छ, उसको हृदयलाई संसारबाट छुटाउँछ, उसलाई परमेश्वरको नजिक तान्छ, उसलाई परमेश्वरको वचनमा ल्याउँछ र उसलाई परमेश्वरको सामु घुँडा टेकाउँछ ।

परमेश्वरले चोट दिनुभएतापनि उहाँले आफ्ना जनहरूलाई सहायता गर्नुहुन्छ र सही समयमा छुटकारा दिनुहुन्छ । चोट दिनु पनि कहिलेकाहीं निको पार्नुको एक भाग हो ।

गर्नुपर्ने काम : तपाईंलाई परमेश्वरले अनुशासनमा ल्याउनुभएको दिनहरूलाई सम्झनुहोस् र प्रार्थना गर्नुहोस् ।

छब्बिसौं दिन : धन्य त्यो व्यक्ति, जसका अपराध क्षमा भएको छ

भजनसंग्रह - ३२ : १-२ धन्य त्यो व्यक्ति, जसका अपराध क्षमा भएको छ , र जसका पाप ढाकिएका छन् । त्यो मानिस धन्य हो, जसलाई परमप्रभुले दोषी ठहराउनुहुन्छ, र जसको मनमा छलकपट छैन ।

यी दुइवटा वचनहरूमा दाउदले पापलाई ब्याख्या गर्न तीनवटा शब्दहरूलाई प्रयोग गरेको छ :

- अपराध त्यो हो जब तोकिएको रेखालाई नाघेर अधिकारको अवहेलना गर्छन्
- पाप भनेको चुक्नु वा कुनै पनि बिन्दुलाई नपुग्नु हो
- छलकपट भनेको टेढो हुनु र विकृति फैलाउनु हो

फेरी यी दुइवटा वचनहरूमा कसरी परमेश्वरले पापलाई लैजानुहुन्छ भनी दाउदले ब्याख्या गरेका छन्

- क्षमा गर्नु भनेको बोझ वा ऋणलाई उठाउनु हो
- ढाक्नु भनेको बलिदानको रगत जसले पापलाई ढाकेको छ
- दोषी ठहराउनुहुन्छ भनेको कुनै व्यक्तिको विरुद्धमा हिसाब नराख्नु हो

यहाँ भजनलेखकले बताउँछ कि पाप जुनसुकै किसिमको भएतापनि चाहे त्यो परमेश्वरको विरुद्धमा होस् वा मानिसको, चाहे ठूलो होस् वा सानो, चाहे जानेर गरेको होस् वा नजानेर, यी सबै पापहरूको हामीले परमेश्वरमा क्षमा पाउँछौं ।

गर्नुपर्ने काम : तपाईंको पापहरू क्षमा गर्नुभएकोमा परमेश्वरलाई धन्यवाद दिनुहोस् ।

सत्ताइसौ दिन : त्यो मानिस धन्यको हो, जसलाई परमेश्वरले ताड्ना दिनुहुन्छ

भजनसंग्रह- ९४ : १२ हे परमप्रभु, त्यो मानिस धन्यको हो, जसलाई तपाईंले ताड्ना दिनुहुन्छ, र आफ्नो ब्यबस्थाबाट सिकाउनुहुन्छ ।

विवेकहीन र मुख्र मानिसले कहिले पनि परमेश्वरलाई सुन्दैनन्, तर उहाँका जनहरूले सुन्छन् । तब उहाँले तिनीहरूलाई आफ्नो वचनबाट शिक्षा दिनुहुन्छ र सिकाउनुहुन्छ । दैवी शिक्षाबिना संसारको ताड्नाले मात्र मानिसलाई धन्यको बनाउँदैन । त्यो मानिस खुशी हुन्छ जसले परमेश्वरबाट ताड्ना पाउँछन् र उहाँको शिक्षालाई पालना गर्दछन् ।

के तिमीहरूले अतीका ती वचन भुलेका छौं जसले तिमीहरूलाई पुत्रहरू भनी सम्बोधन गरेको छ ? हे मेरो पुत्र, परमप्रभुको ताड्नालाई हलुका नसम्भ, उहाँबाटको दण्डमा हरेस नखाऊ, किनभने जसलाई परमप्रभुले प्रेम गर्नुहुन्छ त्यसैलाई ताड्ना दिनुहुन्छ, र आफूले ग्रहण गर्नुभएको हरेक छोरालाई उहाँले दण्ड दिनुहुन्छ । ताड्नाको निमित्त नै तिमीहरू कष्ट सहन्छौं । परमेश्वरले तिमीहरूसँग छोरालाई भै व्यबहार गर्नुहुन्छ । किनकि बाबुले ताड्ना नदिएको कुनचाहिँ छोरा हुन्छ र ? (हिब्रु- १२ : ५-७ )

गर्नुपर्ने काम : परमेश्वरले तपाईंलाई जे सिकाउनुभएको छ, अरुलाई बाँड्नुहोस् ।

अठ्ठाइसौं दिन : ति मानिसहरू धन्यका हुन्, जसका परमेश्वर परमप्रभु हुनुहुन्छ

भजनसंग्रह- १४४ : १५ ति मानिसहरू धन्यका हुन्, जसका जीवनमा यी आशिषहरू छन् । यस्ता मानिसहरू धन्यका हुन्, जसका परमेश्वर परमप्रभु हुन् ।

दाउद बुद्धिमानी र अरुको ख्याल गर्ने राजा भएकोले उसले आफ्ना मानिसहरूको दैनिक जीवनमा आशिषको निमित्त परमेश्वरसँग प्रार्थना गर्थे । तर पनि यस्ता आशिषहरू परमेश्वरले करार बाँध्नुभएको त्यस्तो मानिसहरूलाई मात्र आउन सक्थ्यो जो परमेश्वरको आज्ञा पालन गर्थे । जब तिनीहरूले मुर्तिहरूलाई ईन्कार गरेर यहोवालाई मात्र तिनीहरूको परमेश्वर र मालिक मान्थे, तब परमेश्वरले प्रतिज्ञा गर्नुभएको आशिषहरू पूरा हुन्थ्यो र परमेश्वरका जनहरू खुशी हुन्थ्यो ।

आज हामी विश्वासी भएकोले हाम्रो बारेमा यसो भनिनुपर्दछ : धन्य हुन् ति मानिसहरू, जसका परमेश्वर परमप्रभु हुनुहुन्छ । हामी विश्वासी वा खीष्टको चेलाहरू भएको नाताले यो हाम्रो प्रतिज्ञा र उत्तराधिकार हो ।

गर्नुपर्ने काम : भजनसंग्रह १४४ पढ्नुहोस् र प्रार्थना गर्नुहोस् ।

## उनान्तीसौं दिन : विश्वसनीय मानिसले बेसरी आशिष पाउनेछ

हितोपदेश- २८ : २० विश्वसनीय मानिसले बेसरी आशिष पाउनेछ, तर धनी हुनलाई व्यग्र बन्नेहरु दण्डबिना रहनेछैन ।

यो एउटा सामन्य साँचो सिद्धान्त हो : परमेश्वरको व्यवस्थामाथीको विश्वसनीयता र आज्ञाकारिताले आशिषहरु ल्याउँछन् । यो विशेष गरी पुरानो करारमा साँचो थियो जहाँ परमेश्वरले आज्ञा पालन गर्दाको आशिषहरु र आज्ञा पालन नगर्दाको श्रापहरु प्रतिज्ञा गर्नुभएको थियो । ( ब्यबस्था २७- २८ )

जो मानिस धनी हुनलाई हतार गर्छन्, ऊ जहिले पनि अरुलाई लुट्न र धन कमाउन जे पनि गर्न तयार हुन्छन् । परमेश्वरले त्यस्ता मानिसहरुलाई यो जीवनमा वा आउने जीवनमा दण्डको प्रतिज्ञा गर्नुभएको छ ।

गर्नुपर्ने काम : ब्यबस्था २७ र २८ अध्याय पढ्नुहोस् र प्रार्थना गर्नुहोस् ।

## तीसौं दिन : उदार मानिसले आफै पनि आशिष पाउनेछ

हितोपदेश- २२ : ९ उदार मानिसले आफै पनि आशिष पाउनेछ, किनभने त्यसले आफ्नो भोजन गरीवलाई बाँड्छ ।

एउटा महत्वपूर्ण दया देखाउने माध्यम भनेको गरीब र अभावमा परेकाहरुलाई दिनु हो । उसको उदारता भनेको अरुलाई बाँड्नु हो किनकि उसले आफ्नो भोजन बाँड्छ ।

यसलाई सम्झ : तर कुरा यही हो, कि थोरै छर्नेले थोरै कटनी गर्छ, र प्रशस्तसँग छर्नेले प्रशस्तसँग कटनी गर्छ । ( २ कोरिन्थी- ९ : ६ )

गर्नुपर्ने काम : आफ्नो भोजन कोही अरूसँग बाँड्नुहोस् ।



एकतीसौं दिन : त्यसको पछि आउने छोरा-छोरीहरु धन्यका हुन्

हितोपदेश- २० : ७ धर्मी मानिस दोषरहित जीवन यापन गर्छ, त्यसको पछि आउने छोरा-छोरीहरु धन्यका हुन्

एउटा आमाबुबाले आफ्ना बालबच्चालाई दिनसक्ने सबैभन्दा ठूलो उपहार भनेको आफ्नो धर्मी जीवन हो र सच्चाईको बाटोमा हिँडेर इमान्दार बन्नु हो । त्यसद्वारा उसले आफ्नो घर बनाउँछ र भविष्यमा बालबच्चालाई आशिषको वातावरण बनाउँछ ।

धर्मी पुरुष र महिलाको जीवनशैली र इमान्दारिता अरुले बाँच्नेछन् । उनीहरुले तिनीहरुको इमान्दारितामा हिँड्नेछन् र निष्खोट जीवन बिताउनेछन् ।

गर्नुपर्ने काम : हामीले आफ्नो आउने पुस्तालाई कसरी आशिष छोडेर जाने भन्ने कुराको बारेमा सोच्नुहोस् ,र यसको बारेमा प्रार्थना गर्नुहोस् ।