अतिरिक्त लेख -5

बाइबल

बाइबल को मनन व याद करने का तरीका

क. बाइबल के पदों को याद करने के लिए प्रोत्साहित करना

1. **याद किए बाइबल के पद आप को दुष्ट शक्तियों पर विजय पाने में सहायता करेंगे।**

   पढ़ेः इफिसियों 6:11,16;मत्ती 4:2-4

2. **याद किए बाइबल के पद इस दुष्ट और सदाचार से विमुख संसार में आप की सहायता करेंगे कि आप एक सच्चा, शुद्ध और पवित्र जीवन बिता सकें।**

   पढ़ेः भजन 119:9,11

3. **याद किए बाइबल के पद आपको इस योग्य बना देंगे कि आप मनुष्य के प्रश्नों के लिए परमेश्वर के उत्तर दे सकेंगे।**

   पढ़ेः मत्ती 19:3-6; लूका 10:25-26

4. **याद किए बाइबल के पद आपको योग्यता देंगे कि आप झूठी शिक्षाओं को उखाड़ फेकेंगे।**

   पढ़ेः मत्ती 22:23-33, 41-46

5. **याद किए पद आपकी सहायता करेंगे कि आप अपने परिवार को बाइबल में विश्वास के प्रति सही धारणा दे सकेंगे और बाइबल के अनुसार आदतों का निर्माण करेंगे।**

   पढ़ेः व्यवस्थाविवरण 6:409

6. **याद किए पद आपकी शिक्षाओं को अधिकार पूर्ण और ज्ञानवान बना देगा।**

   पढ़ेः मत्ती 5:27-28; 7:28-29; कुलु. 3:16

7. **याद किए पद आपके लेखन और बाइबल की घोषणाओं को बहुत ही सामर्थी बना देगा।**

   पढ़ेः यर्मियाह 23:29; इब्रानियों 2:12; 2 कुर. 10:3-5

8. **याद किए पद आपकी पूरे आत्मविश्वास से परमेश्वर की उस इच्छा के अनुसार प्रार्थना करने में सहायता करेंगे जो उसने पहले से आप पर प्रकट की गई है।**

   पढ़ेः उत्पत्ति 32:9-12; निर्गमन 32:9-14

ख. बाइबल के पदों पर मनन करने का तरीका

मसीही रीति से मनन करने में निम्न बातें शामिल हैः-

1. विचार करें - अपने मनपसंद वचनों के भिन्न शब्दों पर विचार करें।
और स्वयं से प्रश्न पूछें जैसे कि कौन? क्या? कहाँ? कब? और कैसे?

2. प्रार्थना करो - जब आप विचार कर रहे हैं तब परमेश्वर से प्रार्थना करें औप परमेश्वर से कहें कि वह आप के दिल और मन से बातचीत करे और शब्दों के अर्थ आपको समझाए या आप पर प्रकट करे कि वह आप को क्या समझाना चाह रहा है, आपको किस बात पर विश्वास करने को कह रहा है, क्या बनने और करने को कह रहा है। और तब जो परमेश्वर कह रहा है आप उसके अनुसार कार्य करें।

3. सम्बद्ध रहें - अपने मनपसंद सत्य का सम्बन्ध अपने जीवन और इस संसार से बनाए रखें।
अपने से ये प्रश्न करें, "सच्चाई की रौशनी में मेरी ज़रूरत क्या है? या यह सत्य मुझे कैसे नया बना देगा? कैसे करेगा और कैसे मुझे सामर्थ देगा? परमेश्वर मुझ से क्या चाहते हैं कि मैं क्या
जान लूँ, या किस बात पर विश्वास करूँ या फिर क्या बन जाऊँ?"

4. **<u>लिख लें</u> -** परमेश्वर के साथ बिताए समय में अपने मन में उठने वाले उन विशेष विचारों को जिन पर आप मनन कर रहे थे और उन्हें लिख कर रख लें।

ग. बाइबल पदों को याद करने का तरीका

बाइबल में से पदों को याद करने के लिए (उसके अध्याय या पुस्तकों के नाम) निम्न तरीका है।

1. **चुनावः**
   बाइबल के वचन याद करने के लिए कोई एक तरीका चुन लेः- जैसे बाइबल का पद लिखे हुए कार्ड या कॉपी में लिख कर याद करें।
2. **मनन करेः** जो पद याद करना है पहले उस पर मनन कर के उसे समझ लें, फिर उस याद करें।
3. **लिख लेः** बाइबल के पद को किसी कार्ड या कॉपी के पन्ने पर इस तरह से लिख लें

- पहली पंक्ति में शीर्षक या विषय का नाम लिखें
- दूसरी पंक्ति में बाइबल के पद का प्रसंग लिखें।
- फिर एक रेखा खींचकर उसके नीचे बाइबल का पद लिखें।
- अन्त में सब से नीचे बाइबल के पद का प्रसंग फिर से लिखें। और कार्ड या कापी के पन्ने के पीछे पन्ने के पीछे भी पद का प्रसंग लिख दें।

उदाहरण के लिए

उद्धार निश्चित है युहन्ना 10:38
मैं उनको अनन्त जीवन दूँगा और वे कभी भी नाश न होंगे, उनको कोई भी मेरे हाथों से छीन नहीं सकता है। युहन्ना 10:38

युहन्ना 10:38

4. **<u>याद करेः</u>** बाइबल के पद को सही रीति से याद करें।

- सदा उसके शीर्षक से शुरू करें। फिर पद का प्रसंग और फिर पद की पहली पंक्ति याद करें।
- जब आप इसे बिना किसी भूल के कह सकते हैं तब दूसरी पंक्ति को जोड़ लें। और फिर शुरू से शीर्षक, प्रसंग तथा पहली और दूसरी पंक्ति को दोहराएँ।
- जब आप इतना बिना किस भूल के इस सब को दोहरा सकते हैं तब तब तीसरी पंक्ति को जोड़ लें और फिर शुरू से अन्त तक दोहराएँ। शीर्षक, प्रसंग, पहली, दूसरी और तीसरी पंक्ति।
- बाइबल के पद को कभी भी अलग-अलग, तोड़-तोड़ कर याद न करें क्योंकि ऐसा करने से उसकी कड़ी नहीं बनी रहती है। हर बार जब आप पद को दोहराते हैं तो हर बार उसे शुरू से अन्त तक दोहराएँ।
- पद को दोहराने के बाद हर बार बाइबल के प्रसंग को दोहराना न भूलें क्योंकि प्रसंग याद रखना सबसे कठिन होता है।
- इसलिए बाइबल का पद याद करने का सब से सही तरीका है शीर्षक, प्रसंग और बाइबल के पद की पंक्तियाँ और अन्त में एकबार फिर से संदर्भ को बोल कर याद करना।

घ. बाइबल के याद किए पदों का पुनरावलोकन

पहले से याद किए बाइबल के पदों का पुनरावलोकन करते समय निम्न बातों का ध्यान रखना हैः-

1. <u>पुनरावलोकनः</u>

बाइबल के पदों को याद करते समय कम से कम 5 पदों को जो आप हर दिन याद करते हैं उनका पुनरावलोकन करें। बार बार दोहराना याद करने का सबसे अच्छा तरीका है। इस लिए हर दिन 5 पदों को दिन में एक बार पाँच दिनों तक दोहराएँ। इस रीति से आप हर पद को कम से कम 35 बार दोहरा लेते हैं इससे पहले कि आप उसे पिछले पुनरावलोकन के स्थान पर छोड़ देते हैं।

2. <u>पिछला पुनरावलोकनः</u>

इसका अर्थ है उन वचनों हर तीन हफ्ते बाद देखना जो आपने अतीत में बाइबल में से याद की थीं। यह सर्वोत्त्म तरीका है पुराने पदों याद रखने का। इसलिए पिछले 100 दिनो में जो पद आपने याद किए हैं उन में से 5 पदों का हर दिन पुनरावलोकन करें। इस रीति से आप इन सारे पदों को जो आपने याद किए हैं उनको हर तीन हफ्ते बाद फिर से देख लेते हैं कि वे आपको याद हैं या नहीं।

3. <u>साथ लें:</u>

अपनी याद करने की पुस्तिका या कार्ड सदा साथ लेकर चलें। जब आप काम पर जाने की यात्रा कर रहे हैं तो दिन के उस समय को उन वचनों का पुनरावलोकन करने के लिए का उपयोग करें। और उस समय पर पिछली अन्य पदों पर भी नज़र डाले कि वे पद आपको याद हैं या नहीं। उस समय में आप 3 पदों में क्या लिखा है उन पर मनन करके प्रार्थना भी कर सकते हैं।

4. <u>जाँच लेः</u>

एक दूसरे की जाँच कर के देखें कि आप को अभी भी बाइबल के पहले याद किए वचन याद हैं। हर बार दल की सभा में दल को दो-दो लोगों के दल में बाँट कर जाँच करें कि सब को बाइबल के वचन याद हैं। और फिर कभी कभी बाइबल के पिछले 5 पदों की भी इसी तरह से जाँच करें। एक दूसरे की जाँच करें कि जान लें कि आप को सभी पद याद हैं। इसकी भी जाँच कर लें कि क्या आपको वचन के साथ-साथ उस वचन का विषय और उससे जुड़े संदर्भ वचन भी याद हैं या नहीं। साथ ही यह कि आपको बाइबल का पूरा पद बिना कोई भूल किए याद है या नहीं। जाँचने के लिए कभी-कभी एक संकेत देकर जैसे कोई विषय देकर, या बाइबल का संदर्भ वचन देकर या फिर कभी-कभी पद के पहले कुछ शब्द दे कर देखें कि सब को पद याद हैं या नहीं।

ङ. डोटा के पदों को याद करने की सूची

क. <u>मसीही निश्चय</u> 1. उद्धार निश्चित है- युहन्ना 10:28 2. प्रार्थना के उत्तर निश्चित है युहन्ना 16:24 3. विजय निश्चित है1 कुर. 10:13 4. क्षमा निश्चित है1 युहन्ना 1:94. 5. परमेश्वर का मार्गदर्शन निश्चित है	**<u>ख. मसीह में नया जीवन</u>** 1. मसीह 2 कुर. 5:17 2. वचन मत्ती 4:4 3. प्रार्थना युहन्ना 15:7 4. संगति 1 युहन्ना 1:7 5. मत्ती 10:32 नीति वचन 3:5-6
ग. <u>सुसमाचार</u> 1. पाप का स्वभाव रोमियो - 3:23 2. पाप की सज़ा सभोपदेशक - 12:14 3. पाप के लिए पश्चाताप् रोमियो - 5:8 4. उद्धार एक वरदान है इफिसियों - 2:8-9 5. उद्धार केवल विश्वास के द्वारा युहन्ना 1:12	**<u>घ. चेला बनाना</u>** 1. प्रभुता - रोमियो 12:1-2 2. इन्कार करना - लूका 9:23 3. सेवा - मरकुस 10:45 4. दान देना - 2 कुर. 9:6-7 5. चेले बनाना - मत्ती 28:18-20
ङ <u>मसीही चरित्र</u> 1. मसीह के समान बनना - 2 कुर. 3:18 2. पवित्रता - 1 पतरस 2:11 3. प्रेम - मरकुस 12:30-31 4. विश्वास - रोमियो 4:20-21 5. नम्रता - फिलिपियों 2:3-4	**च. <u>मसीह विवाह की तैयारी</u>** 1. दोनो विश्वासी - 2 कुर. 6:14 2. समान उद्देश्य - आमोस 3:3 3. आत्म-नियन्त्रण - 1 थिसु. 4:3-5 4. सही समय - सभोपदेशक 8:5-6 5. सहीप्राथमिकताएँ - मत्ती 6:33
छ. <u>मसीही विवाह</u> 1. छोड़ना और लिपटे रहना उत्पत्ति 2. प्रेम और अगुवाई -इफिसियों 5:23-25 3. प्रेम औप समर्पण - तीतुस 2:4-5 4. मतभेद सुलझाना - मत्ती 5:23-24 5. विश्वासयोग्य बने रहो - नीतिवचन 3:3-4	**ज. <u>मसीही माता-पिता</u>** 1. खर्च करके प्रेम दिखाना - 2 कुर 12:14-15 2. हर क्षेत्र में निर्माण- नीति-वचन 22:6 3. परमेश्वर के वचन की शिक्षा दो- व्य.विव.6:6-7 4. परमेश्वर में लालन-पाल करो - इफिसियों 6:4 5. अनुशान द्वारा प्रेम दर्शाएँ - नीतिवचन 13:24
झ. <u>परमेश्वर का राज्य</u> 1. परमेश्वर के राज्य में प्रवेश करो - युहन्ना 3:3,5 2. बच्चों को राज्य में स्वागत - लूका 18:16-17 3. राज्य के सुसमाचार का प्रचार - मत्ती 24:14 4. राज्य की सेविकाई में मुड़ कर न देखना - लूका 9:62 5. राज्य की विजय - दानिएल 2:44	**ञ. <u>मसीही कलीसिया</u>** 1. कलीसिया का प्रभाव- 1 पतरस 2:5 2. कलीसिया की गति-विधियाँ-प्रेरितों. के काम 2:42 3. कलीसिया की सेविकाइयाँ - इफिसियों 4:12-13 4. चर्च के अगुवों के काम प्रेरितो.के काम 20:28 5. कलीसिया में महिमा - इफिसियों 3:20-21
ट. <u>परमेश्वर की महानता</u> 1. परमेश्वर अतुल्य है यसायाह 40:25-26 2. परमेश्वर महिमय है -1 इतिहास 29:11 3. परमेश्वर राजा है - इफिसियों 1:11-12 4. परमेश्वर सर्वज्ञानी है - इब्रानियों 4:13 5. परमेश्वर सर्वशक्तिमान है - यर्मियाह 32:17	**ठ. <u>परमेश्वर के स्रोत</u>** 1. परमेश्वर की उपस्थिति - इब्रानियों 13:5-6 2. परमेश्वर का वचन - भजन 119:105 3. परमेश्वर की सामर्थ - यशायाह 40:10 4. परमेश्वर का ज्ञान - याकूब 1:5 5. परमेश्वर की चंगाई - 2 इतिहास 7:14