पाठ : १४

१	**प्रार्थना**

समूहको अगुवा - प्रार्थना गरेर तपाईंको समूह र चेलालाहरू बनाउने यो कार्यक्रमलाई प्रभुमा सुम्पनुहोस्।

२	**सिकेको कुरा बाड्नु** (२० मिनेट) **[शान्त समय]** **यूहन्ना १८:२८-२१:२५**

तपाईंलाई तोकिएको बाइबल खण्ड (यूहन्ना १८:२८-२१:२५) बाट परमेश्वरसँग व्यक्तिगत समय बिताउँदा सिक्नुभएको कुराहरूमध्ये एउटा कुरा पालैपालो छोटकरीमा बाँड्नुहोस् (अथवा तपाईंको नोटबुकबाट पढ्नुहोस्)।
सिकेको कुरा बाँड्ने व्यक्तिले बोलेको सुन्नुहोस्, उसको कुरालाई गम्भीररूपमा लिनुहोस् र उसलाई स्वीकार गर्नुहोस् तर उसले बाँडेको कुरामा छलफल नगर्नुहोस्।

३	**बाइबल पद कण्ठ गर्नु** (२० मिनेट) **[ख्रीष्टमा नयाँ जीवन]** **ख्रीष्ट : २ कोरिन्थी ५:१७**

पदहरू कण्ठ गर्ने दोस्रो श्रृङ्खला 'ख्रीष्टमा नयाँ जीवन'को बारेमा छ। कण्ठ गर्नुपर्ने पाँच वटा बाइबल पदहरूको शीर्षक यी हुन्: ख्रीष्ट, वचन, प्रार्थना, सङ्गति र गवाही

क. मनन

कण्ठ गर्नुपर्ने बाइबल पदलाई सेतोपाटी अथवा कालोपाटीमा यसरी लेख्नुहोस्:

ख्रीष्ट २ कोरिन्थी ५:१७
यसकारण कोही ख्रीष्टमा छ भने त्यो नयाँ सृष्टि हो। पुरानो बितिगएको छ, हेर, नयाँ आएको छ। २ कोरिन्थी ५:१७

यो बाइबल पदलाई तपाईंको कार्डको पछाडिपट्टि लेख्नुहोस्।

१. कसरी ख्रीष्टसँग पावललको सम्बन्ध परिवर्तन भयो?

जीवन परिवर्तन हुनुभन्दा पहिले पावल कट्टर फरिसी थिए। त्यतिबेला येशू ख्रीष्टको बारेमा तिनको ज्ञान 'पूर्णरूपमा शरीरअनुसारको' थियो। त्यसको मतलब तिनले संसारको बाहिरी मापदण्डअनुसार 'सांसारिक दृष्टिकोण'बाट येशू ख्रीष्टलाई बुझ्दथे। संसारले मानिसहरूलाई तिनीहरूको बाहिरी स्वरूपबाट न्याय गर्छन् तर तिनीहरूको भित्री हृदय वास्तवमा कस्तो छ, सोअनुसार होइन। येशू सिकर्मीको छोरा हुनुभएकोले गर्दा तिनीहरूलाई उहाँलाई शिक्षकको रूपमा स्वीकार गर्न इन्कार गरे। येशूले यहूदी गरुहरू पढ्ने विद्यालयबाट शैक्षिक योग्यता प्राप्त नगर्नुभएकोले गर्दा, तिनीहरूले उहाँको बुद्धिलाई इन्कार गरे। यशू पापीहरू र कर उठाउनेहरूको मित्र हुनु भएकोले गर्दा, तिनीहरूले उहाँ पनि पापी नै हुन् भनी ठानेँ। त्यसैले येशू ख्रीष्टले फरिसीहरूलाई यसो भन्नुभयो, "म कहाँबाट आएक हुँ अनि कहाँ जाँदैछु, तिनीहरूलाई थाहा छैन। तिमीहरू मानवीय

मापदण्डद्वारा न्याय गर्दछौ" (यूहन्ना ८:१४-१५)। आजभोलि संसारको अरू धर्महरूले येशू ख्रीष्टलाई अझै 'मानवीय मापदण्ड'द्वारा न्याय गर्दैछन्। जेजस्तो भए तापनि, पावलले येशू ख्रीष्टलाई आमने-सामने भेट गरे (प्रेरित २६:१२-१८)। त्यसपश्चात् तिनले येशू ख्रीष्टलाई कहिल्यै पुरानो तरिकाले विचार गरेनन्।

२. 'ख्रीष्टमा रहनु' भनेको के हो?

स्वर्गीय दृष्टिकोणअनुसार मानिसहरू दुई किसिमका मात्र हुन्छन्। मानिसहरू कि 'ख्रीष्टमा' हुन्छन् अथवा 'संसारमा' हुन्छन्। महत्वपूर्ण प्रश्न यही हो, "के तपाईं ख्रीष्टमा हुनुहुन्छ?" यसको मतलब, "के तपाईंले नयाँ जन्मनुभएको छ?" "के तपाईंसँग पवित्र आत्मा हुनुहुन्छ?" (२ कोरिन्थी १३:५) "के तपाईं नयाँ सृष्टि हुनुहुन्छ?" "के पुराना कुराहरू बितेर गएका छन्?" अनि "के नयाँ कुराहरू आएका छन्?" २ कोरिन्थी ५:१७ ले बताउने कुरा यही हो!

ख्रीष्टमा आउने तरिका भनेको येशू ख्रीष्टमा विश्वास गर्नु अनि उहाँ तपाईंको लागि मरेर पुनरुत्थान हुनुभएको हो भनी स्वीकार गर्नु हो! कुनै व्यक्तिले येशू ख्रीष्टको मृत्यु र पुनरुत्थानमा गरेको विश्वासद्वारा ऊ येशू ख्रीष्टसँग एकतामा आउँछ। उसले येशू ख्रीष्टमा विश्वास गरेको घडीमा नै ऊ 'ख्रीष्टमा' हुन्छ।

'ख्रीष्टमा' भन्ने अभिव्यक्ति इसाई मुक्तिको संक्षिप्त वर्णन हो। यो इसाई मुक्तिको कहिले नसकिने प्रशस्तताको संक्षिप्त सारंश हो। येशू ख्रीष्ट को हुनुहुन्छ अनि उहाँले के गर्नुभएको छ भन्ने कुराले तपाईं के-कस्तो हुनुहुन्छ भन्ने कुरामा ठूलो महत्व राख्छ।

उदाहरणहरू:

- येशू ख्रीष्ट मर्नुभएकोले, तपाईं मर्नुभयो। येशू ख्रीष्टले तपाईंको पापको दण्ड आफूमाथि लिनुभएकोले गर्दा, तपाईंले क्षमा पाउनुभएको छ, धर्मी ठहरिनुभएको छ र अब तपाईं कहिल्यै दोषी ठहरिनुहुने छैन!
- येशू ख्रीष्ट पुनरुत्थान हुनुभएकोले, तपाईंको आत्मा पुनरुत्थान भएको छ, त्यसले नयाँ जन्म पाएको छ अथवा नयाँ तुल्याइएको छ अनि येशू ख्रीष्टको दोस्रो आगमनमा तपाईंको शरीर पनि पुनरुत्थान हुनेछ।
- यशू ख्रीष्टमा परमेश्वर राम्ररी प्रसन्न हुनुभएकोले, परमेश्वरले अब तपाईंलाई ग्रहण गर्नुहुन्छ र उहाँ तपाईंसँग पनि प्रसन्न हुनुहुन्छ।
- येशू ख्रीष्टले दुष्टलाई बाँध्नुभएको हुनाले, तपाईं दुष्टको विरोध गर्न सक्षम हुनुहुन्छ र तपाईंले येशू ख्रीष्टसँग मिलेर मानिसहरूलाई अन्धकारको राज्यबाट खोसेर ख्रीष्टको ज्योतिको राज्यमा ल्याउनुहुन्छ।
- येशू ख्रीष्ट सत्य हुनुभएकोले गर्दा, अब तपाईंले परमेश्वरबारेको सत्य, आफ्नैबारेको सत्य, संसारबारेको सत्य र भविष्यबारेको सत्यता जान्नुहुन्छ।
- येशू ख्रीष्ट उत्तराधिकारी हुनुभएकोले गर्दा, तपाईं नयाँ स्वर्ग र नयाँ पृथ्वीको हकदार हुनुहुनेछ।
- येशू ख्रीष्ट परमेश्वरको राज्यको राजा हुनुभएकोले गर्दा, तपाईंले उहाँसँगै राज्य गर्नुहुनेछ।

संसारको कुनै पनि व्यक्तिले यदि चाहन्छ भने ऊ 'ख्रीष्टमा' आउन सक्छ। त्यसको निम्ति उसले गर्नुपर्ने काम भनेको येशू ख्रीष्टमा विश्वास गर्नु हो। त्यसको निम्ति उसले आफ्नो हृदय र जीवन उहाँमा समर्पित गर्नु पर्छ। तपाईंको पापलाई क्षमा दिनको निम्ति उहाँ मर्नुभएको हो र तपाईंले नयाँ जीवन पाउन सकोस् भन्ने हेतुले नै उहाँ पुनरुत्थान हुनुभएको हो भनी विश्वास गर्नुहोस्!

३. कुन-कुन पुराना कुराहरू गएका छन्?

नयाँ सृष्टिलाई 'पुरानो गएको छ' भनी चित्रण गरिन्छ। यसलाई ग्रीक भाषामा भुत कालमा लेखिएको छ, जसले कुनै व्यक्तिले नयाँ जन्मको अनुभव गर्ने क्षणमा नै पुराना कुराहरू बितिगएको छ भनी बुझाउँछ। बितिगएका पुराना कुराहरू भनेको कुनै व्यक्तिले नयाँ जन्म पाउनुभन्दा पहिलेको जीवनको ढाँचाको पुराना इज्जत, प्रतिष्ठा, पूर्वाग्रहहरू, गलत विचारधाराहरू र दासत्वहरू हुन्। येशू ख्रीष्ट हरेक विश्वासीको पापहरूको निम्ति मर्नुभयो (१ पत्रुस २:२४)। त्यसकारण, हरेक इसाई पहिले नै नयाँ सृष्टि भइसकेको छ।

इसाई आफ्नो निम्ति होइन तर आफ्नो निम्ति मर्नुहुने येशू ख्रीष्टको निम्त जिउनेछ (२ कोरिन्थी ५:१५)। अब उसको आफूसँगको सम्बन्ध परिवर्तन भएको छ। इसाईले अब उप्रान्त येशू ख्रीष्टलाई केवल सांसारिक दृष्टिकोणबाट बुझ्नेछैन् (२ कोरिन्थी ५:१६)। येशू ख्रीष्टसँगको उसको सम्बन्ध परिवर्तन भएको छ। इसाईले अब उप्रान्त अरू मानिसहरूलाई सांसारिक दृष्टिकोणबाट बुझ्नेछैन (२ कोरिन्थी ५:१६)। अरू मानिसहरूसँगको उसको सम्बन्ध अब परिवर्तन भएको छ।

४. कुन-कुन नयाँ कुराहरू आएका छन्?

नयाँ सृष्टिलाई 'नयाँ आएको छ' भनी चित्रण गरिएको छ! ग्रीक भाषामा यसलाई अपूर्ण कालमा लेखिएको छ, जसको अर्थ पुराना कुराहरू नयाँ भएका छन् र ती वर्तमानमा अनि सदा-सर्वदा निरन्तर नयाँ भइरहन्छन् भन्ने हो। परमेश्वरको नयाँ सृष्टिको नयाँपन भनेको हामीले नयाँ कुराहरू किनेर समय बित्दैजाँदा त्यो पुरानो भई काम नलाग्ने हुँदै गएको जस्तो होइन। नयाँ सृष्टि कहिल्यै ओइलाउँदैन, कहिल्यै बिग्रदैन अथवा कहिल्यै नष्ट हुँदैन (१ पत्रुस १:३-४)। यो यस्तो नयाँपन हो, जुन सदा-सर्वदा नयाँ रहिरहन्छ! ओहो, येशू ख्रीष्टमा पाउने नयाँ जीवन कति अचम्म! इसाई भइसकेपछि मानिसले व्यवस्था पालन गर्न कोसिस गर्दैन (गलाती ६:१४-१५), तर अब उप्रान्त ऊ परमेश्वरको अनुग्रहमा जिउँछ (यूहन्ना १:१६-१७)। इसाईले मानिसहरूसँगको सम्बन्धमा धार्मिक जीवन जिउँछ अनि परमेश्वरसँगको सम्बन्धमा चाहिँ पवित्र जीवन जिउँछ (एफिसी ४:२४)। इसाईले परमेश्वरको योजनाअनुसाको जीवन जिउँछ र परमेश्वरले उसको निम्ति तोकिदिनुभएअनुसार उसले असल कामहरूद्वारा परमेश्वरको योजनालाई काममा प्रकट गर्दछ (एफिसी २:१०)।

ख. पद कण्ठ र पुनरवलोकन

१. बाइबल पदलाई खाली कार्ड अथवा तपाईंको नोटबुकको एउटा पृष्ठमा लेख्नुहोस।
२. उक्त बाइबल पदलाई सही किसिमले कण्ठ गर्नुहोस्। ख्रीष्ट : २ कोरिन्थी ५:१७
३. पुनरवलोकन गर्नुहोस्- दुई-दुई जना बसेर भर्खरै कण्ठ गरेको बाइबल पद पालैपालो जाँच्नुहोस्।

४	**बाइबल अध्ययन** (७० मिनेट)	**सम्बन्धहरू** **इसाई प्रेम - १ कोरिन्थी १३:१-१३**

१ कोरिन्थी १३:१-१३ लाई सबै मिलेर अध्ययन गर्दा बाइबल अध्ययन गर्ने पाँच वटा चरणहरूलाई प्रयोग गर्नुहोस्।

चरण: १ - पढ्नुहोस्। **परमेश्वरको वचन**

आउनुहोस्, हामी सबै मिलेर १ कोरिन्थी १३:१-१३ लाई पढौँ।
हामी पालैपालो एक-एक पद पढी यस खण्डलाई पूरा गरौँ।

चरण: २ - पत्ता लगाउनुहोस्। **अवलोकनहरू**

ध्यान दिनुहोस् - यो खण्डमा भएको कुन सत्यता तपाईंको निम्ति महत्वपूर्ण छ?
अथवा, यस खण्डमा भएको कुन सत्यताले तपाईंको समझ वा हृदयलाई स्पर्श गर्छ?

लेख्नुहोस् - यहाँ तपाईंले बुझ्नुभएको एक वा दुई सत्यताहरू पत्ता लगाउनुहोस्। ती कुराहरूका बारेमा विचार गर्नुहोस् र त्यसलाई आफ्नो नोटबुकमा लेख्नुहोस्।

बाँड्नुहोस् - (समूहका मानिसहरूले विचार गर्न र लेख्न करिब दुई मिनेट लगाएपछि, त्यसलाई पालैपालो बाँड्नुहोस्। अब हामीले पत्ता लगाएका कुराहरू पालैपालो एक-आपसमा बाँडौँ।
(मानिसहरूले पत्ता लगाएर बाँडेका कुराहरू तल दिइएका छन्। हरेक सानो समूहमा मानिसहरूले बाँड्ने कुराहरू फरक हुन्छन् र यी कुराहरूसँग मिल्नैपर्छ भन्ने छैन भनी याद गर्नुहोस्।

१ कोरिन्थी १३:१-३

खोज १ : प्रेमलाई सांसारिक आकंक्षासँग तुलना गरिएको छ

प्रेमलाई संसारका सबै मानिसहरूले अति उच्च ठान्ने यी सात वटा कुराहरूसँग तुलना गरिएको छ (अन्य भाषाहरूमा बोल्नु, अगमवाणी गर्नु, रहस्यहरू प्रकट गर्नु, ज्ञान प्रदर्शन गर्नु, विश्वास देखाउनु, गरिबलाई धन-सम्पत्तिहरू दिनु र सहिद हुनको

निम्ति जीवन समर्पण गर्नु)। यदि म यी सबै कुराहरू गर्नु सक्छु तर ममा प्रेम छैन भने, म केही पनि होइन! मैले अनन्तसम्म महत्व राख्ने केही कुरा पूरा गर्न सक्दिनँ! यदि म सिपालु ढङ्गमा बोलेर आफ्नो प्रवचनले मानिसहरूको समझ र हृदयलाई हल्लाउन सक्छु, तर मसँग प्रेम छैन भने मेरा शब्दहरू खोक्रा हुन्छन् र त्यसले कसैलाई विश्वास दिलाउन सक्दैन। यदि म मेरो सबै धन-सम्पत्ति गरिबलाई दिन्छु, तर प्रेम छैन भने, मैले केवल दोषी विवेकलाई आराम दिन्छु अथवा तिनीहरूको कञ्जुस भावनाबाट उत्पन्न भएको मेरो दयालाई शान्त मात्र पार्दछु। यदि म इसाई कामदार हुन्छु, ठूलो बलिदान गर्छु र कठिन परिस्थितिहरू र सतावटको कारण जीवन गुमाउँछु, तर प्रेम छैन भने मैले केही पनि प्राप्त गर्दिनँ! यदि मसँग प्रेम छैन भने ती सबै बलिदानहरूको कुनै अर्थ रहनेछैन!

---

१ कोरिन्थी १३:८-११

खोज २ : प्रेम सबैभन्दा ठूलो सम्पत्ति ठानिन्छ

प्रेमलाई सबैभन्दा ठूलो सम्पत्तिको रूपमा सुरक्षित राखिएको छ। प्रेमलाई किन सबैभन्दा ठूलो सम्पत्ति ठानिएको हो भने यो सदा-सर्वदा रहिरहन्छ। ८ पदले 'प्रेमको कहिल्यै अन्त हुँदैन' भन्दछ, जसको अर्थ यो कहिले सकिदैन भन्न हो। अरू कुराहरू, जुन संसारभरिका मानसिहरूले अति महत्वपूर्ण ठान्दछन्, ती कुराहरू एक दिन सकिन्छ। जब अगमवाणीहरू पूरा हुन्छन्, तब तिनीहरूको महत्व सकिनेछ। किनभने तिनीहरूले आफ्नो काम पूरा गरिसकेका छन् र अब ती अगमवाणीहरूसँग भन्ने केही कुरा बाँकी रहँदैन। त्यसैगरी मानिसहरूका र स्वर्गदूतहरूका भाषाहरूको अन्त हुनेछ। १ कोरिन्थी १३ अध्याय सामान्य ग्रीक भाषामा लेखिएको थियो, र त्यो अब कुनै ठाउँमा बोलिँदैन। ज्ञानलाई अति उच्च स्तरको ठानिन्छ र त्यसलाई प्राप्त गर्न मानिसहरूले विद्यालय र विश्व-विद्यालयहरूमा लामो समय खर्च गर्छन्; त्यसैगरी पत्र-पत्रिकाहरू पढ्न, रेडियो सुन्न र टेलिभिजन हेरेर ज्ञान हासिल गर्न हरेक दिन मानिसहरूले समय खर्च गर्छन्। तैपनि सबै ज्ञान सकिन्छ। हिजोको पत्रिका आज जलाइन्छ र दश वर्ष पुराना विज्ञानको पुस्तकहरू रद्दी कागजको रूपमा बेचिन्छन्। सबै ज्ञान चाँडै पुराना भइहाल्छ र त्यसले काम गर्न छोड्छ। यसबारेमा प्रेरित पावलले अझ धेरै उदाहरणहरू दिन सक्थे होलान्। तिनले रुपैया-पैसा अथवा सफलता अथवा शक्ति, पद र ख्यातिको बारेमा चर्चा गरेनन्। ती सबै कुराहरूको एक दिन अन्त हुन्छ। त्यस्ता सबै कुराहरू गलत हुन् भनेर पावलले बताएनन्। केवल त्यस्ता कुराहरू सधैँभरि रहँदैनन् भनी तिनी भन्दछन्। अमरणशील प्राणलाई अमरणशील कुराहरू नै दिनु पर्छ। सधैँ रहिरहने अमरणशील कुराहरू तीन वटा छन्: विश्वास, आशा र प्रेम। यी तीनमध्ये प्रेम सबैभन्दा ठूलो हो, किनभने परमेश्वर प्रेम हुनुहुन्छ!

चरण: ३ - प्रश्न	**व्याख्याहरू**

ध्यान दिनुहोस् - यस खण्डमा त्यस्तो कुन प्रश्न छ, जुन तपाईंले समूहमा सोध्न चाहनुहुन्छ?
१ कोरिन्थी १३:१-१३ मा भएका सबै सत्यताहरू बुझ्न कोसिस गरौँ र त्यसमा अझै नबुझेका कुराहरू सोधौँ।
लेख्नुहोस् - आफ्नो प्रश्नलाई स्पष्ट ढाँचामा बनाउनुहोस्। तपाईंको प्रश्नलाई नोटबुकमा लेख्नुहोस्।
बाँड्नुहोस् - (समूहको सदस्यहरूलाई विचार गर्न र लेख्न करिब दुई मिनेट जति दिएपछि, प्रत्येक व्यक्तिलाई पालैपालो उनीहरूकका प्रश्नहरू सबैको सामु बाँड्न लगाउनुहोस्।)
छलफल गर्नुहोस् - (त्यसपछि, ती प्रश्नहरूमध्ये केही उपयोगी प्रश्नहरूको बारेमा समूहमा छलफल गर्दै आफैले उत्तरहरू पत्ता लगाउने कोसिस गर्नुहोस्।)
(उदाहरणको लागि विद्यार्थीहरूले सोध्नसक्ने केही सम्भावित प्रश्नहरू र छलफलद्वारा निकालेका टिप्पणी तल दिइएको छ।)

१ कोरिन्थी १३:४

प्रश्न १ : 'प्रेम धिरजी हुन्छ' भनेको के हो?

टिप्पणी - धिरजी हुने प्रेमले प्रतिक्षा गर्न सक्छ। धिरजलाई प्रेमको पहिलो गुणको रूपमा लेखिएको छ, किनभने प्राय: यहींबाट प्रेमको सुरुवात हुन्छ। प्रेमले दया गर्न वाध्य तुल्याउदैन तर यसले दया देखाउन प्रतिक्षा गर्न सक्छ। प्रेमले हतार गर्दैन, तर यसले सहायता गर्ने व्यक्ति हुनको निम्ति परमेश्वरको सल्लाह र परामर्शको प्रतिक्षा गर्छ। तसर्थ, धिरज भनेको यस्तो लगाम

हो, जसलाई परमेश्वरले प्रेमको प्रकटीकरणको नियन्त्रण गर्न प्रयोग गर्नुहुन्छ। धिरजले मानिसहरूको जीवन र उनीहरूको परिस्थितिहरूमा परमेश्वरले गर्नुहुने कामको प्रतिक्षा गर्छ। धिरजले प्रतिक्षा गर्दैगर्दा, नम्रता र शान्त आत्माजस्ता सुन्दर गहनाहरूमा यसले आफूलाई प्रकट गर्छ। धिरजले कठिन कुराहरू, घोचपेच-छेडछाड, पीडा, मानिसको कमजोरीहरूलाई झिजो नमानीकन अनि निराश नभईकन अथवा नरिसाईकन सहन्छ।

---

१ कोरिन्थी १४:४

प्रश्न २ : 'प्रेम दयालु हुन्छ' भनेको के हो?

टिप्पणी - दयालु हुने प्रेमले काम गर्ने गर्छ। दयाले सहायता गर्ने बाटो र असल कामहरू गर्न खोज्छ। येशूले कसरी चारैतिर गएर असल कामहरू गर्नुभयो भनी बाइबलले हामीलाई बताउँछ (प्रेरित १०:३८)। उहाँले बिरामीहरूलाई निको पार्नुभयो, भूत लागेकाहरूलाई स्वतन्त्र पार्नुभयो अनि गरिबहरूलाई सुसमाचार प्रचार गर्नुभयो (मत्ती ११:४-५)। दया मित्रतापूर्ण र भद्र हुन्छ तर यो आलोचनात्मक र मन नपर्ने वा घृणास्पद हुँदैन। तपाईं हरेक व्यक्तिको मित्र हुन सक्नु हुन्न तर तपाईंले हरेकलाई भद्रपन देखाउन सक्नुहुन्छ (फिलिप्पी ४:५)। दयाले अरूहरूलाई प्रसन्न मार्ने मौका खेर जान दिँदैन। कसैले यसरी लेखेका छन्, "म यो संसार भएर जानेछु तर केवल एकपटक। त्यसकारण, कुनै मानिसप्रति मैले गर्न सक्ने कुनै असल काम अथवा मेलै देखाउन सक्ने दया अहिले नै गर्न दिनुहोस्। मलाई यो काम पछि सार्न अथवा वेवास्ता गर्न नदिनुहोस्, किनभने म यो बाटो भएर फेरि कहिल्यै हिँड्ने छैन।"

---

१ कोरिन्थी १३:४

प्रश्न ३ : 'प्रेमले डाह गर्दैन (अथवा ईर्ष्या गर्दैन)' भनेको के हो?

टिप्पणी - डाह नगर्ने प्रेम उदार हुन्छ। उदारता भनेको अरूहरूसँग प्रतिस्प्रर्धामा रहने प्रेम हो। जब तपाईं असल काम गर्न कोसिस गर्नुहुन्छ, अनि त्यो काम तपाईंले भन्दा राम्रोसँग गर्ने अरू मानिसहरू छन् भनी तपाईंले पत्ता लगाउनुहुन्छ। तिनीहरूप्रति डाह नगर्नुहोस्। डाह भनेको तपाईंले जस्तै काम गर्ने मानिसहरूप्रति तपाईंको मनमा आउने खराब इच्छा हो। त्यसैगरी डाह भनेको अर्को व्यक्तिसँग भएको कुरा खोस्न चाहने आत्मा हो अथवा उसले पाउने श्रेय वा आदर हडप्नु हो। उदार हुनु भनेको आफू जस्तो छ, अथवा आफूसँग जे छ र आफूले जे गर्न सक्छ, त्यसप्रति सन्तुष्ट र धन्यवादी हुनु हो।

---

१ कोरिन्थी १३:४

प्रश्न ४ : 'प्रेमले शेखी गर्दैन' भनेको के हो?

टिप्पणी - शेखी नगर्ने प्रेम सुशील (सरल) हुन्छ। तपाईंले काम गरिसकेपछि देखिने प्रेमको भावना भनेको सुशीलता हो। तपाईंले धैर्यता, दया र उदारता देखाइसकेपछि यो प्रेमको खाँचो पर्छ। सुशीलताले तपाईंको ओँठलाई बन्द गरिदिन्छ र आफूले गरेको काम बिर्सी दिन्छ। यसले आफ्नो गुणहरू, सीप र उपलब्धीहरूलाई सामान्यरूपमा आकलन गर्छ। सुशीलताले बढाइ-चढाइ गर्दैन। यसले अरूलाई ज्यादा ज्ञान दिँदैन। यसले जानाजानी अरूलाई प्रभाव पार्ने, आफू ठूलो हुने र अरूलाई देखाउने काम गर्दैन। सशीलताले जानाजानी अरूको ध्यान आफूप्रति आकर्षित गर्दैन।

---

१ कोरिन्थी १३:४

प्रश्न ५ : 'प्रेमले घमण्ड गर्दैन' भनेको के हो?

टिप्पणी - प्रेमले घमण्ड गर्दैन भनेको नम्र हुनु हो। नम्रताचाहिँ तपाईंले कुनै काम गर्नुभन्दा अगाडिको भावना हो। नम्रताले आफ्नो बलियो पक्षहरूको प्रचार-पसार गर्दैन र आफ्नो कमजोरीहरू लुकाउँदैन। आफूले जे गर्न सक्छ, त्यसको वास्तविकता नै नम्रता हो। नम्रताले आफ्नो महत्व, क्षमताहरू, धन-सम्पत्तिहरू अथवा उपलब्धीहरूप्रति घमण्डले फुल्दैन। नम्रताले अहमपना देखाई हठी हुँदैन। नम्रताले अरूहरूमाथि हैकम चलाउने (शासन गर्ने) अथवा अरूलाई हेप्ने र तुच्छ सम्झने गर्दैन।

---

१ कोरिन्थी १३:५

प्रश्न ६ : 'प्रेम हठी हुँदैन' भनेको के हो?

टिप्पणी - कहिल्यै हठी व्यवहार नगर्ने प्रेम भनेको शिष्टता (भद्रता) हो। सामाजिक अन्तरक्रियामा देखिन प्रेम शिष्टता हो। शिष्टता साना कुराहरूमा देखिने प्रेम हो। शिष्टचारले हरेक परिस्थितिमा असल आचरण र व्यवहार देखाउँछ। शिष्टचार नम्र, दयालु, विचारशील अनि अरूप्रतिको व्यवाहर र पहुँचमा सहानुभूतिपूर्ण हुन्छ। शिष्टचार अरू मानिसहरूको बानी-व्यहोरा, सँस्कृति र मूल्य-मान्यताहरूप्रति सम्वेदनशील हुन्छ। अरू मानिसहरूको खाँचोहरू र भावनहरूप्रति यो विचारशील हुन्छ। शिष्टचार भनेको यस्तो पासपोर्ट (अनुमति प्रमाणपत्र) हो, जसले तपाईंलाई कुनै पनि समुदायमा घुलमिल हुन सजिलै अनुमति दिन्छ।

---

१ कोरिन्थी १३:५

प्रश्न ७ : 'प्रेमले आफ्नै कुरामा जिद्दी गर्दैन' भनेको के हो?

टिप्पणी - आफ्नै कुरामा जिद्दी नगर्ने प्रेम निस्वार्थ हुन्छ। निस्वार्थको प्रेम हक-अधिकारमा अभ्यास गरिन्छ। निस्वार्थ प्रेमले आफ्नै हक-अधिकार खोजी गर्दैन। निस्वार्थले आफ्नै लागि ठूलो कुराको खोजी गर्दैन। ती कुराहरूमा कुनै महान हुँदैन। निस्वार्थी परमेश्वर मात्र महान् हुनुहुन्छ। निस्वार्थी भई अरू मानिसहरूमा परमेश्वरको उद्देश्य र परमेश्वरको राज्य बढाउनुहोस्। निस्वार्थपनले पद, प्रतिष्ठा, शक्ति, ख्याति, धन-सम्पत्ति र विलासिताजस्ता महत्वाकांक्षाहरूको पछि लाग्दैन। निस्वार्थपनले आफ्नै फाइदाको खोजी गर्दैन र जेसुकै कारण भए तापनि अर्को व्यक्तिलाई दुरुपयोग गर्दैन। संसारका मानिसहरू खुसी र आनन्दको पछि लाग्छन् र प्रशस्त भयो भने र अरूबाट सेवा पाइयो भने खुसी हुन सकिन्छ भनी तिनीहरू विचार गर्छन्। आफूसँग जति भए पनि र जति धेरै प्राप्त गरे पनि मानिस खुसी हुन सक्दैन, तर अरूलाई दिँदा र सेवा गर्दा साँचो खुसी प्राप्त हुन्छ। येशूले भन्नुभयो, "जो तिमीहरूमध्ये ठूलो हुन चाहन्छ, त्यो अरूको सेवक हुनै पर्छ" (मत्ती २०:२६)।

---

१ कोरिन्थी १३:५

प्रश्न ८ : 'प्रेमले झर्को मान्दैन (छिट्टै रिसाउँदैन)' भनेको के हो?

टिप्पणी - छिट्टै नरिसाउने प्रेम भनेको कोमल (नम्र) हुन्छ। कोमलता भनेको कुनै व्यक्तिको आन्तरिक स्वभावको भाग हो। मानवीय स्वभावमा खराब मिजासभन्दा विनासकारी अरू कुनै कुरा छैन। यसले सम्बन्धहरू, परिवारहरू र समुदायहरूमा विभाजन ल्याउँछ। साथै यसले वैवाहिक जीवन, मित्रता र छिमेकीसँगको समधुर सम्बन्धलाई निरस तुल्याइदिन्छ। यसमा मानवजीवनमा गरिबी उत्पन्न गर्ने शक्ति हुन्छ। खराब मिजासले झर्को, रिस, क्रूरता, घमण्ड, स्वधर्मीपन, हठ, अप्रसन्नता, क्षमा नदिने आत्मा र उदासीपनजस्ता स्वभावहरूलाई समेट्छ। खराब मिजास आन्तरिक गहिरो समस्याको लक्षण हो। यसले भित्र भएको भ्रष्टतालाई प्रकट गर्छ र प्राय: असावधानी क्षणमा यो बाहिर चम्किन्छ। यसले अपरिवर्तित, कठोर र अनाज्ञाकारी हृदयलाई प्रकट गर्छ। जीवनको सबै भागहरूमा तपाईं आज्ञाकारी हुनुभएर त्यसलाई ख्रीष्टले ओगट्नु दिनु भयो भने मात्र उहाँले तपाईंको स्वभाव परिवर्तन गरिदिनु हुनेछ। त्यसपछि तपाईंको भित्री स्वभावमा प्रेम बहनेछ। कोमलता अरू मानिसहरू अथवा परिस्थितिहरूको कारण उत्पन्न भएको चोट र घाउहरूप्रति सहजरूपमा समर्पित हुन्छ। यो तुरुन्तै नकारात्मकरूपमा प्रतिक्रिया जनाउने गरी उत्तेजित हुँदैन। कोमलताले अरूहरूले भनेको कुरालाई तुरुन्तै लिएर त्यसको विपरीत व्यक्तिगतरूपमा आक्रमण गर्दैन।

---

१ कोरिन्थी १३:५

प्रश्न ९ : 'प्रेमले खराबीको हिसाब राख्दैन' भनेको के हो?

टिप्पणी - 'खराबीको हिसान नराख्ने प्रेम भनेको क्षमा दिने प्रेम हो। क्षमा दिन प्रेम प्रेमले तोडएका सम्बन्धहरूमा गरिने प्रेम हो। केही मानिसहरूले अर्को व्यक्तिले तिनीहरूलाई गरेका खराबीहरूको लामो सूची बनाएर राख्छन्। तिनीहरूले निरन्तर आफ्नो अप्रसन्नता प्रकट गरिरहन्छन्, आफ्नो स्व-धार्मिकतालाई तीव्ररूपमा बचाउ गरिरहन्छन् र आफ्नो विरोधीको विरुद्धमा भएका कुराहरू तपाईंलाई घरी-घरी बताइरहन्छन्। यस्ता मानिसहरू तीतोपनले भरिएका हुन्छन् । त्यस्ता तीतोपन भएका मानिसहरूले समस्या खडा गर्छन् र धेरैलाई अशुद्ध तुल्याउँछन् भनी हिब्रू १२:१५ ले चेताउनी दिन्छ। तिनीहरूले कुनै पनि

व्यक्तिमा सङ्काको बिउ रोप्ने काम गरेर सम्बन्धहरूलाई टुक्र्याउने कार्छन् अनि अरूको कुरा काटेर, झूटो हल्ला फैलाएर र निन्दा गरेर वातावरणलाई प्रदुषित पार्दछन्। यस्तो रोगी अवस्थालाई केवल परमेश्वरको प्रेमले मात्र चङ्गाइ दिन सक्छ। जब कुनै व्यक्तिले आफ्नो पाप परमेश्वरले क्षमा दिनुहुन्छ र ती पापहरू उहाँले कहिल्यै सम्झनु हुन्न भन्ने कुरा बुझ्छ, तब मात्र उसले अरूलाई क्षमा दिन र नराम्रा कुराहरू बिर्सन सक्छ। क्षमा दिन प्रेमले छिट्टै अरूलाई क्षमा दिएर अरूले गरेको अपराध र आक्रमणलाई बिर्सी हाल्छ। क्षमा दिने प्रेम तीतो अथवा अप्रसन्नदायी हुँदैन। त्यसैगरी यो बदलापूर्ण हुँदैन र यसले पुराना खराबीहरूको सम्झना राख्दैन।

---

१ कोरिन्थी १३:६

प्रश्न १० : 'प्रेम खराबीमा प्रसन्न हुँदैन, तर ठीक कुरामा रमाउँछ' भनेको के हो?

टिप्पणी - खराबीमा नरमाउने तर साँचो कुरामा रमाउने प्रेम निष्कपटता हो। कमजोरीहरू र असफलताहरूमा गरिने प्रेम नै निष्कपटता हो। हरेक व्यक्तिसँग कमजोरीहरू हुन्छन् र हरेक व्यक्ति कहिलेकाहिँ असफल हुन्छ भन्ने कुरा निष्ककपटताले स्वीकार गर्छ। निष्कपटताको भावनामा स्वार्थीपन हुँदैन र यसले अर्को व्यक्तिकको खराबी र असफलताहरूमा आफू सन्तोष वा विजयी भएको ठान्दैन। बरू अरू मानिससहरूले सत्य र धार्मिकता प्रगति गर्दा निष्ककपट व्यक्ति रमाउँछ।

---

१ कोरिन्थी १३:७

प्रश्न ११ : 'प्रेमले सबै कुरा सहन्छ' (प्रेमले सधैँ सुरक्षा गर्छ) भनेको के हो?

टिप्पणी - सुरक्षा गर्ने प्रेम भनेको लापरवाही मानिसहरूप्रति गरिने प्रेम हो। सुरक्षा गर्ने प्रेमले अरूहरूलाई हरेक किसिमको आसङ्का (त्रास) बाट अलग राख्छ। यसले अरूहरूमा भएका अप्रसन्न पार्ने कुराहरूमाथि मौनताको पोशाकले ढाकिदिन्छ। यसले अरू मानिसहरूको प्रतिष्ठालाई बचाउँछ र यसले अरू मानिसहरूको बिरुद्धमा कुरा काट्दैन।

---

१ कोरिन्थी १३:७

प्रश्न १२ : 'प्रेमले सबै कुराको (सधैँ) पत्यार गर्छ' भनेको के हो?

टिप्पणी - पत्यार गर्ने प्रेम सङ्कालु मानिसहरूप्रति गरिने प्रेम हो। तपाईंमाथि विश्वास गर्ने मानिसहरूले नै तपाईंलाई प्रभाव पार्दछन्। तर सङ्कास्पद वातावरणमा मानसिहरू खुम्चिन्छन्। साँचोरूपमा नजानीकन नै कहिलेकाहिँ मानिसहरूले अर्को व्यक्तिको विचार अथवा अभिप्रायहरू खराब छन् भनी सोच्ने गर्छन्। तर पत्यार गर्ने प्रेमले अरू मानिसहरूका बारेमा उच्च अनि सकारात्मक ढङ्गमा विचार गर्छ। कुनै ठोस कारणविना अरूको अभिप्रायहरू अथवा क्रियाकलापहरूमाथि सङ्का गरी अपत्यारिलो बनाउनु हुँदैन। पत्यार गर्ने प्रेमले तपाईंको समस्याहरू र कमजोरीहरूको बाबजुद पनि अरूहरूलाई आफ्नो आन्तरिक विचार तथा भावनाहरूले भरोसा गर्ने जोखिम उठाउँछ। तिनीहरूले यो ज्ञानको दुरुपयोग गर्न सक्छन् तैपनि तपाईंले भरोसा गरेकोले गर्दा तिनीहरूलाई प्रेम गर्नुहुन्छ।

---

१ कोरिन्थी १३:७

प्रश्न १३ : 'प्रेमले सबै कुरामा (सधैँ) आशा राख्छ' भनेको के हो?

टिप्पणी - आशापूर्ण प्रेम भनेको स्व-धर्मी मानिसहरूप्रति गरिने प्रेम हो। स्व-धर्मी व्यक्तिले आफू सधैँ ठीक छु र अर्को व्यक्ति सधैँ बेठिक छ भनी विचार गर्छ। त्यसैगरी अरू सबै मानिसहरू गलत छन् र तिनीहरू कहिल्यै सही हुन सक्दैनन् भनी उसले सजिलै अनुमान लगाउने गर्छ। ती मानिसहरू परिवर्तन हुन सक्नेछन् भनेर पनि उसले अपेक्षा गर्दैन। त्योभन्दा खराब कुरा के हो भने ती मानिसहरू परिवर्तन होस् भनी ऊ चाहँदैन; तसर्थ, उसलै म आफू सधैँ ठीक छु भनी विचार गर्न सक्छ। जेजस्तो भए तापनि आशापूर्ण प्रेमले अर्को व्यक्तिलाई सुधार गर्न हरेस खाँदैन तर परमेश्वरले उक्त व्यक्तिको जीवनमा काम गर्नुभएर उसलाई परिवर्तन गर्नुहुनेछ भनी अपेक्षा गर्छ। त्यसैगरी आशापूर्ण प्रेमले खराब परिस्थितिहरूलाई आशारहित भनेर त्याग्दैन,

तर त्यसो गर्नुको सट्टामा कठिन परिस्थितिमा परमेश्वरले आफ्नो उत्तम योजनाद्वारा उहाँको काम पूरा गर्नुहुन्छ भन्ने कुराको अपेक्षा गर्दछ।

---

१ कोरिन्थी १३:७

प्रश्न १४ : 'प्रेम सबै कुरामा (सधैँ) स्थिर रहन्छ' भनेको के हो?

टिप्पणी - स्थिर रहने प्रेम समय-अवस्थामा नापिने प्रेम हो। स्थिर प्रेमले परमेश्वरक नजरमा के ठिक छ, सो दृढतासँग निरन्तर गरिरहन्छ। जेजस्तो जाँच अथवा परीक्षाको सामना गर्नु परे तापनि यसले असल काम गर्न, फल फलाउन र विश्वासको दौड दौडिन छोड्दैन। साधारणरूपमा भन्ने हो भने स्थिर प्रेमको समय कहिल्यै अन्त हुँदैन। प्रेम कुनै क्षणमा अकास्मात आउने लहड वा सनक होइन, तर यो त इसाईको हरेक दिनको जीवनमा अति आवश्यक शक्ति हो।

---

१ कोरिन्थी १३:८

प्रश्न १५ : 'प्रेमको कहिल्यै अन्त हुँदैन' भनेको के हो?

टिप्पणी - अन्त नहुने प्रेम भनेको प्रेमको सारांश हो। प्रेम सधैँ रहिरहन्छ। यो सधैँ उपलब्ध हुन्छ। यसले सधैँ निरन्तर ठूलोरूपमा प्रभाव पारेर जोसँग प्रेम छ, त्यसलाई पूर्णरूपमा सन्तुष्ट पार्दछ। प्रेम कहल्यै बितेर जाँदैन, किनभने परमेश्वर प्रेम हुनुहुन्छ!

चरण ४ - लागू गर्नु **प्रयोगहरू**

ध्यान दिनुहोस् - यो खण्डमा भएका कुन सत्यताहरूलाई इसाईहरूको जीवनमा प्रयोग गर्न सम्भावना छ?

सिकेको कुरा बाँड्नुहोस् र लेख्नुहोस् - एकले अर्कोलाई दिमाग खियाउन लगाऔँ र १ कोरिनथी १३:१-३ बाट सम्भावित प्रयोगहरूको सूची बनाउनुहोस्।

ध्यान दिनुहोस् - यहाँ भएका प्रयोगहरूमध्ये कुन प्रयोग परमेश्वरले तपाईंको लागि व्यक्तिगत प्रयोग बनाउन चाहनुहुन्छ?

लेख्नुहोस् - उक्त व्यक्तिगत प्रयोगलाई नोटबुकमा लेख्नुहोस्। आफ्नो व्यक्तिगत प्रयोगलाई स्वतन्त्रसाथ समूहमा बाँड्नुहोस्। (हरेक समूहका मानिसहरूले फरक-फरक सत्यताहरू पत्ता लगाउनेछन् अथवा तिनीहरूले उही सत्यताबाट फरक-फरक प्रयोगहरू बनाउन सक्छन् भन्ने कुरा याद गर्नुहोस्। केही सम्भावित प्रयोगहरूका सूची यहाँ राखिएको छ।)

१. १ कोरिन्थी १३ अध्यायबाट निकालिएका सम्भावित प्रयोगसम्बन्धी केही उदाहरणहरू

१३:१ आत्मिक वरदानहरूमा भन्दा प्रेममा केन्द्रित हुनुहोस्।

१३:१-३ तपाईंको बोलीवचन, दिने काम र बलिदानहरूमा प्रेमलाई शासन गर्न दिनुहोस्।

१३:४ आफ्नो जीवनसाथी र बाल-बच्चाहरूप्रति धिरजी हुनुहोस्। झिजो नमानीकन कठिनाइ र पीडाहरूलाई सहनुहोस्।

१३:४ दयालु हुनुहोस्। आफूले भेट्ने हरेक व्यक्तिप्रति मित्रतापूर्ण व्यवहार गर्नुहोस् र तिनीहरूलाई सहायता गर्ने बाटोहरू हेर्नुहोस्।

१३:४ उदार हुनुहोस्। अरू मानसिहरूसँग भएका धन-सम्पत्तिहरू र उपलब्धीहरूको कदर गर्नुहोस्।

१३:४ तपाईं आफ्नो गुणहरू र उपलब्धीहरूप्रति सुशिल बन्नुहोस्।

१३:४ विनम्र हुनुहोस्। आफूलाई अहम् बनाई हठी नहुनुहोस् र अरूहरूलाई हैकम चलाउने र हेप्ने नगर्नुहोस्।

१३:५ शिष्ट बन्नुहोस्। हरेक अवस्थामा असल व्यवहार र आचरणलाई विकास गर्नुहोस्।

१३:५ निस्वार्थी बन्नुहोस्। स्वार्थी अभिलाषाहरूको पछि नलाग्नुहोस् तर अरू मानिसहरूमा परमेश्वरको राज्य फैलाउने कुराको खोजी गर्नुहोस्।

१३:५ कोमल बन्नुहोस्। खराब रिसबाट अलग रहनुहोस् र अरूहरूले भनेको कुरालाई तुरुन्तै लिएर व्यक्तिगतरूपमा आक्रमण गर्ने काम नगर्नुहोस्।

१३:५ जसरी परमेश्वरले तपाईंलाई क्षमा गर्नुभएको छ, त्यसरी नै आफूप्रति खराबी गर्नेहरूलाई क्षमा दिनुहोस्।

१३:६ निष्कपट बन्नुहोस्। अरू मानिसहरूको असफलतामा खुसी नहुनुहोस् तर तिनीहरूले उन्तनि-प्रगति गर्दा रमाउनुहोस्।

१३:७ अरू मानिसहरूको कुरा काट्ने र आलोचना नगर्नुहोस् बरु तिनीहरूलाई सुरक्षा गर्नुहोस्।

१३:७ भरोसापूर्ण बन्नुहोस्। कुनै ठोस कारणबिना अरू मानिसहरूको अभिप्रायहरू अथवा क्रियाकलापहरूको बारेमा सङ्का गर्ने नगर्नुहोस्।

१३:७ आशापूर्ण बन्नुहोस्। कसैलाई आशारहित भनेर नत्याग्नुहोस् तर कठिनाइहरूद्वारा परमेश्वरले उसको जीवनमा उहाँको योजना पूरा गर्नुहुन्छ भनी अपेक्षा गर्नुहोस्।

१३:७ स्थिर रहनुहोस्। परमेश्वरको नजरमा जे असल छ, सो काम गर्न कहिले नछोड्नुहोस्।

१३:८-१३ परमेश्वरलाई र अरू मानिसहरूलाई प्रेम गर्ने कुरालाई तपाईंको जीवनकको सबैभन्दा महत्वपूर्ण लक्ष्य बनाउनुहोस्।

२. १ कोरिन्थी १३ अध्यायबाट लिन सकिने व्यक्तिगत प्रयोगहरूका केही उदाहरणहरू

मैले गर भनेको काम मेरा छोराछोरीले तुरुन्तै नगरेको कारण मलाई झिजो लाग्छ। त्यसैले, तिनीहरूप्रति धिरजी हुनको निम्ति म अझै अभ्यास गर्न चाहन्छु।

कहिलेकाहिँ म अर्को व्यक्तिकको अभिप्रायहरूप्रति सङ्का गर्ने गर्दछु। प्रेमले सबै कुरामा पत्यार गर्ने भएकोले उसले भनेका कुराहरू र असल अभिप्रायले उसले गरेका असल कामहरूलाई स्वीकार गरी म सकारात्मक ढङ्गले विचार गर्न अभ्यास गर्न चाहन्छु।

चरण : ५ - प्रार्थना गर्नुहोस्। प्रतिक्रिया

१ कोरिन्थी १३:१-१३ मा परमेश्वरले सिकाउनुभएको एउटा सत्यताको लागि हामी सबै पालैपालो प्रार्थना गरौँ।
(यो बाइबल अध्ययनमा तपाईंले के सिक्नुभएको छ भनी तपाईंको प्रार्थनामा परमेश्वरलाई प्रतिक्रिया दिनुहोस्। प्रार्थना एक वा दुई वाक्यहरूमा मात्र गर्ने अभ्यास गर्नुहोस्। हरेक समूहका मानिसहरूले फरक-फरक विषयहरूका बारेमा प्रार्थना गर्नेछन् भन्ने कुरा याद गर्नुहोस्।

५	**प्रार्थना** (८ मिनेट)	**अन्तरबिन्ती प्रार्थना** **अरूहरूको निम्ति प्रार्थना गर्नुहोस्**

दुई-तीन जनाको समूहमा बसेर प्रार्थना गर्नुहोस्। एकले अर्काको निम्ति र संसारका मानिसहरूका निम्ति प्रार्थना गर्नुहोस्।

६	**गृहकार्यको तयारी** (२ मिनेट) **अर्को पाठको निम्ति**

(**समूहको अगुवा -** समूहका सदस्यहरूलाई यो गृहकार्यको तयारी लेखेको कागज दिनुहोस् अथवा उनीहरूलाई यो लेख्न लगाउनुहोस्।)

१. प्रतिवद्धता - समूहको सदस्यहरूलाई एउटा सम्भावित कुरा जीवनमा लागू गर्न प्रतिवद्ध गराउनुहोस्।

२. परमेश्वरसँग व्यक्तिगत समय - प्रेरित १:१-४:२२ बाट प्रत्येक दिन आधा अध्याय पढेर परमेश्वरसँग व्यक्तिगत समय बिताउनुहोस्। मन पर्ने सत्यता पत्ता लगाउने विधि प्रयोग गर्नुहोस्। टिप्पणी बनाउनुहोस्।

३. पद कण्ठ गर्नुहोस् - ख्रीष्ट २ कोरिन्थी ५:१७ पहिले कण्ठ गर्नुभएको ५ वटा बाइबल पदहरू दैनिकरूपमा पुनरवलोकन गर्नुहोस्।

४. प्रार्थना - कुनै व्यक्ति वा कुनै विशेष कुराको निम्ति यो हप्ता प्रार्थना गर्नुहोस् र परमेश्वरले के गर्नुहुन्छ भनी हेर्नुहोस् (भजनसङ्ग्रह ५:३)।

५. चेलाहरू बनाउने तपाईंको नोटबुक अद्यावधिक बनाउनुहोस्- तपाईंको नोटबुकमा परमेश्वरसँग व्यक्तिगत समय बिताउँदा पाएका कुराहरू, बाइबल पद कण्ठ गरेको कुराहरू, बाइबल अध्ययन गर्दको कुराहरू र यो तयारीको कुराहरू लेख्नुहोस्।