سبق نمبر 20

[redacted]

گروپ لیڈر۔ اپنے گروپ اور اس کورس کے ساتھ خدا مقدس کے لئے شاگرد بنانے کا عہد کریں اور دعا کریں۔

[redacted]

بائبل مقدس کی دی گئی عبارت (اعمال ۱۸:۱۸-۲۱، ۲۴-۲۸) میں سے جو کچھ آپ نے خدا کے ساتھ اس وقت کے دوران سیکھا ہے باری باری اس میں سے مختصر طور پر بیان کریں (یا اپنے نوٹس میں سے پڑھیں)۔

بیان کرنے والے شخص کو سنجیدگی سے سنیں اور جو کچھ وہ بیان کرتا ہے اس پر بحث نہ کریں۔

[redacted]

الف۔ غور و خوض

رفاقت ۱-یوحنا ۱:۷
''لیکن اگر ہم نور میں چلیں جس طرح کہ وہ نور میں ہے تو ہماری آپس میں شراکت ہے اور اُس کے بیٹے یسوع کا خون ہمیں تمام گناہ سے پاک کرتا ہے''

یا کی نمائندگی مندرجہ ذیل آیت کو بلیک بورڈ پر یا سفید بورڈ پر اس طرح لکھیں:

بائبل کے حوالہ کو اپنے کاپی کی نقل پر لکھیں۔

1- نور کیا ہے؟

نور ایک اصطلاح ہے جو خدا کی صفات اور لفظ سیاہ کو بیان کرتی ہے مثلاً، اس کی محبت، راستبازی، پاکیزگی، مہربانی وغیرہ۔ یسوع مسیح نے خدا کی صفات کو ظاہر کیا۔ یسوع مسیح کے پیروکار نور میں چلنے والے کہلاتے ہیں اس کا مطلب ہے اپنے مزاج کو خدا کی صفات کے مطابق ڈھالنا۔

2- آپ کے خیال میں خدا، مسیح اور مسیحی "نور" کیوں کہلاتے ہیں؟

الف: خدا نور کہلاتا ہے (یوحنا ۱:۵)۔

خدا ساری روحانی اور روحانی زندگی کا سرچشمہ ہے۔ اس نے ساری روحانی زندگی خلق کی جس کو کائنات میں ہم جانتے ہیں۔ اس نے مسیح کی موت اور جی اٹھنے کے وسیلہ سے ہمیں نئی زندگی بخشی۔

ب: **یسوع مسیح دنیا کا نور کہلاتا ہے (یوحنا ۸:۱۲)۔**

یسوع مسیح ہم پر ظاہر کرتا ہے کہ خدا کون ہے خاص کر خدا کی صفات اور خصوصیات۔ خدا کی باطنی صفات یسوع مسیح کے وسیلہ سے دنیا میں مختلف طریقے سے چمکتی ہیں۔ یسوع مسیح بے علم لوگوں کو علم عطا کرتا ہے وہ گمراہ لوگوں کو سچائی بتاتا ہے اور بیوقوفوں کو حکمت دیتا ہے۔ وہ ناپاک پر پاکیزگی ظاہر کرتا ہے وہ شریر پر راستبازی کا انکشاف کرتا ہے اور وہ فقر سے بھرے ہوؤں پر محبت کو ظاہر کرتا ہے وہ مظلوموں پر خوشی ظاہر کرتا ہے وہ خوف زدوں کو دلیری دیتا ہے۔ تنہا اور رد کیے ہوؤں کو خدا کی حضوری اور قربت دکھاتا ہے۔

ج: **یسوع مسیح مسیحیوں کو دنیا کا نور کہتا ہے (متی ۵:۱۴)۔**

مسیحی لوگ اپنی ذات میں ہرگز نور نہیں ہیں بلکہ یہ خدا کی خصوصیات کو دنیا پر منعکس کرتے ہیں، خاص کر اس کی پاکیزگی، راستبازی اور محبت کو (افسیوں ۵:۸)

3- "مسیحی رفاقت" سے کیا مُراد ہے؟

الف: **مسیحی رفاقت کا مطلب ہے قریبی رشتہ داری، معاونت اور شراکت۔**

مسیحی رفاقت کا مطلب ہے خدا باپ، بیٹے اور روح القدس کے ساتھ (۱-یوحنا ۱:۳-۷؛ ۱-کرنتھیوں ۹:۱؛ ۲-کرنتھیوں ۱۳:۱۴) اور دنیا میں دوسرے مسیحیوں کے ساتھ (۱-یوحنا ۱:۷) ایک قریبی رشتہ داری، معاونت اور شراکت۔ مسیح کے ساتھ رفاقت مسیح کے ہر ان جو ایک برادری یا کلیسیا ہے کے ساتھ رشتے کی حد تک پیوست ہوتا ہے (۱-کرنتھیوں ۱۲:۱۲-۱۳) مسیحی اپنے آپ کو باقاعدہ مقدس دعا اور رفاقت کے ساتھ خلاصہ کرنے کے لئے ملاقاتیں کرتے اور خوراک مہیا کرنے والوں میں ایک دوسرے کو حوصلہ دینے، مل کر کھانا کھانے اور دوسروں کو خوشخبری سنانے کے لئے وقف کرتے ہیں (اعمال ۲:۴۲-۴۷) مسیحی رفاقت میں صرف قریبی تعلق ہی نہیں بلکہ ایک طرف انہیں برکات میں شرکت اور مل بانٹنا بھی شامل ہے (گلتیوں ۶:۲-۱۰) اور تکالیف میں صرف قریبی رشتہ داری ہی شامل نہیں ہوتی بلکہ اپنی برکات (گلتیوں ۶:۲-۱۰) اور تکالیف میں شریک اور مددگار ہونا بھی شامل ہوتا ہے (فلپیوں ۳:۱۰)۔ مسیحی رفاقت میں ایک دوسرے کے ہونے اور ایک دوسرے کے ساتھ اچھی چیزیں بانٹنے کے مضبوط احساسات بھی ہوتے ہیں (۲-کرنتھیوں ۸:۴)

ب: **مسیحی رفاقت یا شراکت اُس وقت شروع ہوتی ہے جب آپ خوشخبری سُن کر اس پر ایمان لاتے ہیں۔**

مسیحی رفاقت یا شراکت اس وقت شروع ہوتی ہے جب آپ خوشخبری سن کر اس پر ایمان لاتے ہیں کہ مسیح لوگوں کے گناہوں کی خاطر صلیب پر موا اور ان کو نجات دینے کے لئے جی اٹھا (فلپیوں ۱:۵)۔ مسیحی لوگ غیر ایمانداروں کے ساتھ پلے بڑھتے قائم نہیں کرتے (۲-کرنتھیوں ۶:۱۴) اور مسیحی بیوقوف میں چلتے ہیں کیونکہ اس کے بغیر رفاقت ممکن نہیں (۱-یوحنا ۱:۶-۷)

4- "یسوع مسیح کے خون" سے کیا مُراد ہے؟

یسوع مسیح کا خون کوئی جادوئی قسم کی قدرت رکھنے والی چیز نہیں۔ مسیحی عقیدہ جادو کو ممنوع قرار دیتا ہے۔ یسوع کا خون ایسے خون کو پیش کرتا ہے جو صلیب پر بہا تھا۔ یہ ایک علامتی خاکہ ہے جو یسوع مسیح کی صلیب اور ایمانداروں کے لئے اس کی موت کے نتیجے میں برکات کو بھی پیش کرتا ہے۔ جو مسیحی نور میں چلتے ہیں وہ اپنے گناہوں کا اعتراف کرتے اور معافی پاتے ہیں کیونکہ ان کے گناہوں کی سزا یسوع مسیح نے لے لی ہے۔

ب۔ یاددہانی اور نظرثانی

1- لکھیں: بائبل مقدس کی آیت کو تلاش کارڈ یا اپنی نوٹ بک کے صفحہ پر لکھیں۔

2- یاد کریں: بائبل مقدس کی آیت کو درست طور پر یاد کریں (بخاطر ۱ - یوحنا ۱:۷)

3- نظرثانی کریں: دو دو ہو جائیں اور ایک دوسرے کی پچھلی یاد کی ہوئی آیت کو ریویو کریں۔

[redacted]

بائبل سٹڈی کا پانچ اقدامی طریقہ استعمال کریں اور افسیوں ۵:۲۲-۳۳ کا مطالعہ کریں

پہلا قدم: پڑھنا — خدا کا کلام

پڑھیں: آئیں ہم مل کر افسیوں ۵:۲۲-۳۳ کو پڑھیں۔

آئیں ہم مل کر باری باری آیت پڑھیں۔

دوسرا قدم: دریافت کرنا — مشاہدات

غور کریں۔ اس عبارت میں آپ کے لئے کونسی باتیں اہم ہے؟ یا اس عبارت میں کونسی باتیں آپ کے دل و دماغ کو چھوتی ہے؟

پڑھیں: ایک یا دو جملے یہاں دریافت کریں جس کی آپ کو سمجھ آتی ہے۔ ان کے متعلق سوچیں اور اپنی نوٹ بک میں اپنے خیالات قلم بند کریں۔

بیان کریں: (گروپ کے ارکان کے دو دو ہو جانے کے بعد سوچنے اور لکھ چکنے کے بعد باری باری بیان کریں آئیں ہم نے جو کچھ دریافت کیا ہے باری باری ایک دوسرے سے بیان کریں)۔

(بیان کرنے والے لوگوں نے جو دریافت کیا اس کی مثالیں مندرجہ ذیل ہیں۔ یاد رکھیں ہر چھوٹے گروپ میں ارکان مختلف چیزیں بیان کریں گے۔ ضروری نہیں کہ یہی چیزیں بیان کریں)۔

5:22-25

دریافت نمبر 1۔ مسیحی شادی مسیح کی حقیقت کی گواہی دیتی ہے۔

"اے شوہرو اپنی بیویوں سے محبت رکھو جیسے مسیح نے بھی کلیسیا سے محبت رکھی" اور "اے بیویو اپنے شوہروں کی ایسی تابع رہو جیسے خداوند کی"۔ شادی یقیناً خدا کے لئے بہت اہم ہے کیونکہ وہ مسیحی شادی میں شوہر اور بیوی کے رشتہ کا موازنہ مسیح اور کلیسیا کے درمیان رشتہ سے کرتا ہے۔ مسیح اور کلیسیا ہر ایک مسیحی شادی کے لئے مثال ہیں۔ ہر ایک مسیحی شادی مسیح اور کلیسیا کے ساتھ اس کے رشتہ کی نمائندگی ہے۔ مسیحی شادی دنیا کے لئے مسیح مسیح کے متعلق ایک مستقل ظاہری گواہی ہوتی ہے۔

دریافت نمبر 2۔ مسیحی شادی ماں باپ کے ساتھ آپ کے تعلقات کو تبدیل کر دیتی ہے۔

"اس سبب سے آدمی باپ سے اور ماں سے جدا ہو کر اپنی بیوی کے ساتھ رہے گا اور وہ دونوں ایک تن ہو جائیں گے"۔ ہر معاشرہ میں شادی ایک بہت اہم تبدیلی لانے والی تقریب ہوتی ہے کیونکہ یہ ایسا وقت ہوتا ہے جب دو جوان لوگ اپنے ماں اور باپ کو چھوڑ کر آپس میں ایک نئے خاندان کا آغاز کرتے ہیں۔ شادی آپ کے ماں باپ کے ساتھ ایک خاص رشتہ کے مرحلہ کو ختم کرتا اور شریک حیات کے ساتھ ایک خاص رشتہ کے مرحلہ کو شروع کرتا ہے۔

تیسرا قدم: سوال	وضاحت
غور کریں۔ اس عبارت میں کسی چیز کے متعلق کونسا سوال آپ اس گروپ سے پوچھنا چاہیں گے؟	
پڑھیے تمام آیتیں ۵ ۲۲-۳۳ میں تمام سچائیوں کو سمجھنے اور جو چیزیں ابھی سمجھ میں نہیں آتیں ان کے متعلق سوالات پوچھنے کی کوشش کریں۔	
پڑھیں۔ اپنے سوالات کو جس قدر ممکن ہو واضح طور پر مرتب کریں۔ پھر اپنے سوال کو اپنی نوٹ بک میں لکھ لیں۔	
بیان کرنا (گروپ کے ارکان کے دو منٹ تک سوچنے اور لکھ چکنے کے بعد ہر کسی کو اپنا سوال پوچھنے کا موقع دیں)	
بحث کرنا۔ (پھر ان میں سے چند سوالات کو چنیں جس میں اور گروپ میں باہمی تبادلہ خیال کرنے سے ان کے جواب دینے کی کوشش کریں)۔	
ان سوالوں کی چند مثالیں جو طلب پوچھ سکتے ہیں اور کچھ سوالات کی بحث کے متعلق نوٹس مندرجہ ذیل ہیں۔	

سوال نمبر 1: مسیحی شادی کی خاص خوبیاں کیا ہیں؟

نوٹس:

الف: شادی خدا کا خیال اور قانون ہے (افسیوں ۵:۳۱)۔

تخلیق کے وقت خدا نے دیکھا کہ آدم کو ایک شریک حیات کی ضرورت ہے اور آدمی کے لئے اپنے عورت بنائی (پیدائش ۲:۱۸-۲۴)۔ خدا نے شادی کے رشتہ کا قانون بھی متعین کیا۔ آدمی اور عورت کے گناہ میں گرنے سے پیشتر ہی خدا نے شادی کے رشتہ کو مندرجہ ذیل خصوصیات کے ساتھ ایک خاص رشتہ کے طور پر قائم کیا تھا۔ شادی پر مرد اور عورت یقیناً اپنے ماں باپ کو چھوڑتے ہیں، ایک مرد اور ایک عورت ایک جسم ہو جاتے ہیں اور زندگی بھر کی زندگی کے لئے ایک دوسرے کے ہو جاتے ہیں۔ ان کی شادی کے دن جس ملاپ سے ہر ایک ان کی شادی کے رشتہ میں ایک تجربہ ہوتا ہے (پیدائش ۲:۲۴)۔

خدا نے صرف شادی کا قانون بنایا ہی نہیں بلکہ مرد اور عورت کے گناہ میں گرنے کے بعد بھی اس کو قائم رکھا۔ خداوند یسوع مسیح نے (متی ۱۹:۱-۶) میں اور پولس رسول نے (افسیوں ۵:۳۱) میں دوبارہ کہا کہ شادی خدا کے قانون کو قائم رکھتی ہے اور اس قانون کے لئے خدا کے آئین کی فرمانبرداری ضروری ہے۔

پرانے عہدنامہ کے زمانہ میں شادی خدا اور اس کے لوگوں یعنی اسرائیل کے درمیان بہت قریبی رشتہ کی ایک تصویر کے طور پر کام کرتی ہے (یرمیاہ ۳)۔ نئے عہدنامہ کے زمانہ میں شادی یسوع مسیح اور اس کے لوگوں یعنی کلیسیا کے درمیان ایک قریبی رشتہ کے طور کام کرتی ہے (افسیوں ۵)۔ اگرچہ دنیا میں قوموں نے شادی کے متعلق خدا کے قانون کو بدل دیا ہے خدا آج بھی تمام لوگوں اور قوموں کو شادی کے اصلی قانون کی طرف واپس بلاتا ہے۔

ب: شادی خاندان کی مرضی سے یا پسند کی ہو سکتی ہے (پیدائش ۲۴:۳-۴، ۲۷؛ پیدائش ۲۹:۱۷-۲۰)۔

مغربی ثقافت میں مرد اس عورت سے شادی کرنا چاہتا ہے جس سے محبت رکھتا ہے۔ مشرق اور مشرق وسطیٰ کی ثقافتوں میں مرد کی جس عورت سے شادی ہو جاتی ہے وہ اس سے محبت کرنے لگتا ہے۔ مغرب میں لوگ جوش پھٹنے سے شروع کرتے ہیں اور اس کے بعد زیادہ تر رضامندی کا عہد ہوتا ہے۔ مشرق میں لوگ رضامندی کے عہد سے شروع کرتے ہیں اور اس کے بعد جذبات شروع ہوتے ہیں۔ طریقہ کار کوئی بھی ہو شادی اس عورت کے ساتھ درست تام کریگی جب اس کا مرکز خدا ہوگا۔

ج: شادی کا مطلب ہے ایک بیوی اور ایک شوہر (استثنا ۵:۳۳)۔

پرانے عہدنامہ کی تاریخ بتاتی ہے کہ اسرائیل میں کچھ خاص لوگ ایک سے زیادہ بیویاں رکھتے تھے۔ پرانے عہدنامہ میں حسد، انتقام اور نفس پرستی کے مسائل زیادہ بیویوں کی وجہ بنتے تھے (سلیمان بادشاہ - ملاکین ۱۱:۱-۱۱)

پرانے اور نئے عہدناموں میں تعلیمات واضح طور پر سکھاتی ہیں کہ کثرت ازدواج خدا کی مرضی، نظم اور قانون کے خلاف ہے۔ خدا نے پیدائش ۲:۲۴ والا اپنا منصوبہ تبدیل نہیں کیا کہ "مرد اپنی بیوی سے ملا رہیگا"۔ خدا نے کبھی صیغہ جمع میں نہیں کہا کہ مرد اپنی بیویوں سے ملا رہیگا بلکہ صیغہ واحد ہے کہ اپنی بیوی سے ملا رہیگا

یسوع نے اس حکم کو متی ۱۹:۵ میں دوہراتے ہوئے کہا کہ "شوہر اور بیوی ایک جسم ہو جائینگے"۔ اس نے ہرگز نہیں کہا کہ ایک شوہر کئی بیویوں کے ساتھ ایک جسم ہوگا۔ یسوع مسیح نے شادی کی پاکیزگت میں سے خاص کر جنسی ملاپ کے اعتبار سے زنا کرنے تمام لوگوں کو خارج کر دیا ہے۔

پولس نے شادی کے اس حکم کو دوہرایا اور اضافہ کیا کہ آپ اپنی بیوی سے محبت رکھیں (افسیوں ۵:۳۳) فعل "محبت رکھنا" فعل حال جاری میں تحریر ہے۔ یہ انتخاب کی کوئی گنجائش نہیں چھوڑتا۔ خدا کثرت ازدواج، داشتہ رکھنے، زنا کرنے اور کسی دوسری عورت سے عشق لڑانے سے بھی منع کرتا ہے۔

د: شادی تاحیات کا معاملہ ہے (متی ۱۹:۵-۶)۔

پرانے عہدنامہ کے زمانہ میں موسیٰ نے لوگوں کو "ان کے دلوں کی سختی کے باعث" طلاق کی اجازت دی تھی لیکن موسیٰ طلاق کے حق میں نہیں تھا۔ اس نے اسرائیل میں ایک نئے عمل کو متعارف کیا جو اردگرد کی اقوام میں پہلے سے موجود تھا اور اسرائیل میں داخل ہو گیا تھا۔ یسوع واضح طور پر تعلیم دیتا ہے کہ ابتدا میں طلاق خدا کا طریقہ نہیں تھا۔ وہ حکم دیتا ہے "اس کو خدا نے جوڑا ہے، اسے آدمی جدا نہ کرے" (متی ۱۹:۱-۶)۔ خدا طلاق سے نفرت کرتا ہے (ملاکی ۲:۱۴-۱۶)۔

انجیل مقدس صرف دو صورتوں میں طلاق کی اجازت دیتی ہے۔ اول شریک حیات سے بے وفائی یعنی جنسی بدچلنی یا ناکارہ کی صورت میں طلاق کی اجازت ہے (متی ۱۹:۸-۹)۔ دوم، اگر بوزا غیر مسیحی ہو اور دونوں میں سے ایک مسیحی ہو جائے اور دوسرا مسیحی کے ساتھ نہ رہنا چاہے تو اس صورت میں بھی طلاق ہو سکتی ہے (۱-کرنتھیوں ۷:۱۲-۱۶)۔ چونکہ خدا اور اس کے لوگوں کے درمیان رشتہ ایک عہد ہے اسلئے مسیحی شادی کا رشتہ ہمیشہ تاحیات وفادار رشتہ ہونا چاہئے۔

د۔ **شادی صرف اس زمینی زندگی تک ہے۔**

یسوع کہتا ہے کہ اس کی دوسری آمد کے موقع پر جی اٹھنے والے لوگ نہ شادی کریں گے اور نہ طلاق دیں گے۔ اس وقت جی اٹھنے والے آسمانی فرشتوں کی مانند ہوں گے (متی ۲۲:۳۰)۔ اسلئے شادی صرف اس موجودہ زمین پر خدا کا قانون ہے اور آسمان یا نئی زمین پر نہیں ہوگی۔ زمین پر شادی کی اہمیت کو پیش کرتی ہے اور اس کی منادی کرنے کے لئے ہوتی ہے تاکہ مسیحی نسل بڑھ سکے اور بچے پیدا کرنے کی قدر کیا جائے

و۔ **شادی کرنا واجب ہے لیکن ہر کسی کے لئے اچھا نہیں (متی ۱۹:۱۰-۱۲)۔**

بائبل مقدس میں مسیحیوں اور مسیحی راہنماؤں کے لئے شادی کرنا واجب ہے (۱-کرنتھیوں ۹:۵؛ ۱-تمتھیس ۳:۲)۔

لیکن خداوند یسوع مسیح (متی ۱۹:۱۰-۱۲) میں اور پولس رسول (۱-کرنتھیوں ۷:۳۲-۳۵) میں شادی نہ کرنے والوں کے لئے خاص باتیں کرتے ہیں۔ خدا کچھ لوگوں کو ان کی زندگی کے کچھ حصہ کے لئے یا ساری زندگی غیر شادی شدہ رہنے کے لئے بلاتا ہے تاکہ وہ خدا کے لئے کوئی خاص کام کریں۔ خدا ان لوگوں کو اس لئے بلاتا ہے تاکہ غیر منقسم دھیان کے ساتھ اس کی خدمت کریں۔ خدا غیر شادی شدہ رہنے والوں سے ایک خاص وعدہ کرتا ہے کہ ان کے روحانی بچے شادی شدہ لوگوں کے جسمانی بچوں سے زیادہ ہوں گے۔ خدا ان کو اپنی بادشاہی میں بہت پھلدار بنانے کا وعدہ کرتا ہے (یسعیاہ ۵۴:۱-۵)۔

اس لیا ہے رہنا ایک روحانی نعمت ہے (۱-کرنتھیوں ۷:۳۲-۳۵؛ متی ۱۹:۱۰-۱۲) لیکن سب اس کو قبول نہیں کر سکتے (کلیسیا میں دوسروں کو مجبور کیا جاتا ہے)۔

ز۔ **شادی ایک ایسا رشتہ ہے جس کو ہر حال قائم رہنا چاہئے (متی ۲۲:۹-۱۱)**

خدا نے شادی کے لئے جن باتوں کو قانون بنایا ہے (پیدائش ۲:۲۴)۔

اول شوہر اور بیوی اپنے ماں باپ کو چھوڑیں گے۔ جذباتی طور پر وہ خدا کو ماں باپ کے ساتھ نہیں بلکہ ایک دوسرے کے ساتھ رہیں گے۔ آخرت ان کو مالی طور پر ماں باپ پر پوچھ نہیں رہنا چاہئے بلکہ اپنی آمدن کے خود ذمہ دار ہونا چاہئے۔ ان کو آخرت اپنے ماں باپ کے اختیار میں نہیں رہنا چاہئے بلکہ ان اختیارات کے تابع رہنا چاہئے جو خدا نے بنائے ہیں۔ اگر ممکن ہو تو ان کو آخرت اپنے ماں باپ کے ساتھ نہیں رہنا چاہئے بلکہ اپنا الگ خاندان بنانا چاہئے

دوم شوہر اور بیوی ایک دوسرے کے ساتھ خوشی رہیں۔ وہ حیات ایک دوسرے کے ساتھ وفادار رہنے کا وعدہ کریں۔

سوم وہ دونوں ایک تن ور ایک جسم ہوں۔ ان کا جسمانی طور پر ایک جسم ہونا ان کی روحانی، جذباتی اور مالی یگانگت کا عروج ہے۔

ایک جوڑا اپنی شادی کے جشن کا اعلان کرنے سے اپنے ماں باپ کو چھوڑنے کی تیاری کرتا ہے۔ پھر وہ اپنی ہونے والی شادی اور شادی کی تقریب کی تیاری شروع کرتے ہیں۔ اپنی شادی کے موقع پر وہ یقیناً اپنے ماں باپ کو چھوڑ دیتے ہیں۔ شادی کی تقریب میں دولہا اور دلہن کے خاندان اور مسیحی بھائی بہنیں اور دوست بھی اس بات کے گواہ ہوتے ہیں کہ اس جوڑے نے شادی کر کے تا حیات ایک دوسرے کے ساتھ رہنے، ایک دوسرے سے محبت رکھنے، ایک دوسرے سے وفادار رہنے اور زندگی کے تمام حالات میں ایک دوسرے کی مدد کرنے کا وعدہ کیا ہے۔

بائبل مقدس میں شادی ایک انتظامی یا تنظیمی کام نہیں تھا۔ یہ ہمیشہ ایک تقریب ہوتی تھی جس میں دولہا اور دولہن کے خاندان ایک کردار ادا کرتے تھے۔ قدیم زمانوں میں شادی کے بندھن میں بندھنے کے لئے شریک حیات کو پانا شامل ہوتا تھا (پیدائش ۲۴:۳)۔ بعض اوقات دولہن کے گھر والوں کو حامنہ کے طور پر کوئی تحفہ دینا (پیدائش ۲۹:۱۸، ۳۴:۱۲) اور دولہن اور دولہا کو تحائف دینا شامل ہوتا تھا (پیدائش ۲۴:۵۹، ۲۱:۱۴ - ملاحظہ ۲۹:۲۴)۔ تاہم وہ تحائف بائبل کی شرط نہیں ہیں

شادی کی تقریب ایک عوامی معاملہ تھا۔ اس میں مندرجہ ذیل باتیں شامل ہوتی تھیں۔ دولہا اور دولہن شادی کے لباس پہنتے تھے (زبور ۴۵:۱۳-۱۴)۔ ان کے ساتھ دولہن کی سہیلیاں اور دولہا کے دوست ہوتے تھے (زبور ۴۵:۱۴؛ یوحنا ۳:۲۹)۔ وہ دولہن کو لینے کے لئے بارات کی صورت میں جاتے تھے اور دولہا کے گھر تک اس کے ساتھ رہتے تھے (متی ۲۵:۱-۱۳)۔ شادی کا ایک جشن ہوتا تھا جو بعض اوقات ہفتہ بھر تک چلتا تھا (متی ۲۲:۱-۱۴؛ یوحنا ۲:۱-۱۰؛ قضاۃ ۱۴:۱۲، ۱۷)۔ شادی کی تقریب کا سب سے اہم حصہ شادی کا عہد نامہ تھا۔ یہ ایک تحریر ہوتا تھا جس کا گواہوں کے سامنے دستخط ہوتا تھا (ملاکی ۲:۱۴؛ امثال ۲:۱۷؛ ترجمہ ایل ۸:۱۲)۔ ہر نئے شادی کی تقریب کے بعد ہی شادی مکمل ہوتی تھی (پیدائش ۲۹:۲۱-۲۳؛ استثنا ۲۲:۱۳-۲۱)۔

ج: **مسیحی شادی مسیح اور کلیسیا کے درمیان رشتہ سے ظاہر ہوتی ہے (افسیوں ۵:۲۲-۳۳)۔**

بائبل مقدس تعلیم دیتی ہے کہ جس طرح مسیح کلیسیا کا سر ہے ویسے ہی شوہر اپنی بیوی کا سر ہے اور فرض ہے کہ وہ اپنی بیوی سے ایسے ہی محبت رکھے جیسے مسیح بھی کلیسیا سے رکھتا ہے۔ بائبل مقدس بیوی کو بھی تعلیم دیتی ہے کہ اپنے شوہر کی تابع رہے اور جیسے کلیسیا مسیح کے تابع ہے اپنے شوہر کی ایسے ہی عزت کرے۔ مسیحی شادی مسیح اور کلیسیا کے درمیان رشتہ کی ظاہری شکل ہے (افسیوں ۵:۲۲-۳۳)۔

اس طرح مسیحی شادی دنیا کے لئے بشارت مسیح کی منادی بن جاتی ہے۔ ایک کامیاب مسیحی شادی کا مشاہدہ کرنے سے دنیا کے لوگ مسیح اور مسیحیوں کے متعلق زیادہ سے زیادہ سیکھتے ہیں۔ وہ صرف ان کے لئے خدا کی محبت کے متعلق سیکھتے ہی نہیں بلکہ اس کو مسیحی شادی کے رشتہ میں ظاہری طور پر بھی دیکھتے ہیں۔ وہ صرف زندہ خدا کے ساتھ چلنے والے رشتہ کی خوشی کے متعلق سنتے ہی نہیں بلکہ مسیحی شادی کے رشتہ میں اس خوشی کا نمونہ بھی دیکھتے ہیں۔ مسیحی شادی کا رشتہ یسوع مسیح کے ساتھ ایک رشتہ کی حقیقت اور کشش کی ایک طاقتور گواہی ہے۔ ہر مسیحی شادی ایک منصوبی کوشش بن سکتی ہے خاص کر جب مسیحی گھر کھلا ہو اور لوگ "آ کر دیکھیں" کہ مسیحی خاندان کس طرح رہتا ہے۔

5:22-25

سوال نمبر 2: ایک مسیحی شوہر اور مسیحی بیوی پر خدا کی طرف سے عائد کردہ فرائض کون کون سے ہیں؟

نوٹس: ہر مرد اور ہر عورت کو خدا نے بنایا ہے۔ خدا نے شادی کے رشتہ کا قانون اس وقت وضع کیا جب اس نے حوا کو تخلیق کیا (پیدائش ۲:۱۸-۲۴)۔ اسلئے خدا ہر شوہر اور بیوی پر ایک دوسرے کے متعلق فرائض عائد کرنے کا حق رکھتا ہے۔ وہ جانتا ہے کہ اس کی مخلوق کس طرح زندگی گزار کر سب سے بہتر کام کریں گے۔ ایک شوہر اور ایک بیوی صرف اس وقت خدا کی دی ہوئی ذمہ داریوں کو پورا کرتے ہیں جب وہ ایک خوشگوار شادی بناتے ہیں۔

خدا شوہر اور بیوی کو اختیار اور ذمہ داری دیتا ہے یعنی ایک ذمہ سے کی خدمت کرو۔ یعنی خدا نے شوہر اور بیوی کو فرق فرق طریقے سے بنایا ہے اور وہ چاہتا ہے کہ وہ خدا کے دیئے ہوئے اختیار اور ذمہ داری کو مختلف طریقوں سے ایک دوسرے کی خدمت کرتے ہوئے ظاہر کریں۔ وہ چاہتا ہے کہ شوہر اپنی خدمت کو خاص طور پر رشتہ میں پہل کر کے ظاہر کرے۔ اور وہ چاہتا ہے کہ بیوی اپنی خدمت کا اظہار اپنے شوہر کو ایک زرتپاک اور مضبوط رشتہ کی دعوت دینے سے ظاہر کرے۔

الف: خدا کی طرف سے ایک مسیحی بیوی کے حق میں شوہر پر عائد کردہ ذمہ داریاں ہیں اُس سے محبت کرنا اور اُس کی راہنمائی کرنا۔

شوہر کا ایک مسیحی شوہر اپنی بیوی سے محبت کے ذریعے اس کی خدمت کرے۔

بیوی سے محبت رکھنا ایسے ہے جیسے یسوع مسیح اپنے لوگوں یعنی کلیسیا سے محبت رکھتا ہے۔ بیوی سے محبت رکھنا اس کو بے لوث دلچسپی دکھانا، پورے دل سے اس کو قبول کرنا اور اس کے پسندیدہ بننے کے لئے اس کی مدد کرنا محبت ایک عظیم جذبہ اور عظیم خوشنودی پسندیدگی بھی ہو سکتی ہے محبت اپنی قربانی دینے والی خدمت ہے۔ محبت کا مطلب حفاظت اور عزت کے ساتھ اس سے پیش آنا ہے۔ محبت سے مُراد اچھے اور بُرے حالات میں تندرستی اور بیماری کی حالت میں بیوی کے ساتھ وفادار رہنا ہے۔

محبت ا-کرنتھیوں ۱۳:۴-۸ میں خوبصورتی سے ظاہر ہوتی ہے: "صابر محبت وہ ہے جو انتظار کر سکتی ہے۔ محبت بیوی کو مہربان ہونے پر مجبور نہیں کرتی بلکہ اس کے مہربان ہونے کا انتظار کرتی ہے۔ مہربان محبت وہ ہوتی ہے جو بیوی کی مدد کرتی اور اس کے ساتھ اچھائی کرنے کا موقع ہاتھ سے جانے نہیں دیتی جو محبت حسد نہیں کرتی وہ فراخ دلی سے اس کی تعریف کرتی ہے جہاں اس کا حق ہو وہاں اس کا نذرانہ وہ وصول کرتی ہے جو محبت شیخی نہیں مارتی وہ اپنے معیار اور کاملیت کے ساتھ پاکدامن ہوتی ہے اور اس کو متاثر کرنے کی کوشش کرتی ہے۔ جو محبت بدخلق نہیں وہ بیوی کے ساتھ اپنے رشتہ میں اپنے زور اور کمزوریوں کے متعلق فروتن ہوتی ہے۔ جو محبت ناز یبا کام نہیں کرتی وہ بیوی کو اچھے اخلاقیات اور کام دکھاتی ہے۔ جو محبت اپنی بہتری نہیں چاہتی وہ اپنی بہتری سے بڑھ کر بیوی کی بہتری چاہتی ہے۔ جو محبت جھنجلاتی نہیں وہ بغض اور نفاق بیوی کی طرف سے ہونے والی "کلیش" اور دل آزاری کو نرمی سے برداشت کرتی ہے

شوہر کا مسیحی شوہر اپنی بیوی کی راہنمائی کرنے سے اس کی خدمت کرے۔

بیوی کی راہنمائی کرنا ایسا ہے جیسا مسیح بھی کلیسیا کی راہنمائی کرتا ہے۔ شوہر کو اپنی بیوی کی راہنمائی اس طرح کرنی چاہئے جس طرح ایک چرواہا اپنی بھیڑوں کی راہنمائی کرتا ہے۔ اس کو چاہئے کہ اس کی راہنمائی اس طرح کرے جیسے ایک مختار ایک بڑے کنبہ یا ریاست کا انتظام چلاتا ہے۔ اس کو چاہئے کہ اپنی بیوی کی چیزوں، کاموں اور دلچسپیوں کا دھیان رکھے اور اس کو خدا کی راہوں پر چلائے۔ ایک شوہر کو چاہئے کہ اپنی بیوی کی راہنمائی ایک خادم کی طرح کرے اس کو چاہئے کہ اپنی بیوی کی خدمت خاص کر ان معاملات میں کرے جہاں اس کو اس کی زیادہ ضرورت ہو۔

ب: خدا کی طرف سے شوہر کے حق میں بیوی پر عائد کردہ ذمہ داریاں ہیں اُس سے محبت کرنا اور اُس کی مدد کرنا۔

شوہر کا ایک مسیحی بیوی اپنے شوہر کی خدمت اس سے محبت کے ذریعے کرے۔

انجیل نقدس تعلیم دیتی ہے کہ ایک مسیحی بیوی کو چاہئے کہ اپنا آپ اپنے شوہر کے لئے وقف کرے، منکسر اور پاکدامن ہو، گھر پر مصروف اور اپنے شوہر کی تابع رہے تاکہ کوئی خدا کے کلام کی بدنامی نہ کرے (ططس ۴:۲-۵)۔ محبت کا مطلب ہے اچھے اور بُرے حالات میں تندرستی یا بیماری میں اپنے شوہر کے ساتھ وفادار رہے۔

شوہر کا مسیحی بیوی اپنے شوہر کی مدد کرنے سے اس کی خدمت کرے۔

انجیل نقدس تعلیم دیتی ہے کہ مسیحی بیوی اپنے شوہر کی تابع ہو (افسیوں ۵:۲۲-۲۴؛ ۱-پطرس ۳:۱-۶) اور اپنے شوہر کی عزت کرے (افسیوں ۵:۳۳)۔ بیوی اپنے شوہر کی خدمت، اس کی راہنمائی کی تابع ہونے اور اس کی عزت کرنے سے کرتی ہے۔ "تابع ہونا" کا مطلب یہ نہیں کہ ایک غلام کی طرح اس کی تابع ہو بلکہ ایک مددگار کی طرح اس کی تابع ہو (پیدائش ۲:۱۸)۔ اس کا مطلب ہے رضاکاری سے شوہر کی ٹیم کی رکن بن کر اس کے پیچھے چلنا۔ اس کی ٹیم کی رکن کی حیثیت سے بیوی اس کو ہر ممکن قوت، تجویزیں، مشورے، مدد اور حمایت فراہم کرتی ہے جو وہ ممکن طور پر دے سکتی ہے۔ بیوی اپنی

شخصی زندگی، شادی، خاندان اور اپنے معاشرے سے متعلق تمام اہم باتوں کی بابت گفتگو کرتی ہے۔ وہ اپنے شوہر کے ساتھ مل کر اچھے فیصلے کرتی ہے اور اپنے فیصلوں کے نتائج پر بحث کرتی ہے۔ صرف نادر ہی وقت میں اُن کے درمیان معقول معاہدہ نہیں ہو سکتا تو بیوی کو چاہیے کہ اپنے شوہر کو حتمی فیصلہ کرنے اور اپنے فیصلہ کے نتائج کا ذمہ دار بننے دے۔ اس کی تابعداری صرف وہاں تک محدود ہے جو خدا اس سے چاہتا ہے اور جب ایک شوہر ناجائز تابعداری چاہتا ہے تو نرم مزاجی سے اس کی مزاحمت کرتی ہے (امثال ۱۵:۱ ؛ ۲۹:۱۱)۔

شوہر کی عزت کرنے سے مراد ہے کہ نرم مزاجی سے اپنے شوہر کو اپنا نقطۂ نظر بیان کرنے دے اور پھر خدا کو اپنے طریقے سے کام کرنے کا موقع دے۔ اس کا مطلب ہے کہ جو فیصلہ بنایا جا رہا ہے اپنے شوہر کو ان میں شامل اور آگاہ کرے۔ اس کا مطلب ہے کہ اس کا انتظار نہ کرے وہ اس سے پوچھ گچھ کرنے کو کہے بلکہ پہلے ہی اس کی خدمت کرے۔ اس سے مراد حتمی کے ساتھ اس کے مشورے لینا اور اس کے مسائل اور نقطۂ نظر کو سمجھنے کی کوشش کرنا ہے۔

جب ایک شوہر اپنی بیوی سے محبت رکھتا اور کلیسیا کی طرح اس کی راہنمائی کرتا ہے تو خاندان میں بیوی کے لئے اپنے شوہر کی عزت اور تابعداری کرنا مشکل نہیں ہوگا۔ بہترین جگہ جہاں پہلے تفکرات میں سیکھتے ہیں کہ محبت، عزت، قیادت اور تابعداری کیا ہے وہ ہر روز اپنے مسیحی ماں باپ کے تعلقات کا مشاہدہ کرنا ہے۔

5:26-27

سوال نمبر 3: اُس کو کلام کے ساتھ پانی سے غسل دے کر صاف کر کے مقدس بنانے کا کیا مطلب ہے؟

نوٹس: مسیح نے کلیسیا کو ایک ہی بار ہمیشہ کے لئے مقدس بنایا۔ اس کو ہمیشہ کے لئے ایک ہی بار غسل دینے کا مطلب ہے خدا کے کلام کے ساتھ اس کو صاف کرنا۔ یہ پانی کے بپتسمہ کی طرف اشارہ کرتا ہے جو خدا کے دیئے ہوئے روح کے پاشیدہ بپتسمہ کی ظاہری نشانی اور مہر ہے (روح القدس کے وسیلہ سے نئے سرے سے پیدا ہونا خدا کے کلام کے وسیلہ سے خوشخبری کی منادی۔ افسیوں ۲:۱۷-۱۸؛ ۱-پطرس ۱:۲۲-۲۳)۔

مسیح اپنے خدا کے کلام سے کلیسیا کو پاک کرنا جاری رکھے ہوئے ہے بواسطہ اس کے روح اور زندگی کے وسیلہ سے ان کے دلوں اور زندگیوں پر لگتا ہے۔ اس کا مقصد تمام مسیحیوں کو بے الزام اور روشن کلیسیا بنا کر پیش کرنا ہے۔ اس طرح سے مسیح کلیسیا کو اپنی دوسری آمد پر دلہن کی شادی کے لئے دلہن کے طور پر تیار کرتا ہے۔ ہر مسیحی کلیسیا بھی اپنے آپ کو دلہن کی شادی کے لئے تیار کر رہی ہے (۱-کرنتھیوں ۷:۱۹)۔ دلہن کی شادی کے موقع پر مسیح اور اس کی دلہن (کلیسیا) نئی زمین پر رفاقت اور محبت کی کاملیت میں ہمیشہ کے لئے ایک ہو جائیں گے۔

5:32

سوال نمبر 4: گہرا بھید کیا ہے؟

نوٹس: "بھید" شوہر اور بیوی کے درمیان رشتہ کو پیش نہیں کرتا۔ شادی خدا بھی رسم نہیں ہے۔ بھید کلیسیا اور مسیح کی یگانگت سے شادی کا موازنہ کرتا ہے۔ مسیح کی کلیسیا بننے والے غیر مستحق لوگ جن میں وہ اپنے روح کے وسیلہ سے سکونت کرتا ہے ان پر نجات اس کے نجات کے کام کا لازمی نتیجہ ہوا اس قدر واضح ہے کہ اسکو بیان کرنے کے لئے کوئی دوسری تشبیہ استعمال نہیں ہو سکتی چونکہ مسیح اور اس کی کلیسیا کے درمیان رشتہ اتنا گہرا اور مضبوط ہے اس لئے مسیحی شادی کا رشتہ ایک جلالی انداز میں کام کرنے کے قابل ہے اور شادی خدا دولہا کے لئے بہت خوشی لا سکتا ہے۔ مسیحی شادی دوسرے لوگوں کے لئے برکت لاتی اور خدا کو جلال دیتی ہے۔

چوتھا قدم:	عمل	اطلاقات

غور کریں۔ اس عبارت میں کونسی سچائیاں مسیحیوں کے لئے ممکن اطلاقات ہیں؟

بیان اور قلم بند کریں: آیئے ہم ایک زومرے کے ساتھ تبادلہ خیال کریں اور افسیوں ۵:۲۲-۳۳ میں سے ممکن اطلاقات کی ایک فہرست بنائیں۔

غور کریں: کونسا ممکن عمل ہے جو خدا چاہتا ہے کہ آپ کے شخصی عمل میں تبدیل ہو جائے؟

قلم بند کریں: اس شخصی عمل کو تحریر کر لیں۔ اپنا شخصی عمل بیان کرنے میں آزادی محسوس کریں۔

(یاد رکھیں کہ ہر گروپ میں لوگ مختلف سچائیوں پر عمل کریں گے یا ایک ہی سچائی کے مختلف اطلاقات بنائیں گے۔ ممکن اطلاقات کی فہرست مندرجہ ذیل ہے)۔

1- افسیوں ۵:۲۲-۳۳ میں سے ممکن اطلاقات کی مثالیں:

۵:۲۲۔ **دونوں کے لئے۔** بیویوں کو چاہئے کہ اپنے شوہروں کی تابع ہوں۔ لیکن ایسے حالات بھی ہوتے ہیں جب شوہر کو اپنی بیوی کے تابع ہونا چاہئے (افسیوں ۵:۲۱)۔ مطالعہ کریں کہ کلیسیا کس طرح مسیح کی تابع ہوتی ہے۔ اس کا اطلاق اپنے شریک حیات کے ساتھ اپنے رشتہ پر کریں۔

۵:۲۳ **شوہر کے لئے:** مطالعہ کریں کہ کلیسیا کا سر مسیح کس طرح ہے اور دیکھیں کہ کلیسیا کی اجتماعی کس طرح کرتا ہے اپنی بیوی کے ساتھ اپنے رشتہ میں اس کا اطلاق کریں۔

۵:۲۴۔ **شوہروں کے لئے:** مطالعہ کریں کہ کلیسیا سے مسیح کس طرح محبت رکھتا ہے اور دیکھیں کہ کلیسیا کے لئے اپنا آپ کس طرح دیتا ہے۔ اپنی بیوی کے ساتھ اپنے رشتہ میں اس کا اطلاق کریں۔

۵:۲۵-۲۷۔ **شوہروں کے لئے:** مطالعہ کریں کہ کلیسیا کو مسیح کس طرح اپنے کلام سے غسل دے کر صاف کرتا اور اس کو چمکدار (جلالی) بناتا ہے۔ اس کا مطلب ہے اس کو زیادہ سے زیادہ مسیح جیسی بنانے والی بنانا اپنی بیوی کے ساتھ اپنے رشتہ میں اس کا اطلاق کریں

۵:۲۹۔ **شوہروں کے لئے:** مطالعہ کریں کہ کلیسیا کو مسیح اپنی کلیسیا کو کس طرح خوراک دیتا ہے۔ اپنی بیوی کے ساتھ اپنے رشتہ میں اس کا اطلاق کریں۔

۵:۳۱۔ **دونوں کے لئے۔** اپنا جائزہ لیں اور دیکھیں کہ کہیں آپ کسی طرح بھی تک اپنے ماں باپ پر انحصار نہیں کرتے۔ حقیقت میں ماں باپ کو چھوڑنے اور ایک زوجہ کے ساتھ ملے رہنے میں ایک زومرے کی مدد کریں۔

۵:۳۳۔ **بیویوں کے لئے:** مطالعہ کریں کہ بائبل مقدس میں کلیسیا یا مسیح کی عروس کس طرح کرتی ہے۔ اپنے شوہر کے ساتھ اپنے رشتہ میں اس کا اطلاق کریں۔

2- شخصی اطلاقات کی مثالیں۔

الف: شوہروں کے لئے: میں مسیح جیسا اجسام بننے کے لئے ایک نیا عہد کرتا ہوں۔ میں اپنی بیوی کی خدمت کرنا چاہتا ہوں جہاں اس کو میری ضرورت ہے۔ میں اس کی صحت اور اس کی روحانی بہتری کا تحفظ کرنا چاہتا ہوں۔ میں اس کی حفاظت کرنا اور اس کو مشکل میں سے نکالنا چاہتا ہوں۔ میں ساری خوشی کے ساتھ اور پوری خوشی کے بغیر اس کی خدمت کرنا چاہتا ہوں۔

ب: بیویوں کے لئے: میں نے تابعداری کے معنی میں ایک نئی سمجھداری حاصل کی ہے۔ تابعداری تب ہوتی ہے جب ایک بیوی ہوشیاری مشورہ جات، منصوبہ جات اور عملی خدمت کے ساتھ اپنے شوہر کی مدد خاندان میں اس کی قیادت اور ذمہ داری کو نقصان پہنچائے بغیر کرتی ہے۔ شوہر کو اور کہنا چاہئے کہ اس کی بیوی پوری خوشی کے بغیر اس کی مدد صرف اس وقت کر سکتی ہے جب شوہر اس سے پوری خوشی کے بغیر محبت رکھتا ہے۔

پانچواں قدم:	دُعا	جواب

"جیسے ہم باری باری ایک چٹائی کے متعلق دُعا کریں جو خدا نے انسیوں ۵:۲۲-۲۳ میں ہمیں سُنائی ہے۔ آپ نے اس بائبل سٹڈی کے دوران جو کچھ سیکھا ہے اپنی دُعا میں اس کا جواب دیں۔ ہر فرد ایک یا دو نکتوں میں دُعا کرنے کی مشق کریں۔

یاد رکھیں کہ ہر گروپ میں لوگ مختلف معاملات کے متعلق دُعا کریں گے۔

[redacted]

دو دو یا تین تین کے گروپس میں دُعا جاری رکھیں۔ ایک دُوسرے کے لئے اور دُنیا کے لوگوں کے لئے دُعا کریں۔

[redacted]

گروپ لیڈر۔ گروپ کے ارکان کو سبق پر یہ تیار کرنے کے لئے تحریری طور پر دیں یا ان کو اس کی نقل کرنے دیں۔

1- <u>دعا۔ شاگرد بنانے کا عہد کریں:</u>
کسی دُوسرے شخص یا لوگوں کے گروپ کے ساتھ مل کر انسیوں ۵:۲۲-۲۳ کی منادی کریں، تعلیم دیں یا بائبل سٹڈی کریں

2- <u>خدا کے ساتھ شخصی وقت:</u>
زبوروں ۱-۴ ابواب میں سے روزانہ نصف باب خدا کے ساتھ شخصی وقت گذاریں۔ پندرہ منٹ کا طریقہ کار استعمال کریں۔ نوٹس تیار کریں۔

3- <u>یاددہانی۔ حفاظت:</u> ۱-یوحنا ۱:۷۔ بائبل مقدس کی پچھلی یاددہانی کی 5 آیات کی روزانہ دوہرائی کریں۔

4- <u>دعا:</u> اس ہفتہ کسی خاص شخص یا لوگ کے لئے دعا کریں اور پھر دیکھیں کہ خدا کیا کر رہا ہے (زبور ۵:۳)

5- اپنی نوٹ بک میں شاگرد بنانے کے متعلق نیا اندراج کریں۔ خدا کے ساتھ اپنا شخصی وقت، یاددہانی کے نوٹس بائبل سٹڈی نوٹس اور ان کی تیاری کو شامل کریں۔