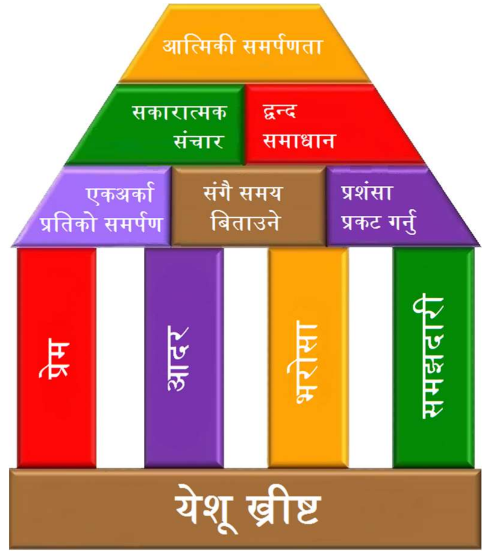
तिमीहरूका मानिसहरूले पुराना भग्नावशेष फेरि बनाउनेछन्। धेरै पुराना जगहरू तिनीहरूले उठाउनेछन्। तिमीहरू 'भत्केका पर्खालहरू निर्माण गर्ने' र 'बस्ने घरहरूका निम्ति बाटो फेरि नयाँ बनाउनेहरू' भनिनेछौ ।
यशैया ५८:१२



एकताको घर निर्माण गर्नु

एकताका घरहरू निर्माण गर्नु —फिलिप्पी २:१-२

१. **जग** - १ कोरिन्थी ३:११ भन्छ: "किनकि जुन जग बसालिसकिएको छ, जो येशू ख्रीष्ट हुनुहुन्छ, त्यसबाहेक कुनै मानिसले अर्को जग बसाल्न सक्दैन।"

ख्रीष्टमा हामीले हाम्रो पहिचान र हाम्रो उद्देश्य पाउँछौं। रोमी १२:१, २

२. **प्रेम** – अगापे (Agape) प्रेम १ कोरिन्थी १२:३१- १३:८ख, एफिसी ५:२५, तितस २:४

मार्फत प्रेम व्यक्त गर्नुहोस्: दृष्टि सम्पर्क, शारीरिक सम्पर्क, ध्यान केन्द्रित, प्रेमीलो अनुशासन (हितोपदेश १३:२४)। पाँच प्रेम भाषाहरू (पुष्टीकरणका शब्दहरू, समय, उपहारहरू, मद्दत गर्ने कार्यहरू, स्पर्श)

प्रेम पनि आत्माको फल हो (गलाती ५:२२)। तपाईं भित्र धेरै पवित्र आत्माको लागि प्रार्थना गर्नुहोस्, ताकि तपाईं अझ धेरै प्रेम गर्न सक्नुहुन्छ।

३. **आदर वा सम्मान** - सम्मान **अर्को व्यक्तिलाई महत्व दिने** सँग सम्बन्धित छ। फिलिप्पी २:३-४ भावना र विचारको कदर गर्ने।

सम्मानको कमीले कम आत्म-सम्मान निम्त्याउँछ। आफैलाई पुष्टि गर्न धेरै गाह्रो छ। आदर हाम्रो जीवनमा अरु कसैले बोल्नुपर्छ, जसलाई हामी वास्तवमै प्रशंसा गर्छौं, वा हाम्रो लागि महत्त्वपूर्ण छ।

एक अर्कालाई अमूल्य मूल्य भएको चीज जस्तै व्यवहार गर्नुहोस्।

श्रीमतीलाई पतिको आदर गर्न भनिएको छ। एफिसी ५:३३

पतिहरूले आफ्नी पत्नीहरूलाई आदर गर्नुपर्छ: १ पत्रुस। ३:७

कामदार/दासहरूले आफ्ना हाकिम/मालिकहरूलाई आदर गर्नुपर्छ एफिसी ६:५-८

हाकिमहरू/मालिकहरूले आफ्ना कामदारहरू/दासहरूलाई आदर गर्नुपर्छ। एफिसी ६:९

गलाती ३:२६-२९ ख्रीष्टमा हामी सबै एक हौं।

४. **समझदारी** - सुनेर आउँछ। याकूब १:१९, हितोपदेश १८:१३, हितोपदेश २४:३, ४, हितोपदेश ४:७ कसैको बुझ्ने: प्रेमको भाषा, व्यक्तित्व, पारिवारिक पृष्ठभूमि, पुरुष वा स्त्री स्वभाव।

५. **भरोसा** - भरोसा भनेको तपाईंले कसैमा गरेको यस्तो विश्वास हो कि तिनीहरु तपाईंप्रति सधैं वफादार रहन्छन् र तपाईंलाई माया गर्नेछन्। कसैलाई विश्वास गर्नु भनेको तपाई तिनीहरूमा भर पर्न सक्नुहुन्छ र तिनीहरूमा भरोसा गर्न सहज हुनुहुन्छ किनभने तपाई तिनीहरूसँग सुरक्षित महसुस गर्नुहुन्छ।

जब यो क्षतिग्रस्त वा तोडिएको हुन्छ भने यसलाई पुनर्स्थापित गर्न धेरै गाह्रो छ। घायल/धोका खाएका मानिसहरूले फेरि सजिलै भरोसा गर्दैनन्। तिनीहरूले आफ्नो सुरक्षा गर्न पर्खालहरू निर्माण गर्छन्। तर पर्खालले तिनीहरू अलग हुन्छन्, तिनीहरू आफैलाई कैद गर्छन्।

केवल विश्वासको वातावरणमा आत्मीयता निर्माण गर्न सकिन्छ। विश्वास सत्यमा, इमानदारीमा, खुलापनमा फल्छ। त्यसकारण, हामीले विश्वास निर्माण गर्ने चीजहरू गर्न आवश्यक छ। यसको मतलब विश्वासयोग्य हुनु, हाम्रो बोलीमा अडिग हुनु, भरपर्दो हुनु। यूहन्ना ८:४४, मत्ती ५:३७, एफिसी ४:२२-२५

बलियो परिवारहरू निर्माण गर्नु। बलियो परिवारहरू निम्न हुन्:

६. **प्रतिबद्ध** – हितोपदेश १८:२४ सफल जोडी/परिवारहरू एकअर्काको सेवा गर्न प्रतिबद्ध हुन्छन्। उनीहरु एक अर्काको लागि बलिदान दिन प्रतिबद्ध हुन्छन्। उनीहरु एकअर्काको लागि ज्यान दिन तयार हुन्छन्। हामी स्वस्थ परिवार निर्माण गर्न र आफ्नै स्वार्थको काम एकै पटक गर्न सक्दैनौं। फिलिप्पी २:३-८ मा प्रेरित पावलले भनेका छन्: कि हामीले स्वार्थबाट टाढा रहनुपर्छ हामी आफ्नो व्यक्तिगत स्वार्थको लागि बाँच्नुहुँदैन, तर हामी अरूको लागि बाँच्न, अरूको सेवा गर्न, हाम्रो परिवार र अरूको लागि आशिष बन्न खोज्न तयार हुनुपर्छ।

पारिवारिक प्रतिबद्धता र विवाह प्रतिबद्धताहरूले हामीलाई हाम्रो स्वार्थको सामना गराउँछन्। मलाकी ४:५,६। (वा ३:२४)

७. **सँगै समय बिताउनुहोस्** – हितोपदेश २७:२३, २४ यो पहिलोबाट बाहिर निस्कन्छ। यदि तपाई **प्रतिबद्ध** हुनुहुन्छ भने, तपाईले समय लगानी गर्नुहुन्छ। यो नै धेरै परिवारहरूले किन उनीहरूले नजिक महसुस गर्छन् भन्नुको पहिलो कारण हो

सँगै खेल्ने, सँगै काम गर्ने, आराधना गर्ने, छुट्टी मनाउने, सँगै रमाउने आदि।

येशूले चर्चलाई दिनुभएको कुरा हामीले परिवारलाई दिनुपर्छ। उहाँले आफैलाई दिनुभयो। तपाईको छोराछोरीहरुको प्राथमिक आवश्यकता शिक्षा वा पैसा होइन। तपाईले आफ्ना

छोराछोरीहरूलाई दिनुपर्ने प्राथमिक कुरा हो: तपाई आफैं, तपाईंको समय! मुद्दा यो होइन; के मसँग समय छ? मुद्दा यो हो: यो मेरो लागि कत्तिको महत्त्वपूर्ण छ? यदि केही साँच्चै महत्त्वपूर्ण छ भने म यसको लागि समय खोज्नेछु। सँगै समय बिताउँदा प्रेमिलो बन्धन सिर्जना हुन्छ। छोराछोरीको संसारमा प्रवेश गर्नुहोस्। तिनीहरूको चासो के हो भनेर पत्ता लगाउने प्रयास गर्नुहोस्। यसमा अनन्त कुरा छ: 'म तिम्रो साथमा छु, तिमी महत्वपूर्ण छौ!'

लूका १०:३८-४२ मरियमले सही कुरा रोजेकी छिन्, र यो उनीबाट खोसिने छैन।

घरबाट टाढा हुँदा: फोन कल, पत्र, सामाजिक सञ्जाल, अनलाइन गेम खेल्नु।

सञ्चार गर्नु। तपाई अहिले कस्तो महसुस गर्नुहुन्छ? तपाईलाई कुन कुराले प्रोत्साहित गरेको छ? तपाईलाई कुन कुराले निराश बनायो? को सँग सँगत गर्नुभयो? तपाईले परमेश्वरबाट के सिक्नुभयो?

८. **एक अर्कालाई प्रशंसा व्यक्त गर्नु** – हितोपदेश ३१:२८

यहाँ व्यक्त गर्नमा जोड दिइएको छ। प्रायः हामी हाम्रो जोडी/छोराछोरीहरुको प्रशंसा गर्छौं, तर हामी यसलाई व्यक्त गर्दैनौं। एकअर्कालाई प्रशंसा व्यक्त गर्ने तरिकाहरू खोज्नुहोस्।

जब येशुले बप्तिस्मा लिनुभयो, पिताले स्वर्गबाट भन्नुभयो: 'यिनी मेरो प्यारो पुत्र (पुत्री) हुन् जससँग म प्रशन्न छु।' कतिजना आफ्नो पिताबाट यो सुन्न चाहन्छन्?

धेरै पटक आमाबाबुले आफ्ना छोराछोरीको खराब चीजहरू देख्छन् र राम्रो चीजहरू चाहिँ देख्दैनन्। तिनीहरूले हीरा भन्दा बढि फोहोरलाई देख्छन्। तिनीहरू सुधार गर्न आवश्यक चीजहरूमा ध्यान केन्द्रित गर्छन्। हामीले पुन: ध्यान केन्द्रित गर्नुपर्छ र व्यक्तिसँग भएका गुणहरूको बारेमा प्रशंसात्मक कुराहरू भन्नुपर्दछ र तिनीहरूलाई अरूसँग तुलना गर्नुहुँदैन। के तपाईको विवाह/ तपाईको परिवार यस्तो सुरक्षित स्थान हो जहाँ तपाई जो हुनुहुन्छ त्यसको लागि तपाईलाई प्रेम र प्रोत्साहन दिइन्छ?

९. सकारात्मक सञ्चार – हितोपदेश २५:११, हितोपदेश १८:२१ जिब्रोले जीवन वा मृत्यु ल्याउन सक्छ। याकूब १:१९, कलस्सी ४:६ यो क्षेत्र ठूलो चिन्ताको क्षेत्र हो। बलियो परिवारहरूमा स्वचालित रूपमा राम्रो सञ्चार हुँदैन, तर त्यहाँ यसको लागि प्रतिबद्धता र यसमा काम गर्ने र यसलाई विकास गर्ने प्रयास हुनुपर्छ। विशेष गरी हामी रिसाएको वा निराश हुँदाको अवस्थामा।

१०. **द्वन्द्वहरू समाधान गर्नुहोस् र संकटग्रस्त अवस्थालाई मिलाउनुहोस्** - हितोपदेश २८:२३

बलियो परिवारमा झगडा हुँदैन भन्ने भ्रम नराख्नुहोस्। भावनाहरू माथि उठ्छन्, तिनीहरूले एकअर्कालाई चोट पुऱ्याउँछन्, तिनीहरूले ती कुराहरू भन्छन् जुन तिनीहरूले भन्नै हुन्थेन। अक्सर, हामी द्वन्द्वबाट बच्न रुचाउँछौं। जोडीमध्ये एकजना

साझेदारले आफ्नो भावनालाई अर्कोसँग बन्द गर्दा सम्बन्धलाई तहसनहस पार्छ। तिनीहरू आपसमा बन्द हुन्छन्। तिनीहरूले आफ्नो हृदय बन्द गर्छन्। तिनीहरूले आफ्नो आत्मा बन्द गर्छन्। जब यस्तो हुन्छ, सामान्य सञ्चारले काम गर्दैन।

हितोपदेश १८:१९ र यसले सम्बन्धलाई नष्ट गर्छ।
मत्ती ५:२३-२४ मिलाप गर्ने। एफिसी ४:२-३

जब कसैले आफ्नो आत्मा बन्द गरेको छ भने पहिलो कुरा, त्यो व्यक्तिको लागि प्रार्थना गर्नुपर्छ। हामी यसलाई: हाम्रो मनोवृत्तिद्वारा, क्षमाशील हृदयद्वारा, कोमल आत्माद्वारा, उनीहरूलाई स्थान दिएर, उनीहरूलाई जबरजस्ती नगरी सुरक्षित बनाउन सक्छौं। यदि त्यहाँ केही चीजहरू छन्, जसको लागि हामीले क्षमा माग्नुपर्छ भने आफैलाई नम्र बनाउनुहोस्, क्षमा माग्नुहोस्, त्यो फेरि खोल्ने बाटो हो।

स्वस्थ परिवारहरूमा झगडा हुन्छ, तर तिनीहरूले सामना गर्ने र मिलान गर्ने तरिकाहरू फेला पार्छन्।

मत्ती ५:२३-२४ “यसकारण तिमीले वेदीमा आफ्नो भेटी चढ़ाउँदा तिम्रो भाइको हृदयमा तिम्रो विरुद्धमा केही छ भन्ने तिमीलाई याद भयो भने, तिम्रो भेटी त्यही वेदीको सामु छोड, र जाऊ। पहिले आफ्नो भाइसँग मिलाप गर...।” एफिसी ४:२६ समस्या बढ्न नदिनुहोस् तर यी कुराहरूलाई सम्बोधन गर्नुहोस् र तिनीहरूलाई ध्यान दिनुहोस्।

येशूले हामी आफैंलाई नम्र तुल्याउन, क्षमा माग्न र नमिलेका कुराहरू मिलाउन लगाउनुहुन्छ। साथै कसैले तपाईसँग क्षमा माग्छ भने उसलाई क्षमा दिनुहोस्। तपाईलाई आवश्यक परेको बेला क्षमा माग्नुहोस्, छोराछोरीहरुसँग पनि।

हामी पूर्ण हुनु आवश्यक छैन, तर हामी इमानदार, नम्र र सीधा हुन आवश्यक छ। माफी माग्न, पश्चात्ताप गर्न र क्षमा माग्न छिटो हुनुहोस्।

११. **बलियो परिवारहरूसँग एक आत्मिक प्रतिबद्धता हुन्छ।**

कलस्सी १:१७ मत्ती ७:२१-२५ यदि तपाई स्वस्थ परिवार चाहनुहुन्छ भने, तपाईले आफ्नो आत्मिक सिद्धान्तहरूप्रति प्रतिबद्धतालाई अँगाल्नुपर्छ। हामीलाई थाहा भएका गर्नुपर्ने कुराहरू कार्यान्वयन गर्न हामीलाई परमेश्वरको शक्ति र अनुग्रह चाहिन्छ: नम्र हुन, अनुग्रह दिन, क्षमा दिन। हामीले प्रभुको भय राख्नुपर्छ। यसले हामीलाई क्रुसमा ल्याउँछ र परमेश्वरको अनुग्रहले हामीलाई पश्चात्तापमा, नम्रतामा ल्याउँछ।

कलस्सी १:१७ हाम्रो सम्बन्ध स्वस्थ राख्नको लागि एक प्रमुख पद हो। "... उहाँमा नै सबै कुरा बाँधिएर रहेका छन् ...।"

तपाईले आफ्नो परिवारको लागि गर्न सक्ने सबैभन्दा राम्रो कुरा हो: आफ्नो जीवन पूर्णतया प्रभुमा समर्पण गर्नु, उहाँमा आत्मसमर्पण गर्नु, उहाँलाई उहाँको मार्ग अनुसार जान दिनु हो। उदाहरण भएर नेतृत्व गर्नु।