PRAYER
316

నేను ఏవిధంగా ప్రార్థించాలి?

నేను దేవునితో ఏ విధంగా మాట్లాడాలి? ప్రార్థన అంటే దేవునితో మాట్లాడడం. బైబిలు అంటే దేవుడు మనతో మాట్లాడడం. ప్రార్థన గురించి బైబిలు మనకు ఏమి బోధిస్తుందో నేర్చుకోండి. *"ఆయన* [యేసు] *యొక చోట ప్రార్థన చేయుచుండెను. ప్రార్థన చాలించిన తరువాత ఆయన శిష్యులలో ఒకడు– ప్రభువా, యోహాను తన శిష్యులకు నేర్పినట్టుగా మాకును ప్రార్థనచేయ నేర్పుమని ఆయన నడిగెను."* లూకా 11:1. అదే ప్రార్థన చేయండి. ప్రార్థన గురించిన బైబిలు బోధనలో స్తుతి, కృతజ్ఞత, ఒప్పుకోలు, మనవులు అర్పించడం ఉన్నాయి. స్తుతి దేవుణ్ణి హెచ్చిస్తుంది, ఘనపరుస్తుంది, మహిమపరుస్తుంది. కీర్తన 34:1-3. *"నేనెల్లప్పుడు యెహోవాను సన్నుతించెదను. నిత్యము ఆయన కీర్తి నా నోట నుండును,"* హెబ్రీయులు 13:15. ఆయన చేసిన దానిని బట్టి కృతజ్ఞత తెలియజేయాలి. *"యెహోవాను స్తుతించుట మంచిది,"* కీర్తన 92:1. మన పాపం కారణంగా ఒప్పుకోలు ఉంటుంది. *"మన పాపములను మనము ఒప్పుకొనినయెడల, ఆయన నమ్మదగినవాడును నీతిమంతుడును గనుక ఆయన మన పాపములను క్షమించి సమస్త దుర్నీతినుండి మనలను పవిత్రులనుగా చేయును,"* 1 యోహాను 1:9. మీ విన్నపాలను దేవునికి సమర్పించండి, ఎందుకంటే మీరు ఆయనను అడగాలని ఆయన మిమ్ములను ఆహ్వానిస్తున్నాడు. *"దేనినిగూర్చియు చింతపడకుడి గాని ప్రతి విషయములోను ప్రార్థన విజ్ఞాపనములచేత కృతజ్ఞతాపూర్వకముగా మీ విన్నపములు దేవునికి తెలియజేయుడి,"* ఫిలిప్పీయులు 4:6. మీ ఆత్మీయ, శారీరక అవసరాలను తీర్చమని దేవునికి చేసే విన్నపాలు మత్తయి 6:9-13 లోని ప్రభువు ప్రార్థనలో ఉన్నాయి. ప్రార్థన అనేది సజీవుడైన దేవునితో మాట్లాడడానికి మీకు లభించిన ఒక ప్రత్యేకమైన ఆధిక్యత, అవకాశం. *"యెహోవా దృష్టి నీతిమంతులమీద నున్నది. ఆయన చెవులు వారి మొరలకు ఒగ్గియున్నవి,"* కీర్తనలు 34:15. *"నీ దర్శనకాలమందు భక్తిగలవారందరు నిన్ను ప్రార్థనచేయుదురు,"* కీర్తనలు 32:6.

నేను ఎక్కడ ప్రార్థించాలి? మతపరమైన భవనాలలో, సమావేశాలలో ప్రార్థించడం మంచిది. అయితే, ప్రభువైన యేసు ఇలా చెప్పాడు, *"దేవుడు ఆత్మ గనుక ఆయనను ఆరాధించు వారు ఆత్మతోను సత్యముతోను ఆరాధింపవలెను,"* యోహాను 4:24. ప్రభావవంతమైన ప్రార్థన మీరు ఉన్న ప్రదేశముపై ఆధారపడి ఉండదు. ప్రభువైన యేసు ఇలా చెప్పాడు, *"రహస్యమందు చూచు నీ తండ్రి నీకు ప్రతి ఫలమిచ్చును. మరియు మీరు ప్రార్థనచేయునప్పుడు వేషధారుల వలె ఉండవద్దు; మనుష్యులకు కనబడవలెనని సమాజమందిరములలోను వీధుల మూలలలోను నిలిచి ప్రార్థన చేయుట వారికిష్టము; వారు తమ ఫలము పొంది యున్నారని నిశ్చయముగా మీతో చెప్పుచున్నాను. నీవు ప్రార్థన చేయునప్పుడు, నీ గదిలోనికి వెళ్లి తలుపువేసి, రహస్యమందున్న నీ తండ్రికి ప్రార్థనచేయుము; అప్పుడు రహస్యమందు చూచు నీ తండ్రి నీకు ప్రతి ఫలమిచ్చును,"* మత్తయి 6:5-6. ప్రభావవంతమైన ప్రార్థన మీరు ఎక్కడ ప్రార్థిస్తున్నారనే దానిపై ఆధారపడి ఉండదు. అది మీ హృదయ స్థితి మీద ఆధారపడి ఉంటుంది. బహిరంగంగా ప్రార్థించండి. ఏకాంతంగా ప్రార్థించండి.

నేను మోకాళ్లపై ప్రార్థించాలా? ప్రభువైన యేసు, పౌలు, దానియేలు ఆవిధంగా చేశారు, లూకా 22:41, అపొస్తలుల కార్యములు 20:36, దానియేలు 6:10. మోకాళ్ల మీద ఉండి ప్రార్థించండి. అయితే, బైబిలులోని ఇతరులు నిలబడ్డారు, ఆకాశం వైపు తేరి చూసారు, చేతులు చాచారు, లేదా పైకి చాచారు, నేల మీదకు వంగారు, గోడ వైపు తిరిగి ప్రార్థించారు. ప్రార్థనలో శరీర భంగిమ మీ హృదయ స్థితిని వ్యక్తపరిచినప్పుడే అది అర్థవంతంగా ఉంటుంది.

నేను ఏ విధంగా ప్రార్థించాలి? ప్రార్థనలో *ఏమి* చేయాలి అనే దానికంటే *ఏ విధంగా* చేయాలి అనేది ప్రాముఖ్యం, లేదా అంతకంటే ఎక్కువ ప్రాముఖ్యం. బైబిలు సంబంధమైన ప్రార్థన మీ హృదయాన్ని దేవుని వద్ద బహిరంగంగానూ, యథార్థంగానూ కుమ్మరించడం. మీరు ఆయననుండి అడిగినది దేవుడు మీకు అనుగ్రహించేలా బలవంతం చేసేలా ప్రార్థించడానికి లేదా చెప్పడానికి పదాలు, పదబంధాలు లేదా వాక్యాల ప్రత్యేక కలయికలు ఏవీ లేవు. బైబిలు హెచ్చరికలు, ఉదాహరణలలో ఈ విధంగా ప్రార్థించడం ఉంది:

కృతజ్ఞతా హృదయంతో, 1 థెస్సలొనీకయులు 5:18.

పదాలను పునరావృతం చెయ్యడం కాకుండా, యథార్థతతో, యెషయా 29:13.

అర్థరహిత పునరావృత్తి లేకుండా, మత్తయి 6:7.

బహిరంగంగా, నేరుగా, యథార్థంగా, యెషయా 37:14-17.

భక్తితో, పట్టుదలతో, కొలొస్సీ 4:2, లూకా 11:5-10, 18:1-8.

నిరంతరం, అవిరామంగా, 1 థెస్సలొనీకయులు 5:17.

గొప్ప ప్రయత్నంతో, రోమా 15:30.

ఇతర విశ్వాసులతో ఐక్యతలో, మత్తయి 18:19-20, 1 తిమోతి 2:8.

గొప్ప విశ్వాసంతో, యాకోబు 1:6-7, హెబ్రీయులు 11:6.

దేవుని చిత్తప్రకారం, యోహాను 15:7, 1 యోహాను 5:14-15.

యేసు నామంలో, ఆయన ప్రతినిధిగా ఆయన చిత్తములో, యోహాను 14:13, 15:16.

నేను దేనికోసం ప్రార్థించాలి? ప్రభువు ప్రార్థనలో, యేసు తన శిష్యులకు వారి దైనందిన శారీరక, ఆత్మీయ అవసరతల కోసం ప్రార్థించమని బోధించాడు. యోహాను 17వ అధ్యాయంలోని తన ప్రార్థనలో, ప్రభువైన యేసు తనకోసం, తన శిష్యులకోసం, లోకం కోసం ప్రార్థించాడు. విశ్వాససహిత ప్రార్థన, ఆయన చిత్తానికి అనుగుణమైన ప్రార్థన, తండ్రికి సమర్పించిన ప్రార్థన, ఆయన నామంలో చేసిన ప్రార్థనకు జవాబు అనుగ్రహించబడుతుందని ప్రభువైన యేసు వాగ్దానం చేశారు, యోహాను 15:7, 16, 16:23, 1 యోహాను 5:14-15. మీరు దేనికోసం ప్రార్థించాలో తెలిపే ఇతర బైబిలు హెచ్చరికలు, ఉదాహరణలు:

జ్ఞానం, యాకోబు 1:5, 2 దినవృత్తాంతములు 1:7-12.

ఆత్మీయ క్షేమం, కొలొస్సీ 1:9-12.

మిమ్మును బాధించువారు, లూకా 6:28.

స్వస్థత, సాధ్యమే, యాకోబు 5:14-15, అయితే అందరికీ కాదు, 2 కొరింథీ 12:7-9.

ఒకరికొకరు, ఎఫెసీ 6:18, యాకోబు 5:16.

మీ ప్రభుత్వం, 1 తిమోతి 2:1-2.

మీ ఆహారం, మత్తయి 6:11, మార్కు 6:41, 8:6-7.

ప్రభువైన క్రీస్తు గురించిన అవసరత కలిగిన వారు, రోమా 10:1.

సువార్తను ప్రకటించు పనివారు, మత్తయి 9:37-38.

సువార్త కోసం తెరవబడిన ద్వారాలు, కొలొస్సీ 4:3-4.

దేవుడు మీ ప్రార్థనలను వింటాడు, జవాబిస్తాడు. ప్రార్థన కోసం దేవుడు ఉంచిన షరతులను నెరవేర్చండి, అప్పుడు ఆయన మీకు జవాబిస్తాడు. దేవుని జవాబులు *అవును,* ఒక *ఆలస్యమైన అవును,* లేదా ఒక *కాదు.* అని ఉండవచ్చు. మీరు అడిగువాటన్నిటి కంటెను లేదా ఊహించు వాటన్నిటి కంటెను ఆయన మీకు అధికముగా అనుగ్రహిస్తాడు, ఎఫెసీ 3:20. ఆలస్యమైన దేవుని అవును, ఆయన జవాబు కోసం మిమ్ములను లేదా ఇతరులను సిద్ధపరచడానికి కావచ్చు. లేదా ఆయన జవాబు అంతిమ *కాదు* కావచ్చు. ఆయన యందు విశ్వాసముంచి, ఆయన జవాబులను సంపూర్ణంగా నమ్ముతూ ప్రార్థించండి.

మీ ఉద్దేశాలు ముఖ్యమైనవి. *"మీరడిగినను మీ భోగముల నిమిత్తము వినియోగించుటకై దురుద్దేశముతో అడుగుదురు గనుక మీకేమియు దొరకుటలేదు,"* యాకోబు 4:3.

భర్తలారా, మీ భార్యలను జాగ్రత్తగా చూచుకొనుడి. ప్రభువైన క్రీస్తు సంఘమును ప్రేమించినట్లు భర్త తన భార్యను ప్రేమించాలని, ఆమెను ఆదరించాలని, ఆమెను అర్థం చేసుకోవాలని, జీవమను కృపావరములో పాలివారై యున్నారని ఆమెను గౌరవించాలని బైబిలు బోధిస్తుంది, *"మీ ప్రార్థనలకు అభ్యంతరము కలుగకుండగా ఉంటుంది,"* 1 పేతురు 3:7.

ఇతరులను క్షమించండి. క్షమించకపోవడం మీ ప్రార్థనలకు ఆటంకం కలిగిస్తుంది. మీరు ఇతరులను క్షమించడం, దేవుని నుండి మీరు ఆశించవలసిన క్షమాపణను కనుపరుస్తుంది, మార్కు 11:25, మత్తయి 5:23-24, 6:12-15. నీతిమంతులుగా ఉండండి.

దేవుని యెదుట ఆత్మీయంగా పరిశుద్ధంగా ఉండండి, అప్పుడు మీ ప్రార్థనలు ఫలభరితమైనవి, ఎంతో బలవత్తరమైనవిగా ఉంటాయి. *"యథార్థవంతుల ప్రార్థన ఆయనకు ఆనందకరము,"* సామెతలు 15:8. అయితే, ఒకడు ఆయన ధర్మశాస్త్రమునుండి తొలగిపోయిన యెడల, *"ధర్మ శాస్త్రము వినబడకుండ చెవిని తొలగించుకొనువాని ప్రార్థన హేయము,"* సామెతలు 28:9. దేవుడు మిమ్మును కాపాడును, సిద్ధపరచును, పరిపూర్ణులనుగా చేయును. తిరస్కరణలు, ఆలస్యములు మీ మేలుకొరకే కావచ్చు.

మీరు అడుగుతున్నది మిమ్మును గాయపరుస్తుందని మీకు తెలియని సమయంలో దేవుడు మిమ్ములను కాపాడుతాడు. మీ గురించి మీకు తెలిసిన దానికంటే దేవునికి మీ గురించి ఎక్కువగా తెలుసు. కొన్నిసార్లు, దేవుడు కాదు అని చెపుతాడు, ఎందుకంటే ఆయనకు మీ భవిష్యత్తు తెలుసు, మీకు ఏది ఉత్తమమో ఆయనకు తెలుసు. కొన్నిసార్లు, ఆయన జవాబు కోసం సిద్ధపడడానికి మీకు సమయం ఇవ్వడం కోసం ఆలస్యం జరుగుతుంది. కొన్నిసార్లు ఆయన తిరస్కరణలు, ఆలస్యాలు మీ విశ్వాసాన్ని బలపరచడానికే వస్తాయి. దేవుని జవాబులను విశ్వాసంతో, కృతజ్ఞతతో స్వీకరించండి. దేవుడు తాను చేస్తున్నది ఆయనకు తెలుసు. దేవునితో మాట్లాడండి. ఆయన వింటున్నాడు. ప్రార్థించండి!

"ప్రతి విషయమునందును కృతజ్ఞతాస్తుతులు చెల్లించుడి. ఈలాగు చేయుట యేసు క్రీస్తునందు మీ విషయములో దేవుని చిత్తము". 1 థెస్సలొనీకయులకు 5:18

నేను ఏవిధంగా ప్రార్థించాలి? © 2026 by John D. Morris III రచించినది యాక్ట్స్ ఒన్ ఎయిట్ Acts One Eight చేత ప్రచురణ. పూర్తి ప్రకటనతో సహా, దానిలోని విషయాన్ని మార్చకుండా మీరు దీనిని స్వేచ్ఛగా ముద్రించుకోవచ్చు, నకలు తీసుకోవచ్చు, పంపించవచ్చు, ఈమెయిల్ చేసుకోవచ్చు లేదా సందేశంగా పంపించవచ్చు. మీ పరిచర్య లేదా సంఘం పేరు లేదా లోగోను మొదటి పేజీ పైభాగంలో మీరు చేర్చవచ్చు. మీ సంప్రదింపు సమాచారాన్ని రెండవ పేజీ దిగువన ఉన్న గీతకు పైన చేర్చవచ్చు. Prayer316 కేవలం బైబిలు ఆధారితమైనది. మనుష్యులు ప్రార్థన చేయడానికి, దేవునితో వారి సంబంధంలో ఎదగడంలో సహాయపడడానికి ఇది ఉనికి కలిగియుంది. మీరు యాక్ట్స్ వన్ ఎయిట్ (వీలైతే ఆంగ్లంలో)ను ఈ కింది చిరునామాకు ఇమెయిల్ చేయవచ్చు: *Hello@Mail316.org*. www.ChristianLingua.com. చేత అనువాద సేవలు సమకూర్చబడ్డాయి. *నేను ఏవిధంగా ప్రార్థించాలి?* నేను ఏవిధంగా ప్రార్థించాలి? అంశము *www.Prayer316.org* నందు 48 భాషలలో ఉచితంగా అందుబాటులో ఉంది. తెలుగు అనువాదంలోని ఉల్లేఖనాలు ది బైబిలు సొసైటీ ఆఫ్ ఇండియా, పరిశుద్ధ గ్రంథం 2023 Ministry Edition నుండి తీసుకోబడ్డాయి. ఈ అనువాదంలోని బైబిలు ఉల్లేఖనాలు వీటి నుండి తీసుకోబడ్డాయి: ది బైబిలు సొసైటీ ఆఫ్ ఇండియా, పరిశుద్ధ గ్రంథం.