PRAYER
316

مَیں دُعا کیسے کرُوں؟

مَیں خُدا سے کیسے بات کروں؟ دُعا خُدا سے باتیں کرنا ہی تو ہے۔ بائبل میں خُدا ہم سے بولتا ہے۔ سیکھیں جو بائبل ہمیں دُعا کے بارے میں سکھاتی ہے۔ *"پھِر اَیسا ہُوا کہ وہ (یسُوع) کِسی جگہ دُعا کر رہا تھا۔ جب کر چُکا تو اُس کے شاگردوں میں سے ایک نے اُس سے کہا اَے خُداوند! جیسا یُوحنّا نے اپنے شاگردوں کو دُعا کرنا سکھایا تُو بھی ہمیں سِکھا"* (لُوقا ۱۱:۱)۔ وہی دُعا کریں۔ دُعا کے بارے میں بائبل کی تعلیم میں تعریف، شکرگزاری، اعتراف اور درخواستیں شامل ہیں۔ تعریف، خُدا کی تعظیم، اور تمجید کرتی ہے۔ زبور ۳۴:۱-۳۔ *"حمد کی قُربانی یعنی اُن ہونٹوں کا پَھل جو اُس کے نام کا اِقرار کرتے ہیں خُدا کے لئے ہر وقت چڑھایا کریں۔"* عِبرانیوں ۱۳:۱۵۔ اُن کاموں کے لئے شکرگزاری جو خُدا نے کئے ہیں۔ *"کیا ہی بھلا ہے خُداوند کا شُکر کرنا۔"* زبور ۹۲:۱۔ اپنے گُناہ کا اِقرار کریں۔ *"اگر اپنے گُناہوں کا اِقرار کریں تو وہ ہمارے گُناہوں کے مُعاف کرنے اور ہمیں ساری ناراستی سے پاک کرنے میں سچّا اور عادِل ہے"* (۱-یوحنا ۱:۹)۔ اپنی درخواستیں خُدا کے حضور پیش کریں کیونکہ وہ پیشکش کر رہا ہے کہ اُس سے مانگا جائے۔ *"تُمہاری درخواستیں دُعا اور مِنّت کے وسِیلہ سے شُکرگُذاری کے ساتھ خُدا کے سامنے پیش کی جائیں۔"* (فلپیوں ۴:۶)۔ اپنی رُوحانی ضروریات کو پورا کرنے کے لئے خُدا سے درخواست کریں جو متی ۶:۹-۱۳ میں دُعائے ربانی میں ہے۔ دُعا آپ کا خاص استحقاق اور زِندہ خُدا سے بات کرنے کا موقع ہے۔ *"خُداوند کی نِگاہ صادِقوں پر ہے اور اُس کے کان اُن کی فریاد پر لگے رہتے ہیں"* (زبور ۳۴:۱۵)۔ *"اِسی لئے ہر دِین دار تُجھ سے اَیسے وقت میں دُعا کرے جب تُو مِل سکتا ہے"* (زبور ۳۲:۶)۔

مجھے کِس جگہ دُعا کرنی چاہئے؟ عبادت گاہ اور مجمع میں دُعا کرنا اچھا ہے۔ تاہم، یسُوع نے کہا، *"خُدا رُوح ہے اور ضرُور ہے کہ اُس کے پرستار رُوح اور سچّائی سے پرستِش کریں"* (یوحنا ۴:۲۴)۔ مؤثر دعا کِسی جگہ کی محتاج نہیں ہوتی۔ یسُوع نے کہا *"اور جب تُم دُعا کرو تو رِیاکاروں کی مانِند نہ بنو کیونکہ وہ عِبادت خانوں میں اور بازاروں کے موڑوں پر کھڑے ہو کر دُعا کرنا پسند کرتے ہیں تاکہ لوگ اُن کو دیکھیں۔ مَیں تُم سے سچ کہتا ہُوں کہ وہ اپنا اجر پا چُکے۔ بلکہ جب تُو دُعا کرے تو اپنی کوٹھری میں جا اور دروازہ بند کر کے اپنے باپ سے جو پوشِیدگی میں ہے دُعا کر۔ اِس صُورت میں تیرا باپ جو پوشِیدگی میں دیکھتا ہے تُجھے بدلہ دے گا"* (متی ۶:۵-۶)۔ مؤثر دُعا اِس بات کی محتاج نہیں کہ آپ کِس جگہ دُعا کرتے ہیں۔ اِس کا اِنحصار آپ کی نِیت پر ہے۔ چاہے مجمع میں کریں یا علیحدگی میں دُعا کریں۔

کیا مجھے گھٹنوں کے بل دُعا کرنی چاہئے؟ یسُوع، پولُس، اور دانی ایل دُعا کرتے تھے، لُوقا ۲۲:۴۱، اَعمال ۲۰:۳۶، اور دانی ایل ۶:۱۰۔ اپنے گھٹنوں پہ بیٹھ کر دُعا کریں۔ تاہم، بائبل میں دیگر لوگوں نے کھڑے ہو کر، آسمان کی طرف آنکھیں اُٹھا کر، ہاتھ پھیلا کر یا اُوپر اُٹھا کر، زمین پر جھک کر، اور دیوار کی طرف مُنہ کر کے دُعا کی۔ دُعا میں جسم کی کیفیت صرف اُسی طرح معنی رکھتی ہے کہ یہ آپ کے دِل کی کیفیت کو ظاہر کرتی ہے۔

میں دُعا کیسے کروں؟ دُعا کی *کیسے* اہم ہے، یا اِس سے بھی اہم ہے، کہ *کیا* دعا کرنی ہے۔ بائبل کی دُعا ایک کھلی اور اِیماندارانہ دُعا ہے جو آپ کے دِل سے خُدا کے سامنے پیش کی جاتی ہے۔ دُعا کے لئے کوئی خاص الفاظ، جُملے، یا فقرے نہیں ہوتے جو خُدا کو آپ کی مانگ پُوری کرنے پر مجبور کریں۔ بائبل کی ہدایات اور مثالوں میں دُعا کرنا شامل ہے:

شکرگزار دِل کے ساتھ، ۱ تھسلنیکیوں ۵:۱۸۔

نیک نیتی کے ساتھ، رٹے سے نہیں، یسعیاہ ۲۹:۱۳۔

بے معنی تکرار کے بغیر، متی ۶:۷۔

کھُلے دِل سے، براہ راست، اور ایمان سے، یسعیاہ ۳۷:۱۴-۱۷۔

عقیدت اور استقامت کے ساتھ، کُلسیوں ۴:۲، لُوقا ۱۱:۵-۱۰، ۱۸:۱-۸۔

مسلسل، بِلاناغہ، ۱ تھسلنیکیوں ۵:۱۷۔

جانفشانی سے، رُومیوں ۱۵:۳۰۔

دوسرے اِیمانداروں کے ساتھ متحد ہو کر، متی ۱۸:۱۹-۲۰، ۱- تیمتھیس ۲:۸۔

بڑے اِیمان کے ساتھ، یعقوب ۱:۶-۷، عِبرانیوں ۱۱:۶۔

خُدا کی مرضی کے مطابق، یُوحنا ۱۵:۷؛ ۱-یُوحنا ۵:۱۴-۱۵۔

یسُوع کے نام پر، اس کی مرضی میں اُس کے نمائندے کے طور پر، یُوحنا ۱۴:۱۳، ۱۵:۱۶۔

مَیں کِس چیز کے لیے دُعا کروں؟ دُعائے ربانی میں، یسُوع نے اپنے شاگردوں کو اپنی روزمرہ کی جسمانی اور رُوحانی ضروریات کے لیے دُعا کرنا سکھایا۔ یُوحنا ۱۷ میں اپنی دُعا میں، یسُوع نے اپنے لیے، اپنے شاگردوں اور دنیا کے لیے دُعا کی۔ یسُوع نے وعدہ کِیا کہ اِیمان سے کی جانے والی دُعا، باپ کی مرضی کے مطابق کی گئی دُعا، اُس کے نام سے کی گئی دُعا کا جواب دِیا جائے گا، یُوحنا ۱۵: ۷، ۱۶، ۱۶: ۲۳، ۱-یُوحنا ۵: ۱۴-۱۵۔ بائبل کی دیگر ہدایات اور مثالیں جِن کے لیے آپ کو دُعا کرنی چاہیے اُن میں شامل ہیں:

حکمت کے لیے، یعقوب ۱: ۵، ۲-تواریخ ۱: ۷-۱۲۔
رُوحانی خُوشحالی کے لیے، کُلسیوں ۱: ۹-۱۲۔
ستانے والوں کے لئے، لُوقا ۶: ۲۸۔
شفایابی ممکن ہے، یعقوب ۵: ۱۴-۱۵، لیکن ہر کسی کے لیے نہیں، ۲-کرنتھیوں ۱۲: ۷-۹۔
ایک دُوسرے کے لئے، اِفسیوں ۶: ۱۸، یعقوب ۵: ۱۶۔
اپنی حکومت کے لئے، ۱-تیمتھیس ۲: ۱-۲۔
اپنے کھانے کے لئے، متی ۶: ۱۱، مرقس ۶: ۴۱، ۸: ۶-۷۔
جِن کو مسیح کی ضرورت ہے اُن کے لئے، رُومیوں ۱۰: ۱۔
اِنجیل کی مُنادی کے لیے مزدوروں کے واسطے، متی ۹: ۳۷-۳۸۔
اِس لئے کہ اِنجیل کے واسطے دروازے کھُلیں، کُلسیوں ۴: ۳-۴۔

خُدا آپ کی دُعاؤں کو سنتا اور جواب دیتا ہے۔ دُعا کے لیے خُدا کی شرائط کو پُورا کریں اور وہ آپ جواب دے گا۔ خُدا کا جواب *ہاں*، ایک *تاخیر شدہ ہاں*، یا *نہ* ہو سکتا ہے۔ وہ آپ کے مانگنے یا آپ کی سوچ سے زیادہ دے سکتا ہے، اِفسیوں ۳: ۲۰۔ خُدا کی تاخیر کی وجہ اِس لئے ہوسکتی ہے شاید اُس نے جواب کے لئے آپ کو یا دُوسروں کو تیار کرنا ہو۔ یا شاید اُس کا جواب آخر *نہ میں ہی ہو۔* اُس پر اور اُس کے جواب پر مکمل بھروسا رکھتے ہُوئے دُعا کریں۔

آپ کے مقاصد اہم ہیں۔ *"تُم مانگتے ہو اور پاتے نہیں اِس لئے کہ بُری نِیّت سے مانگتے ہو تا کہ اپنی عَیش و عِشرت میں خرچ کرو۔"* (یعقوب ۴: ۳)۔

شوہر اپنی بیوی سے محبت رکھے۔ بائبل کی تعلیم ہے کہ، شوہر اپنی بیوی سے ایسے ہی محبت رکھے جیسے مسیح نے کلیسیا سے محبت رکھی، اُس کی قدر کرے، اُسے سمجھے، اور اُسے زِندگی کی بخشش کی برابر کی وارث جان کر اُسے عزت دے، *"تا کہ تُمہاری دُعائیں رُک نہ جائیں۔"* (۱-پطرس ۳: ۷)۔

دُوسروں کو معاف کریں۔ معاف نہ کرنا آپ کی دُعاؤں کو روک دیتا ہے۔ دُوسروں کے لیے آپ کی معافی اُس معافی کو ظاہر کرتی ہے جِس کی آپ کو خُدا سے توقع کرنی چاہیے، مرقس ۱۱: ۲۵، متی ۵: ۲۳-۲۴، ۶: ۱۲-۱۵۔ راست باز بنیں۔

خُدا کے سامنے رُوحانی طور پر صاف رہیں اور پھر آپ کی دُعائیں بہت کچھ حاصل کرسکتی ہیں۔ *"راست کار کی دُعا اُس کی خُوشنُودی ہے"* (اِمثال ۱۵: ۸)۔ تاہم، جو کان پھیر لیتا ہے کہ شرِیعت کو نہ سُنے *"اُس کی دُعا بھی نفرت انگیز ہے۔"* اَمثال ۲۸: ۹۔ خُدا آپ کی حفاظت کرتا ہے، تیار کرتا ہے اور آپ کو کامل کرتا ہے۔ اِنکار اور تاخیر آپ کی بھلائی کے لیے ہوسکتی ہے۔

جب آپ کو معلوم نہ ہو کہ جو چیز آپ مانگ رہے ہیں وہ آپ کو نقصان دے گی تو خُدا آپ کی حفاظت کرتا ہے۔ خُدا آپ کی بابت آپ سے بہتر جانتا ہے۔ بعض اوقات خُدا اِس لئے نہ کہہ دیتا ہے کیونکہ وہ آپ کے مستقبل سے واقف ہے اور جانتا ہے کہ آپ کے لئے کیا بہتر ہے۔ بعض اوقات اُس کے جواب میں اِس لئے دیر ہوتی ہے کہ آپ اُس کے واسطے تیار نہیں ہوتے۔ بعض اوقات اُس کی طرف سے اِنکار یا تاخیر آپ کے اِیمان کو مضبوط کرنے کے لئے ہوتی ہے۔ خُدا کے جوابات کو اِیمان اور شکر گزاری کے ساتھ قبول کریں۔ خُدا کو پتا ہوتا ہے کہ وہ کیا کر رہا ہے۔ خُدا سے بات کریں۔ وہ سُن رہا ہے۔ دُعا کریں۔

"ہر ایک بات میں شُکر گُذاری کرو کیونکہ مسیح یسُوع میں تُمہاری بابت خُدا کی یہی مرضی ہے۔" ۱-تھسلنیکیوں ۵: ۱۸۔

مَیں دُعا کیسے کرُوں؟ ©۲۰۲۶ از جان ڈی مورس سوم، جسے Acts One Eight نے شائع کیا ہے۔ آپ کو مکمل آزادی ہے کہ اِس مواد کو بغیر کوئی تبدیلی کئے پرنٹ کر سکتے ہیں، کاپی کر سکتے ہیں، ارسال کر سکتے ہیں، ای میل کر سکتے ہیں یا پیغام بھیج سکتے ہیں۔ آپ صفحہ اوّل کے اُوپری حصے میں اپنی منسٹری یا چرچ کا نام یا لوگو شامل کر سکتے ہیں اور صفحہ دوم کے آخر میں ٹھوس لائن کے اُوپر اپنی رابطہ کی معلومات شامل کر سکتے ہیں۔ Prayer316 صرف بائبل مُقدّس پر مبنی ہے۔ اِس کا مقصد لوگوں کی رُوحانی نشوونما میں مدد کرنا ہے تا کہ وہ یسُوع پر محض ایمان لانے سے آگے بڑھ سکیں۔ آپ Acts One Eight (اگر ممکن ہو تو انگریزی میں) کو ای میل کر سکتے ہیں: *Hello@Mail316.org* ترجمہ کی خِدمات www.ChristianLingua.com کی جانب سے فراہم کی گئی ہیں۔ *مَیں دُعا کیسے کرُوں؟* *www.Sacrifice316.org* پر ۴۸ زبانوں میں دستیاب ہے۔ اردو ورژن میں حوالہ جات نظر ثانی شدہ اردو بائبل © پاکستان بائبل سوسائٹی، ۱۹۷۰، ۲۰۱۰ سے لیے گئے ہیں۔ اِس اردو ترجمے میں بائبل کے حوالے حسبِ ذیل ہیں: