कुछ चीज़ें केवल उपवास के माध्यम से बाहर आती हैं

NURU YA UPENDO www.wingulamashahidi.org | 1

कुछ लड़ाइयाँ जीवन में केवल सामान्य प्रार्थना से नहीं जीती जा सकतीं—इनमें उपवास की आवश्यकता होती है। जब शिष्यों ने एक शैतान को बाहर नहीं निकाल पाया, तो यीशु ने इस सत्य की पुष्टि की। उन्होंने कहा कि

“आध्यात्मिक अधिकार प्रार्थना और उपवास से मजबूत होता है।”

यह दिखाता है कि उपवास केवल शारीरिक अनुशासन नहीं है; यह एक आध्यात्मिक अस्त्र है जो परमेश्वर के साथ हमारे संबंध को गहरा करता है और शरीर की कमजोरी को कमजोर करता है।

“उपवास” का अर्थ है किसी चीज़ से परहेज करना या उसे रोकना। आध्यात्मिक रूप में, इसका मतलब है प्राकृतिक इच्छाओं या व्याकुलताओं से जानबूझकर दूर होना ताकि पूरा ध्यान केवल परमेश्वर पर केंद्रित रहे।

1. मुर्गी की शिक्षा: आध्यात्मिक इंक्यूबेशन का चित्र

एक मुर्गी को बच्चों को जन्म देने से पहले लगभग इक्कीस दिनों का इंक्यूबेशन समय लगता है। केवल अंडे देना पर्याप्त नहीं है—एक

कुछ चीज़ें केवल उपवास के माध्यम से बाहर आती हैं

NURU YA UPENDO www.wingulamashahidi.org | 2

स्थिरता और गर्मी का समय आवश्यक है।

वह अत्यधिक खाना, इधर-उधर घूमना, या अन्य मुर्गियों के साथ खेलना बंद कर देती है। उसका ध्यान केवल जीवन को पोषित करने
पर होता है जब तक वह जन्म नहीं ले लेता।

अगर वह लापरवाह हो जाए और अंडों को छोड़ दे, तो वे ठंडे होकर मर जाते हैं। इसी प्रकार, विश्वासियों को “आध्यात्मिक इंक्यूबेशन” के लिए अलग होना चाहिए—एक अवधि जिसमें प्रार्थना और उपवास के माध्यम से आत्मा में नई चीज़ें जन्म लेती हैं।

“जैसे ही सियोन में प्रसव हुआ, उसने अपने बच्चों को जन्म दिया।”
(यशायाह 66:8, NKJV)

कोई नई आध्यात्मिक जीवन बिना संघर्ष के नहीं पैदा हो सकता।

2. उपवास: अलगाव का जीवन

कुछ चीज़ें केवल उपवास के माध्यम से बाहर आती हैं

NURU YA UPENDO www.wingulamashahidi.org | 3

उपवास केवल भोजन से परहेज नहीं है; यह अलगाव और ध्यान का जीवनशैली है।

जैसा कि एक छात्र जो उत्कृष्टता चाहता है, उसे कुछ दरवाजे
बंद करने पड़ते हैं। वह दूरस्थ विद्यालय जाता है, आराम, मनोरंजन और पारिवारिक जीवन को महीनों के लिए छोड़ देता है।

जैसा कि यीशु ने कहा:

“कोई भी दो स्वामियों की सेवा नहीं कर सकता; क्योंकि या तो
वह एक से घृणा करेगा और दूसरे से प्रेम करेगा, या फिर वह एक
के प्रति वफादार रहेगा और दूसरे की अवमानना करेगा।”
(मत्ती 6:24, NKJV)

एक क्षेत्र में महारत पाने के लिए, दूसरे को त्यागना आवश्यक है। यही आध्यात्मिक उपवास का सार है—परमेश्वर को सब कुछ पर प्राथमिकता देना।

कुछ चीज़ें केवल उपवास के माध्यम से बाहर आती हैं

NURU YA UPENDO www.wingulamashahidi.org | 4

3. उपवास से आध्यात्मिक शक्ति और स्पष्टता

कई विश्वासियों को पाप पर विजय नहीं मिलती, न कि परमेश्वर की कमजोरी के कारण, बल्कि इसलिए कि उन्होंने विनाशकारी स्रोतों को बंद नहीं किया—जैसे अस्वाभाविक संगति, अमोरल मीडिया या सांसारिक बातचीत।

“भूल न जाओ: बुरी संगति अच्छी आदतों को भ्रष्ट करती है।”
(1 कुरिन्थियों 15:33, NKJV)

उपवास हमारी आत्मा को शांति देता है और हमें पवित्र आत्मा की आवाज़ सुनने के लिए तैयार करता है।

यीशु ने स्वयं इसका उदाहरण दिया जब उन्होंने 40 दिन जंगल में उपवास किया।

“तब यीशु आत्मा की शक्ति में गलील लौटे।”
(लूका 4:14, NKJV)

कुछ चीज़ें केवल उपवास के माध्यम से बाहर आती हैं

NURU YA UPENDO www.wingulamashahidi.org | 5

शक्ति पूजा और समर्पण के बाद आती है।

4. उपवास और परमेश्वर के वचन की समझ

कई लोग बाइबल पढ़ते हैं लेकिन समझ नहीं पाते क्योंकि उनके हृदय संसारी व्याकुलताओं से भरे होते हैं।

“अपने आप को परमेश्वर के प्रति प्रमाणित करने में परिश्रमी
बनो, सत्य के वचन को सही ढंग से विभाजित करने वाला, ऐसा कार्यकर्ता जो लज्जित न हो।”
(2 तीमुथियुस 2:15, NKJV)

उपवास से हृदय शांत होता है और पवित्र आत्मा शिक्षा देता है।

“परमदूत, पवित्र आत्मा… तुम्हें सभी चीज़ें सिखाएगा और तुम्हें मेरी कही हुई सभी बातें याद दिलाएगा।”
(यूहन्ना 14:26, NKJV)

कुछ चीज़ें केवल उपवास के माध्यम से बाहर आती हैं

NURU YA UPENDO www.wingulamashahidi.org | 6

5. परमेश्वर द्वारा स्थापित चीज़ों की सुरक्षा

विश्वासियों को अक्सर आध्यात्मिक आग खो देने का कारण यह है कि वे वचन की सुरक्षा नहीं करते।

“जो कांटों में बोए गए, वे लोग हैं जो वचन सुनते हैं, लेकिन संसार की चिंताएं, धन की छलकपट, और अन्य चीज़ों की इच्छाएँ
उसे दबा देती हैं और वह निष्फल हो जाता है।”
(मार्क 4:18–19, NKJV)

6. उपवास से आध्यात्मिक ध्यान का पुनर्स्थापन

“आत्मा को बुझाओ मत।”
(1 थेस्सलोनियों 5:19, NKJV)

उपवास हृदय की संवेदनशीलता को तेज करता है और पवित्र आत्मा की आग जलती रहती है।

कुछ चीज़ें केवल उपवास के माध्यम से बाहर आती हैं

NURU YA UPENDO www.wingulamashahidi.org | 7

7. अंतिम दिनों में धैर्य बनाए रखने की पुकार

“इसलिए सतर्क रहो और हमेशा प्रार्थना करो कि तुम इन सभी चीज़ों से बचने योग्य समझे जाओ और मनुष्य के पुत्र के सामने खड़े हो सको।”
(लूका 21:36, NKJV)

“देखो, मैं शीघ्र आ रहा हूँ! जो कुछ तुम्हारे पास है उसे दृढ़ पकड़ो कि कोई तुम्हारा मुकुट न छीन सके।”
(प्रकाशितवाक्य 3:11, NKJV)

निष्कर्ष

उपवास दंड नहीं है—यह तैयारी है। यह आत्मा के विकास के लिए शरीर को शांत करने की पवित्र क्रिया है।

“जो यहोवा की प्रतीक्षा करते हैं उनकी शक्ति नयी होगी; वे गिद्धों की तरह पंख फैलाएंगे।”

कुछ चीज़ें केवल उपवास के माध्यम से बाहर आती हैं

NURU YA UPENDO www.wingulamashahidi.org | 8

(यशायाह 40:31, NKJV)

आइए हम उपवास को केवल अनुष्ठान के रूप में न लें, बल्कि परमेश्वर के साथ गहरी आत्मीयता की खोज के रूप में अपनाएँ।

“परन्तु यह प्रकार केवल प्रार्थना और उपवास से ही बाहर जाता है।”
(मत्ती 17:21, NKJV)

परमेश्वर हमें आशीर्वाद दे, शक्ति दे और उसके निकटता में नवीनीकरण करे। आमीन।

JIUNGE NA GROUP LETU LA WHATSAPP HAPA >> WHATSAPP GROUP….

Share on:
WhatsApp