



आप व्यक्तिगत आराधना में कैसे भाग ले सकते हैं

“उसकी उपस्थिति की खोज” संदेश श्रृंखला (भाग 3) – व्यक्तिगत आराधना

रविवार का संदेश

संदेश नोट्स, संदेश रूपरेखा और छोटे समूह अध्ययन मार्गदर्शिका

आप व्यक्तिगत आराधना में कैसे भाग ले सकते हैं

“उसकी उपस्थिति की खोज” संदेश श्रृंखला (भाग 3) – व्यक्तिगत आराधना

रविवार का संदेश, 24 मई 2026 – संदेश रूपरेखा

व्यक्तिगत आराधना – अर्थात् आप स्वयं व्यक्तिगत और निजी रूप से परमेश्वर की आराधना करना।

जबकि हम नियमित रूप से सामूहिक आराधना में समय बिताते हैं, हमें व्यक्तिगत आराधना के महत्व और उसके अभ्यास को भी पहचानना चाहिए।

पिता सच्चे आराधकों को खोजता है

यूहन्ना 4:23-24

23 “परन्तु वह समय आता है, और अब है, जब सच्चे आराधक पिता की आराधना आत्मा और सच्चाई से करेंगे, क्योंकि पिता अपने लिये ऐसे ही आराधकों को ढूंढता है।

24 परमेश्वर आत्मा है, और अवश्य है कि उसके आराधक आत्मा और सच्चाई से आराधना करें।”

आराधना के लिए यूनानी शब्द *proskuneō* (उच्चारण: *pros-koo-neh'-o*) का अर्थ है “चूमना”, जैसे कुत्ता अपने स्वामी के हाथ को चाटता है; झुकना, दण्डवत होना, आदर करना, आराधना करना।

यह शब्द दो भागों से बना है:

pros = “की ओर”

kyneō = “चूमना”

इसका सबसे शाब्दिक प्राचीन अर्थ था: “की ओर चूमना।”

बाद में इससे झुकने, घुटने टेकने, दण्डवत होने और किसी महान व्यक्ति के सामने आदर प्रकट करने का अर्थ विकसित हुआ। प्राचीन संसार में लोग राजा, शासक या देवता के सामने सम्मान और समर्पण के चिन्ह के रूप में हाथ, पैर या भूमि को चूमते थे।

इस प्रकार *proskuneō* में श्रद्धा, भक्ति, समर्पण और प्रेमपूर्ण आदर का भाव शामिल है, जो बाहरी और भीतरी दोनों रूपों में प्रकट होता है।



आप व्यक्तिगत आराधना में कैसे भाग ले सकते हैं

“उसकी उपस्थिति की खोज” संदेश श्रृंखला (भाग 3) – व्यक्तिगत आराधना

रविवार का संदेश

संदेश नोट्स, संदेश रूपरेखा और छोटे समूह अध्ययन मार्गदर्शिका

उसकी उपस्थिति में आना

भजन संहिता 95:1-8

- 1 आओ, हम यहोवा के लिये जयजयकार करें; अपनी मुक्ति की चट्टान का आनन्द से जयजयकार करें।
- 2 धन्यवाद करते हुए उसके सम्मुख आएँ; भजनों के साथ आनन्द से उसका जयजयकार करें।
- 3 क्योंकि यहोवा महान परमेश्वर है, और सब देवताओं के ऊपर महान राजा है।
- 4 पृथ्वी की गहराइयाँ उसके हाथ में हैं, और पहाड़ों की ऊँचाइयाँ भी उसी की हैं।
- 5 समुद्र उसका है, क्योंकि उसने उसे बनाया; और स्थल को उसके हाथों ने रचा।
- 6 आओ, हम दण्डवत करें और झुकें; अपने सृजनहार यहोवा के सामने घुटने टेकें।
- 7 क्योंकि वही हमारा परमेश्वर है, और हम उसकी चराई की प्रजा और उसके हाथ की भेड़ें हैं। आज यदि तुम उसका शब्द सुनो,
- 8 तो अपने हृदय को कठोर न करो...

ध्यान दें कि उसकी उपस्थिति में आते समय कितनी अलग-अलग क्रियाएँ दिखाई देती हैं: गाना, जयजयकार करना, धन्यवाद देना, आराधना करना, झुकना, घुटने टेकना, उसकी आवाज़ सुनना।

भजन संहिता 95:6 में “आराधना” के लिए प्रयुक्त इब्रानी शब्द *shāchāh* है।

proskuneō की तरह इसका मूल अर्थ भी है: झुकना, दण्डवत होना, आदर में स्वयं को नम्र करना।

ध्यान दें कि यह पद हमें उसकी आवाज़ सुनने तक ले जाता है। जब हम उसकी उपस्थिति में आराधना करते हैं, तब हम उससे मिलते हैं। हम अक्सर उसकी आवाज़ सुनते हैं। बुलाहट यह है कि हम अपने हृदय को कठोर न करें, बल्कि प्रभु की आवाज़ को ग्रहण करें और उसका पालन करें।

व्यक्तिगत आराधना में हम निजी रूप से वही अभ्यास करते हैं जो हम सामूहिक रूप से करते हैं

हम में से बहुत लोग सामूहिक आराधना से परिचित हैं — अर्थात् जो हम सब मिलकर करते हैं। लेकिन व्यक्तिगत आराधना में हम परमेश्वर की व्यक्तिगत और निजी आराधना करते हैं। हम गाते हैं, स्तुति करते हैं, आराधना करते हैं, झुकते हैं, हाथ उठाते हैं — अपने कमरे में या अपने हृदय की एकांतता में — सीधे परमेश्वर के लिए।

हमारी वेदी कोई स्थान नहीं, बल्कि एक व्यक्ति है — यीशु मसीह

इब्रानियों 13:10,15

10 हमारे पास ऐसी वेदी है जिससे तम्बू की सेवा करने वालों को खाने का अधिकार नहीं।



आप व्यक्तिगत आराधना में कैसे भाग ले सकते हैं

“उसकी उपस्थिति की खोज” संदेश श्रृंखला (भाग 3) – व्यक्तिगत आराधना

रविवार का संदेश

संदेश नोट्स, संदेश रूपरेखा और छोटे समूह अध्ययन मार्गदर्शिका

15 इसलिए हम उसके द्वारा स्तुति का बलिदान अर्थात् अपने होंठों का फल, जो उसके नाम का धन्यवाद करते हैं, निरन्तर परमेश्वर को चढ़ाएँ।

इब्रानियों का लेखक पुराने नियम की वेदी और नए नियम की वेदी के बीच अंतर बताता है।

हमारी वेदी कोई स्थान नहीं है — न कोई कलीसिया भवन, न कोई विशेष जगह — बल्कि स्वयं प्रभु यीशु मसीह हैं। वही हमारी वेदी हैं। और “उसी के द्वारा” हम परमेश्वर को स्तुति और आराधना का बलिदान चढ़ाते हैं।

व्यवस्थाविवरण 27:5-6 में परमेश्वर ने मूसा के द्वारा अपनी प्रजा को निर्देश दिया कि वेदी केवल पूरे पत्थरों से बनाई जाए — ऐसे पत्थर जिन पर लोहे का कोई औज़ार न चला हो। यह हमें बताता है कि परमेश्वर को स्वीकार्य वेदी वही है जिसे वही स्वयं प्रदान करता है, न कि जो मनुष्य के हाथों से बनाई गई हो। प्रभु यीशु वही सिद्ध वेदी हैं जिन्हें परमेश्वर ने हमारे लिए प्रदान किया।

हम किसी भी समय, कहीं भी, किसी भी स्थान पर आराधना कर सकते हैं

क्योंकि हमारी वेदी यीशु का व्यक्तित्व है, इसलिए हम किसी भी समय, कहीं भी, किसी भी स्थान पर आराधना कर सकते हैं।

और क्योंकि हम आत्मा और सच्चाई में आराधना करते हैं, इसलिए हम किसी अन्य मनुष्य पर निर्भर नहीं होते।

अपने हृदय में आराधना करने का अभ्यास करें

हमें हर समय आराधनापूर्ण हृदय रखने और निजी रूप से परमेश्वर की आराधना करने का अभ्यास सीखना चाहिए।

इफिसियों 5:18-21

18 दाखमधु से मतवाले न बनो, क्योंकि इससे लुचपन होता है; पर आत्मा से परिपूर्ण होते जाओ।

19 भजन, स्तुतिगान और आत्मिक गीत गाकर और अपने मन में प्रभु के लिये गुनगुनाते हुए,

20 हमारे प्रभु यीशु मसीह के नाम से सदा सब बातों के लिये परमेश्वर पिता का धन्यवाद करते रहो।

21 और परमेश्वर के भय में एक दूसरे के आधीन रहो।

जब हम आत्मा से परिपूर्ण जीवन जीते हैं, तो उसका एक परिणाम यह होता है कि हमारा हृदय प्रभु के लिये स्तुति, आराधना और धन्यवाद से भर जाता है।

कुछ व्यावहारिक सुझाव:



आप व्यक्तिगत आराधना में कैसे भाग ले सकते हैं

“उसकी उपस्थिति की खोज” संदेश श्रृंखला (भाग 3) – व्यक्तिगत आराधना

रविवार का संदेश

संदेश नोट्स, संदेश रूपरेखा और छोटे समूह अध्ययन मार्गदर्शिका

हर अवसर पर उसका धन्यवाद करें।
आराधना गीत सुनें और साथ में गाएँ।
अपने कमरे की एकांतता में उसकी आराधना करें।
यदि आप कोई वाद्य यंत्र बजाते हैं, तो अपने कमरे में बजाते और गाते हुए उसकी आराधना करें।

जब हम व्यक्तिगत आराधना करते हैं तो क्या होता है?
जो कुछ हम सामूहिक आराधना में अनुभव करते हैं, वही सब निजी रूप से भी हमारे जीवन में होने लगता है।

आइए कुछ परिणामों को देखें:

परमेश्वर हमारी स्तुति में वास करता है

भजन संहिता 22:3

“तू तो पवित्र है, और इस्राएल की स्तुतियों के बीच विराजमान रहता है।”

जब हम स्तुति और आराधना करते हैं, तब परमेश्वर हमारे जीवन में वास करता है, राजा के रूप में राज्य करता है और अपना शासन स्थापित करता है। व्यक्तिगत आराधना करते समय हम उसके राज्य की सामर्थ्य और महिमा को अपने जीवन में प्रकट होते हुए देख सकते हैं।

हम उससे मिलते हैं, हम उसकी आवाज़ सुनते हैं

जैसा कि हमने भजन संहिता 95:1-8 में देखा, हम उसकी आवाज़ का अनुभव करते हैं।

जब हम स्तुति और आराधना करते हैं, तब शत्रु रोक दिया जाता है

भजन संहिता 8:1-2

1 हे यहोवा, हमारे प्रभु, सारे पृथ्वी पर तेरा नाम कितना महान है! तूने अपना तेज आकाश के ऊपर रखा है।
2 तूने बालकों और दूध पीते बच्चों के मुँह से सामर्थ्य ठहराई है, अपने विरोधियों के कारण, ताकि शत्रु और बदला लेने वाले को चुप करा दे।

“सामर्थ्य ठहराई” — मत्ती 21:16 में यीशु ने इसका अर्थ “सिद्ध स्तुति” बताया।

भजन संहिता 149:5-9



आप व्यक्तिगत आराधना में कैसे भाग ले सकते हैं

“उसकी उपस्थिति की खोज” संदेश श्रृंखला (भाग 3) – व्यक्तिगत आराधना

रविवार का संदेश

संदेश नोट्स, संदेश रूपरेखा और छोटे समूह अध्ययन मार्गदर्शिका

- 5 भक्त लोग महिमा में आनन्दित हों; वे अपने बिस्तरों पर भी जयजयकार करें।
- 6 परमेश्वर की ऊँची स्तुति उनके मुँह में हो, और दोधारी तलवार उनके हाथ में,
- 7 ताकि जातियों से बदला लें और लोगों को दण्ड दें,
- 8 उनके राजाओं को जंजीरों में और उनके रईसों को लोहे की बेड़ियों में बाँधें,
- 9 और उन पर लिखा हुआ न्याय पूरा करें। यह उसके सब भक्तों का सम्मान है। यहोवा की स्तुति करो!

स्पष्ट है कि भजन 149 वास्तव में राजाओं और अधिकारियों को शारीरिक रूप से बाँधने की बात नहीं कर रहा। यह एक आत्मिक वास्तविकता है, जो तब घटित होती है जब हम अपने परमेश्वर की स्तुति और आराधना करते हैं।

क्या आप जानबूझकर व्यक्तिगत आराधना को अपने भक्ति जीवन का हिस्सा बनाएँगे? समय निकालें और व्यक्तिगत तथा निजी रूप से उसकी आराधना करें।