HOW TO **PRAY**

دُعا کیسے کریں

شخصی دعا کیلئے ایک عملی منصوبہ

ڈک ایسٹ مین

دُعا کیسے کریں

شخصی دعا کیلئے ایک عملی منصوبہ

ڈک ایسٹ مین

Not For Sale

دُعا کیسے کریں

انگریزی کے شاعر لاریٹ اور سیاستدان الفریڈ لارڈ ٹینیسن نے لکھا ہے کہ ''زیادہ تر چیزیں جن کی دنیا نے کبھی خواہش کی ہے دُعا کے ذریعے حاصل کی جاسکتی ہیں۔'' وہ مزید لکھتے ہیں۔ ''اس لئے دن رات آپ کی آواز ایک فوارہ کی طرح بلند ہونی چاہئے۔'' جان ویزلے اٹھارہویں صدی کے میتھوڈسٹ چرچ کے بانی اور ماہر علم الٰہیات نے کہا: ''خُدا دُعا کے بغیر کچھ نہیں کرتا اور اسی کے ذریعے سب کچھ کرتا ہے۔'' اے ٹی پیرسن نے انیسویں صدی کے اختتام پر یہ لکھا: ''اگر یکساں طور پر نہیں تو عمومی طور پر دُعا ہر اُس تحریک کا نقطہ آغاز اور مقصد رہی ہے جس میں مستقل ترقی کے عناصر پائے جاتے ہیں۔ جہاں کہیں بھی کلیسیا بڑھتی ہے اور دنیا کی مکاری قید ہوتی ہے وہاں کوئی نہ کوئی کسی نہ کسی جگہ دُعا کر رہا ہوتا ہے۔'' دُعا کے موضوع پر ان طاقتور تاریخی بیانات سے آگے بڑھ کر خُدا کی جانب سے ایک عظیم وعدہ ہمارے سامنے آتا ہے جو یرمیاہ نبی سے کیا گیا تھا: ''مجھے پکار اور میں تجھے جواب دوں گا اور بڑی بڑی اور گہری باتیں جن کو تو نہیں جانتا تجھ پر ظاہر کروں گا۔'' (یرمیاہ ۳۳:۳)

مسیح یسوع میں ایک ایماندار کے بڑھنے کیلئے شخصی دُعا سے بڑھ کر کچھ بھی

اہم نہیں ۔ یہ کتابچہ ایک شخصی دُعائیہ منصوبہ تیار کرنے میں آپ کی مدد کرے گا تا کہ دُعا آپ کی روزمرہ زندگی کا عملی حصہ بن جائے۔ پولس رسول پہلی صدی کے افسیوں کے ایمانداروں سے روحانی لڑائی لڑنے کا کہتے ہوئے اپنی بات کا خلاصہ ایک متوازن دُعائیہ زندگی کی اہمیت پر زور دیتے ہوئے کرتا ہے۔ پھر وہ ''خُدا کے سب ہتھیار'' باندھ لینے کی اہمیت بیان کرتے ہوئے مزید کہتا ہے ''اور ہر وقت اور ہر طرح سے روح میں دُعا اور منت کرتے رہو۔'' (افسیوں ۱۸:۶) ''ہر طرح سے دُعا'' کا مطلب ہے'' دُعا اور عاجزانہ التماس کا ہر طریقہ'' جو استعمال کیا جا سکے۔

پولُس رسول یہ تجویز کر رہا تھا کہ دُعا خُدا کے ساتھ ایک روحانی آمنا سامنا ہے جس میں اپنی ذاتی برکات کی مانگ کرنے سے کچھ زیادہ شامل ہے۔ شاید پولُس رسول کے زمانے کے زیادہ تر لوگوں کی دُعا کا مرکز خُدا سے چیزیں مانگنا (شخصی برکات) تھا اور وہ چاہتا تھا کہ لوگ یہ جانیں کہ دُعا شخصی برکات کی مانگ سے کہیں زیادہ بڑھ کر ہے۔ متوازن دُعا وہ ہے جس میں کلام مقدس میں پیش کئے گئے دُعا کے تمام پہلو اور اقسام شامل ہوں۔ ذیل میں عملی دُعا کے مختلف پہلوؤں کی بائبلی تشریح بیان کی گئی ہے تا کہ آپ اپنے روزمرہ شخصی دُعائیہ وقت میں آسانی سے اِس کا اطلاق سکیں۔

مکمل دُعا کے اقدام

ذیل میں دیئے گئے دُعائیہ خاکے میں دُعا کے ۱۲ مختلف پہلو شامل کئے گئے ہیں۔ ایک پہلو کیلئے روزانہ صرف پانچ منٹ مختص کرنے سے دُعا میں بڑی آسانی سے ایک گھنٹہ صرف کیا جا سکتا ہے۔ یاد کریں کہ صلیب پر جان دینے سے کچھ دیر پہلے یسوع مسیح اپنے شاگردوں سے کہہ رہا تھا ''کیا تم میرے ساتھ ایک گھڑی بھی نہ جاگ سکے۔'' (متی ۲۶:۴۰)۔ اگر یسوع مسیح آپ سے بھی یہی سوال پوچھے تو آپ اِس منصوبہ کو استعمال کرتے ہوئے (ہر روز) اُس کو ''ہاں'' میں جواب دے سکتے ہیں۔

کیونکہ نوشتے ہمیں بتاتے ہیں کہ ''دو یا تین گواہوں کی زبان سے ہر ایک بات ثابت ہو جائے گی۔'' (۲ کرنتھیوں ۱۳:۱)۔ ذیل کے خاکہ میں تین ''گواہی کے اقتباس'' شامل ہیں جن سے دُعا کے اِن پہلوؤں کی حمایت ہوتی ہے۔

۱۔ حمد و تعریف: الٰہی تعظیم کا عمل

خُداوند کی حمد و تعریف کیلئے دُعا کا ایک خاص وقت مختص کرنے کے بارے میں کتابِ مُقدس میں کافی شواہد ملتے ہیں۔ دراصل کتابِ مُقدس میں حمد و تعریف کی نسبت دُعا کے بارے میں زیادہ بیان ملتا ہے۔ نوشتوں کے مطالعہ

سے یہ بھی ثابت ہوتا ہے کہ اس سے پہلے کہ دُعا کا کوئی اور پہلو استعمال کیا جائے دُعا کا آغاز حمد وتعریف سے ہونا چاہیئے۔

گواہی کے اقتباسات:

دُعا کے اس پہلے پہلو کے بارے درج ذیل گواہی کے اقتباسات پر غور کریں۔

ا۔ متی ۹:۶ ''اے ہمارے باپ تو جو آسمان پر ہے۔ تیرا نام پاک مانا جائے۔''
ہم دیکھتے ہیں کہ ہمارے نجات دہندہ کی سکھائی گئی دُعا کا آغاز ''الٰہی تعظیم'' کے لمحات سے ہوتا ہے۔

ب۔ زبور ۶۳:۳ ''کیونکہ تیری شفقت زندگی سے بہتر ہے۔ میرے ہونٹ تیری تعریف کریں گے۔

ج۔ عبرانیوں ۱۳:۱۵ ''پس ہم اُس کے وسیلہ سے حمد کی قربانی یعنی اُن ہونٹوں کا پھل جو اُس کے نام کا اقرار کرتے ہیں خُدا کیلئے ہر وقت چڑھایا کریں۔''

حمد کرنا بنیادی طور پر خُدا کی الٰہی فطرت کو زبان سے تسلیم کرنا ہے۔ حمد لفظ فرانسیسی زبان کے لفظ presier سے ماخوذ ہے جس کے معنیٰ ''انعام دینا'' یعنی کسی چیز کو انعام دینا یا کسی چیز کو اعلیٰ درجے کی قدر دینا ہے۔ سو حمد کا مطلب خُدا کو اپنی زبان سے ''انعام'' دینا ہے۔ حمد سے ہماری دُعا میں خُدا کی حضوری

آ جاتی ہے کیونکہ زبورنویس کہتا ہے ''تو جو اسرائیل کی حمد وثنا پر تخت نشین ہے۔''
(زبور ۲۲:۳)۔ یہاں یہ کہا جا رہا ہے کہ جب ہم اُس کی حمد کرتے ہیں تو خُدا
ہماری دُعا میں موجود ہوتا اور سکونت کرتا ہے۔ اِس سے پہلے کہ دُعا میں خُدا سے
کچھ مانگا جائے، آیئے اُس کی مہربانیوں اور الٰہی صفات کو تسلیم کریں۔ اُس کی
حمد اُس کے شایان شان کریں۔

۲۔ انتظار: ہتھیار ڈال دینے کا عمل

دُعا کرتے وقت ہمیں چاہیئے کہ خُدا کی حضوری میں ایک پاکیزہ خاموشی
کو فروغ دیں۔ انتظار کرنا دراصل خاموشی سے عبادت کرنے کا ایک کشادہ
وقت ہے۔ کتابِ مُقدس اکثر خُدا کا انتظار کرنے کی بات کرتی ہے۔

گواہی کے اقتباسات:

ا۔ یسعیاہ ۴۰:۳۱ ''لیکن خُداوند کا انتظار کرنے والے ازسرنو زور حاصل
کریں گے۔''

ب۔ زبور ۱۳۰:۵،۶ ''میں خُداوند کا انتظار کرتا ہوں ۔۔۔۔۔۔ ہاں صبح کا
انتظار کرنے والوں سے کہیں زیادہ میری جان خُداوند کی منتظر ہے۔''

ج۔ زبور ۴۶:۱۰ ''خاموش ہو جاؤ اور جان لو کہ میں خُدا ہوں۔ میں قوموں

کے درمیان سر بلند ہوں گا۔‘‘

’’انتظار‘‘ بہت اہم ہے کیونکہ یہ عبادت کی ایک وضع ہے جس سے ہمیں اپنے ذہنوں کو خُدا پر مرکوز کرنے میں مدد ملتی ہے۔ اِس سے ہمارے دُعائیہ وقت میں خُدا کی ’’سلامتی‘‘ آتی ہے۔ کلام مقدس کہتا ہے، ’’جس کا دل قائم ہے تو اُسے سلامت رکھے گا کیونکہ اُس کا توکل تجھ پر ہے۔‘‘ (یسعیاہ ۲۶ : ۳)۔

انتظار کرنا، حمد کرنے سے مختلف ہے۔ حمد کرنے میں ہم خُدا کی الٰہی فطرت پر ’’زبان سے مرکوز‘‘ ہوتے ہیں۔ جبکہ انتظار کرنا خُدا کی محبت بھری فطرت کے پہلو پر ’’خاموشی سے عبادت پر مرکوز‘‘ ہونے کا وقت ہے۔

۳۔ اقرار: اعلانیہ اعتراف کا عمل

اپنی شخصی مناجات خُدا کے حضور پیش کرنے اور دوسروں کی ضروریات کیلئے شفاعت کرنے سے بھی پہلے یہ بہت اہم ہے کہ ہم خُدا کے سامنے اپنے گناہوں اور ناکامیوں کا اعتراف کریں۔ اِس سے خُداوند اور ہماری دُعا کے درمیان راستہ صاف ہو جائیگا تا کہ ہماری مناجات سنی جا سکیں۔

گواہی کے اقتباسات:

ا۔ ا۔یوحنا ۱:۹ ’’اگر اپنے گناہوں کا اقرار کریں تو وہ ہمارے گناہوں کے معاف

کرنے اور ہمیں ساری ناراستی سے پاک کرنے میں سچا اور عادل ہے۔"

ب۔ زبور ۶۶: ۱۸ "اگر میں بدی کو اپنے دل میں رکھتا تو خُداوند میری نہ سنتا۔"

ج۔ زبور ۱۳۹: ۲۳، ۲۴ "اے خُدا! تو مجھے جانچ اور میرے دل کو پہچان۔ مجھے آزما اور میرے خیالوں کو جان لے اور دیکھ کہ مجھ میں کوئی بری روش تو نہیں۔۔۔"

جیسے ہی ہم دُعا کے اس پہلو کو شروع کریں ہمیں خُدا سے کہنا چاہئے کہ وہ ہماری پچھلے دن کی ناکامیاں اور خطائیں ہم پر ظاہر کرے۔ جب وہ ہماری ناکامیاں اور خطائیں ہم پر ظاہر کرے تو ہمیں اُن کا اقرار کرنا چاہئے۔ یقیناً اقرار سے خُدا کو نہیں بلکہ ہمیں فائدہ پہنچتا ہے۔ جو گناہ ہم نے کئے ہیں وہ تو انہیں پہلے سے ہی جانتا ہے۔ لیکن وہ نہ صرف یہ چاہتا ہے کہ ہم صاف ہوں بلکہ ہمیں آگاہی ہو کہ ہم کن برائیوں سے صاف ہوئے ہیں تاکہ مستقبل میں اُن برائیوں سے بچ سکیں۔ "اقرار" کرتے وقت یہ خاص طور پر اہم ہے کہ مخصوص گناہوں کا اقرار کیا جائے۔ زبور نویس نے کہا ہے کہ، "میں اپنی بدی کو ظاہر کرونگا۔" (زبور ۳۸: ۱۸)

اقرار کے لفظی معنی خُدا کے ساتھ کسی معاملہ پر "اتفاق کرنا" ہے۔ جب ہم اپنے گناہوں کا اقرار کرتے ہیں تو گناہ کے بارے میں کتابِ مُقدس کے

بیان اور پاک روح کے ذریعے مخصوص گناہ کے ظاہر کئے جانے سے اتفاق کرتے ہیں۔جیسے خُدا کے قدیم کاہن ہیکل کو ہر طرح کی آلودگی سے پاک کرنے کیلئے (دیکھیں ۲ تواریخ ۲۹ باب) اندر جاتے تھے اُسی طرح دُعا کے دوران ہمیں بھی اپنی روحانی ہیکل میں آلودگیوں کی جانچ اورتلاش کرنی چاہئے۔اِس طرح کی جانچ ہمیں ''ہر طرح کی جسمانی آلودگی'' (۲ کرنتھیوں ۷:۱) کو پاک کرنے میں مدد دیتی ہے۔

۴۔کلام: ایمان کی تخصیص کا عمل

چونکہ خُدا کا کلام ایمان میں اضافہ کرتا ہے(رومیوں ۱۰:۱۷)،اسلئے اگر ہماری شفاعت اورمناجات کی بنیاد خُدا کے کلام پر ہوگی تو ہم ایمان کو اپنی دُعا میں مزید جگہ دے سکتے ہیں۔

گواہی کے اقتباسات:

ا۔ یرمیاہ ۲۳:۲۹ ''کیا میرا کلام آگ کی مانند نہیں ہے؟ خُداوند فرماتا ہے اور ہتھوڑے کی مانند جو چٹان کو چکنا چور کر ڈالتا ہے؟''

ب۔ ۲ تیمتھیس ۳:۱۶،۱۷ ''ہر ایک صحیفہ جو خُدا کے الہام سے ہے تعلیم اور الزام اور اصلاح اور راست بازی میں تربیت کرنے کیلئے فائدہ مند بھی

ہے۔ تاکہ مردِ خُدا کامل بنے اور ہر ایک نیک کام کیلئے بالکل تیار ہو جائے۔"

ج۔ زبور ۵۸:۱۱۹ "میں پورے دل سے تیرے کرم کا خواہاں ہوا۔ اپنے کلام کے مطابق مجھ پر رحم کر۔"

غور کریں کہ زبور نویس زبور ۵۸:۱۱۹ میں خُدا کو اُس کے وعدے یاد دلاتا ہے۔ جب کبھی بھی ہم خُدا کے کلام کو اپنی دُعا میں شامل کرتے ہیں تو چارلس سپرجن کے کہنے کے مطابق ہم خُدا کے وعدوں کی وکالت کرتے ہوئے اُسے کہتے ہیں کہ ہماری دُعاؤں کے تعلق سے اپنے کلام کی لاج رکھنا۔ اِس طرح کی دُعا سے خُدا کو خوشی ملتی ہے اور اِس سے یہ نشاندہی ہوتی ہے کہ ہم واقعی اُس کے وعدوں پر یقین رکھتے ہیں۔

کلام سے آراستہ دُعا

کلامِ مُقدس اکثر اس ضمن میں فرماتا ہے کہ نوشتے کس طرح مسیحی زندگی میں قوت کا اضافہ کرتے ہیں۔ ا۔ تھسلنیکیوں ۲: ۱۳ کی مثال پر غور کریں۔ "اِس واسطے ہم بھی بلا ناغہ خُدا کا شکر کرتے ہیں کہ جب خُدا کا پیغام ہماری معرفت تمہارے پاس پہنچا تو تم نے اُسے آدمیوں کا کلام سمجھ کر نہیں بلکہ (جیسا حقیقت میں ہے) خُدا کا کلام جان کر قبول کیا اور وہ تم میں جو ایمان لائے ہو

تاثیر بھی کر رہا ہے۔''

ا۔ تھسلنیکیوں ۲: ۱۳ میں یونانی لفظ جس کا ترجمہ ''تاثیر کرنا'' ہے لفظ energeo سے ماخوذ ہے جس کے لفظی معنیٰ ''اندرونی قوت'' کے ہیں۔ جب ہم نوشتوں کو اپنی دُعا میں شامل کرتے ہیں تو حقیقت میں ہم خُدا کی الٰہی energeo یعنی ''قوت'' کو اپنی مناجات اور شفاعت میں شامل کر رہے ہوتے ہیں۔

۵۔ بیدار رہنا: ذہنی آگاہی کا عمل

مسیح خُداوند اور پولُس رسول دونوں کی تعلیمات کی جانچ سے یہ ثابت ہوتا ہے کہ ''دُعا میں ہوشیار رہنا'' یا ''دُعا میں بیدار'' ہونا بڑی اہمیت کا حامل ہے۔ دُعائیہ اوقات کے دوران ہمیں کچھ وقت مختص کرنا چاہئے، خاص طور سے اپنے اردگرد رونما ہونے والے حالات و واقعات جنہیں خاص دُعا کی ضرورت ہوسکتی ہے دُعا کریں۔ غور کریں کہ کتابِ مُقدس جاگنے یا بیدار رہنے کے بارے میں کیا کہتی ہے۔

گواہی کے اقتباسات:

ا۔ متی ۲۶: ۴۱ ''جاگو اور دُعا کرو تاکہ آزمایش میں نہ پڑو۔''

ب۔ مرقس ۱۳: ۳۳ ’’خبردار! جاگتے اور دُعا کرتے رہو کیونکہ تم نہیں جانتے
کہ وہ وقت کب آئے گا۔‘‘

ج۔ کلسیوں ۴: ۲ ’’دُعا کرنے میں مشغول اور شکرگزاری کے ساتھ اُس
میں بیدار رہو۔‘‘

حقیقی شفاعت کرنیوالوں کو خصوصی طور پر منادی کی ضروریات کے مطابق روحانی آگاہی کی بڑھوتی یا چوکسی کو فروغ دینا چاہیئے۔ اسے ’’بیداری‘‘ کہا جاتا ہے۔

چوکسی کے معنی ’’اپنے اردگرد رونما ہونے والے حالات کو مدنظر رکھتے ہوئے صحیح ردِعمل دینا‘‘ ہے۔ بیداری کی تعریف یہ ہے کہ ’’کسی چیز کی رکھوالی کیلئے جاگتے رہنا‘‘، ’’نزدیکی مشاہدہ‘‘ یا ’’ہوشیار رہنا‘‘۔ ہم ایک پاکیزہ ’’دُعائیہ چوکسی‘‘ کو کم از کم تین طریقوں سے فروغ دے سکتے ہیں۔

ا۔ دُنیا میں انجیلی بشارت کی ضروریات سے آگاہ کرنے والے مخصوص مواد
کے پڑھنے سے۔

ب۔ اپنے اردگرد روزمرہ کی خصوصی ضروریات کی ذہنی عکاسی کرنے سے۔

ج۔ پاک روح سے درخواست کرنے سے کہ وہ اُن مخصوص چیزوں کو ہم پر
ظاہر کرے جن کیلئے ہمیں دُعا کرنی چاہیئے۔

جاگتے رہنے یا بیدار رہنے والے مرحلے کی اِس جملے، ''ہوشیار رہنا'' سے بہتر کوئی تعریف نہیں ہوسکتی۔ روحانی طور سے یہ اُسی وقت ممکن ہوگا جب ہم پاک روح کے کام کی اہمیت کو سمجھیں گے جو وہ ہماری دُعاؤں کے وسیلے کرتا ہے۔ پولس رسول ''روح میں دُعا'' (افسیوں ۱۸:۶) کے بارے میں کہتا ہے۔ یہ بہت اہم ہے کہ ہم پاک روح پر بھروسہ کریں تا کہ وہ دُعا کے اِس مرحلہ میں ہماری رہنمائی کرے۔ کتابِ مُقدس میں مرقوم ہے کہ، ''اِسی طرح روح بھی ہماری کمزوری میں مدد کرتا ہے کیونکہ جس طور سے ہم کو دُعا کرنا چاہئے ہم نہیں جانتے مگر روح خود ایسی آہیں بھر بھر کر ہماری شفاعت کرتا ہے جن کا بیان نہیں ہوسکتا۔'' (رومیوں ۲۶:۸)

۶۔شفاعت کرنا: سنجیدہ التجا کا عمل

بیداری کے مرحلے سے آگے بڑھ کر شفاعت کا مرحلہ آتا ہے اور دُعا کا کوئی بھی دور اُس وقت تک مکمل نہیں ہوتا جب تک کچھ وقت دوسروں کی ضروریات کو خُدا کے حضور پیش کرنے میں صرف نہ کیا جائے، خصوصی طور پر اُن روحوں کی ضروریات جن تک انجیل کی بشارت ابھی نہیں پہنچی۔ بنیادی طور پر شفاعت اِس قسم کی دُعا ہے جس میں ضروریات کا مرکز ذاتی نوعیت کا نہیں ہوتا اس لئے شفاعتی دُعا ''دوسروں پر مرکوز دُعا'' ہے۔ اِن ضروریات کی درج

ذیل پانچ اقسام ہیں۔

۱۔ خاندانی ضروریات

۲۔ کلیسیائی ضروریات

۳۔ سماجی ضروریات

۴۔ قومی ضروریات

۵۔ دُنیا کی ضروریات

گواہی کے اقتباسات:

ا۔ ۱ تیمتھیس ۲:۱،۲ ''پس میں سب سے پہلے یہ نصیحت کرتا ہوں کہ مناجاتیں اور دُعائیں اور التجائیں اور شکرگذاریاں سب آدمیوں کیلئے کی جائیں۔ بادشاہوں اور سب بڑے مرتبہ والوں کے واسطے اس لئے کہ ہم کمال دینداری اور سنجیدگی سے امن و آرام کے ساتھ زندگی گذاریں۔''

ب۔ ایوب ۴۲:۱۰ ''اور خُداوند نے ایوب کی اسیری کو جب اُس نے اپنے دوستوں کیلئے دُعا کی بدل دیا اور خُداوند نے ایوب کو جتنا اُس کے پاس پہلے تھا اُس کا دوچند دیا۔''

ج۔ رومیوں ۱۰:۱ ''اے بھائیو! میرے دل کی آرزو اور اُن کیلئے خُدا سے

میری دُعا یہ ہے کہ وہ نجات پائیں۔"

یہ غور طلب ہے کہ خُدا کی برکات ایوب پر اُس کے آخری ایام میں "دو چند" ہو کر صرف اُس وقت نازل ہوئیں جب اُس نے اپنے دوستوں کیلئے دُعا کی جو کہ شفاعتی دُعا کی ایک تصویر ہے۔ پولُس رسول نے روم کے ایمانداروں کو بتایا (رومیوں ۱:۱۰) کہ اُس کی دلی تمنا تھی کہ اسرائیل بچایا جائے اور اُس کی دُعا کا مرکز بھی یہی تھا (یہ شفاعتی دُعا کی ایک اور مثال ہے)۔

۷۔ مُناجات کرنا: شخصی ضروریات کو پیش کرنے کا عمل

ہمارا مسیحی تجربہ ایک شخصی تجربہ ہے۔ اِس لحاظ سے دُعا کو اپنے دائرہ کار میں شخصی ہونا چاہیئے۔ اِس لئے دُعا کرتے ہوئے ہمیں خُداوند کے سامنے اپنی خاص شخصی ضروریات کو پیش کرنے میں کبھی بھی شرم، جھجک محسوس نہیں کرنی چاہیئے۔

گواہی کے اقتباسات:

ا۔ متی ۷:۷ "مانگو تو تم کو دیا جائے گا۔ ڈھونڈو تو پاؤ گے۔ دروازہ کھٹکھٹاؤ تو تمہارے واسطے کھولا جائے گا۔"

ب۔ یعقوب ۲:۴ "تم خواہش کرتے ہو اور تمہیں ملتا نہیں۔ خون اور حسد

کرتے اور کچھ حاصل نہیں کر سکتے۔تم جھگڑتے اور لڑتے ہو۔تمہیں اس
لئے نہیں ملتا کہ مانگتے نہیں۔''

ج۔ متی ۶:۱۱ ''ہماری روز کی روٹی آج ہمیں دے۔''

دُعا کے دوران خصوصی طور پر پیش کی جانیوالی شخصی مناجات اہمیت کی حامل کیوں ہیں؟ کیونکہ خُدا چاہتا ہے کہ ہم اپنی زندگی کی چھوٹی چھوٹی تفصیلات وضروریات کیلئے بھی اُس پر بھروسہ کریں۔اِسی لئے یسوع مسیح نے ہمیں یہ دُعا کرنا سکھائی کہ، ''ہماری روز کی روٹی آج ہمیں دے'' (متی ۶:۱۱)۔جوں ہی ہم مناجات پیش کرنے کی خدمت کوفروغ دیتے ہیں تو ہمارے لئے یہ یادرکھنا اہم ہے کہ:

ا۔ مناجات مخصوص ہونی چاہئیں۔

ب۔ مناجات سنجیدہ ہونی چاہئیں۔

ج۔ مناجات بامقصد ہونی چاہئیں۔ (یعنی بےغرض)

حالانکہ خُدا کو اپنی شخصی ضروریات بتانا اہم ہے پھر بھی اِس میں احتیاط برتنی چاہئے کہ دُعا کے دوسرے گیارہ پہلوؤں کے ساتھ کہیں یہ گڈ مڈ نہ ہو جائے، خاص طور سے شفاعتی پہلو کے ساتھ۔

۸۔شکر گزاری کرنا: قدردانی کے اظہار کا عمل

یہاں ہم شکر گزاری کو دُعائیہ اقسام کی ترتیب کی فہرست میں شامل کر رہے ہیں جو ہمیں تمام دُعاؤں میں ملتی ہے۔ عقل مندی اِسی میں ہے کہ خُدا سے کسی چیز کیلئے کچھ کہنے سے پہلے تھوڑی دیر کیلئے رک کر اُن برکات کیلئے جو عطا کی جا چکی ہیں شکریہ ادا کریں اور جو ابھی عطا کی جانے کو ہیں اُن کا بھی پیشگی شکریہ ادا کریں۔

گواہی کے اقتباسات:

ا۔ ا تھسلنیکیوں ۵:۱۸ ''ہر ایک بات میں شکر گذاری کرو کیونکہ مسیح یسوع میں تمہاری بابت خُدا کی یہی مرضی ہے۔''

ب۔ زبور ۱۰۰:۴ ''شکر گذاری کرتے ہوئے اُس کے پھاٹکوں میں اور حمد کرتے ہوئے اُس کی بارگاہوں میں داخل ہو۔ اُس کا شکر کرو اور اُس کے نام کو مبارک کہو۔''

ج۔ کلسیوں ۴:۲ ''دُعا کرنے میں مشغول اور شکر گذاری کے ساتھ اس میں بیدار رہو۔''

شکرگذاری کوکم ازکم اِن چار حلقوں پر مرکوز ہونا چاہیے۔

۱۔ روحانی برکات

۲۔ جسمانی برکات

۳۔ مادی برکات

۴۔ بیرونی برکات (بیرونی برکات میں وہ برکات شامل ہیں جو خُدا نے دوسروں کو عنایت کی ہیں۔ جیسے دوست، ملک، مقامی کلیسیا وغیرہ۔

۹۔ گیت سنگیت: خوش الحان گیت گانے

محبت کے الفاظ ہمارے دل کے سُر کے ساتھ مل کر سب سے زیادہ خوبصورت حمد و ثنا پیش کرنے میں ہماری رہنمائی کرتے ہیں۔ یہ ضروری نہیں کہ گیت سنگیت ہر ایک دُعائیہ دور کا حصہ بنے لیکن جب ہم ایسا کرتے ہیں تو اِس سے خُداوند کو ایک خاص منسٹری مہیا ہوتی ہے۔ غور کریں کہ کتابِ مُقدس عبادت میں گیت سنگیت کے متعلق کیا کہتی ہے۔

گواہی کے اقتباسات:

۱۔ زبور ۱۰۰: ۲ ''خوشی سے خُداوند کی عبادت کرو۔ گاتے ہوئے اُس کے حضور حاضر ہو۔''

ب۔ افسیوں ۱۹:۵ ’’اور آپس میں مزامیر اور گیت اور روحانی غزلیں گیا کرو اوردل سے خُداوند کے لئے گاتے بجاتے رہا کرو۔‘‘

ج۔ زبور ۱۴۴:۹ ’’اے خُدا! میں تیرے لئے نیا گیت گاؤں گا۔ دس تار والی بربط پر میں تیری مدح سرائی کروں گا۔‘‘

دُعا میں خُداوند کے لئے گیت گانے کے بارے بہت سی اقسام کے بائبلی عنوانات دستیاب ہیں کہ ہم کیا گا سکتے ہیں؟

ا۔ حمد کے گیت

ب۔ خُدا کی قوت اور رحم کے گیت

ج۔ شکرگذاری کے گیت

د۔ خُدا کے نام کے گیت

ر۔ خُدا کے کلام گے گیت

س۔ اپنے دل سے عبادت کے گیت

۱۰۔گیان دھیان: روحانی تشخیص کا عمل

گیان دھیان کا مطلب ہے’’کسی چیز کی قدر کا تعین یا تلاش‘‘ کرنا۔ ہمیں دُعا کے دوران کچھ وقت مخصوص کرنا چاہئے (جتنی دفعہ ممکن ہو سکے) تا کہ ہم مختلف روحانی عنوانات جیسے نوشتے یا خُدا کی تخلیق وغیرہ پر غور وخوض یا ذہنی

طور سے اُن کی قدر کا تعین کر سکیں۔

گیان دھیان بہت اہم ہے کیونکہ یہ ایسا وقت ہوتا ہے جب ہم گہرائی کے ساتھ غور و خوض کر رہے ہوتے ہیں اور خُدا اپنی بہترین سچائیاں ہم پر ظاہر کر دیتا ہے۔ گیان دھیان کے دوران وہ خاص طور یہ ظاہر کرتا ہے کہ روزمرہ زندگی میں اِن سچائیوں کا اطلاق کیسے کیا جائے۔

گواہی کے اقتباسات:

ا۔ یشوع ۱:۸ ''شریعت کی یہ کتاب تیرے منہ سے نہ ہٹے بلکہ تجھے دن اور رات اسی کا دھیان ہو تاکہ جو کچھ اس میں لکھا ہے اُس سب پر تو احتیاط کر کے عمل کر سکے کیونکہ تب ہی تجھے اقبال مندی کی راہ نصیب ہو گی اور تو خوب کامیاب ہو گا۔''

ب۔ زبور ۱۴۳:۵ ''میں گذشتہ زمانوں کو یاد کرتا ہوں۔ میں تیرے سب کاموں پر غور کرتا ہوں اور تیری دست کاری پر دھیان کرتا ہوں۔''

ج۔ زبور ۷۷:۶ ''مجھے رات کو اپنا گیت یاد آتا ہے۔ میں اپنے دل ہی میں سوچتا ہوں۔ میری روح بڑی تفتیش میں لگی ہے۔''

۱۱۔سننا: ذہنی طور سے جذب کرنے کا عمل

کیونکہ خُدا کے پاس ہم سب کیلیئے روزانہ کی بنیاد پر خصوصی منصوبہ جات ہیں اسلیئے اِن منصوبہ جات کے حوالہ سے خُدا کی بات سننے کیلیئے ہمیں وقت نکالنا ہوگا جو دُعا کے دوران نکالا جا سکتا ہے۔ یہ حقیقت ہے کہ خُدا سارا دن ہم سے بات کرتا ہے اُس وقت بھی جب ہمیں پتہ نہیں چلتا لیکن وہ خاموشی سے ہماری رہنمائی کرتا رہتا ہے۔ اِس حقیقت سے قطع نظر اپنی شخصی دُعا کی خلوت میں اُس کی آواز سننا بہت اہم ہے۔ اِسی لئے دُعا کے دوران کچھ وقت خاص طور پر ''سننے'' کیلیئے الگ کرنا اچھا ہے۔ دُعا کے دوران جب ہم سننے کیلیئے اپنے آپ کو وقف کرتے ہیں تو ہم اُن ساری باتوں کو ''ذہنی طور پر جذب کرتے'' ہیں جو خُدا ہمارے ساتھ بانٹنے کا خواہش مند ہے تاکہ ہمارا دن اُس کیلیئے فرحت بخش اور خوشنودی کا باعث بن سکے۔

گواہی کے اقتباسات:

۱۔ واعظ ۵:۲ ''بولنے میں جلد بازی نہ کر اور تیرا دل جلد بازی سے خُدا کے حضور کچھ نہ کہے کیونکہ خُدا آسمان پر ہے اور تو زمین پر۔ اس لئے تیری باتیں مختصر ہوں۔''

ب۔ خروج ۳۳:۱۱ ''اور جیسے کوئی شخص اپنے دوست سے بات کرتا ہے ویسے ہی خُداوند روبرو ہوکر موسیٰ سے باتیں کرتا تھا۔''

ج۔ امثال ۸: ۳۲، ۳۴ ''اس لئے اے بیٹو! میری سنو کیونکہ مبارک ہیں وہ جو میری راہوں پر چلتے ہیں۔ ۔۔۔۔۔۔ مبارک ہے وہ آدمی جو میری سنتا ہے اور ہر روز میرے پھاٹکوں پر انتظار کرتا ہے۔''

متوازن دُعا کے اِس مطالعہ میں جیسے جیسے ہم آگے بڑھ رہے ہیں تو ایسا محسوس ہوتا ہے کہ دُعا کے کچھ پہلو ایک دوسرے سے ملتے جلتے ہیں، خاص طور پر انتظار کرنا، گیان دھیان اور سننا وغیرہ۔ اِنہیں دُعا کے ''فکرمندی'' کے پہلوؤں کے طور پر جانا جاتا ہے۔ حالانکہ دُعا کی یہ مختلف اقسام اکثر متجاوز لگتی ہیں یا ضم ہوکر ایک لگتی ہیں تو پھر درج ذیل پر غور کریں۔

ا۔ **انتظار کرنا:** یعنی خُدا کے ساتھ خاموشی سے پیار کرنے کیلئے کچھ وقت الگ کرنا۔ یہ وہ وقت ہے جب ہم مکمل طور پر اپنی توجہ خُدا کی محبت کی فطرت کے پہلوؤں پر مرکوز کرتے ہیں۔

ب۔ **گیان دھیان:** یعنی کلامِ مقدس کے کسی خاص حوالہ (یا کسی اور روحانی عنوان پر جسے خُدا ہم پر ظاہر کرے) کی محتاط اور مکمل چھان بین کرنا۔

ج۔ **سننا:** یعنی خُدا سے خصوصی ہدایات حاصل کرنا جو عموماً اُسی دن سے متعلقہ ہوتی ہیں۔

۱۲۔حمد وتعریف کرنا: الٰہی بڑائی کرنے کا عمل

تعریف جو دُعا کے آغاز میں ہمارا عنوان تھا، نہ صرف الٰہی تعظیم کا عمل ہے بلکہ اب دُعا کے اختتام پر ہم اور زیادہ تعریف کر کے خُداوند کی ''بڑائی'' کر سکتے ہیں۔درج ذیل گواہی کے اقتباسات پر غور کریں۔

گواہی کے اقتباسات:

ا۔ متی ۶: ۱۳ ''کیونکہ بادشاہی اور قدرت اور جلال ہمیشہ تیرے ہی ہیں ۔آمین۔''یسوع نے اپنے شاگردوں کو دُعا کا آغاز حمد وتعریف سے کرنا (''اے ہمارے باپ تیرا نام پاک مانا جائے'') بلکہ اختتام بھی حمد وتعریف سے ہی کرنا سکھایا۔''کیونکہ بادشاہی اور قدرت اور جلال ہمیشہ تیرے ہی ہیں۔آمین۔''

ب۔ زبور ۱۱۹: ۱۰۸ ''اے خُداوند! میرے منہ سے رضا کی قربانیاں قبول فرما اور مجھے اپنے احکام کی تعلیم دے۔''

ج۔ لوقا ۱: ۴۶۔۴۷، ۴۹ ''پھر مریم نے کہا کہ میری جان خُداوند کی بڑائی کرتی ہے اور میری روح میرے منّجی خُدا سے خوش ہوئی۔۔۔کیونکہ اُس قادر نے میرے لئے بڑے بڑے کام کئے ہیں اور اس کا نام پاک ہے۔''

باضابطہ دُعا

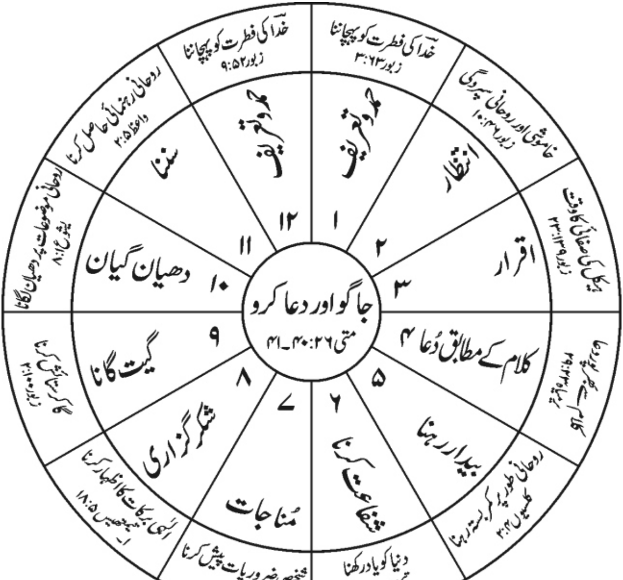
اوپر دیئے گئے ۱۲ اقدامات کو استعمال میں لاتے ہوئے ہر روز دُعا کا ایک مسلسل اور ترتیب وار پروگرام بنانا ممکن ہے۔ ترتیب وار کا مطلب ''باضابطہ، مؤثر، مکمل اور سراسر'' ہے۔ روحانی اور بنیادی نوعیت کا دُعائیہ منصوبہ ہونے سے روزمرہ کے باضابطہ دُعائیہ پروگرام کو برقرار رکھا جا سکتا ہے۔

مزید یہ کہ اگر آپ اوپر بیان کردہ دُعائیہ اقسام کی فہرست کے ہر ایک پہلو پر صرف پانچ منٹ صرف کریں تو ایک گھنٹہ با آسانی گزر سکتا ہے۔ (اگلے صفحے پر گول دائروں والا چارٹ اور اُس کے ساتھ ساتھ ۱۲ اقدامات والی دُعائیہ گائیڈ جو اِس دُعائیہ طریقہ کار کے مجموعی جائزہ کی پیروی کرتی ہے ملاحظہ فرمائیں)۔ اگر ہر ایک پہلو پر ایک یا دو منٹ صرف کئے جائیں تو ۱۵ سے ۳۰ منٹ لمحوں میں گزر جائیں گے۔ یقیناً کچھ پہلو جیسے ''کلام کے ذریعے دُعا'' (یا دُعا میں بائبل کا مطالعہ) ایسے ہیں جن کیلئے ایک یا دو منٹ سے زیادہ وقت درکار ہوگا۔ اِس سے کوئی فرق نہیں پڑتا کہ آپ اِس منصوبے سے کیسے استفادہ کرتے ہیں لیکن اِس کو مذہبی شکل دینے میں محتاط رہیں۔ آپ روزانہ چھ، آٹھ یا بارہ پہلوؤں کا استعمال کریں لیکن اہم بات یہ ہے کہ آپ پاک روح کو دعوت دیں تاکہ وہ آپ کی دُعا کو خُدا کی حضوری اور معموری سے بھر دے۔

وہ گھنٹہ جو دنیا کو تبدیل کر دیتا ہے

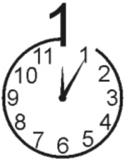
ڈک ایسٹ مین

ڈک ایسٹ مین کی کتاب ''گھنٹہ جو دنیا کو تبدیل کر دیتا ہے۔''



دُنیا کوتبدیل کرنے والی دُعا کے 12 اقدام

حمد و تعریف



۱۔ اپنی دُعا کے آغاز میں ہی خُدا کی حمد وتعریف کیلئے کچھ وقت مخصوص کریں۔

۲۔ حمد وتعریف کیلئے مخصوص موضوع کا انتخاب کریں جیسے کہ خُدا کی صداقت اس کا کلام اُسکی قدرت کے کام۔

۳۔ اپنے منتخب کردہ موضوع کو سامنے رکھتے ہوئے خُدا کی صفات کا اپنی زبان سے اقرار کریں۔

۴۔ جیسے جیسے آپ خُدا کی حمد وتعریف کرتے جائیں گے اُسکی قدرت آشکار ہوتی جائے گی۔

انتظار

۱۔ حمد وتعریف کے لمحات کے بعد اپنے ذہن اور دل کو دُنیا کی طرف سے مکمل خاموشی کی حالت میں لے جائیں۔

۲۔ کوئی بھی خیال اپنے ذہن، دل میں نہ لائیں صرف ازصرف خُدا باپ، اُس کے بیٹے یسوع اور پاک روح کے متعلق سوچیں۔

۳۔ اگر خُدا کو کچھ کہنے کی ضرورت ہے تو دھیمی آواز میں اُس سے کچھ یوں کہیں، اے خُداوند میں تجھ سے محبت کرتا/ کرتی ہوں، اے خُدا مجھے اپنی حضوری بخش دے۔

۴۔ خاموشی کے ان لمحات میں خُدا کی فطرت کے محبت والے پہلو پر بھرپور توجہ مرکوز کریں۔

اقرار

ا۔ دُعا میں خاموشی سے انتظار کے فوراً بعد خُدا سے منت کریں کہ وہ آپ کے دل کی جانچ کرے کہ کہیں اس میں کوئی غیر اعتراف شدہ گناہ تو موجود نہیں۔

۲۔ اپنی حالیہ سرگرمیوں کا ذہنی جائزہ لیں تا کہ روحانی ناکامی کے اُن حلقوں کی نشاندہی ہو سکے جن کے اقرار کی ضرورت ہے۔

۳۔ اپنے ہر قسم کے گناہ اور خطا کا اقرار کریں، چاہے وہ خُدا کے خلاف ہو یا کسی عزیز کے خلاف۔

۴۔ اقرار کریں کہ آپ کو الٰہی رہنمائی کی ضرورت ہے۔

کلام کے مطابق دُعا

ا۔ دُعا میں کلامِ مُقدس کا استعمال کرتے ہوئے خُدا سے کہیں وہ اس کلام کو میری روح کیلئے بابرکت ٹھہرائے، جیسے جسمانی خوراک میرے بدن کیلئے ہے۔

۲۔ کتابِ مُقدس کا مطالعہ کرتے ہوئے اپنے آپ سے سوال کریں کہ کلام کا یہ حصہ مجھے کس بات کے لئے اُبھارتا ہے۔

۳۔ کتابِ مُقدس کی آیات کو دُعا میں دہراتے ہوئے اُسکے وعدوں پر غور کریں۔

۴۔ کلام کے مطابق دُعائیہ نکات بنائیں اور اُنہیں ایمان کے ساتھ خُدا کے حضور پیش کریں۔

بیدار رہنا

۱۔ روحانی طور پر بیدار ہوتے ہوئے دُعا میں کچھ لمحوں کیلئے اُن طریقوں پر غور کریں جنہیں ابلیس آپ کی زندگی میں استعمال کرسکتا ہے۔

۲۔ مختلف مذہبی فرقوں، بشارتی و مشنری اداروں کے میگزین پڑھیں تا کہ خُدا کے کام کی ضرورت کے بارے میں آگاہی ہو۔

۳۔ عالمی خبروں کو اپنی دُعا میں خصوصی طور پر یاد رکھیں۔

۴۔ روح القدس کی راہنمائی میں روحانی بھیدوں کی سمجھ کیلئے دُعا کریں۔

شفاعت کرنا

۱۔ ایک مخصوص منصوبہ بنا کر دُعا میں شفاعت کرنے کے لئے تیار ہوں۔

۲۔ شفاعت کے ان لمحات میں ترس اور رحم کے ساتھ کھوئے ہوؤں تک رسائی کیلئے دُعا کریں۔

۳۔ شفاعت کے دوران کتابِ مُقدس کے چار کلیدی دعوؤں کا حوالہ دیں کہ وہ فصل کی کٹائی کیلئے اور مزدور بھیجے، اُن مزدوروں کیلئے دروازے کھولے، اُن کی کوششوں کے نتیجہ میں پھل پیدا ہوں، اور اُنہیں مالی مدد فراہم کرے تا کہ خُدا کا کام بڑھے۔

۴۔ شفاعتی دُعا میں خصوصی ممالک اور اُنکے سربراہان کے نام بھی شامل کریں۔

مناجات

۱۔ مناجات کے آغاز میں روح القدس سے مدد مانگیں۔ دُعا میں روح القدس سے درخواست کریں کہ وہ ایسی مناجات پیش کرنے میں آپ کی مدد کرے جو خُداوند کے جلال کا باعث ہوں۔

۲۔ اس دن کی تمام مخصوص ضروریات کی فہرست بنائیں اور ہر ضرورت کو خُدا کے سامنے پیش کریں۔

۳۔ ہر مناجات کو خُدا کے سامنے سادہ اور واضح الفاظ میں پیش کریں کہ اسکی ضرورت کیوں ہے۔

۴۔ ہر مناجات کیلئے اپنی نیت اور مقاصد کا جائزہ لیتے رہیں کہ وہ خُدا کی نظر میں پاک ہیں؟

شکر گزاری کرنا

۱۔ شکر گزاری کا آغاز خُدا کی طرف سے حال ہی میں عطا کی گئی چیزوں سے کریں۔

۲۔ غور و خوض کے ان لمحات میں روحانی، مادی، جسمانی اور بیرونی برکات کیلئے شکر گزاری کو بنیاد بنالیں۔

۳۔ مستقبل میں آپ خُدا کی طرف سے جن برکات کو حاصل کرنے کی اُمید کرتے ہیں اُنکے لئے پیشگی شکر گزاری کیا کریں۔

۴۔ خُدا کی ایک خاص برکت کیلئے شکر گزاری کریں جس کا پہلے آپ شکریہ ادا نہ کر پائے ہوں۔

گیت گانا

۱۔ اپنے دُعائیہ گھنٹے کے دوران خُداوند کیلئے ایک خصوصی گیت گائیں۔

۲۔ خصوصی گیت کیلئے خاص موضوع کا انتخاب کریں جیسے کہ ستائش شکرگزاری یا پھر کوئی اور۔

۳۔ پاک روح سے کہیں کہ وہ آپ کے دل میں کوئی تخلیقی دُھن پیدا کرے تا کہ آپ کا گیت واقعی ایک نیا گیت بن جائے۔

۴۔ خصوصی برکات یا فتوحات کیلئے جو خُدا آپ کو آنے والے دنوں میں دینے کو ہے اُس کی شکرگزاری کا گیت ضرور گائیں۔

دھیان گیان

۱۔ دھیان گیان کیلئے ایک موضوع کا انتخاب کریں اور اپنی پوری توجہ اس روحانی خیال پر لگا دیں۔

۲۔ اپنے ذہن کو منتخب کردہ موضوع کی طرف لگائیں۔ خُدا کی ذات و صفات کی روشنی میں اس موضوع کے تمام پہلوؤں پر احتیاط سے غوروخوض کریں۔

۳۔ اپنے منتخب کردہ موضوع کے متعلق ایسے سوالات سوچیں جو گہرے مطالعہ میں آپ کی مدد کریں۔

۴۔ دھیان گیان کے تمام مراحل میں کلام کو شامل رکھیں اس سے آپ کی آگاہی کو تقویت ملے گی۔

سُننا

11

۱۔ دُعا میں سُننے کے وقت خُدا سے مشکل حالات اور مسائل کے بارے میں سوالات پوچھنے میں مت ہچکچائیں۔

۲۔ سوالات کے جوابات کیلئے کلامِ مُقدس کو پڑھیں کیونکہ اکثر اوقات خُدا اپنے کلام کے ذریعے بولتا ہے۔

۳۔ کسی خاص مسئلے کے متعلق تمام تر حالات و واقعات کی جانچ پڑتال ضرور کریں تا کہ خُدا اپنی مرضی آپ پر ظاہر کرے۔

۴۔ خاص مسئلے کے حل کے متعلق جو بھی خُدا راہنمائی دے اُسے تحریر کرنے کے لئے تیار رہیں۔

حمد و تعریف

12

۱۔ اپنی دُعا کا اختتام قادرِ مطلق خُدا کی تعریف کرتے ہوئے کریں۔

۲۔ زبور نویس کے ساتھ مل کر خُدا کی تعریف کریں۔

۳۔ روح میں شادمانی کے لئے ہالیلویاہ کو بار بار دُہرائیں۔

۴۔ آمین کہتے ہوئے بڑے احتیاط کے ساتھ اپنے ایمان کا اقرار کریں۔

عالمی دُعائیہ دیوار پر نگہبانی کی دعوت

''اے یروشلیم میں نے تیری دیواروں پر نگہبان مقرر کئے ہیں۔ وہ دن رات کبھی خاموش نہ ہوں گے۔اے خُداوند کا ذکر کرنے والو خاموش نہ رہو۔''

(یسعیاہ ۶۲:۶)

اب جبکہ آپ یہ پڑھ چکے ہیں کہ دُعا میں ایک گھنٹہ روزانہ کیسے صرف کیا جاسکتا ہے تو میں دعوت دیتا ہوں کہ آپ لوگوں کی ایک عالمی تحریک کا جو قوموں کیلئے دعا کرتی ہے حصہ بنیں جس کا آغاز آپ کی قوم سے ہوگا۔ جب آپ اِن الفاظ کو پڑھ رہے ہوں گے تو اُس وقت تک کلیسیائی تاریخ کی عظیم دُعائیہ تحریک کا ہر جگہ آغاز ہو چکا ہوگا۔ اس کا مرکز مسیح اور فصل کی کٹائی ہے۔اِس میں نہ صرف طاقتور دُعا بلکہ پرجوش عبادت بھی شامل ہے۔ یہ ۷ / ۲۴ (چوبیس گھنٹوں اور ساتوں دنوں) پر مشتمل دن رات کی ایک دُعائیہ تحریک اور عبادت ہے جو قوموں اور اُن لوگوں کیلئے ہے جن تک ابھی رسائی ممکن نہیں ہوئی اور جنہیں مسیح یسوع کے نجات دہندہ ہونے کی شادمانی ابھی حاصل نہیں ہوئی۔

یہ شہروں، قصبوں اور علاقوں میں ''دُعائیہ دیواریں'' منظم کرنے کی ایک تحریک ہے جو ہفتے کے ۱۶۸ گھنٹوں پر مشتمل ہے اور جسکا احاطہ شفاعتی عبادت

گزار کرتے ہیں جس میں ہر کوئی دُعا اور بندگی کیلئے ہفتہ وار معین وقت (عموماً روزانہ یا ہفتہ وار ایک گھنٹہ) کا انتخاب کرتا ہے۔ یہ باضابطہ اور ترتیب وار ہے۔

ہوسکتا ہے خُدا آپ کے حلقے یا علاقے میں دُعائیہ دیوار قائم کرنے میں آپکی رہنمائی کر رہا ہے جس میں قائدانہ کردار اور وابستگی درکار ہوگی کیونکہ اِس بات کو یقینی بنانا ہوگا کہ دیوار ۷ / ۲۴ وقف شدہ شفاعت کرنیوالوں سے بھری رہے۔ کچھ جگہوں پر یہ دُعائیہ دیوار کسی مرکز یا دُعائیہ کمرے میں قائم کی جاتی ہے جہاں شفاعتی خود حاضر ہوکر دن رات دُعا کر سکتے ہیں۔ خُدا چاہتا ہے کہ آپ بھی اپنے علاقہ میں اِس طرح کا دُعائیہ مرکز شروع کریں یا کم از کم ایک دُعائیہ دیوار شروع کرنے میں مدد کریں۔ یہ دُعائیہ دیواریں لوگوں پر مشتمل ہونگی جو ایک منظم طریقے سے ہفتہ وار ایک یا زیادہ گھنٹوں کیلئے دُعا کرنے کا وعدہ کریں گے جب تک کہ ہر ہفتے کے گھنٹوں کیلئے دُعا کرنے والے مقرر نہ ہو جائیں۔ ایک کامیاب ''دُعائیہ دیوار'' کی کامیابی اس بات میں ہے کہ کسی چرچ یا چرچوں کے حلقہ میں ایک یا زیادہ رابطہ کار ہوں جو شفاعت کرنے والوں کا تقرر کریں اور اس کے ساتھ ساتھ اپنے علاقے، قوم اور دنیا سے جڑے ہوئے خصوصی دُعائیہ اہداف مہیا کریں۔

اگر آپ ایک مکمل دُعائیہ دیوار منظم نہیں کر سکتے تو ہفتے میں یا روزانہ صرف

ایک گھنٹہ الگ کر کے ہماری عالمی دُعائیہ دیوار میں شامل ہو سکتے ہیں۔ ہم آپ سے صرف یہ توقع کرتے ہیں کہ آپ اُن سات اہم نکات یا ''اثر ورسوخ کے دائرہ کار'' کو دُعا کرنے کے ہر گھنٹہ میں ضرور شامل کریں گے جس کا بیان اِس گائیڈ میں کیا جانے والا ہے۔ ہر مرتبہ دعا کرتے ہوئے خُدا کی رہنمائی میں آپ یقیناً کئی دوسری چیزوں کیلئے بھی دُعا کر سکتے ہیں۔ اِس کے علاوہ آپ اُن ۱۲ مددگار اقدامات کو بھی استعمال کر سکتے ہیں جن کا بیان اِس کتابچہ میں کیا گیا ہے جس سے پورا گھنٹہ دُعا کرنے میں آپ کی مدد ہوگی۔ لیکن جب آپ اِن ۱۲ اقدامات کی فہرست کے چھٹے قدم (شفاعت کرنا) پر آتے ہیں تو ہم آپ سے کہتے ہیں کہ اثر ورسوخ کے وہ سات دائرہ کار جن کا بیان ابھی باقی ہے اپنی قوم اور دوسری اقوام جن کا بوجھ خُدا نے آپ کے دل پر ڈالا ہے استعمال کرتے ہوئے خصوصی طور پر شفاعت کریں۔

معاشرے پر اثر انداز ہونے والے اثر ورسوخ کے سات دائرہ کاروں کیلئے روزانہ دُعا کریں۔

کسی خاص ثقافت، لوگوں یا قوم پر مکمل طور پر تبدیل کرنے والی انجیلی قوت کے ساتھ اثر انداز ہونے کیلئے اُس سماج میں اثر ورسوخ کے تمام عوامل کو بروئے کار لانا ہوگا۔ مزید یہ کہ اِس میں سات عوامل شامل ہیں جن کی وضاحت

کے ساتھ تعریف کی گئی ہے۔ کچھ لوگ اِس کی تعریف یوں بھی کرتے ہیں کہ وہ اثر پزیری کے سات پہاڑ ہیں۔ ذیل میں اِن سات عوامل کی فہرست دی گئی ہے۔ اپنی دُعائیہ دیوار کے ایک گھنٹہ کے دُعائیہ نگہبانی کے وقت میں اگر ممکن ہو تو اُن سب کیلئے دُعا کریں یا اگر آپ کو اچھا لگے تو ہفتے کے ایک دن میں صرف ایک عمل پر ہی مرکوز رہیں۔ مثال کے طور پر پہلے دن آپ ''کلیسیا'' پر، دوسرے دن ''خاندان اور شادی'' پر اور اِسی طرح دوسرے عوامل پر مرکوز ہو سکتے ہیں۔ یاد رکھیں کہ اِن عوامل کے تحت کئی ذیلی زمرے ہو سکتے ہیں جن کیلئے دُعا کی ضرورت ہوگی اور دُعا کے دوران اگر خُدا آپ پر کچھ ظاہر کرے تو اُسے دُعا کی دوسری فہرست میں لکھ لیں تا کہ اگلی مرتبہ دعا میں شامل کر سکیں۔ ذیل میں اثر پزیری کے سات عوامل کا بیان موجود ہے۔

ا۔ کلیسیا

(مسیحی تنظیمیں، چرچز اور مذاہب کے لئے دُعا کریں)

فرقوں سے بالا تر ہو کر تمام کلیسیاؤں کیلئے پاک روح کے مسح کی دُعا کریں۔ منادی اور شاگردیت کے کام میں مشغول منسٹریوں کیلئے جس میں بیرونی مشنری سرگرمیاں بھی شامل ہوں دُعا کریں۔ مختلف عقائد اور مذاہب رکھنے والوں کیلئے دُعا کریں کہ وہ مسیح یسوع کی خوشخبری کی سچائی کو دیکھ

پائیں۔دُعا کریں کہ مسیحی لوگ گواہی دینے میں دلیر ہوں۔

۲۔خاندان اورشادیاں

(بچے،نوجوان اورشادیوں کیلئے دُعا کریں)

خاندانوں کی سلامتی اور خصوصی طور پر خاندانوں میں ٹوٹے ہوئے رشتے کی بحالی کیلئے دُعا کریں اور خاص طور پر ایمانداروں اور خدمت کے کام میں مشغول لوگوں کی شادی کی تقدیس کیلئے دُعا کریں۔اُن ثقافتی عوامل کے خلاف دُعا کریں جوشادی اور خاندان کی اہمیت کوکم کرتے ہیں۔

۳۔ تعلیم

(تمام اسکول، یونیورسٹیاں، کالج اور تعلیمی اداروں کیلئے دُعا کریں)

اِس عمل کا مرکز تمام تعلیمی ادارے ہیں، چاہےنوجوانوں کے ہوں جہاں بچے آسانی سے اثر پذیر ہو جاتے ہیں یا تعلیم کے بڑے درجوں کے ہوں۔ مدارس اور اساتذہ کیلئے دُعا کریں۔جن کوآپ جانتے ہیں اُن کے نام اپنی ہر روز کی دُعائیہ فہرست میں شامل کرلیں اور اُن کا نام لے کر دُعا کریں۔ درسی کتب کے مواد کیلئے بھی دُعا کریں کہ اُس سے کتابِ مُقدس کی تعلیمات نمایاں نظرآئے۔خُدا سے کہیں کہ تمام جامعات کے احاطوں میں بیداری بھیجے۔

۴۔ کاروبار

(بازاروں،منڈیوں اورفیکٹریوں کیلئے دُعا کریں)

اِس عمل میں بازاروں میں روحانی بیداری کیلئے دُعا شامل ہے۔خاص طور پر مسیحی کاروباری مردوں اورعورتوں کیلئے دُعا کریں کہ خُدا انہیں اِس شعبہ میں باکثرت استعمال کرے تاکہ وہ دوسروں کوبھی شامل کریں۔بڑی کمپنیوں کیلئے دُعا کریں کہ اُن کی بنیاد بلند اخلاقی معیار پر ہو۔

۵۔ حکومت

(مقامی،صوبائی،وفاقی اور بین الاقوامی حکومتوں کیلئے دُعا کریں)

اپنی مقامی،صوبائی اورقومی حکومتوں کے سربراہوں کیلئے دُعا کریں۔یاد رکھیں کہ اپنی قوم اور دوسری قوموں کی عدلیہ کیلئے خصوصی دُعا کریں۔اپنی قوم (اور دوسری اقوام) کی فوجوں اور قانون نافذ کرنے والے اداروں کیلئے دُعا کریں اِس کے علاوہ سرکاری ملازمین اور دوسری خدمات جیسے آگ بجھانے والوں کیلئے بھی دُعا کریں۔

۶۔ ذرائع ابلاغ

(پریس، ٹیلی ویژن اورسوشل نیٹ ورک کیلئے دُعا کریں)

خُدا سے کہیں کہ وہ اپنے نام اور جلال کیلئے ذرائع ابلاغ اور انفارمیشن ٹیکنالوجی کے تمام عوامل کو ہتھیار بنا کر ہماری اردگرد کی ثقافت کی تبدیلی کا باعث بنائے۔ دُعا کریں کہ مسیحی لوگ انٹرنیٹ اورسماجی نیٹ ورک کا استعمال کرتے ہوئے نوجوان ایمانداروں کی نئی نسل کو قابو کرسکیں۔ دُعا کریں کہ ذرائع ابلاغ کے تمام پہلوؤں میں مسیحی اقدار اوراخلاقیات گھر کرجائیں۔

۷۔ فنون لطیفہ اورتفریح

(کھیلوں اورادبی میلوں کیلئے دُعا کریں)

اِس عمل کا مرکز وہ تمام لوگ ہیں جوفنون لطیفہ، تفریح یا کھیل سے وابستہ ہیں۔ کچھ لوگ اس پہلوکو ''جشن کا پہلو'' کہتے ہیں کیونکہ اِس میں زندگی کے مختلف پہلوؤں پرغورکیا جاتا ہے۔ خُدا سے کہیں کہ وہ اُن لوگوں کے اثرورسوخ کو جو اِن میدانوں میں رہتے ہوئے تجھے جانتے ہیں استعمال کرے تاکہ وہ اپنے اردگرد کے بہت سارے لوگوں پر اثرانداز ہوسکیں۔ اُن تفریح مہیا کرنے والوں اورکھلاڑیوں کیلئے دُعا کریں جوایک مضبوط مسیحی گواہی رکھتے ہیں اورجن کوآپ نام سے جانتے ہیں۔ خُدا سے کہیں کہ اُن کے اثرکووسیع کرے۔

G-1, L.K. Residency, Plot # 564, J.M Catholic Colony No. II,
Dada bhai Naurogi Road, Karachi-Pakistan.
P.O. Box # 10483, G.P.O Sadar, 74400 Karachi-Pakistan
Ph: 021-34761626, Cell: 0345-2013574, 0345-2013576
email:everyhomepk@gmail.com, web: ehcpk.org