setfree
USA

آزادی کے مراحل

رضاکارانہ

مشن کا بیان

قیدیوں کو آزاد کرنا تاکہ وہ اسی طور سے جی سکیں جس طور سے وہ مسیح میں پیدا کیے گئے تھے۔

وژن

دکھیاروں کو شفا دہندہ کے پاس لانا۔

خُداوند کا رُوح مُجھ پر ہے۔ اِس لِئے کہ اُس نے مُجھے غرِیبوں کو خُوشخبری دینے کے لِئے مَسح کِیا۔ اُس نے مُجھے بھیجا ہے کہ قَیدِیوں کو رِہائی اور اندھوں کو بِینائی پانے کی خبر سُناؤں۔ کُچلے ہُوؤں کو آزاد کرُوں۔ لوقا 4 : 18

616-726-5400 | info@setfreeusa.org | www.setfreemin.org | 2026

فہرست مضامین

قدم 1 - جعلی بمقابلہ حقیقی 10
قدم 2 - فریب بمقابلہ سچائی 16
قدم 3 - تلخی بمقابلہ معافی 23
قدم 4 - بغاوت بمقابلہ تابعداری 34
قدم 5 - غرور بمقابلہ حلم 36
قدم 6 - بندھن بمقابلہ آزادی 39
خاص حالات کے لیے خاص دعائیں 46
قدم 7 - موروثی گناہ 51
پاکیزگی اور روح کے بندھن توڑنے کی دعا 57

نیل ٹی۔ اینڈرسن کی تحریروں سے اجازت کے ساتھ ماخوذ۔

آزادی کے لیے انفرادی نشست کا انعقاد

1۔ دعائیہ کمرے کی پاکیزگی کے لیے دعا کریں۔ توجہ دینے والے شعبوں کو نمایاں کرنے کے لیے CPI کا جائزہ لیں۔

2۔ ملاقات کا آغاز فرد کو اطمینان دلا کر اور ابتدائی جھجک دور کرنے والے سوالات پوچھ کر کریں۔

3۔ خدمت حاصل کرنے والے کو یہ سمجھائیں کہ ہم رازداری کے پابند ہیں۔

4۔ دعائیہ کمرے کی پاکیزگی اور تسلیم و رضا کی دعا سے آغاز کریں۔

5۔ وضاحت کریں کہ ملاقات کو کس طرح ترتیب دیا جائے گا (وقفے، ناشتہ، بیت الخلاء کے مقامات، وغیرہ)۔

6۔ حوصلہ افزائی کرنے والے اور دعا میں ساتھ دینے والے ساتھی (ممکنہ طور پر ایک شاگرد) کے کرداروں کی وضاحت کریں۔

7۔ یاد رکھیں، آج کی ملاقات کا مرکز خدمت حاصل کرنے والا شخص ہے۔

8۔ 7 مراحل کے استعمال کے ذریعے روحانی گھر کی صفائی کی تمثیل کی وضاحت کریں۔

9۔ ضرورت کے مطابق ضمیموں کا استعمال کرتے ہوئے ’آزادی کے مراحل‘ کے رہنما کتابچے کے تمام مراحل مکمل کریں۔

10۔ خدمت حاصل کرنے والے کے ساتھ دوپہر کے کھانے کے وقفے کے دوران آزادانہ زندگی گزارنے کے موضوع پر ایک مختصر ویڈیو دیکھیں۔

11۔ پوچھیں کہ کیا وہ ایک مختصر گواہی ریکارڈ کرنے میں پُرسکون ہوں گے۔

12۔ آزادی کی ملاقات مکمل ہونے کے بعد، رازداری پر مشتمل صفحات کو پھاڑ کر ضائع کر دیں۔ گائیڈ کا باقی حصہ خدمت حاصل کرنے والے شخص کو دے دیں تاکہ وہ اسے اپنی مسلسل ترقی کے لیے گھر لے جا سکے۔

13۔ آزادی کو برقرار رکھنے کے مراحل کا جائزہ لیں۔ آزادی کی زندگی گزارنے کے عملی مواقع پر زور دیں اور اُن خدمت حاصل کرنے والے افراد کے لیے ہمارے کلیسیائی رابطوں کے نقشے کی وضاحت کریں جو شاید اس وقت بائبل پر مبنی ایمانداروں کے کسی معاونتی گروہ سے وابستہ نہ ہوں۔ اُن کی خواہش کے مطابق انہیں کلیسیا سے منسلک ہونے میں مدد فراہم کرنے کی پیشکش کریں۔

14۔ بھلائی کو آگے بڑھانے پر بات چیت۔

15۔ خدمت حاصل کرنے والے سے ملاقات کے بعد کا سروے مکمل کروائیں۔

16۔ خدمت حاصل کرنے والے کے جانے کے بعد، کسی بھی روحانی تعلق کو توڑنے کے لیے پاکیزگی اور روحانی بندھنوں کو توڑنے کی دعا مل کر کریں۔

دعائیہ کمرے کی پاکیزگی کے لیے دعا

آسمانی باپ، ہم اقرار کرتے ہیں کہ آپ آسمان اور زمین کے خداوند ہیں۔ اپنی خودمختاری اور محبت میں، آپ نے ہمیں ہر چیز کثرت سے عطا کی ہے تاکہ ہم اُن سے لطف اندوز ہوں۔ ہم اس جگہ کے لیے آپ کا شکر ادا کرتے ہیں۔ ہم اس جگہ کو اس خدمت کے لیے روحانی سلامتی اور حفاظت کی جگہ قرار دیتے ہیں، جہاں دشمن کے تمام حملوں سے حفاظت ہو۔ خدا کے فرزندوں کی حیثیت سے، جنہیں مسیح کے ساتھ آسمانی مقاموں پر بٹھایا گیا ہے، ہم ہر اُس بدروح کو جو اس جگہ پر اپنا حق جتاتی ہے، حکم دیتے ہیں کہ وہ ہماری موجودگی سے چلی جائے اور یسوع کے حضور جائے تاکہ اُس سے نمٹا جائے۔ ہم اس جگہ کے خلاف کی گئی ہر لعنت اور جادو ٹونے کو رد کرتے ہیں۔ ہم آپ سے درخواست کرتے ہیں، آسمانی باپ، کہ آپ اپنے پاک اور جنگجو فرشتوں کو اس جگہ کے گرد مقرر کریں تاکہ وہ دشمن کی ہر اُس کوشش سے اس کی حفاظت کریں جو اس خدمت کے لیے آپ کے مقاصد میں رکاوٹ ڈالنے کے لیے کی جائے۔ ہم آپ کا شکر ادا کرتے ہیں، آسمانی باپ، کہ آپ نے یہ سب کچھ ہمارے خداوند یسوع مسیح کے نام میں کیا۔ آمین۔

آغاز میں جھجھک دور کرنے والے سوالات

- آپ نے سیٹ فری (Set Free) کے بارے میں کیسے سنا؟
- اس ملاقات سے آپ کی کیا توقعات ہیں؟
- ہمیں اپنے بارے میں کچھ بتائیں؟
- ہمیں خُدا کے ساتھ اپنے تعلق کے بارے میں بتائیں؟

تسلیم ورضا کی دعا

پیارے آسمانی باپ، آج میں اپنے پورے دل اور جان سے اپنے آپ کو آپ کے سامنے تسلیم کرتا ہوں۔ براہِ کرم میرے دل میں پہلے سے بھی زیادہ گہرائی کے ساتھ داخل ہوں۔ آج میں آپ کو "ہاں" کہتا ہوں۔ میں اپنے دل کے تمام پوشیدہ گوشے آپ کے لیے کھولتا ہوں اور کہتا ہوں، "آپ اندر تشریف لائیں۔ "یسوع، آپ میری پوری زندگی کے خداوند ہیں۔ میں آپ پر ایمان رکھتا ہوں اور آپ کو اپنا خداوند اور نجات دہندہ قبول کرتا ہوں۔ میں اپنے اندر کچھ بھی پوشیدہ نہیں رکھتا۔ میں اپنی ہر چیز آپ کے حوالے کرتا ہوں: اپنی صحت، اپنے خاندان، اپنے وسائل، اپنے پیشے، اپنی صلاحیتوں، اپنے تعلقات، اپنے وقت کے استعمال، اپنی کامیابیوں اور اپنی ناکامیوں کو۔ میں یہ سب چھوڑ کر آپ کے حوالے کرتا ہوں۔ میں اس بارے میں اپنی سمجھ کہ معاملات کیسے ہونے چاہییں، اپنے فیصلوں اور اپنی مرضی کو آپ کے سامنے تسلیم کرتا ہوں۔ میں ان وعدوں کو بھی آپ کے سامنے رکھتا ہوں جو میں نے پورے کیے ہیں، اور ان وعدوں کو بھی جنہیں پورا کرنے میں ناکام رہا ہوں۔ میں اپنی کمزوریوں اور اپنی قوتوں کو آپ کے سامنے تسلیم کرتا ہوں۔ میں اپنے جذبات، اپنے خوف، اپنی عدمِ تحفظ کی کیفیت اور اپنی جنسیت کو بھی آپ کے حوالے کرتا ہوں۔ خداوند، میں اپنی پوری زندگی—اپنے ماضی، حال اور مستقبل—آپ کے سامنے تسلیم کرتا ہوں۔ بیماری میں اور صحت میں، زندگی میں اور موت میں، میں آپ ہی کا ہوں۔ یسوع کے نام میں، آمین۔

آزادی کی ملاقات کی بنیادیں

1: دعا

- **یعقوب 5 : 16** : راست باز کی دُعا کے اثر سے بُہت کُچھ ہو سکتا ہے۔

خدا دعا کے ذریعے وہ کام کر سکتا ہے جو انسان نہیں کر سکتا۔ جب ہم روحانی جنگ میں مشغول ہوتے ہیں تو دعا کا ہتھیار مضبوط قلعوں کو ڈھانے کے لیے نہایت مؤثر اور زبردست ہے۔ دعا کائنات کے خدا کے ساتھ براہِ راست رابطہ ہے۔

2: خدا کا کلام

- **2 تیمتھیس:** ہر ایک صحِیفہ جو خُدا کے اِلہام سے ہے تعلِیم اور اِلزام اور اِصلاح اور راست بازی میں تربِیّت کرنے کے لئے فائِدہ مند بھی ہے
- **یوحنا 14 : 23:** یِسُوعؔ نے جواب میں اُس سے کہا کہ اگر کوئی مُجھ سے مُحبّت رکھّے تو وہ میرے کلام پر عمل کرے گا اور میرا باپ اُس سے مُحبّت رکھّے گا اور ہم اُس کے پاس آئیں گے اور اُس کے ساتھ سکُونت کریں گے۔

مقدس بائبل راستبازی اور سچائی کا واحد اور حتمی معیار ہے۔ جب کوئی شخص خدا کے کلام کے مطابق زندگی گزارتا ہے، تو وہ اُس راہ پر چلتا ہے جو سلامتی کی طرف لے جاتی ہے۔ ہم خدمت کے لیے آنے والے تمام لوگوں کی حوصلہ افزائی کرتے ہیں کہ وہ اپنے ذہنوں کو اُس کی سچائی کے مطابق نیا بنائیں اور یہ دریافت کریں کہ وہ یسوع مسیح میں کون ہیں۔

3: منسٹری کی ٹیم

- مرقس 7:6 "اور اُس نے اُن بارہ کو اپنے پاس بُلا کر دو دو کر کے بھیجنا شرُوع کِیا اور اُن کو ناپاک رُوحوں پر اِختیار بخشا۔"

یسوع نے صحیفے میں ایک اچھی مثال قائم کی جب اُس نے ایمانداروں کو دو یا دو سے زیادہ کے گروہوں میں خدمت کرنے کی ہدایت دی۔ اُس نے انہیں ٹوٹے ہوئے اور بھٹکے ہوئے لوگوں تک خوشخبری پہنچانے کا اختیار اور قدرت عطا کی۔ وہ نہیں چاہتا تھا کہ وہ اکیلے لڑیں۔ ہم نے خدمت کے لیے یہی نمونہ اپنایا ہے۔

4: روح القدس کی روحانی نعمتیں

1 کرنتھیوں 12 میں، خدا اُن بہت سی روحانی نعمتوں کو ظاہر کرتا ہے جو اُس کی دلہن، یعنی کلیسیا پر روح القدس کے نزول کے نتیجے میں عطا کی گئیں۔ ہمارا ایمان ہے کہ یہ روحانی نعمتیں آج بھی جاری ہیں، کیونکہ یہ روح القدس کی طرف سے آتی ہیں، اور روح القدس تبدیل نہیں ہوتا۔

نجات کے بنیادی اصول(ABC)

اگر آپ آج وفات پا جائیں، تو کیا آپ جانتے ہیں کہ آپ کہاں جائیں گے ؟

THE
LORD
IS MY
SHEPARD
HE MAKES ME LIE DOWN
IN GREEN
PASTURES
HE LEADS ME BESIDE QUIET WATERS
GOD
HE GUIDES ME ALONG THE RIGHT PATHS FOR HIS NAME'S SAKE
HE REFRESHES MY SOUL
EVEN
THOUGH
I WALK
THROUGH
THE
VALLEY
OF THE SHADOW OF DEATH
I WILL
FEAR NO
EVIL
FOR YOU ARE
WITH ME
YOUR ROD
AND
YOUR STAFF
THEY
COMFORT
ME

مسئلہ: ہمیں اعتراف (Admit) کرنا چاہیے کہ ہر شخص گناہ کرتا ہے۔ ہر شخص نے ایسے کام کیے ہیں جو پاک خدا کو ناپسند ہیں؛ کوئی بھی شخص خدا کے کامل معیار پر پورا نہیں اتر سکتا۔ خدا یہ بھی فرماتا ہے کہ کوئی گناہ آسمان میں داخل نہیں ہو سکتا؛ لہٰذا ہمارے گناہوں سے نجات حاصل کرنے کے لیے کچھ نہ کچھ کیا جانا ضروری ہے۔

- **رومیوں 23:3** ”اِس لئے کہ سب نے گناہ کِیا اور خُدا کے جلال سے محرُوم ہیں۔“

خُدا کا حل: آپ کو ایمان (Believe) لانا ہو گا کہ یسوع آپ کے لیے صلیب پر مُوا ، مردوں میں سے جی اُٹھا، اور باپ کے دہنے ہاتھ جا بیٹھا۔ خدا آپ سے محبت رکھتا ہے اور چاہتا ہے کہ آپ اُس کے فرزند کی حیثیت سے اُس کے ساتھ ذاتی تعلق رکھیں۔ وہ آپ سے اتنی محبت کرتا ہے کہ اُس نے اپنے بیٹے یسوع کو بھیجا تا کہ وہ آپ کو آپ کے گناہوں کے ابدی نتائج سے نجات دلانے کے لیے اپنا خون بہائے۔ اُس نے صلیب پر آپ کی جگہ لی اور وہ سزا برداشت کی جس کے آپ مستحق تھے۔

- **رومیوں 8:5** ”لیکن خُدا اپنی مُحبّت کی خُوبی ہم پر یُوں ظاہِر کرتا ہے کہ جب ہم گُنہگار ہی تھے تو مسیح ہماری خاطِر مُوا۔ “
- **رومیوں 9:10** ”کہ اگر تُو اپنی زُبان سے یِسُوعؔ کے خُداوند ہونے کا اِقرار کرے اور اپنے دِل سے اِیمان لائے کہ خُدا نے اُسے مُردوں میں سے جِلایا تو نجات پائے گا۔ “
- **یوحنا 16:3** ”کیونکہ خُدا نے دُنیا سے اَیسی مُحبّت رکھّی کہ اُس نے اپنا اِکلَوتا بیٹا بخش دِیا تاکہ جو کوئی اُس پر اِیمان لائے ہلاک نہ ہو بلکہ ہمیشہ کی زِندگی پائے۔“

ہمارا حصہ: آپ کو اپنے گناہوں کا اقرار ((Confess کرنا ہو گا اور یسوع کی پیروی کرنے کے لیے اپنی زندگی اُس کے سپرد ((Commit کرنی ہو گی۔ آپ کو نجات کے لیے یسوع کو پکارنا ہو گا اور اپنے نجات دہندہ کے طور پر صرف اُسی پر بھروسا کرنا ہو گا۔ یہ اقرار آپ کے دل کی سچائی سے ہونا چاہیے اور زبان سے بھی بیان کیا جانا چاہیے۔

زبور 37:5-6 ”اپنی راہ خُداوند پر چھوڑ دے اور اُس پر توکُّل کر۔ وُہی سب کُچھ کرے گا۔ وہ تیری راست بازی کو نُور کی طرح اور تیرے حق کو دوپہر کی طرح رَوشن کرے گا۔“

- 1 یوحنا 9:1 ”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۔ “

نجات کی دعا

آسمانی باپ، میں آپ کے بیٹے یسوع مسیح کو اپنا خداوند اور نجات دہندہ قبول کرتا ہوں۔ میں ایمان رکھتا ہوں کہ یسوع میرے گناہوں کی معافی کے لیے صلیب پر موا ، تاکہ مجھے نجات اور ہمیشہ کی زندگی حاصل ہو۔ میں اپنے دل سے ایمان رکھتا ہوں کہ یسوع مردوں میں سے جی اُٹھا۔ میں اپنے گناہوں کی پرانی زندگی سے توبہ کرتا ہوں اور اپنی زندگی کے تمام دنوں میں آپ کی پرستش کرنے کا عہد کرتا ہوں۔ میں اپنے منہ سے اقرار کرتا ہوں کہ روح القدس کے کام سے میں نئے سرے سے پیدا ہوا ہوں اور یسوع کے خون سے پاک کیا گیا ہوں۔ یسوع کے نام میں، آمین۔

سچائی کی گاڑی

اب کیا...؟

جب آپ نے اپنی مرضی سے ایمان کے ذریعے مسیح کو قبول کیا، تو آپ کی زندگی میں بہت سی اہم تبدیلیاں واقع ہوئیں، جن میں شامل ہیں:

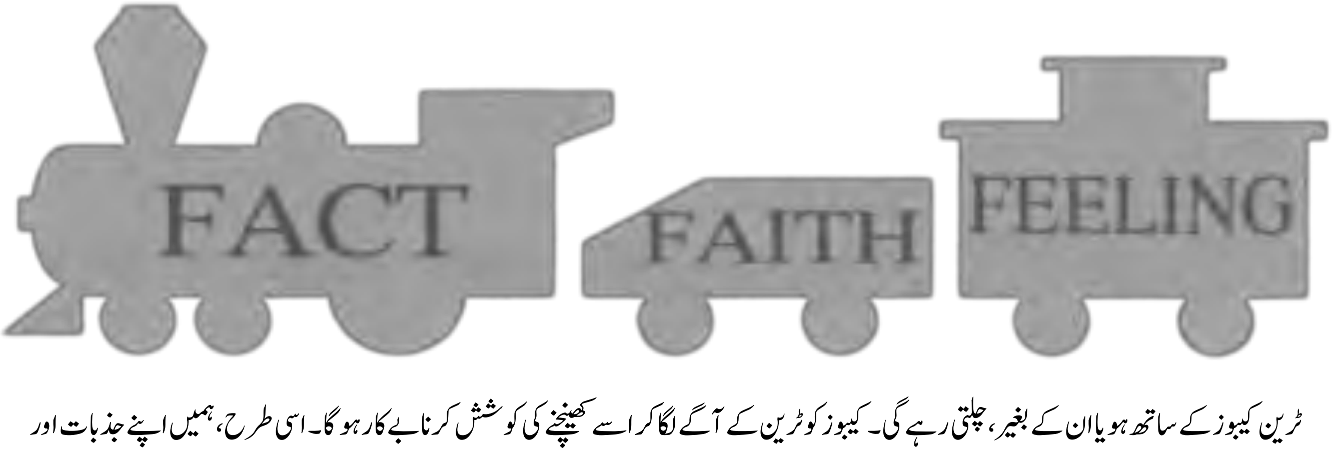
- مسیح آپ کی زندگی میں آیا (مکاشفہ 20:3، کلسیوں 27:1)۔
- آپ کے گناہ معاف کر دیے گئے ہیں (کلسیوں 14:1)۔
- آپ خُدا کے فرزند بن چکے ہیں (یوحنا 12:1)۔
- آپ نے ابدی زندگی حاصل کر لی ہے (یوحنا 24:5)۔
- آپ نے ایک نئی زندگی کا آغاز کیا ہے جس کے لیے خُدا نے آپ کو پیدا کیا تھا (یوحنا 10:10)۔

اسی وقت، آپ یسوع سے اپنی زندگی کے ہر حصے کی رہنمائی کرنے کے لیے کہہ سکتے ہیں۔

خُداوند یسوع، میں دل سے آپ کو جاننا چاہتا ہوں۔ میرے گناہوں کے لیے صلیب پر اپنی جان دینے کے لیے آپ کا شکر ہو۔ میں اپنے نجات دہندہ اور خُداوند کی حیثیت سے آپ کے لیے اپنا دل اور اپنی زندگی کھولتا ہوں۔ مجھے میرے گناہوں سے معاف کرنے اور مجھے ہمیشہ کی زندگی عطا کرنے کے لیے آپ کا شکر ہو۔ میں اپنی زندگی کے تخت سے اترتا ہوں اور اپنی زندگی کی باگ ڈور آپ کے ہاتھ میں دیتا ہوں۔ میں چاہتا ہوں کہ آپ میری رہنمائی کریں اور مجھے وہ شخص بنائیں جو آپ چاہتے ہیں کہ میں بنوں۔ یسوع کے نام میں، آمین۔

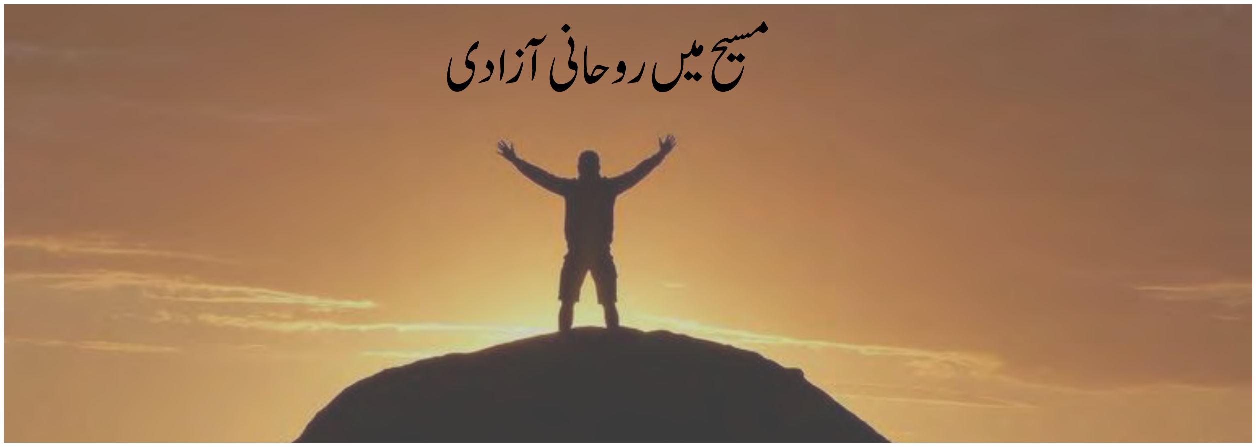
جذبات پر انحصار نہ کریں

درج ذیل خاکہ حقیقت (خُدا اور اُس کا کلام)، ایمان (خُدا اور اُس کے کلام پر ہمارا توکل)، اور جذبات (ہمارے ایمان اور فرمانبرداری کا نتیجہ) – یوحنا 21:14 کے درمیان تعلق کو دکھاتا ہے۔



ٹرین کیبوز کے ساتھ ہو یا ان کے بغیر، چلتی رہے گی۔ کیبوز کو ٹرین کے آگے لگا کر اسے کھینچنے کی کوشش کرنا بے کار ہو گا۔ اسی طرح، ہمیں اپنے جذبات اور احساسات کو اپنی زندگی پر غالب نہیں ہونے دینا چاہیے، بلکہ اپنا ایمان خدا کی وفاداری اور اُس کے کلام کے وعدوں پر رکھنا چاہیے۔

مسیح میں روحانی آزادی



گلتیوں 1:5 کہتا ہے، ”مسیح نے ہمیں آزاد رہنے کے لئے آزاد کِیا ہے پس قائِم رہو اور دوبارہ غُلامی کے جُوئے میں نہ جُتو۔“ چونکہ آپ نے مسیح کو اپنے نجات دہندہ اور خُداوند کے طور پر قبول کر لیا ہے، اُس نے صلیب پر گناہ اور موت پر اپنی فتح کے ذریعے آپ کو پہلے ہی آزاد کر دیا ہے۔

سوال یہ ہے: **کیا آپ مسیح کی آزادی میں فتح مندی سے جی رہے ہیں، یا آپ ابھی بھی غلامی میں جی رہے ہیں؟**

چونکہ آپ پہلے ہی ایک مسیحی ہیں، اس لیے آپ کی ابدی زندگی خطرے میں نہیں؛ آپ مسیح میں محفوظ اور مامون ہیں۔ تاہم، اگر آپ سچائی کے مطابق چلنے کا انتخاب نہیں کرتے تو آپ کی روزمرہ زندگی میں فتح خطرے میں پڑ سکتی ہے۔

صرف خُدا ہی قادرِ مطلق، ہمیشہ موجود اور علیم کل ہے۔ شیطان کو صلیب پر فاتح مسیح نے شکست دی تھی، اس لیے اس جھوٹ پر یقین نہ کریں کہ آپ کی صورتحال ناامید ہے یا آپ ابلیس کے حملوں کے سامنے بے بس ہیں۔

شیطان جانتا ہے کہ آپ کو مسیح میں اُس پر اختیار حاصل ہے، لیکن وہ نہیں چاہتا کہ آپ یہ حقیقت جانیں۔ شیطان جھوٹ کا باپ ہے، اور واحد طریقہ جس سے وہ آپ پر طاقت حاصل کر سکتا ہے وہ یہ ہے کہ اگر آپ اُس کے جھوٹ پر یقین کرتے ہیں۔ آپ کو پریشان کن خیالات کا تجربہ ہو سکتا ہے جیسے، ”یہ کام نہیں کرنے والا“ یا ”خُدا مجھ سے محبت نہیں کرتا،“ وغیرہ۔ ابلیس کے جھوٹ پر یقین نہ کریں۔ یاد رکھیں، شیطان کو آپ پر جو واحد طاقت حاصل ہے وہ جھوٹ کی طاقت ہے۔ جھوٹ کو بے نقاب کریں پھر، سچائی کو اختیار کریں، اور اس جھوٹ کی طاقت ٹوٹ جاتی ہے۔

اس کے علاوہ، اگر آپ کو جسمانی تکلیف کا تجربہ ہوتا ہے، جیسے سر درد، متلی، گلے میں جکڑن، شدید اونگھ، وغیرہ، تو گھبرائیں نہیں۔ بس ہمیں بتا دیں تاکہ ہم آپ کے لیے دعا کر سکیں۔ اس وقت کے دوران ابلیس کو اپنا ایجنڈا طے نہ کرنے دیں؛ روح القدس کو رہنمائی کرنے دیں۔

آزادی کے 7 مراحل کے ساتھ شروعات کرنے کے لیے درج ذیل ایک دعا اور اعلان ہے۔ تمام دعائیں اور اعلانات جلی حرفوں میں ہوں گے اور انہیں بلند آواز میں پڑھا جانا چاہیے۔

ابتدائی دعا

پیارے آسمانی باپ، میں جانتا ہوں کہ آپ ہمارے ساتھ اسی کمرے میں موجود ہیں اور آپ ابھی میری زندگی میں موجود ہیں۔ آپ واحد علیم کل، قادرِ مطلق، اور ہر جگہ موجود خُدا ہیں۔ میں مکمل طور پر آپ پر منحصر ہوں کیونکہ یسوع مسیح کے بغیر میں کچھ نہیں کر سکتا۔ میں آپ کے کلام کی سچائی میں قائم رہنے کا انتخاب کرتا ہوں اور میں ابلیس کے جھوٹ پر یقین کرنے سے انکار کرتا ہوں۔ میں آپ کا شکر ادا کرتا ہوں کہ جی اُٹھے ہوئے ہمارے خداوند یسوع مسیح کو آسمان اور زمین پر تمام اختیار حاصل ہے۔ میں آپ سے التجا کرتا ہوں کہ اس وقت کے دوران میرے ذہن اور جسم کی حفاظت کریں۔ روح القدس، براہ کرم تمام سچائی میں میری رہنمائی کریں۔ میں اس وقت کے دوران صرف آپ کی رہنمائی کی پیروی کا انتخاب کرتا ہوں۔ براہ کرم میرے ذہن پر وہ سب کچھ ظاہر کریں جس سے آپ چاہتے ہیں کہ میں آج نمٹوں۔ میں آپ کی حکمت کا طالب ہوں، اور اس پر توکل کرتا ہوں۔ میں یہ سب کچھ ایمان کے ساتھ، یسوع کے نام میں مانگتا ہوں، آمین۔

اعلان

خداوند یسوع مسیح کے نام اور اختیار میں، میں شیطان اور تمام بدروحوں کو حکم دیتا ہوں کہ وہ مجھ پر اپنی گرفت چھوڑ دیں، تاکہ میں خدا کی مرضی کو جاننے اور اُسے پورا کرنے کا انتخاب کرنے کے لیے آزاد ہوں۔ خدا کے فرزند کی حیثیت سے، جسے مسیح کے ساتھ آسمانی مقاموں پر بٹھایا گیا ہے، میں اعلان کرتا ہوں کہ خداوند یسوع مسیح کا ہر دشمن باندھا جائے۔ شیطان اور اُس کے تمام بدکار کارندے مجھے کوئی نقصان نہیں پہنچا سکتے اور نہ ہی آج کسی بھی طرح خدا کی مرضی کو پورا ہونے سے روک سکتے ہیں، کیونکہ میں اپنے نجات دہندہ، خداوند یسوع مسیح کا ہوں۔

یاد رکھیں کہ خداوند یسوع مسیح نے صلیب پر آپ کی آزادی کی قیمت پہلے ہی ادا کر دی ہے۔ اس آزادی کا تجربہ اُن فیصلوں کا نتیجہ ہو گا جو آپ ایمان لانے، اقرار کرنے، انکار کرنے اور معاف کرنے کے بارے میں خود کرتے ہیں۔ کوئی دوسرا شخص آپ کی جگہ یہ فیصلے نہیں کر سکتا، حتیٰ کہ خدا بھی نہیں۔ آپ کے ذہن کی جنگ اُس وقت ہی جیتی جائے گی جب آپ ذاتی طور پر سچائی کا انتخاب کریں گے۔

ہر قدم کے دوران، آپ سچائی کے ساتھ وابستگی اختیار کرنے کے لیے اپنی زندگی کا ایک جامع جائزہ لیں گے۔ اگر آپ اس عمل کے دوران کھلے دل اور سچی نیت کے ساتھ آگے بڑھیں گے، تو آپ مسیح میں حاصل مکمل آزادی کا تجربہ کرنے سے بہت فائدہ اٹھائیں گے۔ خداوند دعا ہے کہ اس وقت کے دوران آپ کی زندگی کو گہرائی سے چھوئے۔ صرف وہی آپ کو اس پورے عمل سے گزرنے کے لیے فضل عطا کر سکتا ہے، اور وہ ضرور عطا کرے گا۔

پہلا مرحلہ

جعلی بمقابلہ حقیقی

مسیح میں اپنی آزادی کا تجربہ کرنے کی طرف پہلا قدم غیب دانی، باطل فرقوں، یا باطل مذہبی تعلیمات یا رسومات کے ساتھ تمام ماضی یا حال کی شمولیت کا انکار کرنا ہے۔
کسی بھی ایسے گروہ کے ساتھ وابستگی یا شرکت سے انکار کرنا چاہیے جو اس بات کو تسلیم نہیں کرتا کہ یسوع مسیح خداوند ہے، یا جو کسی بھی دوسری تعلیم یا کتاب کو بائبل کے برابر یا اُس سے بلند درجہ دیتا ہے۔ خدا جھوٹی رہنمائی کو معمولی بات نہیں سمجھتا۔ ”اور جو شخص جِنّات کے یاروں اور جادُوگروں کے پاس جائے کہ اُن کی پیروی میں زِنا کرے مَیں اُس کا مُخالِف ہُوں گا اور اُسے اُس کی قَوم میں سے کاٹ ڈالُوں گا۔ “احبار 6:20۔

پیارے آسمانی باپ، براہِ کرم میرے ذہن میں وہ تمام باتیں اور چیزیں لے آئیں جو میں نے جان بوجھ کر یا نادانستہ طور پر کی ہیں، جن میں غیب دانی، باطل فرقوں، یا باطل مذہبی تعلیمات اور رسومات میں شمولیت بھی شامل ہے۔ مجھے ہر قسم کی روحانی گمراہی اور باطل روایات سے انکار کرنے کے لیے حکمت اور فضل عطا کریں۔ یسوع کے نام میں دعا کرتا ہوں، آمین۔

خُداوند آپ کے ذہن میں وہ واقعات لا سکتا ہے جنہیں آپ بھول چکے ہیں، یہاں تک کہ وہ تجربات بھی جن میں آپ نے ایک کھیل کے طور پر شرکت کی یا جنہیں ایک مذاق سمجھا۔ آپ شاید غیر فعال طور پر یا تجسس سے دوسروں کو جعلی مذہبی رسومات میں حصہ لیتے ہوئے دیکھ رہے ہوں۔ مقصد تمام جعلی روحانی تجربات اور ان سے وابستہ عقائد کا انکار کرنا ہے جو خُدا آپ کے ذہن میں لاتا ہے۔

اگر کوئی بات آپ کے ذہن میں آتی ہے اور آپ کو یقین نہیں ہے کہ اس کے بارے میں کیا کرنا ہے، تو توکل رکھیں کہ خُدا کی روح اس دعا کا جواب دے رہی ہے جو آپ نے ابھی مانگی ہے، اور اس کا انکار کریں۔

غیب دانی میں شمولیت

ہر وہ شعبہ چیک کریں جس میں آپ نے ماضی یا حال میں حصہ لیا ہے یا جس کا سامنا کیا ہے۔

☐ سوزن زنی
☐ تعویز / منکے /
☐ شگون
☐ آباؤ اجداد کی پرستش
☐ روحانی پرواز(Astral projection)
☐ علم نجوم / زائچے
☐ خودکار تحریر
☐ کالا / سفید جادو
☐ خون کا معاہدہ
☐ سرخ شراب(Bloody Mary)
☐ بھوت بلانے والا کھیل(Charlie Charlie)
☐ ارواح سے رابطہ / چکر(Chakras)
☐ غیب دانی(ان دیکھی کو دیکھنا)
☐ بلوریں گیند(Crystal ball)
☐ کرسٹل / بلور
☐ شیطانی زبانیں
☐ ڈریم کیچرز(Dream Catchers)
☐ ڈنجنز اینڈ ڈریگنز(Dungeons & Dragons)
☐ ایسٹرن اسٹار(Eastern star)
☐ اینی گرام(Enneagram)

☐ خیالی کردار نگاری
☐ پیشین گوئی / فال گوئی
☐ غیب دانی کی طاقت
☐ والے کھیل
☐ بھوتوں کا شکار
☐ ہیری پوٹر(Harry Potter)
☐ آسیبی مکان
☐ ڈراؤنی فلمیں
☐ ہپناٹزم / مسمریزم
☐ خیالی کھیل کا ساتھی
☐ ہوا میں معلق ہونا(Levitation)
☐ جادوئی منتر
☐ میجک 8 بال(Magic 8 ball)
☐ عامل، ارواح شناس
☐ ذہنی کنٹرول / ٹیلی پیتھی
☐ ذہن کی تبدیلی
☐ صوفیانہ مراقبہ
☐ نیو ایج(New Age) ادویات
☐ غیب دانی کی کتابیں
☐ غیب دانی کی موسیقی
☐ غیب دانی کے کھیل

☐ ویجا بورڈ(Ouija board)
☐ پیراسائیکالوجی(Parapsychology)
☐ دست شناسی(ہاتھ دیکھنا)
☐ پوکیمون(Pokemon)
☐ مقدسین سے دعائیں کرنا
☐ نفسیاتی مشورہ(Psychic consulting)
☐ ریکی / مساس تھراپی
☐ تناسخ / آواگون
☐ سلوا مائنڈ کنٹرول(Silva mind control)
☐ روحانی رہنما
☐ جنسی روحیں
☐ ارواح کو بلانے کی مجلس(Séance)
☐ توہم پرستی
☐ جادوگری
☐ سوروٹی / فریٹرنٹی(Sorority / Fraternity)
☐ روح کی پرستش
☐ تاروت کارڈز(Tarot cards)
☐ غفلت کی حالت(جسم سے باہر کا تجربہ)
☐ منتر یا لعنت کا استعمال
☐ دیگر:

غیب دانی کے مظاہر

براہ کرم چیک کریں اگر آپ نے درج ذیل چیزوں میں سے کسی کا تعاقب کیا، کر رہے ہیں یا تجربہ کیا ہے۔

☐ شیطانی ہولناک خواب
☐ غیر معمولی آوازوں،
☐ بو، یا آوازوں کا تجربہ
☐ حس ثانی(Extra sensory perception)
☐ بدی کی موجودگی کا احساس
☐ اشیاء کا غائب ہو جانا
☐ شخصیت میں تبدیلی

☐ بھوت یا بڑا تاریک ہیولہ دیکھنا
☐ اشیاء کو حرکت کرتے دیکھنا
☐ نیند / آواز کا فالج
☐ فوق الفطرت علم یا طاقت
☐ دیگر:

باطل تعلیمات اور رسومات سے واسطہ

- ☐ آئی چنگ(Ching 1)
- ☐ بہائیت
- ☐ بلیک مسلم
- ☐ بدھ مت
- ☐ کبالہ(Cabala)
- ☐ CE-5 پروٹوکولز / UFO / UAP
- ☐ خُدا کے بچے(Children of god)
- ☐ کرسچن سائنس
- ☐ چرچ آف دی لیونگ ورڈ
- ☐ ارواح کے ساتھ رقص
- ☐ مشرقی مذہب
- ☐ ایکنکار(Echkanbar)
- ☐ ای ایس ٹی(EST)
- ☐ فادر ڈیوائن
- ☐ ٹوٹم پرستی(Fetishism)
- ☐ فری میسنری(Freemasonry)
- ☐ محافظ ارواح
- ☐ ہرے کرشنا
- ☐ ہندومت
- ☐ انڈین غیب دانی کی رسومات
- ☐ انرپیس موومنٹ
- ☐ اسلام
- ☐ یہواہ کے گواہ
- ☐ مارشل آرٹس (کراٹے)
- ☐ مارمن ازم(Mormonism)
- ☐ مدر ارتھ (قدرت کی پرستش)
- ☐ مسلمان
- ☐ نیٹو امریکن روح کی پرستش
- ☐ نیو ایج سیمینار
- ☐ روزیکروشین ازم(Rosicrucianism)
- ☐ رائےماسٹرز(Roy Masters)
- ☐ شیطانیت
- ☐ سائنس آف دی مائنڈ
- ☐ سائنسٹولوجی(Scientology)
- ☐ روحانی سفر
- ☐ سویٹ لاج پاکیزگی
- ☐ ٹرانسینڈینٹل میڈیٹیشن
- ☐ یونیٹیرین ازم / عالمگیریت
- ☐ ووڈو(Voodoo)
- ☐ وِکا(Wicca)
- ☐ جادوٹونا
- ☐ دیگر:

منشیات کا استعمال

- ☐ شراب کا بے جا استعمال
- ☐ ایمفیٹامائن(Amphetamine)
- ☐ ایاہواسکا(Ayahuasca)
- ☐ کوکین
- ☐ ڈی ایم ٹی(DMT)
- ☐ ایکسٹسی(Ecstasy)
- ☐ فینٹانائل(Fentanyl)
- ☐ صمد بونڈ / گوند سونگھنا
- ☐ حشیش
- ☐ ہیروئن
- ☐ ابوگا(Iboga)
- ☐ کیٹامائن(Ketamine)
- ☐ ایل ایس ڈی(LSD)
- ☐ چرس / گانجا
- ☐ میتھ(Meth)
- ☐ نیمبوٹال(Nembutal)
- ☐ پی سی پی(PCP)
- ☐ پیوٹے(Peyote)
- ☐ نسخے کی ادویات کا بے جا استعمال
- ☐ سالویہ(Salvia)
- ☐ جادوئی مشروم(Shrooms)
- ☐ ایس ٹی پی(STP)
- ☐ دیگر:

اب جبکہ آپ نے ان چیک لسٹوں کو مکمل کر لیا ہے، نیچے دی گئی دعا میں شامل کر کے چیک کی گئی ہر چیز کا اقرار اور انکار کریں۔ اپنا وقت لیں اور تفصیلی جائزہ لیں۔

پیارے آسمانی باپ، میں اقرار کرتا ہوں کہ میں نے جان بوجھ کر یا نادانستہ طور پر ________________ میں حصہ لیا، اُن کا سامنا کیا، یا اُن سے متاثر ہوا، اور اب میں اُنہیں باطل / جعلی چیزیں قرار دے کر اُن کا انکار کرتا ہوں۔ میں دعا کرتا ہوں کہ آپ اپنے روح القدس کے وسیلے سے مجھے قوت عطا کریں تاکہ آئندہ میری رہنمائی صرف آپ ہی کی طرف سے ہو۔ آپ کا شکر ہے کہ مسیح میں مجھے معافی حاصل ہوئی ہے۔ یسوع کے نام میں، آمین۔

بت پرستی

”اَے بچّو! اپنے آپ کو بُتوں سے بچائے رکھوّ۔“ یہ وہ تنبیہ ہے جو یوحنا رسول نے ہمیں 1 یوحنا 21:5 میں دی ہے۔ بت ایک باطل خُدا ہے، یا ایک سچے خُدا کے علاوہ پرستش کی کوئی بھی شے۔ چونکہ ہمیں ایک سچے اور زندہ خُدا کی پرستش کے لیے پیدا کیا گیا تھا، اس لیے اُس سے پہلے کسی کو یا کسی چیز کو رکھنا گناہ ہے۔

مگر وہ وقت آتا ہے بلکہ اب ہی ہے کہ سچّے پرستار باپ کی پرستِش رُوح اور سچّائی سے کریں گے کیونکہ باپ اپنے لِئے اَیسے ہی پرستار ڈُھونڈتا ہے۔ (یوحنا 23:4)۔ اگرچہ ہم مجسموں کے آگے نہیں جھکتے ہوں گے، لیکن ہمارے لیے اس دنیا کے لوگوں اور چیزوں کو خود خُداوند سے زیادہ اہمیت دینا آسان ہے۔ اب، تُو خُداوند اپنے خُدا کو سِجدہ کر اور صِرف اُسی کی عبادت کر۔ ”متی 10:4 سے اپنی وابستگی کا اظہار کرنے کے لیے یہ دعا مانگیں۔

پیارے آسمانی باپ، میں جانتا ہوں کہ دوسری چیزوں اور دوسرے لوگوں کو اپنی زندگی میں آپ سے زیادہ اہمیت دینا کتنا آسان ہے۔ میں یہ بھی جانتا ہوں کہ یہ آپ کی پاک نظروں میں سخت ناپسندیدہ ہے، کیونکہ آپ نے حکم دیا ہے: ”میرے حضور تُو غیر معبودوں کو نہ ماننا۔“ میں اس بت پرستی سے توبہ کرتا ہوں، اُس سے منہ موڑتا ہوں، اور اب، خداوند یسوع، آپ کے پاس اپنی پہلی محبت کے طور پر واپس آنے کا انتخاب کرتا ہوں۔ براہِ کرم اب میرے ذہن پر میری زندگی میں موجود ہر قسم کے بت کو ظاہر کریں۔ میں ان میں سے ہر ایک کا انکار کرنا چاہتا ہوں اور بت پرستی کے ذریعے شیطان کو میری زندگی میں حاصل ہونے والی ہر جگہ اور اثر و رسوخ کو ختم کرنا چاہتا ہوں۔ یسوع کے نام میں، جو واحد سچا خدا ہے، آمین۔

ان شعبوں کو پہچاننے میں مدد کے لیے درج ذیل میں دی گئی چیک لسٹ استعمال کریں جو آپ کے لیے پھندا بن سکتے ہیں۔ غور کریں کہ ان میں سے زیادہ تر، اگر سب نہیں، تو بذاتِ خود برے نہیں ہیں؛ لیکن یہ اُس وقت بت بن جاتے ہیں جب وہ ہماری زندگی میں خداوند کی حیثیت سے خدا کے جائز مقام کو لے لیتے ہیں۔

- ☐ عزم / مقصد
- ☐ ظاہری شکل
- ☐ صحیح ہونا
- ☐ بوائے فرینڈ / گرل فرینڈ
- ☐ کاروبار
- ☐ مصروفیت
- ☐ مشہور شخصیات
- ☐ بچہ / پوتا, نواسہ
- ☐ کلیسیا
- ☐ آرام
- ☐ کمپیوٹر
- ☐ کنٹرول / ضبط
- ☐ ڈگریاں
- ☐ خواہش کردہ شریکِ حیات
- ☐ منشیات / شراب
- ☐ مالی تحفظ
- ☐ خوراک
- ☐ دوست
- ☐ جوا
- ☐ صحت
- ☐ میراث
- ☐ مشغلے
- ☐ تفریح / تعطیلات
- ☐ منسٹری
- ☐ موسیقی
- ☐ میری آراء
- ☐ میرا کام
- ☐ والدین
- ☐ جسمانی لیاقت
- ☐ خوشی / مسرت
- ☐ سیاست
- ☐ مقبولیت
- ☐ جائداد / سامان
- ☐ طاقت
- ☐ تحفظ
- ☐ جنسیات
- ☐ سمارٹ فون
- ☐ سوشل میڈیا
- ☐ شریکِ حیات
- ☐ ٹیکنالوجی
- ☐ ٹیلی ویژن
- ☐ ٹی وی / فلمیں
- ☐ دیگر:

بت پرستی کے ہر شعبے کا انکار کرنے کے لیے نیچے دی گئی دعا کا استعمال کریں۔

زندہ خُدا، یسوع مسیح کے نام میں، میں __________ کے باطل خُداؤں کی اپنی پرستش کا انکار کرتا ہوں۔ میں صرف آپ کی پرستش کرنے کا انتخاب کرتا ہوں، خُداوند، اور آپ سے التجا کرتا ہوں کہ مجھے اپنی زندگی میں ان تمام شعبوں کو ان کی صحیح جگہ پر رکھنے کے قابل بنائیں۔ میں بت پرستی اور اپنی زندگی میں اس کے تمام اثرات کا انکار کرتا ہوں۔ آپ کا شکر ہے کہ مجھے معاف کر دیا گیا ہے۔ یسوع کے نام میں، آمین۔

خود حفاظتی عہد

یہ سمجھنا انتہائی ضروری ہے کہ کوئی عہد / عزم کبھی بھی دعا کے سیاق وسباق سے باہر نہیں کیا جاتا۔ اکثر، زندگی کے دردناک واقعات کے غیر شعوری یا ارادی ردِ عمل کے طور پر، بچے، نوجوان، اور بالغ ”اندرونی عزم“ کرتے ہیں (متی 5:33-37، یعقوب 5:12)۔ اندرونی عزم کی تعریف یوں کی گئی ہے:

> "کسی عمل کی طرف یا اُس سے دور ہونے کا ایک آزادانہ اور خود حفاظتی عزم، جو خدا کی مرضی سے باہر کیا جاتا ہے اور جو ذہن و دل کے ذریعے انسان کے پورے وجود میں پختہ ہو جاتا ہے۔"

جب ہم اندرونی عزم کرتے ہیں تو ہم، لاعلمی میں، ایک دعا کر رہے ہوتے ہیں۔ خود حفاظتی عزم خالی حَوض ہیں (یرمیاہ 2:13) جو خُدا کی مرضی سے باہر کیے گئے ہیں، غیر ارادی طور پر دشمن کے ساتھ اتفاق رائے میں کیے گئے ہیں، اور جن کا ناکام ہونا طے ہے۔ یسعیاہ 28:15، ”تُم کہا کرتے ہو کہ ہم نے مَوت سے عہد باندھا اور پاتال سے پَیمان کر لِیا ہے۔ جب سزا کا سَیلاب آئے گا تو ہم تک نہیں پُہنچے گا کیونکہ ہم نے جُھوٹ کو اپنی پناہ گاہ بنایا ہے اور دروغ گوئی کی آڑ میں چِھپ گئے ہیں۔“

جب ہم یہ خود حفاظتی عزم کرتے ہیں تو ایک شریر ہے جو اس دعا کا ”احترام“ کرتا ہے اور خُدا کی مرضی سے باہر کیے گئے عزم کی حمایت کے لیے اپنے گرے ہوئے ساتھیوں کو آپ کے ساتھ مقرر کرتا ہے۔ ہر بار جب آپ صحت مند، پاک قربت کو فروغ دے کر خود حفاظتی عزم کو خطرے میں ڈالنا شروع کرتے ہیں، تو کوئی کان میں بولتا ہے، یہ کہتے ہوئے، ”یاد رکھو، تم نے وعدہ کیا تھا کہ ایسا کبھی نہیں ہونے دو گے!“ روح القدس سے کہیں کہ وہ ماضی یا حال کے کسی بھی خود حفاظتی عزم کو ذہن میں لائے۔

آسمانی باپ، براہِ کرم میرے ذہن پر وہ تمام خود حفاظتی عہد ظاہر کریں جو میں نے کیے ہیں، تاکہ میں اُن کا اقرار کر سکوں اور اُن سے انکار کر سکوں۔ آپ ہی تحفظ اور کفالت کا واحد سرچشمہ ہیں جس کی میں خواہش رکھتا ہوں اور جس کی مجھے ضرورت ہے۔ یسوع کے نام میں، آمین۔

"درج ذیل میں خود حفاظتی عزم کی کچھ مثالیں دی گئی ہیں۔ جو جو آپ پر لاگو ہوتے ہیں، اُن سب پر نشان لگائیں، اور کوئی بھی دوسرے عزم لکھیں جنہیں روح القدس آپ کے ذہن میں لائے۔"

- ☐ میں کبھی بھی مکمل طور پر اپنے آپ کو ظاہر نہیں کروں گا۔"
- ☐ "میں کبھی کسی کو دوبارہ اپنے دل تک رسائی نہیں دوں گا۔"
- ☐ "میں خود کو کبھی ضرورت مند نہیں بننے دوں گا۔"
- ☐ "میں انہیں اس سے پہلے رد کر دوں گا کہ وہ مجھے رد کریں۔"
- ☐ "میں کبھی اپنے باپ (یاماں) جیسا نہیں بنوں گا۔"
- ☐ "مجھے ہمیشہ ہر چیز اپنے قابو میں رکھنی چاہیے۔"
- ☐ "میں خود کو دوبارہ کبھی استعمال نہیں ہونے دوں گا۔"
- ☐ "میں کبھی کچھ دیے بغیر بدلے میں کچھ حاصل نہیں کروں گا۔"
- ☐ "میں اپنے گہرے گناہوں کو کسی کو معلوم نہیں ہونے دے سکتا، ورنہ مجھے رد کر دیا جائے گا۔"
- ☐ "مجھے مضبوط رہنا چاہیے۔"
- ☐ "مجھے کبھی کسی پر مکمل بھروسا نہیں کرنا چاہیے۔"
- ☐ "مجھے اپنے بچوں کو کبھی اداس نہیں ہونے دینا چاہیے۔"
- ☐ "مجھے اپنا اور اپنے بچوں کا تحفظ خود کرنا چاہیے، کیونکہ کوئی اور ایسا نہیں کرے گا۔"
- ☐ "مجھے ہر قیمت پر ہمیشہ تنازعے سے بچنا چاہیے۔"
- ☐ "مجھے ہمیشہ اچھا بننے کی کوشش کرنی چاہیے۔"
- ☐ "میں کبھی کسی مرد (یا عورت) کو اپنے قابو میں رکھنے یا مجھے نقصان پہنچانے کی اجازت نہیں دوں گا۔"
- ☐ "مجھے کبھی اپنی کمزوری ظاہر نہیں کرنی چاہیے۔"
- ☐ "میں کبھی خود کو کسی پر منحصر ہونے کی اجازت نہیں دوں گا۔"
- ☐ "میں درد محسوس نہیں کروں گا۔" (میں دوسروں کو کبھی اپنا درد محسوس نہیں ہونے دوں گا۔)
- ☐ "میں کبھی کچھ نہیں بن سکوں گا۔"
- ☐ "میں ہمیشہ ایک اجنبی ہی رہوں گا۔"
- ☐ "میں کبھی کامل، شفا یافتہ یا اس قابل نہیں بن سکوں گا کہ مجھے قبول کیا جائے۔"
- ☐ "میں دوبارہ کبھی غریب نہیں ہوں گا۔"
- ☐ "مجھے کبھی معاف نہیں کیا جائے گا۔"
- ☐ دیگر:

اب جبکہ آپ نے چیک لسٹیں مکمل کر لی ہیں، نیچے دی گئی دعا میں ہر چیز انکار کریں۔

آسمانی باپ، میری زندگی میں خوف اور دکھ کے اُن شعبوں کو ظاہر کرنے کے لیے آپ کا شکر ہے جنہیں میں نے جھوٹ کے ذریعے ڈھانپنے کی کوشش کی۔ میں جانتا ہوں کہ آپ سچائی چاہتے ہیں، اور سچائی مجھے آزاد کرتی ہے۔ خدا باپ، میں آپ کو اپنے حتمی اختیار کے طور پر تسلیم کرتا ہوں، اور اپنی بنائی ہوئی خود حفاظتی کی اُس “بادشاہی” کو آپ کے حوالے کرتا ہوں، جس میں میرے تمام “میں کروں گا،” “مجھے ضرور کرنا چاہیے،” “کبھی نہیں،” اور “ہمیشہ” شامل ہیں۔ میں یسوع کے نام میں دعا کرتا ہوں کہ آپ اپنی قدرت کے ذریعے اُن خود حفاظتی عہدوں کی جڑ میں موجود ہر باقی ماندہ دکھ کو شفا دیں۔ میں ان خود حفاظتی عہدوں کو کرنے سے توبہ کرتا ہوں، اور بالخصوص اس عہد ______________________________ سے انکار کرتا ہوں۔ میں اب اعلان کرتا ہوں کہ یہ خود حفاظتی عہد جھوٹ ہیں۔ اے خدا، میں آپ سے دعا کرتا ہوں کہ تمام گمراہ کن روحوں کو ڈانٹیں اور میرے گناہ کے ذریعے اُنہیں دی گئی ہر جگہ واپس لے لیں۔ خدا باپ، میں آپ سے التجا کرتا ہوں کہ میری اپنی حفاظت پر بھروسا کرنے کے بجائے آپ کی حفاظت پر بھروسا کرنا سیکھنے میں میری مدد کریں، اور میری زندگی میں آپ کی طرف سے اجازت دیے گئے کسی بھی دکھ کو شفا دینے کی اپنی قدرت پر توکل کرنے میں میری مدد کریں۔ یسوع کے نام میں، آمین۔

دوسرا مرحلہ

سچائی بمقابلہ فریب

مسیحی زندگی ایمان کے ساتھ اس کے مطابق جی جاتی ہے جو خُدا کہتا ہے کہ سچ ہے۔ یسوع سچائی ہے، روح القدس سچائی کی روح ہے، خُدا کا کلام سچائی ہے، اور ہمیں محبت میں سچ بولنا ہے (یوحنا6:14، افسیوں15:4)۔ بائبل کا سچائی پر ردِ عمل ایمان ہے، قطع نظر اس کے کہ ہم محسوس کرتے ہیں کہ یہ سچ ہے یا نہیں۔ مسیحیوں کو تمام جھوٹ، فریب، یا سچائی کو موڑنے، اور جھوٹ سے وابستہ کسی بھی دوسری شے کو ترک کرنا ہے۔ جھوٹ پر یقین رکھنا ہمیں بندھن میں رکھے گا۔ سچائی پر یقین کرنے کا انتخاب ہی وہ شے ہے جو ہمیں آزاد کرتی ہے (یوحنا32:8)۔

ہم خُدا کے حضور سچے اور شفاف ہو سکتے ہیں، کیونکہ ہمیں پہلے ہی معاف کر دیا گیا ہے، اور خُدا پہلے ہی ہمارے دلوں کے خیالات اور ارادوں کو جانتا ہے (عبرانیوں13:4)۔ تو پھر کیوں نہ سچے ہوں اور اپنے گناہوں کا اقرار کریں؟

درج ذیل دعا مانگ کر سچائی کے ساتھ اس وابستگی کا آغاز کریں۔ کسی بھی مخالف خیال، جیسے "یہ وقت کا ضیاع ہے" یا "کاش میں اس پر یقین کر سکتا، لیکن میں نہیں کر سکتا،" کو آپ کو آگے بڑھنے سے نہ روکنے دیں۔ جب آپ خدا پر بھروسا کریں گے، تو وہ آپ کو قوت بخشے گا۔

پیارے آسمانی باپ، آپ سچائی ہیں، اور میں آپ کی سچائی کے مطابق ایمان سے زندگی گزارنا چاہتا ہوں۔ سچائی مجھے آزاد کرے گی، لیکن بہت سے طریقوں سے مجھے جھوٹ کے باپ اور خود اپنے ہی ذریعے دھوکا دیا گیا ہے۔ میں روشنی میں چلنے کا انتخاب کرتا ہوں، یہ جانتے ہوئے کہ آپ مجھ سے محبت کرتے ہیں اور مجھے ویسا ہی قبول کرتے ہیں جیسا میں ہوں۔ میں سچائی کے روح کو اپنی رہنمائی کرنے کی دعوت دیتا ہوں۔ براہِ کرم مجھے ہر فریب سے محفوظ رکھیں، کیونکہ آپ فرماتے ہیں: "اَے خُدا! تُو مجھے جانچ اور میرے دِل کو پہچان۔ مجھے آزما اور میرے خَیالوں کو جان لے۔ اور دیکھ کہ مُجھ میں کوئی بُری روش ہے یا نہیں، اور مُجھے ابدی راہ میں لے چل۔" یسوع کے نام میں دعا کرتا ہوں، آمین۔

اگلے دو صفحات پر دی گئی تین مشقوں کی فہرستوں پر دعائیہ انداز میں غور کریں۔ ہر فہرست کے آخر میں دی گئی دعا کو استعمال کرتے ہوئے اُن تمام طریقوں کا اقرار کریں جن میں آپ نے فریب کے آگے گھٹنے ٹیکے یا اپنے آپ کا غلط طریقے سے دفاع کیا۔ آپ فوری طور پر اپنے ذہن کو نیا نہیں بنا سکتے، لیکن جب تک آپ اپنے ذہنی قلعوں یا دفاعی نظاموں—جنھیں جسمانی نمونے (Flesh Patterns بھی کہا جاتا ہے—کو تسلیم نہیں کرتے، یہ عمل شروع نہیں ہو سکتا۔ "

وہ طریقے جن سے آپ کو دنیا کے ذریعہ دھوکہ دیا جا سکتا ہے

☐ یہ یقین رکھنا کہ پیسے اور جائیداد کی کثرت مجھے خوش کر دے گی۔ (متی 22:13، 1 تیمتھیس 10:6)

☐ یہ یقین رکھنا کہ کھانا کھانے، شراب پینے، یا منشیات کا استعمال کرنے سے میری پریشانی دور ہو سکتی ہے اور مجھے خوشی مل سکتی ہے۔ (امثال 23:19-21)

☐ یہ یقین رکھنا کہ ایک کشش والا جسم، شخصیت، یا تصویر قبولیت اور اہمیت کے لیے میری ضروریات کو پورا کرے گی۔ (امثال 31:10، 1 پطرس 3:3-4)

☐ یہ یقین رکھنا کہ جنسی شہوت کو پورا کرنا بغیر کسی منفی نتائج کے دیرپا تسکین لائے گا۔ (افسیوں 4:22، 1 پطرس 2:11)

☐ یہ یقین رکھنا کہ میں گناہ کر سکتا ہوں اور مجھے اس کے کوئی منفی نتائج نہیں بھگتنے پڑیں گے۔۔ (عبرانیوں 3:12-13)

☐ یہ یقین رکھنا کہ اپنی ضروریات پوری کرنے کے لیے مجھے یسوع کے علاوہ بھی کسی اور چیز کی ضرورت ہے۔ (2 کرنتھیوں 11:2-4، 13-15)

☐ یہ یقین رکھنا کہ میں دوسروں کی پرواہ کیے بغیر جو چاہوں کر سکتا ہوں اور پھر بھی آزاد رہ سکتا ہوں۔ (امثال 16:18، عبدیاہ 3، 1 پطرس 5:5)

☐ یہ یقین رکھنا کہ میں بُری صحبت رکھ سکتا ہوں اور پھر بھی اُس سے متاثر نہیں ہوں گا۔ (1 کرنتھیوں 15:33-34)

☐ یہ یقین رکھنا کہ میں کچھ بھی پڑھ، دیکھ، یا سن سکتا ہوں اور خراب نہیں ہوں گا۔ (امثال 4:23-27، متی 5:28)

☐ یہ یقین رکھنا کہ میرے گناہ کے کوئی دنیاوی نتائج نہیں ہیں۔ (گلتیوں 6:7-8) یہ یقین رکھنا کہ خوش رہنے کے لیے مجھے کچھ لوگوں کی منظوری حاصل کرنا ضروری ہے۔ (گلتیوں 1:10)

☐ یہ یقین رکھنا کہ خدا کی طرف سے قبول کیے جانے کے لیے مجھے کچھ مذہبی معیار پورے کرنے ضروری ہیں۔ (گلتیوں 3:2-3، 5:1)

☐ یہ یقین رکھنا کہ خدا تک پہنچنے کے بہت سے راستے ہیں اور یسوع اُن بہت سے راستوں میں سے صرف ایک راستہ ہے۔ (یوحنا 14:6)

☐ یہ یقین رکھنا کہ میری شناخت اُس میں ہے جو میں کرتا ہوں (یا نہیں کرتا)، بجائے اس کے کہ میں مسیح میں کون ہوں۔ (1 پطرس 2:1-12)

☐ یہ یقین رکھنا کہ میں اپنے ماضی کی شرمندگی کا مستحق ہوں یا مجھے اسے اٹھانا چاہیے۔ (عبرانیوں 10:22)

☐ دیگر:

پیارے آسمانی باپ، میں اقرار کرتا ہوں کہ مجھے ____________________ کے ذریعہ دھوکہ دیا گیا ہے۔ میں آپ کی معافی کے لیے آپ کا شکر ادا کرتا ہوں، اور میں آپ کے کلام پر یقین کرنے اور یسوع پر ایمان لانے کا انتخاب کرتا ہوں جو سچائی ہے۔ یسوع کے نام میں میں دعا کرتا ہوں، آمین۔

خود کو دھوکہ دینے کے طریقے

☐ خُدا کا کلام سننا لیکن اس پر عمل نہ کرنا جو یہ کہتا ہے۔ (یعقوب 22:1)
☐ یہ کہنا، "مجھ میں کوئی گناہ نہیں ہے۔" (1 یوحنا 8:1)
☐ یہ سوچنا کہ میں برتر ہوں جبکہ میں واقعی نہیں ہوں۔ (گلتیوں 3:6)
☐ یہ سمجھنا کہ میں دنیاوی معیار کے مطابق دانا ہوں۔۔ (1 کرنتھیوں 19-18:3)
☐ یہ سمجھنا کہ میں سچا دیندار ہو سکتا ہوں، لیکن اپنی زبان پر قابو رکھنا ضروری نہیں۔ (یعقوب 26:1)
☐ یہ سمجھنا کہ میری مشکلات کا سرچشمہ خدا ہے۔ (نوحہ 24-1:3)
☐ یہ سمجھنا کہ میں کسی اور کی مدد کے بغیر کامیاب زندگی گزار سکتا ہوں۔ (1 کرنتھیوں 20-14:12)
☐ یہ یقین رکھنا کہ ________ کی کثرت مجھے خوش کر دے گی۔ (2 کرنتھیوں 18:4)
☐ یہ یقین رکھنا کہ میری شناخت میری طبی تشخیص یا ماضی کے صدمے میں ہے۔ (فلپیوں 19:4)
☐ یہ سوچنا کہ میں گنہگار ہوں جبکہ مجھے معاف کر دیا گیا ہے۔ (1 یوحنا 9:1)
☐ یہ سوچنا کہ خُدا کی محبت مشروط ہے۔ (کمانی پڑتی ہے) (رومیوں 6:5)
☐ یہ سوچنا کہ میں خُدا آپ کے ساتھ وقت گزارے بغیر سیدھا چل سکتا ہوں۔ (یوحنا 4:15)
☐ دیگر:

پیارے آسمانی باپ، میں اقرار کرتا ہوں کہ میں نے ____________ کے ذریعہ خود کو دھوکہ دیا ہے۔ آپ کی معافی کے لیے آپ کا شکر ہو۔ میں صرف آپ کی سچائی پر یقین کرنے کے لیے خود کو وقف کرتا ہوں۔ یسوع کے نام میں میں دعا کرتا ہوں، آمین۔

غلط طریقے سے اپنا دفاع کرنے کے طریقے

☐ مظلوم کا کارڈ کھیلنا۔

☐ واقعات اور ماضی کے صدمے کو دبانا۔ خیالی پلاؤ بنانا (دن میں خواب دیکھ کر، ٹی وی، فلموں، موسیقی، مطالعہ، سوشل میڈیا، کمپیوٹر یا وڈیو گیمز، منشیات یا شراب کے ذریعے حقیقت سے فرار)

☐ جذباتی طور پر الگ تھلگ ہونا (لوگوں سے کنارہ کشی اختیار کرنا یا رد کیے جانے سے بچنے کے لیے لوگوں کو فاصلے پر رکھنا)

☐ پسماندگی (کم خوفناک اوقات کی طرف واپس لوٹنا)

☐ غصے کا رخ موڑنا (بے گناہ لوگوں پر بھڑاس نکالنا)

☐ منتقل کرنا (اپنے اندر موجود ناپائیداری کو دوسروں سے منسوب کرنا۔)

☐ جواز پیش کرنا (اپنے برے رویے کے لیے بہانے بنانا)

☐ جھوٹ بولنا (جھوٹ کے ذریعے خود کی حفاظت کرنا)

☐ منافقت کرنا (ایک جھوٹی تصویر پیش کرنا)

☐ دیگر:

پیارے آسمانی باپ، میں اقرار کرتا ہوں کہ میں نے ________ کے ذریعہ غلط طریقے سے اپنا دفاع کیا ہے۔ آپ کی معافی کے لیے آپ کا شکر ہو۔ میں میرا دفاع اور حفاظت کرنے کے لیے آپ پر توکل کرتا ہوں۔ یسوع کے نام میں میں دعا کرتا ہوں، آمین۔

سچائی کے بیانات

1. **میں ایک سچے خُدا پر ایمان رکھتا ہوں،** جو باپ، بیٹے، اور روح القدس کے طور پر موجود ہے، جو سب کا خالق اور قائم رکھنے والا ہے۔ (خروج 3-2:20، کلسیوں 17-16:1)۔

2. **میں یسوع مسیح کو مسیح کے طور پر تسلیم کرتا ہوں،** جو صلیب پر اپنی فتح کے ذریعے ابلیس کے کاموں کو تباہ کرنے آیا تھا۔ (یوحنا 1:1، 14؛ 1 یوحنا 8:3، کلسیوں 15:2)۔

3. **میں ایمان رکھتا ہوں** کہ خُدا کی محبت میرے لیے مسیح کی قربانی میں ظاہر ہے، جو مجھے تاریکی سے اپنی بادشاہی میں لے جاتی ہے، فدیہ اور معافی پیش کرتی ہے۔ (رومیوں 8:5، کلسیوں 14-13:1)۔

4. **میں ایمان رکھتا ہوں** کہ اب میں خدا کا فرزند ہوں، اور ایمان کے وسیلے سے فضل ہی سے نجات پائی ہے، نہ کہ اپنے اعمال کے سے۔ (1 یوحنا 3-1:3، افسیوں 2:6، 9-8)۔

5. **میں خُداوند میں مضبوط اور قائم رہنے کا انتخاب کرتا ہوں،** اور بدی کا مقابلہ کرنے کے لیے اُس کی قدرت پر توکل کرتا ہوں اور خُدا کے تمام ہتھیار باندھتا ہوں۔ (افسیوں 20-10:6، فلپیوں 3:3، 2 کرنتھیوں 10:4)۔

6. **میں مکمل طور پر مسیح پر منحصر رہنے کا انتخاب کرتا ہوں،** پھل لانے کے لیے اُس میں قائم رہتا ہوں اور ہر اُس چیز کو رد کرتا ہوں جو اُس کی طرف سے نہیں ہے۔ (یوحنا 8-5:15، 1 کرنتھیوں 3:12)۔

7. **میں ایمان رکھتا ہوں کہ** یسوع ہی سچائی ہے، اور میں اُس کے وسیلے سے آزادی حاصل کرنے کا طالب ہوں۔ میں روشنی میں چلتا ہوں اور ہر خیال کو قید کر کے مسیح کا تابع بناتا ہوں۔ (یوحنا 32:8، 36؛ یوحنا 6:14، 2 کرنتھیوں 5:10، 2 تیمتھیس 17-15:3)۔

8. **میں اپنے آپ کو خُدا کے حضور زندہ قربانی کے طور پر پیش کرنے کا انتخاب کرتا ہوں،** اُس کے کلام کے ذریعے اپنے ذہن کو نیا بناتا ہوں۔ میں اعلان کرتا ہوں کہ میں مسیح میں ایک نیا مخلوق ہوں۔ (رومیوں 2-1:12، کلسیوں 10-9:3، 2 کرنتھیوں 17:5)۔

9. **میں روح القدس سے معمور ہونے، سچائی میں رہنمائی حاصل کرنے، اور جسمانی خواہشات پر غالب آنے کے لیے روح میں چلنے کا انتخاب کرتا ہوں۔** (افسیوں 18:5، یوحنا 13:16، گلتیوں 16:5)۔

10. **میں خودغرضانہ مقاصد کا انکار کرتا ہوں** اور محبت کے حتمی مقصد کو اپناتا ہوں، دو سب سے بڑے احکام کی تعمیل کرتا ہوں۔ (1 تیمتھیس 5:1، استثنا 5:6، متی 39-37:22)۔

11. میں ایمان رکھتا ہوں کہ خداوند یسوع کو آسمان اور زمین پر تمام اختیار حاصل ہے، اور وہ ہر حکومت اور اختیار کا سر ہے۔ میں اُس میں کامل ہوں۔ میں ایمان رکھتا ہوں کہ شیطان اور اُس کے شیاطین مسیح میں میرے تابع ہیں، کیونکہ میں مسیح کے بدن کا ایک رکن ہوں۔ لہٰذا، میں خدا کے تابع ہونے اور ابلیس کا مقابلہ کرنے کے حکم کی پیروی کرتا ہوں، اور یسوع مسیح کے نام میں شیطان کو حکم دیتا ہوں کہ وہ میری موجودگی سے چلا جائے اور یسوع کے پاس حاضر ہو تاکہ اُس سے نمٹا جائے۔ (متی 18:28، کلسیوں 10:2، افسیوں 23-19:1، یعقوب 7:4)۔

درج ذیل فہرست آپ کو اپنے آسمانی باپ اور اُس کی آپ سے محبت کی نئی اور گہری سمجھ حاصل کرنے میں مدد دے گی۔

میں اِس جھوٹ سے انکار کرتا ہوں کہ میرا خُدا باپ...	میں خوشی سے اس سچائی کو قبول کرتا ہوں کہ میرا خُدا باپ..
دور اور بے پروا	**میرے ساتھ گہرا تعلق رکھتا ہے اور میری زندگی میں شامل ہے**۔ زبور 139 :1- 18
بے حس اور بے پرواہ ہے	**میرے لیے مہربان اور شفیق ہے**۔ زبور 103 :8- 14
سخت اور تقاضا کرنے والا ہے	**مجھے قبول کرنے والا اور میرے لیے خوشی اور محبت سے معمور ہے** رومیوں 7:15، صفنیاہ 17:3
سست اور سرد ہے	**میرے لیے گرمجوش اور شفیق ہے** یسعیاہ 11:40، ہوسیع 11: 3-4
غیر حاضر یا میرے لیے بہت مصروف ہے	**ہمیشہ میرے ساتھ ہے اور میرے ساتھ رہنے کا مشتاق ہے** عبرانیوں 5:13، یرمیاہ 20:31، حزقی ایل 16-11:34
جو میں کرتا ہوں اس سے کبھی مطمئن نہیں ہوتا؛ بے صبرا یا غصیلا ہے	**میرے ساتھ صابر اور دیر سے غصہ ہونے والا** خروج 34 6 :، 2 پطرس 3 :9
مطلبی، ظالم یا بد سلوکی کرنے والا	**محبت کرنے والا، نرم مزاج اور میرا محافظ** یرمیاہ 31: 3، یسعیاہ 42: 3، زبور 18: 2
زندگی سے تمام تفریح ختم کرنے کی کوشش کرنے والا	**قابلِ اعتماد اور مجھے ایک کامل زندگی دینا چاہتا ہے؛ اس کی مرضی میرے لیے اچھی، پسندیدہ اور کامل ہے** نوحہ 23-22 :3، یوحنا 10 :10، رومیوں 2-1 :12
قابو میں رکھنے والا اور چالاک	**فضل اور رحم سے بھرا ہوا، اور وہ مجھے انتخاب کرنے کی آزادی دیتا ہے** عبرانیوں 16-15 :4، لوقا 16-11 :15
مجرم ٹھہرانے والا یا معاف نہ کرنے والا	**نرم دل اور معاف کرنے والا؛ اس کا دل اور بازو ہمیشہ میرے لیے کھلے ہیں** زبور 130 : 1- 4 لوقا 15: 17- 24
عیب جوئی کرنے والا، سخت گیر یا کمال پسندی کا طالب	**میری ترقی کے لیے پر عزم ہے اور اپنے بڑھتے ہوئے بچے کے طور پر مجھ سے محبت کرتا ہے اور میری تصدیق کرتا ہے** رومیوں 8: 28-29، عبرانیوں 11-5 :12، 2 کرنتھیوں 4 :7
بے انصاف یا غیر منصفانہ	**میرے ساتھ بالکل منصفانہ** استثنا 32: 4، رومیوں 2: 6

میں اس کی آنکھ کا سیب ہوں! (استثنا 32 :9- 10)

مندرجہ ذیل فہرست آپ کے اس علم کو تازہ کرنے میں مدد کرے گی کہ آپ مسیح میں کون ہیں۔

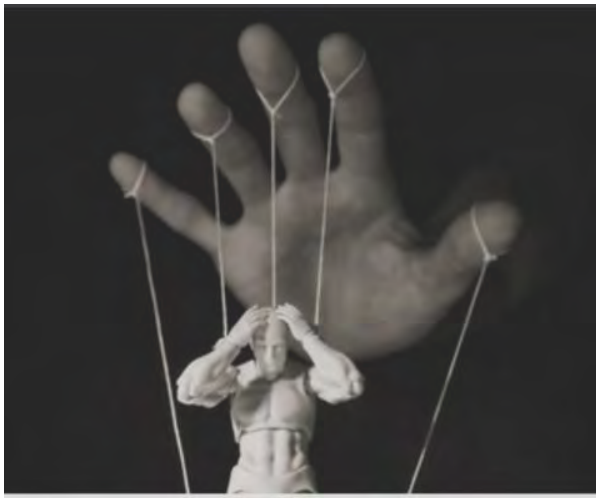
میں اس جھوٹ کو رد کرتا/کرتی ہوں کہ:	مسیح میں مَیں اس سچائی کا اقرار کرتا/کرتی ہوں کہ:
میں محبت کے لائق نہیں ہوں۔	**مَیں بہت پیارا/پیاری ہوں!** یوحنا15: 9 ؛ رومیوں 8 :35- 39 ؛ افسیوں 2: 4- 6
مَیں کافی اچھا/اچھی نہیں ہوں۔	**مَیں چُنا گیا/گئی ہوں!** یوحنا 15: 15- 16 افسیوں 1: 3- 6
مَیں نااہل ہوں۔	**مَیں راستباز ہوں!** رومیوں 8: 31-34؛ 1- کرنتھیوں 6: 19- 20 ؛ 2 کرنتھیوں5: 21
مَیں ناکافی ہوں۔	**مَیں مسیح کے وسیلہ سے سب کچھ کر سکتا/سکتی ہوں!** 2- کرنتھیوں 2 :14؛ 3: 5- 6؛ 12: 9؛ فلپیوں 4: 13
مَیں ناکام ہوں۔	**مَیں فتح مند ہوں!** رومیوں 8: 37؛ 2- کرنتھیوں 2: 14؛ 1- یوحنا 5:4
مَیں خوف زدہ ہوں۔	**مَیں یسوع کے نام میں خوف سے آزاد ہوں!** زبور 4: 8 ؛ 27: 1؛ 32: 7؛ 2 تیمتھیس 1: 7؛ 1- یوحنا 4: 18
مَیں پریشان ہوں۔	**مَیں اطمینان میں ہوں!**زبور 4: 8؛ 37: 5؛ فلپیوں 4: 6- 7 ، 11؛ عبرانیوں 13: 5
مَیں اتنا سمجھدار نہیں ہوں۔	**میرے پاس خدا کی حکمت ہے!** یوحنا 15:15؛ 16: 13- 14؛ 1- کرنتھیوں 1: 30 ؛ یعقوب 1: 5
مَیں غلامی میں ہوں۔	**مَیں آزاد کر دیا گیا/گئی ہوں!** یوحنا 8: 32- 36؛ 2- کرنتھیوں 3: 17 ؛ گلتیوں 5: 1، 13
مَیں ناپسندیدہ ہوں اور میرا کوئی نہیں ہے۔	**خدا نے مجھے اپنی اولاد ہونے کے لیے اپنا لیا ہے!** رومیوں 8: 16- 17 ؛ گلتیوں 4: 5- 7 ؛ 1- یوحنا 3: 2
مَیں قصوروار ہوں۔	**میرے تمام گناہ معاف کر دیے گئے ہیں!** افسیوں 1: 7؛ 2: 13؛ کلسیوں 1: 14
مَیں افسردہ ہوں۔	**خداوند کی خوشی میرے اندر ہے!** یوحنا 15: 11؛ 17: 13؛ رومیوں 15: 13؛ 1- یوحنا 1: 4
میرے اندر کوئی خاص بات نہیں ہے۔	**خدا نے مجھے چُن لیا ہے اور اپنے لیے مخصوص کر لیا ہے!** یوحنا 15: 16 ؛ 1- کرنتھیوں 1: 30 ؛ 6: 11
مَیں نااُمید ہوں۔	**مسیح میں میری اُمید ہے!** رومیوں 8: 20 – 25 ؛ 15: 4، 13؛ کلسیوں 1: 26- 27؛ 1- پطرس 1: 3
مَیں سزا کے لائق اور مجرم ٹھہرایا گیا ہوں۔	**مَیں بے الزام ہوں!** یوحنا 3: 18؛ 5: 24؛ رومیوں 8: 1
مَیں اکیلا/اکیلی ہوں۔	**مَیں کبھی اکیلا/اکیلی نہیں ہوں!** رومیوں 8: 38- 39 ؛ عبرانیوں 13: 5
مَیں خدا تک نہیں پہنچ سکتا/سکتی۔	**مجھے ہر وقت خدا تک رسائی حاصل ہے!** افسیوں 2: 18 ؛ عبرانیوں 4: 14- 16 ؛ 1- پطرس 2: 5- 9
مَیں شیطان سے ڈرتا/ڈرتی ہوں۔	**مسیح میں مجھے شیطان پر اختیار حاصل ہے!** کلسیوں 1: 13؛ 1- یوحنا 4:4؛ مکاشفہ 12: 7- 11

آسمانی باپ کا محبت نامہ

میرے پیارے بچے، کے نام،
شاید آپ مجھے نہیں جانتے ہوں، لیکن میں آپ کے بارے میں سب کچھ جانتا ہوں ....زبور 139: 1
یہاں تک کہ آپ کے سر کے تمام بال بھی گنے ہوئے ہیں .... متی 10: 9- 31
کیونکہ آپ میری صورت پر بنائے گئے تھے ....پیدائش 1: 27
آپ کے رحم میں بننے سے پہلے بھی میں آپ کو جانتا تھا.................................یرمیاہ 1: 4
جب میں نے تخلیق کا منصوبہ بنایا تو میں نے آپ کو چنا ....افسیوں 1: 11
اور میں نے آپ کو آپ کی ماں کے پیٹ میں بُنا ....زبور 139: 13
آپ کوئی غلطی نہیں ہیں، کیونکہ آپ کے تمام دن میری کتاب میں لکھے گئے ہیں ....زبور 139: 16
میں نے طے کیا کہ آپ کب پیدا ہوں گے اور کہاں رہیں گے ....اعمال 17: 26
کیونکہ میں آپ سے ابدی محبت رکھتا ہوں ....یرمیاہ 31: 3
مجھے ان لوگوں نے غلط پیش کیا جو مجھے نہیں جانتے ....یوحنا 8: 41- 44
میں دور اور غصہ والا نہیں ہوں بلکہ محبت کا کامل اظہار ہوں ....1 یوحنا 4: 16
اور میری خواہش ہے کہ آپ پر اپنی محبت نچھاور کروں 1 ....یوحنا 3: 1
کیونکہ ہر اچھی نعمت جو آپ کو ملتی ہے وہ میرے ہاتھ سے آتی ہے ....یعقوب 1: 17
میں آپ کو اس سے بڑھ کر دینا چاہتا ہوں جو آپ کا دنیاوی باپ آپ کو دے سکتا ہے .... متی 7: 11
کیونکہ میں کامل باپ ہوں .... متی 5: 48
اور میں مہیا کرنے والا ہوں جو آپ کی تمام ضروریات کو پورا کرتا ہے ....متی 6: 11- 33
آپ کے مستقبل کے لیے میرا منصوبہ ہمیشہ امید سے بھرا رہا ہے ....یرمیاہ 29: 11
آپ کے بارے میں میرے خیالات سمندر کے ساحل کی ریت سے بھی زیادہ بے شمار ہیں۔ زبور 139: 17
اور میں آپ پر گاتے ہوئے خوشی مناتا ہوں .... صفنیاہ 3: 17
میں آپ کے ساتھ بھلائی کرنا کبھی نہیں چھوڑوں گا ....یرمیاہ 32: 40
کیونکہ آپ میرا قیمتی سرمایہ ہیں ....خروج 19: 5
مجھ میں مسرور رہیں، اور میں تیری دل کی مرادیں پُوری کروں گا ....زبور 37: 4
کیونکہ میں ہی ہوں جس نے آپ کو وہ خواہشات دیں ....فلپیوں 2: 13
میں آپ کے لیے اس سے کہیں زیادہ کرنے پر قادِر ہوں جتنا آپ تصور کر سکتے ہیں ....افسیوں 3: 20- 21
کیونکہ میں آپ کا سب سے بڑا ہمت بڑھانے والا ہوں 2 .... تھسلنیکیوں 2: 16- 17
میں وہ باپ بھی ہوں جو آپ کی تمام مصیبتوں میں آپ کو تسلی دیتا ہے 2 ....کرنتھیوں 1: 3-4
جب آپ شکست خوردہ ہوتے ہیں تو میں آپ کے قریب ہوتا ہوں ....زبور 32: 18
جس طرح ایک چرواہا اپنے برّوں کو اٹھا کر اپنے سینے سے لگاتا ہے، اُسی طرح میں نے آپ کو اپنے دل کے قریب رکھا ہے۔.................. یسعیاہ 40 : 11
ایک دن میں آپ کی آنکھوں سے ہر آنسو پونچھ دوں گا ....مکاشفہ 4-3 :21
کیونکہ میں آپ سے ویسے ہی محبت کرتا ہوں جیسے میں اپنے بیٹے یسوع سے محبت کرتا ہوں ....یوحنا 17: 23
کیونکہ یسوع میں، آپ کے لیے میری محبت کا اظہار ہوتا ہے ....یوحنا 17: 23
وہ میری ذات کا عین نقش ہے ....عبرانیوں 3: 1
وہ یہ ظاہر کرنے آیا ہے کہ میں آپ ک حق میں ہوں، آپ کے خلاف نہیں ....رومیوں 8: 31
اور آپ کو بتانے کے لیے کہ میں آپ کے گناہوں کو شمار نہیں کر رہا ....2 کرنتھیوں 5: 18- 19
یسوع نے اس لیے جان دی تاکہ ہمارا میل ملاپ ہو سکے .... 2 کرنتھیوں 5: 18-19
اس کی موت آپ کے لیے میری محبت کا حتمی اظہار تھی 1یوحنا 4: 10
میں نے آپ کی محبت حاصل کرنے کے لیے اپنی ہر پیاری چیز کو قربان کر دیا ....رومیوں 8: 31- 32
اگر آپ میرے بیٹے کا تحفہ قبول کرتے ہیں تو آپ مجھے قبول کرتے ہیں 1 ....یوحنا 2: 23
اور کوئی بھی چیز آپ کو میری محبت سے دوبارہ الگ نہیں کرے گی ....رومیوں 8: 38- 39
گھر آئیں، اور میں آپ کے لیے ایسی خوشی مناؤں گا جس کا آسمان بھی گواہ ہو گا ....لوقا 15: 7
میں ہمیشہ سے باپ رہا ہوں، اور ہمیشہ باپ رہوں گا ....افسیوں 3: 14- 15
میرا سوال یہ ہے .... کیا آپ میرے بچے بنیں گے؟ ....یوحنا 1: 12- 13
اگر آپ کبھی مجھ سے بات کرنا چاہیں، تو میں محبت کے ساتھ ہمیشہ یہاں ہوں۔ آپ کا آسمانی باپ۔

تیسرا مرحلہ

تلخی بمقابلہ معافی



ہمیں رحم دل ہونے کی ہدایت کی گئی ہے جس طرح ہمارا آسمانی باپ رحم دل ہے (لوقا6: 36) اور دوسروں کو معاف کرنے کی ہدایت کی گئی ہے جیسے ہمیں معاف کیا گیا ہے (افسیوں4: 31)۔ ایسا کرنے سے ہم اپنے ماضی سے آزاد ہوتے ہیں اور شیطان کو ہمارا فائدہ اٹھانے کی اجازت نہیں ملتی (2 کرنتھیوں2: 10-11)۔ یہ دعا مانگ کر خدا سے کہیں کہ وہ ان لوگوں کو آپ کے ذہن میں لائے جنہیں آپ کو معاف کرنے کی ضرورت ہے۔

پیارے آسمانی باپ، میں اپنے لیے آپ کی مہربانی اور صبر کی دولت کے لیے آپ کا شکر ادا کرتا ہوں، یہ جانتے ہوئے کہ آپ کی مہربانی نے مجھے توبہ کی طرف مائل کیا ہے۔ میں اقرار کرتا ہوں کہ میں نے اُن لوگوں کے ساتھ وہ مہربانی اور صبر نہیں دکھایا جنہوں نے مجھے دکھ پہنچایا یا میری دل آزاری کی۔ اس کے بجائے، میں نے اُن کے خلاف اپنے غصے، تلخی اور کینے کو دل میں تھامے رکھا ہے۔ براہِ کرم میرے ذہن میں اُن تمام لوگوں کو لے آئیں جنہیں مجھے معاف کرنے کی ضرورت ہے، تاکہ میں اُن کے خلاف اپنے غصے، تلخی اور کینے سے آزاد ہو سکوں۔ یسوع کے نام میں دعا کرتا ہوں۔ آمین۔

معافی صرف بھول جانا نہیں ہے۔ جو لوگ اُن تمام باتوں کو بھلا دینا چاہتے ہیں جو اُن کے ساتھ کی گئی ہیں، وہ جلد ہی محسوس کریں گے کہ وہ ایسا نہیں کر سکتے۔ اُن لوگوں کو معاف کرنے میں تاخیر نہ کریں جنہوں نے آپ کو دکھ پہنچایا ہے، اس امید پر کہ ایک دن درد خود بخود ختم ہو جائے گا۔ جب آپ کسی شخص کو معاف کرنے کا انتخاب کرتے ہیں، تو مسیح آپ کے زخموں کو بھرنا شروع کر سکتا ہے۔ لیکن شفا کا عمل اُس وقت تک شروع نہیں ہو سکتا جب تک آپ پہلے معاف نہ کریں۔ ہم شفا پانے کے لیے معاف نہیں کرتے؛ بلکہ ہم معاف کرتے ہیں تاکہ شفا پا سکیں۔

معافی ایک انتخاب ہے، چونکہ خدا آپ سے معاف کرنے کا تقاضا کرتا ہے، اس لیے یہ ایک ایسا فیصلہ ہے جو آپ کر سکتے ہیں۔ بعض اوقات کسی کو معاف کرنا بہت مشکل ہوتا ہے، کیونکہ ہم فطری طور پر اُن تکلیفوں کا بدلہ لینا چاہتے ہیں جو ہم نے برداشت کی ہیں۔ معافی ہمیں اپنے انصاف اور حق بجانب ہونے کے احساس کے خلاف جاتی ہوئی محسوس ہوتی ہے۔ اسی لیے ہم اپنے غصے کو تھامے رکھتے ہیں اور اُن لوگوں کو اپنے ذہن میں بار بار سزا دیتے رہتے ہیں جنہوں نے ہمیں تکلیف پہنچائی ہے۔ لیکن خدا نے ہمیں ہدایت دی ہے کہ ہم کبھی اپنا بدلہ خود نہ لیں۔ (رومیوں12: 19)۔ خدا کو اُس شخص سے نمٹنے دیں۔ اُس شخص کو اپنے دل کے بوجھ سے آزاد کر دیں، کیونکہ جب تک آپ کسی کو معاف کرنے سے انکار کرتے ہیں، آپ اُس شخص سے جڑے رہتے ہیں۔ آپ اب بھی اپنے ماضی کے بندھن میں ہیں اور اپنی تلخی میں جکڑے ہوئے ہیں۔

معاف کرنے سے، آپ دوسرے شخص کو اپنے بوجھ سے آزاد کر دیتے ہیں، لیکن وہ خدا کی گرفت سے باہر نہیں ہوتے۔ آپ کو بھروسہ رکھنا چاہیے کہ خدا اس شخص کے ساتھ منصفانہ اور صحیح طریقے سے نمٹے گا، ایسا کام جو آپ خود نہیں کر سکتے۔ آپ کہہ سکتے ہیں، ”لیکن آپ نہیں جانتے کہ اُس شخص نے مجھے کتنا دکھ پہنچایا ہے!“ آپ بالکل درست کہتے ہیں۔ ہم نہیں جانتے، لیکن یسوع جانتا ہے؛ اور وہ آپ سے کہتا ہے کہ اپنی خاطر دوسروں کو معاف کریں۔ جب تک آپ اپنے غصے اور نفرت کو تھامے رکھتے ہیں، وہ شخص اب بھی آپ کی زندگی پر اثر انداز ہو رہا ہوتا ہے۔ آپ وقت کو پیچھے نہیں موڑ سکتے اور نہ ہی ماضی کو بدل سکتے ہیں، لیکن آپ اُس کے اثرات سے آزاد ہو سکتے ہیں۔ آپ اس درد کے چنگل سے نکل سکتے ہیں، اور اس کا ایک راستہ معاف کرنا ہے—دل سے معاف کرنا۔

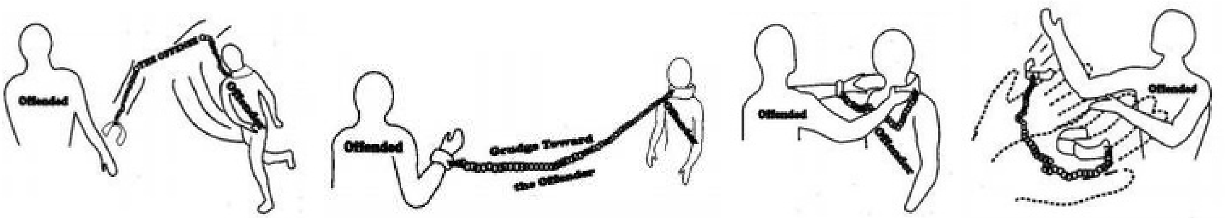
معافی کا مطلب ہے دوسرے شخص کے گناہ کے نتائج کے ساتھ رہنے پر رضامند ہونا۔ آپ کو بہر حال اُن نتائج کے ساتھ جینا ہو گا، خواہ آپ اسے پسند کریں یا نہ کریں۔ آپ کے سامنے یہ انتخاب ہے کہ آپ تلخی کی غلامی میں رہ کر اُن نتائج کے ساتھ جئیں یا معافی کی آزادی میں۔ لیکن کوئی بھی شخص اُس درد کو قبول کیے اور برداشت کیے بغیر حقیقی طور پر معاف نہیں کر سکتا جو کسی دوسرے کے گناہ کے نتیجے میں اُسے پہنچا ہے۔ یہ ناانصافی محسوس ہو سکتی ہے، اور آپ سوچ سکتے ہیں کہ اس میں انصاف کہاں ہے۔ لیکن انصاف صلیب پر ملتا ہے، جہاں معافی قانونی اور اخلاقی طور پر ممکن ہوئی۔ یسوع نے گناہ کے ابدی نتائج اپنے اوپر لے لیے۔ "جو گُناہ سے واقِف نہ تھا اُسی کو اُس نے ہمارے واسطے گُناہ ٹھہرایا تاکہ ہم اُس میں ہو کر خُدا کی راست باز ہو جائیں" (2 کرنتھیوں5: 21)۔

"دوسرے شخص کے آپ سے معافی مانگنے کا انتظار نہ کریں، بلکہ اس سے پہلے ہی اسے معاف کر دیں۔" ہو سکتا ہے وہ کبھی ایسا نہ کریں۔ یاد رکھیں، یسوع نے اپنے مصلوب کرنے والوں کے معافی مانگنے کا انتظار نہیں کیا کہ وہ انہیں معاف کرے۔ یہاں تک کہ جب وہ اُس کا مذاق اُڑا رہے تھے اور اُس پر طنز کر رہے تھے، "یِسُوعؔ نے کہا اَے باپ! اِن کو مُعاف کر کیونکہ یہ جانتے نہیں کہ کیا کرتے ہیں۔" (لوقا23: 34)۔

معمعافی آپ کے دل سے آنی چاہیے۔ خدا کو ان تکلیف دہ یادوں کو سطح پر لانے دیں، اور پھر ایمانداری سے تسلیم کریں کہ آپ اُن لوگوں کے بارے میں کیسا محسوس کرتے ہیں جنہوں نے آپ کو دکھ پہنچایا ہے۔ اگر آپ کی معافی آپ کی زندگی کے جذباتی مرکز تک نہیں پہنچتی، تو یہ نامکمل رہے گی۔ اکثر ہم درد سے ڈرتے ہیں، اس لیے اپنے جذبات کو اپنے اندر گہرائی میں دفن کر دیتے ہیں۔ خدا کو ان زخمی جذبات کو سطح پر لانے دیں، تاکہ وہ انہیں شفا دینا شروع کر سکے۔

معافی کا مطلب یہ فیصلہ کرنا ہے کہ کسی کے گناہ کو مزید اُس کے خلاف نہ رکھا جائے۔ تلخ لوگوں کے لیے یہ عام بات ہے کہ وہ اُن لوگوں کے خلاف ماضی کی تکلیفیں دل میں لیے پھرتے ہیں جنہوں نے انہیں دکھ پہنچایا ہو۔ وہ چاہتے ہیں کہ وہ لوگ اپنے کیے پر شرمندہ ہوں اور بُرا محسوس کریں۔ لیکن ہمیں ماضی کو چھوڑنا ہو گا اور بدلہ لینے کے ہر خیال کو رد کرنے کا انتخاب کرنا ہو گا۔ اس کا مطلب یہ نہیں کہ آپ کو دوسروں کے آئندہ گناہوں یا غلط رویّوں کو برداشت کرتے رہنا چاہیے۔ خدا گناہ کو برداشت نہیں کرتا، اور نہ ہی ہمیں کرنا چاہیے۔ اپنے آپ کو دوسروں کی طرف سے مسلسل بدسلوکی کا نشانہ نہ بننے دیں۔ گناہ کے خلاف مضبوط موقف اختیار کریں، جبکہ اُن لوگوں کے ساتھ فضل اور معافی کا رویہ برقرار رکھیں جو آپ کو دکھ پہنچاتے ہیں۔ اپنے آپ کو مزید بدسلوکی سے محفوظ رکھنے کے لیے دانشمندانہ اور صحت مند حدود قائم کرنے میں آپ کو مدد کی ضرورت ہو سکتی ہے۔ (افسیوں4: 29-32)

معافی کا انتظار تب تک نہیں کیا جا سکتا جب تک آپ معاف کرنے کا دل نہ چاہیں۔ آپ کبھی بھی اس مقام تک نہیں پہنچ پائیں گے۔ اس کے باوجود، معاف کرنے کا مشکل فیصلہ کریں، چاہے آپ کا دل اس پر آمادہ نہ ہو۔ ایک بار جب آپ معاف کرنے کا انتخاب کر لیتے ہیں، تو شیطان اُس معاملے میں آپ پر اپنا اختیار کھو دیتا ہے، اور خدا کا شفا بخش لمس آپ کی زندگی میں کام کرنے کے لیے آزاد ہوتا ہے۔ آپ کو آزادی ابھی حاصل ہو سکتی ہے، لیکن جذباتی تبدیلی فوراً واقع نہیں ہو گی۔



- **افسیوں 4: 32** "اور ایک دُوسرے پر مہربان اور نرم دِل ہو اور جِس طرح خُدا نے مسیح میں تُمہارے قصُور مُعاف کِئے ہیں تُم بھی ایک دُوسرے کے قصُور مُعاف کرو۔ "
- **عبرانیوں 10: 30-31** "کیونکہ اُسے ہم جانتے ہیں جِس نے فرمایا کہ اِنتقام لینا میرا کام ہے۔ بدلہ مَیں ہی دُوں گا اور پِھر یہ کہ خُداوند اپنی اُمّت کی عدالت کرے گا۔ زِندہ خُدا کے ہاتھوں میں پڑنا ہَولناک بات ہے۔ "

اب آپ اُن لوگوں کے ناموں کی فہرست بنانا شروع کرنے کے لیے تیار ہیں جو آپ کے ذہن میں آتے ہیں۔ اس مرحلے پر یہ سوال نہ کریں کہ آیا آپ کو اُنہیں معاف کرنے کی ضرورت ہے یا نہیں۔ اگر کوئی نام آپ کے ذہن میں آئے تو اُسے لکھ لیں۔

بعض اوقات ہم اپنے خلاف بھی ماضی میں کیے گئے غلط فیصلوں اور انتخاب کی وجہ سے چیزیں دل میں رکھتے ہیں اور خود کو سزا دیتے رہتے ہیں۔ فہرست میں "خود" بھی لکھیں اور اس بات کو یقینی بنائیں کہ آپ وہ سب کچھ درج کریں جس کے لیے آپ کو خدا کی معافی قبول کرنے کی ضرورت ہے، نیز وہ تمام جذبات یا غلط شناختیں جو ان تجربات کے نتیجے میں پیدا ہوئی ہیں۔ خدا کی معافی کو قبول کرنا اس سچائی کو قبول کرنا ہے کہ خدا نے مسیح میں آپ کو پہلے ہی معاف کر دیا ہے۔ اگر خدا نے آپ کو معاف کر دیا ہے، تو آپ واقعی معاف کیے جا چکے ہیں!

اپنی فہرست کے آخر میں "خدا کے خلاف خیالات" بھی لکھیں۔ ظاہر ہے، خدا نے کبھی کوئی غلط کام نہیں کیا، اس لیے ہمیں اسے معاف کرنے کی ضرورت نہیں۔ تاہم، کبھی کبھی ہم اُس کے خلاف غصے یا ناراضی کے جذبات رکھتے ہیں، کیونکہ اُس نے وہ نہیں کیا جو ہم چاہتے تھے کہ وہ کرے۔ خدا کے خلاف غصہ، ناراضی یا کینے کے یہ جذبات اُس کے اور ہمارے درمیان ایک دیوار کھڑی کر سکتے ہیں، اس لیے ہمیں ایسے جذبات کو چھوڑ دینا چاہیے۔

ایک بار جب آپ فہرست مکمل کرلیں، تو درج ذیل دعا مانگیں:

پیارے آسمانی باپ، میں ____________ کو ____________ کے لیے معاف کرنے کا انتخاب کرتا ہوں، اگرچہ اس سے مجھے ____________ محسوس ہوا۔

ہر شخص کو ہر تکلیف دہ یاد کے لیے معاف کرنے کے بعد، مندرجہ ذیل دعا مانگیں:

خداوند یسوع، میں کینہ دل میں نہ رکھنے کا انتخاب کرتا ہوں۔ میں بدلہ لینے کے اپنے حق سے دستبردار ہوتا ہوں اور آپ سے درخواست کرتا ہوں کہ میرے زخمی جذبات کو شفا دیں۔ مجھے تلخی کی غلامی سے آزاد کرنے کے لیے آپ کا شکر ہے۔ اب میں آپ سے دعا کرتا ہوں کہ اُن لوگوں کو برکت دیں جنہوں نے مجھے دکھ پہنچایا ہے۔ یسوع کے نام میں دعا کرتا ہوں، آمین۔

اپنے لیے خدا کی معافی کو قبول کرنے کے لیے درج ذیل دعا کا استعمال کریں:

پیارے آسمانی باپ، میں ________ کے لیے آپ کی معافی قبول کرنے کا انتخاب کرتا ہوں۔ میں اب آپ کی مکمل معافی کو قبول کرتا ہوں اور اپنے آپ کو کوسنے یا جرم کا بوجھ اٹھانے کے اپنے حق سے دستبردار ہوتا ہوں۔ یسوع کے نام میں تلخی کی بندش سے مجھے آزاد کرنے کا شکریہ، آمین۔

خدا کے خلاف خیالات کے لیے مندرجہ ذیل دعا کا استعمال کریں:

پیارے آسمانی باپ، میں اعتراف کرتا ہوں کہ میں نے آپ کے خلاف غصے کے خیالات رکھے اور اس بات کو آپ کے خلاف دل میں رکھا کہ ________________ نے مجھے ________________ محسوس کرایا۔ میں آپ کے خلاف گناہ کرنے پر شرمندہ ہوں۔ مجھے اپنی تلخی اور شک کے بندھن سے آزاد کرنے کے لیے آپ کا شکر ہے۔ براہِ کرم میرے زخمی جذبات کو شفا دیں۔ اب میں آپ کا شکر ادا کرنے، آپ کی حمد کرنے، اور آپ کو عزت اور جلال دینے کا انتخاب کرتا ہوں۔ یسوع کے نام میں، آمین۔

(صفحہ پھاڑ لیں)

لوگ جنہوں نے مجھے دکھ پہنچایا	انہوں نے کیا کیا / کیا نہیں کیا	میں نے کیسا محسوس کیا اور اپنے بارے میں کیا یقین رکھا لوگ جنہوں نے مجھے دکھ پہنچایا

(صفحہ پھاڑ لیں)

لوگ جنہوں نے مجھے دکھ پہنچایا	انہوں نے کیا کیا /کیا نہیں کیا	میں نے کیسا محسوس کیا اور اپنے بارے میں کیا یقین رکھا لوگ جنہوں نے مجھے دکھ پہنچایا

جذباتی درد کے الفاظ

ایک مذاق
چھوڑا ہوا
ملزم
خوفزدہ
میرا ہی قصور
اکیلا
ہمیشہ غلط
غصے میں
پریشان
شرمسار
کمتر دکھایا گیا
بیوفائی
دھوکہ دیا گیا
تلخ
الزام تراشی کی گئی
کچھ بھی درست نہیں کر سکتا
کسی پر بھروسہ نہیں کر سکتا
سستا
مجرم
الجھن کا شکار
قابو میں رکھا گیا
منقطع
کچلا ہوا
دھوکہ دیا گیا
شکست خوردہ
بے بس
محروم
ذلیل
افسردہ
خواہشات کو مسترد کر دیا گیا
ناامیدی
تباہ شدہ
بے قدر
تعلق نہیں رکھتا تھا
گندا
مایوس
بیزار
بے عزت
مسلط
شرما
خالی
بے نقاب
ناکامی
خوف

احمقانہ
مجبور
پھنسایا گیا
مایوس
کسی کام کا نہیں
گناہگار
غلیظ
نفرت
خود سے نفرت
بے بس
ناامید
ذلیل
دکھ پہنچا
ناپاک
ناکافی
بے ہودہ
کمتر
غیر محفوظ
میری ضروریات سے بے حس
غیر اہم
باطل
باہر نکالا ہوا
جھوٹ بولا گیا
تنہا
مذاق اڑایا گیا
چالاکی
بے عقل
بدسلوکی کی گئی
غلط سمجھا گیا
دست درازی کی گئی
نظر انداز
کسی کام کا نہیں
تصدیق نہیں ہو رہی
عزیز نہیں رکھا گیا
جینے کے قابل نہیں
سننے والا کوئی نہیں
میعار پر پورا نہ اترنا
بے قدر
سن
بے قابو
مغلوب
قابلِ رحم
دباؤ میں
کارکردگی کا دباؤ

عوامی طور پر شرمندہ
مسترد
رد کیا جانا
بیزاری
بدلہ
برباد
افسردہ
خوفزدہ
تنہا
خود سے بیزاری
شرمسار
پریشان
بیوقوف
دم گھٹتا ہوا
خودکشی کا رجحان
فائدہ اٹھایا گیا
خوفزدہ
صدمے سے دوچار
ٹکڑے ٹکڑے
پھنسا ہوا
بدصورت
رابطہ کرنے میں ناکام
غیر مقبول
بے حس
بے پرواہ
غیر منتخب
ناپاک
ناانصافی سے پرکھا گیا
ناانصافی سے برتاؤ کیا گیا
نااہل
غیر اہم
ناپائیدار
نفرت انگیز
غیر ضروری
غیر محفوظ
غیر محفوظ
بے حس
ناپسندیدہ
استعمال شدہ
پامال
مظلوم
غیر محفوظ
بے قدر
زخمی

روحانی بندھن (عورتوں کے لیے — مرحلہ 3 میں مکمل کریں)

ہم تین حصوں پر مشتمل ہیں: جسم، روح (جہاں روح القدس ہمارے اندر رہتا ہے)، اور نفس (ہمارا ذہن، مرضی، اور جذبات)۔ نفس، خاص طور پر جذبات، وہ جگہ ہے جہاں ہم زندگی میں اپنے گہرے ترین دکھوں کا تجربہ کرتے ہیں۔ انسانوں کے ذریعے دشمن ہمارے ساتھ جو کچھ کر سکتا ہے۔

اسے محدود کرنے کے لیے، اکثر دوسروں کے ساتھ سابقہ روحانی اور جذباتی تعلقات کے ذریعے قائم ہونے والے منفی "تعلقات" کو توڑنا فائدہ مند ہوتا ہے۔ ہم انہیں روحانی بندھن کہتے ہیں۔

منفی روحانی بندھن اُس وقت قائم ہو سکتے ہیں جب دو غیر شادی شدہ افراد کے درمیان جنسی تعلق قائم ہو۔ بعض اوقات فطری رشتے، جیسے والدین اور بچوں کے درمیان تعلق، بھی ہمارے دشمن کی طرف سے ہمارے خلاف استعمال کیے جا سکتے ہیں۔ **برائے مہربانی نوٹ کریں:** ہم اُن رشتوں کو توڑنے کی کوشش نہیں کر رہے جو خدا کی طرف سے قائم کیے گئے ہیں؛ بلکہ صرف اُس حصے سے دستبردار ہونا چاہتے ہیں جس پر تاریکی کی بادشاہی کا اثر یا اختیار قائم ہو گیا ہو۔

مندرجہ ذیل دعا مانگنے کے بعد، ان تمام لوگوں کے ناموں کی فہرست بنائیں جن کے ساتھ آپ کا گہرا تعلق رہا ہے لیکن اس میں آپ کے ماضی کا ایک غیر صحت بخش پہلو بھی شامل ہے۔ اس میں خاندان کے افراد، شادی سے باہر سابقہ جنسی شرکاء، قریب ترین دوست (بچپن کے بھی)، معالجین/ڈاکٹرز، خاص اساتذہ، مالکان/ہمراہ کام کرنے والے، گاہک وغیرہ شامل ہو سکتے ہیں۔ یاد رکھیں، کسی منفی روحانی تعلق کو توڑنے سے پہلے معافی کا ہونا ضروری ہے۔

پیارے آسمانی باپ، برائے مہربانی ایسے کسی بھی تعلق کو ظاہر کریں اور میرے ذہن میں لائیں جس کا ایک غیر صحت بخش روحانی بندھن ہے جس سے آج نمٹنے کی ضرورت ہے۔ پیشگی شکریہ، اس آزادی کے لیے جو آپ مجھے اس کے ذریعے دیں گے۔ میں خداوند یسوع مسیح کے نام میں یہ دعا مانگتا ہوں، آمین۔

(صفحہ پھاڑ لیں)

روحانی بندھن

(خاندان کے افراد، شادی سے باہر جنسی شرکاء، قریب ترین دوست، معالجین، ڈاکٹرز، خاص اساتذہ، مالکان، ہمراہ کام کرنے والے، گاہک، وغیرہ)

1۔

2۔

3۔

4۔

5۔

6۔

7۔

8۔

9۔

10۔

11۔

12۔

13۔

14۔

15۔

16۔

17۔

18۔

19۔

20۔

(صفحہ پھاڑ لیں)

روحانی بندھن

(خاندان کے افراد، شادی سے باہر جنسی شرکاء، قریب ترین دوست، معالجین، ڈاکٹرز، خاص اساتذہ، مالکان، ہمراہ کام کرنے والے، گاہک، وغیرہ)

21۔

22۔

23۔

24۔

25۔

26۔

27۔

28۔

29۔

30۔

31۔

32۔

33۔

34۔

35۔

36۔

37۔

38۔

39۔

40۔

دشمن کے قائم کردہ ہر تعلق کو منسوخ کرنے کے لیے درج ذیل اعلان کا استعمال کریں۔

خداوند یسوع مسیح کے نام میں، میں ____________________ اور اپنے درمیان موجود تمام منفی روحانی بندھنوں کو منسوخ، ختم اور مسترد کرتا ہوں۔ میں یسوع کے نام میں شیطان کی طرف سے بااختیار کیے گئے ہر ایسے تعلق کو مسترد کرتا ہوں اور اُن تمام طریقوں کو رد کرتا ہوں جن کے ذریعے دشمن نے ان تعلقات کو میرے خلاف استعمال کیا ہے۔ میں ان تعلقات کے نتیجے میں پیدا ہونے والے تمام ناپاک، تباہ کن اور تکلیف دہ اثرات کو منسوخ کرتا ہوں، جو اس وقت میری زندگی، میری شادی، میرے خاندان یا میری خدمت پر اثرانداز ہو رہے ہیں یا ماضی میں اثرانداز ہوئے ہیں۔ میں ان تعلقات کے ہر اُس حصے پر، جو خدا کی طرف سے قائم اور بااختیار ہے، اپنے خداوند یسوع مسیح کی برکت کا دعویٰ کرتا ہوں۔ میں یہ دعا اپنے خداوند یسوع مسیح کے نام اور اُس کے اختیار میں مانگتا ہوں۔ آمین۔

مکمل کرنے کے بعد، دعا مانگ کر اپنے جسم کو خداوند کے سپرد کریں۔

خداوند یسوع، میں اُن تمام طریقوں کو مسترد کرتا ہوں جن کے ذریعے میں نے اپنے جسم کو ناراستی کے ہتھیار کے طور پر استعمال کیا، اور میں جان بوجھ کر یا نادانستہ طور پر اس میں شریک ہونے کا اقرار کرتا ہوں۔ اب میں اپنی آنکھوں، کانوں، منہ، ذہن، دل، ہاتھوں، پاؤں اور جنسی اعضا کو راستبازی کے ہتھیاروں کے طور پر آپ کے سامنے پیش کرنے کا انتخاب کرتا ہوں۔ میں اپنے پورے جسم کو آپ کے سامنے ایک زندہ، مقدس اور پسندیدہ قربانی کے طور پر پیش کرتا ہوں، اور اپنے جسم کے جنسی استعمال کو صرف ازدواجی تعلق کے لیے محفوظ رکھنے کا انتخاب کرتا ہوں۔ میں ابلیس کے اس جھوٹ کو رد کرتا ہوں کہ میرا جسم پاک نہیں ہے، یا گندا ہے، یا آپ کی نظر میں کسی بھی طرح ناقابلِ قبول ہے۔ خداوند، آپ کا شکر ہے کہ آپ نے مجھے مکمل طور پر پاک اور معاف کر دیا ہے، اور آپ مجھ سے ویسے ہی محبت کرتے اور مجھے قبول کرتے ہیں جیسا میں ہوں۔ اس لیے میں اپنے آپ کو اور اپنے جسم کو آپ کی نظر میں پاک اور قابلِ قبول سمجھنے کا انتخاب کرتا ہوں۔ یسوع کے نام میں، آمین۔

چوتھا مرحلہ

بغاوت بمقابلہ تابعداری

MICHIGAN
STATE POLICE
NO
NO
NO
NO
NO
NO

ہم ایک سرکش دور میں جی رہے ہیں۔ بہت سے لوگ اُن لوگوں پر تنقید کرتے ہیں جو اُن پر اختیار رکھتے ہیں، اور صرف اُس وقت تابع ہوتے ہیں جب ایسا کرنا اُن کے لیے آسان ہو یا انہیں پکڑے جانے کا خوف ہو۔ بائبل ہمیں اپنے اوپر اختیار رکھنے والوں کے لیے دعا کرنے کی ہدایت دیتی ہے (1 تیمتھیس 2: 1-2) اور حکومتی اختیارات کے تابع رہنے کی تعلیم دیتی ہے (رومیوں 13: 1-7)۔ خدا اور اُس کی طرف سے قائم کیے گئے اختیار کے عہدوں کے خلاف بغاوت ہمیں روحانی طور پر کمزور کر سکتی ہے۔ تاہم، خدا ہمیں دنیاوی حکام کی نافرمانی کی اجازت اُس وقت دیتا ہے جب وہ ہم سے کوئی اخلاقی طور پر غلط کام کرنے کا تقاضا کریں یا اپنے جائز اختیار کی حدود سے تجاوز کریں۔ تابعدار روح اور خادم کا دل پیدا کرنے کے لیے درج ذیل دعا مانگیں۔

پیارے آسمانی باپ، آپ نے فرمایا ہے کہ بغاوت جادوگری کے گناہ کی مانند ہے، اور سرکشی بت پرستی اور بتوں کی پرستش کی مانند ہے۔ میں اقرار کرتا ہوں کہ میں ہمیشہ تابع تابعدار نہیں رہا، بلکہ اپنے رویے اور اعمال کے ذریعے آپ کے خلاف، اور اُن لوگوں کے خلاف بھی اپنے دل میں بغاوت کرتا رہا ہوں جنہیں آپ نے میرے اوپر اختیار کا مقام دیا ہے۔ براہِ کرم مجھے وہ تمام طریقے دکھائیں جن سے میں سرکش رہا ہوں۔ میں اب ایک تابعدار روح اور خادم کا دل اختیار کرنے کا انتخاب کرتا ہوں۔ یسوع کے نام میں دعا کرتا ہوں۔ آمین۔

یہ ایمان کا ایک عمل ہے کہ ہم خدا پر بھروسا کریں کہ وہ ایسے رہنماؤں کے ذریعے بھی ہماری زندگیوں میں کام کر سکتا ہے جو کامل نہیں ہیں، کیونکہ خدا نے ہمیں ایسا کرنے کی ہدایت دی ہے۔ اگر قیادت کے عہدوں پر فائز لوگ اپنے اختیار کا غلط استعمال کریں اور بے گناہ لوگوں کی حفاظت کے لیے بنائے گئے قوانین کی خلاف ورزی کریں، تو آپ کو کسی اعلیٰ اختیار سے مدد حاصل کرنے کی ضرورت ہے۔ تاہم، صرف اس وجہ سے یہ فرض نہ کریں کہ اختیار رکھنے والا کوئی شخص خدا کے کلام کی خلاف ورزی کر رہا ہے کہ وہ آپ سے کوئی ایسا کام کرنے کو کہہ رہا ہے جو آپ کو پسند نہیں۔ خدا نے ہماری حفاظت اور معاشرے میں نظم وضبط قائم رکھنے کے لیے اختیار کی مخصوص حدود مقرر کی ہیں۔ اگر حکومتی اور انتظامی اختیارات موجود نہ ہوں، تو معاشرہ افراتفری کا شکار ہو جائے گا۔

ذیل کی فہرست کو دیکھتے ہوئے، خدا کو اجازت دیں کہ وہ آپ کو دکھائے کہ آپ کن لوگوں کے خلاف سرکش رہے ہیں اور آپ کی سرکشی کس طرح ظاہر ہوئی۔ جو بھی گناہ خدا آپ کے ذہن میں لائے، اُس کا اقرار کرنے کے لیے درج ذیل دعا استعمال کریں۔

شہری حکومت (بشمول ٹریفک قوانین، ٹیکس قوانین، اور حکومتی عہدیداروں کے ساتھ رویہ)، (رومیوں 13: 1-7، 1 تیمتھیس 2: 1-4، 1 پطرس 2: 13-17)

☐ والدین، سوتیلے والدین، یا قانونی سرپرست (افسیوں 6: 1-3)

☐ اساتذہ، کوچز، اسکول کے عہدیدار (رومیوں 13: 1-4)

☐ مالکان (ماضی اور حال)، (1 پطرس 2: 18-23)

☐ شوہر (1 پطرس 3: 1-4) یا بیوی (افسیوں 5: 21، 1 پطرس 3: 7)

☐ چرچ کے رہنما (عبرانیوں 13: 7)

☐ خدا (دانی ایل 9: 5-9)

☐ دیگر:

آسمانی باپ، میں اعتراف کرتا ہوں کہ میں______ کے ذریعے______ کے ساتھ سرکش رہا ہوں۔ آپ کی معافی کا شکریہ۔ میں آپ کے کلام کے تابع اور فرمانبردار ہونے کا انتخاب کرتا ہوں۔ یسوع کے نام میں، میں دعا کرتا ہوں، آمین۔

بغاوت اکثر عدمِ تعاون پر مبنی رویے اور تنقیدی رویّے کے ذریعے ظاہر ہوتی ہے۔ درج ذیل اعمال بغاوت سے جنم لے سکتے ہیں۔

☐ جائز ہدایات کی تعمیل کرنے یا پیروی کرنے سے انکار کرنا۔

☐ ہدایات یا ضروریات کو نظر انداز کرنا یا انہیں اپنی مرضی کے مطابق ڈھالنا۔

☐ یہ ماننا کہ اپنے اوپر اختیار رکھنے والوں کے لیے دعا کرنے کے بجائے ان پر تنقید کرنا میرا حق ہے۔

☐ اختیار رکھنے والی شخصیات کے بارے میں تنقیدی بیانات دینا۔

☐ تجربہ اور حکمت رکھنے والے لوگوں کے مشورے کو مسترد کرنا۔

☐ لوگوں، گروہوں یا تنظیموں میں تیزی سے نقص نکالنا، خاص طور پر اختیار رکھتے ہیں۔

☐ اختیار رکھنے والے لوگوں کی ہر بات یا کام میں منفی پہلو تلاش کرنا۔

☐ منفی معلومات اُن لوگوں تک پہنچانا جو نہ تو مسئلے کا حصہ ہیں اور نہ ہی اس کے حل میں شامل ہیں۔

☐ دوسروں کے ساتھ بات چیت سے گریز کرنا (اثر اکثر مختصر، کٹے ہوئے جوابات یا خاموشی سے ظاہر ہوتا ہے)۔

☐ کسی دوسرے شخص سے، یا اُس کے بارے میں، بے احترامی سے بات کرنا۔

☐ گفتگو میں آخری بات کہنے پر اصرار کرنا۔

☐ دیگر:

خداوند، میں______________ کے ذریعے ظاہر ہونے والی اپنی باغیانہ اور گناہ آلود روش کو مسترد کرتا ہوں اور اپنی زندگی کے ان شعبوں کو آپ کے اختیار کے تابع کرتا ہوں۔ میری بغاوت کو معاف کرنے کے لیے آپ کا شکر ہے۔ میں اب آپ کے کلام کے تابع رہنے اور اُس کی فرمانبرداری کرنے کا انتخاب کرتا ہوں۔ یسوع کے نام میں دعا کرتا ہوں۔ آمین۔

پانچواں مرحلہ

غرور بمقابلہ عاجزی

غرور سے پہلے زوال آتا ہے، لیکن خدا عاجزوں کو فضل بخشتا ہے (یعقوب 4: 6، 1 پطرس 5: 1-10)۔ عاجزی خدا پر صحیح اور مکمل بھروسا رکھنے کا نام ہے۔ اور ہمیں ہدایت کی گئی ہے کہ، "جسم پر کوئی بھروسہ نہ رکھو" (فلپیوں 3: 3)۔ ہمیں ہونا چاہیے، "خُداوند میں اور اُس کی قُدرت کے زور میں مضبُوط۔" (افسیوں 6: 10)۔ امثال 3: 5-7 ہمیں ترغیب دیتی ہے کہ، "سارے دِل سے خُداوند پر توکُّل کر اور اپنے فہم پر تکیہ نہ کر۔" خدا کی ہدایت مانگنے کے لیے درج ذیل دعا کا استعمال کریں:

پیارے آسمانی باپ، آپ نے فرمایا ہے کہ ہلاکت سے پہلے غرور اور زوال سے پہلے تکبر کی روح آتی ہے۔ میں اقرار کرتا ہوں کہ میں نے دوسروں کی ضروریات کے بجائے اپنی ضروریات اور خواہشات پر زیادہ توجہ مرکوز کی۔ میں نے ہمیشہ اپنے آپ کا انکار نہیں کیا، روزانہ اپنی صلیب نہیں اٹھائی اور آپ کی پیروی نہیں کی۔ میں نے اپنی مرضی کو آپ کی مرضی پر ترجیح دی اور اپنی زندگی کو آپ کے بجائے اپنے گرد مرکوز رکھا۔ میں اپنے غرور اور خود غرضی کا اقرار کرتا ہوں، اور دعا کرتا ہوں کہ میری زندگی میں میرے گناہ کے ذریعے خداوند یسوع مسیح کے دشمن کو جو بھی جگہ یا اثر و رسوخ ملا ہے، وہ ختم ہو جائے۔ میں توبہ کرتا ہوں اور اپنے ان گناہ آلود جسمانی رویّوں اور طریقوں کو ترک کرتا ہوں۔ میں روح القدس کی قدرت اور رہنمائی پر بھروسا کرنے کا انتخاب کرتا ہوں، تاکہ میں خود غرضی یا بے فائدہ غرور سے کچھ نہ کروں۔ میں آپ کو اپنا خداوند تسلیم کرتا ہوں اور اقرار کرتا ہوں کہ آپ کے بغیر میں کوئی ایسا کام نہیں کر سکتا جو دیرپا اہمیت رکھتا ہو۔ براہِ کرم میرے دل کو جانچیں اور مجھے وہ مخصوص طریقے دکھائیں جن سے میں نے اپنی زندگی غرور میں گزاری ہے۔ یسوع کے حلیم اور فروتن نام میں دعا کرتا ہوں، آمین۔

ذیل کی فہرست کو دعائیہ انداز میں دیکھیں، اور غرور کے اُن تمام گناہوں کا اقرار کرنے کے لیے درج ذیل دعا استعمال کریں جنہیں خداوند آپ کے ذہن میں لاتا ہے۔

خدا کی مرضی کے بجائے اپنی مرضی کرنے کی شدید خواہش رکھنا۔"

- ☐ دعا اور اس کے کلام کے ذریعے خدا کی ہدایت حاصل کرنے کے بجائے اپنی سمجھ اور تجربے پر بہت زیادہ انحصار کرنا
- ☐ روح القدس کی قدرت پر بھروسا کرنے کے بجائے اپنی صلاحیتوں اور وسائل پر بھروسا کرنا۔
- ☐ اپنے آپ پر ضبط رکھنے کے بجائے دوسروں کو قابو میں رکھنے کی زیادہ فکر کرنا۔
- ☐ خدا کی مرضی تلاش کرنے اور اسے پورا کرنے کے بجائے 'اہم' اور خود غرضانہ کاموں میں حد سے زیادہ مصروف رہنا۔
- ☐ یہ سوچنے کا رجحان رکھنا کہ مجھے کسی چیز کی ضرورت نہیں ہے۔
- ☐ یہ تسلیم کرنے میں دشواری محسوس کرنا کہ میں کب غلط ہوں۔
- ☐ خدا کو پسند آنے کے بجائے لوگوں کو پسند آنے کے بارے میں زیادہ فکر مند ہونا
- ☐ اس اعزاز کو حاصل کرنے کے بارے میں حد سے زیادہ فکر مند ہونا جس کا میں سمجھتا ہوں کہ میں مستحق ہوں۔
- ☐ یہ سوچنا کہ میں دوسروں سے زیادہ عاجز، روحانی، مذہبی، یا مخلص ہوں
- ☐ ڈگریوں، القابات اور عہدوں کے ذریعے پہچان اور مقام حاصل کرنے کی شدید خواہش رکھنا۔
- ☐ اکثر یہ محسوس کرنا کہ میری ضروریات دوسرے شخص کی ضروریات سے زیادہ اہم ہیں
- ☐ اپنی تعلیمی، فنی، کھیلوں کی، یا دیگر صلاحیتوں اور کامیابیوں کی وجہ سے اپنے آپ کو دوسروں سے بہتر سمجھنا
- ☐ یہ سوچنا کہ میں دوسروں سے زیادہ عاجز، روحانی، یا بالغ ہوں۔
- ☐ دیگر:

پیارے آسمانی باپ، میں اقرار کرتا ہوں کہ میں نے ______________ کے ذریعے غرور کیا ہے۔ آپ کی معافی کے لیے آپ کا شکر ہے۔ میں اپنے آپ کو آپ کے اور دوسروں کے سامنے عاجز کرنے کا انتخاب کرتا ہوں۔ میں اپنا پورا بھروسا آپ پر رکھنے اور اپنی انسانی طاقت، صلاحیتوں یا وسائل پر بھروسا نہ کرنے کا انتخاب کرتا ہوں۔ یسوع کے نام میں دعا کرتا ہوں، آمین۔

غرور کہتا ہے:	**جھوٹی عاجزی کہتی ہے:**	**سچی عاجزی کہتی ہے:**
مجھے دیکھو۔	مجھے مت دیکھو۔	میں آپ کی توجہ یسوع کی طرف دلاتا ہوں۔
میں کر سکتا ہوں۔	میں نہیں کر سکتا۔	خدا میرے ذریعے کر سکتا ہے۔
میں نے یہ کیا۔	میں نے یہ نہیں کیا۔	خدا نے میرے ذریعے یہ کیا۔
یہ میرا ہے۔	یہ میرا نہیں ہے۔	میں اس کا، یعنی خدا کا، منتظم ہوں۔
یہ میرا کام ہے۔	یہ میرا کام نہیں ہے۔	یہ میرے ذریعے خدا کا کام ہے۔
میں قابل ہوں۔	میں نااہل ہوں۔	میں خدا کے لیے قیمتی ہوں۔
میں خاص ہوں۔	میں کچھ بھی نہیں ہوں۔	میں خدا کا فرزند ہوں۔
مجھے دیں۔	مجھے نہ دیں۔	خدا کی ہدایت کے مطابق دیں۔
میں اہم ہوں۔	میں غیر اہم ہوں۔	یسوع اہم ہے۔
میری رائے اہم ہے۔	میری کوئی رائے نہیں ہے۔	میری رائے کو بائبل کے تابع ہونا چاہیے۔
میری کلیسیا / خدمت۔	میرے پاس کچھ نہیں ہے۔	یہ خدا کی کلیسیا / خدمت ہے، جس کا میں منتظم ہوں۔

تعصب کی ورکشیٹ

یہودیوں اور غیر قوموں کے درمیان نسل پرستی اور تعصب کی دیرینہ دیواروں کو گرانے میں مسیح کے کام پر غور کریں۔: "کیونکہ وُہی ہماری صُلح ہے جِس نے دونوں کو ایک کر لِیا اور جُدائی کی دِیوار کو جو بِیچ میں تھی ڈھا دِیا۔ 15 چُنانچہ اُس نے اپنے جِسم کے ذرِیعہ سے دُشمنی یعنی وہ شریعت جِس کے حکم ضابِطوں کے طَور پر تھے مَوقُوف کر دی۔" افسیوں 2: 14-15

بہت بار ہم اس بات سے انکار کرتے ہیں کہ ہمارے دلوں میں تعصب ہے، پھر بھی، "اور اُس سے مخلُوقات کی کوئی چِیز چِھپی نہیں بلکہ جِس سے ہم کو کام ہے اُس کی نظروں میں سب چِیزیں کھُلی اور بے پردہ ہیں۔" عبرانیوں 4: 13۔

مندرجہ ذیل دعا مانگیں، خدا سے مانگیں کہ وہ آپ کے دل پر اپنی روشنی ڈالے اور تعصب کے کسی بھی شعبے کو ظاہر کرے۔

پیارے آسمانی باپ، میں جانتا ہوں کہ آپ تمام لوگوں سے یکساں محبت کرتے ہیں اور آپ کسی کی طرفداری نہیں کرتے، بلکہ ہر قوم میں اُس شخص کو قبول کرتے ہیں جو آپ سے ڈرتا ہے اور راستبازی پر چلتا ہے۔ میں ہمیشہ میل ملاپ کا خادم نہیں رہا، بلکہ اپنے رویّوں، الفاظ اور اعمال کے ذریعے تفریق اور تعصب کو فروغ دیتا رہا ہوں۔ میں ہر طرح کے نفرت انگیز تعصب اور کینے سے توبہ کرتا ہوں، اور آپ سے درخواست کرتا ہوں، خداوند، کہ اب میرے ذہن پر وہ تمام مخصوص طریقے ظاہر کریں جن سے تعصب نے میرے دل اور ذہن کو متاثر اور فاسد کیا ہے۔ یسوع کے نام میں، آمین۔

تعصب کے کسی بھی شعبے کو نشان زد کریں جو آپ پر لاگو ہوتا ہے :

- ☐ نشہ
- ☐ عمر
- ☐ ظاہری شکل
- ☐ فرقے
- ☐ تعلیم
- ☐ حق داری
- ☐ نسلی پس منظر
- ☐ جھوٹی عاجزی
- ☐ مالی حالت
- ☐ جنس
- ☐ معذوری
- ☐ بے گھر
- ☐ آئی کیو
- ☐ طرز زندگی
- ☐ ازدواجی حیثیت
- ☐ مادی اثاثے
- ☐ ذہن کی بیماری
- ☐ مخالف جنس
- ☐ شخصیت
- ☐ سیاسی ترجیح
- ☐ نژاد / جلد کا رنگ
- ☐ پناہ گزین
- ☐ مذاہب
- ☐ ٹیٹو / جسمانی پیدائش
- ☐ کام کی اخلاقیات
- ☐ دیگر:

تعصب کے ہر اس شعبے کے لیے جو خداوند ذہن میں لاتا ہے، درج ذیل دعا مانگیں۔

خداوند، میں ________________ کے خلاف تعصب کے گناہ کا اقرار کرتا ہوں اور اسے مسترد کرتا ہوں۔ آپ کی معافی کے لیے آپ کا شکر ہے۔ اب میں آپ سے درخواست کرتا ہوں کہ میرے دل کو تبدیل کریں اور ان شعبوں میں مجھے محبت کے ساتھ میل ملاپ کا خادم بنائیں۔ یسوع کے نام میں، آمین۔

چھٹامرحلہ

غلامی بمقابلہ آزادی

ہم اکثر ''گناہ کا اقرار، گناہ کا اقرار'' کے ایک ایسے نہ ختم ہونے والے چکر میں پھنسے ہوئے محسوس کرتے ہیں جو کبھی ختم ہوتا دکھائی نہیں دیتا۔ لیکن خدا کے وعدے ہمیں یقین دلاتے ہیں، "تم کسی اَیسی آزمایش میں نہیں پڑے جو اِنسان کی برداشت سے باہر ہو اور خُدا سچّا ہے۔ وہ تم کو تُمہاری طاقت سے زِیادہ آزمایش میں نہ پڑنے دے گا بلکہ آزمایش کے ساتھ نکلنے کی راہ بھی پَیدا کر دے گا تاکہ تم برداشت کر سکو۔"

گناہ جو ایک عادت بن چکا ہے، اکثر مسیح میں کسی قابلِ اعتماد بھائی یا بہن سے مدد کا تقاضا کر سکتا ہے۔ یعقوب 5: 16 کہتا ہے، "پس تُم آپس میں ایک دُوسرے سے اپنے اپنے گُناہوں کا اِقرار کرو اور ایک دُوسرے کے لِئے دُعا کرو تاکہ شِفا پاؤ۔ راست باز کی دُعا کے اثر سے بُہت کُچھ ہو سکتا ہے۔" کبھی کبھی، 1 یوحنا 1: 9 کی تسلی ہی کافی ہوتی ہے: "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۔" یاد رکھیں، اعتراف کا مطلب کھلے طور پر تسلیم کرنا ہے۔ کہ "میں نے یہ کیا" اور میں اس سے توبہ کرنا اور اسے چھوڑنا چاہتا ہوں۔ چاہے آپ کو دوسرے لوگوں سے مدد کی ضرورت ہو یا صرف خدا کے سامنے روشنی میں چلنے کی جوابدہی کی، درج ذیل دعا مانگیں۔

پیارے آسمانی باپ، آپ نے مجھے حکم دیا ہے کہ خداوند یسوع مسیح کو پہن لوں اور جسمانی خواہشات کو پورا کرنے کی تدبیر نہ کروں۔ میں اقرار کرتا ہوں کہ میں نے اُن جسمانی خواہشات کے آگے گھٹنے ٹیکے ہیں جو میری جان کے خلاف جنگ کرتی ہیں۔ میں آپ کا شکر ادا کرتا ہوں کہ مسیح میں میرے گناہ پہلے ہی معاف کر دیے گئے ہیں، لیکن میں نے آپ کے مقدس قانون کی خلاف ورزی کی اور گناہ کو اپنے جسم میں جنگ کرنے کی اجازت دی۔ اب میں آپ کے حضور اپنے جسمانی گناہوں کا اقرار کرنے اور اُنہیں ترک کرنے آتا ہوں، تاکہ پاکیزگی میں چل سکوں اور گناہ کی غلامی سے آزاد ہو سکوں۔ براہِ کرم میرے ذہن پر اُن تمام جسمانی گناہوں کو ظاہر کریں جو میں نے کیے ہیں، اور وہ تمام طریقے بھی دکھائیں جن سے میں نے روح القدس کو رنجیدہ کیا ہے، تاکہ میں توبہ کر سکوں۔ یسوع کے مقدس نام میں دعا کرتا ہوں۔ آمین۔

- **گلتیوں5: 19-21** "اب جِسم کے کام تو ظاہِر ہیں یعنی حرام کاری۔ ناپاکی۔ شہوَت پرستی۔ بُت پرستی۔ جادُوگری۔ عداوتیں۔ جھگڑا۔ حسد۔ غُصّہ۔ تفرِقے۔ جُدائیاں۔ بِدعتیں۔ بُغض۔ نشہ بازی۔ ناچ رنگ اور اَور اِن کی مانِند۔ اِن کی بابت تُمہیں پہلے سے کہے دیتا ہُوں جیسا کہ پیشتر جتا چُکا ہُوں کہ اَیسے کام کرنے والے خُدا کی بادشاہی کے وارِث نہ ہوں گے۔۔"
- **افسیوں4: 25-31** "پس جُھوٹ بولنا چھوڑ کر ہر ایک شخص اپنے پڑوسی سے سچ بولے کیونکہ ہم آپس میں ایک دُوسرے کے عُضو ہیں۔ غُصّہ تو کرو مگر گُناہ نہ کرو۔ سُورج کے ڈُوبنے تک تُمہاری خفگی نہ رہے۔ اور اِبلیس کو مَوقع نہ دو۔ چوری کرنے والا پِھر چوری نہ کرے بلکہ اچھّا پیشہ اِختیار کر کے ہاتھوں سے مِحنت کرے تا کہ مُحتاج کو دینے کے لِئے اُس کے پاس کُچھ ہو۔ کوئی گندی بات تُمہارے مُنہ سے نہ نِکلے بلکہ وُہی جو ضرُورت کے مُوافِق ترقّی کے لِئے اچھّی ہو تا کہ اُس سے سُننے والوں پر فضل ہو۔ اور خُدا کے پاک رُوح کو رنجِیدہ نہ کرو جِس سے تُم پر مخلصی کے دِن کے لِئے مُہر ہُوئی۔ 3 ہر طرح کی تلخ مِزاجی اور قہر اور غُصّہ اور شور وغُل اور بدگوئی ہر قِسم کی بدخواہی سمیت تُم سے دُور کی جائیں۔"
- **مرقس7: 20-23** "پِھر اُس نے (یسوع) کہا جو کُچھ آدمی میں سے نِکلتا ہے وُہی اُس کو ناپاک کرتا ہے۔ کیونکہ اندر سے یعنی آدمی کے دِل سے بُرے خیال نِکلتے ہیں۔ حرام کارِیاں۔ چورِیاں۔ خُون ریزِیاں۔ زِناکارِیاں۔ لالچ۔ بدیاں۔ مکّر۔ شہوَت پرستی۔ بد نظری۔ بدگوئی۔ شیخی۔ بیوُقُوفی۔ یہ سب بُری باتیں اندر سے نِکل کر آدمی کو ناپاک کرتی ہیں۔۔"

درج ذیل فہرست کو دیکھیں اور روح القدس سے کہیں کہ وہ آپ کے ذہن میں ان باتوں کو لائے جن کا اعتراف کرنے کی آپ کو ضرورت ہے۔ اعتراف کے لیے درج ذیل دعا کا استعمال کریں۔

☐ شراب کا غلط استعمال
☐ غصہ
☐ تکبر
☐ ذمہ داری سے بچنا
☐ کفر کے خیالات
☐ دھوکہ دہی
☐ شکایت کرنا
☐ قابو میں رکھنا
☐ تنقید کرنا
☐ تفرقہ بازی
☐ دوسروں پر مسلط ہونا
☐ منشیات کا غلط استعمال

☐ جوا کھیلنا
☐ غیبت کرنا
☐ طمع /مادی پرستی
☐ نفرت
☐ دوسروں کو دھمکانا
☐ حسد
☐ تنقیدی رویہ
☐ تعاون کی کمی
☐ سستی
☐ جھوٹ بولنا
☐ چالاکی
☐ قنوطیت

☐ بدلہ
☐ طنز
☐ خود کو مجرم ٹھہرانا
☐ چوری کرنا
☐ قسمیں کھانا
☐ تمباکو کا غلط استعمال
☐ ویپنگ
☐ جھگڑا /لڑائی
☐ فکر /پریشانی
☐ دیگر:

پیارے آسمانی باپ، میں اقرار کرتا ہوں کہ میں نے ____________________ کے ذریعے آپ کے خلاف گناہ کیا ہے۔ آپ کی معافی اور پاکیزگی کے لیے آپ کا شکر ہے۔ اب میں گناہ کے ان تمام اظہار سے منہ موڑ کر آپ کی طرف رجوع کرتا ہوں، اے خداوند۔ اپنے روح القدس کے ذریعے مجھے مضبوط کریں تا کہ میں جسم کی خواہشات کو پورا نہ کروں۔ یسوع کے نام میں دعا کرتا ہوں، آمین۔

جنسی گناہ کا حل

یہ ہماری ذمہ داری ہے کہ ہم گناہ کو اپنے بدن پر حکومت نہ کرنے دیں۔ ہمیں اپنے بدن کو یا کسی دوسرے شخص کے بدن کو ناراستی کا ہتھیار نہیں بنانا چاہیے (رومیوں 6: 12-13)۔ حرام کاری آپ کے بدن کے خلاف گناہ ہے، جو روح القدس کا مقدس ہے (1 کرنتھیوں 6: 18-19)۔ جنسی غلامی سے آزادی حاصل کرنے کے لیے، درج ذیل دعا مانگنے سے شروعات کریں۔

خداوند، میں آپ سے درخواست کرتا ہوں کہ میری ہر اخلاقی ناکامی اور اپنے بدن کو ناراستی کے ہتھیار کے طور پر استعمال کرنے کے ہر طریقے کو میرے ذہن میں لائیں، تاکہ میں ابھی ان گناہوں کا اقرار کر کے توبہ کر سکوں۔ یسوع کے نام میں مانگتا ہوں، آمین۔

ہر اس اخلاقی ناکامی کی نشاندہی کریں جس میں آپ نے شرکت کی اور اعتراف کے لیے درج ذیل دعا کا استعمال کریں۔

☐ اسقاطِ حمل (خود کروایا یا کسی عورت کو حاملہ کیا جس نے بعد میں اسقاطِ حمل کروایا)
☐ زناکاری
☐ ایڈلٹ سٹورز
☐ بدفعلی (حیوانات کے ساتھ)
☐ سائبر سیکس / فون سیکس
☐ دھوکہ دہی (کسی دوسرے کو جنسی طور پر بھڑکانا)
☐ گندی جنسی باتیں
☐ خود کو بے لباس کرنا
☐ خیالی تصورات (فینٹسی)
☐ ہم جنس پرستی کی سرگرمی
☐ محرمات سے زنا (انسیسٹ)
☐ شہوت پرستی
☐ مشت زنی
☐ چھپ کے سے دیکھنا (پیپنگ ٹام)
☐ فحش نگاری
☐ شادی سے پہلے جنسی تعلقات - تمام اقسام
☐ آوارہ گردی / بے راہ روی کے ساتھ ڈیٹنگ
☐ پیشہ ورانہ زنا / جسم فروشی
☐ زبردستی زنا بالجبری (ریپ)
☐)جنسی استحصال / بدسلوکی
☐ جنسی ہراسانی
☐ ٹاپ لیس / ننگی بارز
☐ ٹرانسجینڈر (جنس کی تبدیلی)
☐ بیویوں کا تبادلہ
☐ دیگر:

پیارے آسمانی باپ، میں اقرار کرتا ہوں کہ میں نے آپ کے خلاف گناہ کیا ہے، یا میرے خلاف گناہ کیا گیا ہے، خواہ میری مرضی سے یا میری مرضی کے خلاف، ____________ کے ذریعے۔ آپ کی معافی اور پاکیزگی کے لیے آپ کا شکر ہے۔ اب میں گناہ کے ان تمام اظہار سے منہ موڑ کر آپ کی طرف رجوع کرتا ہوں، اے خداوند۔ اپنے روح القدس کے ذریعے مجھے مضبوط کریں تاکہ میں جسم کی خواہشات کو پورا نہ کروں۔ یسوع کے نام میں مانگتا ہوں، آمین۔

روحانی بندھن (مردوں کے لیے — مرحلہ 6 میں مکمل کریں)

ہم تین حصوں پر مشتمل ہیں: بدن، روح (جہاں روح القدس ہم میں سکونت کرتا ہے)، اور جان (جس میں ہمارا ذہن، ارادہ اور جذبات شامل ہیں)۔ جان، خصوصاً جذبات، وہ حصہ ہے جہاں ہم زندگی کے گہرے ترین دکھوں کا تجربہ کرتے ہیں۔ دشمن دوسرے لوگوں کے ذریعے ہم پر جو اثر ڈال سکتا ہے

اس کو محدود کرنے کے لیے، اکثر دوسروں کے ساتھ سابقہ روحانی اور جذباتی تعلقات کے ذریعے پیدا ہونے والے "بندھنوں" کو توڑنا فائدے مند ہوتا ہے۔ ہم انہیں "روحانی بندھن" کہتے ہیں، اور ان کے مثبت اور منفی عناصر ہو سکتے ہیں۔ چارلس کرافٹ اپنی کتاب "ڈیپ وونڈز، ڈیپ ہیلنگ" میں روحانی بندھن کی تعریف یوں کرتے ہیں:

> بعض اوقات روحانی بندھن اُس وقت قائم ہو جاتا ہے جب ایک شخص دوسرے شخص پر غالب آتا ہے (والدین بھی اس میں شامل ہیں)، جب ایک شخص دوسرے کی حد سے زیادہ تعریف کرتا ہے، یا جب دونوں کے درمیان بہت گہری دوستی ہوتی ہے۔ ایسے تعلقات وہ بندھن پیدا کر سکتے ہیں جنہیں عام طور پر 'روحانی بندھن' کہا جاتا ہے۔ یہ دوسرے لوگوں کے ساتھ روح سے روح کے تعلقات ہیں، اور اگر آپ آزادی حاصل کرنا چاہتے ہیں تو بعض اوقات ان بندھنوں کو توڑنے کی ضرورت ہوتی ہے۔ بندھن توڑنے کے اقدامات یہ ہیں: اعتراف کے ذریعے کسی بھی گناہ سے نمٹیں؛ یسوع کے نام میں شیطان کی طرف سے بااختیار کیے گئے کسی بھی بندھن کا انکار کریں؛ خدا کی طرف سے بااختیار بندھن کے ہر حصے پر یسوع کی برکت کا دعویٰ کریں؛ اور دشمن کو اس تعلق میں مزید مداخلت کرنے یا اسے مزید استعمال کرنے سے منع کریں۔"

منفی روحانی بندھن اُس وقت قائم ہو سکتے ہیں جب دو غیر شادی شدہ افراد کے درمیان جنسی تعلق قائم ہو۔ بعض اوقات فطری رشتے، جیسے والدین اور بچوں کے درمیان تعلق، بھی ہمارے دشمن کی طرف سے ہمارے خلاف استعمال کیے جا سکتے ہیں۔ براہِ کرم نوٹ کریں: ہم اُن رشتوں کو توڑنے کی کوشش نہیں کر رہے جو خدا کی طرف سے قائم کیے گئے ہیں؛ بلکہ صرف اُس حصے سے دستبردار ہونا چاہتے ہیں جو تاریکی کی بادشاہی کی طرف سے بااختیار یا متاثر ہوا ہے۔

درج ذیل دعا مانگنے کے بعد، اُن تمام لوگوں کے ناموں کی فہرست بنائیں جن کے ساتھ آپ کا گہرا تعلق رہا ہے، لیکن جن تعلقات میں آپ کے ماضی کا کوئی غیر صحت بخش پہلو بھی شامل تھا۔ اس میں خاندان کے کوئی بھی افراد، تمام سابقہ جنسی شرکاء، گہرے دوست (بچپن سے بھی)، معالج/ڈاکٹر، خاص اساتذہ، مالکان / ہم کار، گاہک وغیرہ شامل ہو سکتے ہیں۔ یاد رکھیں، روحانی بندھن ٹوٹنے سے پہلے معافی کا ہونا ضروری ہے۔

پیارے آسمانی باپ، براہِ کرم میرے ذہن میں اُن تمام تعلقات کو ظاہر کریں اور یاد دلائیں جن میں کوئی غیر صحت بخش روحانی بندھن موجود ہے، جس سے آج مجھے نمٹنے کی ضرورت ہے۔ میں پہلے ہی آپ کا شکر ادا کرتا ہوں کہ آپ اس کے ذریعے مجھے آزادی عطا کریں گے۔ یہ درخواست میں خداوند یسوع مسیح کے نام میں مانگتا ہوں۔ آمین۔

(صفحہ پھاڑ لیں)

روحانی بندھن

(خاندان کے افراد، شادی سے باہر جنسی تعلق رکھنے والے افراد، قریبی دوست، معالجین، ڈاکٹرز، خصوصی اساتذہ، آجر، ساتھی کارکن، گاہک وغیرہ)

1۔
2۔
3۔
4۔
5۔
6۔
7۔
8۔
9۔
10۔
11۔
12۔
13۔
14۔
15۔
16۔
17۔
18۔
19۔
20۔

(صفحہ پھاڑ لیں)

روحانی بندھن

(خاندان کے افراد، شادی سے باہر جنسی تعلق رکھنے والے افراد، قریبی دوست، معالجین، ڈاکٹرز، خصوصی اساتذہ، آجر، ساتھی کارکن، گاہک وغیرہ)

21۔

22۔

23۔

24۔

25۔

26۔

27۔

28۔

29۔

30۔

31۔

32۔

33۔

34۔

35۔

36۔

37۔

38۔

39۔

40۔

دشمن کے قائم کردہ ہر تعلق کو منسوخ کرنے کے لیے درج ذیل اعلان کا استعمال کریں۔

خداوند یسوع مسیح کے نام میں، میں ____________________ اور میرے درمیان موجود تمام منفی روحانی بندھنوں کو منسوخ، ختم اور مسترد کرتا ہوں۔ میں یسوع کے نام میں شیطان کی طرف سے بااختیار کیے گئے ہر ایسے تعلق کو مسترد کرتا ہوں، اور اُن تمام طریقوں کو رد کرتا ہوں جن کے ذریعے دشمن نے ان تعلقات کو میرے خلاف استعمال کیا ہے۔ میں اُن تمام ناپاک، تباہ کن اور تکلیف دہ اثرات کو منسوخ کرتا ہوں جو ان تعلقات کے ذریعے اس وقت یا ماضی میں مجھ پر، میری شادی، میرے خاندان اور میری خدمت پر پڑے ہیں۔ ان تعلقات کے اُس ہر حصے پر، جو خدا کی طرف سے قائم اور بااختیار ہے، میں خداوند یسوع کی برکت کا دعویٰ کرتا ہوں۔ میں یہ دعا اپنے خداوند یسوع مسیح کے نام اور اُس کے اختیار میں مانگتا ہوں۔ آمین۔

مکمل کرنے کے بعد، دعا مانگ کر اپنے جسم کو خداوند کے سپرد کریں۔

خداوند یسوع، میں اپنے جسم کو ناراستی کے ہتھیار کے طور پر استعمال کرنے کے تمام طریقوں کو مسترد کرتا ہوں، اور اپنی دانستہ یا نادانستہ شرکت کا اقرار کرتا ہوں۔ اب میں اپنی آنکھوں، کانوں، منہ، ذہن، دل، ہاتھوں، پاؤں اور جنسی اعضا کو راستبازی کے ہتھیاروں کے طور پر آپ کے سامنے پیش کرنے کا انتخاب کرتا ہوں۔ میں اپنے پورے جسم کو آپ کے سامنے ایک زندہ، مقدس اور مقبول قربانی کے طور پر پیش کرتا ہوں، اور اپنے جسم کے جنسی استعمال کو صرف شادی کے لیے محفوظ رکھنے کا انتخاب کرتا ہوں۔ میں ابلیس کے اس جھوٹ کو مسترد کرتا ہوں کہ میرا جسم پاک نہیں، گندا ہے، یا آپ کے نزدیک کسی بھی طرح ناقابلِ قبول ہے۔ خداوند، آپ کا شکر ہے کہ آپ نے مجھے مکمل طور پر پاک اور معاف کر دیا ہے، اور آپ مجھ سے ویسے ہی محبت کرتے اور مجھے قبول کرتے ہیں جیسا میں ہوں۔ اس لیے، میں اب اپنے آپ کو اور اپنے جسم کو آپ کی نظر میں پاک اور مقبول سمجھنے کا انتخاب کرتا ہوں۔ یسوع کے نام میں، آمین۔

خاص حالات کے لیے خاص دعائیں

فحش نگاری (پورنوگرافی)

پیارے آسمانی باپ، میں اقرار کرتا ہوں کہ میں نے اپنے آپ کو جنسی طور پر تحریک دینے کے مقصد سے شہوت انگیز اور فحش مواد دیکھا ہے۔ میں نے اپنی شہوانی خواہشات کو پورا کرنے کی کوشش کی اور اپنے بدن، جان اور روح کو ناپاک کیا۔ مجھے پاک کرنے اور میرے گناہوں کو معاف کرنے کے لیے آپ کا شکر ہے۔ خداوند، میں اپنے بدن اور ذہن کے غلط استعمال کے ذریعے اپنی زندگی میں داخل کیے گئے ہر ایسے شیطانی بندھن کو مسترد کرتا ہوں۔ میں عہد کرتا ہوں کہ اپنے پاس موجود ہر ایسی چیز کو تلف کر دوں گا جسے میں نے جنسی تحریک کے لیے استعمال کیا ہے، اور اُن تمام ذرائع ابلاغ سے منہ موڑلوں گا جو میرے جنسی گناہ سے وابستہ ہیں۔ میں اپنے ذہن کو نیا کرنے کا عہد کرتا ہوں۔ یسوع کے نام میں مانگتا ہوں، آمین۔

شادی

پیارے آسمانی باپ، میں یہ ایمان رکھنے کا انتخاب کرتا ہوں کہ آپ نے ہمیں مرد اور عورت پیدا کیا ہے، اور یہ کہ شادی ایک مرد اور ایک عورت کے درمیان عہد ہے، جس کے ذریعے وہ مسیح میں ایک ہو جاتے ہیں۔ میں ایمان رکھتا ہوں کہ یہ عہد صرف موت، زنا، یا کسی غیر ایماندار شریکِ حیات کے چھوڑ جانے کی صورت میں ختم ہو سکتا ہے۔ میں اپنے شادی کے عہد کا وفادار رہنے اور اپنے شریکِ حیات کے ساتھ وفاداری نبھانے کا انتخاب کرتا ہوں، جب تک جسمانی موت ہمیں جدا نہ کر دے۔ مجھے وہ شریکِ حیات بننے کا فضل عطا کریں جس کے لیے آپ نے مجھے بلایا ہے، اور مجھے اپنے شریکِ حیات سے محبت اور احترام کرنے کے قابل بنائیں۔ میں صرف اپنے آپ کو بدلنے کی کوشش کروں گا اور اپنے شریکِ حیات کو ویسے ہی قبول کروں گا جیسے آپ نے مجھے قبول کیا ہے۔ مجھے سکھائیں کہ میں محبت کے ساتھ سچ بولوں، رحم دل رہوں جیسے آپ مجھ پر رحم دل رہے ہیں، اور دوسروں کو معاف کروں جیسے آپ نے مجھے معاف کیا ہے۔ یسوع کے نام میں مانگتا ہوں۔ آمین۔

طلاق

پیارے آسمانی باپ، میں اپنی طلاق میں اپنے کردار اور ذمہ داری کے ہر پہلو کا آپ کے سامنے اقرار کرتا ہوں۔ آپ کی معافی کے لیے آپ کا شکر ہے۔ میں اس جھوٹ کو مسترد کرتا ہوں کہ میری شناخت ایک طلاق یافتہ شخص ہونے میں ہے۔ میں خدا کا فرزند ہوں، اور میں اس جھوٹ کو رد کرتا ہوں کہ طلاق کی وجہ سے میں ایک دوسرے درجے کا مسیحی ہوں۔ میں اس جھوٹ کو بھی مسترد کرتا ہوں کہ میں بے وقعت، ناپسندیدہ ہوں اور میری زندگی خالی اور بے معنی ہے۔ میں مسیح میں کامل ہوں، جو مجھ سے محبت کرتا ہے اور مجھے ویسے ہی قبول کرتا ہے جیسا میں ہوں۔ خداوند، میں اپنی زندگی کے تمام زخموں کی شفا آپ کے سپرد کرتا ہوں، کیونکہ میں اُن لوگوں کو معاف کرنے کا انتخاب کرتا ہوں جنہوں نے مجھے دکھ پہنچایا ہے۔ میں اپنے مستقبل کو بھی آپ کے ہاتھوں میں سونپتا ہوں اور آپ پر بھروسا کرتا ہوں کہ آپ میری اُن انسانی رفاقت کی ضروریات کو پورا کریں گے جو آپ نے میرے اندر رکھی ہیں۔ یسوع کے نام میں مانگتا ہوں، آمین۔

اسقاطِ حمل

پیارے آسمانی باپ، میں اقرار کرتا ہوں کہ میں اُس زندگی کی مناسب نگہداشت اور حفاظت نہیں کر سکا جو آپ نے میرے سپرد کی تھی، اور میں اپنے گناہ کا اقرار کرتا ہوں۔ میں اُس معافی کو قبول کرنے کا انتخاب کرتا ہوں جو آپ نے اپنے فضل سے مجھے عطا کی ہے۔ میں اس بچے کو ہمیشہ کی زندگی کے لیے آپ کے سپرد کرتا ہوں اور ایمان رکھتا ہوں کہ وہ آپ کی نگہداشت اور محبت بھری حفاظت میں ہے۔ یسوع کے نام میں مانگتا ہوں، آمین۔

جنسیت شناخت (Gender Identity)

پیارے آسمانی باپ، میں یہ ایمان رکھنے کا انتخاب کرتا ہوں کہ آپ نے انسانیت کو مرد اور عورت پیدا کیا ہے اور ہمیں اُن کے درمیان فرق کو برقرار رکھنے کی تعلیم دی ہے۔ میں اقرار کرتا ہوں کہ میں اس گرتی ہوئی دنیا کے سماجی دباؤ اور شیطان کے جھوٹ سے متاثر ہوا ہوں، جس کی وجہ سے میں نے اپنی حیاتیاتی جنس کے بارے میں سوالات کیے ہیں۔ میں شیطان کے اُن تمام الزامات اور جھوٹ کو مسترد کرتا ہوں جو مجھے یہ باور کرانے کی کوشش کرتے ہیں کہ میں اُس کے علاوہ کچھ اور ہوں جو آپ نے مجھے بنایا ہے۔ میں اپنی حیاتیاتی جنس کو قبول کرنے کا انتخاب کرتا ہوں، اور دعا کرتا ہوں کہ آپ میرے زخمی جذبات کو شفا دیں اور میرے ذہن کی تجدید کے ذریعے مجھے تبدیل ہونے میں مدد دیں۔ میں خدا کے تمام ہتھیار اور ایمان کی ڈھال اختیار کرتا ہوں تاکہ شریر کے تمام فتنوں اور الزامات کو بجھا سکوں۔ میں اُن تمام شناختوں اور القابات کو مسترد کرتا ہوں جو میری پرانی فطرت سے وابستہ ہیں، اور یہ ایمان رکھتا ہوں کہ میں مسیح میں ایک نیا مخلوق ہوں۔ یسوع کے شاندار نام میں مانگتا ہوں۔ آمین۔

خود کشی کے خیالات

پیارے آسمانی باپ، میں خود کشی کے تمام خیالات اور اپنی جان لینے یا کسی بھی طرح خود کو نقصان پہنچانے کی تمام خواہشات اور کوششوں کو مسترد کرتا ہوں۔ میں اس جھوٹ کو رد کرتا ہوں کہ زندگی ناامید ہے اور یہ کہ اپنی جان لینے سے مجھے امن یا آزادی حاصل ہو سکتی ہے۔ شیطان چور ہے؛ وہ چوری کرنے، قتل کرنے اور تباہ کرنے آتا ہے۔ میں مسیح میں زندگی کا انتخاب کرتا ہوں، جس نے فرمایا کہ وہ مجھے زندگی دے اور کثرت سے دے۔ آپ کی معافی کے لیے آپ کا شکر ہے۔ میں یہ ایمان رکھنے کا انتخاب کرتا ہوں کہ مسیح میں ہمیشہ امید ہے اور میرا آسمانی باپ مجھ سے محبت کرتا ہے۔ یسوع کے نام میں مانگتا ہوں۔ آمین۔

منشیات / مواد کا استعمال (سبسٹنس ابیوز)

پیارے آسمانی باپ، میں اقرار کرتا ہوں کہ میں نے لذت حاصل کرنے، حقیقت سے فرار ہونے، یا مشکل حالات اور مسائل سے نمٹنے کے لیے مختلف مواد (منشیات، شراب، تمباکو، ویپنگ وغیرہ) کا غلط استعمال کیا ہے۔ میں اقرار کرتا ہوں کہ میں نے اپنے بدن کا غلط استعمال کیا اور اپنے ذہن کو نقصان دہ طریقوں سے متاثر کیا ہے۔ میں نے روح القدس کو بھی رنجیدہ کیا ہے۔ آپ کی معافی کے لیے آپ کا شکر ہے۔ میں خوراک یا کیمیائی مواد کے غلط استعمال کے ذریعے اپنی زندگی میں پیدا ہونے والے ہر منفی روحانی تعلق یا اثر کو مسترد کرتا ہوں۔ میں اپنی تمام فکریں مسیح پر ڈالتا ہوں، جو مجھ سے محبت کرتا ہے۔ میں مزید منشیات یا نشہ آور مواد کے استعمال کے سامنے خود کو تسلیم نہ کرنے کا عہد کرتا ہوں، بلکہ روح القدس کو اپنی رہنمائی اور قوت فراہم کرنے کی اجازت دینے کا انتخاب کرتا ہوں۔ یسوع کے نام میں مانگتا ہوں۔ آمین۔

کھانے کی خرابی یا خود کو زخمی کرنا

پیارے آسمانی باپ، میں اس جھوٹ کو مسترد کرتا ہوں کہ ایک شخص کی حیثیت سے میری قدر و قیمت میری ظاہری شکل یا کارکردگی پر منحصر ہے۔ میں خود کو کاٹنے یا نقصان پہنچانے، قے کرنے، مسہلات (لیکسیٹو) استعمال کرنے، یا خود کو بھوکا رکھنے جیسے طریقوں کو مسترد کرتا ہوں، جن کے ذریعے میں قابو رکھنے، اپنی ظاہری شکل بدلنے، یا خود کو گناہ سے پاک کرنے کی کوشش کرتا رہا ہوں۔ میں اقرار کرتا ہوں کہ صرف خداوند یسوع مسیح کا خون مجھے گناہ سے پاک کرتا ہے۔ میں جانتا ہوں کہ مجھے قیمت دے کر خریدا گیا ہے، اور میرا بدن، جو روح القدس کا مقدس ہے، خدا کا ہے۔ اس لیے میں اپنے بدن کے ذریعے خدا کا جلال ظاہر کرنے کا انتخاب کرتا ہوں۔ میں اس جھوٹ کو مسترد کرتا ہوں کہ میں برا ہوں یا میرے بدن کا کوئی حصہ برا ہے۔ آپ کا شکر ہے کہ آپ مجھے مسیح میں ویسے ہی قبول کرتے ہیں جیسا میں ہوں۔ یسوع کے نام میں مانگتا ہوں۔ آمین۔

جنونیت اور کامل پستی (پرفیکشنزم)

پیارے آسمانی باپ، میں اس جھوٹ کو مسترد کرتا ہوں کہ میری قدر و قیمت میری کارکردگی یا اپنی صلاحیتوں کو ثابت کرنے پر منحصر ہے۔ میں اس سچائی کا اقرار کرتا ہوں کہ میری شناخت اور قدر اس بات میں ہے کہ میں آپ کا فرزند ہوں۔ میں اس سچائی پر ایمان رکھنے کا انتخاب کرتا ہوں کہ میں راستبازی کے اپنے کاموں کے سبب نہیں، بلکہ آپ کے رحم کے مطابق بچایا گیا ہوں۔ میں مسیح میں زندگی کے مفت تحفے کو قبول کرتا ہوں اور اُس میں قائم رہنے کا انتخاب کرتا ہوں۔ میں شریعت کے تحت رہ کر کامل بننے کی اپنی کوشش کو مسترد کرتا ہوں۔ آسمانی باپ، آپ کے فضل سے، میں آج سے اس بات کا انتخاب کرتا ہوں کہ آپ کے روح القدس کی قدرت میں ایمان کے ساتھ زندگی گزاروں اور اُس سچائی کے مطابق چلوں جو آپ نے بیان کی ہے۔ یسوع کے نام میں مانگتا ہوں۔ آمین۔

جوا

پپیارے آسمانی باپ، میں اقرار کرتا ہوں کہ میں اپنے سپرد کیے گئے مالی وسائل کا اچھا منتظم نہیں رہا۔ روپے پیسے کی محبت نے مجھے غیر معقول اور گناہ آلود رویّے اختیار کرنے پر اکسایا ہے۔ میں جوئے کے تمام اڈوں، جوئے کی ویب سائٹس، بکیوں اور لاٹری کی فروخت سے خود کو دور رکھنے کا عہد کرتا ہوں۔ میں یہ ایمان رکھنے کا انتخاب کرتا ہوں کہ میں مسیح میں زندہ ہوں اور گناہ کے لیے مردہ ہوں۔ روح القدس کی بخشش کے لیے آپ کا شکر ہے، جو مجھے جسم کی خواہشات کا مقابلہ کرنے کی قوت دیتا ہے۔ جب مجھے دوبارہ ان نشہ آور عادتوں کی طرف لوٹنے کی ترغیب ہو، تو میرے لیے بچ نکلنے کی راہ پیدا کریں۔ میں خدا کے تمام ہتھیار پہن کر اور ایمان میں مضبوطی سے قائم رہ کر شیطان کے تمام الزامات، فتنوں اور دھوکے کا مقابلہ کرتا ہوں۔ میں یہ ایمان رکھنے کا انتخاب کرتا ہوں کہ آپ اپنے جلال کی دولت کے مطابق میری تمام ضروریات پوری کریں گے۔ یسوع کے نام میں مانگتا ہوں۔ آمین۔

تعصب

پیارے آسمانی باپ، آپ نے تمام انسانوں کو اپنی صورت پر پیدا کیا ہے۔ میں اقرار کرتا ہوں کہ میں نے دوسروں کو اُن کی جلد کے رنگ، قومی یا نسلی پس منظر، سماجی یا معاشی حیثیت، ثقافتی اختلافات، یا جنسی رجحان کی بنیاد پر جانچا اور اُن کے بارے میں تعصب رکھا ہے۔ میں نسل پرستی، طبقاتی برتری کے احساس اور جنس کی بنیاد پر امتیاز کو مسترد کرتا ہوں۔ میں اس سچائی پر ایمان رکھنے کا انتخاب کرتا ہوں کہ: ”نہ کوئی یہودی رہا نہ یونانی، نہ غلام نہ آزاد، نہ مرد نہ عورت، کیونکہ تم سب مسیح یسوع میں ایک ہو۔“ براہِ کرم مجھے اپنے دل میں موجود تعصب کی جڑیں دکھائیں تاکہ میں اُن کا اقرار کر سکوں اور ایسی ناپاکی سے پاک ہو سکوں۔ میں عہد کرتا ہوں کہ اُس بلائے جانے کے شایانِ شان زندگی گزاروں گا جس کے لیے مجھے بلایا گیا ہے؛ یعنی کامل فروتنی، حلیمی اور تحمل کے ساتھ محبت میں ایک دوسرے کی برداشت کروں گا، اور صلح کے بندھن میں روح کی یگانگت کو قائم رکھنے کی بھرپور کوشش کروں گا۔ یسوع کے نام میں مانگتا ہوں۔ آمین۔

ہم جنس پرستی

پیارے آسمانی باپ، میں اس جھوٹ کا انکار کرتا ہوں کہ آپ نے مجھے یا کسی اور کو ہم جنس پرست پیدا کیا ہے، اور میں اس بات سے اتفاق کرتا ہوں کہ آپ کے کلام میں آپ ہم جنس پرستانہ رویے سے واضح طور پر منع کرتے ہیں۔ میں خود کو خدا کے فرزند کے طور پر قبول کرنے کا انتخاب کرتا ہوں، اور میں آپ کا شکر ادا کرتا ہوں کہ آپ نے مجھے مرد / عورت پیدا کیا۔ میں ہم جنس پرستی کے تمام خیالات، خواہشات، تحریکوں اور افعال کا انکار کرتا ہوں، اور اُن تمام طریقوں کا انکار کرتا ہوں جن کے ذریعے شیطان نے ان چیزوں کو میرے تعلقات کو بگاڑنے کے لیے استعمال کیا ہے۔ میں اعلان کرتا ہوں کہ میں مسیح میں مخالف جنس اور اپنی جنس کے لوگوں کے ساتھ اُس طرح تعلق رکھنے کے لیے آزاد ہوں جس طرح آپ نے ارادہ کیا تھا۔ یسوع کے نام میں مانگتا ہوں، آمین۔

خوف پر قابو پانا

خوف ایک خدا کا دیا ہوا قدرتی ردِ عمل ہے جب ہماری جسمانی یا نفسیاتی سلامتی کو خطرہ ہوتا ہے۔ خوف کا ہمیشہ ایک مقصد ہوتا ہے، یعنی کوئی چیز یا کوئی شخص، اور یہ سمجھا جاتا ہے کہ اس کا ہم پر کچھ اختیار ہے۔ یہ خوف کا مقصد بننا ختم ہو جاتا ہے جب ان خصوصیات میں سے صرف ایک ختم ہو جائے۔

خدا کا خوف حکمت کا شروع ہے۔ وہ خوف کا حتمی مقصد ہے کیونکہ وہ حاضر و ناظر اور قادرِ مطلق ہے۔ رب الافواج ہی وہ ہے جسے آپ کو مقدس سمجھنا ہے، وہی ہے جس سے آپ کو ڈرنا ہے۔

ہمت خوف کی عدم موجودگی نہیں ہے۔ ہمت ایمان کے ساتھ جینے اور محسوس کیے جانے والے خوف کے مقاصد کے سامنے درست کام کرنے کا انتخاب کرنا ہے۔ ہر غیر معقول خوف کے پیچھے ایک جھوٹ ہوتا ہے، جس کی نشاندہی کرنا ضروری ہے۔ خداوند سے درخواست کریں کہ وہ آپ کے ذہن پر آپ کے خوف کی نوعیت اور اُن غیر معقول جھوٹوں کو ظاہر کرے جو اُنہیں پیدا کرتے ہیں، درج ذیل:

پیارے آسمانی باپ، میں اعتراف کرتا ہوں کہ میں نے خوف کو اپنی زندگی پر حکومت کرنے کی اجازت دی ہے۔ آپ کی معافی کے لیے آپ کا شکریہ۔ میں یہ ماننے کا انتخاب کرتا ہوں کہ آپ نے مجھے خوف کی روح نہیں دی، بلکہ قدرت، محبت اور ضبطِ نفس کی روح دی ہے۔ میں اپنی زندگی میں کام کرنے والی خوف کی کسی بھی روح کا انکار کرتا ہوں اور آپ سے درخواست کرتا ہوں کہ میری زندگی میں موجود تمام قابو پانے والے خوفوں اور ان کے پیچھے موجود جھوٹ کو ظاہر کریں۔ میں روح القدس کی قدرت میں، خدا کے سچ کہے ہوئے کے مطابق ایمان کے ساتھ جینا چاہتا ہوں۔ یسوع کے نام میں مانگتا ہوں، آمین۔

☐ ہم جنس پرست بننا / ہونا
☐ چھوڑ دیا جانا
☐ دھوکہ دیا جانا
☐ غلط سمجھا جانا
☐ ناقابلِ معافی گناہ کرنا
☐ سامنا / تصادم
☐ اندھیرا
☐ موت
☐ کسی پیارے کی موت
☐ مایوس کن
☐ ناپسندیدگی
☐ طلاق
☐ شرمندگی

☐ ناکامی
☐ جانوروں / کیڑے مکوڑوں کا خوف
☐ مالی مسائل
☐ ہوائی سفر (اڑنا)
☐ مستقبل
☐ وزن بڑھنا / کم ہونا
☐ خدا کو کنٹرول دینا
☐ پاگل ہونا
☐ خدا میرے لیے وہاں نہیں ہوگا
☐ جہنم
☐ ذلت
☐ خاندان کو دکھ پہنچانا
☐ اپنی نجات کھو دینا
☐ شادی

☐ اسقاطِ حمل (قدرتی)
☐ کبھی شادی نہ ہونا
☐ کبھی محبت نہ کرنا یا محبت نہ ملنا
☐ خدا کی طرف سے محبت نہ ملنا
☐ کوئی فرق نہ ڈالنا
☐ درد / بیماری
☐ رد کیا جانا
☐ شیطان
☐ مخصوص افراد (ان کی فہرست بنائیں)
☐ رات کو آوازیں
☐ خدا مجھ سے کیا مانگ سکتا ہے
☐ دیگر:

خخداوند یسوع، میں نے __________ کے خوف کو اپنی زندگی پر حکومت کرنے کی اجازت دی ہے۔ میں تمام خوفوں اور اُن کے پیچھے موجود جھوٹ کا انکار کرتا ہوں۔ میں ایمان سے جینے اور صرف آپ سے ڈرنے کا انتخاب کرتا ہوں۔ یسوع کے نام میں مانگتا ہوں، آمین۔

فکر پر قابو پانا

فکر خوف سے مختلف ہے، کیونکہ اس کا کوئی مقصد نہیں ہوتا۔ لوگ اس لیے فکر مند ہوتے ہیں کیونکہ وہ کسی نتیجے کے بارے میں غیر یقینی ہوتے ہیں یا نہیں جانتے کہ کل کیا ہونے والا ہے۔ جن چیزوں کی ہم قدر کرتے ہیں، اُن کے بارے میں فکر مند ہونا معمول کی بات ہے، لیکن کچھ لوگوں کے لیے فکر کی شدت اور باقاعدگی اصل مسئلے کے تناسب سے باہر ہوتی ہے۔ ہمیں اپنی تمام فکریں یسوع پر ڈالنے کی ہدایت کی گئی ہے۔ (1 پطرس5: 7)۔

صحائف میں فکر کا بنیادی لفظ "دو دلا ہونا" ہے۔ یکسو ہونے کا پہلا قدم دعا کرنا ہے۔ "کسی بات کی فِکر نہ کرو بلکہ ہر ایک بات میں تُمہاری درخواستیں دُعا اور مِنّت کے وسِیلہ سے شُکر گُذاری کے ساتھ خُدا کے سامنے پیش کی جائیں۔ تو خُدا کا اِطمینان جو سمجھ سے بِالکُل باہر ہے تُمہارے دِلوں اور خیالوں کو مسیح یِسُوع میں محفُوظ رکھّے گا۔" فلپیوں4: 6-7۔

درج ذیل دعا کے ساتھ فکر پر قابو پانے کے لیے خدا سے رہنمائی مانگیں:

پیارے آسمانی باپ، میں آپ کا فرزند ہوں جو خداوند یسوع مسیح کے خون سے خرید اگیا ہوں۔ میں مکمل طور پر آپ پر منحصر ہوں اور مجھے آپ کی ضرورت ہے۔ میں جانتا ہوں کہ یسوع کے بغیر میں کچھ نہیں کر سکتا۔ آپ میرے دل کے خیالات اور ارادوں کو جانتے ہیں اور آپ شروع سے لے کر آخر تک میری صورتحال کو جانتے ہیں۔ مجھے ایسا لگتا ہے جیسے میں دو دلا ہوں، اور مجھے اپنے دل اور اپنے ذہن کی حفاظت کے لیے آپ کے اطمینان کی ضرورت ہے۔ میں اپنے آپ کو آپ کے سامنے فروتن کرتا ہوں اور مناسب وقت پر جس طرح بھی آپ چاہیں مجھے سرفراز کرنے کے لیے آپ پر بھروسہ کرنے کا انتخاب کرتا ہوں۔ میں عیسیٰ مسیح میں جلال میں اپنی دولت کے مطابق میری تمام ضروریات کو پورا کرنے، اور تمام سچائی میں میری رہنمائی کرنے کے لیے آپ پر بھروسہ کرتا ہوں۔ براہِ کرم میری رہنمائی کریں تاکہ میں آپ کے روح القدس کی قدرت میں ایمان کے ساتھ ایک ذمہ دارانہ زندگی گزارنے کے اپنے بلائے جانے کو پورا کر سکوں۔ "اے خدا! مجھے جانچ اور میرے دل کو پہچان؛ مجھے آزما اور میرے خیالوں کو جان؛ اور دیکھ کہ مجھ میں کوئی بری روش تو نہیں، اور مجھے ابدی راہ میں ہدایت کر۔" یسوع کے پاک نام میں، آمین۔

ساتواں مرحلہ

موروثی گناہ

کتابِ مقدس اعلان کرتی ہے کہ ایک نسل کی بدکاری خدا سے بغض رکھنے والوں کی تیسری اور چوتھی پشت تک پہنچ سکتی ہے، لیکن خدا کی برکات ان لوگوں کی ہزاروں پشتوں پر نازل ہوں گی جو اس سے محبت رکھتے ہیں اور اس کے حکموں پر عمل کرتے ہیں (خروج20: 4-6)۔ ایک نسل کی بدکاری آئندہ آنے والی نسلوں کو منفی طور پر متاثر کر سکتی ہے جب تک کہ ان گناہوں کا انکار نہ کیا جائے، اور مسیح میں آپ کی نئی روحانی میراث کا دعویٰ نہ کیا جائے۔ آپ اپنے آباؤاجداد کے گناہوں کے گنہگار نہیں ہیں، لیکن ان کے گناہوں کی وجہ سے آپ ان کے اثرات سے متاثر ہوئے ہیں۔ پطرس نے لکھا کہ، "کیونکہ تم جانتے ہو کہ تمہارا نکمّا چال چلن جو باپ دادا سے چلا آتا تھا اُس سے تُمہاری خلاصی فانی چِیزوں یعنی سونے چاندی کے ذرِیعہ سے نہیں ہُوئی۔" 1 پطرس 1: 18۔ خداوند سے درخواست کریں کہ وہ آپ کے آباؤاجداد کے گناہوں کو ظاہر کرے اور پھر درج ذیل ان کا انکار کریں۔

پیارے آسمانی باپ، براہِ کرم میرے ذہن پر اپنے آباؤاجداد کے وہ تمام گناہ ظاہر کریں جو خاندانی خطوط کے ذریعے منتقل ہوئے ہیں۔ چونکہ میں مسیح میں ایک نیا مخلوق ہوں، میں ان اثرات سے اپنی آزادی کا تجربہ کرنا چاہتا ہوں اور خدا کے فرزند کے طور پر اپنی نئی شناخت میں چلنا چاہتا ہوں۔ یسوع کے نام میں، میں مانگتا ہوں۔ آمین۔

روح القدس جو کچھ ظاہر کر سکتا ہے اسے غور سے سنیں، اور جو کچھ بھی آپ کے ذہن میں آئے اس کی نشاندہی کریں۔ اپنی روحانی میراث کا دوبارہ دعویٰ کرنے کے لیے درج ذیل دعا اور اعلان کا استعمال کریں۔

- ☐ اسقاطِ حمل
- ☐ استحصال -جذباتی، جسمانی، جنسی، روحانی
- ☐ زناکاری
- ☐ شراب، منشیات، کھانے کی لت
- ☐ غصہ
- ☐ فکر
- ☐ پردہ پوشی /گریز
- ☐ حقیر سمجھنا
- ☐ تلخی
- ☐ کنٹرول کرنا
- ☐ باطل فرقہ (بدعت)
- ☐ کوسنا /بددعا دینا
- ☐ خود کو کاٹنا
- ☐ افسردگی /ڈپریشن
- ☐ دل شکنی
- ☐ طلاق
- ☐ بری باتیں کرنا
- ☐ طرفداری
- ☐ جوا
- ☐ پیٹو پن /ناپاسداری
- ☐ منافقت
- ☐ محرمات سے زنا
- ☐ تنہائی
- ☐ سستی /مسائل سے بھاگنا
- ☐ جھوٹ
- ☐ شہوت
- ☐ ہیرا پھیری
- ☐ خود پرستی
- ☐ لاپروائی
- ☐ غیب دانی /جادو ٹونا
- ☐ ست مرد /غالب عورتیں
- ☐ کامل پرستی
- ☐ جسمانی اور ذہنی بیماریاں /اختلال
- ☐ فحش نگاری
- ☐ غرور /تعصب
- ☐ شادی سے پہلے جنسی تعلقات
- ☐ ٹال مٹول
- ☐ نسل پرستی
- ☐ بغاوت
- ☐ مذہبی شریعت پرستی
- ☐ طنز و مزاح
- ☐ خود ترسی
- ☐ حرام کاری
- ☐ چوری
- ☐ خودکشی کے خیالات
- ☐ خودکشی
- ☐ نا معافی
- ☐ کام کا جنون
- ☐ دیگر:

پیارے آسمانی باپ، میں آپ کے حضور آپ کے فرزند کی حیثیت سے آتا ہوں؛ میں وہ ہوں جو خداوند یسوع مسیح کے خون کے وسیلے سے گناہ کی غلامی سے خرید لیا گیا ہے۔ آپ پوری کائنات کے خداوند ہیں اور میری زندگی کے بھی خداوند ہیں۔ میں آج، اسی وقت، اپنے آباؤ اجداد کے تمام گناہوں سے انکار کرتا اور ان سے دستبردار ہوتا ہوں۔ بالخصوص، میں ________ کے گناہوں سے انکار کرتا اور ان سے دستبردار ہوتا ہوں۔ چونکہ میں تاریکی کے اختیار سے چھڑایا گیا اور خدا کے پیارے بیٹے کی بادشاہی میں منتقل کیا گیا ہوں، اس لیے میں اپنے آپ کو ان تمام نقصان دہ اثرات سے آزاد قرار دیتا ہوں۔ میں اپنے، اپنے خاندان اور اپنی خدمت کے خلاف کیے جانے والے ہر شیطانی حملے اور ہر شیطانی منصوبے کو رد کرتا ہوں۔ میرے خلاف لائی گئی ہر بددعا مسیح کی صلیبی موت کے وسیلے سے بے اثر ہو چکی ہے۔ میں شیطان کے ہر ایسے دعوے کو رد کرتا ہوں جس کے ذریعے وہ مجھ پر اپنا حق جتانے کی کوشش کرے۔ میں خداوند یسوع مسیح کا ہوں، جس نے مجھے اپنے قیمتی خون سے خرید لیا ہے۔ میں اپنے آپ کو مکمل طور پر اور ہمیشہ کے لیے خداوند یسوع مسیح کے سپرد اور وقف کرتا ہوں۔ میں خدا کے پورے ہتھیار باندھتا ہوں اور شیطان کے وسوسوں، الزامات اور دھوکے کا مقابلہ کرتا ہوں۔ آج سے میں صرف اپنے آسمانی باپ کی مرضی پوری کرنے کی کوشش کروں گا۔ میں یہ سب اپنے خداوند اور منجی، یسوع مسیح کے عظیم نام میں مانگتا اور ایمان رکھتا ہوں۔ آمین۔

بد دعاؤں کو توڑنا

اے باپ، یسوع مسیح کے نام میں، میں سچے دل سے آپ کے حضور اس خواہش کے ساتھ آتا ہوں کہ تمام لعنتوں اور ان کے اثرات سے آزاد ہو جاؤں۔ میں آپ کا شکر ادا کرتا ہوں کہ آپ نے مجھے نجات دی اور صلیب پر میرے گناہ کو پاک کیا۔ میں اپنے منہ سے اقرار کرتا ہوں کہ میں آپ کا ہوں۔ ابلیس کا مجھ پر کوئی اختیار نہیں، کیونکہ میں آپ کے قیمتی خون سے پاک اور ڈھانپا ہوا ہوں۔ اب میں اپنے تمام گناہوں کا اقرار کرتا ہوں، خواہ وہ معلوم ہوں یا نامعلوم۔ میں یسوع کے نام میں ان سے توبہ کرتا ہوں۔ اے خداوند، میں آپ سے درخواست کرتا ہوں کہ مجھے معاف کر دیں۔ میں اپنے تمام آباؤاجداد کے گناہوں کا اقرار کرتا ہوں۔ یسوع مسیح کے نام میں اور اُن کے خون کے وسیلے سے، میں ہر بدروحی لعنت کی قوت کو توڑتا اور اسے رد کرتا ہوں جو دوسروں کے گناہوں اور اعمال کے ذریعے مجھ تک منتقل ہوئی ہے۔ میں ہر اس لعنت کی قوت اور گرفت کو توڑتا ہوں جو گناہ کے ذریعے مجھ تک پہنچی ہے—میرے اپنے گناہوں کے ذریعے اور میرے آباؤاجداد کے گناہوں کے ذریعے۔ میں ہر اس لعنت کی قوت اور گرفت کو توڑتا ہوں جو بولے گئے الفاظ کے ذریعے مجھ تک پہنچتی ہے۔ میں ہر اس لعنت کی قوت اور گرفت کو توڑتا ہوں جو نافرمانی کے ذریعے مجھ تک پہنچی ہے—خواہ وہ میری نافرمانی ہو یا میرے آباؤاجداد کی۔ یسوع مسیح کے نام میں، میں اب اپنے آپ کو اور اپنے خاندان کو ہر ایسی بدروحی تابعداری اور غلبے سے آزاد کرتا ہوں جو میرے والد، والدہ، دادا دادی، نانا نانی، یا کسی بھی دوسرے انسان کے ساتھ وابستگی کے ذریعے ہم پر آیا ہو—خواہ وہ شخص زندہ ہو یا فوت ہو چکا ہو—اور جس نے ماضی میں کبھی یا اس وقت بھی کسی ایسے طریقے سے مجھ پر یا میرے خاندان پر غلبہ یا کنٹرول قائم کیا ہو جو خدا کے کلام اور اُس کی مرضی کے خلاف ہو۔

یسوع مسیح کے نام میں، میں اب اپنے آپ کو اور اپنے خاندان کو ہر قسم کی نفسیاتی موروثیت، بدروحی کے مضبوط قلعوں، نفسیاتی قوتوں، غلامی، موروثی جسمانی یا ذہنی بیماری کے بندھنوں، اور ان تمام لعنتوں سے الگ کرتا، توڑتا اور آزاد کرتا ہوں جو میرے اور میرے خاندانی سلسلے پر میرے خاندانی سلسلے کے کسی بھی رکن، خواہ وہ زندہ ہو یا فوت ہو چکا ہو، کے گناہوں، خطاؤں، بدکاریوں، یا غیبی یا نفسیاتی امور میں ملوث ہونے کے نتیجے میں آئی ہیں۔ میں اعلان کرتا ہوں کہ دشمن کی ہر قانونی گرفت اور ہر قانونی بنیاد ٹوٹ چکی اور تباہ ہو چکی ہے۔ شیطان کے پاس اب لعنتوں کے ذریعے میرے خاندانی سلسلے کو ستانے کا کوئی قانونی حق نہیں رہا۔ یسوع مسیح کے خون کے وسیلے سے، میں آزاد ہوں۔ یسوع مسیح کے نام میں، میں ان تمام بدروحی ارواح کو جو لعنتوں کے ذریعے مجھے قابو کرتی رہی ہیں، حکم دیتا ہوں کہ وہ ابھی مجھے چھوڑ دیں۔ یسوع کے قدموں میں جائیں تاکہ خود یسوع ان سے نمٹیں۔

اپنی آزادی کو برقرار رکھنا

مسیح میں اپنی آزادی کا تجربہ کرنا نہایت خوشی اور حوصلے کی بات ہے، لیکن جو آزادی آپ نے حاصل کی ہے، اسے قائم رکھنا بھی ضروری ہے۔ آپ نے ایک اہم جنگ جیتی ہے، لیکن جنگ ابھی جاری ہے۔ مسیح میں اپنی آزادی کو قائم رکھنے اور خدا کے فضل میں یسوع کے شاگرد کی حیثیت سے بڑھتے جانے کے لیے، آپ کو خدا کے کلام کی سچائی کے مطابق اپنے ذہن کو مسلسل نیا کرتے رہنا چاہیے۔ اگر مزید تکلیف دہ یادیں سامنے آئیں تو ان لوگوں کو معاف کر دیں جنہوں نے آپ کو دکھ پہنچایا، اور اس معاملے میں اپنے کسی بھی گناہ آلود کردار سے دستبردار ہوں۔

ان مراحل سے گزرنے کے بعد لوگوں کے ذہن میں اس طرح کے خیالات آنا غیر معمولی بات نہیں ہے: "واقعی کچھ بھی نہیں بدلا۔ آپ وہی شخص ہیں جو ہمیشہ سے تھے؛ یہ کام نہیں ہوا۔" یہ خیالات جھوٹ ہیں۔ انہیں رد کریں اور خدا کی سچائی کی روشنی میں زندگی گزارنے کا انتخاب کریں۔

خدا کے فضل میں بڑھتے رہنے کے لیے، ہم تجاویز دیتے ہیں:

1. سیٹ فری میں واکنگ فری پروگرام کے ساتھ منسلک ہو جائیں۔
2. اپنے گھر سے کسی بھی فرقہ وارانہ یا پراسرار علوم / جادوگری کی اشیاء کو ختم کر دیں یا تباہ کر دیں۔ (اعمال 18:19-20)
3. ہر روز خدا کے کلام کی سچائی کو پڑھیں اور اس پر غور کریں۔
4. "میں مسیح میں کون ہوں: 33 اقرارات" کا مطالعہ کریں۔ (لفافے میں)
5. جہاں ضرورت ہو اپنے مضبوط قلعوں کو توڑنے والے حل تیار کریں- صفحہ 55 دیکھیں۔
6. اپنے ذہن کو سست / غیر فعال نہ ہونے دیں، خاص طور پر اس بات کے بارے میں جو آپ دیکھتے اور سنتے ہیں۔ ہر فکر کو فعال طور پر قید کر کے یسوع مسیح کا فرمانبردار بنائیں۔
7. اپنی صحت کے اچھے نگہبان بنیں اور آرام، ورزش، اور مناسب غذا پر مشتمل خدا ترس طرزِ زندگی اپنائیں۔
8. سوچنے، محسوس کرنے اور عمل کرنے کے پرانے طریقوں کی طرف واپس نہ جائیں۔ اگر آپ روحانی اور ذہنی طور پر سست ہو جائیں تو ایسا بہت آسانی سے ہو سکتا ہے۔ اگر آپ سچائی میں چلنے کے لیے جدوجہد کر رہے ہیں تو اپنی جدوجہد کے بارے میں کسی قابلِ اعتماد دوست کے ساتھ کھل کر بات کریں، جو آپ کے لیے دعا کرے گا اور ثابت قدم رہنے کی ترغیب دے گا۔
9. دوسروں سے یہ توقع نہ رکھیں کہ وہ آپ کی جگہ آپ کی جنگیں لڑیں گے۔ وہ آپ کی مدد کر سکتے ہیں، لیکن وہ آپ کی جگہ سوچ، دعا، بائبل کا مطالعہ یا سچائی کا انتخاب نہیں کر سکتے۔
10. ایسی کلیسیا کا حصہ بنیں جہاں خدا کی سچائی مہربانی اور فضل کے ساتھ سکھائی جاتی ہے، اور ایک چھوٹے گروپ میں شامل ہوں جہاں آپ ایماندار اور حقیقی بن سکیں۔ (ہمارے کلیسیائی دوستوں کے ساتھ جڑنے کے لیے نقشہ دیکھیں!) (لفافے میں)
11. بائبل کی تعلیم / مطالعہ میں حصہ لیں۔ (لفافے میں)
12. درج ذیل روزانہ کی دعا پڑھیں اور اگلے چالیس دنوں تک اپنے پیکٹ میں موجود بک مارک پر دیے گئے "آپ مسیح میں کون ہیں" کے بیانات پڑھیں۔ (لفافے میں)
13. خاص ضروریات کے لیے چھٹے مرحلے میں اضافی دعائیں کریں۔

مضبوط قلعوں کو توڑنا !

عقل نئی ہو جانے سے اپنی صُورت بدلتے جاؤ

آپ اپنے ذہن کو ایک ہوائی اڈے اور خود کو ایئر ٹریفک کنٹرولر کے طور پر تصور کر سکتے ہیں۔ بہت سے خیالات اترنے کی اجازت مانگتے ہیں، لیکن آپ کو یہ اختیار حاصل ہے کہ کون سا خیال اترنے دیا جائے اور کس خیال کو واپس موڑ دیا جائے۔ ہم سچائی اور جھوٹ کے درمیان ایک جنگ میں ہیں۔ ہر مضبوط قلعہ ایک ایسا جھوٹ ہے جس نے جڑ پکڑ لی ہے۔ اسے مسمار کرنے کی کنجی اس کے پیچھے چھپے ہوئے جھوٹ کو بے نقاب کرنا اور پھر اس جھوٹ کو سچائی سے بدل دینا ہے۔ مضبوط قلعوں کو توڑنے کا یہ عمل ایک طاقتور ذریعہ ہے، جو کم از کم 40 دن تک مسلسل استعمال کیے جانے پر انتہائی مؤثر ثابت ہوتا ہے۔ یہ اس طرح کام کرتا ہے:

اس جھوٹ کا پتہ لگائیں جس پر آپ یقین رکھتے رہے ہیں۔

یہ سوچنے کا وہ ہر طریقہ ہے جو آپ نے سیکھا ہے اور جو بائبل میں خدا کی کہی ہوئی بات کے مطابق نہیں ہے۔ جو آپ محسوس کرتے ہیں اس پر دھیان نہ دیں کیونکہ، تعریف کے مطابق، جھوٹ ہی سچ محسوس ہو گا۔

بتائیں کہ اس جھوٹ پر یقین رکھنے سے آپ کی زندگی پر کیا اثر پڑا ہے۔

تصور کریں کہ اگر آپ اس پر ایمان نہ رکھتے تو آپ کی زندگی کتنی مختلف ہوتی۔ آپ ایسا کیا کرنے کے قابل ہوتے جو آپ فی الحال نہیں کرتے؟

زیادہ سے زیادہ بائبل کی آیات تلاش کریں جو یہ بتاتی ہیں کہ اصل سچائی کیا ہے اور انہیں لکھ لیں۔

اگر بہت سی آیات ہیں تو سب سے اہم سات یا آٹھ چن لیں۔

ایک اقرار/دعا لکھیں۔

اسے اس فارمولے پر مبنی بنائیں" :میں اس جھوٹ کا انکار کرتا/کرتی ہوں کہ...، اور میں اس سچائی کا اعلان کرتا/کرتی ہوں کہ"...۔ یا، "میں اس جھوٹ کو رد کرتا/کرتی ہوں کہ...، اور میں اس سچائی کو اپناتا/اپناتی ہوں کہ"...۔ یا، "میں اس جھوٹ کو نہ کہتا/کہتی ہوں کہ...، اور میں اس سچائی کو ہاں کہتا/کہتی ہوں کہ"...۔

40دن تک ہر روز بائبل کی آیات پڑھیں اور اقرار/دعا کو بلند آواز سے کہیں۔

یاد رکھیں کہ ایک طویل عرصے تک، یہ آیات اور اقرار سچے محسوس نہیں ہوں گے۔

اپنے آپ کو یاد دلائیں کہ خدا ہی سچائی ہے اور اگر اس نے یہ فرمایا ہے، تو یہ واقعی سچ ہے۔ اور یہ صرف دوسرے لوگوں کے لیے ہی سچ نہیں ہے، یہ آپ کے لیے بھی سچ ہے !ہم میں سے ہر ایک یہ جان سکتا ہے کہ بالکل کوئی چیز اور کوئی شخص ہمیں وہ لوگ بننے سے نہیں روک سکتا جو خدا ہمیں بنانا چاہتا ہے جب تک کہ ہم اپنا کردار ادا کرتے ہیں اور ان ہتھیاروں کا استعمال کرتے ہیں جو اس نے پہلے ہی ہمارے ہاتھوں میں دے دیے ہیں۔

مثال 1: ہمیشہ اکیلا محسوس کرنا
جھوٹ: مجھے اکیلا چھوڑ دیا گیا ہے اور بھلا دیا گیا ہے۔
اثرات : دوسروں سے کترانا؛ یہ سوچنا کہ لوگ مجھے پسند نہیں کرتے؛ الگ تھلگ دکھائی دینا؛ خوف زدہ رہنا۔

استثنا 31 :6 -تُو مضبُوط ہو جا اور حَوصلہ رکھ۔ مت ڈر اور نہ اُن سے خَوف کھا کیونکہ خُداوند تیرا خُدا خُود ہی تیرے ساتھ جاتا ہے۔ وہ تُجھ سے دست بردار نہیں ہو گا اور نہ تُجھ کو چھوڑے گا۔

یسعیاہ 46: 4 مَیں تُمہارے بُڑھاپے تک وُہی ہُوں اور سر سفید ہونے تک تُم کو اُٹھائے پِھروں گا۔ مَیں ہی نے خلق کِیا اور مَیں ہی اُٹھاتا رہُوں گا۔ مَیں ہی لِئے چلُوں گا اور رہائی دُوں گا۔

یرمیاہ 29: 11 -کیونکہ مَیں تُمہارے حق میں اپنے خیالات کو جانتا ہُوں خُداوند فرماتا ہے یعنی سلامتی کے خیالات۔ بُرائی کے نہیں تاکہ مَیں تُم کو نیک انجام کی اُمّید بخشُوں۔

اے آسمانی باپ،
میں اس جھوٹ کو رد کرتا ہوں کہ مجھے اکیلا چھوڑ دیا گیا ہے اور بھلا دیا گیا ہے، اور خوشی سے اس سچائی کو قبول کرتا ہوں کہ آپ مجھ سے محبت کرتے ہیں، کہ آپ میرے لیے مستقبل اور امید رکھتے ہیں، اور یہ کہ یقیناً کوئی بھی چیز مجھے آپ کی محبت سے جدا نہیں کر سکتی۔ یسوع کے نام میں، آمین!

میرا قلعہ شکن
1. میں کس جھوٹ کا مقابلہ کرنا چاہتا ہوں؟
2. اس غلط عقیدے کا میری زندگی پر کیا اثر پڑتا ہے؟ اگر میں اسے اس سچائی سے بدل دوں جو حقیقت میں درست ہے تو میری زندگی کتنی مختلف ہو گی؟
3. بائبل کی زیادہ سے زیادہ ایسی آیات درج کریں جو یہ بیان کرتی ہیں کہ خدا کے نزدیک اصل سچائی کیا ہے، پھر ان میں سے سات یا آٹھ بہترین آیات کا انتخاب کریں۔
4. ایک دعا/اقرار تحریر کریں:

"میں اس جھوٹ کا انکار کرتا ہوں کہ ...اور میں اس سچائی کا اعلان کرتا ہوں کہ...واضح ہو کہ ;"...یا "میں اس جھوٹ کو رد کرتا ہوں کہ...، اور میں اس سچائی کو اپناتا ہوں کہ ;"...یا "میں اس جھوٹ کو نہ کہتا ہوں کہ...، اور میں اس سچائی کو ہاں کہتا ہوں کہ ا "...

5. بائبل کی آیات کو پڑھیں اور 40دن تک روزانہ بلند آواز سے دعا/اقرار کریں۔

جیسے جیسے آپ آگے بڑھیں

40 دنوں پر نشان لگاتے جائیں۔

پاکیزگی اور دلی وابستگیاں توڑنے کی دعا

خداوند یسوع، ہم آج جو شفایابی دیکھنے اور تجربہ کرنے میں آئے ہیں، اس کے لیے آپ کا شکر ادا کرتے ہیں۔ ہم جانتے ہیں کہ جن بیماریوں اور برائیوں کا ہم سامنا کرتے ہیں، وہ ہماری انسانی برداشت سے باہر ہیں۔ اس لیے ہمیں ہر اُس حوصلہ شکنی، منفی سوچ اور مایوسی سے پاک کریں جو شاید ہم نے اپنے اندر لے لی ہو۔ اگر ہماری خدمت کے دوران ہم غصے، بے صبری، شہوت، دوسروں کو پرکھنے کے رویے، یا کسی بھی ناپاک چیز کی طرف مائل ہوئے ہیں، تو ہمیں ان آزمائشوں سے بچائیں اور ہر اُس ناپاکی سے پاک کریں جو ہم نے اپنے اندر لے لی ہے، خواہ وہ انسانی ہو یا شیطانی۔ براہِ کرم ان کی جگہ ہمیں محبت، خوشی اور سلامتی سے بھر دیں۔ اگر کوئی ناپاک روحیں ہم سے چمٹ گئی ہیں یا کسی بھی طرح ہم پر دباؤ ڈال رہی ہیں، تو یسوع مسیح کے اختیار میں ہم تاریکی کی بادشاہی کی تمام روحوں، اور ہر اُس چیز کو جو خداوند یسوع مسیح کے خلاف ہے، حکم دیتے ہیں کہ وہ ابھی چلی جائیں اور براہِ راست یسوع مسیح کے پاس جائیں، تاکہ وہ خود ان سے جیسے چاہیں نمٹیں۔ واپس مت آنا!

خداوند یسوع مسیح کے نام اور اختیار میں، ہم شیطان اور بدروحوں کی طرف سے قائم کیے گئے ان تمام تعلقات کو، جو __________ اور ہمارے درمیان ہیں، منسوخ کرتے، توڑتے اور رد کرتے ہیں۔ ہم یسوع کے نام میں شیطان سے تقویت پانے والے ہر ایسے تعلق کو رد کرتے ہیں، اور ابلیس کے ان تمام طریقوں کو توڑتے ہیں جن کے ذریعے وہ اس تعلق کو استعمال کرنے کی کوشش کر سکتا ہے۔ ہم ان تمام اثرات کو بھی منسوخ کرتے ہیں جو اس تعلق کے ذریعے ہم پر، ہماری شادیوں، ہمارے خاندانوں اور ہماری خدمت پر مرتب ہوئے ہیں یا ہو سکتے ہیں۔ ہم اس تعلق کے ہر اُس حصے پر خداوند یسوع کی برکت کا دعویٰ کرتے ہیں جو خدا کی طرف سے قائم اور تقویت یافتہ ہے۔ یسوع مسیح کے نام اور اختیار میں، ہم اپنے نجات دہندہ اور خداوند یسوع مسیح کی صلیب اور قیامت کی قدرت کے وسیلے سے ابلیس کو منع کرتے ہیں کہ وہ اس تعلق میں مداخلت کرے یا اسے کسی بھی طرح استعمال کرے۔ جہاں ہم نے اپنی کمزوری محسوس کی ہے، وہاں ہمیں مضبوط کریں، اور ہمیں اپنے نور کا لباس پہنائیں۔ اور خداوند یسوع، براہِ کرم اپنے پاک فرشتوں کو بھیجیں تاکہ وہ ہماری اور ہمارے خاندان کے ہر فرد کی حفاظت کریں، اور ہماری، ہمارے گھروں، ہماری ملازمتوں، ہماری تمام ملکیتوں، ہماری شہرت اور ہماری خدمت کی شہرت، ہمارے جسم، جان اور روح کو بیماری، نقصان، خطرے، انتقام اور بدلے سے محفوظ رکھیں اور ان کی نگہبانی کریں۔ راستے میں ہماری حفاظت کریں اور ہمیں محفوظ رکھیں، اور ہمیں آرام اور سکون سے بھری ہوئی رات عطا کریں۔ ہم اب اور ابد تک آپ کی تمجید کرتے ہیں، باپ، بیٹے، اور روح القدس! یسوع کے نام میں ہم دعا مانگتے ہیں۔ آمین۔

تسلیم کی دعا

پیارے آسمانی باپ، میں آج اپنے پورے دل اور جان سے اپنے آپ کو آپ کے حضور تسلیم کرتا/کرتی ہوں۔ براہِ کرم میرے دل کی گہرائیوں میں مزید تشریف لائیں۔ میں آج آپ کو "ہاں" کہتا/کہتی ہوں۔ میں اپنے دل کے تمام پوشیدہ گوشے آپ کے لیے کھولتا/کھولتی ہوں اور کہتا/کہتی ہوں، "اندر تشریف لائیں۔ "یسوع، آپ میری پوری زندگی کے خداوند ہیں۔ میں آپ پر ایمان لاتا/لاتی ہوں اور آپ کو اپنے خداوند اور منجی کے طور پر قبول کرتا/کرتی ہوں۔ میں کچھ بھی اپنے پاس نہیں رکھتا/رکھتی۔ میں سب کچھ آپ کے سپرد کرتا/کرتی ہوں—اپنی صحت، اپنے خاندان، اپنے وسائل، اپنے پیشے، اپنی مہارتوں، اپنے تعلقات، اپنے وقت، اپنی کامیابیوں اور اپنی ناکامیوں کو۔ میں سب کچھ آپ کے حوالے کرتا/کرتی ہوں اور اسے چھوڑ دیتا/دیتی ہوں۔ میں معاملات کو اپنے طریقے سے چلانے کی اپنی سمجھ، اپنے انتخاب اور اپنی مرضی کو آپ کے حضور تسلیم کرتا/کرتی ہوں۔ میں آپ کے حضور ان وعدوں کا بھی اقرار کرتا/کرتی ہوں جو میں نے پورے کیے ہیں اور ان وعدوں کا بھی جنہیں پورا کرنے میں ناکام رہا/رہی ہوں۔ میں اپنی کمزوریوں اور اپنی طاقتوں کو آپ کے سپرد کرتا/کرتی ہوں۔ میں اپنے جذبات، اپنے خدشات، اپنے عدمِ تحفظ کے احساسات، اپنی جنسیت، اور خاص طور پر ______ کو آپ کے سپرد کرتا/کرتی ہوں۔ خداوند، میں اپنی پوری زندگی—اپنا ماضی، حال اور مستقبل—آپ کے سپرد کرتا/کرتی ہوں۔ بیماری ہو یا صحت، زندگی ہو یا موت، میں آپ کا/کی ہوں۔ یسوع کے نام میں، آمین۔

روزانہ کی دعا اور اقرار

پیارے آسمانی باپ، میں آپ کی تمجید اور تعظیم کرتا/کرتی ہوں، کیونکہ آپ میرے خداوند اور منجی ہیں۔ سب کچھ آپ کے اختیار میں ہے۔ میں آپ کا شکر ادا کرتا/کرتی ہوں کہ آپ ہمیشہ میرے ساتھ ہیں اور مجھے کبھی نہیں چھوڑیں گے اور نہ ہی کبھی ترک کریں گے۔ آپ ہی واحد قادرِ مطلق اور واحد دانا خدا ہیں۔ میں دنیا یا دنیا کی چیزوں سے محبت نہ کرنے کا انتخاب کرتا/کرتی ہوں، اور میں اپنے جسم اور اس کی تمام خواہشات کو مصلوب کرتا/کرتی ہوں۔ اس نئی زندگی کے لیے آپ کا شکر ہے جو اب مجھے مسیح میں حاصل ہے۔ میرے جذبات کچھ بھی کہیں، میں خدا کے کلام کی سچائی پر ایمان لانے کا انتخاب کرتا/کرتی ہوں۔ آپ کے لیے کچھ بھی مشکل نہیں ہے۔ مجھے پورا یقین ہے کہ جیسے جیسے میں آپ کے کلام کے مطابق زندگی گزارنے کی کوشش کروں گا/گی، آپ میری تمام ضروریات پوری کریں گے۔ میں آپ کا شکر ادا کرتا/کرتی ہوں کہ میں مسیح کے وسیلے سے، جو مجھے قوت بخشتا ہے، مطمئن رہ سکتا/سکتی ہوں اور ذمہ داری کے ساتھ زندگی گزار سکتا/سکتی ہوں۔ میں اب شیطان کا مقابلہ کرتے ہوئے مضبوطی سے قائم ہوتا/ہوتی ہوں اور اسے اور اس کی تمام بدروحوں کو حکم دیتا/دیتی ہوں کہ وہ مجھ سے دور چلی جائیں۔ میں خدا کے پورے ہتھیار باندھنے کا انتخاب کرتا/کرتی ہوں تاکہ ابلیس کے تمام حیلوں کے مقابلے میں مضبوطی سے قائم رہ سکوں۔ میں اپنے بدن کو آپ کے حضور زندہ، پاک اور پسندیدہ قربانی کے طور پر پیش کرتا/کرتی ہوں، اور آپ کے زندہ کلام کے وسیلے سے اپنے ذہن کو نیا کرنے کا انتخاب کرتا/کرتی ہوں۔ ایسا کرنے سے، میں یہ جانچنے اور ثابت کرنے کے قابل ہو جاؤں گا/گی کہ آپ کی مرضی میرے لیے نیک، پسندیدہ اور کامل ہے۔ اپنے خداوند اور منجی یسوع مسیح کے نام میں، میں دعا مانگتا/مانگتی ہوں۔ آمین۔

سوتے وقت کی دعا

آسمانی باپ، آپ کا شکر ہو کہ آپ نے مجھے اپنے خاندان میں شامل کیا اور مسیح یسوع میں آسمانی مقاموں پر ہر طرح کی روحانی برکت سے نوازا ہے۔ نیند کے ذریعے تازگی اور قوت حاصل کرنے کے اس وقت کے لیے آپ کا شکر ہو۔ میں اسے اپنے بچوں کے لیے آپ کی برکات میں سے ایک برکت کے طور پر قبول کرتا / کرتی ہوں اور سوتے وقت اپنے ذہن اور بدن کی حفاظت کے لیے آپ پر توکل کرتا / کرتی ہوں۔ جس طرح میں نے دن کے وقت آپ اور آپ کی سچائی کے بارے میں غور کیا ہے، اسی طرح میں سوتے وقت بھی ان اچھی باتوں کو اپنے ذہن میں جاری رکھنے کا انتخاب کرتا / کرتی ہوں۔ میں اپنے آپ کو آپ کے سپرد کرتا / کرتی ہوں اور سوتے وقت شیطان اور اس کی بدروحوں کی طرف سے مجھ پر حملہ کرنے کی ہر کوشش سے آپ کی حفاظت کا طلب گار ہوں۔ میرے ذہن کو ڈراؤنے خوابوں سے محفوظ رکھیں۔ میں ہر قسم کے خوف کو رد کرتا / کرتی ہوں اور اپنی ہر فکر آپ پر ڈال دیتا / دیتی ہوں۔ اس آرام کے وقت میں اپنی سلامتی میرے ساتھ رکھیں۔ خداوند یسوع مسیح کے نام میں، میں دعا مانگتا / مانگتی ہوں۔ آمین۔

گھر کی روحانی پاکیزگی کی دعا

پیارے آسمانی باپ، میں اقرار کرتا / کرتی ہوں کہ آپ آسمان اور زمین کے خداوند ہیں۔ اپنی مطلق قدرت اور محبت میں، آپ نے بہت سی چیزیں میری ذمہ داری میں سونپی ہیں۔ رہنے کے لیے یہ گھر عطا کرنے کے لیے آپ کا شکر ہو۔ میں اپنے گھر کو اپنے اور اپنے خاندان کے لیے روحانی سلامتی کی جگہ قرار دیتا / دیتی ہوں اور دشمن کے تمام حملوں سے آپ کی حفاظت کا طلب گار ہوں۔ خدا کے ایک ایسے بچے کے طور پر جسے مسیح کے ساتھ زندہ کیا گیا اور آسمانی مقاموں پر مسیح کے ساتھ بٹھایا گیا ہے، میں ہر اُس شریر روح کو، جو اس جگہ کے سابقہ یا موجودہ رہنے والوں کی سرگرمیوں کی وجہ سے اس جگہ پر دعویٰ کرنے کی کوشش کرتی ہے، حکم دیتا / دیتی ہوں کہ وہ چلی جائے اور کبھی واپس نہ آئے۔ میں اس جگہ کے خلاف بھیجے گئے تمام شیطانی منصوبوں کو رد کرتا / کرتی ہوں۔ آسمانی باپ، میں آپ سے درخواست کرتا / کرتی ہوں کہ اپنے پاک فرشتوں کو اس جگہ کے اردگرد مقرر کریں، تاکہ وہ اسے دشمن کی ہر اُس کوشش سے محفوظ رکھیں جس کے ذریعے وہ اس جگہ میں داخل ہونے یا میرے اور میرے خاندان کے لیے آپ کے مقاصد میں خلل ڈالنے کی کوشش کرے۔ خداوند، میں خداوند یسوع مسیح کے نام میں ایسا کرنے کے لیے آپ کا شکر ادا کرتا / کرتی ہوں۔ آمین۔

غیر مسیحی ماحول میں رہنے کی دعا

آسمانی باپ، رہنے کے لیے یہ جگہ اور نیند کے ذریعے تازگی حاصل کرنے کے موقع کے لیے آپ کا شکر ہے۔ میں آپ سے درخواست کرتا / کرتی ہوں کہ میرے لیے اس علاقے کو روحانی سلامتی کی جگہ کے طور پر مخصوص کریں۔ میں دوسرے رہنے والوں کی طرف سے جھوٹے معبودوں یا روحوں کے لیے ظاہر کی گئی ہر وفاداری کا انکار کرتا / کرتی ہوں۔ میں اس جگہ کے سابقہ یا موجودہ رہنے والوں، بشمول اپنے، کی سرگرمیوں کی بنیاد پر شیطان کے اس جگہ پر کسی بھی دعوے کا انکار کرتا / کرتی ہوں۔ خدا کے بچے اور مسیح کے ساتھ ہم وارث ہونے کی حیثیت سے، اور اس اختیار کی بنیاد پر جو مسیح کو آسمان اور زمین پر حاصل ہے، میں تمام شریر روحوں کو حکم دیتا / دیتی ہوں کہ وہ اس جگہ کو چھوڑ دیں اور براہِ راست یسوع مسیح کے پاس جائیں، تاکہ وہ خود ان سے جیسے چاہیں نمٹیں۔ آسمانی باپ، میں آپ سے درخواست کرتا / کرتی ہوں کہ جب تک میں یہاں رہوں، اپنے پاک فرشتوں کو میری حفاظت کے لیے مقرر کریں۔ یسوع کے قادرِ مطلق نام میں، میں دعا مانگتا / مانگتی ہوں۔ آمین۔

آزادی کی خدمت کے نوٹس:

آزادی کی خدمت کے نوٹس:

آزادی کی خدمت کے نوٹس:

آزادی کی خدمت کے نوٹس:

جہاں دکھیارا اور شفا دینے والا ملتے ہیں...

616-726-5400 | info@setfreeusa.org | www.setfreemin.org | 2026