ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਬਾਈਬਲ
ਉਪੱਸਥਿਤ

ਚ੍ਹਾਲੀ ਸਾਲ

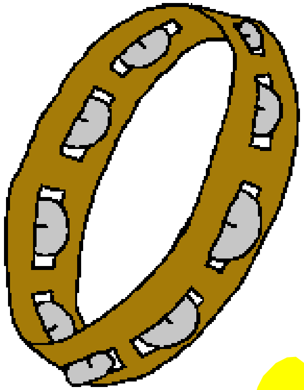
ਦੁਆਰਾ ਲਿਖਿਆ ਗਿਆ : Edward Hughes

ਦੁਆਰਾ ਦਿੱਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਉਦਾਹਰਣਾਂ : Janie Forest; Alastair Paterson

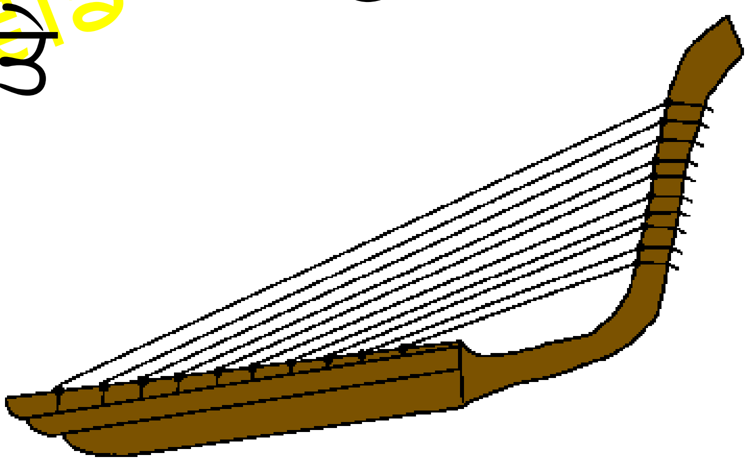
ਦੁਆਰਾ ਬਦਲਿਆ ਗਿਆ : Lyn Doerksen

ਦੁਆਰਾ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਅਨੁਵਾਦ : Rev. Tasveer ull haque

ਦੁਆਰਾ ਬਣਾਇਆ ਗਿਆ : Bible for Children
www.M1914.org
©2017 Bible for Children, Inc.
ਆਗਿਆ ਦੇਣ.ੀ : ਜਦ ਤੱਕ ਤੁਸੀ ਇਸ ਨੂੰ ਵੇਚਦੇ ਨਹੀ ਤਦ ਤੱਕ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਧਿਕਾਰ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀ ਇਸ ਕਹਾਣੀ ਨੂੰ ਛਾਪ ਸਕੋ ਜਾ ਇਸ ਦੀ ਨਕਲ ਉਤਾਰ ਸਕੋ।

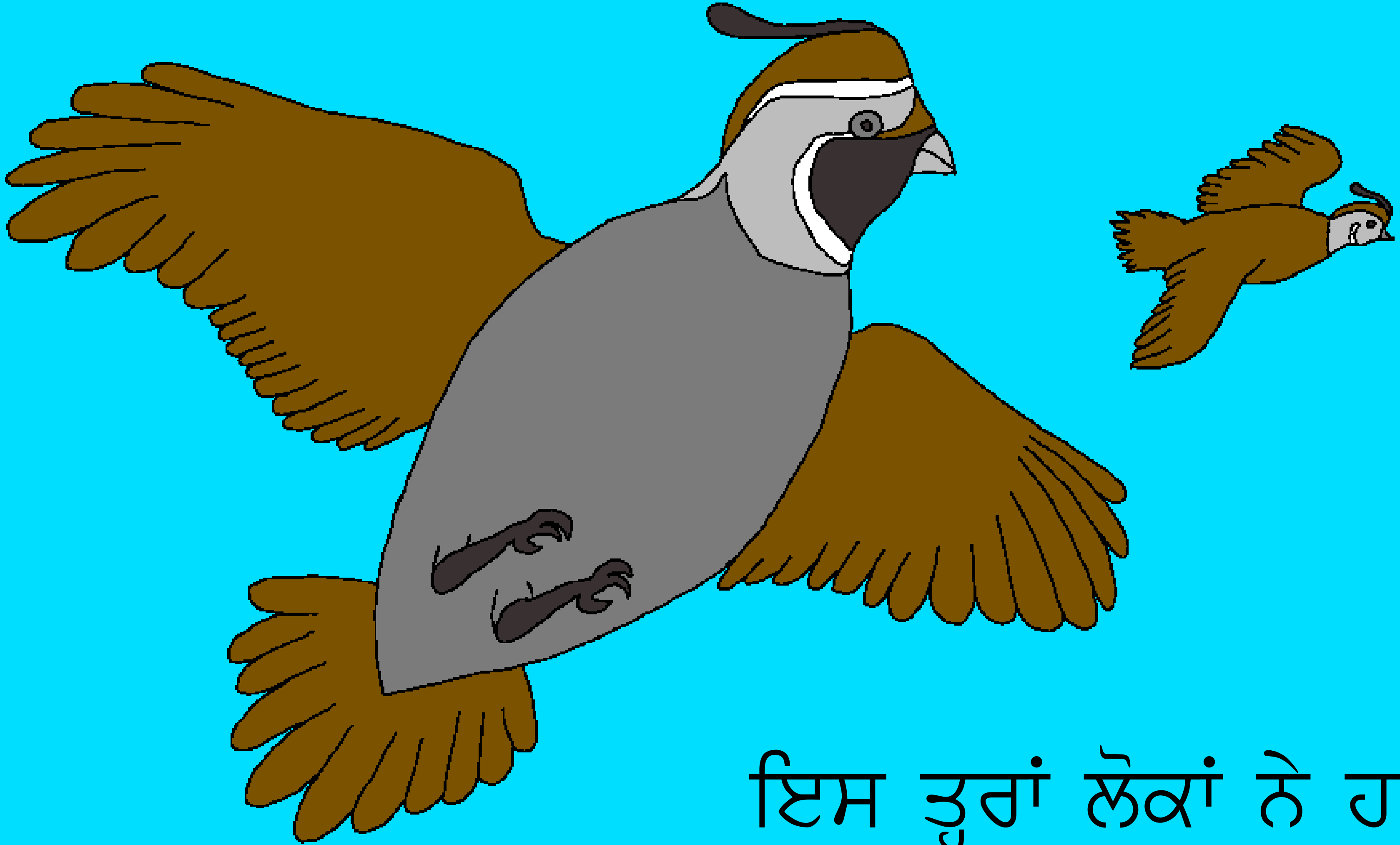


ਜਦ ਪਰਮੇਸ਼ਵਰ ਨੇ ਇਸਰਾਏਲੀਆਂ ਨੂੰ ਮਿਸਰ ਵਿੱਚੋਂ ਛੁਡਾਇਆ, ਮੂਸਾ ਨੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਉਪਾਸਨਾ ਵਿੱਚ ਅਗਵਾਈ ਕੀਤੀ। ਉਸ ਨੇ ਵਡਿਆਈ ਦਾ ਗੀਤ ਬਣਾਇਆ। “ਮੈਂ ਯਹੋਵਾ ਦਾ ਗੀਤ ਗਾਵਾਂਗਾ ਕਿਉਂ ਜੋ ਉਸ ਨੇ ਮਹਾਨ ਜਿੱਤ ਦਿੱਤੀ ਹੈ।” ਮੂਸਾ ਨੇ ਇਸਰਾਏਲੀਆਂ ਲਈ ਕੀਤੇ ਹੋਏ ਸਾਰਿਆਂ ਮਹਾਨ ਕੰਮਾਂ ਨੂੰ ਗਾਇਆ।

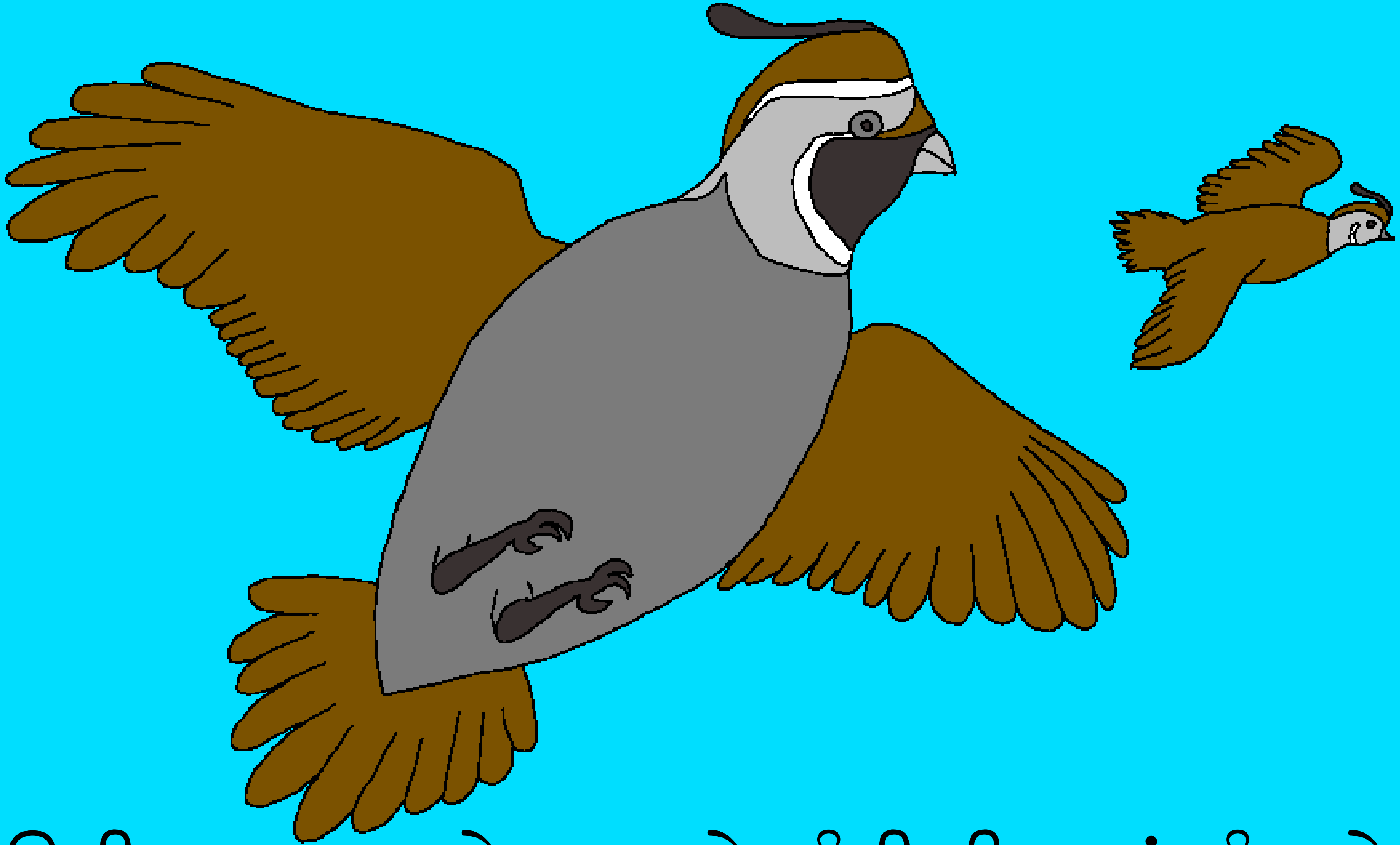


ਤਿੰਨ ਦਿਨ ਬਾਅਦ ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਮਾਰੂਥਲ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਤਲਾਬ ਪਾਇਆ। ਪਰ ਉਹ ਕੌੜੇ ਪਾਣੀ ਨੂੰ ਪੀ ਨਾ ਸਕੇ।

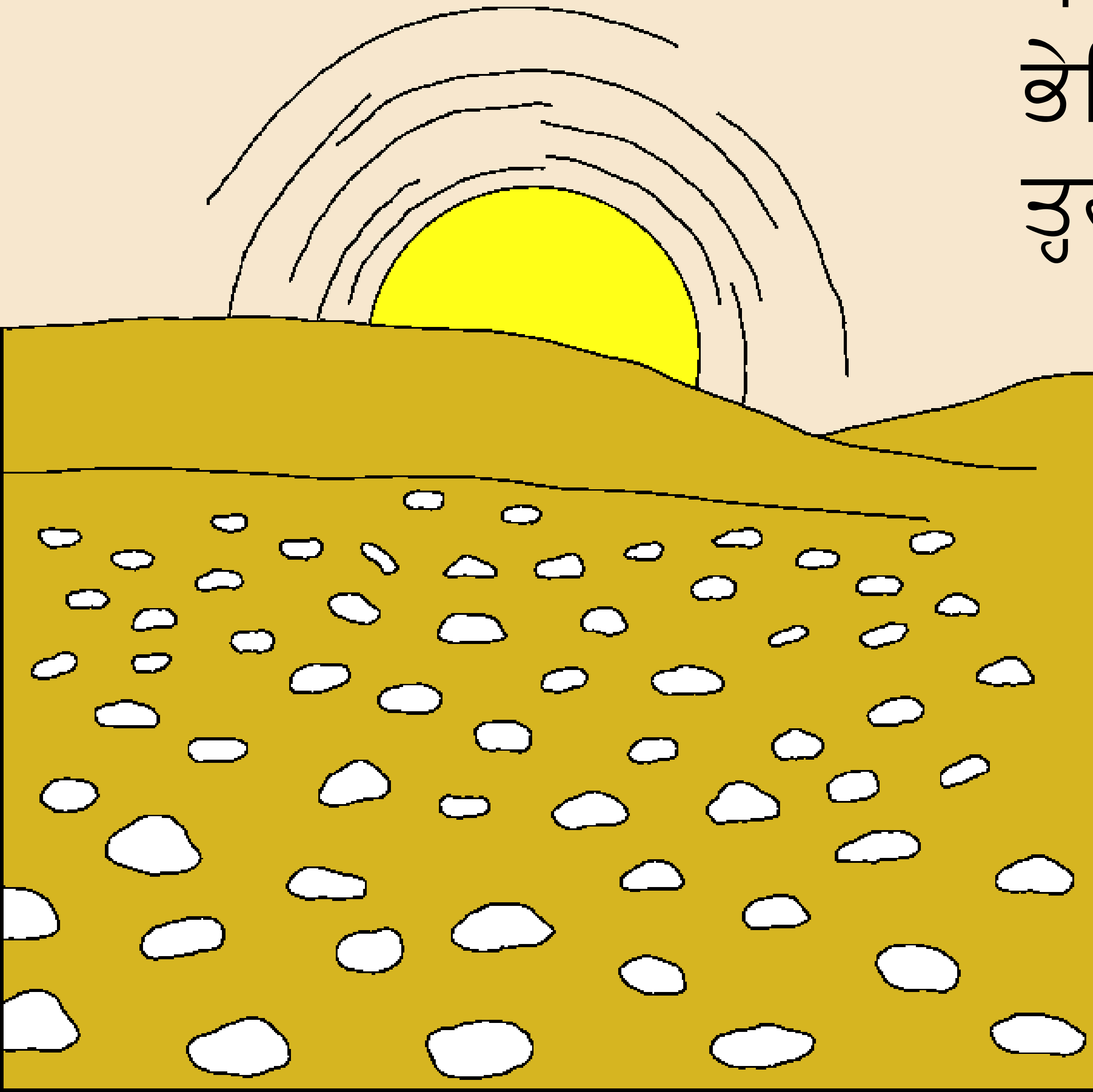
ਪ੍ਰਾਥਨਾਂ ਕਰਨ ਦੀ ਜਗ੍ਹਾ, ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਕੀਤੀ। ਪਰਮੇਸ਼ਵਰ ਬਹੁਤ ਦਯਾਲੂ ਸੀ। ਉਸ ਨੇ ਪਾਣੀ ਨੂੰ ਪੀਣ ਲਈ ਚੰਗਾ ਕਰ ਦਿੱਤਾ।



ਇਸ ਤ੍ਹਰਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਹਰ ਵਸਤੂ ਦੇ ਬਾਰੇ ਸ਼ਕਾਇਤ ਕੀਤੀ।“ਮਿਸਰ ਵਿੱਚ ਸਾਡੇ ਲਈ ਭੋਜਨ ਸੀ। ਮਾਰੂਥਲ ਵਿੱਚ ਅਸੀਂ ਭੁੱਖੇ ਮਰਾਂਗੇ,” ਉਹ ਚਿਲਾਏ।



ਉਸੀ ਸ਼ਾਮ ਪਰਮੇਸ਼ਵਰ ਨੇ ਪੰਛੀ ਜਿਹਨਾਂ ਨੂੰ ਬਟੇਰੇ
ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਭੇਜਿਆ। ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ
ਅਸਾਨੀ ਨਾਲ ਫੜ ਲਿਆ।



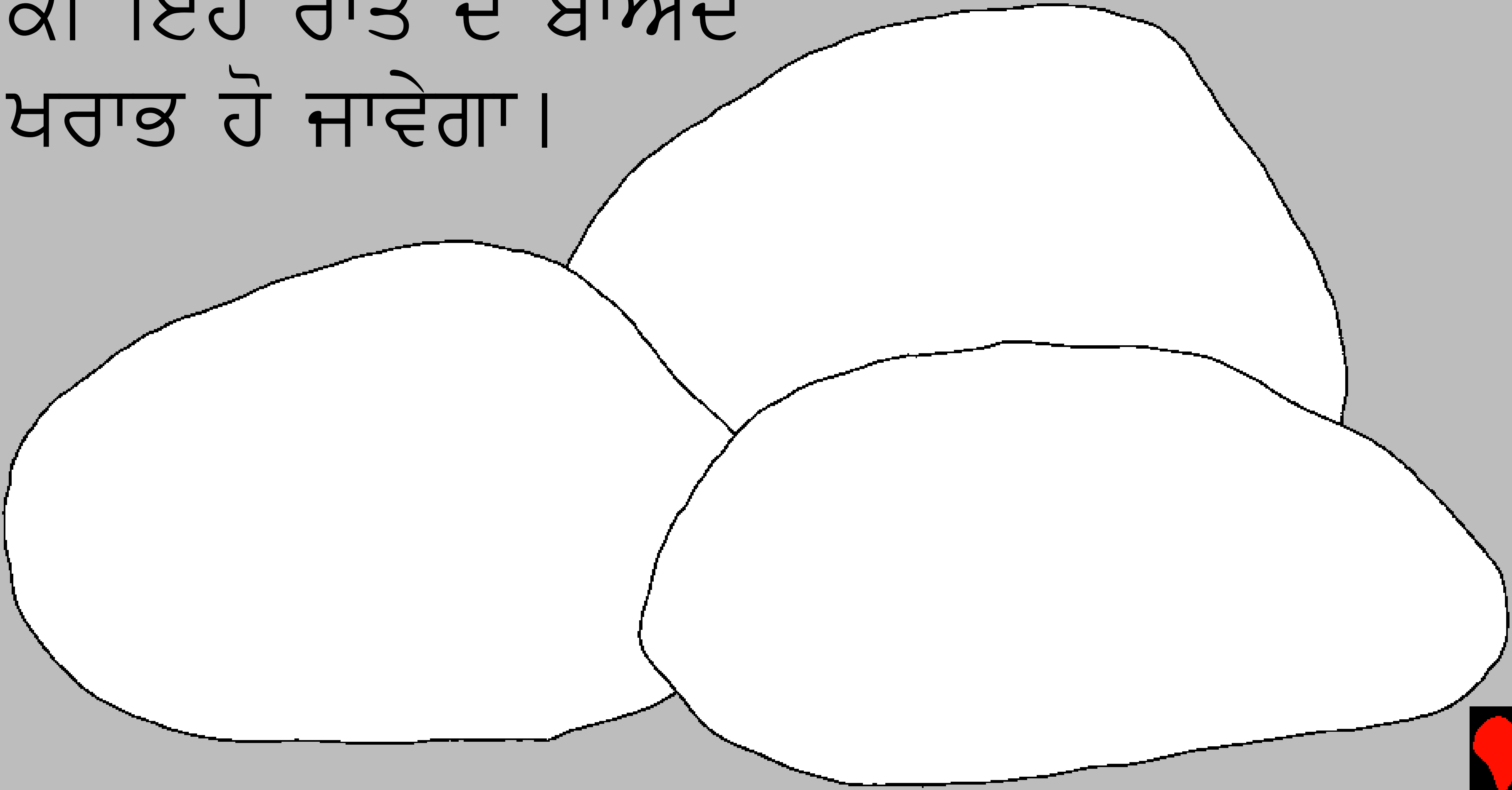
ਅਗਲੀ ਸਵੇਰ ਪਰਮੇਸ਼ਵਰ ਨੇ ਮੰਨ੍ਹਾ ਭੇਜਿਆ। ਉਹ ਇੱਕ ਤੂਰਾਂ ਦੀ ਰੋਟੀ ਸੀ

ਜਿਸ ਦਾ ਸਵਾਦ ਇੱਕ ਸ਼ਹਿਦ ਦੇ ਪੂਏ ਵਰਗਾ ਸੀ।

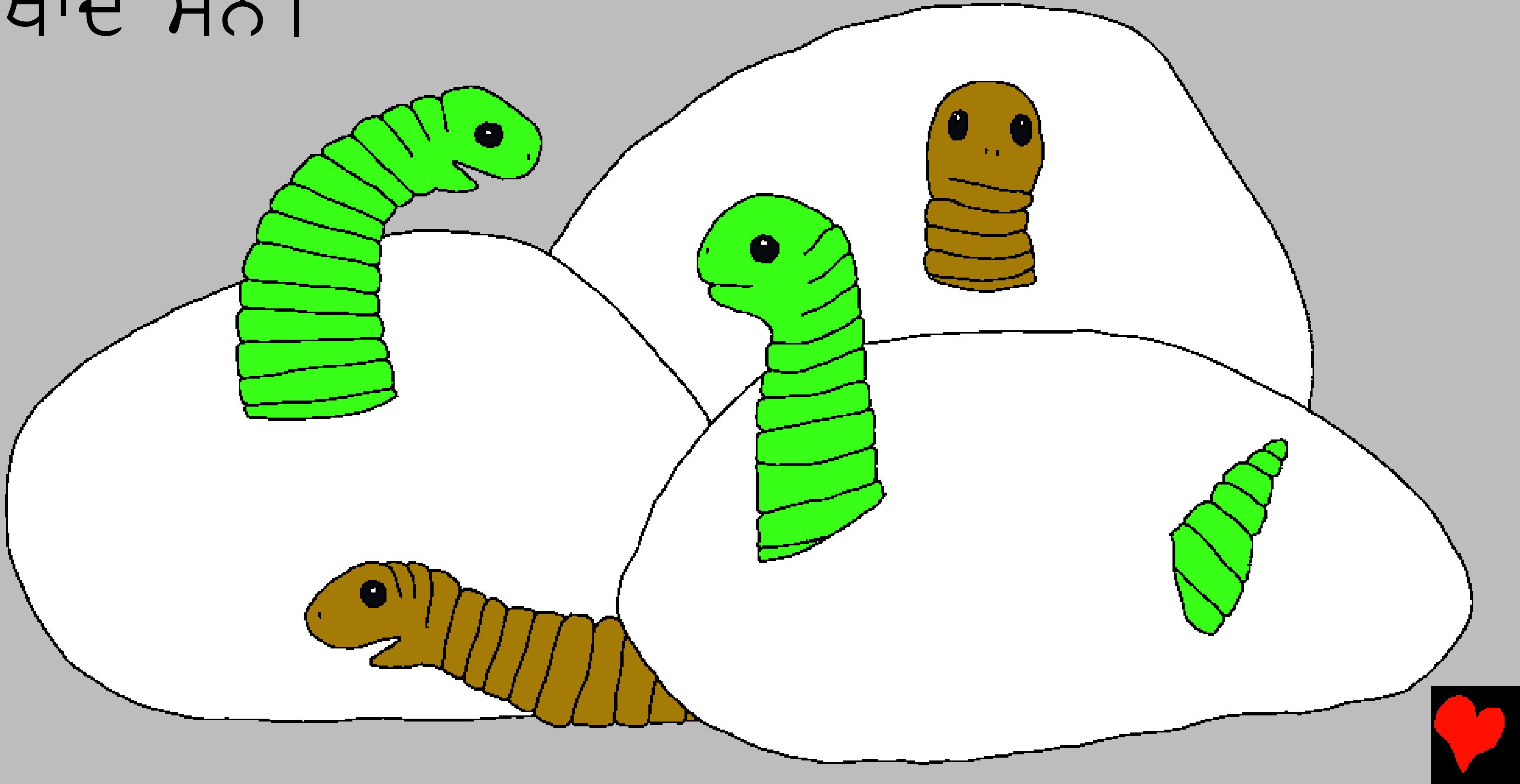
ਹਰ ਸਵੇਰ ਮੰਨ੍ਹਾ
ਧਰਤੀ ਤੇ ਡਿੱਗਦਾ
ਸੀ ਅਤੇ ਇਕੱਠਾ
ਕਰਨ ਲਈ ਤਿਆਰ

ਹੁੰਦਾ ਸੀ। ਇਸੇ
ਤ੍ਰਾਂ ਪਰਮੇਸ਼ਵਰ
ਨੇ ਆਪਣੇ ਲੋਕਾਂ
ਨੂੰ ਮਾਰੂਥਲ
ਵਿੱਚ ਖਵਾਇਆ।

ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਹਰ ਰੋਜ ਨਵੇਂ ਭੋਜਨ ਲਈ ਪਰਮੇਸ਼ਵਰ ਤੇ ਭਰੋਸਾ ਕਰਨਾ ਸੀ। ਪਰ ਕੁਝ ਲੋਕ ਜਿਆਦਾ ਮੰਨ੍ਹਾ ਇਕੱਠਾ ਕਰਦੇ ਸਨ, ਭਾਂਵੇ ਪਰਮੇਸ਼ਵਰ ਨੇ ਕਿਹਾ ਸੀ ਕੀ ਇਹ ਰਾਤ ਦੇ ਬਾਅਦ
ਖਰਾਬ ਹੋ ਜਾਵੇਗਾ।



ਸੱਚ ਮੁੱਚ, ਸਬਤ ਦੇ ਦਿਨ ਨੂੰ ਛੱਡ ਕੇ ਬੀਤੇ ਦਿਨ ਦੇ ਮੰਨ੍ਹਾ ਵਿੱਚ ਕੀੜੇ ਪੈ ਜਾਂਦੇ ਸਨ। ਉਸ ਖਾਸ ਸਤਵੇ ਦਿਨ ਲੋਕ ਆਰਾਮ ਕਰਦੇ ਅਤੇ ਬੀਤੇ ਦਿਨ ਦਾ ਮੰਨ੍ਹਾ ਖਾਂਦੇ ਸਨ।



ਪਰਮੇਸ਼ਵਰ ਨੇ
ਮਾਰੂਥਲ ਵਿੱਚ
ਇਸਰਾਏਲੀਆਂ
ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕੀਤੀ।

ਉਸਨੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ
ਭੋਜਨ ਅਤੇ ਪਾਣੀ
ਦਿੱਤਾ - ਅਤੇ
ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ
ਦੁਸ਼ਮਣਾਂ ਤੋਂ
ਬਚਾਇਆ।

ਜਦ ਅਮਾਲੇਕੀਆਂ ਨੇ ਹਮਲਾ ਕੀਤਾ, ਜਿੰਨੀ ਦੇਰ ਮੂਸਾ ਨੇ ਪਰਮੇਸ਼ਵਰ ਦੀ ਲਾਠੀ ਨੂੰ ਚੁੱਕ ਕੇ ਰੱਖਿਆ ਇਸਰਾਏਲੀ ਲ਼ੜਾਈ ਜਿੱਤਦੇ ਰਹੇ।

ਪਰਮੇਸ਼ਵਰ ਨੇ ਇਸਰਾਏਲੀਆਂ ਨੂੰ ਕਿਹਾ, “ਜੇਕਰ ਤੁਸੀ ਮੇਰੀ ਗੱਲਾਂ ਨੂੰ ਮੰਨੋਂਗੇ ਤੁਸੀ ਮੇਰੇ ਖਾਸ ਲੋਕ ਹੋਵੋਂਗੇ।” “ਪਰਮੇਸ਼ਵਰ ਨੇ ਜੋ ਕਿਹਾ, ਅਸੀ ਕਰਾਂਗੇ,” ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਮੂਸਾ ਨੂੰ ਕਿਹਾ। ਉਹ ਸੀਨਈ ਪਹਾੜ ਕੋਲ ਗਏ ਅਤੇ ਇੰਤਜ਼ਾਰ ਕੀਤਾ ਜਦ ਮੂਸਾ ਪਰਮੇਸ਼ਵਰ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਗਿਆ ਸੀ।

ਮੂਸਾ ਚ੍ਹਾਲੀ
ਦਿਨ ਤੱਕ
ਪਹਾੜ ਉੱਤੇ
ਪਰਮੇਸ਼ਵਰ ਦੇ
ਨਾਲ ਸੀ।
ਪਰਮੇਸ਼ਵਰ ਨੇ
ਦੋ ਪੱਥਰ ਦੀਆਂ
ਪੱਟੀਆਂ
ਉੱਤੇ ਦਸ
ਆਗਿਆਵਾਂ
ਲਿਖੀਆਂ।

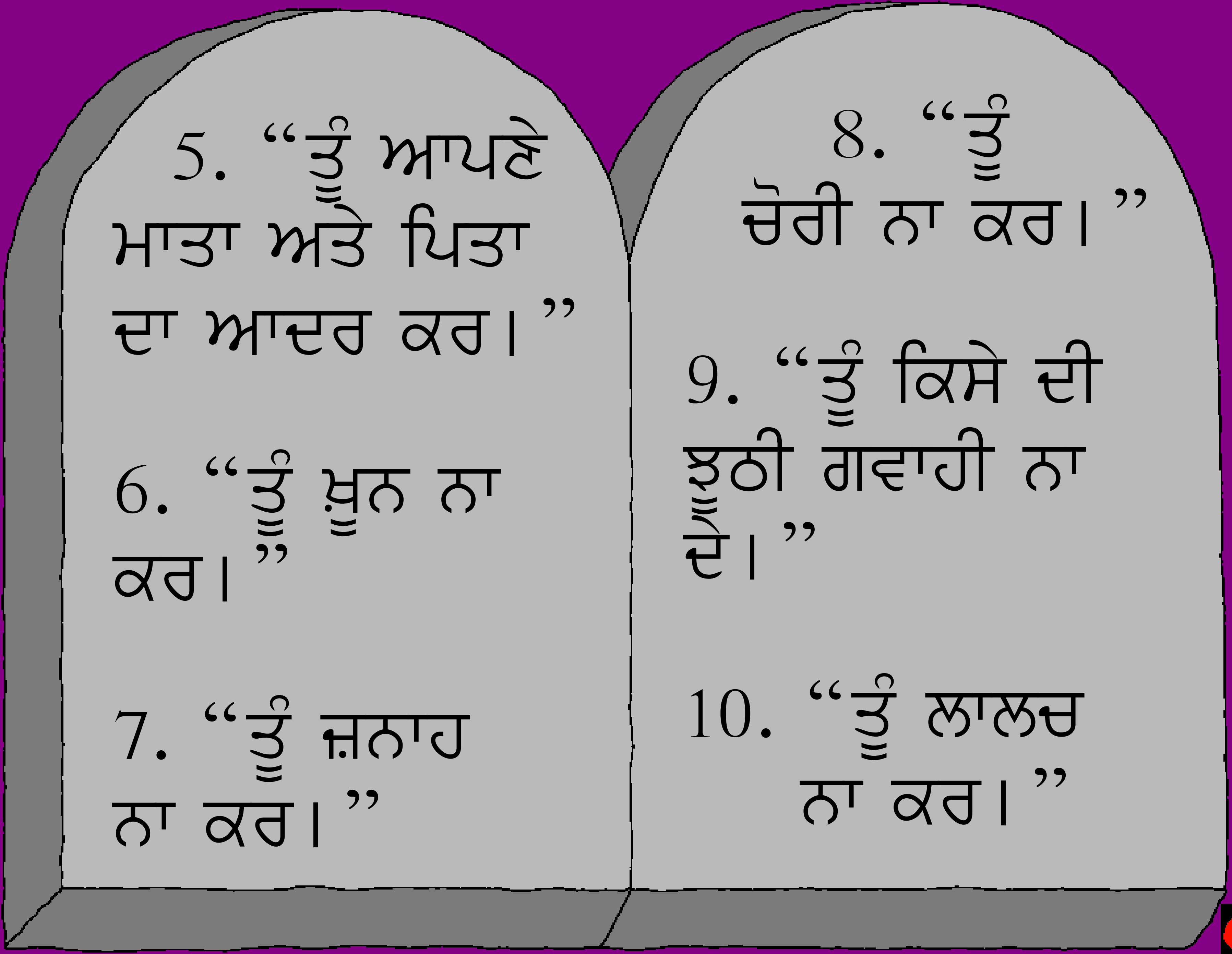
ਉਸ ਨੇ ਮੂਸਾ
ਨੂੰ ਦੱਸਿਆ
ਕੀ ਉਹ
ਕਿਵੇਂ ਚਾਹੁੰਦਾ
ਹੈ ਜੋ ਉਸ ਦੇ
ਲੋਕ ਰਹਿਣ।

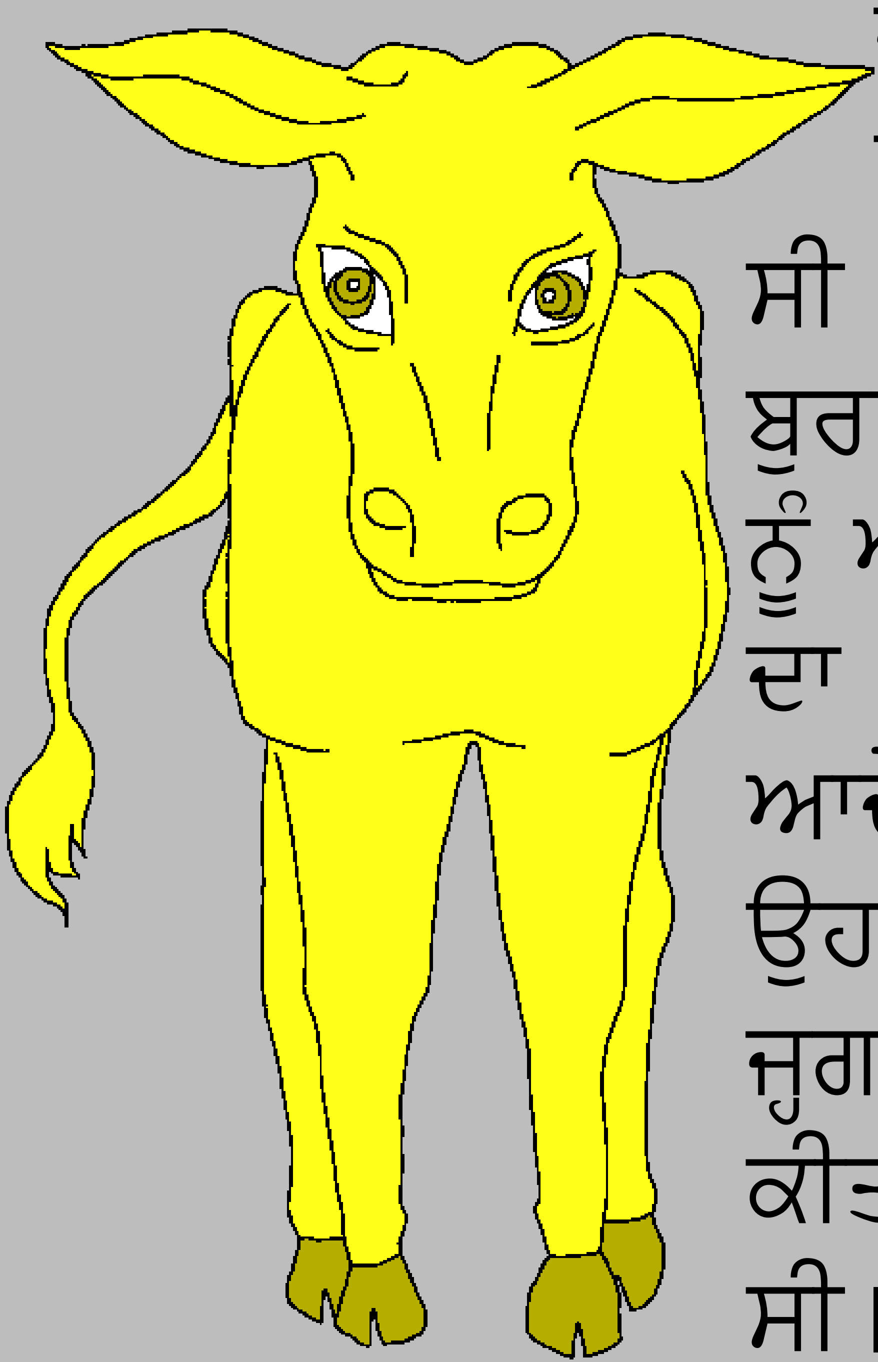
1. “ਮੇਰੇ ਸਨਮੁੱਖ ਤੇਰੇ ਲਈ ਦੂਜੇ ਦੇਵਤੇ ਨਾ ਹੋਣ।”

2. “ਤੂੰ ਆਪਣੇ ਲਈ ਮੂਰਤ ਨਾ ਬਣਾ ਅਤੇ ਨਾ ਉਸ ਦੇ ਸਾਹਮਣੇ ਮੱਥਾ ਟੇਕ।”

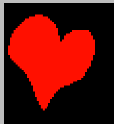
3. “ਤੂੰ ਯਹੋਵਾ ਆਪਣੇ ਪਰਮੇਸ਼ਵਰ ਦਾ ਨਾ ਵਿਅਰਥ ਨਾ ਲੈ।”

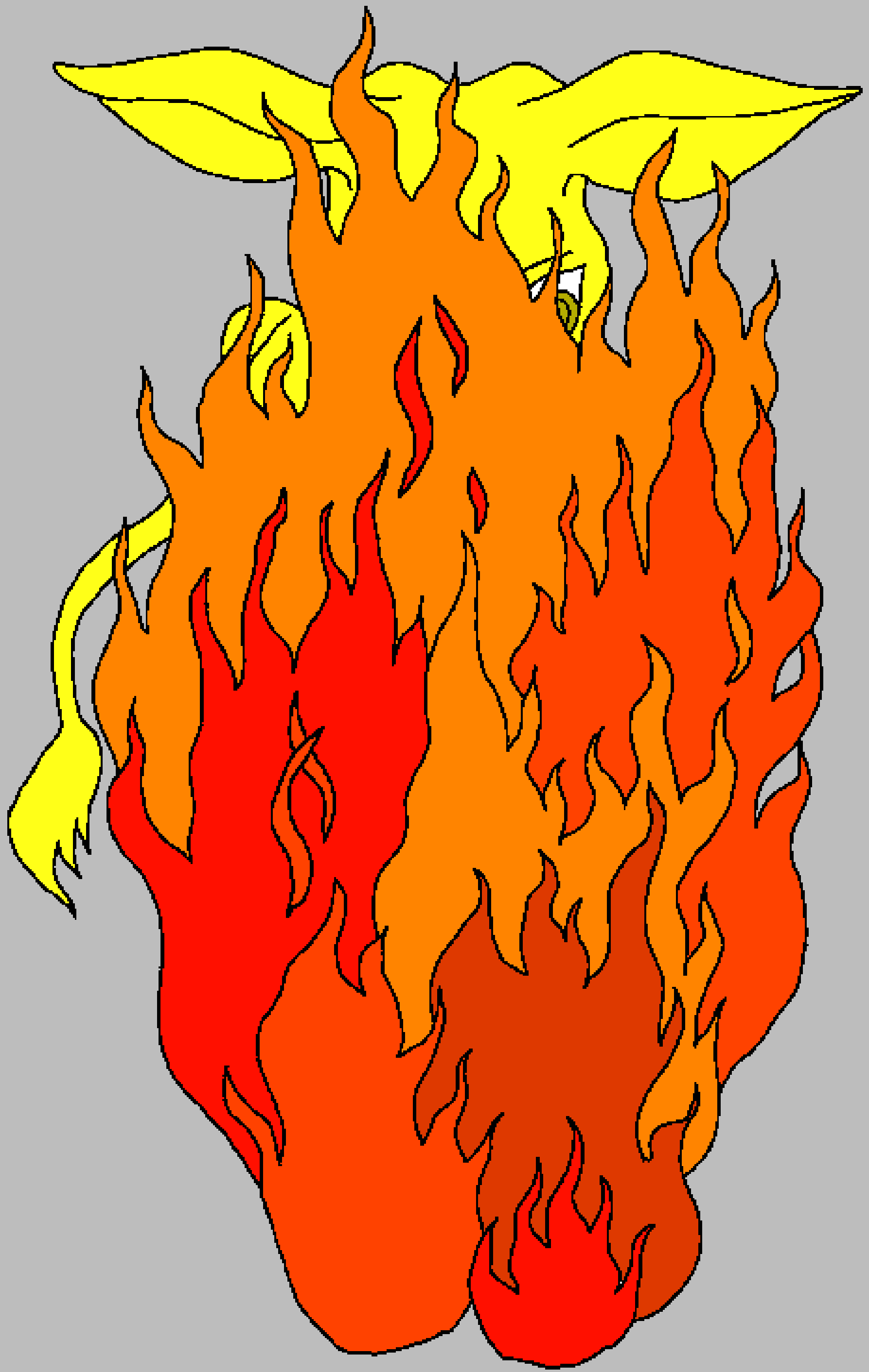
4. “ਤੂੰ ਸਬਤ ਦੇ ਦਿਨ ਨੂੰ ਪਵਿੱਤਰ ਜਾਣ ਕੇ ਚੇਤੇ ਰੱਖ।”


5. “ਤੂੰ ਆਪਣੇ ਮਾਤਾ ਅਤੇ ਪਿਤਾ ਦਾ ਆਦਰ ਕਰ।”
6. “ਤੂੰ ਖ਼ੂਨ ਨਾ ਕਰ।”
7. “ਤੂੰ ਜ਼ਨਾਹ ਨਾ ਕਰ।”
8. “ਤੂੰ ਚੋਰੀ ਨਾ ਕਰ।”
9. “ਤੂੰ ਕਿਸੇ ਦੀ ਝੂਠੀ ਗਵਾਹੀ ਨਾ ਦੇ।”
10. “ਤੂੰ ਲਾਲਚ ਨਾ ਕਰ।”



ਜਦ ਮੂਸਾ ਸੀਨਈ ਪਹਾੜ ਉੱਤੇ ਪਰਮੇਸ਼ਵਰ ਦੇ ਨਾਲ ਸੀ ਇਸਰਾਏਲੀਆਂ ਨੇ ਕੁਝ ਬੁਰਾ ਕੀਤਾ। ਉਹਨਾਂ ਹਾਰੂਨ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਲਈ ਇੱਕ ਸੋਨੇ ਦਾ ਬਛੜਾ ਬਣਾਉਣ ਦਾ ਆਦੇਸ਼ ਦਿੱਤਾ --- ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਪਰਮੇਸ਼ਵਰ ਦੀ ਜੁਗਾ ਉਸਦੀ ਉਪਾਸਨਾ ਕੀਤੀ।ਪਰਮੇਸ਼ਵਰ ਬਹੁਤ ਗੁੱਸੇ ਸੀ।ਅਤੇ ਮੂਸਾ ਵੀ ਸੀ।





ਜਦ ਮੂਸਾ ਨੇ ਬਛੜੇ
ਅਤੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਨੱਚਦੇ ਹੋਏ
ਵੇਖਿਆ, ਉਸ ਨੇ ਪੱਥਰ
ਦੀਆਂ ਪੱਟੀਆਂ ਨੂੰ ਜ਼ਮੀਨ
ਤੇ ਸੁੱਟ ਦਿੱਤਾ। ਮੂਸਾ ਨੇ
ਗੁੱਸੇ ਨਾਲ ਸੋਨੇ ਦੀ ਮੂਰਤ
ਨੂੰ ਨਾਸ਼ ਕਰ ਦਿੱਤਾ।
ਉਸਨੇ ਉਹਨਾਂ ਬੁਰੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ
ਮਾਰਿਆ ਜਿਹਨਾਂ ਨੇ ਉਸ
ਦੀ ਉਪਾਸਨਾ ਕੀਤੀ ਸੀ।

ਪਰਮੇਸ਼ਵਰ ਨੇ ਫਿਰ ਪੱਥਰ
ਦੀਆਂ ਪੱਟੀਆਂ ਨੂੰ ਵਾਪਸ
ਕੀਤਾ। ਉਸ ਨੇ ਮੂਸਾ ਨੂੰ
ਇੱਕ ਡੇਰਾ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਕਿਹਾ
– ਇੱਕ ਵੱਡਾ ਤੰਬੂ ਜਿਹਦੇ ਚਾਰੇ
ਪਾਸੇ ਘੇਰਾ ਹੋਵੇ – ਜਿੱਥੇ
ਪਰਮੇਸ਼ਵਰ ਆਪਣੇ
ਲੋਕਾਂ ਦੇ
ਨਾਲ
ਰਹੇ।

ਉਹ ਉੱਥੇ ਪਰਮੇਸ਼ਵਰ ਦੀ
ਉਪਾਸਨਾ ਕਰਨ। ਬੱਦਲ
ਅਤੇ ਅੱਗ ਦਾ ਖੰਬਾ
ਦਿਖਾਉਂਦਾ ਸੀ ਕੀ
ਪਰਮੇਸ਼ਵਰ ਉੱਥੇ ਉਹਨਾਂ
ਦੇ ਨਾਲ ਮੌਜੂਦ ਹੈ।

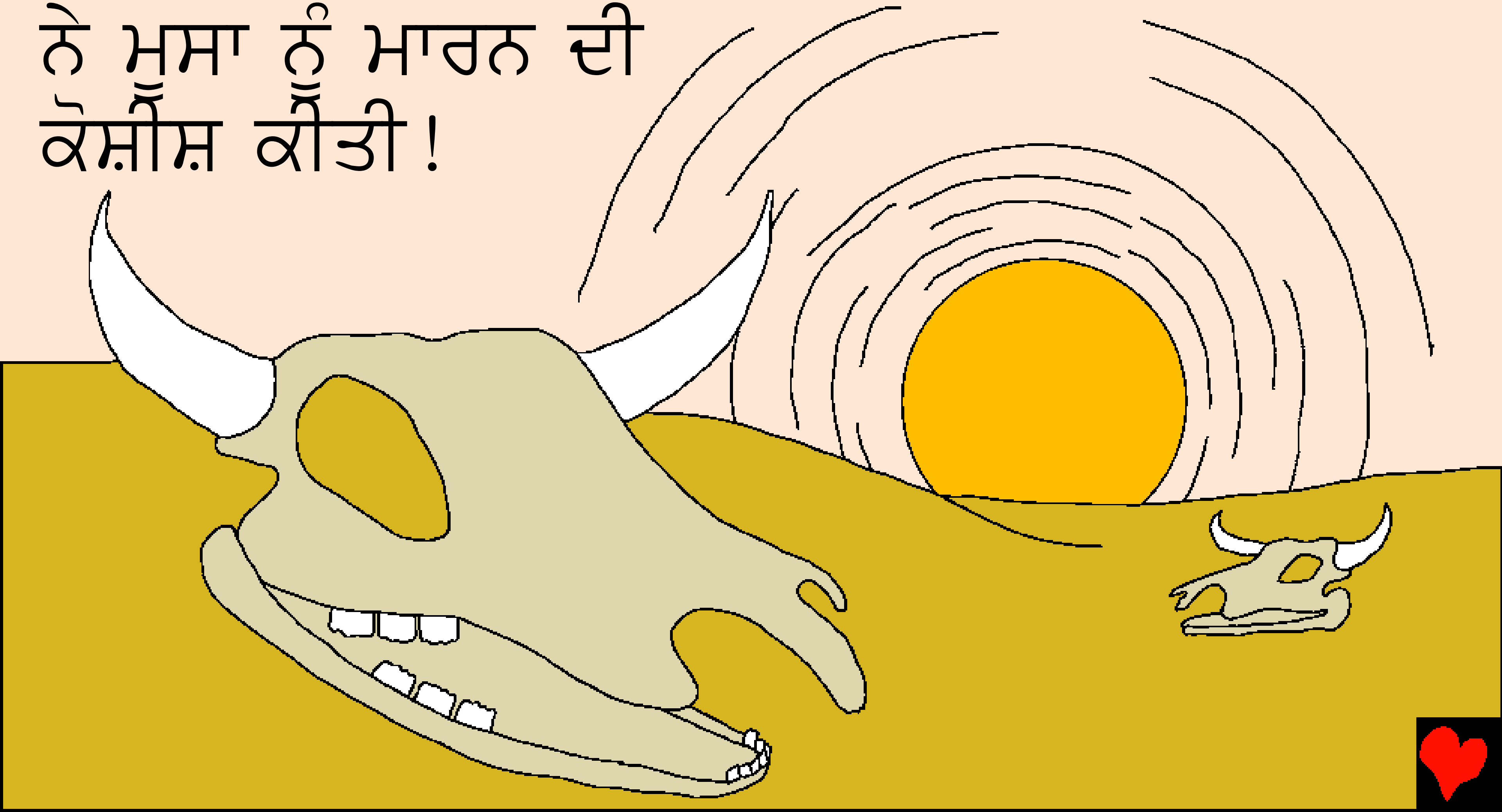
ਜਿਵੇਂ ਹੀ ਉਹ ਕਨਾਨ ਦੇ ਕੋਲ ਗਏ, ਮੂਸਾ ਨੇ ਬਾਰਾਂ ਭੇਦੀਆਂ ਨੂੰ ਉਹ ਜਮੀਨ ਵੇਖਣ ਘੱਲਿਆ ਜਿਹੜੀ ਪਰਮੇਸ਼ਵਰ ਨੇ ਆਪਣੇ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਵਾਇਦਾ ਕੀਤਾ ਸੀ।

ਸਾਰੇ ਭੇਦੀਏ ਸਹਿਮਤ ਸਨ ਕੀ ਉਹ ਸਮੁੰਦਰ ਹੈ!
ਪਰ ਸਿਰਫ਼ ਦੋ ਯਹੋਸ਼ੂਆ ਮਨੁੱਖਾਂ ਨੇ, ਅਤੇ ਕਾਲਬ ਨੇ
ਵਿਸ਼ਵਾਸ਼ ਕੀਤਾ ਕੀ ਪਰਮੇਸ਼ਵਰ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਨਾਲ
ਅਸੀ ਉਸ ਜਮੀਨ ਨੂੰ
ਜਿੱਤ
ਲਵਾਂਗੇ।

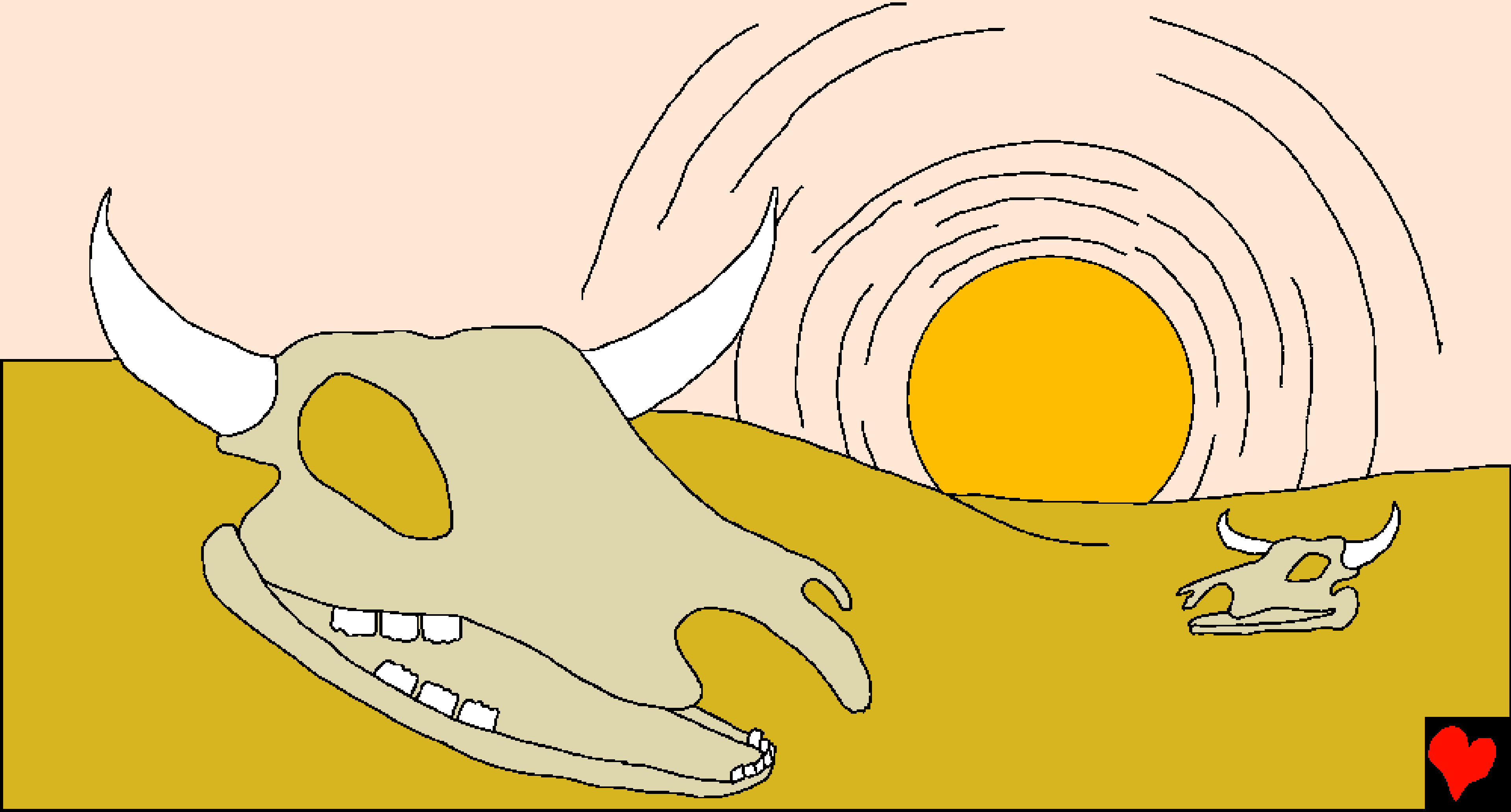
ਬਾਕੀ ਦੇ ਦਸ ਭੇਦੀਏ ਮਜ਼ਬੂਤ ਸ਼ਹਿਰ ਤੋਂ ਅਤੇ ਦਾਨਵਾਂ ਜਿਹੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਤੋਂ ਡਰੇ ਹੋਏ ਸਨ। “ਅਸੀ ਜਮੀਨ ਨਹੀ ਲੈ ਸਕਦੇ,” ਉਹ ਨੇ ਹੂੰਗਿਆ।

ਮਿਸਰ ਵਿੱਚੋਂ ਕੱਢਣ ਲਈ ਪਰਮੇਸ਼ਵਰ ਦੇ ਕੀਤੇ ਹੋਏ ਮਹਾਨ ਕੰਮਾਂ ਨੂੰ ਉਹ ਭੁੱਲ ਗਏ।

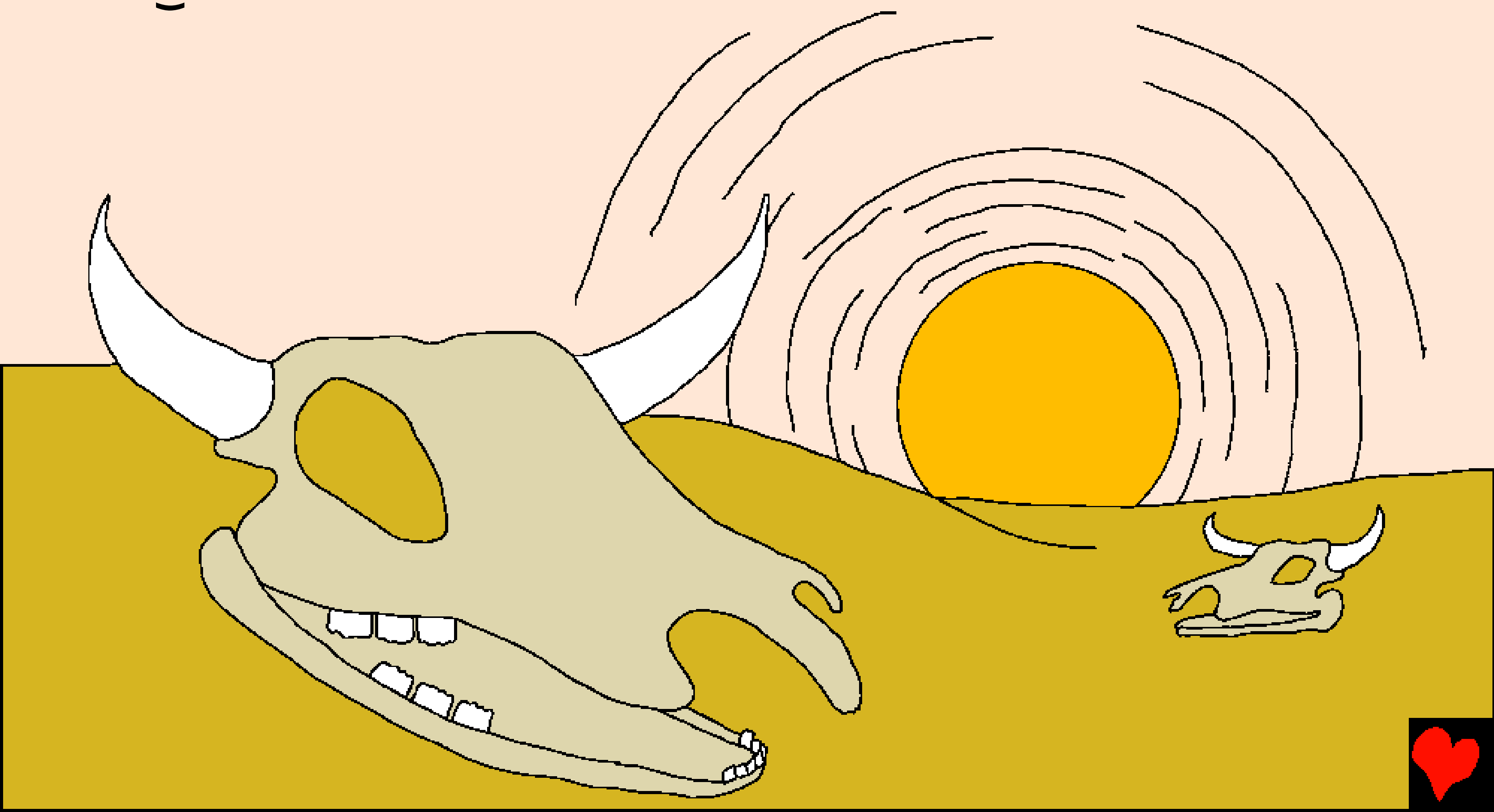
ਲੋਕ ਦਸ ਅਵਿਸ਼ਵਾਸ਼ੀ ਭੇਦੀਆਂ ਦੇ ਪਿੱਛੇ ਚੱਲ
ਪਏ। ਉਹ ਚੀਕੇ ਅਤੇ ਮਿਸਰ ਵਾਪਸ ਜਾਣ ਦੀ
ਤਿਆਰੀ ਕਰਨ ਲੱਗੇ। ਇੱਥੋਂ ਤੱਕ ਉਹਨਾਂ
ਨੇ ਮੂਸਾ ਨੂੰ ਮਾਰਨ ਦੀ
ਕੋਸ਼ੀਸ਼ ਕੀਤੀ!



ਪਰਮੇਸ਼ਵਰ ਨੇ ਮੂਸਾ ਦੀ ਜਿੰਦਗੀ ਬਚਾਈ। ਤਦ ਉਸ ਨੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਕਿਹਾ, “ਕੇ ਉਹ ਚ੍ਹਾਲੀ ਸਾਲਾਂ ਤੱਕ ਜੰਗਲ ਵਿੱਚ ਭਟਕੋਗੇ।



ਸਿਰਫ ਕਾਲੇਬ ਅਤੇ ਯਹੋਸ਼ੂਆ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਉਸ ਜਮੀਨ ਤੇ ਜਾਣ ਲਈ ਜਿੰਦਾ ਰਹਿਣਗੇ ਜਿਸ ਦਾ ਤੁਸੀ ਅਨਾਦਰ ਕੀਤਾ ਸੀ। ”



ਚੁਾਲੀ ਸਾਲ

ਇਹ ਕਹਾਣੀ ਪਰਮੇਸ਼ਵਰ ਦਾ ਵਚਨ, ਜੋ ਬਾਈਬਲ ਹੈ

ਇਹ ਪਾਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ

ਕੂਚ ਦੀ ਕਿਤਾਬ 15 ਤੋਂ ਗਿਣਤੀ ਦੀ ਕਿਤਾਬ 14

ਸ਼ਬਦਾ ਦੇ ਪਰਵੇਸ਼ ਦੁਆਰਾ ਰੌਸ਼ਨੀ ਮਿਲਦੀ ਹੈ।
ਜ਼ਬੂਰਾਂ ਦੀ ਪੋਥੀ 119:130

ਸਮਾਪਤ

ਇਹ ਬਾਈਬਲ ਦੀ ਕਹਾਣੀ ਸਾਨੂੰ ਸਾਡੇ ਅਨੋਖੇ ਪਰਮੇਸ਼ਵਰ ਦੇ ਬਾਰੇ ਦੱਸਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਨੇ ਸਾਨੂੰ ਬਣਾਇਆ ਅਤੇ ਉਹ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀ ਉਸਨੂੰ ਜਾਣੀਏ।

ਪਰਮੇਸ਼ਵਰ ਜਾਣਦਾ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀ ਬੁਰੇ ਕੰਮ ਕੀਤੇ ਹਨ। ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਉਹ ਪਾਪ ਕਹਿੰਦਾ ਹੈ।ਪਾਪ ਦੀ ਸਜ਼ਾ ਮੌਤ ਹੈ, ਪਰ ਪਰਮੇਸ਼ਵਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬਹੁਤ ਪਿਆਰ ਕਰਦਾ ਹੈ।ਇਸ ਲਈ ਉਸਨੇ ਆਪਣੇ ਇਕਲੌਤੇ ਪੁੱਤਰ ਯਿਸੂ ਨੂੰ ਭੇਜਿਆਂ, ਕਿ ਸਲੀਬ ਤੇ ਆਪਣੀ ਜਾਨ ਕੁਰਬਾਨ ਕਰੇ ਅਤੇ ਸਾਡੇ ਗੁਨਾਹਾਂ ਲਈ ਸ਼ਜਾ ਪਾਵੇ।ਤਦ ਯਿਸੂ ਮੁਰਦਿਆਂ ਵਿੱਚੋ ਜੀ ਉਠਿਆਂ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਸਵਰਗੀ ਘਰ ਨੂੰ ਵਾਪਿਸ ਪਰਤ ਗਿਆ।ਜ਼ੇਕਰ ਤੁਸੀ ਯਿਸੂ ਉਤੇ ਵਿਸ਼ਵਾਸ਼ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਪਾਪਾ ਲਈ ਮੁਆਫੀ ਮੰਗਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਇਹ ਕਰੇਗਾ।ਉਹ ਆਵੇਗਾ ਅਤੇ ਹੁਣ ਤੁਹਾਡੇ ਵਿੱਚ ਵੱਸੇਗਾ, ਅਤੇ ਤੁਸੀ ਉਸਦੇ ਨਾਲ ਹਮੇਸ਼ਾ ਤੱਕ ਵੱਸੋਗੇ।

ਜ਼ੇਕਰ ਤੁਸੀ ਵਿਸ਼ਵਾਸ਼ ਕਰਦੇ ਹੋ਼ ਕਿ ਇਹ ਸੱਚਾਈ ਹੈ ਤਾਂ ਪਰਮੇਸ਼ਵਰ ਨੂੰ ਇਹ ਆਖੋ ਪਿਆਰੇ ਯਿਸੂ, ਮੈ ਵਿਸ਼ਵਾਸ਼ ਕਰਦਾ ਹਾਂ ਕਿ ਤੁਸੀ ਪਰਮੇਸ਼ਵਰ ਹੋ, ਅਤੇ ਤੁਸੀ ਇਨਸਾਨ ਬਣੇ ਕਿ ਮੇਰੇ ਪਾਪਾਂ ਲਈ ਮਰੋ ਅਤੇ ਹੁਣ ਤੁਸੀ ਜਿੰਦਾ ਹੋ। ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਮੇਰੇ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਆਓ ਅਤੇ ਮੇਰੇ ਪਾਪਾਂ ਨੂੰ ਮੁਆਫ਼ ਕਰੋ, ਤਾਂ ਜੋ ਹੁਣ ਮੈ ਨਵਾਂ ਜੀਵਨ ਪਾਵਾਂ, ਅਤੇ ਇੱਕ ਦਿਨ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਦੇ ਲਈ ਜਾਵਾਂ। ਮੇਰੀ ਮਦਦ ਕਰੋ ਕਿ ਮੈ ਤੁਹਾਡੀ ਆਗਿਆ ਨੂੰ ਮੰਨਾ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਜੀਵਾਂ, ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਬਣ ਕੇ ਆਮੀਨ।

ਪਰਮੇਸ਼ਵਰ ਦੇ ਵਚਨ ਨੂੰ ਪੜੋ ਅਤੇ ਰੋਜ਼ਾਨਾਂ ਉਸਦੇ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰੋ। ਯਹੂੰਨਾ ਦੀ ਇੰਜ਼ੀਲ 3:16