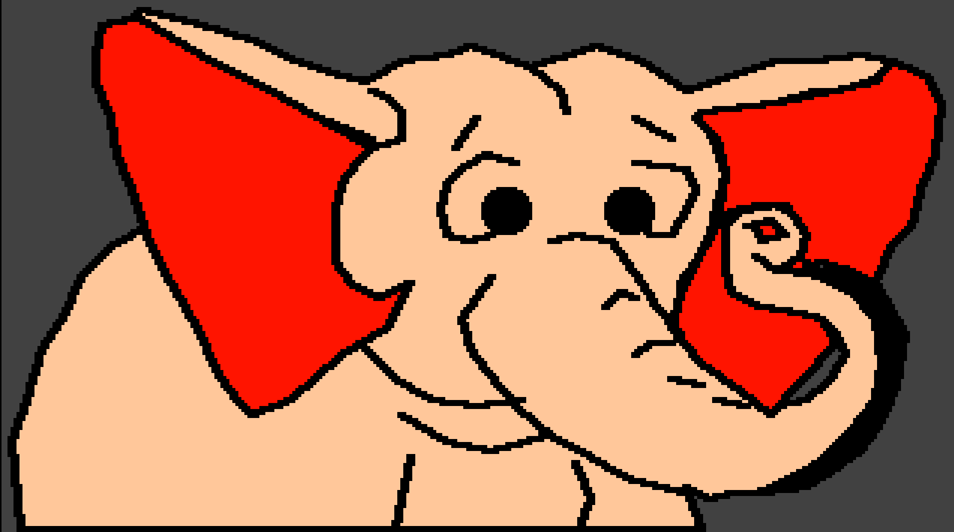
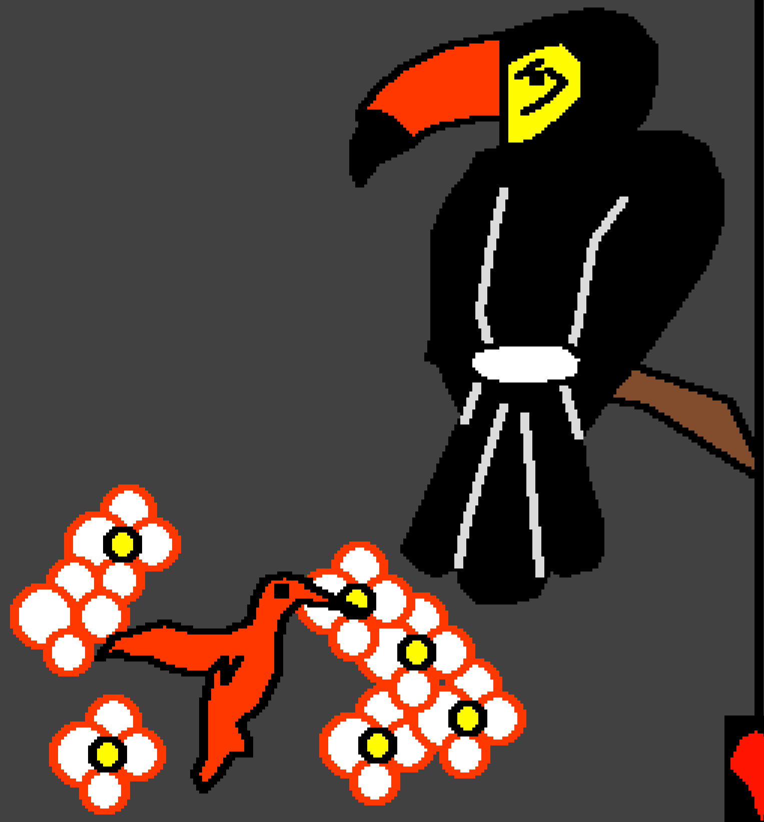
ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਬਾਈਬਲ

ਉੱਪਸਥਿਤ

ਜਦੋ ਪਰਮੇਸ਼ਵਰ ਨੈ ਸਭ ਕੁੱਝ ਰਚਿਆ





ਦੁਆਰਾ ਲਿਖਿਆ ਗਿਆ : Edward Hughes

ਦੁਆਰਾ ਦਿੱਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਉਦਾਹਰਣਾਂ : Byron Unger; Lazarus

ਦੁਆਰਾ ਬਦਲਿਆ ਗਿਆ : Bob Davies; Tammy S.

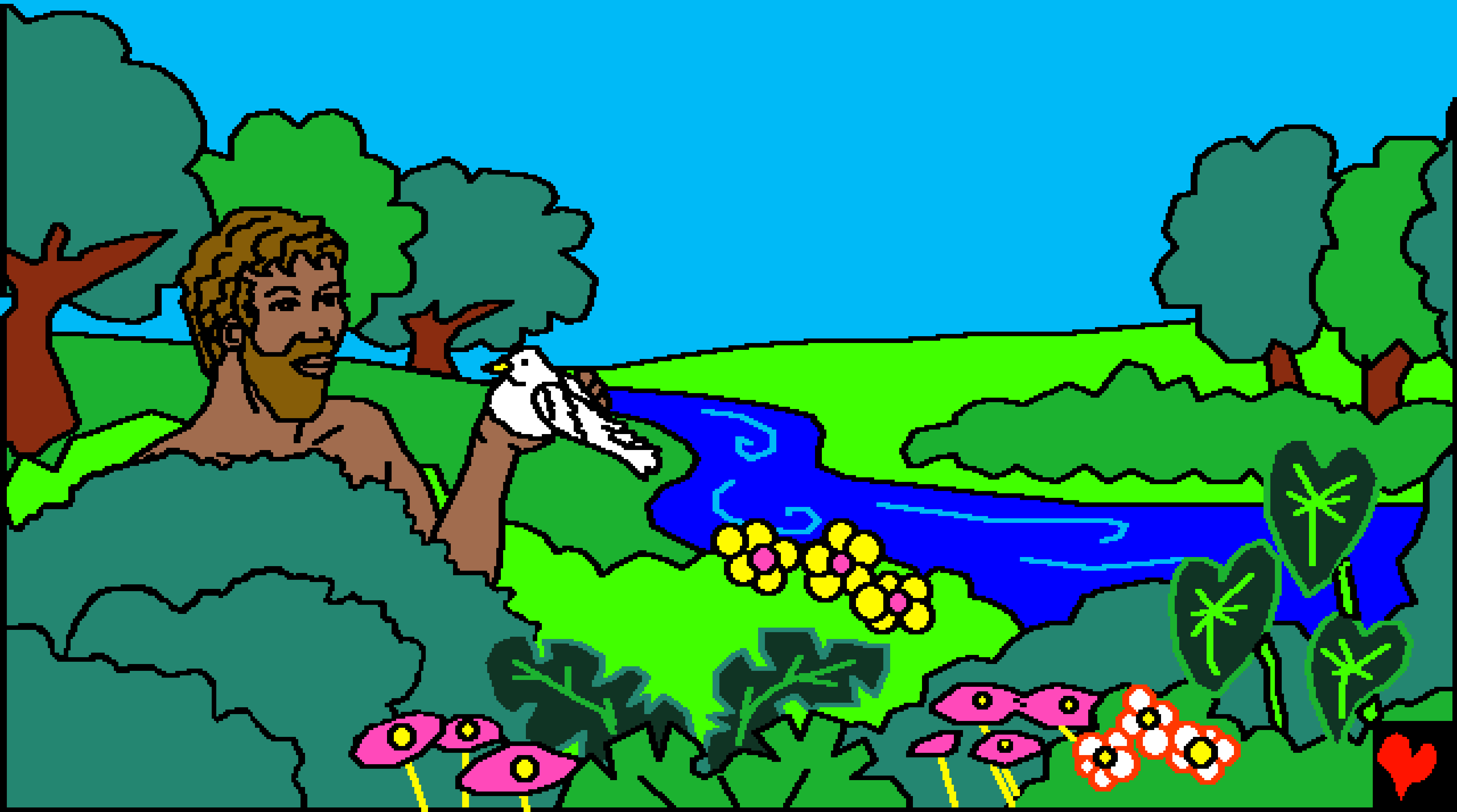
ਦੁਆਰਾ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਅਨੁਵਾਦ : Rev. Tasveer ull haque

ਦੁਆਰਾ ਬਣਾਇਆ ਗਿਆ : Bible for Children
www.M1914.org

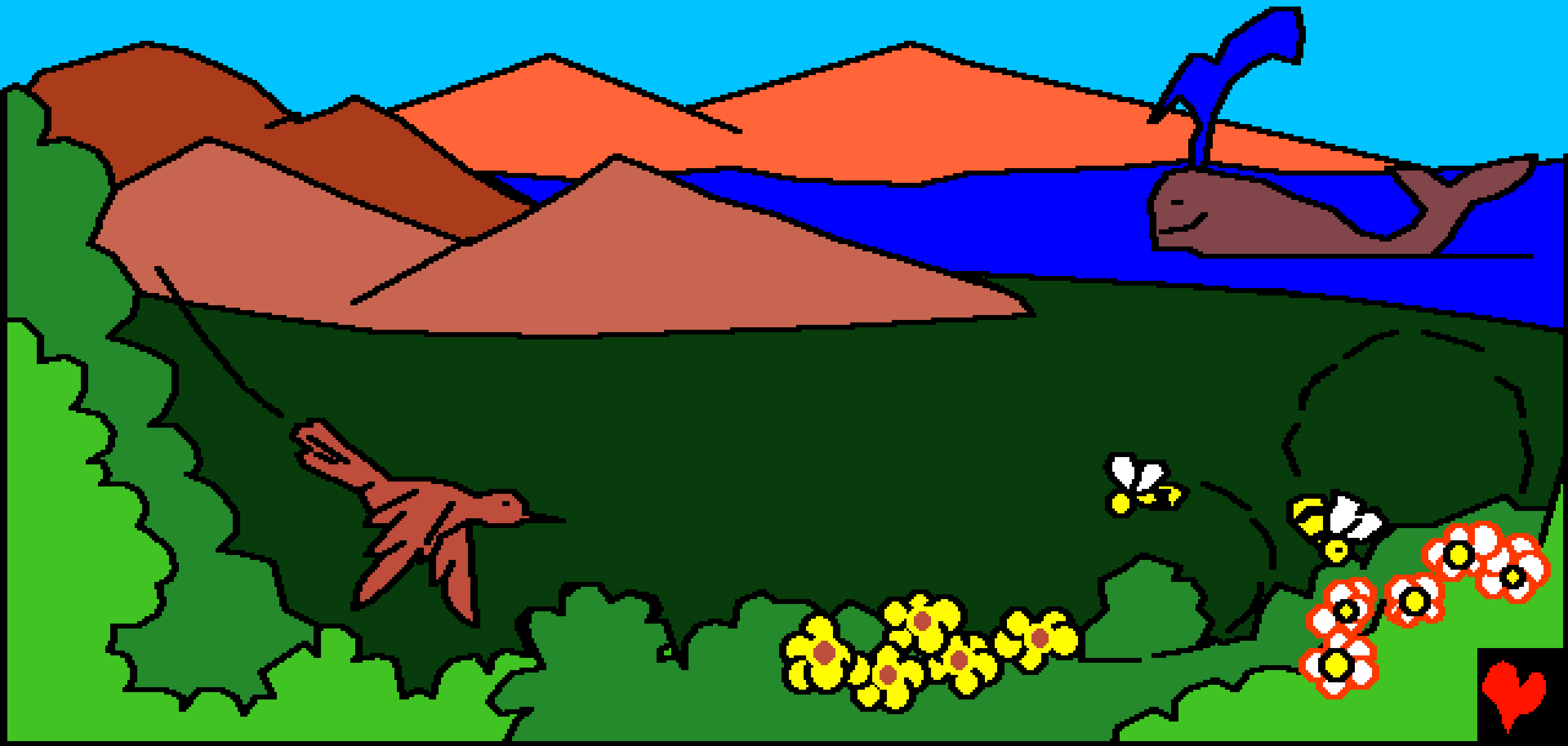
©2012 Bible for Children, Inc.
ਆਗਿਆ ਦੇਣੀ : ਜਦ ਤੱਕ ਤੁਸੀ ਇਸ ਨੂੰ ਵੇਚਦੇ ਨਹੀ ਤਦ ਤੱਕ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਧਿਕਾਰ ਹੈ ਕਿ
ਤੁਸੀ ਇਸ ਕਹਾਣੀ ਨੂੰ ਛਾਪ ਸਕੋ ਜਾ ਇਸ ਦੀ ਨਕਲ ਉਤਾਰ ਸਕੋ।

ਸਾਨੂੰ ਕਿਸ ਨੇ ਬਣਾਇਆ ? ਬਾਈਬਲ, ਪਰਮੇਸ਼ਵਰ ਤਾ ਵਚਨ ਦੱਸਦਾ
ਹੈ ਕਿ ਕਿਸ ਤਰਾਂ ਮਨੁੱਖੀ ਦੋੜ ਸੁਰੂ ਹੋਈ। ਲੰਮੇ ਸਮੇ ਪਹਿਲਾਂ ਪਰਮੇਸ਼ਵਰ
ਨੇ ਪਹਿਲਾਂ ਮਨੁੱਖ ਬਣਾਇਆ ਜਿਸਦਾ ਨਾਮ ਆਦਮ ਰੱਖਿਆਂ।ਪਰਮੇਸ਼ਵਰ ਨੇ
ਆਦਮ ਨੂੰ ਧਰਤੀ ਦੀ ਮਿੱਟੀ ਤੋ ਬਣਾਇਆ। ਜੰਦ ਪਰਮੇਸ਼ਵਰ
ਨੇ ਆਪਣਾ ਸਾਹ ਆਦਮ ਵਿੱਚ
ਫੂਕਿਆ, ...

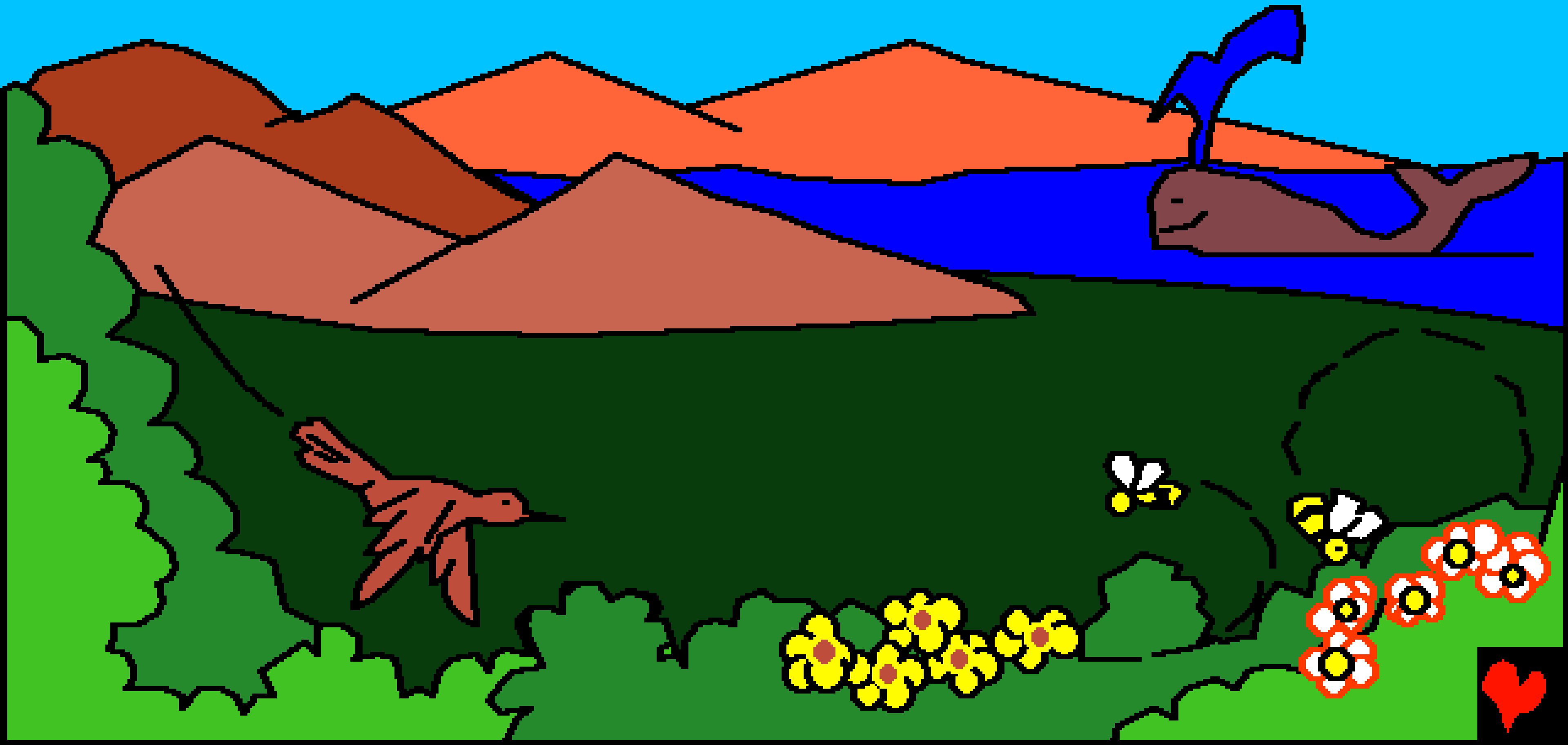
... ਤਾਂ ਉਹ ਜਿੰਦਾ ਹੋ ਗਿਆ। ਉਸਨੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਇੱਕ ਬਹੁਤ ਸੁੰਦਰ ਬਾਗ ਵਿੱਚ ਪਾਇਆ। ਜਿਸ ਦਾ ਨਾਮ ਅਦਨ ਦਾ ਬਾਗ ਹੈ।



ਆਦਮ ਨੂੰ ਬਣਾਉਣ ਤੋ ਪਹਿਲਾਂ ਪਰਮੇਸ਼ਵਰ ਨੇ ਬਹੁਤ ਸੁੰਦਰ ਸੰਸਾਰ ਨੂੰ ਰਚਿਆ, ਜੋ ਕਿ ਬਹੁਤ ਵਧੀਆਂ (ਅਦਭੁੱਤ) ਚੀਜ਼ਾਂ ਨਾਲ ਭਰਿਆਂ ਸੀ।ਇੱਕ ਦੇ ਬਾਅਦ ਇੱਕ ਕਰਕੇ ਪਰਮੇਸ਼ਵਰ ਨੇ ਪਹਾੜੀ ਖੇਤਰ ਅਤੇ ਬਿਨਾਂ ਰੁੱਖ ਵਾਲੇ ਖੁੱਲੇ ਮੈਦਾਨ, ਅਕਾਸ਼, ...



... ਖੁਸ਼ਬੂਦਾਰ ਫੁੱਲ ਅਤੇ ਲੰਮੇ ਦਰਖਤ, ਚੰਮਕੀਲੇ ਖੰਬਾ ਵਾਲੇ ਪੰਛੀ ਅਤੇ ਭਿੰਨ-ਭਿੰਨ ਤਰਾਂ ਦੀਆਂ ਮਧੂ ਮੱਖਆਂ, ਚਿਕੱੜ ਵਿੱਚ ਲੇਟੇ ਮਾਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਵੇਲ ਮੱਛੀਆਂ ਅਤੇ ਘੋਗੇ।ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਪਰਮੇਸ਼ਵਰ ਨੇ ਉਥੇ ਸਭ ਕੁੱਝ ਬਣਾਇਆ ਹੈ-ਸਭ ਕੁੱਝ।

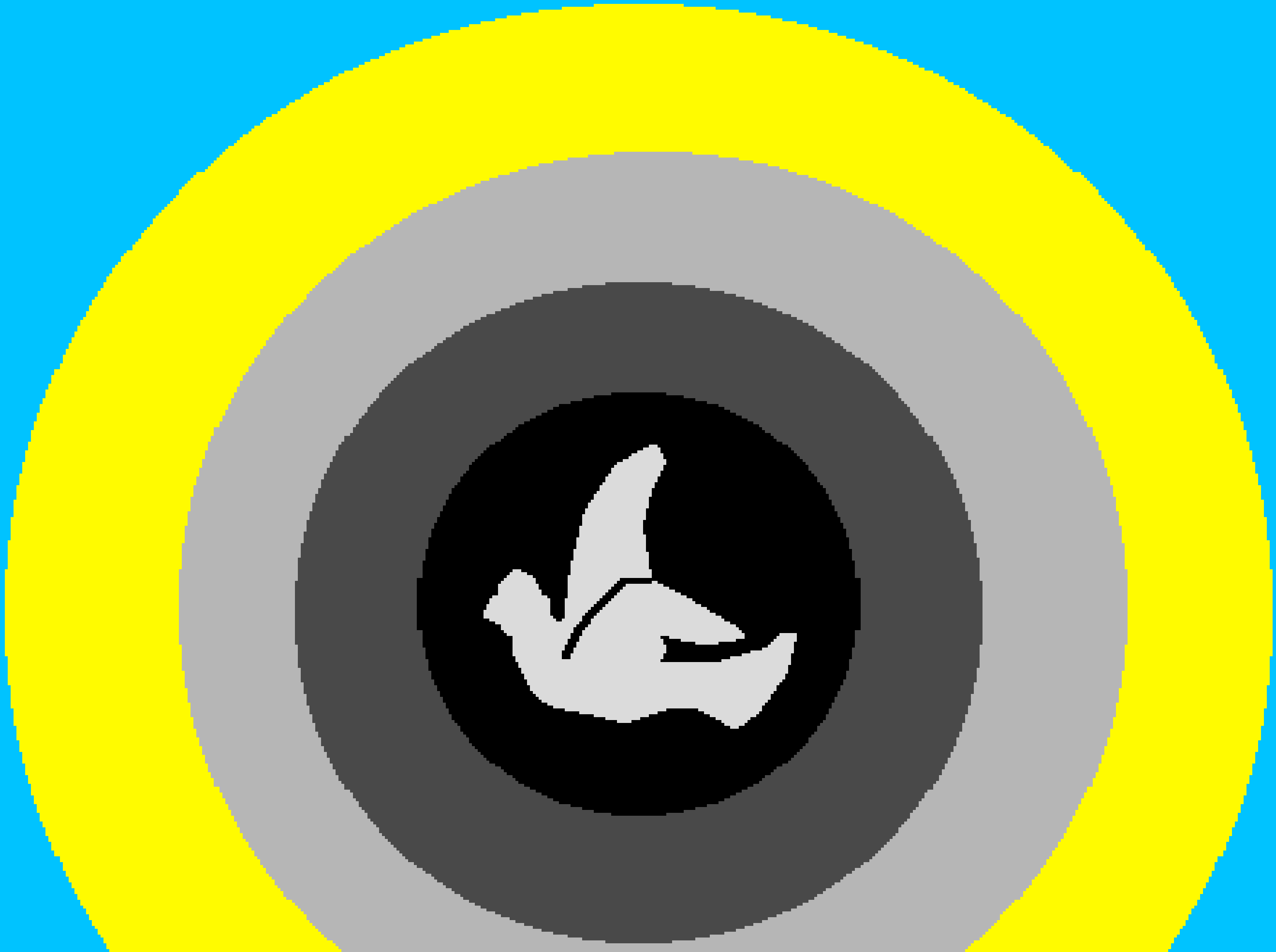


ਆਦਿ ਵਿੱਚ ਪਰਮੇਸ਼ਵਰ ਦੇ ਕੁੱਝ ਵੀ ਬਣਾਉਣ
ਤੋ ਪਹਿਲਾਂ, ਪਰਮੇਸ਼ਵਰ ਨੂੰ ਛੱਡ ਹੋਰ ਕੁੱਝ ਵੀ
ਨਹੀ ਸੀ।ਨਾ ਮਨੁੱਖ ਅਤੇ ਨਾ ਥਾਂ ਅਤੇ ਨਾ
ਕਿਸੇ ਵੀ ਤਰਾਂ ਦੀਆਂ ਵਸਤੂਆਂ ਸਨ।
ਕੁੱਝ ਨਹੀ।ਨਾ ਚਾਨਣ ਅਤੇ ਨਾ
ਹਨੇਰਾ ਸੀ। ਨਾ ਕੁੱਝ ਉਪਰ
ਅਤੇ ਨਾ ਹੀ ਕੁੱਝ ਥੱਲੇ
ਸੀ।ਨਾ ਬੀਤਿਆਂ ਹੋਇਆ
ਦਿਨ ਸੀ, ਅਤੇ ਨਾ ਆਉਣ
ਵਾਲਾ ਦਿਨ ਸੀ, ਉਥੇ ਸਿਰਫ਼
ਪਰਮੇਸ਼ਵਰ ਸੀ ਜਿਸਦੀ ਕੋਈ ਸੁਰੂਆਤ
ਨਹੀ ਸੀ।ਤਦ ਪਰਮੇਸ਼ਵਰ ਨੇ ਕਿਰਿਆ ਕੀਤੀ।

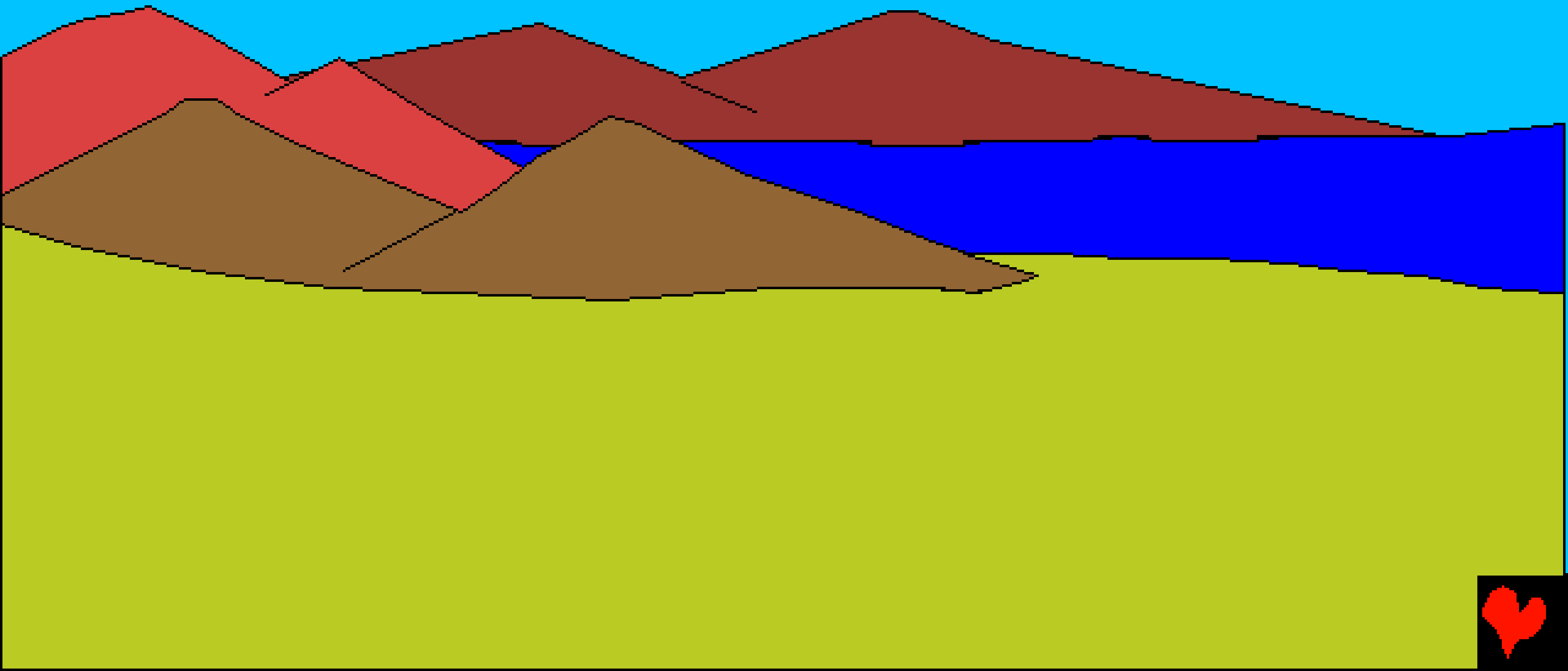
ਆਦਿ ਵਿੱਚ ਪਰਮੇਸ਼ਵਰ
ਨੇ ਅਕਾਸ਼ ਅਤੇ ਧਰਤੀ
ਦੀ ਰਚਨਾਂ ਕੀਤੀ।

ਧਰਤੀ ਬੇਡੌਲ ਅਤੇ ਖਾਲੀ ਸੀ,
ਅਤੇ ਡੂੰਘਿਆਈਆਂ ਉਤੇ ਹਨੇਰਾ
ਸੀ। ਤਦ ਪਰਮੇਸ਼ਵਰ
ਨੇ ਆਖਿਆ, ਕਿ
ਚਾਨਣ ਹੋਵੇ।

ਤਾਂ ਚਾਨਣ ਹੋ ਗਿਆ।ਤਾਂ ਪਰਮੇਸ਼ਵਰ ਨੇ ਚਾਨਣ ਨੂੰ ਦਿਨ ਆਖਿਆ ਅਤੇ ਹਨੇਰੇ ਨੂੰ ਰਾਤ ਆਖਿਆ। ਸੋ ਸੰਝ ਤੋ ਸਵੇਰ ਪਹਿਲਾਂ ਦਿਨ ਹੋਇਆ।



ਦੂਜੇ ਦਿਨ ਪਰਮੇਸ਼ਵਰ ਨੇ ਮਹਾਂਸਾਗਰਾ ਦੇ ਪਾਣੀ ਨੂੰ ਲਿਆ ਕੇ, ਸਮੁੰਦਰਾਂ ਅਤੇ ਝੀਲਾਂ ਵਿੱਚ ਅਕਾਸ਼ ਦੇ ਥੱਲੇ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕੀਤਾ।ਤੀਸਰੇ ਦਿਨ ਪਰਮੇਸ਼ਵਰ ਨੇ ਆਖਿਆ ਕਿ ਸੁੱਕੀ ਧਰਤੀ ਦਿਖਾਈ ਦੇਵੇ, ਅਤੇ ਇਸ ਤਰਾਂ ਹੋ ਗਿਆ।

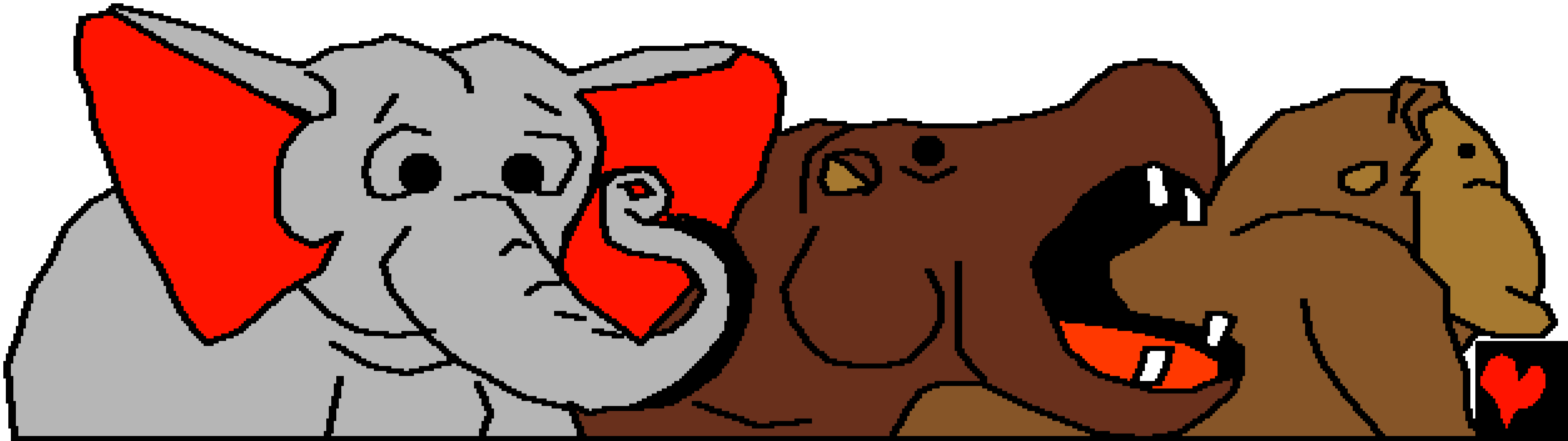


ਫੇਰ ਪ੍ਰਮੇਸ਼ਵਰ ਨੇ ਆਗਿਆ ਦਿੱਤੀ ਕਿ ਘਾਹ ਅਤੇ ਫੁੱਲ ਅਤੇ ਝਾੜੀਆਂ ਅਤੇ
ਦਰਖਤ ਦਿਖਾਈ ਦੇਣ। ਅਤੇ ਉਹ ਦਿਖਾਈ ਦਿੱਤੇ।
ਸੋ ਸੰਝ ਤੋ਼ ਸਵੇਰ ਤੀਸਰਾ
ਦਿਨ ਹ਼ੋਇਆ।

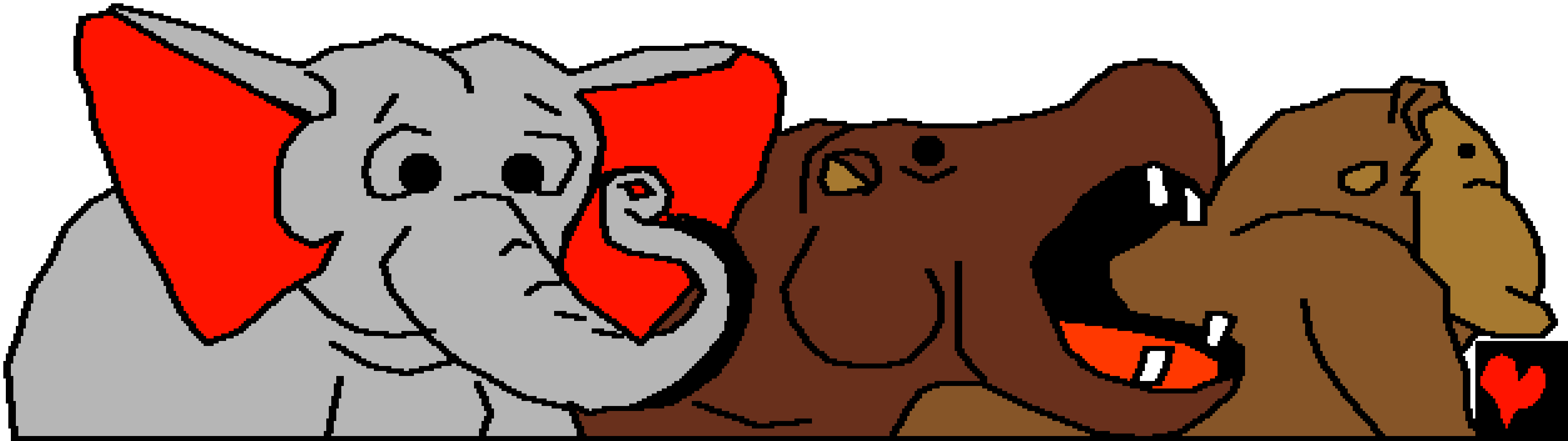
ਤਦ ਪਰਮੇਸ਼ਵਰ ਨੇ ਸੂਰਜ਼, ਚੰਦਰਮਾ ਅਤੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਤਾਰਿਆ ਨੂੰ ਬਣਾਇਆ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕੋਈ ਗਿਣ ਨਹੀ ਸਕਦਾ।ਸੋ ਸੰਝ ਤੋ ਸਵੇਰ ਚੋਥਾ ਦਿਨ ਹੋਇਆ।

ਤਦ ਪਰਮੇਸ਼ਵਰ ਦੀ ਅਗਲੀ ਸੂਚੀ ਵਿੱਚ ਸਮੁੰਦਰੀ ਜੀਵ ਜੰਤੂ ਮੱਛੀਆਂ ਅਤੇ ਪੰਛੀ ਸਨ।ਅਤੇ ਪੰਜਵੇ ਦਿਨ ਉਸਨੇ ਵੱਡੀਆਂ ਤੇਗਾ ਮੱਛੀਆਂ, ਅਤੇ ਛੋਟੀਆਂ ਸਮੁੰਦਰੀ ਮੱਛੀਆਂ, ਲੰਮੀਆਂ ਲੱਤਾਂ ਵਾਲੇ ਛਤਰ ਮੁਰਗ ਅਤੇ ਖ਼ੁੱਸ਼ ਮਿਜ਼ਾਜ਼ ਪਹਾੜੀ ਪੰਛੀ ਬਣਾਏ। ਸੋ ਸੰਝ ਤੇ ਸਵੇਰ ਪੰਜ਼ਵਾਂ ਦਿਨ ਹੋਇਆ।

ਉਸਦੇ ਬਾਅਦ ਪਰਮੇਸ਼ਵਰ ਫ਼ਿਰ ਬੋਲਿਆਂ। ਉਸਨੇ ਕਿਹਾ ਧਰਤੀ ਜਿਉਦੇ ਪ੍ਰਾਣੀਆਂ ਨਾਲ ਭਰ ਜਾਵੇ ... : ਹਰ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਜਾਨਵਰ ਅਤੇ ਕੀਟ ਪਤੰਗੇ, ਅਤੇ ਰੀਗਣ ਵਾਲੇ ਜੀਵ ਹੋਦ ਵਿੱਚ ਆਏ।ਉਹ ਧਰਤੀ ਨੂੰ ਹਿਲਾਉਣ ਵਾਲੇ ਹਾਥੀ ਅਤੇ ਰੁੱਝੇ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਊਦ ਬਿਲਾਵ ਸਨ। ਸ਼ਰਾਰਤੀ ਬਾਂਦਰ ਅਤੇ ਭੱਦੇ ਮਗਰ ਮੱਛ ਸਨ। ਜੱਤਦਾਰ ਕੀੜੇ ਅਤੇ ਗੁਸਤਾਖ਼ ਗਿਲਹਰੀ। ਦਲ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਜ਼ਰਾਫ਼ ਅਤੇ ਘੁਰ-ਘੁਰ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਬਿੱਲੀਆਂ। ਉਸ ਦਿਨ ਪਰਮੇਸ਼ਵਰ ਦੇ ਦੁਆਰਾ ਹਰ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਜਾਨਵਰ ਰਚਿਆਂ ਗਿਆ।



ਸੋ ਸੰਝ ਤੜ੍ਹੋ ਸਵੇਰ ਛੇਵਾਂ ਦਿਨ ਹੋਇਆ।



ਪਰਮੇਸ਼ਰ ਨੇ ਛੇਵੇ ਦਿਨ ਕੁੱਝ ਅਲੱਗ ਕੀਤਾ ਜਿਹੜਾ ਬੜਾ ਹੀ ਖਾਸ ਸੀ। ਮਨੁੱਖ ਲਈ ਸਭ ਕੁੱਝ ਤਿਆਰ ਸੀ।ਉਸਦੇ ਲਈ ਮੈਦਾਨ ਵਿੱਚ ਖਾਣਾ ਸੀ, ਅਤੇ ਉਸਦੀ ਸੇਵਾ ਕਰਨ ਲਈ ਜਾਨਵਰ ਸਨ, ਅਤੇ ਪਰਮੇਸ਼ਵਰ ਨੇ ਕਿਹਾ ਅਸੀ ਆਦਮੀ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸਰੂਪ ਤੇ ਬਣਾਈਏ, ਤਾਂ ਕਿ ਉਹ ਸਾਰੀ ਧਰਤੀ ਉਤੇ ਰਾਜ਼ ਕਰੇ ਤਾਂ ਪਰਮੇਸ਼ਵਰ ਨੇ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸਰੂਪ ਤੇ ਬਣਾਇਆ। ਪਰਮੇਸ਼ਵਰ ਨੇ ਆਪਣੇ ਸਰੂਪ ਤੇ ਉਸਨੂੰ ਉਤਪਤ ਕੀਤਾ।

ਤਾਂ ਪਰਮੇਸ਼ਵਰ ਨੇ ਆਦਮ
ਨੂੰ ਕਿਹਾ, ਕਿ ਤੂੰ ਬਾਗ
ਦੇ ਹਰ ਦਰਖਤ ਦਾ ਫਲ
ਜਿਸ ਨੂੰ ਤੇਰਾ ਮਨ ਕਰੇ,
ਖਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਪਰ
ਭਲੇ ਬੁਰੇ ਦੀ ਸਿਆਣ
ਦੇ ਦਰਖਤ ਤੋ ਤੂੰ ਨਾ
ਖਾਹੀ। ਕਿਉਕਿ ਜੇਕਰ ਉਸਨੂੰ
ਖਾਵੇਗਾ, ਤਾਂ ਜ਼ਰੂਰ ਮਰੇਗਾ।

ਤਾਂ ਪਰਮੇਸ਼ਵਰ ਯਹੋਵਾ ਨੇ ਆਖਿਆ, ਭਾਈ ਚੰਗਾ ਨਹੀ ਆਦਮੀ ਇੱਕਲਾ ਰਹੇ। ਸੋ ਮੈ ਉਸਦੇ ਲਈ ਇੱਕ ਸਹਾਇਕ ਬਣਾਵਾਗਾ। ਤਾਂ ਪਰਮੇਸ਼ਵਰ ਆਦਮ ਦੇ ਕੋਲ ਹਰ ਤਰਾਂ ਦੇ ਪੰਛੀਆਂ ਅਤੇ ਜਾਨਵਰਾਂ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਆਇਆ। ਤਾਂ ਉਸਨੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਸਭਨਾਂ ਨੂੰ ਨਾਮ ਦਿੱਤਾ। ਉਹ ਇਸ ਕੰਮ ਦੇ ਲਈ ਬੜ੍ਹਾ ਸਿਆਣਾਂ ਸੀ।ਪਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਜਾਨਵਰਾਂ ਅਤੇ ਪੰਛੀਆਂ ਵਿੱਚੋ ਆਦਮ ਦੇ ਲਈ ਕੋਈ ਵੀ ਯੋਗ ਸਹਾਇਕ ਨਹੀ ਸੀ।

ਤਦ ਪਰਮੇਸ਼ਵਰ ਨੇ ਆਦਮ ਤੇ ਗੂੜੀ ਨੀਂਦ ਭੇਜੀ। ਸੁੱਤੇ ਹੋਏ ਆਦਮ ਦੀ
ਪੱਸਲੀ ਨੂੰ ਕੱਢ ਕੇ ਪਰਮੇਸ਼ਵਰ ਨੇ ਉਸਦੀ ਪੱਸਲੀ ਤੋਂ ਔਰਤ ਨੂੰ
ਬਣਾਇਆ।ਜਿਸ ਔਰਤ ਨੂੰ ਪਰਮੇਸ਼ਵਰ ਨੇ
ਬਣਾਇਆ ਉਹ ਸੱਚ ਮੁੱਚ ਆਦਮ ਦੇ
ਲਈ ਸਹੀ ਸਹਾਇਕਣ ਠਹਿਰੀ।

ਪਰਮੇਸ਼ਵਰ ਨੇ ਸਭ ਕੁੱਝ ਛੇ ਦਿਨਾਂ ਵਿੱਚ ਰਚਿਆਂ। ਤਦ ਪਰਮੇਸ਼ਵਰ ਨੇ ਸੱਤਵੇ ਦਿਨ ਨੂੰ ਆਸ਼ਿਸ਼ ਦਿੱਤੀ ਅਤੇ ਉਸਨੂੰ ਵਿਸ਼ਰਾਮ ਦਾ ਦਿਨ ਠਹਿਰਾਇਆ।ਅਦਨ ਦੇ ਬਾਗ ਵਿੱਚ ਆਦਮ ਅਤੇ ਹਵਾ ਉਸਦੀ ਪਤਨੀ ਪੂਰਨ ਖੁਸ਼ੀ ਦੇ ਨਾਲ ਰੱਬ ਦੀ ਆਗਿਆ ਵਿੱਚ ਰਹਿ ਰਹੇ ਸਨ। ਪਰਮੇਸ਼ਵਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਯਹੋਵਾ, ਪਰਦਾਤਾ ਅਤੇ ਦੋਸਤ ਸੀ।

ਜਦੋ ਪਰਮੇਸ਼ਵਰ ਨੈ ਸਭ ਕੁੱਝ ਰਚਿਆ

ਇਹ ਕਹਾਣੀ ਪਰਮੇਸ਼ਵਰ ਦਾ ਵਚਨ, ਜੋ ਬਾਈਬਲ ਹੈ

ਇਹ ਪਾਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ

ਉਤਪਤ 1-2

ਸ਼ਬਦਾ ਦੇ ਪਰਵੇਸ਼ ਦੁਆਰਾ ਰੋਸ਼ਨੀ 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 ਭੇਜ਼ਿਆਂ, 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