

SHOOTING Arrows

Praying for the next generation

“Like arrows in the hand of a warrior,
so are the children of one’s youth.”

Psalms 127:4



24-7 पुनरुद्धार के लिए प्रार्थना 29 जून - 5 जुलाई 2026

बारह से अठारह वर्ष की आयु के युवा बचपन से वयस्कता में परिपक्व हो रहे हैं। यह विकास, सीखने, अन्वेषण और बढ़ती स्वतंत्रता का एक अनमोल मौसम है, जो माता-पिता और अन्य विश्वसनीय वयस्कों की बुद्धिमान सलाह और प्रेमपूर्ण समर्थन द्वारा पोषित होता है। फिर भी, एक टूटी हुई दुनिया में, यह उनके जीवन के सबसे चुनौतीपूर्ण अवधियों में से एक भी हो सकता है।

निम्नलिखित वास्तविकता है जिसका युवा प्रतिदिन सामना करते हैं:

- वैश्विक स्तर पर किशोर अवसाद 24% से बढ़कर 37% हो गया है, जिसमें पारिवारिक संघर्ष को एक महत्वपूर्ण योगदान कारक के रूप में मान्यता प्राप्त है।
- 40% किशोर अपने भविष्य के करियर के बारे में अनिश्चित हैं।
- केवल 5 में से 1 किशोर जीवन में उद्देश्य की स्पष्ट भावना होने की रिपोर्ट करता है।

इस सप्ताह, आइए हम अगली पीढ़ी के लिए प्रार्थना करें, कि पवित्र आत्मा उनकी आँखें दुनिया से हटा लेगा और प्रभु यीशु पर अपनी निगाहें टिकाए, ताकि वे उसकी आँखों में करुणामय दया देख सकें।

सोमवार 29 जून 2026

पहचान और आत्म-मूल्य

"इससे पहले कि मैं तुम्हें गर्भ में रचाता, मैं तुम्हें जानता था; तुम्हारे जन्म से पहले मैं ने तुम्हें पवित्र किया था" (यिर्मयाह 1:5)।

दुनिया भर में सात किशोरों में से एक मानसिक स्वास्थ्य विकार का अनुभव करता है, जबकि कई शरीर की छवि संबंधी चिंताओं और सोशल मीडिया की तुलना के साथ संघर्ष करते हैं, जिससे उनकी पहचान, अपनेपन और आत्म-मूल्य प्रभावित होते हैं।

आइए हम प्रार्थना करें

✠ ईश्वरीय गुरुओं, शिक्षकों और प्रभावशाली लोगों **के लिए प्रार्थना करें कि वे** मसीह में अपनी पहचान की तलाश करने वाले युवाओं के साथ ईमानदारी से परमेश्वर की सच्चाई साझा करें।

✠ सकारात्मक साथियों के प्रभाव **के लिए प्रार्थना करें** जो उन्हें खुद को महत्व देने के लिए प्रोत्साहित करता है जैसा कि भगवान करता है और उसमें अपनी सुरक्षा पाते हैं।

✠ प्रभु से अपने सिद्ध प्रेम **को प्रकट करने के लिए कहें**, ताकि वे उसके प्यारे बच्चों के रूप में आत्मविश्वास से चल सकें।

व्यावहारिक टिप

करुणा के साथ एक संघर्षरत युवा व्यक्ति तक पहुंचें। उनकी कहानी को एक सुरक्षित, स्वीकार्य वातावरण में सुनें जहां वे मूल्यवान और निर्णय से मुक्त महसूस करते हैं।

मंगलवार 30 जून 2026

चिंता और मानसिक स्वास्थ्य दबाव

"तुम्हारा मन व्याकुल न हो; तुम परमेश्वर में विश्वास करते हो, मुझ पर भी विश्वास करो। (यूहन्ना 14:1)।

चिंता विकार सबसे आम किशोर मानसिक स्वास्थ्य स्थिति है, जो **दुनिया भर में 10-14 वर्ष के 4.1% और 15-19 वर्ष के 5.3% को प्रभावित करती है।**

आइए हम प्रार्थना करें

✠ चिंता, अवसाद और अन्य मानसिक स्वास्थ्य चुनौतियों **का सामना करने वाले युवाओं के लिए प्रार्थना करें**, कि प्रभु का आराम उनकी आत्माओं के लिए शांति, आशा और प्रसन्नता लाएगा (भजन संहिता 94:19)।

✠ प्रार्थना करें कि वे पवित्र आत्मा, हमारे दिलासा देने वाले और सहायक पर निर्भर होंगे, जब वे कमजोर या अभिभूत महसूस करते हैं, तो उन पर भरोसा करते हैं कि वह उन्हें सभी सत्य में ले जाएगा।

व्यावहारिक टिप

भजन संहिता 94:19, यूहन्ना 14:1 और फिलिप्पियों 4:6-7 जैसे उत्साहजनक शास्त्रों के साथ एक छोटा प्रार्थना कार्ड बनाएं। इसे एक युवा व्यक्ति के साथ साझा करें और जब भी वे चिंतित या अभिभूत महसूस करें तो उन्हें छंदों को ज़ोर से पढ़ने के लिए प्रोत्साहित करें।

बुधवार 1 जुलाई 2026

सहकर्म दबाव और फिटिंग में

"तुम पृथ्वी के नमक हो... तुम दुनिया की रोशनी हो। (मत्ती 5:13ए,14ए)।

41% किशोर सामाजिक रूप से फिट होने के लिए दबाव महसूस करते हैं, जबकि लगभग 90% का कहना है कि उन्होंने किशोरावस्था के दौरान किसी बिंदु पर सहकर्म दबाव का अनुभव किया है।

आइए हम प्रार्थना करें

✂ मसीही किशोरों के लिए निरंतर प्रार्थना **करें कि वे प्रभु का सम्मान करें, आत्मिक फल उत्पन्न करें और गवाहों के रूप में चमकें** जो दूसरों को उसकी ओर आकर्षित करते हैं (कुलुस्सियों 1:10-12; इफिसियों 1:10-12)। मत्ती 5:16)।

✂ साथियों के दबाव का सामना कर रहे युवाओं के लिए प्रार्थना कीजिए **कि वे अपने माता-पिता के साथ खुलकर बात करें** और माता-पिता उन्हें सुनें, मार्गदर्शन करें और ज्ञान और प्रेम के साथ उनका समर्थन करें।

व्यावहारिक टिप

एक युवा व्यक्ति को स्कूल में, खेल में या ऑनलाइन में आने वाले दबावों के बारे में साझा करने के लिए प्रोत्साहित करें। तुरंत समाधान दिए बिना ध्यान से सुनें। उसके साथ उनके ईश्वर प्रदत्त उपहारों, चरित्र और शक्तियों के बारे में प्रार्थना करने की पेशकश करें।

गुरुवार 2 जुलाई 2026

सोशल मीडिया तुलना

मैं तेरी स्तुति करूंगा, क्योंकि मैं भय और आश्चर्य से बनाया गया हूँ; तेरे काम अद्भुत हैं, और यह कि मेरा आत्मा अच्छी तरह जानता है। (भजन संहिता 139:14)।

लगभग **आधे किशोर (48%) सोशल मीडिया द्वारा एक निश्चित तरीके से देखने के लिए दबाव महसूस करते हैं**, जो कम आत्मसम्मान और खराब मानसिक कल्याण में योगदान करते हैं।

आइए हम प्रार्थना करें

✂ युवा लोगों के लिए प्रार्थना करें कि वे सोशल मीडिया सामग्री और प्रभावशाली लोगों के बारे में समझदार और चयनात्मक हों, जिन्हें वे ऑनलाइन फॉलो करते हैं।

✂ किशोरों के लिए **सोशल मीडिया से परे सार्थक सामाजिक संबंध बनाने** और शौक, रुचियों, खेल और पुस्तक क्लबों का पता लगाने के लिए भी प्रार्थना करें जो स्वस्थ दोस्ती और व्यक्तिगत विकास को बढ़ावा देते हैं।

व्यावहारिक टिप: एक युवा व्यक्ति को सोशल मीडिया से सप्ताहांत ब्रेक लेने के लिए प्रोत्साहित करें और उस समय को उन गतिविधियों में व्यस्त बिताएं जिनका वे आनंद लेते हैं, जैसे कि पढ़ना, खेल, कला, संगीत या दूसरों की सेवा करना। बाद में, चर्चा करें कि ब्रेक ने उनके विचारों, भावनाओं और आत्म-मूल्य की भावना को कैसे प्रभावित किया।

शुक्रवार 3 जुलाई 2026

शैक्षणिक और कैरियर की अनिश्चितता

और एक को उसने पाँच तोड़े दिए, दूसरे को दो और दूसरे को एक, प्रत्येक को अपनी-अपनी क्षमता के अनुसार... (मत्ती 25:15अ)।

20.4% युवा रोजगार, शिक्षा या प्रशिक्षण में नहीं हैं, जबकि 272 मिलियन दुनिया भर में स्कूल से बाहर हैं।

आइए हम प्रार्थना करें

✠ युवाओं के लिए प्रार्थना करें कि वे **अपने परमेश्वर प्रदत्त उपहारों और प्रतिभाओं को** खोज सकें (1 पतरस 4:10)।

✠ यह भी पूछें कि वे **परमेश्वर और उसके मार्गों के लिए गहरी श्रद्धा** रखेंगे (नीतिवचन 2:1-12); कि वह उनमें ज्ञान प्राप्त करने की इच्छा पैदा करेगा।

व्यावहारिक टिप: एक युवा व्यक्ति को अपने कार्यस्थल पर अपने साथ एक दिन बिताने के लिए आमंत्रित करें। उनकी आशाओं, सपनों और भविष्य की आकांक्षाओं के बारे में पूछें। जब आप सुनते हैं, तो उन्हें प्रोत्साहित करने के अवसरों की तलाश करें, उनके जीवन पर भगवान के मार्गदर्शन के लिए प्रार्थना करें और जहां उपयुक्त हो, एक गुरु के रूप में उनके साथ चलें।

शनिवार 4 जुलाई 2026

परिवार और रिश्ते की चुनौतियाँ

... मसीह के प्रेम को जानें जो ज्ञान से परे है; ताकि तुम परमेश्वर की सारी परिपूर्णता से परिपूर्ण हो जाओ। (इफिसियों 3:19)।

पारिवारिक संघर्ष किशोरों के बीच भावनात्मक और संबंधपरक संघर्षों में एक प्रमुख योगदानकर्ता है, जो उनकी सुरक्षा, अपनेपन और समग्र मानसिक भलाई की भावना को प्रभावित करता है।

आइए हम प्रार्थना करें

✠ एकल-माता-पिता और बच्चों के नेतृत्व वाले घरों में किशोरों के लिए प्रार्थना करें, कि वे **प्रभु पर अपना बोझ डालेंगे और उसकी देखभाल में आराम पाएंगे** (मत्ती 11:28-30; 1 पतरस 5:7)।

✠ तनावपूर्ण रिश्तों वाले परिवारों के लिए प्रार्थना करें कि वे **प्रभु यीशु को शांति के राजकुमार के रूप में जानें, क्षमा करें और भावनात्मक उपचार का अनुभव करें।**

व्यावहारिक टिप

एकल-माता-पिता या बच्चे के नेतृत्व वाले घर के एक युवा व्यक्ति को भोजन, आउटिंग या एक विशेष अवसर के लिए अपने परिवार में शामिल होने के लिए आमंत्रित करने पर विचार करें। दयालुता के सरल कार्य उन्हें अपनेपन और समर्थन की भावना का अनुभव करने में मदद कर सकते हैं।

रविवार 5 जुलाई 2026

जीवन में उद्देश्य और दिशा ढूँढना

क्योंकि यहोवा की यह वाणी है, कि मैं उन विचारों को जानता हूँ जो मैं तुम्हारे विषय में सोचता हूँ, बुराई के नहीं, बल्कि शान्ति के विचार करता हूँ, ताकि तुम्हें भविष्य और आशा मिले। (यिर्मयाह 29:11)।

दुनिया भर में 5 में से 1 से अधिक युवा रोजगार, शिक्षा या प्रशिक्षण में नहीं हैं, जिससे उनके भविष्य की दिशा और अवसरों के बारे में अनिश्चितता पैदा हो रही है।

आइए हम प्रार्थना करें

✂ युवा लोगों के लिए प्रार्थना करें कि वे अपने जीवन के लिए परमेश्वर की इच्छा की तलाश करें, अपने परमेश्वर प्रदत्त उपहारों और बुलाहट की खोज करें और पूरे दिल से आज्ञाकारिता में उसका अनुसरण करें।

✂ आर्थिक अनिश्चितता और सीमित अवसरों का सामना करते हुए, युवाओं के लिए प्रार्थना करें कि वे बेईमान लाभ और विनाशकारी प्रभावों का विरोध करें और ज्ञान, अखंडता और दृढ़ता में चलें।

व्यावहारिक टिप

काम पर आपको छाया देने के लिए एक युवा व्यक्ति को आमंत्रित करें। उन्हें विभिन्न कैरियर पथों से परिचित कराएं और कौशल, एक मजबूत कार्य नीति और उद्देश्य विकसित करने के लिए स्वयंसेवा, उद्यमिता या अवकाश नौकरियों को प्रोत्साहित करें।