Athmaraksha.org

രക്ഷയുടെ വഴികൾ

ഉപവാസ പ്രാർത്ഥന

ദുഷ്ടതയുടെ കെട്ടുകൾ പൊട്ടിക്കുകയും നുകത്തിന്റെ കയറുകൾ അഴിക്കുകയും മർദിതരെ സ്വതന്ത്രരാക്കുകയും എല്ലാ നുകങ്ങളും ഒടിക്കുകയും ചെയ്യുന്നതല്ലേ ഞാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്ന ഉപവാസം? (ഏശയ്യാ 58:6).

ഞങ്ങൾ ഉപവസിച്ച ദൈവത്തോടുയാചിക്കുകയും അവിടുന്ന് ഞങ്ങളുടെ പ്രാർഥന കേൾക്കുകയും ചെയ്തു (എസ്രാ 8:23).

ഞാൻ ചാക്കുടുത്ത്, ചാരംപൂശി, ഉപവസിച്ച്, ദൈവമായ കർത്താവിനോടു തീക്ഷ്ണമായി പ്രാർഥിച്ചു (ദാനിയേൽ 9:3).

നീ ഉപവസിക്കുന്നത് അദൃശ്യനായ പിതാവല്ലാതെ മറ്റാരും കാണാതിരിക്കുന്നതിന്, ശിരസിൽ തൈലം പൂരട്ടുകയും മുഖം കഴുകുകയും ചെയ്യുക. രഹസ്യങ്ങൾ അറിയുന്ന പിതാവ് നിനക്കു പ്രതിഫലം നൽകും (മത്തായി 6:17-18).