कोलासियों

कोलासे शहर के सत्संग को राजदूत पौलुस का पत्र

पुस्तक की कुछ ज़रूरी बातें

पौलुस, प्रभु येशु के सबसे सम्मानित शिष्यों और राजदूतों में से एक थे। वह अपने पत्रों के माध्यम से परमात्मा के सत्संग के अनुभवी सेवकों के संपर्क में रहे। यह पत्र कोलासे शहर के सत्संगियों के लिए थे। कोलासे आज के तुर्की देश में है। पौलुस कोलासे शहर में सत्संगियों से व्यक्तिगत रूप से तो कभी नहीं मिले थे, लेकिन उन्हें उनके बारे में एपाफ्रास नाम के एक शिष्य के द्वारा बताया गया, जिसने वहाँ परमात्मा के सत्संग शुरू करने में मदद की।

पौलुस ने कोलासे शहर के सत्संगियों की प्रभु येशु में आस्था को देखते हुए उनके लिए प्रार्थना कर, उन्हें पत्र लिखने की शुरुआत की। इसमें वह मुक्तिदाता येशु के सनातन स्वभाव का वर्णन करता है और बताता है कि परमात्मा ने कैसे उनके माध्यम से सब कुछ बनाया। मुक्तिदाता येशु ही वह हैं जो अपनी मृत्यु और जीवित होने के द्वारा हमें नया आत्मिक जीवन देते हैं। पौलुस बताते हैं कि कैसे हमारे नए जीवन में येशु के भक्तों के रूप में, पापी इच्छाओं, आत्मिक शक्तियों की पूजा और खोखले कर्म-कांडों का कोई स्थान नहीं है। इसके बजाय हमारा नया जीवन मुक्तिदाता के ज्ञान में बढ़ते जाने, दूसरों से प्यार करने, अपनी आस्था के अनुसार जीने, और प्रभुजी के जीवन बदलने वाले शुभ संदेश को दूसरों के साथ साझा करने पर केंद्रित होना चाहिए। इसके बाद पौलुस हमारे काम और परिवारों लिए अच्छी शिक्षा देते हैं। पौलुस ने पत्र का समापन स्वयं के लिए प्रार्थना करने के साथ किया, कि उसे मुक्तिदाता येशु के इस शुभ संदेश को दूसरों को स्पष्ट रूप से बताने के लिए और अधिक अवसर प्राप्त हों।

प्रार्थना - हे परमात्मा, कोलासे शहर के सत्संगियों को यह पत्र लिखने के लिए शिष्य पौलुस को प्रेरणा देने के लिए आपका धन्यवाद। आपकी कृपा है कि हम आपके सत्संग में शामिल होकर ज्ञान और आस्था में बढ़ोतरी कर सकें और आपका शुभ संदेश दूसरों तक पहुँचा सकें।

• • • ■ • • •

1

[1-2]मैं, पौलुस, परमात्मा की इच्छा से मुक्तिदाता येशु का राजदूत हूँ। मैं और हमारे भाई तिमोथियस यह पत्र मुक्तिदाता के उन पवित्र भक्तों और विश्वासयोग्य भाइयों और बहनों के नाम लिख रहे हैं जो कोलासे शहर में रहते हैं।

हमारे पिता परमात्मा से तुम्हें कृपा और शांति प्राप्त हो।

सत्संग के लिए धन्यवाद-प्रार्थना

[3]हम तुम्हारे लिए प्रार्थना करते समय हमेशा अपने मुक्तिदाता प्रभु
येशु के पिता परमात्मा को धन्यवाद देते हैं। [4]हमने मुक्तिदाता येशु पर
तुम्हारी आस्था और उनके सब पवित्र भक्तों के प्रति तुम्हारे प्रेम के बारे
में सुना है। [5]तुम्हारा प्रेम और आस्था उस आशा पर आधारित है जो
परमस्वर्ग में तुम्हारे लिए सुरक्षित है। तुमने पहली बार इस आशा के
बारे में उस समय सुना जब शुभ संदेश का सत्य वचन तुम्हें प्राप्त हुआ।
[6]यह शुभ संदेश तुम्हारे साथ-साथ पूरी दुनिया को भक्ति का फल
दे रहा है। तुम्हें यह भक्ति का फल तब से प्राप्त हुआ है जब से तुमने
परमात्मा की कृपा का सच्चा संदेश पहली बार सुना और अनुभव किया
है। [7]इस शुभ संदेश की शिक्षा तुम्हें हमारे साथी सेवक प्रिय इपाफ्रस से
प्राप्त हुई। वह मुक्तिदाता का ईमानदार सेवक है और हमारी सहायता+
के लिए आया है। [8]उसने भी तुम्हारे प्रेम के बारे में बताया जो परमात्मा
की पवित्र आत्मा ने तुम्हें दिया है।

परमात्मा का ज्ञान पाने के लिए प्रार्थना

[9]जिस दिन से हमने तुम्हारे बारे में सुना है, उस दिन से ही तुम्हारे लिए
प्रार्थना करना बंद नहीं किया है कि तुम आत्मिक ज्ञान और समझ
के द्वारा अच्छी तरह जान सको कि परमात्मा की तुम्हारे बारे में क्या
योजना है। [10]तब तुम्हारा आचरण प्रभु येशु को खुशी देगा और तुम, जो
कुछ भी करोगे, उन्हें पसंद आएगा और तुम्हारे जीवन में हर प्रकार
का अच्छा फल पैदा होगा। तब तुम परमात्मा का अनुभव और अच्छी
तरह कर पाओगे। [11]साथ ही उनकी तेजस्वी शक्ति तुमको सबर से भर
देगी और कुछ भी सहन करने के लिए मजबूत बना देगी, और तुम
वास्तव में खुश होगे। [12]पिता परमात्मा को धन्यवाद दो क्योंकि उन्होंने
तुम्हें पवित्र भक्तों के साथ अपने प्रकाश के साम्राज्य वारिस बनने के
योग्य बनाया है। [13]परमात्मा हमें शैतान के अंधकार से भरे साम्राज्य से
मुक्त कराकर अपने प्रिय पुत्र के साम्राज्य में ले आए। [14]पुत्र के द्वारा
हमारे बुरे कर्मों का खाता मिट गया है और हमें मुक्ति मिल गई है।

मुक्तिदाता की महानता

[15]मुक्तिदाता येशु अनदेखे परमात्मा का स्वरुप हैं। वह सारी सृष्टि में
पहिलौठे और सर्वोच्च हैं।* [16]परमात्मा ने मुक्तिदाता येशु द्वारा ही आकाश
और पृथ्वी पर दिखाई देने वाली सभी चीजें बनाईं। परमात्मा ने उनके
द्वारा ही अदृश्य चीजें भी बनाईं, जैसे कि स्वर्गदूतों के सिंहासन, स्वर्गीय
साम्राज्य, शासक और अधिकारी। परमात्मा ने मुक्तिदाता येशु द्वारा ही
और उनके लिए ही सभी चीजें बनाईं। [17]प्रभु येशु ही सबसे महत्वपूर्ण हैं*
और सृष्टि के सारे काम उन्हीं के द्वारा चलाए जाते हैं। [18]सत्संग शरीर के
समान है और मुक्तिदाता येशु सत्संग का सिर, यानि मुखिया हैं। उन्होंने
ही सत्संग की शुरुआत की और मरने के बाद सबसे पहले जीवित होने
वाले भी वही हैं, ताकि सारी सृष्टि में सब से ऊँचा स्थान उन्हीं को मिले।
[19]परमात्मा की खुशी इसी में थी कि उनका पूरा स्वभाव मुक्तिदाता
येशु में वास करे, [20]और शांति तथा मेल मिलाप स्थापित करने के लिए

---

* **1:15** *सारी सृष्टि में पहिलौठे और सर्वोच्च हैं* - या "पहिलौठा," जिसका मतलब है "सारी सृष्टि का वारिस और बेटों में सबसे बड़ा अधिकार रखनेवाला।" * **1:17** *सबसे महत्वपूर्ण हैं* - या, "सब से पहले हैं।"

क्रूस पर मुक्तिदाता का खून बहे, ताकि सारी सृष्टि को उनकी शरण में
वापस लाया जाए।

पौलुस की सत्संग के प्रति लगन

21तुम्हारे बुरे विचारों और कर्मों ने तुम्हें परमात्मा से दूर कर दिया था और
उनका दुश्मन बना दिया था। 22परंतु अब परमात्मा ने अपने पुत्र के शरीर
की क्रूस पर बलि के द्वारा तुम्हारे साथ मेल-मिलाप कर लिया है कि तुम्हें
अपने सामने पवित्र, बेदाग और निर्दोष खड़ा देख सकें। 23किंतु यह ज़रूरी
है कि तुम येशु भक्ति में बने रहो और शुभ संदेश सुनने से जो आशा मिली
थी उसे मत छोड़ना। यह शुभ संदेश पूरी दुनिया में प्रचारित किया गया है,
और मैं पौलुस स्वयं इस संदेश का सेवक और प्रचारक बन गया हूँ।
24मुझे तुम्हारे लिए कष्ट उठाने में सुख मिलता है। मुझे इस बात से भी सुख
मिलता है कि जो कष्ट मुक्तिदाता ने सत्संग के लिए सहे थे, मैं भी अपने शरीर
में सत्संग के लिए कष्टों को सहना जारी रख सकूँ। 25परमात्मा की योजना थी
कि मुझे सत्संग का सेवक बनाएँ और अपने पूरे संदेश का प्रचार करने के
लिए तुम्हारे पास भेजें। 26बहुत समय और पीढ़ियों से इस संदेश को सभी से
गुप्त रखा गया था, लेकिन अब इसे परमात्मा ने अपने पवित्र भक्तों पर प्रकट
कर दिया है। 27अपने पवित्र भक्तों को परमात्मा ने अपनी इच्छा से बताया
कि दुनिया के हर समाज के लोगों के लिए वह रहस्य कितना महत्वपूर्ण और
बहुमूल्य है। रहस्य यह है कि मुक्तिदाता तुम में वास करते हैं और जिनसे
तुम परमस्वर्ग में तेजस्वी जीवन प्राप्त करने की आशा कर सकते हो। 28हम
मुक्तिदाता का प्रचार करते हैं। पूरे ज्ञान के साथ हम सब लोगों को बताते है
कि क्या उन्हें करना चाहिए और उस बारे में चेतावनी भी देते हैं जो उन्हें नहीं
करना चाहिए, ताकि मुक्तिदाता के सारे भक्त हर नज़रिए से मज़बूत बनें
जिससे परमात्मा खुश हों। 29यही कारण है कि मैं इतना संघर्ष कर रहा हूँ। मैं
यह सब मुक्तिदाता द्वारा दी गयी शक्ति के सहारे कर पा रहा हूँ।

2

मुक्तिदाता से जुड़ना

1मैं चाहता हूँ कि तुम यह बात जान लो कि मैं तुम्हारे लिए,
लौदिकिया शहर के भक्तों के लिए और उन भक्तों के लिए जिनसे मैं

कभी मिला भी नहीं, बड़ा संघर्ष कर रहा हूँ। [2]मैं चाहता हूँ कि उनका
हौसला बढ़ाया जाए और प्यार के मजबूत बंधन से एक साथ जोड़ा
जाए। मेरा मकसद यह भी है कि वे मुक्तिदाता येशु को अच्छी तरह
से जानकर उनके द्वारा दिए गए सभी सच्चे धन को पहचाने। मुक्तिदाता
ही परमात्मा का रहस्य हैं, [3]और उन्होंने परमात्मा के ज्ञान और बुद्धि
के खज़ाने को प्रकट कर दिया है। उनके आने से पहले यह खज़ाना
मानव से छुपा हुआ था। [4]यह मैं इसलिए कह रहा हूँ कि कोई व्यक्ति
तुम्हें अपनी मीठी-मीठी बातों से धोखा न दे। [5]हालाँकि मैं तुम्हारे साथ
वहाँ नहीं हूँ, फिर भी आत्मा में तुम्हारे बारे में सोचता रहता हूँ और मैं
यह जानकर खुश हूँ कि तुम्हारा जीवन अच्छी तरह चल रहा है और
तुम्हारी आस्था मुक्तिदाता में मज़बूत है।

[6]इसलिए जैसे तुम मुक्तिदाता येशु को अपना प्रभु मानने लगे हो, वैसे
ही अब उन्हीं के मार्गदर्शन में अपना जीवन बिताओ। [7]मुक्तिदाता
में अपनी जड़ें गहरी करो और उन्हें अपने जीवन की नींव बनाओ।
अपनी आस्था में मज़बूत रहो जैसा तुम्हें सिखाया गया है। तुम्हारा मन
धन्यवाद से भरा रहे।

[8]सावधान! कोई व्यक्ति तुम्हें उन झूठे विचारों और छल द्वारा
धोखे में न फंसाए जो मुक्तिदाता येशु की शिक्षा पर आधारित नहीं है,
बल्कि मनुष्य की परंपराओं और संसार की बुरी आत्मिक शक्तियों
पर आधारित हैं। [9]मुक्तिदाता येशु के शरीर में परमात्मा का पूरा
स्वभाव वास करता है, [10]और मुक्तिदाता के साथ जुड़ने से, जो सारी
आत्मिक शक्तियों और शासकों से ऊँचे हैं, तुमने आत्मिक जीवन
के लिए ज़रूरी सारी चीज़ें * प्राप्त की है। [11]मुक्तिदाता येशु ने आत्मिक
चीरा-संस्कार में तुम्हारे सांसारिक बुरे स्वभाव को अलग कर दिया है।
यह उसी तरह है जैसे शारीरिक चीरा-संस्कार विधि में मनुष्य के शरीर
से खाल का एक छोटा सा भाग काटकर निकाला जाता है। [12]क्योंकि
समर्पण-स्नान की विधि के अनुसार, जब तुम पानी के नीचे गए, तो
यह दिखता है कि तुम मुक्तिदाता के साथ मर गए और दफना दिए
गए। और जब तुम पानी से बाहर आते हो, तो यह दिखाता है कि तुम

* **2:10** *तुमने आत्मिक जीवन के लिए ज़रूरी सारी चीज़ें* - या, “तुमने पूर्णता”

मुक्तिदाता के साथ जीवित हो गए हों क्योंकि तुमने परमात्मा की
शक्ति में विश्वास रखा, जिन्होनें मुक्तिदाता येशु को मरने के बाद
जीवित कर दिया। [13]तुम आत्मिक रूप से मरे हुए थे,* क्योंकि तुम
पापी थे और तुम्हारा सांसारिक बुरा स्वभाव अभी तक तुम से अलग
नहीं किया गया था। फिर भी परमात्मा ने तुम्हें मुक्तिदाता के साथ
आत्मिक रूप से जीवित किया है और उन्होंने हमारे सब पापों का
खाता मिटा दिया। [14]उन्होंने प्रभु येशु के क्रूस पर चढ़ाए जाने के द्वारा
हमारे खिलाफ पापों के कर्ज़ के हिसाब को मिटा दिया जिसके कारण
अब हम दोष-मुक्त हो गए हैं। [15]उस क्रूस के द्वारा परमात्मा* ने बुरी
आत्मिक शक्तियों और शासकों को हरा दिया और लोगों के सामने
उनको शर्मिंदा करके उन पर विजय प्राप्त की।

[16]इसलिए कोई तुममें तुम्हारे खान-पान के आधार पर कमियाँ न
निकाले। कोई तुमसे यह न कहे कि तुम्हें अमावस्या, आराम-दिवस
या किसी अन्य त्यौहार को मनाना चाहिए या नहीं मनाना चाहिए।
[17]ये सब नियम और त्यौहार असली नहीं हैं असली केवल मुक्तिदाता
हैं। [18]उन लोगों के बहकावे में न आएँ जो झूठी विनम्रता का दिखावा
करते हैं और जो स्वर्गदूतों की पूजा करते हैं। ऐसा व्यक्ति दिव्य
दर्शनों का ढोंग रचता है, लेकिन यह सब बकवास है, क्योंकि उसका
दिमाग सांसारिकता से भरा है। [19]मुक्तिदाता अपने सत्संग के सिर हैं
और सत्संग उनके शरीर के समान हैं जिसमें वह अपना काम करते हैं।
वह सभी भागों को मजबूत करते है ताकि वे एक साथ काम करें और
परमात्मा की शक्ति से बढ़ें।

[20]तुमने अपनी पापी इच्छाओं के अनुसार जीना बंद कर दिया है और
मुक्तिदाता के साथ एक हो गए हो। अब संसार की बुरी आत्मिक
शक्तियों का तुम पर कोई नियंत्रण नहीं। तुम ऐसा क्यों सोचते हो कि
जीने के लिए इन नियमों का पालन करना ज़रूरी है, जैसे [21]“इसे मत
हाथ लगा,” “उसे मत चख” और “इसे मत छू”? [22]ये नियम मनुष्य के

---

* **2:13** *तुम आत्मिक रूप से मरे हुए थे* - (या, “तुम मरे हुए थे”) पौलुस आत्मिक वास्तविकताओं की बात कर रहा है, शारीरक मृत्यु की नहीं। इसलिए यह अनुवाद दिया गया है। * **2:15** *परमात्मा* - (या, “मुक्तिदाता”) यह जानना कठिन है कि क्या यह परमात्मा को या मुक्तिदाता को संदर्भित करता है।

बनाए हैं और मानवीय परम्पराओं पर आधारित हैं, और उन चीज़ों के
सम्बन्ध में हैं जो कुछ समय बाद नष्ट हो जाएँगी। [23]ये नियम समझदारी
के लगते हैं क्योंकि इनमें कट्टरता, तपस्या और शरीर को अलग-अलग
तरीकों से कष्ट देने पर बल दिया जाता है। लेकिन इन नियमों का
पालन करने से लोगों को सांसारिक इच्छाओं पर विजय पाने में कोई
मदद नहीं मिलती है, बल्कि ये तो धार्मिक घमंड को बढ़ाते हैं।

3

मुक्तिदाता येशु के साथ नया जीवन

[1]तुम मुक्तिदाता येशु के साथ नए जीवन के लिए जीवित किए
गए हो। अब उन चीज़ों में मन लगाओ जो परमस्वर्ग में हैं, जहाँ
मुक्तिदाता परमात्मा की दाईं ओर बैठ कर उनके साथ शासन करते
हैं। [2]परमस्वर्ग की चीज़ों का ध्यान करो, सांसारिक बातों का नहीं,
[3]क्योंकि तुम्हारा पुराना पापी जीवन मर चुका है और अब तुम्हारा
नया जीवन मुक्तिदाता के साथ परमात्मा में जुड़ गया है। [4]जब
मुक्तिदाता येशु, जो तुम्हारे+ जीवन को वास्तविक अर्थ देते हैं, वापस
आएँगे और दुनिया के सामने प्रकट होंगे, तो तुम भी उनके साथ तेज में
प्रकट होगे।

[5]इसलिए बुरी शारीरिक इच्छाओं जैसे अवैध सम्बन्ध, अश्लीलता
और वासना के नियंत्रण में न रहो बल्कि उनको मार डालो और दफ़न
कर दो। और लालची भी न बनो जो मूर्तियों की भक्ति करने के समान
है। [6]ऐसे बुरे काम करने वालों पर परमात्मा का क्रोध भड़क जाता है।
[7]जब तुम बुरे लोगों के बीच रहते थे तब तुम्हारा भी आचरण वैसा ही
था। [8]किंतु अब गुस्सा, क्रोध, नफरत करना, किसी की बदनामी करना
और गाली गलौज इन सब बातों को छोड़ दो। [9]एक-दूसरे से झूठ न
बोलो, क्योंकि तुमने पुराने स्वभाव और उसकी आदतों को छोड़ दिया
है [10]और नया स्वभाव धारण कर लिया है। जैसे-जैसे तुम विधाता
से सीखते जा रहे हो तुम उनके ज्ञान से भरते जा रहे हो और उनका
स्वभाव तुम में आता जा रहा है। [11]इसलिए इससे कोई फर्क नहीं पड़ता
कि तुम ग्रीक भाषा के जानकार हो या धार्मिक यहूदी। इससे भी कोई
फर्क नहीं पड़ता कि तुम्हारा चीरा-संस्कार हुआ है या नहीं। तुम एक

अनपढ़ हो सकते हो या हिंसक स्कूती* कबीले के सदस्य हो सकते
हो। तुम एक गुलाम या आज़ाद व्यक्ति भी हो सकते हो। परंतु केवल
मुक्तिदाता के साथ हमारा सम्बन्ध ही महत्वपूर्ण है, और वह हम सब
में बिना किसी भेदभाव के रहते हैं।
[12]परमात्मा तुमसे प्यार करते हैं और उन्होंने तुमको अपने पवित्र
भक्तों के रूप में चुना है। इसको समझकर नए स्वभाव का नया
कपड़ा पहन लो और इसे दया, कृपा, दीनता, कोमल स्वभाव और
सबर से सजा लो। [13]एक-दूसरे की कमियों पर ध्यान देना छोड़ो। यदि
तुम्हें किसी से शिकायत हो तो उसको माफ कर दो। जैसे प्रभु ने तुम्हें
माफ किया है, वैसे ही तुम भी माफ करो। [14]सबसे बड़ी बात यह है कि
आपस में प्रेम बनाए रखो। प्रेम वह धागा है जो इन सब मोतियों को
एक साथ जोड़कर रखता है। [15]तुम में से हर एक मुक्तिदाता के शरीर
का हिस्सा हो, और तुम्हें शांति से एक साथ रहने के लिए चुना गया
है। इसलिए मुक्तिदाता से मिलने वाली शांति को अपने विचारों पर
नियंत्रण करने दो। और तुम्हारे मन धन्यवाद से भरे रहें। [16]मुक्तिदाता के
शुभ संदेश की सुंदरता तुम्हारे जीवन से झलके। पूरे ज्ञान से एक-दूसरे
को सिखाओ और समझाओ। परमात्मा के भजन, प्रभु येशु की
कविताएँ और भक्ति गीत गाते समय तुम्हारे मन धन्यवाद से भरे रहें।
[17]जो कुछ कहो या करो, वह सब प्रभु येशु के नाम में पिता परमात्मा
का आभार मानते हुए करो।

परिवार के लिए सीख

[18]पत्नी को अपने पति की बात आदर के साथ मानना चाहिए। प्रभु
येशु की इच्छा यही है। [19]पति अपनी पत्नी से प्रेम रखे, और उससे बुरा
व्यवहार न करे। [20]बच्चो, हर एक बात में अपने माता-पिता की आज्ञा
मानो, क्योंकि इससे प्रभु येशु खुश होते हैं। [21]माता-पिता, अपने बच्चों
के हर काम में गलती न निकालें, ऐसा न हो कि उनकी हिम्मत टूट

*** 3:11** *हिंसक स्कूती* - स्कूती जंगली घुड़सवार योद्धा के नाम से मशहूर थे। वे अपने दुश्मन की खोपड़ी की खाल उतार देते और दुश्मन का खून पीते थे। स्कूती अंगूर की शराब पीकर मतवाले होते थे और भांग के नशे में चूर रहते थे। फिर भी, दूसरे लोगों के समान मुक्तिदाता येशु का सत्संग उनका भी स्वागत करता था।

जाए। [22]सेवकों, तुमको अपने सांसारिक मालिकों का कहना मानना
चाहिए। हर समय उन्हें अपने काम से खुश करने की कोशिश करो, न
कि केवल उन्हें दिखाने के लिए, किंतु सच्चे मन से तथा प्रभु के डर
से उनकी सेवा करो। [23]जो कुछ करो, मन लगाकर करो, मानो तुम
लोगों के लिए नहीं, प्रभु येशु के लिए कर रहे हो। [24]वास्तव में, तुम
मुक्तिदाता प्रभु येशु की सेवा कर रहे हो, और तुम जानते हो कि वह
तुम्हें बड़ा इनाम देंगे। [25]लेकिन बुरा करने वाला बुराई का फल पाएगा,
क्योंकि परमात्मा बिना भेद भाव के सबका न्याय करते हैं।

4

[1]मालिको, परमस्वर्ग में तुम्हारे ऊपर भी एक मालिक हैं। यह याद
रखते हुए अपने सेवकों के साथ अच्छा व्यवहार करो।
[2]प्रार्थना में लगे रहो। और प्रार्थना करते समय परमात्मा की आवाज़
सुनने को जागरूक रहो* और धन्यवाद देते रहो। [3]हमारे लिए भी प्रार्थना
करो कि परमात्मा हमें शुभ संदेश और मुक्तिदाता का रहस्य बताने का
अवसर दें। क्योंकि मैंने इस शुभ संदेश का प्रचार किया इसलिए आज मैं
जेल में हूँ। [4]प्रार्थना करो कि मैं इस संदेश को साफ-साफ वैसा ही बताऊँ
जैसे बताना चाहिए। [5]जिन लोगों ने प्रभु येशु पर आस्था नहीं रखी है, उनसे
व्यवहार करते समय समझदारी दिखाओ और शुभ संदेश सुनाने का कोई
भी अवसर मत खो। [6]हर स्थिति में तुम्हारे शब्द मीठे हों। बोलने से पहले
सोचो,* तभी तुम समझ सकोगे कि किसको क्या जवाब देना है।
[7]तिखिकस मेरा प्रिय भाई है। वह हमारे साथ ईमानदारी से प्रभु येशु
की सेवा कर रहा है और वह तुम्हें मेरे सम्बन्ध में सब समाचार देगा।
[8]उसे मैं इसी मकसद से तुम्हारे पास भेज रहा हूँ कि हमारा कुशल
समाचार बताकर तुम्हारे मन को शांति दे। [9]उसके साथ भरोसेमंद और
प्रिय भाई ओनेसिमस भी आ रहा है, जो तुम्हारे सत्संग का ही है। ये
दोनों तुम्हें यहाँ की सब बातें बताएँगे।

*** 4:2** *प्रार्थना करते समय परमात्मा की आवाज़ सुनने को जागरूक रहो* - (या, "प्रार्थना करते समय जागरूक रहो") इसका मतलब केवल "जागते रहना" नहीं है, बल्कि इसका अर्थ है, "परमात्मा के साथ लगातार बातचीत करते रहना" *** 4:6** *बोलने से पहले सोचो* - (या, "नमक के साथ बोलो") जो कुछ हम दूसरों को बोलते हैं प्रार्थना और सोच-विचार के साथ बोलें (लेवी 2:13 निर्गमन 30:35)।

[10]मेरे साथी कैदी अरिस्तारखस ने तुम्हें नमस्कार भेजा है। मरकुस
ने भी तुम्हें नमस्कार भेजा है। वह बरनबास का भानजा है, और तुम्हें
मरकुस के बारे में पहले ही बता दिया गया है कि जब वह तुम्हारे यहाँ
आए तब उसका आदर-सत्कार करना। [11]येसु उपनाम यूस्तुस भी तुम्हें
नमस्कार कहता है। इस समय केवल ये तीन यहूदी येशु-भक्त ही
परमात्मा के साम्राज्य के काम में मेरी सहायता कर रहे हैं।

[12]इपाफ्रस, जो तुम्हारे सत्संग का ही है, तुम्हें नमस्कार भेज रहा
है। वह मुक्तिदाता येशु का सेवक है और तुम्हें अपनी प्रार्थनाओं में
हमेशा पूरी लगन से याद करता है कि तुम अपनी आस्था में स्थिर रह
सको और जो कुछ भी परमात्मा तुमसे कराना चाहते हैं उसे पुरे मन
से पूरा कर सको। [13]मैं इसका गवाह हूँ कि एपाफ्रास तुम्हारे लिए और
लौदीकिया तथा हिरापोलिस के निवासियों के लिए बहुत मेहनत कर
रहा है। [14]प्रिय डाक्टर लूकस और देमस का भी तुम्हें नमस्कार मिले।
[15]लौदिकिया शहर में रहने वाले भक्त भाइयों और बहनों को, और
बहन निम्फा के घर में होने वाले सत्संग के लोगों को मेरा नमस्कार
कहना। [16]जब यह पत्र तुम्हारे यहाँ पढ़कर सुना दिया जाए तब ऐसा
इंतजाम करना कि यह लौदिकिया शहर के सत्संग में भी पढ़ा जाए।
मैंने एक और पत्र लौदिकिया को भेजा है उसे भी मंगवा कर पढ़ लेना।
[17]अरखिपस से कहना कि जो सेवा प्रभु येशु ने उसे दी है, उसे पूरा
करे।

[18]मैं पौलुस स्वयं अपने हाथ से यह नमस्कार लिख रहा हूँ। यह मत
भूलना कि मैं जेल में हूँ। मैं प्रार्थना करता हूँ कि तुम पर कृपा बनी रहे।