इफिसियों

इफिसुस शहर के सत्संग को राजदूत पौलुस का पत्र

पुस्तक की कुछ ज़रूरी बातें

यह मुक्तिदाता येशु के राजदूत पौलुस का पत्र है जिसे उन्होंने इफिसुस शहर के परमात्मा और मुक्तिदाता येशु के सत्संग को लिखा था। प्रभु येशु की मृत्यु और उनके ज़िन्दा होने के लगभग 30 साल बाद पौलुस ने यह पत्र लिखा था। उस समय परमात्मा का सत्संग पूरे रोम साम्राज्य के कई शहरों में तेज़ी से बढ़ रहा था।

पौलुस ने यह पत्र इसलिए लिखा है कि प्रभु येशु पर आस्था रखने के द्वारा, कई देशों के लोग अब यहूदी लोगों के साथ मिलकर एक सुंदर सत्संग बना सकते हैं जहाँ प्रत्येक व्यक्ति का योगदान महत्वपूर्ण है।

पत्र के पहले तीन अध्यायों में बताया गया है कि परमपिता परमात्मा ने अपने लोगों को कैसे चुना है और उनके बेटे मुक्तिदाता येशु के माध्यम से कैसे मुक्ति मिल सकती है। वह यह भी बताते हैं कि कैसे पवित्र आत्मा द्वारा परमात्मा के अद्‌भुत वायदे की ज़मानत दी गई है। अंतिम तीन अध्यायों में पौलुस पाठकों को इस तरह का जीवन जीने को उत्साहित करते हैं कि मुक्तिदाता येशु के साथ उनकी एकता सत्संग में दिखाई दी।

यह पत्र आज भी हमें यह सिखाता है कि हम भी परमात्मा और मुक्तिदाता येशु के संसार भर में फैले सनातन परिवार का हिस्सा हैं और हम अपने दैनिक जीवन को इस तरह से जिएँ जो परमात्मा को प्रसन्न करे और दूसरों के लिए वरदान हो।

प्रार्थना - हे परमात्मा, राजदूत पौलुस को इफिसुस शह के सत्संग को पत्र लिखने की प्रेरणा देने के लिए आपका धन्यवाद। यह आपकी

कृपा है कि हममें से प्रत्येक आपके सत्संग में एक महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है।

• • • ▪ • • •

1

1मैं, पौलुस, जिसे परमात्मा ने मुक्तिदाता येशु का राजदूत बनने के
लिए चुना है, यह पत्र इफिसुस शहर में रहने वाले+ उन पवित्र भक्तों के
नाम लिख रहा हूँ जो मुक्तिदाता येशु पर आस्था रखते हैं।
2मैं प्रार्थना करता हूँ कि हमारे पिता परमात्मा और मुक्तिदाता प्रभु
येशु तुम्हें कृपा और शांति प्रदान करें।
3हमारे मुक्तिदाता प्रभु येशु के पिता परमात्मा का गुणगान हो जिन्होंने
मुक्तिदाता येशु द्वारा हमें स्वर्ग से सब प्रकार के आत्मिक आशीर्वाद
दिए हैं। 4-5परमात्मा ने सृष्टि की रचना करने से पहले ही हमें मुक्तिदाता
येशु के साथ एक करने के लिए चुन लिया कि हम परमात्मा के सामने
पवित्र और निर्दोष हों। परमात्मा हमसे प्रेम करते हैं और उन्होंने पहले
ही से यह फैसला कर लिया था कि हम मुक्तिदाता येशु द्वारा उनके
अपने बच्चे बनें और पूरा अधिकार पाएँ। ऐसा करने से परमात्मा को
बहुत खुशी मिली। 6हम उनकी अद्‌भुत कृपा का गुणगान करें, जो
उन्होंने उदारता से अपने प्रिय पुत्र येशु द्वारा बरसाई है। 7प्रभु येशु के
बलि के खून से हमें मुक्ति मिली है और परमात्मा की अपार कृपा से
हमारे बुरे कर्मों का खाता मिट गया है। 8कृपा का यह खज़ाना उन्होंने
हम पर लुटाया है। सभी ज्ञान और बुद्धि के साथ 9परमात्मा ने हम पर
अपनी गुप्त योजना को प्रकट किया, जिसे वह मुक्तिदाता येशु के द्वारा
पूरा करना चाहते थे। 10और वह गुप्त योजना यह है कि सही समय पर
जो कुछ स्वर्ग और पृथ्वी में है, परमात्मा उसे मुक्तिदाता के अधिकार
में देकर सब कुछ इकट्ठा करेंगे।
11परमात्मा ने हमें मुक्तिदाता येशु द्वारा अपने बच्चे बनाकर पूरा
अधिकार दे दिया है। उन्होंने ऐसा करने का फैसला पहले से ही कर

लिया था। परमात्मा अपनी योजना और उद्देश्य के अनुसार सब कुछ
करते हैं। [12]उन्होंने ऐसा इसलिए किया, ताकि हम यहूदी समाज के
लोग जो मुक्तिदाता येशु पर आस्था रखने वाले प्रथम लोग गिने जाते
है, परमात्मा के गौरव का गुणगान करने के लिए जीवन बिताएँ। [13]और
तुमने भी जो यहूदी समाज से नहीं हो, जब मुक्ति का सत्य संदेश सुना,
और मुक्तिदाता येशु में आस्था रखी, तब परमात्मा ने अपनी प्रतिज्ञा के
अनुसार तुमको पवित्र आत्मा दे दिया, जिससे साबित होता है कि तुम
अब परमात्मा के हो। [14]परमात्मा ने पवित्र आत्मा को एक ज़मानत के
रूप में रखा है कि हम वह प्राप्त करेंगे जिसका वादा परमात्मा ने हमसे
किया है और वह हमें पूरी तरह से मुक्ति देंगे और हमें अपना बनाएँगे।
इससे परमात्मा के गौरव का गुणगान होगा।

पौलुस की प्रार्थना

[15]इस कारण जबसे मैंने प्रभु येशु में तुम्हारी आस्था और सब पवित्र भक्तों
के प्रति तुम्हारे प्रेम का समाचार सुना है, [16]मैं अपनी प्रार्थनाओं में हमेशा
तुम्हें याद करता और तुम्हारे लिए धन्यवाद देता हूँ। [17]मेरी प्रार्थना है कि
हमारे मुक्तिदाता प्रभु येशु के तेजस्वी पिता परमात्मा तुम्हें बुद्धि और ज्ञान
प्रदान करें ताकि तुम परमात्मा को अच्छी तरह से जानने में बढ़ते जाओ।
[18]परमात्मा करे कि तुम्हारे मन की आँखें उनके प्रकाश से खुल जाएँ, जिससे
तुम भविष्य में मिलने वाले बहुमूल्य और तेज से भरे उत्तराधिकार की
आशा को जान सको जो परमात्मा अपने पवित्र सत्संगियों को देंगे। [19]कैसी
असीम और महान है वह शक्ति जो हम प्रभु येशु पर आस्था रखने वालों
की मदद करती है। इसी महान शक्ति का प्रभाव उस समय प्रकट हुआ
[20]जब परमात्मा ने मुक्तिदाता येशु को उनकी मृत्यु के बाद ज़िन्दा कर दिया
और उन्हें स्वर्ग में अपनी दाईं ओर बैठाया। [21]मुक्तिदाता येशु शासकों,
शक्तिशाली ताकतों, आत्मिक शक्तियों और इसके आलावा जो कुछ भी है
उन सभी से ऊँचे हैं न केवल इस संसार में, बल्कि आने वाले संसार में भी।
[22]परमात्मा ने सत्संग के लाभ के लिए सब कुछ मुक्तिदाता येशु के अधीन
कर दिया है और उन्हें सब वस्तुओं का प्रधान बना दिया है। [23]सत्संग
मुक्तिदाता येशु का आत्मिक शरीर है और मुक्तिदाता येशु उसका सिर और
वह प्रधान होकर सत्संग के साथ-साथ सब कुछ पूर्ण करते हैं।

2

कृपा द्वारा मुक्ति

[1]तुम अपने अधर्म और पाप के कारण आत्मिक रूप से मरे हुए थे।
[2]तुम भी बाकी दुनिया की तरह पाप में जीते थे, और तुमने शैतान की
आज्ञाओं का पालन किया जो बुरी शक्तियों के लोक का शासक है।
वह इस समय भी अधर्म और पाप करने वालों के मनों में काम कर
रहा है। [3]हम सब भी पहले ऐसे ही थे और जीवन जीते थे। हम शरीर
और मन की इच्छाओं को पूरा करने में लगे रहते थे। और हमें भी सभी
के समान परमात्मा से सज़ा मिलने वाली थी।

[4]परंतु परमात्मा हमसे बहुत प्रेम करते थे, इसलिए उन्होंने हम पर
दया की। [5]और जब हम अपने अधर्म के कारण आत्मिक रूप से
मरे हुए थे, तब उन्होंने मुक्तिदाता येशु के साथ हमें आत्मिक रूप से
जीवित कर दिया। परमात्मा की कृपा से ही तुम्हें मुक्ति का वरदान
मिल गया है। [6]परमात्मा ने हमें मुक्तिदाता येशु के साथ जीवित किया
और उन्हीं के साथ स्वर्ग में बैठाया। [7]जब परमात्मा भविष्य में ऐसा
करेंगे, तो यह उन सभी दया से भरे अद्‌भुत कामों को दिखाएँगे जो
उन्होंने मुक्तिदाता येशु के माध्यम से हमारे लिए किए हैं।

[8]तुम्हें परमात्मा की कृपा से मुक्ति मिली है और यह संभव इसलिए
हुआ कि तुमने उन में आस्था प्रकट की। तुम्हें अपनी मेहनत से मुक्ति
नहीं मिल सकती थी, यह परमात्मा का दान है। [9]तुम्हारे अच्छे कर्मों के
कारण तुम्हें मुक्ति नहीं मिली कि तुम घमंड कर सको। [10]हमें परमात्मा
ने बनाया है और मुक्तिदाता येशु के साथ एक करके हमारा जीवन
बदल दिया है ताकि हम वे अच्छे काम कर सकें जो परमात्मा ने हमारे
लिए पहले से तय कर रखे हैं।

दो अलग समूहों में एकता

[11]तुम जो जन्म से यहूदी समाज से नहीं हो, यह मत भूलो कि
तुमको शारीरिक चीरा-संस्कार पर घमंड करने वाले यहूदियों द्वारा
“चीरा-संस्कार रहित अधर्मी” कहा जाता था। [12]याद रहे कि उस समय
तुम लोग मुक्तिदाता येशु को नहीं जानते थे। तुम परमात्मा के चुने हुए
इज़राएल देश से नहीं थे, और उन अनुबंधों में तुम्हारा कोई भाग नहीं

था जिनमें सभी को परमात्मा के आशीर्वाद देने का वादा किया गया
था। तुम इस संसार में बिना आशा रह रहे थे और परमात्मा के साथ
तुम्हारा कोई सम्बन्ध नहीं था।

[13]परंतु अब मुक्तिदाता येशु ने बलि देकर जो खून बहाया उसके
द्वारा तुम्हारा परमात्मा के साथ एक अच्छा और नज़दीकी सम्बन्ध
बन गया। [14]मुक्तिदाता स्वयं हमारे बीच मेल-मिलाप कराने वाले हैं।
उन्होंने यहूदी समाज के लोगों और दुनिया के अन्य समाज के लोगों
दोनों को एक कर दिया, और अपने शरीर की बलि देकर भेद-भाव
डालने वाली नफरत की दीवार को गिरा दिया। [15]उन्होंने उन यहूदी
नियम और शिक्षा को जो यहूदियों और दूसरे लोगों को अलग करते
थे शक्तिहीन कर दिया ताकि यहूदी और दुनिया के दूसरे लोगों, दोनों
में अपने द्वारा एक नई मानवता की सृष्टि करें और इस तरह शांति की
स्थापना हो। [16]मुक्तिदाता येशु ने क्रूस पर अपनी मृत्यु द्वारा यहूदी और
दुनिया के दूसरे लोगों को एक शरीर करके परमात्मा से मिलाप कराया
और इस प्रकार एक दूसरे से और परमात्मा से दुश्मनी समाप्त हो गई।
[17]मुक्तिदाता येशु ने आकर तुम लोगों को जो परमात्मा से दूर थे और
हम यहूदी जो नज़दीक थे, सभी को शांति का शुभ संदेश सुनाया।
[18]अब, मुक्तिदाता येशु ने हमारे लिए जो किया है, और उसी पवित्र
आत्मा के द्वारा जो हम में है, हम सभी पिता परमात्मा के पास आ
सकते हैं।

[19]इसलिए तुम जो यहूदी समाज से नहीं हो, अब विदेशी और
अजनबी नहीं, परंतु सरे पवित्र सत्संगियों के साथ नागरिक और
परमात्मा के परिवार के सदस्य हो। [20]तुम सब ईटों से बने भवन के
समान हो जिसका निर्माण मुक्तिदाता येशु के राजदूतों और परमात्मा
के प्रवक्ताओं की नींव पर हुआ है और जिसकी आधारशिला स्वयं
मुक्तिदाता येशु हैं। [21]मुक्तिदाता के माध्यम से परमात्मा इन ईटों को
एक साथ जोड़ते हैं और प्रभु के लिए* एक पवित्र मंदिर बन जाता
है। [22]तुम भी मुक्तिदाता के साथ एक होकर उस मंदिर का हिस्सा हो
जिसमें परमात्मा की पवित्र आत्मा रहती है।

---

* **2:21** *प्रभु के लिए* - या, “प्रभु येशु के लिए,” या “प्रभु परमात्मा के लिए।”

3

परमात्मा की अद्‌भुत योजना

1मैं, पौलुस, जेल में इस कारण हूँ क्योंकि मैं मुक्तिदाता येशु की
सेवा करता हूँ और तुम लोग, जो यहूदी समाज से नहीं हो, तुम्हारे लिए
मेरे जेल में जाने का परिणाम अच्छा ही निकला। 2तुमने ज़रूर सुना
होगा कि परमात्मा की कृपा से यह काम मुझे तुम्हारे लिए दिए गए हैं।
3परमात्मा ने अपनी योजना मुझ पर प्रकट की जो लोगों के लिए पहले
एक रहस्य थी। इस बारे में थोड़ा मैं पहले ही लिख चुका हूँ, 4जिसे
पढ़कर तुम समझ सकते हो कि मुझे मुक्तिदाता येशु की रहस्यमय
योजना का कितना ज्ञान है। 5यह योजना लोगों को अतीत में नहीं बताई
गई थी, परंतु अब पवित्र आत्मा द्वारा परमात्मा ने अपने पवित्र राजदूतों
और प्रवक्ताओं पर इसे प्रकट किया है। 6योजना यह है कि शुभ
संदेश प्रचार करने से यहूदियों के साथ-साथ उन्हें भी जो यहूदी समाज
से नहीं हैं, परमात्मा का उत्तराधिकार मिलता है। वे दोनों एक ही
आत्मिक शरीर के भाग हैं और उस प्रतिज्ञा में भागीदार हैं जो परमात्मा
ने मुक्तिदाता येशु के द्वारा की थी।

7परमात्मा ने मुझे कृपा का वरदान देकर इस शुभ संदेश का सेवक
बनाया है और उनकी शक्ति ने मुझमें यह काम किया। 8पवित्र भक्तों में से
मैं सबसे कम गुणों वाला हूँ। फिर भी मुझे परमात्मा से यह कृपा प्राप्त हुई
है कि उन्होंने मुझे उन लोगों को, जो यहूदी समाज से नहीं हैं, मुक्तिदाता
येशु के अनगिनत आशीर्वादों के शुभ संदेश को सुनाने के लिए चुना है।
9परमात्मा, जिन्होंने सब कुछ बनाया, चाहते थे कि मैं उस योजना को
सब लोगों को समझाने में मदद करूँ जो उन्होंने संसार के बनने के पहले
से गुप्त रखी थी। 10इसके पीछे उनका मकसद यह था कि वर्तमान समय
में, सत्संग के माध्यम से, स्वर्ग की शक्तिशाली ताकतों और शासकों
को यह दिखाना कि परमात्मा हर तरह से कितने बुद्धिमान हैं। 11परमात्मा
ने यह सब अपनी सनातन योजना के अनुसार किया था जिसे उन्होंने हमारे
मुक्तिदाता प्रभु येशु द्वारा पूरा किया। 12मुक्तिदाता पर आस्था रखने से
हमें बिना डरे परमात्मा के पास आने का साहस होता है। 13मैं तुमको
उत्साहित करना चाहता हूँ कि जो कष्ट तुम्हारे लिए मैं सह रहा हूँ उनके
कारण निराश न होना। यह सब तुम्हारे लाभ और गौरव के लिए है।

परमात्मा के प्रेम के लिए प्रार्थना

[14]यही कारण है कि मैं पिता परमात्मा के सामने प्रार्थना में झुकता हूँ
[15]जिन्होंने स्वर्ग के सारे वासियों और पृथ्वी के सभी लोगों को रचा है।
[16]परमात्मा अद्‌भुत और तेजस्वी हैं। मेरी प्रार्थना है कि उनकी पवित्र
आत्मा द्वारा तुम्हारा अंतर्मन मज़बूत हो जाए। [17]और तुम्हारे मन में
आस्था द्वारा मुक्तिदाता येशु निवास करें। परमात्मा और मुक्तिदाता
के प्रेम में तुम्हारी जड़ें गहरी और मज़बूत हो जाएँ। [18]मैं प्रार्थना करता
हूँ कि सब पवित्र भक्तों के साथ तुम्हें ऐसी समझ की शक्ति मिले कि
तुम जान सको कि मुक्तिदाता येशु के प्रेम की सीमा आपार है और
गहराई अथाह है। [19]मैं चाहता हूँ कि तुम मुक्तिदाता के प्रेम के बारे में
सब कुछ जानो, हालाँकि यह गागर में सागर भरने के समान है। तब
परमात्मा पूर्ण रूप से तुम्हारे मन में बस जाएँगे।

[20]परमात्मा अपनी शक्ति के द्वारा, हममें कार्य करते हैं और हमारी
प्रार्थना और कल्पना से कहीं अधिक काम कर सकते हैं। [21]सत्संग
और मुक्तिदाता येशु द्वारा पीढ़ी-से-पीढ़ी तक उनकी गुणगान हमेशा
तक होता रहे। सत्य परमात्मा की जय!

4

एक आत्मिक शरीर और कई वरदान

[1]इन सभी बातों को जानते हुए, मैं, जो प्रभु येशु के लिए काम करने के
कारण जेल में रखा गया हूँ, तुमसे विनती करता हूँ कि परमात्मा अपने
लोगों से जैसे उम्मीद करते हैं वैसा ही जीवन बिताओ। [2]हर समय नम्र, भले
और शांत रहो। जब ऐसा करना मुश्किल हो, तब भी एक-दूसरे के प्रति
सहनशील रहो क्योंकि तुम एक-दूसरे से प्रेम करते हो। [3]एक साथ शांति
बनाकर रहने के लिए तुम जो कुछ कर सकते हो, करो और उस एकता
को बनाए रखो जो पवित्र आत्मा से मिलती है। [4]हम सभी एक ही आत्मिक
शरीर के अंग हैं और हममें एक ही पवित्र आत्मा का वास है। उसी तरह
जब परमात्मा ने हमें अपना बनाने के लिए चुना था तो हमें भविष्य के लिए
एक ही आशा दी गई थी। [5]एक ही प्रभु येशु हैं, आस्था का एक ही मार्ग है,
एक ही समर्पण-स्नान है [6]और एक ही परमात्मा हैं जो हम सब के पिता हैं,
जो सबके ऊपर हैं, सबके द्वारा काम कर रहे हैं और सबमें रहते हैं।

7हमारे वरदानों द्वारा मुक्तिदाता ने हममें से हर एक को वह सब
कुछ दिया है जो परमात्मा के कार्य करने के लिए ज़रूरी है। 8जैसे
परमात्मा-ग्रंथ में लिखा है कि

जब वह परमस्वर्ग गए,
तो उन लोगों को अपने साथ लिया
जिनके मनों को उन्होंने जीत लिया था,
और उन्होंने लोगों को उपहार बांटें।

9तो अब, “परमस्वर्ग गए” का क्या मतलब है? मतलब यह है कि
ऊपर परमस्वर्ग में जाने से पहले मुक्तिदाता नीचे पृथ्वी पर आए।*
10जो मुक्तिदाता येशु पृथ्वी पर आए* यह वही हैं जो परमस्वर्ग भी गए,
ताकि वह सब कुछ पूर्ण कर दें।

11मुक्तिदाता ने कुछ को अपने राजदूत, कुछ को परमात्मा के प्रवक्ता,
कुछ को शुभ संदेश प्रचारक, कुछ को सत्संगियों का चरवाहा और आचार्य
नियुक्त किया है। 12और मुक्तिदाता ने उन्हें सभी पवित्र सत्संगियों को
परमात्मा का कार्य करने के लिए तैयार करने में मदद करने की जिम्मेदारी
दी है। जिससे मुक्तिदाता का आत्मिक शरीर अर्थात् उनका सत्संग मज़बूत
हो। 13यह तब तक जारी रहेगा जब तक हम हमारी आस्था और परमात्मा के
पुत्र के ज्ञान के बारे में हम सब एक नहीं होंगे। जब हम एक हो जाएँगे तब
हम सिद्ध और मुक्तिदाता येशु के सब गुणों से भरपूर हो जाएँगे।

14हमें बच्चों की तरह व्यवहार करना छोड़ देना चाहिए। हमें धोखेबाज़
लोगों की चालों में और गलत शिक्षाओं में नहीं फँसना चाहिए। ये चालें
हमें बहका कर हवा के समान इधर-उधर उछालती हैं। 15इसके बजाय
हमें प्यार भरे शब्दों में सच बोलना चाहिए। इस तरह हमारा नाता
मुक्तिदाता के साथ जो सत्संग का सिर और प्रधान हैं, और भी गहरा
हो जाएगा। 16मुक्तिदाता येशु सत्संग को बढ़ाते जाते हैं और शरीर
के एक-एक अंग की तरह एक साथ जोड़ कर रखते हैं। जब हर एक
सत्संगी अपने हिस्से का काम करता है तब ही आत्मिक शरीर ठीक से
काम करता है और प्रेम में बढ़ता जाता है।

4:8 भजन शास्त्र 68:18 * **4:9** *मुक्तिदाता नीचे पृथ्वी पर आए* - या, “मुक्तिदाता पृथ्वी की गहराइयों में नीचे मृत्युलोक गए” * **4:10** *पृथ्वी पर आए* - या “पृथ्वी के नीचे मृत्यु-लोक में गए”

पुराना और नया जीवन

[17]इसलिए, मैं तुम्हें प्रभु येशु के अधिकार से आदेश देता हूँ कि तुम
उन नासमझ लोगों की तरह जीवन मत बिताओ जो परमात्मा को नहीं
मानते हैं। [18]उनके दिमाग अँधेरे में हैं और वे पूरी तरह से अज्ञानी और
कठोर हैं। वे परमात्मा के नए जीवन से अनजान हैं। [19]उनको बुरे काम
करने में कोई शर्म नहीं आती, और वे सभी प्रकार के गंदे काम करने के
लिए हमेशा तैयार रहते हैं।

[20]लेकिन मुक्तिदाता येशु के बारे में तुम्हे ऐसी शिक्षा नहीं दी गई
थी। [21]मुक्तिदाता येशु सत्य हैं, और तुमने उनके बारे में सुना है और
उनके बारे में सीखा है। [22]तुम्हें चेतावनी दी गई थी कि तुम्हारी मूर्ख
इच्छाएँ तुमको नष्ट कर डालेंगी। तुमको अपनी सभी बुरी आदतों के
साथ अपनी पुरानी जीवन शैली को छोड़ देना चाहिए जैसे मनुष्य पुराने
फटे हुए कपड़े उतारकर नए कपड़े पहनता है। [23]अब तुम लोग नवीन
आत्मिक विचारधारा अपनाओ [24]और नया स्वभाव धारण करो। तुम
परमात्मा के समान बनने के लिए बनाए गए हो। इसलिए नए जीवन
को पवित्रता, परमात्मा की आज्ञा पालन और सत्य से भरे रहो।

नए जीवन के नियम

[25]तुमने झूठ बोलना छोड़ दिया है, इसलिए अपने भक्त भाइयों और
बहनों से सच बोलो, क्योंकि हम मुक्तिदाता के एक आत्मिक शरीर
के अलग-अलग अंग हैं। [26]किसी पर भी इतना नाराज़ मत हो कि तुम
पाप कर बैठो। सूरज के ढलने से पहले ही अपना गुस्सा शांत कर लो।
[27]शैतान को मौका न दो कि वह तुम्हें पाप में फँसा पाए।

[28]जो चोरी करता हो, वह अब से बिलकुल चोरी न करे परंतु
ईमानदारी से मेहनत करके जो पैसा मिले, उससे ज़रूरतमंदो की मदद
करे। [29]तुम्हारे मुँह से एक भी गाली न निकले, परंतु जो कुछ भी कहो,
वह अच्छा और मदद देने वाला हो ताकि जो कोई तुम्हारे शब्द सुने
उसे लाभ पहुँच सके।

[30]परमात्मा की पवित्र आत्मा को दुखी मत करो। पवित्र आत्मा जो
तुमको मिला है इस बात का सबूत है कि तुम उनके हो और एक दिन
पूरी तरह पाप से मुक्त हो जाओगे।

[31]सभी कड़वाहट और गुस्सा करना छोड़ दो। अब चिल्लाना या
अपमान बिलकुल नहीं, और किसी भी प्रकार की नफरत नहीं। [32]इसके
बदले एक-दूसरे पर कृपा करो। दयावान बनो और जैसे परमात्मा ने
मुक्तिदाता द्वारा तुम्हारे बुरे कर्मों का खाता मिटा दिया है, वैसे ही तुम
भी एक-दूसरे की बुराई का हिसाब-किताब मत रखो।

5

[1]जैसे परमात्मा करते हैं, वैसा ही करने की कोशिश करो, क्योंकि
तुम उनके प्रिय बच्चे हो। [2]तुम्हारा आचरण प्रेम से भरा हो, जैसे कि
मुक्तिदाता ने हम से प्रेम किया और अपने आपको हमारे लिए बलि
कर दिया। परमात्मा ने उनकी बलि को खुशी से स्वीकार किया।
[3]तुम पवित्र भक्त हो, इसलिए तुम्हारे बीच अश्लीलता, अवैध
सम्बन्ध, और लालच की बात तक न हो। [4]और न गंदे शब्द, न
अपवित्र बातें, और न गंदे मज़ाक हों, क्योंकि ये तुम पर ठीक नहीं
लगते। इनके स्थान पर परमात्मा ने जो तुम्हारे लिए किया है, उसका
धन्यवाद करो। [5]लालची, अश्लील या अनैतिक होना मूर्तियों की
भक्ति करने के बराबर है। तुम यह जान लो कि इस तरह का व्यवहार
करने वाले कभी मुक्तिदाता और परमात्मा के साम्राज्य में उत्तराधिकार
नहीं पाएँगे।
[6]कोई तुम्हें चालाकी भरी बातों से धोखा न दे, क्योंकि परमात्मा जल्द
ही उन लोगों को सज़ा देंगे जो उनकी आज्ञा न मानकर इस तरह के बुरे
कामों को करते हैं। [7]ऐसे लोगों की संगति से दूर रहो। [8]पहले तुम्हारा मन
अंधकार से भरा था, परंतु अब प्रभु येशु द्वारा तुम्हारा मन प्रकाश से भर
गया है, तो उन लोगों की तरह आचरण करो जो प्रकाश में जीवन बिताते
हैं। [9]इस प्रकाश के कारण लोग अच्छे, धर्मी और सच्चे होते हैं। [10]ऐसा
व्यवहार सीखो जिससे प्रभु येशु खुश होते हैं। [11]अँधेरे में किए जाने वाले
बुरे कामों में भाग न लो, इनसे किसी का भला नहीं होता। इसके बजाय
इसकी बुराइयों को दिखाओ। [12]क्योंकि अँधेरे में किए जाने वाले कामों
के बारे में बात करने से भी शर्म आती है, [13]किंतु प्रकाश में आने पर सब
कुछ साफ-साफ दिखता है, [14]क्योंकि प्रकाश ही है जो सब कुछ साफ
करता है। इसी कारण एक गीत में यह कहा गया है,

“हे सोने वाले, जागो, और मरने के बाद जी उठो,
और मुक्तिदाता तुम्हें प्रकाश से भर देंगे।”

[15]अपने आचरण का पूरा-पूरा ध्यान रखो। नासमझ के समान नहीं,
बल्कि समझदार के समान आचरण करो। [16]अपने समय का अच्छा
इस्तेमाल करो, क्योंकि बुरा समय चल रहा है। [17]मूर्खों की तरह काम
मत करो। यह जानने की कोशिश करते रहो कि प्रभु येशु तुमसे क्या
करवाना चाहते हैं। [18]शराब के काबू में न रहो, क्योंकि इससे तुम्हारा
जीवन बर्बाद हो जाएगा। बल्कि पवित्र आत्मा के काबू में रहो।
[19]और एक-दूसरे को उत्साहित करने के लिए भक्ति-गीत गाओ और
भजन-कीर्तन करो। मन से प्रभु के गीत गाओ [20]और हर स्थिति में हमारे
मुक्तिदाता प्रभु येशु के नाम से पिता परमात्मा को धन्यवाद देते रहो।

पवित्र भक्तों का जीवन

[21]तुम मुक्तिदाता येशु का आदर-सम्मान करते हो। इस कारण एक-दूसरे
की बात मानो। [22]पत्नी अपने पति की बात माने, जैसे वह प्रभु येशु की
बात मानती है, [23]क्योंकि पति पत्नी का सिर और प्रधान है, जिस प्रकार
मुक्तिदाता सत्संग के सिर और प्रधान हैं। सत्संग उनका आत्मिक शरीर है
और वह सारे सत्संगियों के मसीहा हैं। [24]इसलिए जैसे सत्संग मुक्तिदाता
की बातें मानता है, वैसे ही पत्नी भी अपने पति की बातों को माने।

[25]पति अपनी पत्नी से प्रेम करे जैसे मुक्तिदाता ने सत्संग से प्रेम
किया और अपना जीवन उसके लिए दे दिया। [26]उन्होंने उसे पवित्र
किया, और उसे अपने संदेश के स्नान द्वारा शुद्ध किया। [27]मुक्तिदाता
येशु ने ऐसा किया, क्योंकि वह चाहते हैं कि सत्संग, जो उनकी दुल्हन
की तरह है, तेजस्वी और पवित्र हो, जिसमें कोई धब्बे, झुर्रियाँ या
कोई और कमी न हो। [28]इसी तरह पति को अपनी पत्नी से भी उतना
ही प्रेम करना चाहिए जितना वह खुद से प्रेम करता है। पति जो अपनी
पत्नी से प्रेम करता है वह यह दिखाता है कि वह खुद से प्रेम करता
है। [29]क्या कोई खुद से या अपने शरीर से नफरत करता है? नहीं,
इसके विपरीत वह उसका पालन-पोषण करता है, जैसे मुक्तिदाता येशु
सत्संग का पालन-पोषण करते हैं, [30]क्योंकि हम सब उनके आत्मिक
शरीर के अंग हैं। जैसा परमात्मा-ग्रंथ कहता है,

31 “पति अपनी पत्नी के साथ एक तन होगा
और उसके साथ एक अनोखे रिश्ते की शुरुआत करेगा।
यह रिश्ता
उसके अपने माता-पिता के साथ रिश्ते से अलग होगा।”
32 मुक्तिदाता और उनके सत्संग के बीच रिश्ता एक अद्‌भुत रहस्य
है। 33 लेकिन यह तुम पर भी लागू होता है कि तुममें से हर एक पति
अपनी पत्नी से अपने समान ही प्रेम करे और पत्नी भी पति का आदर
करे।

6

माता-पिता और संतान

1 बच्चों, तुम प्रभु येशु के हो, और यह सही है कि तुम अपने माता-पिता
की आज्ञा का पालन करो। 2 “अपने माता-पिता का आदर करो,”
यह पहली आज्ञा है जिसके साथ आशीर्वाद की प्रतिज्ञा भी जुड़ी है,
3 “जिससे तुम्हें खुशियों से भरा लम्बा जीवन मिले।”
4 तुम जो पिता हो, अपने बच्चों का गुस्सा मत भड़काओ, परंतु प्रभु येशु
की शिक्षा और अनुशासन में उनकी देख-भाल करो।

सेवक और मालिक

5 सेवको,* जैसे तुम मुक्तिदाता की आज्ञा मानते हो, उसी प्रकार
आदर-सम्मान और ईमानदारी से उनकी भी आज्ञा मानो जो इस संसार
में तुम्हारे मालिक हैं। 6 उनकी सेवा केवल दिखाने के लिए न करो, किंतु
मुक्तिदाता के सेवक के समान पूरे मन से परमात्मा की इच्छा पूरी
करो। 7 जब तुम अपने मालिकों की सेवा करते हो तो यह समझ कर
मत करो कि तुम किसी इंसान की सेवा कर रहे हो। परंतु इसे प्रभु येशु
की सेवा समझकर करो और खुशी से करो। 8 तुम यह जान लो कि चाहे

5:31 उत्पत्ति 2:24 **6:3** उपदेश 5:16 *** 6:5** *सेवको* - सेवकों या गुलामों का बाज़ार में खरीदना-बेचना इफिसुस शहर में एक आम बात थी। खरीदे जाने के बाद वे अपने मालिकों की संपत्ति बन जाते थे। इफिसुस शहर के लगभग पच्चीस प्रतिशत लोग गुलामी में थे, और इनमें से अधिकतर सेवक घरों में बिना पैसे लिए नौकरों की तरह काम करते थे। ऐसा भी संभव था कि सेवक बहुत सालों बाद अपनी स्वतंत्रता का मूल्य चूका कर आज़ाद हो सकते थे।

सेवक हो या आज़ाद, जो जैसा अच्छा काम करेगा, वह प्रभु से वैसा
ही फल पाएगा।
9मालिको, तुम भी अपने सेवको के साथ ऐसा ही व्यवहार करो और
उन्हें डराना-धमकाना छोड़ दो। यह अच्छी तरह से जान लो कि उनके
और तुम्हारे मालिक परमस्वर्ग में विराजमान हैं, और वह किसी भी
प्रकार का भेद-भाव नहीं करते।

आत्मिक युद्ध के लिए शस्त्र

10आखिर में एक और ज़रूरी बात। प्रभु येशु के साथ एक होकर
उनकी शक्ति प्राप्त करके आत्मिक रूप से मज़बूत बनो। 11परमात्मा
के दिए सभी युद्ध-कवच पहन लो जिससे शैतान की चालों का सामना
कर सको। 12क्योंकि हम इंसानों के विरुद्ध युद्ध नहीं लड़ रहे हैं, बल्कि
आकाशमंडल के शत्रुओं से जो हैं, अदृश्य दुष्ट शासक और अधिकारी,
अंधकार से भरी शक्तियाँ और अशुद्ध आत्माएँ।
13इसलिए इसी समय परमात्मा के दिए हुए कवच पहन लो ताकि
जब दुष्ट शक्तियाँ तुम पर हमला करें तो तुम उनका सामना कर सको।
और, जब लड़ाई खत्म हो जाएगी, तब भी तुम मज़बूत खड़े रहोगे।
14तैयार रहो और मजबूती से खड़े रहो! सच्चाई को अपनी कमर में एक
बेल्ट की तरह कसकर बाँध लो। परमात्मा के धर्मी जीवन के उपहार
को कवच की तरह पहन लो। 15शांति के शुभ संदेश का प्रचार करने
की तैयारी करो जैसे एक सैनिक युद्ध के लिए अपने जूते पहनता है।
16हमेशा आस्था को ढाल के समान लिए रहो, जिससे शैतान के सारे
जलते हुए तीरों को बुझा सको। 17मुक्ति स्वीकार करो जो लोहे के टोप
की तरह है, और परमात्मा के संदेश का इस्तेमाल तलवार की तरह
करो जो तुम्हें पवित्र आत्मा से मिला है।
18यह सब प्रार्थना में करो और परमात्मा से मदद माँगो। पवित्र आत्मा
के मार्गदर्शन में हर स्थिति में प्रार्थना करो। इस कारण सतर्क रहो और
सब पवित्र भक्तों के लिए प्रार्थना करते रहो।
19मेरे लिए भी प्रार्थना करो कि जब मैं बोलूँ तब परमात्मा मुझे ऐसे
शब्द दें कि मैं निडर होकर दूसरों को शुभ संदेश का रहस्य बता सकूँ।
20मैं प्रभु येशु के शुभ संदेश का राजदूत हूँ और इसी कारण मैं जेल

में भी हूँ। प्रार्थना करो कि मैं शुभ संदेश के बारे में, जैसे मुझे बोलना
चाहिए, बिना डरे वैसे ही बोलूँ।
[21]प्रिय भाई और प्रभु येशु का भरोसेमंद सेवक तिखिकस तुमको मेरे
बारे में सब कुछ बताएगा जिससे तुम जान सको कि मैं किस हाल में हूँ
और क्या कर रहा हूँ। [22]उसे तुम्हारे पास भेजने में मेरा लक्ष्य यही है कि
वह हमारा कुशल समाचार सुनाकर तुम्हारे मन को तसल्ली दे।
[23]पिता परमात्मा और मुक्तिदाता प्रभु येशु की ओर से भक्त भाइयों
और बहनों को शांति, प्रेम और आस्था मिले। [24]जो हमारे मुक्तिदाता
प्रभु येशु से कभी न खत्म होने वाला प्रेम करते हैं, उन सब पर
परमात्मा की कृपा बनी रहे।