इफिसियों

1 पौलुस की ओर से, जो परमेश्वर की इच्छा से यीशु
मसीह का एक प्रेरित है, इफिसुस के रहने वाले संत
जनों और मसीह यीशु में विश्वास रखने वालों के नाम:
2तुम्हें हमारे परम पिता परमेश्वर और यीशु मसीह
की ओर से अनुग्रह तथा शांति मिले।

मसीह में स्थितों के लिये आध्यात्मिक आशीषें

3हमारे प्रभु यीशु मसीह का पिता और परमेश्वर
धन्य हो। उसने हमें मसीह के रूप में स्वर्ग के क्षेत्र में
हर तरह के आशीर्वाद दिये हैं। 4-5संसार की रचना से
पहले ही परमेश्वर ने हमें, जो मसीह में स्थित हैं, अपने
सामने पवित्र और निर्दोष बनने के लिये चुना। हमारे
प्रति उसका जो प्रेम है उसी के कारण उसने यीशु मसीह
के द्वारा हमें अपने बेटों के रूप में स्वीकार किये जाने
के लिए नियुक्त किया। यही उसकी इच्छा थी और यही
प्रयोजन भी था। 6उसने ऐसा इसलिये किया कि वह
अपनी महिमाय अनुग्रह के कारण स्वयं को प्रशंसित
करे। उसने इसे हमें, जो उसके प्रिय पुत्र में स्थित हैं
मुक्त भाव से प्रदान किया। 7उसकी बलिदानी मृत्यु के
द्वारा अब हम अपने पापों से छुटकारे का आनन्द ले रहे
हैं। उसके सम्पन्न अनुग्रह के कारण हमें हमारे पापों की
क्षमा मिलती है। अपने उसी प्रेम के अनुसार जिसे वह
मसीह के द्वारा हम पर प्रकट करना चाहता था। 8उसने
हमें अपनी इच्छा के रहस्य को बताया है। 9जैसा कि
मसीह के द्वारा वह हमें दिखाना चाहता था। 10परमेश्वर
की यह योजना थी कि उचित समय आने पर स्वर्ग की
और पृथ्वी पर की सभी वस्तुओं को मसीह में एकत्र
करे। 11सब बातें योजना और परमेश्वर के निर्णय के
अनुसार की जाती हैं। और परमेश्वर ने अपने निजी
प्रयोजन के कारण ही हमें उसी मसीह में संत बनने के
लिये चुना है। यह उसके अनुसार ही हुआ जिसे परमेश्वर
ने अनादिकाल से सुनिश्चित कर रखा था। 12ताकि
हम उसकी महिमा की प्रशंसा के कारण बन सकें।
हम, यानी जिन्होंने अपनी सभी आशाएँ मसीह पर केन्द्रित
कर दी हैं।

13जब तुमने उस सत्य का संदेश सुना जो तुम्हारे
उद्धार का सुसमाचार था, और जिस मसीह पर तुमने
विश्वास किया था, तो जिस पवित्र आत्मा का वचन
दिया था, मसीह के माध्यम से उसकी छाप परमेश्वर के
द्वारा तुम लोगों पर भी लगायी गयी। 14वह आत्मा हमारे
उत्तराधिकार के भाग की जमानत के रूप में उस समय
तक के लिये हमें दिया गया है, जब तक कि वह हमें,
जो उसके अपने हैं, पूरी तरह छुटकारा नहीं दे देता।
इसके कारण लोग उसकी महिमा की प्रशंसा करेंगे।

इफिसियों के लिये पौलुस की प्रार्थना

15इसीलिये जब से मैंने प्रभु यीशु में तुम्हारे विश्वास
और सभी संतों के प्रति तुम्हारे प्रेम के विषय में सुना है,
16मैं तुम्हारे लिये परमेश्वर का धन्यवाद निरन्तर कर
रहा हूँ। अपनी प्रार्थनाओं में मैं तुम्हारा उल्लेख किया
करता हूँ। 17मैं प्रार्थना किया करता हूँ कि हमारे प्रभु
यीशु मसीह का परमेश्वर तुम्हें विवेक और दिव्यदर्शन
की ऐसी आत्मा की शक्ति प्रदान करे जिससे तुम उस
महिमावान परम पिता को जान सको। 18मेरी विनती है
कि तुम्हारे हृदय की आँखे खुल जायें और तुम प्रकाश
का दर्शन कर सको ताकि तुम्हें पता चल जाये कि वह
आशा क्या है जिसके लिये तुम्हें उसने बुलाया है। और
जिस उत्तराधिकार को वह अपने सभी लोगों को देगा,
वह कितना अद्भुत और सम्पन्न है। 19तथा हम विश्वासियों
के लिये उसकी शक्ति अतुलनीय रूप से कितनी महान
है। यह शक्ति अपनी महान शक्ति के उस प्रयोग के
समान है, 20जिसे उसने मसीह में तब काम में लिया था
जब मरे हुओं में से उसे फिर से जिला कर स्वर्ग के क्षेत्र
में अपनी दाहिनी ओर बिठाकर 21सभी शासकों,
अधिकारियों, सामर्थ्यों और प्रभुताओं तथा हर किसी
ऐसी शक्तिशाली पदवी के ऊपर स्थापित किया था,
जिसे न केवल इस युग में बल्कि आने वाले युग में भी
किसी को दिया जा सकता है। 22परमेश्वर ने सब कुछ
को मसीह के चरणों के नीचे कर दिया और उसी ने
मसीह को कलीसिया का सर्वोच्च शिरोमणि बनाया।
23कलीसिया मसीह की देह है और सब विधियों से सब
कुछ को उसकी पूर्णता ही परिपूर्ण करती है।

मृत्यु से जीवन की ओर

2 एक समय था जब तुम लोग उन अपराधों और
पापों के कारण आध्यात्मिक रूप से मरे हुए थे

2जिनमें तुम पहले, संसार के बुरे रास्तों पर चलते हुए
और उस आत्मा का अनुसरण करते हुए जीते थे जो
इस धरती के ऊपर की आत्मिक शक्तियों की स्वामी
है। वही आत्मा अब उन व्यक्तियों में काम कर रही है
जो परमेश्वर की आज्ञा नहीं मानते। 3एक समय हम भी
उन्हीं के बीच जीते थे और अपनी पापपूर्ण प्रकृति की
भौतिक इच्छाओं को तृप्त करते हुए अपने हृदयों और
पापपूर्ण प्रकृति की आवश्यकताओं को पूरा करते हुए
संसार के दूसरे लोगों के समान परमेश्वर के क्रोध के
पात्र थे।

4किन्तु परमेश्वर करुणा का धनी है। हमारे प्रति
अपने महान् प्रेम के कारण 5उस समय अपराधों के
कारण हम आध्यात्मिक रूप से अभी मरे ही हुए थे,
मसीह के साथ साथ उसने हमें भी जीवन दिया (परमेश्वर
के अनुग्रह से ही तुम्हारा उद्धार हुआ है।) 6और क्योंकि
हम यीशु मसीह में हैं इसलिये परमेश्वर ने हमें मसीह
के साथ ही फिर से जी उठाया और उसके साथ ही
स्वर्ग के सिंहासन पर बैठाया। 7ताकि वह आने वाले हर
युग में अपने अनुग्रह के अनुपम धन को दिखाये जिसे
उसने मसीह यीशु में अपनी दया के रूप में हम पर
दर्शाया है। 8परमेश्वर के अनुग्रह द्वारा अपने विश्वास
के कारण तुम्हारा उद्धार हुआ है। यह तुम्हें तुम्हारी
ओर से प्राप्त नहीं हुआ है, बल्कि यह तो परमेश्वर का
वरदान है। 9यह हमारे किये कर्मों का परिणाम नहीं है
कि हम इसका गर्व कर सकें। 10क्योंकि परमेश्वर
हमारा सृजनहार है। उसने मसीह यीशु में हमारी सृष्टि
इसलिए की है कि हम नेक काम करें जिन्हें परमेश्वर
ने पहले से ही इसलिये तैयार किया हुआ है कि हम
उन्हीं को करते हुए अपना जीवन बितायें।

मसीह में एक

11इसलिये याद रखो, वे लोग, जो अपने शरीर में
मानव हाथों द्वारा किये गये ख़तने के कारण अपने
आपको "ख़तना युक्त" बताते हैं, विधर्मी के रूप में जन्मे
तुम लोगों को "ख़तना रहित" कहते थे। 12उस समय
तुम बिना मसीह के थे, तुम इस्राएल की बिरादरी से
बाहर थे। परमेश्वर ने अपने भक्तों को जो वचन दिए थे
उन पर आधारित वाचा से अनजाने थे। तथा इस संसार
में बिना परमेश्वर के निराश जीवन जीते थे। 13किन्तु
अब तुम्हें, जो कभी परमेश्वर से बहुत दूर थे, मसीह के
बलिदान के द्वारा मसीह यीशु में तुम्हारी स्थिति के
कारण, परमेश्वर के निकट ले आया गया है 14यहूदी
और गैर यहूदी आपस में एक दूसरे से नफ़रत करते थे
और अलग हो गये थे। ठीक ऐसे जैसे उन के बीच कोई
दीवार खड़ी हो। किन्तु मसीह ने स्वयं अपनी देह का
बलिदान देकर नफ़रत की उस दीवार को गिरा दिया।
15उसने ऐसा तब किया जब अपने समूचे नियमों और
व्यवस्थाओं के विधान को समाप्त कर दिया। उसने
ऐसा इसलिये किया कि वह अपने में इन दोनों को ही
एक में मिला सके। और इस प्रकार मिलाप करा दे।
क्रूस पर अपनी मृत्यु के द्वारा उसने उस घृणा का अंत
कर दिया। और उन दोनों को परमेश्वर के साथ उस
एक देह में मिला दिया। 16और क्रूस पर अपनी मृत्यु के
द्वारा वैर भाव का नाश करके एक ही देह में उन दोनों
को संयुक्त करके परमेश्वर से फिर मिला दे। 17सो
आकर उसने तुम्हें, जो परमेश्वर से बहुत दूर थे और
जो उसके निकट थे, उन्हें शांति का सुसमाचार सुनाया।
18क्योंकि उसी के द्वारा एक ही आत्मा से परम पिता के
पास तक हम दोनों की पहुँच हुई।

19परिणामस्वरूप अब तुम न अनजान रहे और न ही
पराये। बल्कि अब तो तुम संत जनों के स्वदेशी संगी–साथी
हो गये हो। 20तुम एक ऐसा भवन हो जो प्रेरितों और
नबियों की नींव पर खड़ा है। तथा स्वयं मसीह यीशु
जिसका अत्यन्त महत्त्वपूर्ण कोने का पत्थर है। 21–22मसीह
में स्थित एक ऐसे स्थान की रचना के रूप में, जहाँ
आत्मा के द्वारा स्वयं परमेश्वर निवास करता है, दूसरे
लोगों के साथ तुम्हारा भी निर्माण किया जा रहा है।

ग़ैर यहूदियों में पौलुस का प्रचार कार्य

3 इसीलिये मैं, पौलुस तुम ग़ैर यहूदियों के लिये मसीह
यीशु के हेतु बंदी बना हूँ। 2तुम्हारे कल्याण के लिए
परमेश्वर ने अनुग्रह के साथ जो काम मुझे सौंपा है,
उसके बारे में तुमने अवश्य ही सुना होगा। 3कि वह
रहस्यमयी योजना दिव्यदर्शन द्वारा मुझे जनाई गयी थी,
जैसा कि मैं तुम्हें संक्षेप में लिख ही चुका हूँ। 4और यदि
तुम उसे पढ़ोगे तो मसीह विषयक रहस्यपूर्ण सत्य में
मेरी अन्तर्दृष्टि की समझ तुम्हें हो जायेगी। 5यह रहस्य
पिछली पीढ़ी के लोगों को वैसे नहीं जनाया गया था जैसे
अब उसके अपने पवित्र प्रेरितों और नबियों को आत्मा
के द्वारा जनाया जा चुका है। 6यह रहस्य है कि यहूदियों
के साथ ग़ैर यहूदी भी सह उत्तराधिकारी हैं, एक ही देह
के अंग हैं और मसीह यीशु में जो वचन हमें दिया गया
है, उसमें सहभागी हैं।

7सुसमाचार के कारण मैं उस सुसमाचार का प्रचार
करने वाला एक सेवक बन गया, जो उसकी शक्ति के
अनुसार परमेश्वर के अनुग्रह के वरदान स्वरूप मुझे
दिया गया था। 8यद्यपि सभी संत जनों में मैं छोटे से भी
छोटा हूँ किन्तु मसीह के अनन्त धन रूपी सुसमाचार
का ग़ैर यहूदियों में प्रचार करने का यह अनुग्रह मुझे
दिया गया 9कि मैं सभी लोगों के लिए उस रहस्यपूर्ण
योजना को स्पष्ट करूँ जो सब कुछ के सिरजनहार
परमेश्वर में सृष्टि के प्रारम्भ से ही छिपी हुई थी।
10ताकि वह स्वर्गिक क्षेत्र की शक्तियों और प्रशासकों
को अब उस परमेश्वर के बहुविध ज्ञान को कलीसिया

के द्वारा प्रकट कर सके। 11यह उस सनातन प्रयोजन के अनुसार सम्पन्न हुआ जो उसने हमारे प्रभु मसीह यीशु में पूरा किया था। 12मसीह में विश्वास के कारण हम परमेश्वर तक भरोसे और निर्भीकता के साथ पहुँच रखते हैं। 13इसलिये मैं प्रार्थना करता हूँ कि तुम्हारे लिये मैं जो यातनाएँ भोग रहा हूँ, उन से आशा मत छोड़ बैठना क्योंकि इस यातना में ही तो तुम्हारी महिमा है।

मसीह का प्रेम

14इसीलिए मैं परम पिता के आगे झुकता हूँ। 15उसी से स्वर्ग में या धरती पर के सभी वंश अपने अपने नाम ग्रहण करते हैं। 16मैं प्रार्थना करता हूँ कि वह महिमा के अपने धन के अनुसार अपनी आत्मा के द्वारा तुम्हारे भीतरी व्यक्तित्व को शक्तिपूर्वक सुदृढ़ करे। 17और विश्वास के द्वारा तुम्हारे हृदयों में मसीह का निवास हो। तुम्हारी जड़ें और नींव प्रेम पर टिकें 18जिससे तुम्हें अन्य सभी संत जनों के साथ यह समझने की शक्ति मिल जाये कि मसीह का प्रेम कितना व्यापक, विस्तृत, विशाल और गम्भीर है। 19और तुम मसीह के उस प्रेम को जान लो जो सभी प्रकार के ज्ञानों से परे है ताकि तुम परमेश्वर की सभी परिपूर्णताओं से भर जाओ। 20अब उस परमेश्वर के लिये जो अपनी उस शक्ति से जो हममें काम कर रही है, जितना हम माँग सकते हैं या जहाँ तक हम सोच सकते हैं, उससे भी कहीं अधिक कर सकता है, 21उसकी कलीसिया में और मसीह यीशु में अनन्त पीढ़ियों तक सदा सदा के लिये महिमा होती रहे। आमीन।

एक देह

4 इसलिए मैं, जो प्रभु का होने के कारण बंदी बना हुआ हूँ, तुम लोगों से प्रार्थना करता हूँ कि तुम्हें अपना जीवन वैसे ही जीना चाहिए जैसा कि सन्तों के अनुकूल होता है। 2सदा नम्रता और कोमलता के साथ, धैर्यपूर्वक आचरण करो। एक दूसरे की प्रेम से सहते रहो। 3वह शांति, जो तुम्हें आपस में बाँधती है, उससे उत्पन्न आत्मा की एकता को बनाये रखने के लिये हर प्रकार का यत्न करते रहो। 4देह एक है और पवित्र आत्मा भी एक ही है। ऐसे ही जब तुम्हें भी बुलाया गया तो एक ही आशा में भागीदार होने के लिये ही बुलाया गया। 5 एक ही प्रभु है, एक ही विश्वास है और है एक ही बपतिस्मा। 6परमेश्वर एक ही है और वह सबका पिता है। वही सब का स्वामी है, हर किसी के द्वारा वही क्रियाशील है, और हर किसी में वही समाया है।

7हममें से हर किसी को उसके अनुग्रह का एक विशेष उपहार दिया गया है जो मसीह की उदारता के अनुकूल ही है। 8इसीलिए शास्त्र कहता है,

"उसने विजयी को ऊँचे चढ़, बंदी बनाया और उसने लोगों को अपने आनन्दी वर दिये।" *भजन संहिता 68:18*

9अब देखो, जब वह कहता है, "ऊँचे चढ़" तो इसका अर्थ इसके अतिरिक्त क्या है? कि वह धरती के निचले भागों पर भी उतरा था। 10जो नीचे उतरा था, वह वही है जो ऊँचे भी चढ़ा था–इतना ऊँचा कि सभी आकाशों से भी ऊपर, ताकि वह सब कुछ को सम्पूर्ण कर दे। 11उसने स्वयं ही कुछ को प्रेरित होने का बरदान दिया तो कुछ को नबी होने का तो कुछ को सुसमाचार के प्रचारक होने का तो कुछ को परमेश्वर के जनों की सुरक्षा और शिक्षा का। 12मसीह ने उन्हें ये वरदान संत जनों की सेवा कार्य के, हेतु तैयार करने को दिये ताकि हम जो मसीह की देह हैं, आत्मा में और दृढ़ हों। 13जब तक कि हम सभी विश्वास में और परमेश्वर के पुत्र के ज्ञान में एकाकार होकर परिपक्व पुरुष बनने के लिये विकास करते हुए मसीह के सम्पूर्ण गौरव की ऊँचाई को न छू लें।

14ताकि हम ऐसे बच्चे ही न बने रहें जो हर किसी ऐसी नयी शिक्षा की हवा से उछले जायें, जो हमारे रास्ते में बहती है, लोगों के छलपूर्ण व्यवहार से, ऐसी धूर्तता से, जो ठगी से भरी योजनाओं को प्रेरित करती है, इधर उधर भटका दिये जाते हैं। 15बल्कि हम प्रेम के साथ सत्य बोलते हुए हर प्रकार से मसीह के जैसे बनने के लिये विकास करते जायें। मसीह सिर है, 16जिस पर समूची देह निर्भर करती है। यह देह उससे जुड़ती हुई प्रत्येक सहायक नस से संयुक्त होती है और जब इसका हर अंग जो काम उसे करना चाहिये, उसे पूरा करता है तो प्रेम के साथ समूची देह का विकास होता है और यह देह स्वयं सुदृढ़ होती है।

ऐसे जीओ

17मैं इसीलिये यह कहता हूँ और प्रभु को साक्षी करके तुम्हें चेतावनी देता हूँ कि उनके व्यर्थ के विचारों के साथ अधर्मियों के जैसा जीवन मत जीते रहो। 18उनकी बुद्धि अंधकार से भरी है। वे परमेश्वर से मिलने वाले जीवन से दूर हैं। क्योंकि वे अबोध हैं और उनके मन जड़ हो गये हैं। 19लज्जा की भावना उनमें से जाती रही है। और उन्होंने अपने को इन्द्रिय उपासना में लगा दिया है। बिना कोई बन्धन माने वे हर प्रकार की अपवित्रता में जुटे हैं। 20किन्तु मसीह के विषय में तुमने जो जाना है, वह तो ऐसा नहीं है। 21(मुझे कोई संदेह नहीं है कि तुमने उसके विषय में सुना है; और वह सत्य जो यीशु में निवास करता है, उसके अनुसार तुम्हें उसके शिष्यों के रूप में शिक्षित भी किया गया है।) 22जहाँ तक तुम्हारे पुराने जीवन–प्रकार का संबन्ध हैं तुम्हें शिक्षा दी गयी थी कि तुम अपने पुराने व्यक्तित्व को उतार

फेंको जो उसकी भटकाने वाली इच्छाओं के कारण
भ्रष्ट बना हुआ है। 23जिससे बुद्धि और आत्मा में तुम्हें
नया किया जा सके। 24और तुम उस नये स्वरूप को
धारण कर सको जो परमेश्वर के अनुरूप सचमुच
धार्मिक और पवित्र बनने के लिए रचा गया है।

25सो तुम लोग झूठ बोलने का त्याग कर दो। अपने
साथियों से हर किसी को सच बोलना चाहिये, क्योंकि
हम सभी एक शरीर के ही अंग हैं। 26क्रोध मे आकर
पाप मत कर बैठो। सूरज ढलने से पहले ही अपने क्रोध
को समाप्त कर दो। 27शैतान को अपने पर हावी मत
होने दो। 28जो चोरी करता आ रहा है, वह आगे चोरी न
करे। बल्कि उसे काम करना चाहिये, स्वयं अपने
हाथों से कोई उपयोगी काम। ताकि उसके पास, जिसे
आवश्यकता है, उसके साथ बटाने को कुछ हो सके।

29तुम्हारे मुख से कोई अनुचित शब्द नहीं निकलना
चाहिये, बल्कि लोगों के विकास के लिये जिसकी अपेक्षा
है, ऐसी उत्तम बात ही निकलनी चाहिये, ताकि जो सुनें
उनका उससे भला हो। 30परमेश्वर की पवित्र आत्मा
को दु:खी मत करते रहो क्योंकि परमेश्वर की सम्पत्ति
के रूप में तुम पर छुटकारे के दिन के लिए आत्मा के
साथ मुहर लगा दिया गया है। 31समूची कड़वाहट,
झुँझलाहट, क्रोध, चीख–चिल्लाहट और निन्दा को तुम
अपने भीतर से हर तरह की बुराई के साथ निकाल
बाहर फेंको। 32परस्पर एक दूसरे के प्रति दयालु और
करुणावान बनो। तथा आपस में एक दूसरे के अपराधों
को वैसे ही क्षमा करो जैसे मसीह के द्वारा तुम को
परमेश्वर ने भी क्षमा किया है।

ज्योतिर्मय जीवन

5 प्यारे बच्चों के समान परमेश्वर का अनुकरण
करो। 2प्रेम के साथ जीओ। ठीक वैसे ही जैसे
मसीह ने हमसे प्रेम किया है और अपने आप को,
मधुर–गंध–भेंट के रूप में, हमारे लिए परमेश्वर को
अर्पित कर दिया है। 3तुम्हारे बीच व्यभिचार और हर
किसी तरह की अपवित्रता अथवा लालच की चर्चा
तक नहीं चलनी चाहिये। जैसा कि संत जनों के लिये
उचित ही है। 4तुममें न तो अश्लील भाषा का प्रयोग
होना चाहिये, न मूर्खतापूर्ण बातें या भद्दा हँसी ठट्टा। ये
तुम्हारे अनुकूल नहीं हैं। बल्कि तुम्हारे बीच धन्यवाद
ही दिये जायें। 5क्योंकि तुम निश्चय के साथ यह जानते
हो कि ऐसा कोई भी व्यक्ति जो दुराचारी है, अपवित्र है,
अथवा लालची है (जो एक मूर्ति पूजक होने जैसा है)
मसीह के और परमेश्वर के, राज्य का उत्तराधिकार
नहीं पा सकता।

6देखो, तुम्हें कोरे शब्दों से कोई छल न ले। क्योंकि
इन बातों के कारण ही आज्ञा का उल्लंघन करने वालों
पर परमेश्वर का कोप होने को है। 7इसलिये उनके
साथी मत बनो। 8यह मैं इसलिये कह रहा हूँ कि एक
समय था जब तुम अंधकार से भरे थे किन्तु अब तुम
प्रभु के अनुयायी के रूप में ज्योति से परिपूर्ण हो।
इसलिए प्रकाश–पुत्रों का सा आचरण करो। 9हर प्रकार
के धार्मिकता, नेकी और सत्य में ज्योति का प्रतिफलन
दिखायी देता है। 10हर समय यह जानने का जतन करते
रहो कि परमेश्वर को क्या भाता है। 11ऐसे काम जो
अंधकारपूर्ण हैं, उन बेकार के कामों में हिस्सा मत
बटाओ बल्कि उनका भाँडा–फोड़ करो। 12क्योंकि ऐसे
काम जिन्हें वे गुपचुप करते हैं, उनके बारे में की गयी
चर्चा तक लज्जा की बात है। 13ज्योति जब प्रकाशित
होती है तो सब कुछ दृश्यमान हो जाता है 14और जो
कुछ दृश्यमान हो जाता है, वह स्वयं ज्योति ही बन जाता
है। इसीलिये हमारा भजन कहता है:

"अरे जाग, हे सोने वाले! मृतकों में से जी उठ बैठ,
तेरे ही सिर स्वयं मसीह प्रकाशित होगा।"

15इसलिये सावधानी के साथ देखते रहो कि तुम
कैसा जीवन जी रहे हो। विवेकहीन का सा आचरण मत
करो, बल्कि बुद्धिमान का सा आचरण करो। 16जो हर
अवसर का अच्छे कर्म करने के लिये पूरा–पूरा उपयोग
करते हैं, क्योंकि ये दिन बुरे हैं। 17इसलिए मूर्ख मत
बनो बल्कि यह जानो कि प्रभु की इच्छा क्या है।
18मदिरा पान करके मतवाले मत बने रहो क्योंकि
इससे कामुकता पैदा होती है। इसके विपरीत आत्मा से
परिपूर्ण हो जाओ। 19आपस में भजनों, स्तुतियों और
आध्यात्मिक गीतों का, परस्पर आदानप्रदान करते रहो।
अपने मन में प्रभु के लिये गीत गाते उसकी स्तुति करते
रहो। 20हर किसी बात के लिये हमारे प्रभु यीशु मसीह
के नाम पर हमारे परम पिता परमेश्वर का सदा धन्यवाद
करो।

पत्नी और पति

21मसीह के प्रति सम्मान के कारण एक दूसरे को
समर्पित हो जाओ। 22हे पत्नियो, अपने–अपने पतियों के
प्रति ऐसे समर्पित रहो, जैसे तुम प्रभु को समर्पित होती
हो। 23क्योंकि अपनी पत्नी के ऊपर उसका पति ही
प्रमुख है। वैसे ही जैसे हमारी कलीसिया का सिर मसीह
है। वह स्वयं ही इस देह का उद्धार करता है। 24जैसे
कलीसिया मसीह के अधीन है, वैसे ही पत्नियों को सब
बातों में अपने अपने पतियों के प्रति समर्पित रहना
चाहिये।

25हे पतियो, अपनी पत्नियों से प्रेम करो। वैसे ही जैसे
मसीह ने कलीसिया से प्रेम किया और अपने आपको
उसके लिये बलि दे दिया। 26ताकि वह उसे प्रभु की
सेवा में जल में स्नान करा के पवित्र कर हमारी घोषणा
के साथ परमेश्वर को अर्पित कर दे। 27इस प्रकार वह
कलीसिया को एक ऐसी चमचमाती दुलहन के रूप में

स्वयं के लिए प्रस्तुत कर सकता है जो निष्कलंक हो,
झुरियों से रहित हो या जिसमें ऐसी और कोई कमी न
हो। बल्कि वह पवित्र हो और सर्वथा निर्दोष हो। 28पतियों
को अपनी-अपनी पत्नियों से उसी प्रकार प्रेम करना
चाहिये जैसे वे स्वयं अपनी देहों से करते हैं। जो अपनी
पत्नी से प्रेम करता है, वह स्वयं अपने आप से ही प्रेम
करता है। 29कोई अपनी देह से तो कभी घृणा नहीं
करता, बल्कि वह उसे पालता-पोसता है और उसका
ध्यान रखता है। वैसे ही जैसे मसीह अपनी कलीसिया
का 30क्योंकि हम भी तो उसकी देह के अंग ही हैं।
31शास्त्र कहता है: "इसीलिये एक पुरुष अपने माता-पिता
को छोड़कर अपनी पत्नी से बंध जाता है और दोनों
एक देह हो जाते हैं।"* 32यह रहस्यपूर्ण सत्य बहुत
महत्त्वपूर्ण है और मैं तुम्हें बताता हूँ कि यह मसीह और
कलीसिया पर भी लागू होता है। 33सो कुछ भी हो, तुममें
से हर एक को अपनी पत्नी से वैसे ही प्रेम करना
चाहिये जैसे तुम स्वयं अपने आपको करते हो। और
एक पत्नी को भी अपने पति का डर मानते हुए उसका
आदर करना चाहिये।

बच्चे और माता-पिता

6 हे बालको, प्रभु में आस्था रखते हुए माता-पिता
की आज्ञा का पालन करो क्योंकि यही उचित है।
2"अपने माता पिता का सम्मान कर।"* यह पहली
आज्ञा है जो इस प्रतिज्ञा से भी युक्त है, 3"तेरा भला हो
और तू धरती पर चिरायु हो।"*
4और हे पिताओ, तुम भी अपने बालकों को क्रोध
मत दिलाओ बल्कि प्रभु से मिली शिक्षा और निर्देशों
को देते हुए उनका पालन-पोषण करो।

सेवक और स्वामी

5हे सेवको, तुम अपने सांसारिक स्वामियों की आज्ञा
निषकपट हृदय से भय और आदर के साथ उसी प्रकार
मानो जैसे तुम मसीह की आज्ञा मानते हो। 6केवल
किसी के देखते रहते ही काम मत करो जैसे तुम्हें लोगों
के समर्थन की आवश्यकता हो। बल्कि मसीह के
सेवक के रूप में काम करो जो अपना मन लगाकर
परमेश्वर की इच्छा पूरी करते हैं। 7उत्साह के साथ
एक सेवक के रूप में ऐसे काम करो जैसे मानो तुम
लोगों की नहीं प्रभु की सेवा कर रहे हो। 8याद रखो,
तुममें से हर एक, चाहे वह सेवक या स्वतन्त्र है यदि
कोई अच्छा काम करता है, तो प्रभु से उसका प्रतिफल
पायेगा।
9हे स्वामियो, तुम भी अपने सेवकों के साथ वैसा ही
व्यवहार करो और उन्हें डराना-धमकाना छोड़ दो।
याद रखो, उनका और तुम्हारा स्वामी स्वर्ग में है और
वह कोई पक्षपात नहीं करता।

प्रभु का अभेद्य कवच धारण करो

10मतलब यह कि प्रभु में स्थित हो कर उसकी
असीम शक्ति के साथ अपने आपको शक्तिशाली बनाओ।
11परमेश्वर के सम्पूर्ण कवच को धारण करो। ताकि
तुम शैतान की योजनाओं के सामने टिक सको। 12क्योंकि
हमारा संघर्ष मनुष्यों से नहीं है, बल्कि शासकों,
अधिकारियों, इस अन्धकारपूर्ण युग की आकाशी शक्तियों
और अम्बर की दुष्टात्मिक शक्तियों के साथ है।
13इसीलिये परमेश्वर के सम्पूर्ण कवच को धारण करो
ताकि जब बुरे दिन आयें तो जो कुछ सम्भव है, उसे
कर चुकने के बाद तुम दृढ़तापूर्वक अडिग रह सको।
14-15सो अपनी कमर पर सत्य का फेंटा कस कर
धार्मिकता की झिलम पहन कर तथा पैरों में शांति के
सुसमाचार सुनाने की तत्परता के जूते धारण करके
तुम लोग अटल खड़े रहो। 16इन सब से बड़ी बात यह है
कि विश्वास को ढाल के रूप में ले लो। जिसके द्वारा
तुम उन सभी जलते तीरों को बुझा सकोगे, जो बदी के
द्वारा छोड़े गये हैं। 17छुटकारे का शिरस्त्राण पहन लो
और परमेश्वर के संदेश रूपी आत्मा की तलवार उठा
लो। 18हर प्रकार की प्रार्थना और निवेदन सहित आत्मा
की सहायता से हर अवसर पर विनती करते रहो। इस
लक्ष्य से सभी प्रकार का यत्न करते हुए सावधान रहो।
तथा सभी संतों के लिये प्रार्थना करो।
19और मेरे लिये भी प्रार्थना करो कि मैं जब भी
अपना मुख खोलूँ, मुझे एक सुसंदेश प्राप्त हो ताकि
निर्भयता के साथ सुसमाचार के रहस्यपूर्ण सत्य को,
प्रकट कर सकूँ। 20इसी के लिये मैं ज़ंजीरों में जकड़े हुए
राजदूत के समान सेवा कर रहा हूँ। प्रार्थना करो कि
मैं, जिस प्रकार मुझे बोलना चाहिये, उसी प्रकार निर्भयता
के साथ सुसमाचार का प्रवचन कर सकूँ।

अंतिम नमस्कार

21तुम भी, मैं कैसा हूँ और क्या कर रहा हूँ, इसे जान
जाओ। सो तुखिकुस तुम्हें सब कुछ बता देगा। वह
हमारा प्रिय बंधु है और प्रभु में स्थित एक विश्वासपूर्ण
सेवक है 22इसीलिये मैं उसे तुम्हारे पास भेज रहा हूँ
ताकि तुम मेरे समाचार जान सको और इसलिये भी कि
वह तुम्हारे मन को शांति दे सके।
23हे भाइयो, तुम सब को परम पिता परमेश्वर और
प्रभु यीशु मसीह की ओर से विश्वास शांति और प्रेम
प्राप्त हो। 24जो हमारे प्रभु यीशु मसीह से अमर प्रेम
रखते हैं, उन पर परमेश्वर का अनुग्रह होता है।

"इसीलिये एक ... जाते है" उत्पत्ति 2:24

"अपने ... कर" निर्गमन 20:12; व्यवस्था. 5:16

"तेरा ... चिरायु हो" निर्गमन 20:12; व्यवस्था. 5:16