

# എഫെസ്യർക്ക് എഴുതിയ ലേഖനം

**1** ദൈവേഷ്ടയാൽ ക്രിസ്തുവിന്റെ അപ്പോസ്തലനായ പൌലോസ് എന്ന ഞാൻ എഴുതുന്നു;

യേശുക്രിസ്തുവിലെ വിശ്വാസികളായ എഫെസോസിലെ ദൈവത്തിന്റെ വിശുദ്ധജനത്തിന്.

2നിങ്ങൾക്ക് നമ്മുടെ പിതാവായ ദൈവത്തിന്റെയും കർത്താവായ യേശുക്രിസ്തുവിന്റെയും കൃപയും സമാധാനവും ആശംസിക്കുന്നു.

### ക്രിസ്തുവിലെ ആത്മീയാനുഗ്രഹങ്ങൾ

3നമ്മുടെ കർത്താവായ യേശുക്രിസ്തുവിന്റെ പിതാവും ദൈവവുമായവന് സ്തുതി. ക്രിസ്തുവിൽ ദൈവം എല്ലാ ആത്മീയാനുഗ്രഹങ്ങളും സ്വർഗ്ഗത്തിൽ നമുക്കു നൽകിയിരിക്കുന്നു. **4**ലോകസൃഷ്ടിക്കു മുമ്പുതന്നെ ദൈവം ക്രിസ്തുവിൽ നമ്മെ തിരഞ്ഞെടുത്തു. അവനു മുമ്പിൽ നാം പരിശുദ്ധരും കുറ്റമില്ലാത്തവരും ആകേണ്ടതിന് തന്റെ സ്നേഹം നിമിത്തം ദൈവം നമ്മെ തിരഞ്ഞെടുത്തു. **5**ലോകസൃഷ്ടിക്കുമുമ്പേ നമ്മെ യേശുക്രിസ്തുവിൽ തന്റെ സ്വന്തം മക്കളാക്കുവാൻ ദൈവം തീരുമാനിച്ചിരുന്നു. ദൈവം ആഗ്രഹിച്ചത് അതായിരുന്നു. അതവനെ സന്തോഷിപ്പിക്കുകയും ചെയ്തു. **6**അത് അവന്റെ അതിഭൂതകരമായ കാര്യങ്ങൾ തിന് പുകഴ്ച ഉണ്ടാക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. അവൻ ആ കാര്യങ്ങൾ നിർലോപം നമുക്കു തന്നു. തന്റെ പ്രിയപ്പെട്ടവനായ ക്രിസ്തുവിലൂടെയാണ് ആ കാര്യങ്ങൾ അദ്ദേഹം നമ്മെ തിരഞ്ഞെടുത്തത്. **7**ക്രിസ്തുവിൽ അവന്റെ മരണം കൊണ്ട് നാം സ്വതന്ത്രരാകപ്പെട്ടു. ദൈവത്തിന്റെ കാര്യങ്ങൾ സമൃദ്ധിയിൽ നമുക്ക് പാപങ്ങളിൽനിന്നു മാറ്റി. **8**ദൈവം തന്റെ കാര്യങ്ങൾ പൂർണ്ണമായും സൗജന്യമായും നമ്മിൽ കോരിച്ചൊരിഞ്ഞു. **9**അവൻ തന്റെ രഹസ്യപ്രഭവത്തിലെ മുഴുവൻ വിജ്ഞാനത്തിലും വിവേകത്തിലും നമ്മെ അറിയിച്ചു. ദൈവേഷ്ടയാൽ അങ്ങനെയായിരുന്നു. അതൊക്കെ ക്രിസ്തുവിലൂടെ നിറവേറ്റാനായിരുന്നു അവന്റെ പരിപാടി. **10**ശരിയായസമയത്ത് തന്റെ പരിപാടികൾ പൂർത്തിയാക്കുകയായിരുന്നു ദൈവത്തിന്റെ ലക്ഷ്യം. ക്രിസ്തുവിനെ ശിരസ്സാക്കിക്കൊണ്ട് ഭൂമിയിലേയും സ്വർഗ്ഗത്തിലേയും എല്ലാ വസ്തുക്കളേയും കൂട്ടിച്ചേർക്കാൻ ദൈവം പരിപാടിയിട്ടു.

**11**ദൈവത്തിന്റെ ജനമായി ക്രിസ്തുവിൽ അവൻ നമ്മെ തിരഞ്ഞെടുത്തു. അവന്റെ ആഗ്രഹത്തിനനുസരിച്ച് ഞങ്ങളെ അവന്റെ ആളുകളാക്കാൻ ദൈവം കാലേതന്നെ ആലോചിച്ചിരുന്നു. എല്ലാം തന്റെ തീരുമാനത്തിനും ആഗ്രഹത്തിനുമനുസരിച്ചാക്കിത്തീർക്കുന്നവനാണ് ദൈവം. **12**ക്രിസ്തുവിൽ ആദ്യമായി പ്രത്യാശയർപ്പിച്ചവരാണ് ഞങ്ങൾ. ദൈവമഹത്വത്തെ ഞങ്ങൾ വാഴ്ത്തും എന്നതിനാലാണ് ഞങ്ങൾ തിരഞ്ഞെടുക്കപ്പെട്ടത്. **13**നിങ്ങളെ സംബന്ധിച്ചും അങ്ങനെയെന്ന സത്യ ഉപദേശമായ രക്ഷയുടെ സുവിശേഷം നിങ്ങൾ കേട്ടു. അതുകേട്ടപ്പോൾ നിങ്ങൾ യേശുവിൽ വിശ്വസിച്ചു. ദൈവം തന്റെ വാഗ്ദാനമനുസരിച്ച് പരിശുദ്ധാത്മാവിനെ നിങ്ങൾക്കു നൽകിക്കൊണ്ട് ക്രിസ്തുവിൽ അവൻ തന്റെ അടുത്തുള്ള നിങ്ങളുടെമേൽ ചാർത്തി. **14**ദൈവം തന്റെ ജനതയ്ക്കു വാഗ്ദാനം ചെയ്തതെല്ലാം നമുക്കു ലഭിക്കുമെന്നതിനു തെളിവാണ് ഈ പരിശുദ്ധാത്മാവ്. അത് ദൈവത്തിന്റെ ജനതയെ പൂർണ്ണ സ്വതന്ത്രരാക്കും. ഇതിന്റെയെല്ലാം ആത്യന്തികലക്ഷ്യം ദൈവമഹത്വത്തിന്റെ പുകഴ്ചയാണ്.

15

### പൌലോസിന്റെ പ്രാർത്ഥന

**15-16**അതു കൊണ്ടൊക്കെ ഞാൻ നിങ്ങളെ എന്റെ പ്രാർത്ഥനകളിൽ എപ്പോഴും ഓർമ്മിക്കുകയും നിങ്ങൾക്കായി ദൈവത്തോടു നന്ദി പറയുകയും ചെയ്യുന്നു. കർത്താവായ യേശുവിൽ നിങ്ങൾക്കുള്ള വിശ്വാസത്തെക്കുറിച്ചും ദൈവത്തിന്റെ ജനതയോടു നിങ്ങൾ കാട്ടുന്ന സ്നേഹത്തെക്കുറിച്ചും കേട്ടതു മുതൽ ഞാൻ എപ്പോഴും ഇങ്ങനെ ചെയ്യാറുണ്ട്. **17**നമ്മുടെ കർത്താവായ യേശുക്രിസ്തുവിന്റെ ദൈവമായ മഹത്വം നിറഞ്ഞ പിതാവിനോട് ഞാനെപ്പോഴും പ്രാർത്ഥിക്കുന്നു. നിങ്ങൾക്ക് അവനെ കൂടുതലറിയാൻ സഹായിക്കുന്ന വിവേകത്തിന്റെയും അറിവിന്റെയും ആത്മാവിനെ ദൈവം നൽകണം എന്ന് ഞാൻ ദൈവത്തോട് പ്രാർത്ഥിക്കുന്നു. **18**നിങ്ങളുടെ ഹൃദയത്തിൽ കൂടുതൽ ധാരണയുണ്ടാക്കാൻ ഞാൻ പ്രാർത്ഥിക്കുന്നു. അപ്പോൾ നമ്മെ തിരഞ്ഞെടുത്തിരിക്കുന്നത് എന്തിനെന്ന പ്രത്യാശ നിങ്ങളറിവും. ദൈവം തന്റെ വിശുദ്ധജനത്തിനു വാഗ്ദാനം ചെയ്തിരിക്കുന്ന അനുഗ്രഹങ്ങൾ സമ്പന്നവും മഹത്തുമാണെന്നു നിങ്ങളറിവും. **19**വിശ്വസിക്കുന്ന നമുക്ക് ദൈവത്തിന്റെ ശക്തി വളരെ മഹത്താണെന്നും നിങ്ങളറിവും. **20**ക്രിസ്തുവിനെ മരണത്തിൽനിന്നും ഉയിർത്തെഴുന്നേല്പിക്കാൻ ദൈവം ഉപയോഗിച്ച അതേ മഹത്വം ശക്തിയാണത്. സ്വർഗ്ഗീയസ്ഥലങ്ങളിൽ ദൈവം ക്രിസ്തുവിനെ തന്റെ വലതു വശത്തു ഇരുത്തി. **21**ദൈവം യേശുവിനെ എല്ലാ ഭരണാധിപന്മാരിലും അധികാരികളിലും ശക്തികളിലും രാജാക്കന്മാരിലും പ്രധാനിയാക്കി. ഈ ലോകത്തിലോ അടുത്ത ലോകത്തിലോ ഉള്ള ശക്തിയുള്ള എന്തിനേക്കാളും പ്രധാനമാണ് ക്രിസ്തു.

**22**ദൈവം എല്ലാറ്റിനേയും ക്രിസ്തുവിന്റെ ശക്തിയിൽ കീഴിലാക്കി. സഭയ്ക്കുവേണ്ടി എല്ലാറ്റിന്റെയും അധിപതിയായും (തല) ദൈവം യേശുവിനെ വാഴിച്ചു. **23**സഭ ക്രിസ്തുവിന്റെ ശരീരമാണ്. സഭ ക്രിസ്തുവിനോട് നിറയ്ക്കപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു. അവൻ എല്ലാം എല്ലാത്തരത്തിലും പൂർണ്ണമാക്കുന്നു.

**മരണത്തിൽനിന്നും ജീവനിലേക്ക്**

2 മുമ്പ് നിങ്ങളുടെ ആത്മീയജീവിതം പാപങ്ങളാലും ദൈവവിരുദ്ധപ്രവൃത്തികളാലും തൃതയായിരുന്നു. 2അതെ, മുമ്പ് നിങ്ങൾ ആ പാപങ്ങൾ ചെയ്തു ജീവിച്ചു. ലൗകിക ജീവിതമായിരുന്നു നിങ്ങളുടേത്. ഭൂമിയുടെമേൽ ദുഷ്ടശക്തികളുള്ള ഭരണാധിപനെ നിങ്ങൾ പിന്തുടർന്നു. ദൈവത്തെ അനുസരിക്കാത്തവരിൽ ആ ദുരാത്മാവ് ഇപ്പോൾ പ്രവർത്തിക്കുന്നു. 3മുമ്പ് നമ്മളും ആ മനുഷ്യരെപ്പോലെ ജീവിച്ചിരുന്നു. നമ്മൾ നമ്മിലെ പാപം നിറഞ്ഞ സ്വയത്തെ സന്തോഷിപ്പിക്കാൻ ശ്രമിക്കുകയായിരുന്നു. നമ്മുടെ മനസ്സും ശരീരവും കാംഷിച്ചതെല്ലാം നാം ചെയ്തു. നാം ദുഷ്ടരായിരുന്നു. നമ്മുടെ ജീവിതരീതിമൂലം നാം ദൈവകോപത്തിനു വിധേയരാകേണ്ടിയിരുന്നു. മറ്റെല്ലാവരെയും പോലെയാക്കിയിരുന്നു നാമും.

4എന്നാൽ മഹത്തായ കാര്യങ്ങളുള്ള ദൈവം നമ്മെ വളരെസ്നേഹിച്ചു. 5നാം ആത്മീയമായി തൃതയായിരുന്നു. കാരണം, ദൈവത്തിനു വിരോധമായി നാം പാപം ചെയ്തിരുന്നു എന്നതു തന്നെ. എന്നാൽ ദൈവം നമുക്കു ക്രിസ്തുവിനോടൊത്തു പുതിയജീവൻ നൽകി. ദൈവത്തിന്റെ കൃപയാലാണ് നിങ്ങൾ രക്ഷിക്കപ്പെട്ടിരിക്കുന്നത്. 6ദൈവം നമ്മെ ക്രിസ്തുവിനോടൊപ്പം ഉയർത്തുകയും സ്വർഗ്ഗീയസ്ഥാനങ്ങളിൽ അവനോടൊത്തു നമ്മെ ഇരുത്തുകയും ചെയ്തു. യേശുക്രിസ്തുവിൽ ആയിരിക്കുന്ന നമുക്കായാണ് ദൈവം ഇതു ചെയ്തത്. 7ഭാവിയിലെന്നും തന്റെ കാര്യത്തിന്റെ സമൃദ്ധി കാണിക്കാനാവും വിധമാണ് ദൈവം ഇതു ചെയ്തത്. യേശുക്രിസ്തുവിൽ നമ്മോട് ദയാലുവായിക്കൊണ്ടാണ് ദൈവം ആ കാര്യം പ്രകടിപ്പിക്കുന്നത്. 8ദൈവകാര്യത്തിൽ നിങ്ങൾ രക്ഷിക്കപ്പെട്ടുവെന്നാണ് ഞാൻ അർത്ഥമാക്കുന്നത്. വിശ്വാസത്തിലൂടെയാണ് നിങ്ങൾക്ക് ആ കൃപ ലഭിച്ചതും. നിങ്ങൾ സ്വയം രക്ഷിച്ചില്ല. ദൈവത്തിന്റെ ദാനമായിരുന്നു അത്. 9നിങ്ങളുടെ പ്രവൃത്തികളല്ല നിങ്ങളെ രക്ഷിച്ചത്. അതിനാൽ ഒരാൾക്കും തങ്ങൾ സ്വയം രക്ഷിച്ചുവെന്ന് അഹങ്കരിക്കാനാവില്ല. 10നമ്മളെ പുതിയ മനുഷ്യരാക്കിയത് ദൈവമാണ്. നമ്മൾ നല്ല പ്രവൃത്തികൾ ചെയ്യുംവിധം ദൈവം നമ്മെ ക്രിസ്തു യേശുവിൽ പുതിയ മനുഷ്യരാക്കി. ദൈവം ആ നല്ല പ്രവൃത്തികൾ നമുക്കായി ആസൂത്രണം ചെയ്തു കഴിഞ്ഞു. നന്മകൾ ചെയ്തുകൊണ്ടുള്ള ജീവിതത്തെ അവൻ നമുക്കായി ഒരുക്കിയിരിക്കുന്നു.

**ക്രിസ്തുവിൽ ഒന്ന് ആകുന്നു**

11ജാതികളായി പിറന്നവരാണ് നിങ്ങൾ. യെഹൂദർ നിങ്ങളെ “അഗ്രചർമ്മക്കാർ” എന്നു വിളിച്ചു. നിങ്ങളെ “അഗ്രചർമ്മക്കാർ” എന്നു വിളിച്ച യെഹൂദർ സ്വയം “പരിച്ഛേദനക്കാർ” എന്നു വിശേഷിപ്പിച്ചു. (അവരുടെ പരിച്ഛേദന അവർ തന്നെ സ്വന്തം ശരീരത്തിൽ ചെയ്യുന്നതാണ്.) 12മുമ്പ് ക്രിസ്തു നിങ്ങളോടൊത്തില്ലായിരുന്നു എന്നു ഓർക്കുക. നിങ്ങൾ യിസ്രായേൽ പൗരന്മാരല്ലായിരുന്നു. ദൈവം തന്റെ ജനതയ്ക്കു നൽകിയ വാഗ്ദാനങ്ങളുടെ നിയമങ്ങളും നിങ്ങൾക്കില്ലായിരുന്നു. നിങ്ങൾക്കു പ്രതീക്ഷകളോ ദൈവത്തെപ്പറ്റിയുള്ള അറിവോ ഉണ്ടായിരുന്നില്ല. 13അതെ, ഒരു സമയത്തു നിങ്ങൾ ദൈവത്തിൽനിന്നും വളരെ

അകലെയായിരുന്നു. എന്നാൽ ഇപ്പോൾ നിങ്ങൾ ക്രിസ്തുയേശുവിൽ ദൈവത്തിലേക്കു കൊണ്ടുവരപ്പെട്ടു. ക്രിസ്തുവിന്റെ രക്തത്തിലൂടെയാണ് നിങ്ങൾ ദൈവത്തിലേക്കടുത്തത്.

14ക്രിസ്തുമൂലം നമുക്കിപ്പോൾ സമാധാനമുണ്ട്. ക്രിസ്തു (യെഹൂദരെയും ജാതികളെയും) ഒരുമിപ്പിച്ചു. യെഹൂദരും ജാതികളും അവർക്കിടയിൽ ഒരു മതിലു കെട്ടിയതുപോലെ വേർപിരിഞ്ഞിരുന്നു. അവർ പരസ്പരം വെറുത്തു. എന്നാൽ ക്രിസ്തു തന്റെ സ്വന്തം ശരീരം നൽകുക വഴി വെറുപ്പിന്റേതായ ആ മതിൽ തകർത്തു.

15യെഹൂദന്മാരായപ്രമാണത്തിനു അനേകം കല്ലനകളും ചട്ടങ്ങളുമുണ്ടായിരുന്നു. പക്ഷേ, ക്രിസ്തു ആ ന്യായപ്രമാണം അവസാനിപ്പിച്ചു. ഇതു വിഭാഗം ജനതയെയും തന്നിൽ പുതിയ മനുഷ്യരാക്കി ഒന്നിപ്പിക്കുകയായിരുന്നു ക്രിസ്തുവിന്റെ ഉദ്ദേശ്യം. അങ്ങനെ യേശു സമാധാനം സ്ഥാപിക്കും. 16കുരിശിലൂടെ ക്രിസ്തു ഇരുവിഭാഗങ്ങൾക്കിടയ്ക്കുള്ള വെറുപ്പ് അവസാനിപ്പിച്ചു. ഇരുവിഭാഗങ്ങളും ഒരു ശരീരമായതിനുശേഷം അവരെ ദൈവത്തിലേക്കു മടക്കിക്കൊണ്ടുവരാൻ ക്രിസ്തു ആഗ്രഹിച്ചു. തന്റെ ക്രൂശീകരണത്തിലൂടെ ക്രിസ്തു ഇതു ചെയ്തു.

17ദൈവത്തിൽനിന്നും വളരെ അകന്നു കഴിഞ്ഞിരുന്ന നിങ്ങൾക്കിടയിൽ വന്ന് യേശു സമാധാനം പ്രസംഗിച്ചു. ദൈവത്തോടടുത്തിരുന്നവർക്കിടയിലും യേശു ഇതു തന്നെ ചെയ്തു. 18അതെ, നമുക്കെല്ലാവർക്കും ക്രിസ്തുവിലൂടെ ഒരാത്മാവിൽ പിതാവിലേക്കു വരുവാനവകാശമുണ്ടായി.

19അതുകൊണ്ട് ഇപ്പോൾ യെഹൂദരല്ലാത്ത നിങ്ങൾ വിദേശീയരോ അപരിചിതരോ അല്ല. നിങ്ങൾ ദൈവത്തിന്റെ വിശുദ്ധജനത്തോടൊപ്പമുള്ള പൗരന്മാരും ദൈവത്തിന്റെ കുടുംബത്തിൽപ്പെട്ടവരുമാണ്. 20നിങ്ങൾ ദൈവത്തിന്റെ ഉടമസ്ഥതയിലുള്ള ഒരു കെട്ടിടം പോലെയാണ്. അപ്പൊസ്തലന്മാരും പ്രവാചകരുമൊരുക്കിയ അടിത്തറയിലാണ് ആ കെട്ടിടം പണിതുയർത്തിയിരിക്കുന്നത്. ക്രിസ്തു തന്നെയാണ് ആ വീടിന്റെ ആണിക്കല്ല്. 21ആ കെട്ടിടം മുഴുവൻ ക്രിസ്തുവിൽ പണിതു ചേർത്തിരിക്കുന്നു. ക്രിസ്തു അതിനെ വളർത്തുകയും അത് കർത്താവിൽ ഒരു വിശുദ്ധ മന്ദിരമായിത്തീരുകയും ചെയ്തു. 22ക്രിസ്തുവിൽ നിങ്ങൾ യെഹൂദരോടൊപ്പം കൂട്ടിയിണക്കപ്പെട്ടു കൊണ്ടിരിക്കുകയാണ്. ദൈവം ആത്മാവിലൂടെ ജീവിക്കുന്ന സ്ഥലമായി നിങ്ങളെ പണിതു ചേർക്കുന്നു.

**ജാതികൾക്ക് പൗലോസിന്റെ പ്രവൃത്തി**

3 ഇക്കാരണത്താൽ പൗലോസ് എന്ന ഞാൻ നിങ്ങൾക്കുവേണ്ടി ക്രിസ്തു യേശുവിന്റെ തടവുകാരനാകുന്നു. 2നിങ്ങളുടെ നന്മയ്ക്കായി ദൈവം തന്റെ കൃപയാൽ എന്നിക്കു നൽകിയിരിക്കുന്ന വേല നിങ്ങൾ അറിയുന്നുവല്ലോ. 3ദൈവം തന്റെ രഹസ്യപദ്ധതി എന്നിക്കു വെളിവാക്കിത്തന്നു. അതിനെപ്പറ്റി കുറച്ചൊക്കെ ഞാൻ എഴുതിയിട്ടുണ്ട്. 4ഞാനെഴുതിയ ഈ കാര്യങ്ങളൊക്കെ വായിച്ചു നോക്കുമ്പോൾ ക്രിസ്തുവിനെപ്പറ്റിയുള്ള യഥാർത്ഥ സത്യത്തെപ്പറ്റി എന്നിക്കെന്തറിയാം എന്നു നിങ്ങൾക്കു മനസ്സിലാക്കാൻ കഴിയും. 5മുൻകാലങ്ങളിൽ ജീവിച്ചിരുന്നവരെ ഈ രഹസ്യസത്യം അറിയിച്ചിരുന്നില്ല. എന്നാലിപ്പോൾ ദൈവം ആത്മാവിലൂടെ ആ രഹസ്യം തന്റെ വിശുദ്ധപ്രവാചകന്മാ

ർക്കും അപ്പൊസ്തലന്മാർക്കും കാട്ടിക്കൊടുത്തു. **6**ആ സത്യം ഇതാണ്: ജാതികൾക്കും യെഹൂദരെപ്പോലെ ദൈവത്തിന്റെ അനുഗ്രഹങ്ങളിൽ പങ്കുണ്ട്. ജാതികളും യെഹൂദരും ഒരേ ശരീരത്തിന്റെ അവയവങ്ങളാകുന്നു. അവർ, ദൈവം യേശുക്രിസ്തുവിൽ നൽകിയ വാഗ്ദാനം പങ്കുവയ്ക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. സുവിശേഷം മൂലം ജാതികൾക്കും അങ്ങനെ എല്ലാം കിട്ടുന്നു.

**7**ദൈവത്തിന്റെ കൃപകൊണ്ട് ആ സുവിശേഷം പറയാൻ ഞാൻ ഒരു ദാസനായിരിക്കുന്നു. ദൈവം തന്റെ ശക്തിയാൽ ആ അനുഗ്രഹം എനിക്കു നൽകിയിരിക്കുന്നു. **8**ദൈവത്തിന്റെ ജനതയിൽ ഏറ്റവും നിസ്സാരനാണ് ഞാൻ. പക്ഷേ ക്രിസ്തുവിന്റെ സമ്പന്നതയെപ്പറ്റിയുള്ള സുവിശേഷം ജാതികളോടു പ്രസംഗിക്കുവാനായി ദൈവം എന്നിൽ കൃപകാണിച്ചു. പൂർണ്ണമായും അറിയാൻ പറ്റാത്ത തരത്തിൽ അത്രയും വലുതാണ് ആ സമ്പത്ത്. **9**ദൈവത്തിന്റെ രഹസ്യപദ്ധതിയെപ്പറ്റി ജനങ്ങളോടു പറയുന്ന ജോലിയും ദൈവം എന്നെ ഏല്പിച്ചു. കാലാരംഭം മുതൽക്കുതന്നെ ആ രഹസ്യസത്യം എല്ലാം സൃഷ്ടിച്ച ദൈവത്തിൽ നിശ്ചയമായി കിടക്കുകയായിരുന്നു. **10**ദൈവത്തിന്റെ ജ്ഞാനം പലരീതിയിൽ കാണിക്കുമെന്ന് സ്വർഗ്ഗസമലങ്ങളിലുള്ള എല്ലാ ഭരണാധിപന്മാരും ശക്തികളും അറിയുമെന്നതായിരുന്നു ദൈവത്തിന്റെ പദ്ധതി. സഭയിലൂടെ അവർക്കത് അറിയാൻ സാധിക്കും. **11**ഇല്ലത്തി മുതൽ ദൈവം നിശ്ചയിച്ചതനുസരിച്ചാണ്. ദൈവം തന്റെ നിശ്ചയമനുസരിച്ച് പ്രവർത്തിച്ചു. അതവൻ നമ്മുടെ കർത്താവായ യേശുക്രിസ്തുവിലൂടെ നിറവേറ്റി. **12**ക്രിസ്തുവിൽ നമുക്ക് ഭയമില്ലാതെ സ്വതന്ത്രമായി ദൈവത്തിനുമുമ്പിൽ നിൽക്കാം. ക്രിസ്തുവിലെ വിശ്വാസത്തിലൂടെ നമുക്കതു ചെയ്യാം. **13**അതിനാൽ, ഒരിക്കലും നിങ്ങളുടെ വേണ്ടി ഞാനനുഭവിക്കുന്ന കഷ്ടതകൾ മൂലം നിങ്ങൾ നിരന്തരമാകരുതെന്ന് ഞാനഭ്യർത്ഥിക്കുന്നു. എന്റെ കഷ്ടങ്ങൾ നിങ്ങളുടെ മഹത്വമാകുന്നു.

**ക്രിസ്തുവിന്റെ സ്നേഹം**

**14**അതുകൊണ്ട് പിതാവിനു മുമ്പിൽ പ്രാർത്ഥനയിൽ ഞാൻ മുട്ടുകുത്തുന്നു. **15**ഭൃമിയിലും സ്വർഗ്ഗത്തിലുമുള്ള എല്ലാ കുടുംബങ്ങൾക്കും അവനിൽനിന്നു നാമം ലഭിക്കുന്നു. **16**അവന്റെ മഹത്വംകൊണ്ട് നിങ്ങളുടെ ആത്മാവിനുശക്തി നൽകാൻ ഞാൻ പിതാവിനോട് അപേക്ഷിക്കുന്നു. അവന്റെ മഹത്വമായ സമ്പന്നതയാൽ നിങ്ങളുടെ അന്തരാത്മാവിനെ ശക്തിപ്പെടുത്താൻ ഞാൻ ദൈവത്തോടു പ്രാർത്ഥിക്കുന്നു. **17**നിങ്ങളുടെ വിശ്വാസം മൂലം ക്രിസ്തു നിങ്ങളുടെ ഹൃദയങ്ങളിൽ വസിക്കുമെന്നു ഞാൻ പ്രാർത്ഥിക്കുന്നു. നിങ്ങളുടെ ജീവിതം സ്നേഹംകൊണ്ട് വേരുറച്ചതും അടിത്തറപാകിയതുമായ കെട്ടെ എന്നു ഞാൻ പ്രാർത്ഥിക്കുന്നു. **18**നിങ്ങൾക്കും ദൈവത്തിന്റെ എല്ലാ വിശുദ്ധജനത്തിനും ക്രിസ്തുവിന്റെ സ്നേഹത്തിന്റെ വലുപ്പം മനസ്സിലാക്കട്ടെ എന്നു ഞാൻ പ്രാർത്ഥിക്കുന്നു. ആ സ്നേഹത്തിന്റെ വീതിയും നീളവും ഉയരവും ആഴവും മനസ്സിലാക്കട്ടെയെന്നു ഞാൻ പ്രാർത്ഥിക്കുന്നു. **19**ഏതൊരു വ്യക്തിയ്ക്കും പൂർണ്ണമായി അറിയാവുന്നതിലും മഹത്തരമാണു ക്രിസ്തുവിന്റെ സ്നേഹം. ആ സ്നേഹം അറിയാനുള്ള കഴിവ് നിങ്ങൾക്കുണ്ടാ

കെട്ടെ എന്നു ഞാൻ പ്രാർത്ഥിക്കുന്നു. അപ്പോൾ ദൈവത്തിന്റെ പൂർണ്ണത നിങ്ങളിൽ നിറയ്ക്കപ്പെടും.

**20**നമ്മിൽ പ്രവർത്തിക്കുന്ന ദൈവത്തിന്റെ ശക്തി കൊണ്ട് നമുക്ക് അപേക്ഷിക്കാവുന്നതിലോ ചിന്തിക്കാവുന്നതിലോ അധികം അവനു പ്രവർത്തിക്കാം. **21**അവൻ സഭയിലും യേശുക്രിസ്തുവിലും എപ്പോഴും എന്നെന്നേക്കും മഹത്വം. ആമേൻ.

**ശരീരത്തിന്റെ ഒരുമ**

**4** കർത്താവിന്റെ തടവുകാരനായ ഞാൻ, ഇനിമേൽ ദൈവജനത്തിനൊത്തവണ്ണം ജീവിക്കുവാൻ നിങ്ങളോടഭ്യർത്ഥിക്കുന്നു. **2**എപ്പോഴും എളിമയോടും, സൗമ്യതയോടും കൂടിയായിരിക്കുക. ക്ഷമിക്കുകയും പരസ്പരം സ്നേഹത്തോടെ സ്വീകരിക്കുകയും ചെയ്യുക. **3**ആത്മാവിലൂടെ നിങ്ങൾ കൂട്ടിച്ചേർക്കപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു. അങ്ങനെ തന്നെ തുടരുവാൻ നിങ്ങൾക്കാവുന്നതെല്ലാം ചെയ്യുക. സമാധാനം നിങ്ങളെ ഒന്നാക്കിത്തീർക്കട്ടെ. **4**ഏകശരീരവും ഏക ആത്മാവുമാണുള്ളത്. ഏക പ്രത്യാശയ്ക്കായിട്ടാണ് ദൈവം നിങ്ങളെ വിളിച്ചത്. **5**ഏക കർത്താവ്, ഏക വിശ്വാസം, ഏക സ്നാനമാണുള്ളത്. **6**ഏക ദൈവവും എല്ലാറ്റിനും ഏക പിതാവും. അവൻ എല്ലാറ്റിനേയും ഭരിക്കുന്നു. അവൻ എല്ലായിടവും എല്ലാറ്റിലും നിറഞ്ഞുനിൽക്കുന്നു.

**7**ക്രിസ്തു നമുക്ക് ഓരോരുത്തർക്കും ഓരോ പ്രത്യേക വരം നൽകി. ഓരോരുത്തർക്കും എന്തു കൊടുക്കണമെന്ന് ക്രിസ്തു നിശ്ചയിച്ചതു തന്നെ ഓരോരുത്തർക്കും ലഭിച്ചു. **8**അതുകൊണ്ട് തിരുവെഴുത്തുകളിൽ ഇങ്ങനെ പറഞ്ഞിരിക്കുന്നു,

“അവൻ ആകാശത്തിന്റെ ഉന്നതങ്ങളിലേക്കു പോയി; അവൻ തടവുകാരെ തന്നോടൊപ്പം കൊണ്ടു പോകുകയും ജനങ്ങൾക്കു വരങ്ങൾ നൽകുകയും ചെയ്തു.”

സങ്കീർത്തനങ്ങൾ 68:18.

**9**അവൻ “ഉയരത്തിലേക്കു പോയി” എന്നു പറയുന്നതിനർത്ഥമെന്താണ്? ആദ്യം അവൻ ഭൂമിയിലേക്കു താണുവന്നു എന്നാണതിനർത്ഥം. **10**അതുകൊണ്ട് യേശു താഴേക്കു വന്നു, അവൻ തന്നെയാണ് ഉന്നതങ്ങളിലേക്കു പോയത്. അവൻ എല്ലാ സ്വർഗ്ഗങ്ങൾക്കും മുകളിലേക്കുയർന്നു. എല്ലാറ്റിലും അവനെത്തന്നെ നിറയ്ക്കാനാണ് ക്രിസ്തു അതു ചെയ്തത്. **11**അതേ ക്രിസ്തുതന്നെ ജനങ്ങൾക്കു വരങ്ങളും നൽകി. ചിലരെ അവൻ അപ്പൊസ്തലന്മാരാക്കി, ചിലരെ പ്രവാചകരാക്കി, ചിലരെ സുവിശേഷപ്രസംഗകരാക്കി. ചിലരെ ദൈവത്തിന്റെ ജനതയുടെ ആട്ടിയന്മാരും അദ്ധ്യാപകരുമാക്കി. **12**ശുശ്രൂഷകൾക്കായി ദൈവത്തിന്റെ വിശുദ്ധജനത്തെ തയ്യാറാക്കുവാനാണ് ക്രിസ്തു ആ വരങ്ങൾ നൽകിയത്. ക്രിസ്തുവിന്റെ ശരീരത്തെ ശക്തമാക്കാനാണ് അവൻ ആ വരങ്ങൾ നൽകിയത്. **13**നാമെല്ലാവരും ദൈവപുത്രനെക്കുറിച്ചുള്ള വിശ്വാസത്തിലും അറിവിലും ഒരുമിക്കും. വരെ ഈ ജോലി തുടരേണ്ടതുണ്ട്. നാമെല്ലാവരും ക്രിസ്തുവിനെപ്പോലെ പകരതയും പൂർണ്ണതയുമുള്ളവരായി വളരണം.

**14**അപ്പോൾ നാം ഇനിയും ശിശുക്കളായിരിക്കില്ല. തീരമാലകളാൽ അങ്ങോട്ടും ഇങ്ങോട്ടും

ഉഴലുന്ന കപ്പൽ പോലെ മാറുന്നവരായിരിക്കുകയുമില്ല നാം. നമ്മെ വിഡ്ഢിയാക്കാൻ ശ്രമിക്കുന്നവരുടെപുതിയ പ്രബോധനങ്ങൾക്കും നാം വശംവദരാവുകയില്ല. തെറ്റായൊരു മാർഗ്ഗത്തിലേക്ക് ആളുകളെ നയിച്ച് മണ്ടന്മാരാക്കാനുള്ള എല്ലാവിധ തന്ത്രങ്ങളും അവർ ഒരുക്കുന്നു. **15**ഇല്ല, നമ്മൾ സത്യം സ്നേഹത്തോടെ സംസാരിക്കും. എല്ലാത്തരത്തിലും ക്രിസ്തുവിനെപ്പോലെ നാം വളരും. ക്രിസ്തു ശിരസ്സും നമ്മൾ ശരീരവുമാകുന്നു. **16**ശരീരം മുഴുവൻ ക്രിസ്തുവിനെ ആശ്രയിച്ചിരിക്കുന്നു. ശരീരത്തിന്റെ എല്ലാ അവയവങ്ങളും ഒന്നിച്ചു ചേർത്തിരിക്കുന്നു. ഓരോ ശരീരഭാഗവും അതാതിന്റെ ജോലി ചെയ്യുന്നു. മുഴുവൻ ശരീരത്തെയും സ്നേഹത്തിൽ ശക്തിപ്പെടുത്തി വളരാൻ അതു സഹായിക്കുന്നു.

**നിങ്ങൾ ജീവിക്കേണ്ട മാർഗ്ഗം**

**17**കർത്താവിനായി ഞാനിതു നിങ്ങളോടു പറയുകയും അതിലുന്നുകയും ചെയ്യുന്നു. അവിശ്വാസികളെപ്പോലെ ഇനിയും ജീവിക്കരുത്. നിഷ്ഠമലമായ ചിന്തകളാണവരുടേത്. **18**അവർക്കൊന്നും മനസ്സിലാക്കുന്നില്ല. കേൾക്കാൻ കൂട്ടാക്കാത്തതുകൊണ്ടാണിത് സംഭവിക്കുന്നത്. അതിനാൽ ദൈവം നൽകുന്ന ജീവിതത്തെ നേടാനവർക്കാവില്ല. **19**അവർക്കു ലജ്ജനഷ്ടപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു. തങ്ങളുടെ ജീവിതത്തെ തെറ്റു ചെയ്യാനായി അവർ ഉപയോഗിക്കുന്നു. കൂടുതൽ കൂടുതൽ തെറ്റുകൾ ചെയ്യാനാണവർക്കു താല്പര്യം. **20**എന്നാൽ ക്രിസ്തുവിൽ നിങ്ങൾ പഠിച്ച കാര്യങ്ങൾ ആ ചീത്തകാര്യങ്ങൾ പോലെയല്ല. **21**അവനെപ്പറ്റി നിങ്ങൾ കേട്ടിട്ടുണ്ടെന്ന് എനിക്കറിയാം. നിങ്ങൾ അവനിലെന്നവണ്ണം പഠിപ്പിക്കപ്പെട്ടിട്ടുണ്ട്. അതെ, സത്യം യേശുവിലാകുന്നു. **22**നിങ്ങളിലെ പഴയ മനുഷ്യനെ ഉപേക്ഷിക്കുകയും അശുദ്ധകർമ്മങ്ങൾ ചെയ്തു ജീവിക്കാതിരിക്കുകയും ചെയ്യാൻ നിങ്ങൾ പഠിപ്പിക്കപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു. ദുഷ്പ്രവൃത്തികൾ മൂലം ആളുകൾ വഞ്ചിതരാകുന്നതിനാൽ ആ പഴയ ജീവൻ നശിച്ചുകൊണ്ടേയിരിക്കുന്നു. **23**എന്നാൽ നിങ്ങൾ നിങ്ങളുടെ ഹൃദയത്തിൽ പുതൂക്കം പ്രാപിക്കുവാൻ പഠിപ്പിക്കപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു. **24**പുതിയ മനുഷ്യനാകാൻ നിങ്ങൾ പഠിപ്പിക്കപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു. ദൈവത്തെപ്പോലെയഥാർത്ഥത്തിൽ നല്ലതും പരിശുദ്ധവുമാകും വിധം യഥാർത്ഥ നന്മയോടെ ആ പുതിയ വ്യക്തി സൃഷ്ടിക്കപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു.

**25**അതിനാൽ നൂണ പറയുന്നതു നിങ്ങൾ നിർത്തണം. എല്ലായ്പ്പോഴും പരസ്പരം സത്യം പറയുക. \* കാരണം ഒരേ ശരീരത്തിൽ കഴിയുന്നവരാണ് നാം. **26**കോപമുണ്ടാകുമ്പോൾ പാപം ചെയ്യാനിടയാകരുത്.\* ദിവസം മുഴുവൻ കോപംവെച്ചു കൊണ്ടിരിക്കുകയുമരുത്. **27**പിശാചിനു നിങ്ങളെ പരാജയപ്പെടുത്താൻ ഇടനൽകരുത്. **28**മോഷ്ടാവ് മോഷണം നിർത്തണം. എന്നിട്ടവൻ ജോലി ചെയ്യണം. അവൻ തന്റെ കൈ നന്മ എന്തെങ്കിലും ചെയ്യാൻ ഉപയോഗിക്കട്ടെ. അപ്പോൾ തനിക്കുള്ളതു പാവങ്ങൾക്കു പങ്കുവയ്ക്കാൻ അവനു കഴിയും.

**29**ദുഷിച്ച സംസാരം നിങ്ങൾ നടത്താതിരിക്കുക. മറ്റുള്ളവരെ ശക്തരാക്കും വിധം വേണ്ട കാര്യങ്ങൾ സംസാരിക്കുക. അപ്പോൾ നിങ്ങളുടെ

വാക്കുകൾ ശ്രദ്ധിക്കുന്നവരെ അതു സഹായിക്കും. **30**പരിശുദ്ധാത്മാവിനെ ദുഃഖിപ്പിക്കരുത്. നിങ്ങൾ ദൈവത്തിന്റേതാണെന്നുള്ള ദൈവീകസാക്ഷ്യമാണ് പരിശുദ്ധാത്മാവ്. തക്കസമയത്ത് ദൈവം നിങ്ങളെ സ്വതന്ത്രരാക്കുമെന്നുള്ളതിനു സാക്ഷ്യമായാണ് ദൈവം ആ അത്മാവിനെ നിങ്ങൾക്കു തന്നത്. **31**ശത്രുത, ക്രോധം, കോപം എന്നിവ ഒരിക്കലും കാട്ടാതിരിക്കുക. കോപിച്ചലറുകയോ മറ്റുള്ളവരെ വേദനിപ്പിക്കും വിധം എന്തെങ്കിലും പഠയുകയോ ചെയ്യരുത്. ദുഷ്ടതകളൊന്നും പ്രവർത്തിക്കരുത്. **32**പരസ്പരം ദയാലുക്കളും ലോലഹൃദയരുമാവുക. ദൈവം ക്രിസ്തുവിൽ നിങ്ങളോടു ക്ഷമിച്ചതു പോലെ നിങ്ങളും പരസ്പരം ക്ഷമിക്കുക.

**5** ദൈവത്തിന്റെ പ്രിയപ്പെട്ട മക്കളാണ് നിങ്ങൾ. അതിനാൽ ദൈവത്തെപ്പോലെയാകുവാൻ ശ്രമിക്കുക. **2**സ്നേഹത്തിന്റേതായ ഒരു ജീവിതം നയിക്കുക. ക്രിസ്തു നമ്മെ സ്നേഹിച്ചതുപോലെ മറ്റുള്ളവരെയും സ്നേഹിക്കുക. ക്രിസ്തു സ്വയം നമുക്കു നൽകി. അവൻ ദൈവത്തിനു സുഗന്ധം നിറഞ്ഞ വഴിപാടും യാഗവുമായിരുന്നു.

**3**എന്നാൽ നിങ്ങൾക്കിടയിൽ ലൈംഗികപാപം അരുത്. യാതൊരുവിധ ദുഷ്ടതയോ അത്യാഗ്രഹമോ പാടില്ല. എന്തെന്നോ? അതൊന്നും ദൈവത്തിന്റെ വിശുദ്ധജനത്തിന് ചേർന്നതല്ല. **4**നിങ്ങൾക്കിടയിൽ ദുഷിച്ച വാക്കുകളുണ്ടാകരുത്. വിഡ്ഢിത്തങ്ങളോ വൃത്തികെട്ടതമാശകളോ നിങ്ങൾ പറയാതിരിക്കുക. അതൊന്നും നിങ്ങൾക്കുചേർന്നതല്ല. പക്ഷേ നിങ്ങൾ ദൈവത്തിനു നന്ദി പറഞ്ഞു കൊണ്ടിരിക്കണം. **5**ലൈംഗികപാപം ചെയ്യുന്നവനോ ദുഷ്ടത പ്രവർത്തിക്കുന്നവനോ വിശ്രഹാരാധന ചെയ്യുന്നവനോ ക്രിസ്തുവിന്റെയും ദൈവത്തിന്റെയും രാജ്യത്ത് ഒരു സ്ഥാനവും ഉണ്ടാകില്ലെന്നു വസ്തുത നിങ്ങൾക്കുറപ്പിക്കാം. വിശ്രഹാരാധകർ വ്യാജദൈവത്തെയാണ് ആരാധിക്കുന്നത്. **6**അസത്യങ്ങൾ പറഞ്ഞ് ആരും നിങ്ങളെ വഞ്ചിക്കാൻ ഇടകൊടുക്കരുത്. ദൈവത്തിന്റെ ഉഗ്രമായ കോപം അനുസരിക്കാത്തവരുടെമേൽ പതിക്കാൻ ഇത്തരം ചെയ്തികൾ കാരണമാകും. **7**അതിനാൽ ഇതേ പെരുമാറ്റം അവരോടു കൂടെ ചെയ്യരുത്. **8**മൂന്നു നിങ്ങൾ ഇതു നിറഞ്ഞവരായിരുന്നെങ്കിലും ഇപ്പോൾ നിങ്ങളിൽ കർത്താവിന്റെ പ്രകാശം നിറഞ്ഞിരിക്കുന്നു. അതിനാൽ പ്രകാശത്തിന്റെ കൂഞ്ഞുങ്ങളെപ്പോലെ കഴിയുക. **9**പ്രകാശം എല്ലാത്തരം നന്മകളേയും സൽജീവിതത്തേയും സത്യത്തേയും കൊണ്ടുവരുന്നു. **10**കർത്താവിനെ സന്തുഷ്ടനാക്കുന്നതെന്തെന്നു പഠിക്കുക. **11**ഇരുട്ടിലാണ്ടവരുടെ പ്രവൃത്തികൾ ചെയ്യരുത്. അത് നന്മയൊന്നും ചെയ്യുകയില്ല. ഇരുട്ടിലെ ആ കാര്യങ്ങൾ തെറ്റാണെന്ന് തെളിയിക്കാൻ നന്മകൾ ചെയ്യുക. **12**അവർ ചെയ്യുന്ന രഹസ്യപ്രവൃത്തികളെപ്പറ്റി പറയുന്നതു തന്നെ യഥാർത്ഥത്തിൽ ലജ്ജാകരമാണ്. **13**അവതെറ്റാണെന്നു നാം തെളിയിക്കുമ്പോൾ പ്രകാശം അവയുടെ യഥാർത്ഥ രൂപം കാണുക എളുപ്പമാകുന്നു. **14**പ്രകാശമാണ് എല്ലാം എളുപ്പത്തിൽ ദൃശ്യമാക്കുന്നത്. അതിനാലാണ് നാമിങ്ങനെ പറയുന്നത്:

“ഉറങ്ങുന്നവനേ, ഉണരൂ! മരണത്തിൽനിന്ന് ഉയിർത്തെഴുന്നേൽക്കൂ, ക്രിസ്തു നിന്റെമേൽ പ്രകാശിക്കും.”

എല്ലായ്പ്പോഴും ... പറയുക ഉദ്ധരണി സെഖ. 8:16.  
 കോപമുണ്ടാകുമ്പോൾ ... ചെയ്യാനിടയാകരുത് ഉദ്ധരണി സങ്കീ 4:4.

15അതിനാൽ എങ്ങനെ ജീവിക്കുന്നു എന്നതിൽ ശ്രദ്ധാലുവാകുക. അജ്ഞരായവരെപ്പോലെ ജീവിക്കരുത്. വിവേകത്തോടെ ജീവിക്കുക. 16നന്മ ചെയ്യാൻ ലഭിക്കുന്ന എല്ലാ അവസരവും നിങ്ങളുപയോഗിക്കണമെന്നാണ് ഞാൻ അർത്ഥമാക്കിയത്. കാരണം, ഇതു ചീത്തക്കാരാണ്. 17അതിനാൽ നിങ്ങളുടെ ജീവിതം കൊണ്ട് വിഡ്ഢിത്തം കാട്ടരുത്. കർത്താവിന് വേണ്ടത് ചെയ്യാൻ പഠിക്കുക. 18വീഞ്ഞു കുടിച്ചുമാത്തരാകാതിരിക്കുക. അതു നിങ്ങളെ ആത്മീയമായി നശിപ്പിക്കും. എന്നാൽ ആത്മാവിനാൽ നിറയ്ക്കപ്പെടുക. 19സങ്കീർത്തനങ്ങളാലും സ്തോത്രങ്ങളാലും ആത്മീയഗാനങ്ങളാലും പരസ്പരം സംസാരിക്കുക. നിങ്ങളുടെ ഹൃദയങ്ങളിൽ കർത്താവിനായി പാടുകയും സംഗീതം ഉണ്ടാക്കുകയും ചെയ്യുക. 20എല്ലാറ്റിനും പിതാവായ ദൈവത്തോടു നന്ദി പറയുക. നമ്മുടെ കർത്താവായ യേശുക്രിസ്തുവിന്റെ നാമത്തിൽ അവന്നു നന്ദി പറയുക.

**ഭാര്യമാരും ഭർത്താക്കന്മാരും**

21നിങ്ങൾ അന്വേഷിക്കുക. അനുസരിക്കുവാൻ സന്നദ്ധരാകുക. എന്തെന്നാൽ നിങ്ങൾ ക്രിസ്തുവിനെ ആദരിക്കുന്നു.

22ഭാര്യമാരേ, നിങ്ങൾ കർത്താവിന് എന്നതുപോലെ നിങ്ങളുടെ ഭർത്താക്കന്മാരുടെ അധികാരത്തിന് കീഴിലാകുക. 23ക്രിസ്തു സഭയുടെ ശിരസ്സായിരിക്കുന്നതുപോലെ ഭർത്താവ് ഭാര്യയുടെ ശിരസ്സാകുന്നു. സഭ ക്രിസ്തുവിന്റെ ശരീരവും- ക്രിസ്തു ശരീരത്തിന്റെ രക്ഷകനാകുന്നു. 24സഭ ക്രിസ്തുവിന്റെ അധികാരത്തിന് കീഴിലാണ്. ഭാര്യമാരേ, നിങ്ങൾക്കും അങ്ങനെ തന്നെ. എല്ലാഭാര്യത്തിലും നിങ്ങൾ നിങ്ങളുടെ ഭർത്താക്കന്മാർക്കു വിധേയരായിരിക്കുക.

25ഭർത്താക്കന്മാരേ, ക്രിസ്തു സഭയെ സ്നേഹിച്ചതുപോലെ നിങ്ങൾ നിങ്ങളുടെ ഭാര്യമാരെ സ്നേഹിക്കുക. ക്രിസ്തു സഭയ്ക്കു വേണ്ടി മരിച്ചു. 26സഭയെ വിശുദ്ധമാക്കാനാണ് മരിച്ചത്. സഭയെ വെള്ളം കൊണ്ട് കഴുകി വൃത്തിയാക്കാൻ ക്രിസ്തു സുവിശേഷപ്രസംഗം ഉപയോഗിച്ചു. 27തേജസുള്ള (സൗന്ദര്യം) ഒരു മണവാട്ടിയെപ്പോലെ സഭയെ തനിക്കുവേണ്ടി നൽകുവാനാണ് ക്രിസ്തു മരിച്ചത്. സഭയെ ശുദ്ധീകരിച്ച് തെറ്റുകുറ്റങ്ങളോ ദുഷ്ടപാപങ്ങളോ എന്തെങ്കിലും തരത്തിലുള്ള തിന്മകളോ ഇല്ലാതാക്കാനാണ് ക്രിസ്തു മരണം വരിച്ചത്. 28ഭർത്താക്കന്മാരും അങ്ങനെ വേണം ഭാര്യമാരെ സ്നേഹിക്കാൻ. സ്വന്തം ശരീരത്തെക്കൊണ്ട് പോലെ അവർ ഭാര്യമാരെ സ്നേഹിക്കണം. തന്റെ ഭാര്യയെ സ്നേഹിക്കുന്നവൻ സ്വന്തം സ്നേഹിക്കുകയാണ്. 29എന്തെന്നോ? ആരും സ്വന്തം ശരീരത്തെ ഒരിക്കലും വെറുക്കുകയില്ല. എല്ലാവരും സ്വന്തം ശരീരത്തെ തീറ്റിപ്പോറ്റി പരിപാലിക്കുന്നു. അതു തന്നെ ക്രിസ്തുവും സഭയ്ക്കു വേണ്ടി ചെയ്യുന്നു. 30കാരണം നമ്മൾ അവന്റെ ശരീരത്തിന്റെ ഭാഗങ്ങളാകുന്നു. 31തിരുവെഴുത്തു പറയുന്നു:

“അതിനാൽ ഒരു പുരുഷൻ തന്റെ അപ്പനമ്മമാരെ വിട്ട് തന്റെ ഭാര്യയോടു ഒട്ടിച്ചേരുന്നു. അവരിരുവരും ഒരു ദേഹമായിത്തീരുന്നു.”\*

32ആ രഹസ്യസത്യം വളരെ പ്രധാനമാണ്- ഞാൻ ക്രിസ്തുവിനേയും സഭയേയും പറ്റിയാണ് പറയുന്നത്. 33എന്നാൽ നിങ്ങളോരോരുത്തരും സ്വന്തം സ്നേഹിക്കുന്നതുപോലെ സ്വന്തം ഭാര്യയേയും സ്നേഹിക്കണം. ഭാര്യ ഭർത്താവിനെ ആദരിക്കുകയും വേണം.

**മക്കളും മാതാപിതാക്കളും**

6 മക്കളേ, കർത്താവ് ആഗ്രഹിക്കുന്നതുപോലെ മാതാപിതാക്കളെ അനുസരിക്കുവിൻ. ശരിയായ ധർമ്മം അതാണ്. 2കല്പനയിടനെ പറയുന്നു, “നിങ്ങളുടെ അപ്പനമ്മമാരെ നിങ്ങൾ ബഹുമാനിക്കണം.”\* വാഗ്ദാനത്തോടു കൂടിയ ആദ്യത്തെ കല്പനയാണിത്. 3വാഗ്ദാനം ഇതാണ്: “അപ്പോൾ നിനക്കു നന്മയുണ്ടാകും. നിനക്കു ഭൂമിയിൽ ഒരു ദീർഘകാല ജീവിതവുമുണ്ടാകും.”\*

4പിതാക്കന്മാരേ, നിങ്ങളുടെ മക്കളെ ഒരിക്കലും പ്രകോപിതരാക്കരുത്. എന്നാൽ കർത്താവിന്റെ പരിശീലനത്തിലും ഉപദേശത്തിലും അവരെ വളർത്തുക.

**അടിമകളും യജമാനന്മാരും**

5അടിമകളേ, ഭൂമിയിലെ നിങ്ങളുടെ യജമാനന്മാരെ അനുസരിക്കുവിൻ. ഭയത്തോടും ആദരവോടും കൂടി അനുസരിക്കുക. ക്രിസ്തുവിനെ നിങ്ങൾ അനുസരിക്കുന്നതുപോലെ ഹൃദയംഗമായി അനുസരിക്കുക. 6യജമാനന്മാർ നിങ്ങളെ ശ്രദ്ധിക്കുമ്പോൾ അവരെ പ്രീതിപ്പെടുത്താൻ മാത്രം അനുസരിച്ചാൽ പോരാ. ക്രിസ്തുവിനെ അനുസരിക്കുന്നതുപോലെ അവരെ അനുസരിക്കുക. അങ്ങനെ ദൈവത്തിന്റെ വിധി ഹൃദയംഗമായി നിറവേറ്റുകയും ചെയ്യുക. 7നിങ്ങളുടെ ജോലിസന്തോഷത്തോടെ നിർവ്വഹിക്കുക. മനുഷ്യരെ സേവിക്കുന്നതുപോലെല്ലെ, കർത്താവിനെ സേവിക്കുന്നതുപോലെ വേണം ജോലി ചെയ്യുവാൻ. 8നന്മ ചെയ്യുന്നവർക്കു കർത്താവ് തക്കപ്രതിഫലം തരുമെന്ന് ഓർമ്മിക്കുക. ഓരോരുത്തർക്കും, അവൻ അടിമയായാലും സ്വതന്ത്രനായാലും നന്മ ചെയ്താൽ അതിനുതക്ക പ്രതിഫലം കിട്ടും.

9യജമാനന്മാരേ അതേപോലെ നിങ്ങളും അടിമകൾക്കു നന്മ ചെയ്യുക. അവരെ ഭീഷണിപ്പെടുത്തുന്ന ഒന്നും പറയരുത്. നിങ്ങളുടേയും അവരുടേയും യജമാനൻ സ്വർഗ്ഗത്തിലുണ്ടെന്നു നിങ്ങൾക്കറിയാമല്ലോ. ആ യജമാനനായ ദൈവം എല്ലാവരേയും ഒരു പോലെ വിധിക്കുന്നു.

**ദൈവത്തിന്റെ കവചം അണിയുക**

10ഈ കത്ത് അവസാനിക്കും മുമ്പ് ഒരു കാര്യം കൂടി പറയട്ടെ, കർത്താവിലും അവന്റെ ശക്തിയിലും കരുത്തരാകുക. 11ദൈവത്തിന്റെപുർണ്ണ കവചം ധരിക്കുക. എങ്കിൽ പിശാചിന്റെ കൂടിലതന്ത്രങ്ങളെ നിങ്ങൾക്കു ചെറുക്കാനാകും. 12നമ്മുടെ പോരാട്ടം ഭൂമിയിലെ ജനങ്ങൾക്കെതിരായല്ല. ഈ ലോകത്തിന്റെ അന്ധകാരത്തിന്റെ ഭരണാധികാരികൾക്കും വാഴ്ചകൾക്കും ശക്തികൾക്കുമെതിരാണ്. സ്വർഗ്ഗീയസ്ഥലങ്ങളിൽ കയറിയിരിക്കുന്ന ദുരാത്മാക്കൾക്കെതിരായാണ് നാം പോരാടുന്നത്. 13അതുകൊണ്ടാണ്

“നിങ്ങളുടെ ... ബഹുമാനിക്കണം” ഉദ്ധരണി പുറം. 20:12; ആവ. 5:16.

“അപ്പോൾ ... ജീവിതവുമുണ്ടാകും” ഉദ്ധരണി പുറം. 20:12; ആവ. 5:16.

“അതിനാൽ ... ദേഹമായിത്തീരുന്നു” ഉദ്ധരണി ഉല്പ. 2:24.

നിങ്ങൾക്ക് ദൈവിക കവചം വേണമെന്നു പറഞ്ഞത്. അപ്പോൾ ദുഷ്ടന്റെ ദിവസത്തിൽ നിങ്ങൾക്കു കരുത്തോടെ നിൽക്കാനാകും. യുദ്ധം മുഴുവൻ കഴിയുമ്പോഴും നിങ്ങൾക്കുനേരെ നിൽക്കാൻ കഴിയും. **14**നിങ്ങളുടെ അരയിൽ സത്യത്തിന്റെ അരപ്പട്ട കെട്ടി ശക്തരായി നിൽക്കുക. നീതിയുടെ മാർച്ചപ്പട്ടയും അണിയുക. **15**കരുത്തോടെ നിൽക്കുവാൻ നിങ്ങളുടെ കാലുകളിൽ സമാധാനത്തിന്റെ സുവിശേഷം ധരിക്കുക. **16**വിശ്വാസത്തിന്റെ പരിചയും ഉപയോഗിക്കുക. അങ്ങനെ ദുഷ്ടനയൽക്കുന്ന ഓരോ തീയമ്പും തടുക്കുവാൻ നിങ്ങൾക്കു കഴിയും. **17**രക്ഷയുടെ യുദ്ധത്തൊപ്പി ധരിക്കുക. ദൈവവചനമാകുന്ന ആത്മാവിന്റെ വാളുമെടുക്കുക. **18**എല്ലായ്പ്പോഴും ആത്മാവിൽ പ്രാർത്ഥിക്കുക. എല്ലാത്തരം സ്തുതികളുപയോഗിച്ചും പ്രാർത്ഥിച്ച് നിങ്ങൾക്കു വേണ്ടത് ചോദിക്കുക. അങ്ങനെ ചെയ്യാൻ നിങ്ങളെപ്പോഴും തയ്യാറായിരിക്കണം. ജാഗ്രത കൈവെടിയാതെ എല്ലാ ദൈവജനത്തിനു വേണ്ടിയും പ്രാർത്ഥിക്കുക.

**19**എന്നിങ്ങു വേണ്ടിയും പ്രാർത്ഥിക്കുക. ഒരിക്കൽ മറച്ചുവെച്ചിരുന്ന സുവിശേഷത്തിന്റെ സത്യം എന്നിങ്ങു ധൈര്യപൂർവ്വം വിളിച്ചുപറയാൻ എന്റെ പ്രസംഗവേളകളിൽ എന്നിങ്ങു വാക്കുകൾ തരുവാൻ ദൈവത്തോട് പ്രാർത്ഥിക്കുക. **20**സുവിശേഷം പ്രസംഗിക്കേണ്ടതിലേക്കായി ഞാനിപ്പോൾ തടവറയിലാണ്. സുവി

ശേഷം പ്രസംഗിക്കേണ്ട രീതിയിൽ ഭയരഹിതനായി അത് ചെയ്യാൻവേണ്ടി എന്നിക്കായി പ്രാർത്ഥിക്കുക. ഞാനെങ്ങനെയോ ചെയ്യേണ്ടത് അങ്ങനെ ഭയലേശമില്ലാതെ സുവിശേഷം പ്രസംഗിക്കാൻ എന്നിങ്ങു കഴിയണമെന്നും നിങ്ങൾ പ്രാർത്ഥിക്കുക.

**അവസാനത്തെ ആശംസകൾ**

**21**ഞങ്ങൾ സ്നേഹിക്കുന്ന തിഹിക്കോസ് എന്ന സഹോദരനെ ഞാൻ നിങ്ങളുടെയടുത്തേക്കയൽക്കുന്നു. കർത്താവിന്റെ വിശ്വസ്തനായ ദാസനാണവൻ. എന്നിങ്ങു സംഭവിക്കുന്നതെല്ലാം അവൻ പറഞ്ഞുതരും. അപ്പോൾ എന്നെപ്പറ്റിയും എന്റെ പ്രവൃത്തികളെപ്പറ്റിയും നിങ്ങൾക്കറിയാൻ കഴിയും. **22**അതിനാലാണ് ഞാനവനെ അയൽക്കുന്നത്. ഞങ്ങൾ എങ്ങനെയിരിക്കുന്നുവെന്ന് നിങ്ങൾ അറിയണമെന്ന് ഞാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്നു. നിങ്ങളെ പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കാനും കൂടിയാണ് ഞാൻ അവനെ അയൽക്കുന്നത്. **23**പിതാവായ ദൈവത്തിൽനിന്നും കർത്താവായ യേശുക്രിസ്തുവിൽനിന്നും വിശ്വാസത്തോടെയുള്ള സ്നേഹവും സമാധാനവും നിങ്ങൾക്കുണ്ടാകട്ടെ. **24**നമ്മുടെ കർത്താവായ യേശുക്രിസ്തുവിനെ അന്തമില്ലാതെ സ്നേഹിക്കുന്ന എല്ലാവർക്കും ദൈവത്തിന്റെ കൃപയുമുണ്ടാകട്ടെ.