

# ਅਫਸੀਆਂ ਨੂੰ ਪੱਤੀ

1 ਇਹ ਪੱਤਰ ਮਸੀਹ ਯਿਸੂ ਦੇ ਰਸੂਲ ਪੌਲਸ ਵੱਲੋਂ ਹੈ। ਮੈਂ ਰਸੂਲ ਇਸ ਲਈ ਬਣਿਆ ਹਾਂ ਕਿ ਇਹ ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਦੀ ਰਜ਼ਾ ਸੀ। ਇਹ ਪੱਤਰ ਮਸੀਹ ਯਿਸੂ ਵਿੱਚ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਰੱਖਣ ਵਾਲੇ ਨਿਹਚਾਵਾਨਾਂ, ਅਫਸ਼ਸ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਦੇ ਪਵਿੱਤਰ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਲਿਖਿਆ ਹੈ। 2 ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਸਾਡੇ ਪਿਤਾ ਅਤੇ ਪ੍ਰਭੂ ਯਿਸੂ ਮਸੀਹ ਵੱਲੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਤੇ ਕਿਰਪਾ ਅਤੇ ਸ਼ਾਂਤੀ ਹੋਵੇ।

## ਮਸੀਹ ਵਿੱਚ ਆਤਮਕ ਅਸੀਸਾਂ

3 ਸਾਡੇ ਪ੍ਰਭੂ ਯਿਸੂ ਮਸੀਹ ਦੇ ਪਿਤਾ ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਦੀ ਉਸਤਤਿ ਕਰੋ। ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਨੇ ਸਾਨੂੰ ਮਸੀਹ ਵਿੱਚ ਸੁਰਗ ਦੀ ਹਰ ਆਤਮਕ ਅਸੀਸ ਦਿੱਤੀ ਹੈ। 4 ਮਸੀਹ ਵਿੱਚ ਸਾਨੂੰ ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਨੇ ਦੁਨੀਆਂ ਸਾਜਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਚੁਣ ਲਿਆ ਸੀ। ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਨੇ ਸਾਨੂੰ ਪ੍ਰੇਮ ਨਾਲ, ਆਪਣੇ ਪਵਿੱਤਰ ਲੋਕ ਅਤੇ ਉਸ ਅੱਗੇ ਦੋਸ਼ ਰਹਿਤ ਲੋਕ ਹੋਣ ਲਈ ਚੁਣਿਆ ਹੈ। 5 ਅਤੇ ਦੁਨੀਆਂ ਦੀ ਸਾਜਣਾ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਨੇ ਯਿਸੂ ਮਸੀਹ ਰਾਹੀਂ ਸਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਬਣਾਉਣ ਦਾ ਨਿਰਣਾ ਕੀਤਾ। ਇਹ ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਦੀ ਰਜ਼ਾ ਸੀ। ਇਸ ਨੇ ਉਸ ਨੂੰ ਪ੍ਰਸੰਨ ਕੀਤਾ ਹੈ। 6 ਇਹ ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਨੂੰ ਉਸਤਤਿ ਦਿੰਦੀ ਹੈ ਕਿਉਂ ਜੋ ਉਸ ਨੇ ਕਿਰਪਾ ਦਿਖਾਈ। ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਨੇ ਆਪਣੀ ਕਿਰਪਾ ਸਾਡੇ ਉੱਤੇ ਮੁਫਤ ਕੀਤੀ ਹੈ ਉਸ ਨੇ ਸਾਡੇ ਉਪਰ ਇਹ ਕਿਰਪਾ ਮਸੀਹ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੀ ਜਿਸ ਨੂੰ ਉਹ ਪਿਆਰ ਕਰਦਾ ਹੈ। 7 ਮਸੀਹ ਦੇ ਨਮਿੱਤ ਸਾਨੂੰ ਉਸ ਦੇ ਲਹੂ ਰਾਹੀਂ ਆਜ਼ਾਦੀ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਸੀ। ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਦੀ ਅਪਾਰ ਕਿਰਪਾ ਦੁਆਰਾ ਆਪਣੇ ਪਾਪਾਂ ਦੀ ਮਾਫ਼ੀ ਹੈ। 8 ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਨੇ ਆਪਣੀ ਪੂਰੀ ਕਿਰਪਾ, ਸਿਆਣਪ ਅਤੇ ਗਿਆਨ ਸਾਡੇ ਉੱਤੇ ਮੁਫਤੀ ਛਿੜਕਿਆ ਹੈ। 9 ਉਸ ਨੇ ਆਪਣੀ ਗੁਪਤ ਯੋਜਨਾ ਆਪਣੀ ਇੱਛਾ ਅਨੁਸਾਰ ਸਾਨੂੰ ਪਰਗਟ ਕੀਤੀ। ਅਤੇ ਉਸ ਨੇ ਇਹ ਯੋਜਨਾ ਮਸੀਹ ਰਾਹੀਂ ਪੂਰਨ ਕਰਨ ਦਾ ਨਿਸ਼ਚਾ ਕੀਤਾ। 10 ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਦਾ ਇਰਾਦਾ ਦੁਕਵੇ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਆਪਣੇ ਉਦੇਸ਼ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਦਾ ਸੀ। ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਸੁਰਗ ਅਤੇ ਧਰਤੀ ਵਿਚਲੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਇਕੱਠਿਆਂ ਕਰਕੇ ਮਸੀਹ ਨੂੰ ਮੁਖੀ ਬਣਾਕੇ ਉਸ ਦੇ ਅਧੀਨ ਕਰਨ ਦੀ ਸੀ।

11 ਮਸੀਹ ਵਿੱਚ ਸਾਨੂੰ ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਚੁਣਿਆ ਗਿਆ ਸੀ। ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਨੇ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਸਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਲੋਕ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਈ ਹੋਈ ਸੀ, ਕਿਉਂ ਕਿ ਇਹ ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਦੀ ਇੱਛਾ ਸੀ। ਇਹ ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਹੀ ਹੈ ਜੋ ਹਰ ਚੀਜ਼ ਨੂੰ ਆਪਣੀ

ਇੱਛਾ ਅਤੇ ਫੈਸਲੇ ਨਾਲ ਰਜ਼ਾਮੰਦ ਕਰਾਉਂਦਾ ਹੈ। 12 ਅਸੀਂ ਪਹਿਲੇ ਲੋਕ ਹਾਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਮਸੀਹ ਵਿੱਚ ਉਮੀਦ ਰਖੀ। ਅਤੇ ਸਾਨੂੰ ਇਸ ਲਈ ਚੁਣਿਆ ਗਿਆ ਸੀ ਤਾਂ ਜੋ ਅਸੀਂ ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਦੀ ਮਹਿਮਾ ਦੀ ਉਸਤਤਿ ਕਰ ਸਕੀਏ। 13 ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਵੀ ਅਜਿਹਾ ਹੀ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਸੱਚੀ ਸਿੱਖਿਆ ਸੁਣੀ, ਉਹ ਤੁਹਾਡੀ ਮੁਕਤੀ ਦੀ ਖੁਸ਼ ਖਬਰੀ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਉਹ ਖੁਸ਼ ਖਬਰੀ ਸੁਣੀ, ਤੁਸੀਂ ਮਸੀਹ ਵਿਚ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਕੀਤਾ। ਅਤੇ ਮਸੀਹ ਦੇ ਰਾਹੀਂ, ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਨੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਹ ਪਵਿੱਤਰ ਆਤਮਾ ਦੇ ਕੇ ਜਿਸ ਦਾ ਉਸ ਨੇ ਵਾਅਦਾ ਕੀਤਾ ਸੀ, ਆਪਣਾ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਨਿਸ਼ਾਨ ਤੁਹਾਡੇ ਉਪਰ ਲਗਾਇਆ। 14 ਇਹ ਪਵਿੱਤਰ ਆਤਮਾ ਸਾਖੀ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਉਹ ਸਾਰੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਾਂਗੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਨੇ ਆਪਣੇ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਵਾਅਦਾ ਕੀਤਾ ਸੀ। ਇਹ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਆਜ਼ਾਦ ਕਰ ਦੇਵੇਗਾ, ਜਿਹੜੇ ਲੋਕ ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਹਨ। ਇਸ ਸਭ ਕਾਸੇ ਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਦੀ ਮਹਿਮਾ ਨੂੰ ਉਸਤਤਿ ਲਿਆਉਣਾ ਹੈ।

## ਪੌਲਸ ਦੀ ਪ੍ਰਾਰਥਨਾ

15-16 ਇਹੀ ਕਾਰਣ ਹੈ ਕਿ ਮੈਂ ਆਪਣੀਆਂ ਪ੍ਰਾਰਥਨਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਹਮੇਸ਼ਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਚੇਤੇ ਕਰਦਾ ਹਾਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਦਾ ਧੰਨਵਾਨ ਕਰਦਾ ਹਾਂ। ਮੈਂ ਇਹ ਹਮੇਸ਼ਾ ਤੋਂ ਕੀਤਾ ਹੈ, ਜਦੋਂ ਤੋਂ ਮੈਂ ਪ੍ਰਭੂ ਯਿਸੂ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੇ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਅਤੇ ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਪਿਆਰ ਬਾਰੇ ਸੁਣਿਆ। 17 ਮੈਂ ਹਮੇਸ਼ਾ ਸਾਡੇ ਪ੍ਰਭੂ ਯਿਸੂ ਮਸੀਹ ਦੇ ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਰਥਨਾ ਕਰਦਾ ਹਾਂ, ਜੋ ਕਿ ਮਹਿਮਾਮਈ ਪਿਤਾ ਹੈ। ਮੈਂ ਪ੍ਰਾਰਥਨਾ ਕਰਦਾ ਹਾਂ ਕਿ ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਤਮਾ ਦੇਵੇ ਜਿਹੜਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਿਆਣਾ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਬਾਰੇ ਗਿਆਨ ਦਿੰਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਤੋਂ ਉਸ ਨੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਾਣੂ ਕਰਾਇਆ ਹੈ। 18 ਮੈਂ ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਰਥਨਾ ਕਰਦਾ ਹਾਂ ਕਿ ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਹਿਰਦਿਆਂ ਵਿੱਚ ਸਮਝਦਾਰੀ ਦੇ ਸਕੇ। ਫੇਰ ਤੁਸੀਂ ਉਸ ਉਮੀਦ ਬਾਰੇ ਜਾਣ ਲਵੋਗੇ ਜਿਸ ਨੂੰ ਰੱਖਣ ਲਈ ਸਾਨੂੰ ਚੁਣਿਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਜਾਣ ਜਾਵੋਗੇ ਕਿ ਜਿਹੜੀਆਂ ਅਸੀਸਾਂ ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਨੇ ਆਪਣੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਦੇਣ ਦਾ ਵਾਅਦਾ ਕੀਤਾ ਸੀ ਉਹ ਅਪਾਰ ਅਤੇ ਮਹਿਮਾਮਈ ਹਨ। 19 ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਜਾਣ ਜਾਵੋਗੇ ਕਿ ਸਾਡੇ ਆਸਥਾਵਾਨਾਂ ਲਈ, ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਦੀ ਸ਼ਕਤੀ ਬਹੁਤ ਮਹਾਨ ਹੈ। 20 ਇਹ ਮਹਾਨ ਸ਼ਕਤੀ ਉਹੀ ਹੈ ਜਿਹੜੀ ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਨੇ ਮਸੀਹ ਨੂੰ ਮੌਤ ਤੋਂ ਉਭਾਰਨ ਲਈ ਵਰਤੀ ਸੀ। ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਨੇ ਮਸੀਹ ਨੂੰ ਸੁਰਗੀ ਥਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਸੱਜੇ ਪਾਸੇ ਬਿਠਾਇਆ। 21 ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ

ਨੇ ਮਸੀਹ ਨੂੰ, ਸਾਰੇ ਹਾਕਮਾਂ, ਅਧਿਕਾਰਾਂ, ਸ਼ਕਤੀਆਂ, ਅਤੇ ਰਾਜਿਆਂ ਨਾਲੋਂ ਵਧੇਰੇ ਮਹੱਤਵਪੂਰਣ ਬਣਾਇਆ। ਮਸੀਹ ਹਰ ਚੀਜ਼ ਨਾਲੋਂ ਵੀ ਵਧੇਰੇ ਸ਼ਕਤੀਸ਼ਾਲੀ ਹੈ ਜੋ ਵੀ ਇਸ ਦੁਨੀਆਂ ਵਿੱਚ ਜਾਂ ਭਵਿੱਖ ਦੀ ਦੁਨੀਆਂ ਵਿੱਚ ਤਾਕਤ ਰਖਦਾ ਹੈ। <sup>22</sup>ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਨੇ ਸਾਰੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਮਸੀਹ ਦੀ ਅਧੀਨਤਾ ਬੱਲੇ ਪਾ ਦਿੱਤੀਆਂ ਹਨ। ਅਤੇ ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਨੇ ਉਸ ਨੂੰ ਕਲੀਸਿਯਾ ਦੀਆਂ ਸਮੁੱਚੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦਾ ਮੁਖੀਆ ਤਾਇਨਾਤ ਕੀਤਾ ਹੈ। <sup>23</sup>ਕਲੀਸਿਯਾ ਮਸੀਹ ਦਾ ਸ਼ਰੀਰ ਹੈ। ਕਲੀਸਿਯਾ ਮਸੀਹ ਨਾਲ ਭਰਪੂਰ ਹੈ। ਉਹ ਹਰ ਢੰਗ ਨਾਲ ਸਾਰੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਸੰਪੂਰਣ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ।

### ਮੌਤ ਤੋਂ ਜੀਵਨ ਵੱਲ

**2** ਅਤੀਤ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡਾ ਆਤਮਾਕ ਜੀਵਨ ਤੁਹਾਡੇ ਪਾਪ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਗੱਲਾਂ ਕਾਰਨ ਜਿਹੜੀਆਂ ਤੁਸੀਂ ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਦੇ ਖਿਲਾਫ ਕੀਤੀਆਂ, ਮੁਰਦਾ ਸਨ। <sup>2</sup>ਹਾਂ, ਅਤੀਤ ਵਿੱਚ ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਪਾਪ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਜਿਉਂਦੇ। ਤੁਸੀਂ ਦੁਨੀਆਂ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਵਾਂਗ ਜਿਉਂਦੇ। ਤੁਸੀਂ ਸੰਸਾਰ ਵਿੱਚ ਬਦੀ ਦੀਆਂ ਸ਼ਕਤੀਆਂ ਦੇ ਹਾਕਮ ਦੇ ਚੇਲੇ ਸੀ। ਹੁਣ ਇਹੀ ਆਤਮਾ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ ਜਿਹੜੇ ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਨੂੰ ਅਵੱਗਿਆਕਾਰੀ ਹਨ। <sup>3</sup>ਪਿਛਲੇ ਸਮਿਆਂ ਵਿੱਚ, ਅਸੀਂ ਸਾਰੇ ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਰਹੇ ਜਿਵੇਂ ਉਹ ਲੋਕ ਰਹੇ। ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਪਾਪੀ ਆਪਿਆਂ ਨੂੰ ਸੰਤੁਸ਼ਟ ਕਰ ਰਹੇ ਸਾਂ। ਅਸੀਂ ਉਹ ਸਾਰੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਕੀਤੀਆਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸਾਡੇ ਤਨਾਂ ਅਤੇ ਮਨਾਂ ਨੇ ਕਰਨ ਦੀ ਇੱਛਾ ਕੀਤੀ। ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਅਜਿਹੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਜਿਉਂਦੇ ਰਹੇ ਸਾਂ, ਅਸੀਂ ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਦੇ ਕ੍ਰੋਧ ਦਾ ਸਾਮ੍ਹਣਾ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਸਾਂ ਕਿਉਂ ਜੁ ਅਸੀਂ ਦੁਸ਼ਟ ਲੋਕ ਸੀ। ਅਸੀਂ ਹੋਰਨਾਂ ਸਾਰੇ ਲੋਕਾਂ ਵਰਗੇ ਸਾਂ।

<sup>4</sup>ਪਰ ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਨੇ ਜਿਹੜਾ ਇੰਨਾ ਕਿਰਪਾਲੂ ਹੈ ਸਾਨੂੰ ਮਹਾਨ ਪਿਆਰ ਵਿਖਾਇਆ। <sup>5</sup>ਅਸੀਂ ਆਤਮਕ ਤੌਰ ਤੇ ਮਰ ਚੁੱਕੇ ਸਾਂ। ਅਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਗ਼ਲਤ ਗੱਲਾਂ ਕਾਰਨ ਮਾਰੇ ਹੋਏ ਸਾਂ ਜਿਹੜੀਆਂ ਅਸੀਂ ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਦੇ ਖਿਲਾਫ ਕਰਦੇ ਸਾਂ। ਪਰ ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਨੇ ਸਾਨੂੰ ਮਸੀਹ ਨਾਲ ਇੱਕ ਨਵਾਂ ਜੀਵਨ ਦਿੱਤਾ। ਤੁਸੀਂ ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਦੀ ਕਿਰਪਾ ਕਾਰਨ ਬਚਾਏ ਗਏ। <sup>6</sup>ਅਤੇ ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਨੇ ਸਾਨੂੰ ਮਸੀਹ ਸਮੇਤ ਉੱਪਰ ਉਠਾਇਆ ਅਤੇ ਸਾਨੂੰ ਉਸ ਦੇ ਨਾਲ ਸ਼ਰਗੀ ਥਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਬਿਠਾਇਆ। ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਨੇ ਇਹ ਸਭ ਕੁਝ ਸਾਡੇ ਲਈ ਕੀਤਾ ਜੋ ਮਸੀਹ ਯਿਸੂ ਵਿੱਚ ਹਨ। <sup>7</sup>ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਨੇ ਇਹ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਜੁਗਾਂ ਵਿੱਚ ਆਪਣੀ ਕਿਰਪਾ ਦੀ ਮਹਾਨ ਅਮੀਰੀ ਵਿਖਾਉਣ ਲਈ ਕੀਤਾ। ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਸਾਡੇ ਉੱਪਰ ਇਹ ਕਿਰਪਾ ਮਸੀਹ ਯਿਸੂ ਵਿੱਚ ਆਪਣੀ ਦਯਾਲਤਾ ਰਾਹੀਂ ਵਰਤਾਉਂਦਾ ਹੈ। <sup>8</sup>ਮੇਰਾ ਕਹਿਣ ਦਾ ਭਾਵ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਨਿਹਚਾ ਰਾਹੀਂ ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਦੀ ਕਿਰਪਾ ਦੁਆਰਾ ਬਚਾਏ ਗਏ ਹੋ। ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਕਿਰਪਾ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਰਾਹੀਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਬਚਾਇਆਂ ਇਹ ਤਾਂ ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਵੱਲੋਂ ਦਿੱਤੀ ਦਾਤ ਸੀ। <sup>9</sup>ਨਹੀਂ! ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕੰਮਾਂ ਰਾਹੀਂ ਨਹੀਂ ਬਚੇ ਜਿਹੜੇ ਤੁਸੀਂ ਕੀਤੇ ਹਨ। ਇਸ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ, ਕੋਈ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ ਘਮੰਡ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦਾ ਕਿ ਉਸ ਨੇ ਖੁਦ ਨੂੰ ਬਚਾਇਆ। <sup>10</sup>ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਨੇ ਸਾਨੂੰ

ਉਵੇਂ ਬਣਾਇਆ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਦੇ ਅਸੀਂ ਹਾਂ। ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਨੇ ਸਾਨੂੰ ਮਸੀਹ ਯਿਸੂ ਵਿੱਚ ਨਵੇਂ ਬਣਾਇਆ ਤਾਂ ਜੋ ਅਸੀਂ ਚੰਗੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕੀਏ। ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਨੇ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਾਰੀਆਂ ਚੰਗੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਸਾਡੇ ਲਈ ਤਿਆਰ ਕੀਤੀ ਹੋਈ ਹੈ। ਤਾਂ ਕਿ ਅਸੀਂ ਆਪਣਾ ਜੀਵਨ ਚੰਗੇ ਕੰਮ ਕਰਦਿਆਂ ਬਤਾਈਏ।

### ਮਸੀਹ ਵਿੱਚ ਇੱਕਮਿਕ

<sup>11</sup>ਤੁਸੀਂ ਗੈਰ ਯਹੂਦੀਆਂ ਦੇ ਤੌਰ ਤੇ ਜਨਮੇ ਸੀ। ਤੁਸੀਂ ਉਹ ਲੋਕ ਹੋ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਯਹੂਦੀ “ਬੇ-ਸੁੰਨਤੀਏ” ਆਖਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਯਹੂਦੀ ਜਿਹੜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ “ਬੇ-ਸੁੰਨਤੀਏ” ਆਖਦੇ ਹਨ ਉਹ ਆਪਣੇ ਆਪਨੂੰ “ਸੁੰਨਤੀ” ਅਖਵਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸੁੰਨਤ ਅਜਿਹੀ ਹੈ ਜਿਹੜੀ ਉਹ ਖੁਦ ਆਪਣੇ ਸ਼ਰੀਰਾਂ ਉੱਪਰ ਕਰਦੇ ਹਨ। <sup>12</sup>ਅਤੀਤ ਵਿੱਚ, ਯਾਦ ਰੱਖੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਮਸੀਹ ਤੋਂ ਬਿਨਾ ਸੀ। ਤੁਸੀਂ ਇਸਰਾਏਲ ਦੇ ਨਾਗਰਿਕ ਨਹੀਂ ਸੀ। ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਵਾਅਦੇ ਦਾ ਉਹ ਕਰਾਰ ਨਹੀਂ ਸੀ, ਜਿਹੜਾ ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਨੇ ਆਪਣੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਦਿੱਤਾ ਸੀ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਉਮੀਦ ਨਹੀਂ ਸੀ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਜਾਣਦੇ ਸੀ। <sup>13</sup>ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਇੱਕ ਸਮੇਂ ਤੁਸੀਂ ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਤੋਂ ਬਹੁਤ ਦੂਰ ਸੀ। ਪਰ ਹੁਣ ਤੁਸੀਂ ਮਸੀਹ ਯਿਸੂ ਵਿੱਚ ਉਸ ਦੇ ਲਹੂ ਰਾਹੀਂ ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਦੇ ਨੇੜੇ ਲਿਆਏ ਗਏ ਹੋ। <sup>14</sup>ਮਸੀਹ ਦੇ ਕਾਰਨ ਹੁਣ ਸਾਨੂੰ ਸ਼ਾਂਤੀ ਮਿਲੀ ਹੋਈ ਹੈ। ਮਸੀਹ ਨੇ ਸਾਨੂੰ ਦੋਹਾਂ ਨੂੰ ਇੱਕ ਕੌਮ ਵਾਂਗ ਇਕੱਠਿਆਂ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਯਹੂਦੀ ਅਤੇ ਗੈਰ ਯਹੂਦੀ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਵੰਡੇ ਹੋਏ ਸਨ ਜਿਵੇਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚਕਾਰ ਇੱਕ ਕੰਧ ਹੋਵੇ। ਉਹ ਇੱਕ ਦੂਸਰੇ ਨੂੰ ਨਫਰਤ ਕਰਦੇ ਸਨ। ਪਰ ਮਸੀਹ ਨੇ ਆਪਣਾ ਸ਼ਰੀਰ ਦੇਕੇ ਨਫਰਤ ਦੀ ਉਸ ਕੰਧ ਨੂੰ ਢਾਹ ਦਿੱਤਾ। <sup>15</sup>ਯਹੂਦੀ ਸ਼ਰਾ ਵਿੱਚ ਕਈ ਹੁਕਮ ਅਤੇ ਅਸੂਲ ਸਨ। ਪਰ ਮਸੀਹ ਨੇ ਉਸ ਸ਼ਰਾ ਦਾ ਅੰਤ ਕਰ ਦਿੱਤਾ। ਮਸੀਹ ਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਦੋ ਸਮੂਹਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਕੌਮ ਬਣਾਉਣਾ ਅਤੇ ਉੱਥੇ ਸ਼ਾਂਤੀ ਸਥਾਪਿਤ ਕਰਨਾ ਸੀ। <sup>16</sup>ਮਸੀਹ ਨੇ ਸਲੀਬ ਤੇ ਮਰਕੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੋਹਾਂ ਸਮੂਹਾਂ ਵਿਚਲੀ ਨਫਰਤ ਦਾ ਅੰਤ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਦੋ ਸਮੂਹ ਇੱਕ ਸ਼ਰੀਰ ਬਣ ਗਏ, ਉਹ ਵਾਪਸ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਕੋਲ ਲੈ ਆਇਆ। ਇਹ ਮਸੀਹ ਨੇ ਸਲੀਬ ਉੱਤੇ ਆਪਣੀ ਮੌਤ ਰਾਹੀਂ ਕੀਤਾ। <sup>17</sup>ਮਸੀਹ ਆਇਆ ਅਤੇ ਉਸ ਨੇ ਸ਼ਾਂਤੀ ਦਾ ਪ੍ਰਚਾਰ ਤੁਹਾਡੇ ਸਭਨਾਂ ਵਿੱਚ ਕੀਤਾ ਤੁਸੀਂ ਜੋ ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਤੋਂ ਦੂਰ ਹੋ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਜਿਹੜੇ ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਦੇ ਨਜ਼ਦੀਕ ਹੋ। <sup>18</sup>ਹਾਂ, ਮਸੀਹ ਰਾਹੀਂ, ਸਾਡੇ ਦੋਹਾਂ ਸਮੂਹਾਂ ਨੂੰ ਇੱਕ ਆਤਮਾ ਵਿੱਚ ਪਿਤਾ ਕੋਲ ਆਉਣ ਦਾ ਹੱਕ ਹੈ।

<sup>19</sup>ਹੁਣ ਤੁਸੀਂ ਗੈਰ ਯਹੂਦੀਓਂ ਉਪਰੇ ਜਾਂ ਯਾਤਰੀ ਨਹੀਂ ਹੋ। ਹੁਣ ਤੁਸੀਂ, ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਦੇ ਪਵਿੱਤਰ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਦੇ ਨਾਗਰਿਕ ਹੋ ਤੁਸੀਂ ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਹੋ। <sup>20</sup>ਤੁਸੀਂ ਆਸਥਾਵਾਨ ਉਸ ਇਮਾਰਤ ਵਾਂਗ ਹੋ ਜਿਸਦਾ ਮਾਲਕ ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਹੈ। ਇਹ ਇਮਾਰਤ ਰਸੂਲਾਂ ਅਤੇ ਨਬੀਆਂ ਦੁਆਰਾ ਬਣਾਈ ਉਸ ਬੁਨਿਆਦ ਉੱਪਰ ਉਸਾਰੀ ਗਈ ਸੀ। ਮਸੀਹ ਯਿਸੂ ਖੁਦ ਇਸ ਇਮਾਰਤ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਣ ਪੱਥਰ ਹੈ। <sup>21</sup>ਇਹ ਸਾਰੀ ਇਮਾਰਤ ਮਸੀਹ ਵਿੱਚ ਸੰਯੁਕਤ ਹੈ। ਅਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਵਧਾ ਕੇ, ਮਸੀਹ ਇਸ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭੂ

ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਪਵਿੱਤਰ ਮੰਦਰ ਬਣਾ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। 22 ਅਤੇ ਮਸੀਹ ਵਿੱਚ, ਤੁਸੀਂ ਲੋਕ ਹੋਰਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਸਮੇਤ ਉਸਾਰੇ ਜਾ ਰਹੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਅਜਿਹੇ ਸਥਾਨ ਤੇ ਨਿਰਮਿਤ ਕੀਤੇ ਜਾ ਰਹੇ ਹੋ ਜਿਥੇ ਆਤਮਾ ਦੇ ਰਾਹੀਂ ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਨਿਵਾਸ ਕਰਦਾ ਹੈ।

### ਪੌਲਸ ਦਾ ਗੈਰ ਯਹੂਦੀਆਂ ਲਈ ਕਾਰਜ

3 ਇਉਂ, ਮੈਂ, ਪੌਲਸ, ਮਸੀਹ ਯਿਸੂ ਦਾ ਇੱਕ ਕੈਦੀ ਹਾਂ। ਮੈਂ ਤੁਹਾਡੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ, ਜਿਹੜੇ ਯਹੂਦੀ ਨਹੀਂ ਹਨ, ਇੱਕ ਕੈਦੀ ਹਾਂ। 2 ਤੁਹਾਨੂੰ ਨਿਸ਼ਚਿਤ ਹੀ ਪਤਾ ਹੈ ਕਿ ਮੈਨੂੰ ਇਹ ਕੰਮ ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਦੀ ਕਿਰਪਾ ਦੁਆਰਾ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਸੀ। ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਨੇ ਮੈਨੂੰ ਇਹ ਕੰਮ ਤੁਹਾਡੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਲਈ ਸੌਂਪਿਆ ਸੀ। 3 ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਨੇ ਆਪਣੀ ਗੁਪਤ ਯੋਜਨਾ ਮੇਰੇ ਤੇ ਪਰਗਟ ਕੀਤੀ। ਉਸ ਨੇ ਮੈਨੂੰ ਇਹ ਦਰਸਾ ਦਿੱਤਾ। ਇਸ ਬਾਰੇ ਮੈਂ ਪਹਿਲਾਂ ਵੀ ਕੁਝ ਲਿਖ ਚੁੱਕਿਆ ਹਾਂ। 4 ਅਤੇ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਮੇਰੀਆਂ ਲਿਖਤਾਂ ਪੜ੍ਹੋ, ਤੁਸੀਂ ਜਾਣ ਜਾਵੋਗੇ ਕਿ ਸੱਚਮੁੱਚ ਮੈਂ ਮਸੀਹ ਬਾਰੇ ਸੱਚ ਨੂੰ ਸਮਝਦਾ ਹਾਂ। 5 ਹੋਰਨਾਂ ਸਮਿਆਂ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਉਸ ਗੁਪਤ ਸੱਚਾਈ ਬਾਰੇ ਨਹੀਂ ਦੱਸਿਆ ਗਿਆ ਸੀ। ਪਰ ਹੁਣ ਪਵਿੱਤਰ ਆਤਮਾ ਦੇ ਰਾਹੀਂ, ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਨੇ ਇਹ ਗੁਪਤ ਸੱਚ ਆਪਣੇ ਪਵਿੱਤਰ ਰਸੂਲਾਂ ਅਤੇ ਨਬੀਆਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਗਟ ਕੀਤਾ ਹੈ। 6 ਗੁਪਤ ਸੱਚ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਗੈਰ ਯਹੂਦੀ ਵੀ ਉਹ ਚੀਜ਼ਾਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਗੇ ਜੋ ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਕੋਲ ਉਸਦੇ ਆਪਣੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਹਨ। ਗੈਰ ਯਹੂਦੀ ਅਤੇ ਯਹੂਦੀ ਇਕੱਠੇ ਇਕੋ ਸ਼ਰੀਰ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਹਨ। ਅਤੇ ਉਹ ਇਕੱਠੇ ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਦੇ ਯਿਸੂ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੇ ਵਾਅਦੇ ਨੂੰ ਸਾਂਝਾ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਗੈਰ ਯਹੂਦੀਆਂ ਕੋਲ ਇਹ ਸਭ ਚੀਜ਼ਾਂ ਖੁਸ਼ਖਬਰੀ ਦੇ ਕਾਰਣ ਹਨ।

7 ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਦੀ ਕਿਰਪਾ ਦੀ ਦਾਤ ਕਾਰਣ ਮੈਂ ਖੁਸ਼ਖਬਰੀ ਬਾਰੇ ਦੱਸਣ ਵਾਲਾ ਸੇਵਕ ਬਣ ਗਿਆ ਹਾਂ। ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਨੇ ਆਪਣੀ ਸ਼ਕਤੀ ਰਾਹੀਂ ਕਿਰਪਾ ਦਿੱਤੀ। 8 ਮੈਂ ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਦੇ ਸਮੂਹ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਸਭ ਤੋਂ ਘਟ ਮਹੱਤਵਪੂਰਣ ਹਾਂ। ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਨੇ ਮੈਨੂੰ ਗੈਰ ਯਹੂਦੀਆਂ ਨੂੰ ਮਸੀਹ ਵਿੱਚ ਅਮੀਰੀ ਬਾਰੇ ਖੁਸ਼ ਖਬਰੀ ਦੇਣ ਦੀ ਦਾਤ ਦਿੱਤੀ। ਇਹ ਅਮੀਰੀ ਸਾਡੀ ਸਮਝ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਹੈ। 9 ਅਤੇ ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਨੇ ਮੈਨੂੰ ਸਮੂਹ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਗੁਪਤ ਸੱਚ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਦੱਸਣ ਦਾ ਕੰਮ ਦਿੱਤਾ। ਇਹ ਗੁਪਤ ਸੱਚ ਆਦਿਕਾਲ ਤੋਂ ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਵਿੱਚ ਛੁਪਿਆ ਹੋਇਆ ਸੀ। ਇਹ ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਹੀ ਹੈ ਜਿਸ ਨੇ ਹਰ ਸ਼ੈਅ ਦੀ ਸਿਰਜਣਾ ਕੀਤੀ ਹੈ। 10 ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਦਾ ਮਨੋਰਥ ਸੀ ਕਿ ਸਮੂਹ ਹਾਕਮਾਂ ਅਤੇ ਸ਼ਰੀਰੀ ਥਾਵਾਂ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਵੱਖ ਵੱਖ ਰਾਹਾਂ ਦਾ ਪਤਾ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਰਾਹੀਂ ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਆਪਣੀ ਸਿਆਣਪ ਵਿਖਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਇਸਨੂੰ ਕਲੀਸਿਯਾ ਦੇ ਕਾਰਣ ਜਾਨਣਗੇ। 11 ਇਹ ਉਹ ਯੋਜਨਾ ਸੀ ਜੋ ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਨੇ ਆਦਿਕਾਲ ਤੋਂ ਬਣਾਈ ਸੀ। ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਨੇ ਆਪਣੀ ਯੋਜਨਾ ਅਨੁਸਾਰ ਹੀ ਕੀਤਾ ਜਿਹੜੀ ਉਸ ਨੇ ਸਾਡੇ ਪ੍ਰਭੂ ਮਸੀਹ ਯਿਸੂ ਰਾਹੀਂ ਬਣਾਈ ਸੀ। 12 ਮਸੀਹ ਵਿੱਚ, ਅਸੀਂ ਅਜ਼ਾਦੀ ਨਾਲ ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਸਾਮ੍ਹਣੇ ਨਿਰਭੈ ਹੋ ਕੇ ਆ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਇਹ ਗੱਲ ਅਸੀਂ ਮਸੀਹ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਰਾਹੀਂ ਕਰ

ਸਕਦੇ ਹਾਂ। 13 ਇਸ ਲਈ ਮੈਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸਦਾ ਹਾਂ ਕਿ ਜਿਹੜੇ ਦੁੱਖ ਮੈਂ ਤੁਹਾਡੀ ਖਾਤਰ ਸਹਾਰ ਰਿਹਾ ਹਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਾਰਣ ਹੌਂਸਲਾ ਨਾ ਗੁਆਓ। ਮੇਰੀਆਂ ਤਕਲੀਫਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸਤਿਕਾਰ ਲਿਆਉਂਦੀਆਂ ਹਨ।

### ਮਸੀਹ ਦਾ ਪਿਆਰ

14 ਇਸ ਲਈ ਮੈਂ ਪ੍ਰਾਰਥਨਾ ਵਿੱਚ ਪਿਤਾ ਅੱਗੇ ਝੁਕਦਾ ਹਾਂ। 15 ਧਰਤੀ ਅਤੇ ਸਵਰਗ ਉੱਤੇ ਹਰ ਪਰਿਵਾਰ ਆਪਣਾ ਅਸਲੀ ਨਾਮ ਉਸੇ ਤੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦਾ ਹੈ। 16 ਮੈਂ ਪਿਤਾ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਰਥਨਾ ਕਰਦਾ ਹਾਂ ਕਿ ਉਹ ਆਪਣੀ ਅਸੀਮ ਮਹਿਮਾ ਦੁਆਰਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਆਤਮਿਆਂ ਵਿੱਚ ਮਜਬੂਤ ਹੋਣ ਲਈ ਸ਼ਕਤੀ ਦੇਵੇ। ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਤਾਕਤ ਆਪਣੇ ਆਤਮੇ ਰਾਹੀਂ ਦੇਵੇਗਾ। 17 ਮੈਂ ਪ੍ਰਾਰਥਨਾ ਕਰਦਾ ਹਾਂ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਰਾਹੀਂ ਮਸੀਹ ਤੁਹਾਡੇ ਦਿਲਾਂ ਵਿੱਚ ਰਹੇਗਾ। ਮੈਂ ਪ੍ਰਾਰਥਨਾ ਕਰਦਾ ਹਾਂ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਜੀਵਨ ਜੋੜਿਆ ਜਾਵੇ ਅਤੇ ਪ੍ਰੇਮ ਉਪਰ ਉਸਾਰਿਆ ਜਾਵੇ। 18 ਅਤੇ ਮੈਂ ਪ੍ਰਾਰਥਨਾ ਕਰਦਾ ਹਾਂ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਅਤੇ ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਦੇ ਪਵਿੱਤਰ ਲੋਕ ਮਸੀਹ ਦੇ ਪ੍ਰੇਮ ਦੀ ਮਹਾਨਤਾ ਨੂੰ ਸਮਝ ਸਕਣ ਦੀ ਸ਼ਕਤੀ ਰੱਖੋਗੇ। ਮੈਂ ਪ੍ਰਾਰਥਨਾ ਕਰਦਾ ਹਾਂ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਸਮਝ ਸਕੋ ਕਿ ਇਹ ਪਿਆਰ ਕਿੰਨਾ ਲੰਮਾ, ਕਿੰਨਾ ਵਿਸ਼ਾਲ ਕਿੰਨਾ ਉੱਚਾ ਅਤੇ ਕਿੰਨਾ ਗਹਿਰਾ ਹੈ। 19 ਮਸੀਹ ਦਾ ਪਿਆਰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਗਿਆਨ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਨਾਲੋਂ ਕਿਤੇ ਵੱਡਾ ਹੈ। ਪਰ ਮੇਰੀ ਪ੍ਰਾਰਥਨਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਇਸਨੂੰ ਜਾਨਣ ਵਿੱਚ ਸਮਰਥ ਹੋਵੋ। ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਦੀ ਭਰਪੂਰਤਾ ਨਾਲ ਭਰੇ ਜਾ ਸਕੋਗੇ।

20 ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਆਪਣੀ ਸ਼ਕਤੀ ਨਾਲ, ਜੋ ਸਾਡੇ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਦੀ ਹੈ ਨਾਲੋਂ ਕਿਤੇ ਵਧੇਰੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜੋ ਕਿ ਅਸੀਂ ਉਸ ਪਾਸੋਂ ਮੰਗ ਸਕਦੇ ਹਾਂ ਜਾਂ ਉਸ ਬਾਰੇ ਸੋਚ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। 21 ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਦੀ ਕਲੀਸਿਯਾ ਵਿੱਚ ਅਤੇ ਯਿਸੂ ਮਸੀਹ ਵਿੱਚ ਸਦਾ ਲਈ ਮਹਿਮਾ ਹੋਵੇ। ਆਮੀਨ।

### ਸ਼ਰੀਰ ਦੀ ਏਕਤਾ

4 ਮੈਂ ਕੈਦ ਵਿਚ ਹਾਂ ਕਿਉਂ ਕਿ ਮੈਂ ਪ੍ਰਭੂ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਹਾਂ। ਅਤੇ ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਨੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਲੋਕਾਂ ਵਜੋਂ ਚੁਣਿਆ। ਹੁਣ ਮੈਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਵਾਂਗ ਰਹਿਣ ਲਈ ਬੇਨਤੀ ਕਰਦਾ ਹਾਂ। 2 ਹਮੇਸ਼ਾ ਨਿਮ੍ਰ ਅਤੇ ਕੋਮਲ ਬਣੋ ਧੀਰਜ ਰਖੋ ਅਤੇ ਇੱਕ ਦੂਸਰੇ ਨਾਲ ਪ੍ਰੇਮ ਅਤੇ ਸ਼ਾਂਤੀ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਰਹੋ। 3 ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਨਾਲ ਆਤਮਾ ਰਾਹੀਂ ਸ਼ਾਂਤੀ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਹੋਏ ਹੋ। ਇਸ ਢੰਗ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਰਹਿਣ ਲਈ ਹਰ ਸੰਭਵ ਜਤਨ ਕਰੋ। ਕਾਸ਼ ਤੁਸੀਂ ਸ਼ਾਂਤੀ ਦੇ ਬੰਧਨ ਦੁਆਰਾ ਸੰਯੁਕਤ ਰਹੋ। 4 ਇੱਕ ਸ਼ਰੀਰ ਹੈ ਤੇ ਇੱਕ ਹੀ ਆਤਮਾ ਹੈ। ਅਤੇ ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਨੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਹੀ ਉਮੀਦ ਰਖਣ ਦਾ ਸੱਦਾ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। 5 ਇੱਕ ਪ੍ਰਭੂ ਹੈ, ਇੱਕ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਅਤੇ ਇੱਕ ਹੀ ਬਪਤਿਸਮਾ। 6 ਉੱਥੇ ਸਿਰਫ ਇੱਕ ਹੀ ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਹੈ, ਜੋ ਸਾਰੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦਾ ਪਿਤਾ ਹੈ। ਉਹ ਹਰ ਚੀਜ਼ ਤੇ ਹਕੂਮਤ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਹਰ ਜਗ੍ਹਾ ਹੈ ਅਤੇ ਹਰ ਚੀਜ਼ ਅੰਦਰ ਹੈ। 7 ਮਸੀਹ ਨੇ ਸਾਡੇ ਵਿੱਚੋਂ ਹਰ ਇੱਕ ਨੂੰ ਇੱਕ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਦਾਤ ਦਿੱਤੀ ਹੈ। ਹਰ

ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਉਹ ਮਿਲਿਆ ਜੋ ਮਸੀਹ ਉਸ ਨੂੰ ਦੇਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਸੀ। 8ਇਸੇ ਲਈ, ਇਹ ਪੋਥੀਆਂ ਵਿੱਚ ਲਿਖਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ:

“ਜਦੋਂ ਉਹ ਉੱਪਰ ਆਕਾਸ਼ ਵਿੱਚ ਗਿਆ, ਉਸ ਨੇ ਕੈਦੀਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਲਿਆ, ਅਤੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਦਾਤਾਂ ਦਿੱਤੀਆਂ।”

ਜ਼ਬੂਰ 68:18

9ਜਦੋਂ ਇਹ ਆਖਦਾ ਹੈ, “ਉਹ ਉੱਚਾ ਗਿਆ,” ਇਸ ਦਾ ਕੀ ਅਰਥ ਹੈ? ਇਸਦਾ ਅਰਥ ਹੈ ਕਿ ਪਹਿਲਾਂ ਉਹ ਧਰਤੀ ਉੱਤੇ ਥੱਲੇ ਆਇਆ। 10ਇਸ ਲਈ ਮਸੀਹ ਹੀ ਹੈ ਜੋ ਹੇਠਾਂ ਆਇਆ, ਅਤੇ ਉਹੀ ਹੈ ਜਿਹੜਾ ਉੱਪਰ ਗਿਆ। ਉਹ ਸਾਰੇ ਆਕਾਸ਼ਾਂ ਨਾਲੋਂ ਉੱਪਰ ਗਿਆ। ਮਸੀਹ ਨੇ ਆਜਿਹਾ ਹਰ ਚੀਜ਼ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਭਰਪੂਰ ਕਰਨ ਲਈ ਕੀਤਾ। 11ਅਤੇ ਉਸੇ ਮਸੀਹ ਨੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਦਾਤਾਂ ਦਿੱਤੀਆਂ। ਉਸ ਨੇ ਕਈਆਂ ਨੂੰ ਰਸੂਲ, ਕਈਆਂ ਨੂੰ ਨਬੀ, ਕਈਆਂ ਨੂੰ ਖੁਸ਼ਬਖ਼ਰੀ ਦਾ ਪ੍ਰਚਾਰ ਕਰਨ ਲਈ, ਅਤੇ ਕੁਝ ਇੱਕ ਨੂੰ ਦੇਖ ਭਾਲ ਅਤੇ ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਉਪਦੇਸ਼ ਦੇਣ ਲਈ ਬਣਾਇਆ। 12ਮਸੀਹ ਨੇ ਇਹ ਦਾਤਾਂ ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਦੇ ਪਵਿੱਤਰ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸੇਵਾ ਦਾ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਲਈ ਦਿੱਤੀਆਂ, ਤਾਂ ਕਿ ਮਸੀਹ ਦੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਬਣਾਇਆ ਜਾ ਸਕੇ। 13ਇਸ ਕਾਰਜ ਨੂੰ ਜਾਰੀ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਅਸੀਂ ਸਾਰੇ ਇਕੋ ਜਿਹੇ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਵਿੱਚ ਅਤੇ ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਦੇ ਪੁੱਤਰ ਬਾਰੇ ਗਿਆਨ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਮੁੱਠ ਨਹੀਂ ਹੋ ਜਾਂਦੇ। ਸਾਡੇ ਲਈ ਉਦੋਂ ਤੱਕ ਵਧਣਾ ਅਤੇ ਪ੍ਰਪੱਕ ਬਣਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਕਿ ਅਸੀਂ ਮਸੀਹ ਵਰਗੇ ਨਾ ਬਣ ਜਾਈਏ ਅਤੇ ਉਸ ਦੀ ਉਤਕ੍ਰਿਸ਼ਟਤਾ ਹਾਸਲ ਨਾ ਕਰ ਲਈਏ।

14ਉਦੋਂ ਅਸੀਂ ਬੱਚੇ ਨਹੀਂ ਹੋਵਾਂਗੇ। ਅਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਵਰਗੇ ਨਹੀਂ ਹੋਵਾਂਗੇ ਜਿਹੜੇ ਉਸ ਜਹਾਜ਼ ਵਾਂਗ ਆਪਣੀ ਦਿਸ਼ਾ ਬਦਲਦੇ ਹਨ ਜਿਸ ਨੂੰ ਲਹਿਰਾਂ ਇੱਕ ਪਾਸਿਓਂ ਦੂਸਰੇ ਪਾਸੇ ਲੈ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਅਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਉਪਦੇਸ਼ਾਂ ਤੋਂ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਨਹੀਂ ਹੋਵਾਂਗੇ ਜੋ ਅਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਤੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਜੋ ਸਾਨੂੰ ਗੁਮਰਾਹ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਅਜਿਹੇ ਆਦਮੀ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਗਲਤ ਰਾਹੇ ਪਾਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਗਲਤ ਰਾਹ ਸੁਝਾਉਂਦੇ ਹਨ। 15ਨਹੀਂ! ਅਸੀਂ ਪ੍ਰੇਮ ਵਿੱਚ ਸੱਚ ਬੋਲਾਂਗੇ। ਅਸੀਂ ਹਰ ਰਾਹੇ ਮਸੀਹ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਬਣਨ ਲਈ ਵਧਾਂਗੇ। ਮਸੀਹ ਸਿਰ ਹੈ ਅਤੇ ਅਸੀਂ ਸਰੀਰ ਹਾਂ। 16ਸਮੁੱਚਾ ਸਰੀਰ ਮਸੀਹ ਉੱਪਰ ਨਿਰਭਰ ਹੈ। ਅਤੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਸਾਰੇ ਅੰਗ ਜੁੜੇ ਹੋਏ ਅਤੇ ਇਕੱਠੇ ਹਨ। ਸਰੀਰ ਦਾ ਹਰ ਅੰਗ ਆਪਣਾ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਅਤੇ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸੰਪੂਰਣ ਸਰੀਰ ਵਧਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਪ੍ਰੇਮ ਵਿੱਚ ਮਜ਼ਬੂਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

### ਜਿਸ ਢੰਗ ਨਾਲ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਿਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ

17ਪ੍ਰਭੂ ਲਈ ਮੈਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਸਦਾ ਹਾਂ ਅਤੇ ਮੈਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਚੇਤਾਵਨੀ ਦਿੰਦਾ ਹਾਂ: ਅਨਾਸਥਾਵਾਨਾਂ ਵਾਂਗ ਜਿਉਣ ਵਿੱਚ ਸਥਿਰ ਨਾ ਰਹੋ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਵਿਚਾਰ ਕਿਸੇ ਕੰਮ ਦੇ ਨਹੀਂ ਹਨ। 18ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਮਨ ਹਨੇਰਮਈ ਹੋ ਗਏ ਹਨ। ਉਹ ਕੁਝ ਨਹੀਂ ਜਾਨਦੇ, ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਸੁਣਨ ਤੋਂ ਇਨਕਾਰੀ ਹਨ। ਇਸ ਲਈ ਉਹ ਜੀਵਨ ਨਹੀਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਜਿਹੜਾ ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਪ੍ਰਦਾਨ

ਕਰਦਾ ਹੈ। 19ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਆਪਣੀ ਸ਼ਰਮਸਾਰੀ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਗੁਆ ਲਈ ਹੈ। ਉਹ ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ ਬਦੀ ਕਰਨ ਲਈ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਹਰ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੀਆਂ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਬਦਕਾਰੀਆਂ ਕਰਨੀਆਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ। 20ਪਰ ਜਿਹੜੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਤੁਸੀਂ ਮਸੀਹ ਵਿੱਚ ਸਿਖੀਆਂ ਹਨ ਉਹ ਉਨ੍ਹਾਂ ਮੰਦੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਵਰਗੀਆਂ ਨਹੀਂ ਹਨ। 21ਮੈਂ ਜਾਣਦਾ ਹਾਂ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਉਸ ਬਾਰੇ ਸੁਣ ਚੁਕੇ ਹੋ। ਅਤੇ ਕਿਉਂ ਜੁ ਤੁਸੀਂ ਉਸ ਵਿੱਚ ਹੋ, ਉਸ ਦਾ ਸੱਚ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਿਖਾਇਆ ਗਿਆ। ਹਾਂ ਸੱਚ ਯਿਸੂ ਵਿੱਚ ਹੈ। 22ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਪੁਰਾਣੇ ਆਪੇ ਦਾ ਤਿਆਗ ਕਰਨਾ ਸਿਖਾਇਆ ਗਿਆ ਸੀ। ਇਸ ਦਾ ਅਰਥ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮੰਦੇ ਢੰਗ ਨਾਲ ਜਿਉਣਾ ਛੱਡ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਤੁਸੀਂ ਪਹਿਲਾਂ ਜਿਉਂ ਰਹੇ ਸੀ। ਉਹ ਪੁਰਾਣਾ ਆਪਾ ਬਦਤਰ ਬਣਦਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਕਿਉਂ ਜੁ ਲੋਕ ਉਨ੍ਹਾਂ ਬਦਕਾਰੀਆਂ ਦੁਆਰਾ ਗੁਮਰਾਹ ਹੋ ਗਏ ਹਨ ਜਿਹੜੀਆਂ ਉਹ ਕਰਨੀਆਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ। 23ਪਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਦਿਲਾਂ ਵਿਚ ਅਤੇ ਮਨਾਂ ਵਿੱਚ ਨਵੇਂ ਬਣਨ ਲਈ ਸਿਖਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ। 24ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਨਵੇਂ ਵਿਅਕਤੀ ਬਣਨ ਲਈ ਸਿਖਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਹ ਨਵਾਂ ਵਿਅਕਤੀ ਪਵਿੱਤਰ ਅਤੇ ਧਾਰਮਿਕਤਾ ਨਾਲ ਰਹਿਣ ਲਈ ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਵਰਗਾ ਬਣਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ।

25ਤੁਹਾਨੂੰ ਝੂਠ ਬੋਲਣਾ ਬੰਦ ਕਰ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਹਮੇਸ਼ਾ ਇੱਕ ਦੂਸਰੇ ਨਾਲ ਸੱਚ ਬੋਲਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਅਸੀਂ ਇਕੋ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਦੂਸਰੇ ਦੇ ਅੰਗ ਹਾਂ। 26ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਗੁੱਸੇ ਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਕ੍ਰੋਧ ਨੂੰ ਪਾਪ ਕਰਾਉਣ ਦਾ ਕਾਰਣ ਨਾ ਬਣਨ ਦਿਓ ਸਾਰਾ ਦਿਨ ਕ੍ਰੋਧ ਕਰਨਾ ਜਾਰੀ ਨਾ ਰੱਖੋ। 27ਸ਼ੈਤਾਨ ਨੂੰ ਕੋਈ ਅਜਿਹਾ ਰਾਹ ਨਾ ਦਿਓ ਜਿਹੜਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹਰਾ ਸਕੇ। 28ਜੇ ਕੋਈ ਚੋਰੀ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਚੋਰੀ ਕਰਨੀ ਛੱਡ ਦੇਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਦੀ ਜਗ੍ਹਾ ਉਸ ਨੂੰ ਸਖਤ ਮਿਹਨਤ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਉਸ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਹੱਥਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਚੰਗੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਲਈ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਫੇਰ ਉਸ ਦੇ ਕੋਲ ਗਰੀਬ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਸਾਂਝਾ ਕਰਨ ਲਈ ਕੁਝ ਨ ਕੁਝ ਹੋਵੇਗਾ।

29ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਬੋਲੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮੰਦੇ ਬੋਲ ਨਹੀਂ ਬੋਲਣੇ ਚਾਹੀਦੇ। ਪਰ ਉਹ ਗੱਲਾਂ ਕਰੋ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਜਰੂਰਤ ਹੈ, ਉਹ ਗੱਲਾਂ ਜਿਹੜੀਆਂ ਹੋਰਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਬਣਨ ਵਿਚ ਸਹਾਈ ਹੋਣ। ਇਹ ਗੱਲਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਸੁਣਨ ਵਾਲਿਆਂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨਗੀਆਂ। 30ਪਵਿੱਤਰ ਆਤਮਾ ਨੂੰ ਉਦਾਸ ਨਾ ਬਣਾਓ। ਆਤਮਾ ਇਸ ਗੱਲ ਦਾ ਪ੍ਰਮਾਣ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਦੇ ਹੋ। ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਨੇ ਇਹ ਆਤਮਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਦਰਸਾਉਣ ਲਈ ਦਿੱਤਾ ਸੀ ਕਿ ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਢੁਕਵੇਂ ਸਮੇਂ ਆਜ਼ਾਦ ਕਰੇਗਾ। 31ਸਭ ਕੁਝ ਤਣ, ਕ੍ਰੋਧ, ਕੋਪ ਰੋਲਾ ਅਤੇ ਦੁਰਬਚਨ ਸਾਰੀ ਬੁਰਿਆਈ ਸਣੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਤੋਂ ਦੂਰ ਕਰ ਦੇਵੋ। 32ਦਿਆਲੂ ਬਣੋ ਅਤੇ ਦੂਸਰਿਆਂ ਨੂੰ ਪਿਆਰ ਕਰਦੇ ਰਹੋ। ਇੱਕ ਦੂਸਰੇ ਨੂੰ ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਮਾਫ ਕਰ ਦਿਓ ਜਿਵੇਂ ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਨੇ ਮਸੀਹ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮੁਆਫ ਕੀਤਾ ਹੈ।

5 ਤੁਸੀਂ ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਦੇ ਉਹ ਬੱਚੇ ਹੋ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਉਹ ਪਿਆਰ ਕਰਦਾ ਹੈ। 2ਇਸ ਲਈ ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਵਾਂਗ ਬਣਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼

ਕਰੋ। ਪ੍ਰੇਮ ਦਾ ਜੀਵਨ ਜੀਓ। ਹੋਰਾਂ ਨੂੰ ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪਿਆਰ ਕਰੋ ਜਿਵੇਂ ਮਸੀਹ ਨੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਿਆਰ ਕੀਤਾ। ਮਸੀਹ ਨੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਸਾਡੇ ਲਈ ਕੁਰਬਾਨ ਕੀਤਾ ਸੀ। ਉਹ ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਨੂੰ ਚੜਾਈ ਗਈ ਚੰਗੀ ਸੁਰੰਧ ਅਤੇ ਇੱਕ ਕੁਰਬਾਨੀ ਸੀ। ਤੁਹਾਡੇ ਵਿੱਚ ਜਿਨਸੀ ਪਾਪ ਨਹੀਂ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ। ਤੁਹਾਡੇ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਵੀ ਕਿਸਮ ਦੀ ਅਸ਼ੁੱਧਤਾ ਜਾਂ ਲਾਲਸਾ ਨਹੀਂ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਬੁਰੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਵੀ ਨਹੀਂ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ। ਕਿਉਂ? ਕਿਉਂ ਕਿ ਇਹ ਗੱਲਾਂ ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਦੇ ਪਵਿੱਤਰ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਸਹੀ ਨਹੀਂ ਹਨ। 4ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਤੁਹਾਡੇ ਦਰਮਿਆਨ ਭੱਦੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਨਹੀਂ ਹੋਣੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਦੇ ਵੀ ਮੂਰਖਤਾ ਭਰੇ ਬੋਲ ਨਹੀਂ ਬੋਲਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਤੇ ਨਾਹੀ ਗੰਦੇ ਮਜ਼ਾਕ ਕਰਨੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਗੱਲਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸਹੀ ਨਹੀਂ ਹਨ। ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਨੂੰ ਸ਼ੁਕਰਾਨਾ ਦੇਣਾ ਹੀ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸਹੀ ਹੈ। 5ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਬਾਰੇ ਨਿਸ਼ਚਿਤ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਜਿਹੜਾ ਜਿਨਸੀ ਪਾਪ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਉਹ ਜੋ ਪਾਪ ਕਰਦਾ ਜਾ ਲੋਭੀ ਵਪਾਰੀ ਹੈ ਉਸ ਨੂੰ ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਅਤੇ ਮਸੀਹ ਦੇ ਰਾਜ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਜਗ੍ਹਾ ਨਹੀਂ ਮਿਲੇਗੀ ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਜਿਹੜਾ ਹਮੇਸ਼ਾ ਆਪਣੇ ਲਈ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦੀ ਚਾਹਨਾ ਰੱਖਦਾ ਮੂਰਤੀ ਉਪਾਸਕ ਹੈ।

6ਕਦੇ ਵੀ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਉਸ ਦੀਆਂ ਖੋਖਲੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਗੁਮਰਾਹ ਨਾ ਕਰਨ ਦਿਉ। ਇਹ ਬਦਕਾਰੀਆਂ ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਉਪਰ ਕਹਿਰਵਾਨ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ ਜਿਹੜੇ ਉਸਦੀ ਆਗਿਆ ਦਾ ਪਾਲਨ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ। 7ਇਸ ਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਇਹੋ ਜਿਹੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਨ ਕਰੋ। 8ਅਤੀਤ ਵਿੱਚ, ਤੁਸੀਂ ਹਨੇਰੇ ਨਾਲ ਘਿਰੇ ਹੋਏ ਸੀ। ਪਰ ਹੁਣ ਤੁਸੀਂ ਪ੍ਰਭੂ ਵਿਚਲੀ ਰੋਸ਼ਨੀ ਨਾਲ ਭਰੇ ਹੋਏ ਹੋ। ਇਸ ਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਵਾਂਝ ਰਹੋ ਜਿਹੜੇ ਰੋਸ਼ਨੀ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧ ਰਖਦੇ ਹਨ। 9ਰੋਸ਼ਨੀ ਚੰਗਿਆਈ, ਧਰਮੀ ਜੀਵਨ ਅਤੇ ਸੱਚ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। 10ਸਿੱਖਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ ਕਿ ਪ੍ਰਭੂ ਨੂੰ ਕੀ ਪ੍ਰਸੰਨ ਕਰਦਾ ਹੈ। 11ਅਜਿਹੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਨਾ ਕਰੋ ਜਿਹੜੀਆਂ ਉਹ ਲੋਕ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਜਿਹੜੇ ਹਨੇਰੇ ਵਿੱਚ ਹਨ। ਅਜਿਹੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਕੋਈ ਲਾਭ ਨਹੀਂ ਲਿਆਉਂਦੀਆਂ। ਪਰ ਇਹ ਦਰਸਾਉਣ ਲਈ ਚੰਗੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਕਰੋ ਕਿ ਹਨੇਰੇ ਵਿਚਲੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਗਲਤ ਹਨ। 12ਉਨ੍ਹਾਂ ਗੱਲਾਂ ਬਾਰੇ ਬੋਲਣਾ ਵੀ ਸ਼ਰਮਨਾਕ ਹੈ ਜਿਹੜੀਆਂ ਹਨੇਰੇ ਵਿੱਚ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। 13ਪਰ ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਦਰਸਾਉਂਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਇਹ ਗੱਲਾਂ ਗਲਤ ਹਨ, ਰੋਸ਼ਨੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਗੱਲਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਤੱਖ ਬਣਾ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। 14ਅਤੇ ਜਿਹੜੀ ਗੱਲ ਪ੍ਰਤੱਖ ਹੈ ਰੋਸ਼ਨੀ ਬਣ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਸੇ ਲਈ ਅਸੀਂ ਆਖਦੇ ਹਾਂ: “ਜਾਗੋ, ਤੁਸੀਂ ਸੁੱਤਿਓ ਬੰਦਿਓ! ਮੌਤ ਤੋਂ ਉਭਰੋ, ਅਤੇ ਮਸੀਹ ਤੁਹਾਡੇ ਉੱਪਰ ਚਮਕੇਗਾ।”

15ਇਸ ਲਈ ਇਸ ਗੱਲੋਂ ਬਹੁਤ ਸਾਵਧਾਨ ਰਹੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿਵੇਂ ਜਿਉਂਦੇ ਹੋ। ਗਿਆਨਗੀਣ ਬੰਦਿਆਂ ਦੇ ਢੰਗ ਵਾਂਝ ਨਾ ਜੀਵੋ। ਸਗੋਂ ਗਿਆਨਵਾਨ ਬਣਕੇ ਜੀਓ। 16ਮੇਰਾ ਭਾਵ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਹਰ ਮੌਕੇ ਨੂੰ ਚੰਗੇ ਕੰਮ ਲਈ ਵਰਤਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂ ਕਿ ਇਹ ਸਮੇਂ ਭ੍ਰਿਸ਼ਟ ਹਨ। 17ਇਸ ਲਈ

ਮੂਰਖਤਾ ਦਾ ਜੀਵਨ ਨਾ ਜੀਵੋ। ਪਰ ਉਹ ਗੱਲਾਂ ਸਿੱਖੇ ਜਿਹੜੀਆਂ ਪ੍ਰਭੂ ਤੁਹਾਡੇ ਪਾਸੇ ਕਰਵਾਉਣੀਆਂ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ। 18ਮੈਂ ਨਾਲ ਸ਼ਰਾਬੀ ਨਾ ਹੋਵੋ। ਇਹ ਆਤਮਕ ਤੌਰ ਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤਬਾਹ ਕਰ ਦੇਵੇਗੀ, ਪਰ ਇਸ ਦੀ ਜਗ੍ਹਾ ਆਤਮਾ ਨਾਲ ਭਰਪੂਰ ਹੋਵੋ। 19ਇੱਕ ਦੂਸਰੇ ਨਾਲ ਭਜਨਾਂ, ਸ਼ਬਦਾਂ, ਅਤੇ ਆਤਮਕ ਗੀਤਾਂ ਨਾਲ ਬੋਲੋ। ਆਪਣੇ ਦਿਲਾਂ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਭੂ ਲਈ ਗਾਓ ਅਤੇ ਸੰਗੀਤ ਛੇੜੋ। 20ਹਰ ਚੀਜ਼ ਲਈ ਪਿਤਾ ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਦਾ ਸ਼ੁਕਰਾਨਾ ਕਰੋ, ਉਸ ਦਾ ਸਾਡੇ ਪ੍ਰਭੂ ਯਿਸੂ ਮਸੀਹ ਦੇ ਨਾਮ ਤੇ ਸ਼ੁਕਰਾਨਾ ਕਰੋ।

### ਪਤਨੀਆਂ ਅਤੇ ਪਤੀ

21ਇੱਕ ਦੂਸਰੇ ਦੀ ਗੱਲ ਮੰਨਣ ਲਈ ਸਦਾ ਤਿਆਰ ਰਹੋ। ਅਜਿਹਾ ਇਸ ਲਈ ਕਰੋ ਕਿਉਂ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਮਸੀਹ ਦਾ ਆਦਰ ਕਰਦੇ ਹੋ। 22ਪਤਨੀਓ, ਆਪਣੇ ਪਤੀਆਂ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਹੇਠਾਂ ਉਵੇਂ ਹੀ ਰਹੋ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰ ਹੇਠਾਂ ਹੋ। 23ਪਤੀ ਪਤਨੀ ਦਾ ਮੁਖੀਆ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਮਸੀਹ ਕਲੀਸਿਯਾ ਦਾ ਮੁਖੀਆ ਹੈ। ਕਲੀਸਿਯਾ ਮਸੀਹ ਦਾ ਸ਼ਰੀਰ ਹੈ। ਮਸੀਹ ਸ਼ਰੀਰ ਦਾ ਰਖਿਅਕ ਹੈ। 24ਕਲੀਸਿਯਾ ਮਸੀਹ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰ ਹੇਠਾਂ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਪਤਨੀਓ ਤੁਹਾਡੇ ਬਾਰੇ ਵੀ ਇਵੇਂ ਹੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਹਰ ਗੱਲ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਪਤੀਆਂ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰ ਹੇਠਾਂ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। 25ਪਤੀਓ ਆਪਣੀਆਂ ਪਤਨੀਆਂ ਨੂੰ ਉਵੇਂ ਪਿਆਰ ਕਰੋ ਜਿਵੇਂ ਮਸੀਹ ਨੇ ਕਲੀਸਿਯਾ ਨਾਲ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਮਸੀਹ ਕਲੀਸਿਯਾ ਲਈ ਮਰਿਆ ਸੀ। 26ਉਹ ਕਲੀਸਿਯਾ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਸੇਵਾ ਵਾਸਤੇ ਸ਼ੁਧ ਬਨਾਉਣ ਲਈ ਮਰਿਆ ਸੀ। ਪਰ ਪਹਿਲਾਂ ਮਸੀਹ ਨੇ ਕਲੀਸਿਯਾ ਨੂੰ ਖੁਸ਼ ਖਬਰੀ ਰਾਹੀਂ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਧੋਕੇ ਸਾਫ਼ ਕੀਤਾ। 27ਮਸੀਹ ਮਰਿਆ ਤਾਂ ਜੋ ਉਹ ਕਲੀਸਿਯਾ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਆਪ ਲਈ ਇੱਕ ਵਹੁਟੀ ਵਾਂਝ ਮਹਿਮਾ ਨਾਲ ਸਮਰਪਿਤ ਕਰ ਸਕੇ ਜੋ ਮਹਿਮਾ (ਸੁੰਦਰਤਾ) ਨਾਲ ਭਰਪੂਰ ਹੈ। ਉਹ ਮਰਿਆ ਤਾਂ ਜੋ ਕਲੀਸਿਯਾ ਪਵਿੱਤਰ ਅਤੇ ਦੋਸ਼ ਰਹਿਤ ਹੋ ਸਕੇ ਅਤੇ ਬਦੀ ਤੋਂ ਬਿਨਾ ਹੋ ਸਕੇ ਜਾਂ ਪਾਪ ਜਾਂ ਹੋਰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਗੱਲ ਤੋਂ ਜੋ ਗਲਤ ਹੈ। 28ਅਤੇ ਪਤੀਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀਆਂ ਪਤਨੀਆਂ ਨੂੰ ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪਿਆਰ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀਆਂ ਪਤਨੀਆਂ ਨੂੰ ਉਵੇਂ ਪਿਆਰ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਉਹ ਆਪਣੇ ਸ਼ਰੀਰ ਨੂੰ ਪਿਆਰ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਜਿਹੜਾ ਵਿਅਕਤੀ ਆਪਣੀ ਪਤਨੀ ਨੂੰ ਪਿਆਰ ਕਰਦਾ ਹੈ ਉਹ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਪਿਆਰ ਕਰਦਾ ਹੈ। 29ਕਿਉਂ? ਕਿਉਂ ਕਿ ਕਦੇ ਵੀ ਕਿਸ ਨੇ ਆਪਣੇ ਖੁਦ ਦੇ ਸ਼ਰੀਰ ਨੂੰ ਨਫਰਤ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ। ਹਰ ਕੋਈ ਆਪਣੇ ਸ਼ਰੀਰ ਦਾ ਪੋਸ਼ਣ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਦਾ ਚੰਗਾ ਖਿਆਲ ਰੱਖਦਾ ਹੈ। ਅਤੇ ਇਹੀ ਗੱਲ ਹੈ ਜਿਹੜੀ ਮਸੀਹ ਨੇ ਕਲੀਸਿਯਾ ਲਈ ਕੀਤੀ, 30ਕਿਉਂਕਿ ਅਸੀਂ ਉਸ ਦੇ ਸ਼ਰੀਰ ਦੇ ਅੰਗ ਹਾਂ। 31ਪੋਥੀਆਂ ਆਖਦੀਆਂ ਹਨ, “ਇਸ ਲਈ ਆਦਮੀ ਆਪਣੇ ਮਾਤਾ ਪਿਤਾ ਨੂੰ ਛੱਡ ਦੇਵੇਗਾ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਪਤਨੀ ਨਾਲ ਮਿਲ ਜਾਵੇਗਾ। ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ, ਉਹ ਦੋਵੇਂ ਇੱਕ ਬਣ ਜਾਣਗੇ।”\* 32ਇਹ ਗੁਪਤ ਸੱਚ ਬਹੁਤ ਮਹੱਤਵਪੂਰਣ ਹੈ। ਮੈਂ

ਮਸੀਹ ਅਤੇ ਕਲੀਸਿਯਾ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹਾਂ।<sup>33</sup> ਪਰ ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਵਿਚੋਂ ਹਰ ਇੱਕ ਉੱਤੇ ਲਾਗੂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ: ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀਆਂ ਪਤਨੀਆਂ ਨੂੰ ਉਵੇਂ ਪਿਆਰ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਪਿਆਰ ਕਰਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਇੱਕ ਪਤਨੀ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਪਤੀ ਦਾ ਆਦਰ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

### ਬੱਚੇ ਅਤੇ ਮਾਪੇ

**6** ਬਚਿਓ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਮਾਪਿਆ ਦੀ ਆਗਿਆ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਉਵੇਂ ਹੀ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਪ੍ਰਭੂ ਤੁਹਾਥੋਂ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਹੀ ਗੱਲ ਕਰਨ ਲਈ ਸਹੀ ਹੈ।<sup>2</sup> ਹੁਕਮ ਆਖਦਾ ਹੈ: “ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਮਾਤਾ ਅਤੇ ਪਿਤਾ ਨੂੰ ਸਤਿਕਾਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।” ਇਹ ਪਹਿਲਾ ਹੁਕਮ ਹੈ ਜਿਸ ਦੇ ਨਾਲ ਇੱਕ ਆਉਂਦਾ ਹੋਇਆ ਵਾਅਦਾ ਹੈ।<sup>3</sup> ਉਹ ਵਾਅਦਾ ਹੈ: “ਫੇਰ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸਭ ਕੁਝ ਚੰਗਾ ਹੋਵੇਗਾ। ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਧਰਤੀ ਉੱਤੇ ਲੰਮੀ ਉਮਰ ਬਿਤਾਓਗੇ।”<sup>4</sup> ਪਿਤਾਓ, ਆਪਣੇ ਬਚਿਆਂ ਨੂੰ ਗੁੱਸੇ ਨਾ ਕਰੋ। ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਸਿਖਲਾਈ ਅਤੇ ਉਪਦੇਸ਼ ਅਨੁਸਾਰ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਪਾਲਣ ਪੋਸਣ ਕਰੋ।

### ਗੁਲਾਮ ਅਤੇ ਮਾਲਕ

<sup>5</sup> ਗੁਲਾਮ ਧਰਤੀ ਉੱਤੇ ਆਪਣੇ ਮਾਲਕਾਂ ਦੀ ਆਗਿਆ ਮੰਨੋ। ਆਦਰ ਅਤੇ ਡਰ ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਆਦੇਸ਼ਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ। ਅਤੇ ਇਹ ਗੱਲ ਸੱਚ ਦਿਲੋਂ ਕਰੋ ਜਿਵੇਂ ਤੁਸੀਂ ਮਸੀਹ ਦੀ ਆਗਿਆ ਦਾ ਪਾਲਣ ਕਰਦੇ ਹੋ।<sup>6</sup> ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਮਾਲਕ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੇਖ ਰਹੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਆਗਿਆ ਦਾ ਪਾਲਣ ਕਰਨ ਤੋਂ ਕਿਤੇ ਵਧੇਰੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸੰਤੁਸ਼ਟ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸੇਵਾ ਉਵੇਂ ਹੀ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਤੁਸੀਂ ਮਸੀਹ ਦੀ ਸੇਵਾ ਕਰਦੇ ਹੋ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਪੂਰੇ ਦਿਲੋਂ ਉਹੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜੋ ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ।<sup>7</sup> ਆਪਣਾ ਕੰਮ ਕਰੋ ਅਤੇ ਇਸ ਦੇ ਕਰਨ ਵਿਚ ਖੁਸ਼ੀ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰੋ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕੰਮ ਕਰੋ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਸੇਵਾ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ ਅਤੇ ਨਾ ਕਿ ਜਿਵੇਂ ਤੁਸੀਂ ਮਨੁੱਖਾਂ ਦੀ ਸੇਵਾ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ।<sup>8</sup> ਯਾਦ ਰਖੋ ਕਿ ਪ੍ਰਭੂ ਹਰ ਉਸ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਫਲ ਦੇਵੇਗਾ ਜੋ ਚੰਗੀਆਂ ਕਰਨੀਆਂ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਹਰ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਉਸਦੀਆਂ ਚੰਗੀਆਂ ਕਰਨੀਆਂ ਲਈ, ਲਿਹਾਜ਼ ਕੀਤੇ ਬਿਨਾਂ ਕਿ ਉਹ ਇੱਕ ਗੁਲਾਮ ਹੈ ਜਾ ਅਜ਼ਾਦ ਆਦਮੀ, ਫਲ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇਗਾ।<sup>9</sup> ਮਾਲਕੋ, ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੀ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਗੁਲਾਮਾਂ ਨਾਲ ਚੰਗਾ ਸਲੂਕ ਕਰੋ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਡਰਾਉਣ ਧਮਕਾਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਨਾ ਆਖੋ। ਤੁਸੀਂ ਜਾਣਦੇ ਹੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਮਾਲਕ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਮਾਲਕ ਇੱਕੋ ਹੀ ਹੈ ਜੋ ਸਵਰਗ ਵਿੱਚ ਹੈ। ਅਤੇ ਉਸ ਦੇ ਵਾਸਤੇ ਹਰ ਕੋਈ ਬਰਾਬਰ ਹੈ।

### ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਦੀ ਢਾਲ ਪਹਿਨ ਲਵੋ

<sup>10</sup> ਆਪਣਾ ਪੱਤਰ ਖਤਮ ਕਰਦਿਆਂ ਹੋਇਆਂ ਮੈਂ ਦੱਸਦਾ ਹਾਂ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪ੍ਰਭੂ ਵਿੱਚ ਅਤੇ ਉਸ ਦੀ ਮਹਾਨ ਸ਼ਕਤੀ ਵਿੱਚ ਤਕੜੇ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।<sup>11</sup> ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਦੀ ਢਾਲ ਪਹਿਨ ਲਵੋ ਤਾਂ ਜੋ

ਤੁਸੀਂ ਸ਼ੈਤਾਨ ਦੀਆਂ ਸ਼ੈਤਾਨੀ ਚਾਲਾਂ ਦੇ ਖਿਲਾਫ ਲੜ ਸਕੋ।<sup>12</sup> ਸਾਡੀ ਲੜਾਈ ਧਰਤੀ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਖਿਲਾਫ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਇਸ ਹਨੇਰੀ ਦੁਨੀਆਂ ਦੇ ਹਾਕਮਾਂ, ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਅਤੇ ਸ਼ਕਤੀਆਂ ਨਾਲ ਲੜ ਰਹੇ ਹਾਂ। ਅਸੀਂ ਬਦੀ ਦੀਆਂ ਆਤਮਕ ਤਾਕਤਾਂ ਜਿਹੜੀਆਂ ਸਵਰਗੀ ਥਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਹਨ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਲੜ ਰਹੇ ਹਾਂ।<sup>13</sup> ਇਸ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਦੇ ਪੂਰੇ ਕਵਚ ਹੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ। ਫੇਰ ਬਦੀ ਵਾਲੇ ਦਿਨ ਤੁਸੀਂ ਮਜ਼ਬੂਤੀ ਨਾਲ ਡਟ ਕੇ ਖਲੋ ਸਕੋਗੇ। ਅਤੇ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਪੂਰੀ ਲੜਾਈ ਖਤਮ ਕਰ ਲਈ ਹੋਵੇਗੀ ਤੁਸੀਂ ਫੇਰ ਵੀ ਸਥਿਰ ਖਲੋਤੇ ਹੋਵੋਗੇ।<sup>14</sup> ਇਸ ਲਈ ਮਜ਼ਬੂਤੀ ਨਾਲ ਖਲੋਵੋ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਕਮਰ ਦੁਆਲੇ ਸੱਚ ਦੀ ਪੇਟੀ ਬੰਨ੍ਹ ਲਵੋ। ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਛਾਤੀ ਉੱਤੇ ਸਹੀ ਜੀਵਨ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਪਾ ਲਵੋ।<sup>15</sup> ਸ਼ਾਂਤੀ ਦੀ ਖੁਸ਼ਖਬਰੀ ਦਾ ਪ੍ਰਚਾਰ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੇ ਪੈਰਾਂ ਵਿੱਚ ਰਜ਼ਾਮੰਦੀ ਦੀ ਜੁੱਤੀ ਪਾ ਲਵੋ। ਜਿਸ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਮਜ਼ਬੂਤੀ ਨਾਲ ਖਲੋ ਸਕਦੇ ਹੋ।<sup>16</sup> ਅਤੇ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਦੀ ਢਾਲ ਦਾ ਵੀ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕਰੋ। ਇਸ ਨਾਲ, ਤੁਸੀਂ ਦੁਸ਼ਟ ਦੇ ਸਾਰੇ ਅਗਨੀ ਬਾਣਾਂ ਨੂੰ ਰੋਕ ਸਕਦੇ ਹੋ।<sup>17</sup> ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਦੀ ਮੁਕਤੀ ਦਾ ਟੋਪ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੋ। ਅਤੇ ਆਤਮਾ ਦੀ ਤਲਵਾਰ ਫੜ ਲਵੋ। ਉਹ ਤਲਵਾਰ ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਦੀ ਸਿਖਿਆ ਹੈ।<sup>18</sup> ਹਮੇਸ਼ਾ ਆਤਮਾ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਾਰਥਨਾਵਾਂ ਕਰਦੇ ਰਹੋ। ਆਪਣੀ ਹਰ ਜ਼ਰੂਰਤ ਪੂਰੀ ਕਰਨ ਲਈ ਹਰ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਪ੍ਰਾਰਥਨਾਵਾਂ ਨਾਲ ਪ੍ਰਾਰਥਨਾ ਕਰੋ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਹਰ ਸਮੇਂ ਕਰਨ ਲਈ ਹਮੇਸ਼ਾ ਤਿਆਰ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਹੌਂਸਲਾ ਨਾ ਗੁਆਓ। ਹਮੇਸ਼ਾ ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਦੇ ਸਮੂਹ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਪ੍ਰਾਰਥਨਾ ਕਰੋ।<sup>19</sup> ਮੇਰੇ ਲਈ ਵੀ ਪ੍ਰਾਰਥਨਾ ਕਰੋ। ਪ੍ਰਾਰਥਨਾ ਕਰੋ ਕਿ ਜਦੋਂ ਮੈਂ ਬੋਲਾਂ ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਮੈਨੂੰ ਸ਼ਬਦ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰੇ। ਤਾਂ ਕਿ ਮੈਂ ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਡਰ ਦੇ ਖੁਸ਼ ਖਬਰੀ ਦੇ ਗੁਪਤ ਸੱਚ ਬਾਰੇ ਦੱਸ ਸਕਾਂ।<sup>20</sup> ਮੈਨੂੰ ਉਸ ਖੁਸ਼ ਖਬਰੀ ਬਾਰੇ ਬੋਲਣ ਦਾ ਕੰਮ ਸੌਂਪਿਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਹੀ ਗੱਲ ਮੈਂ ਹੁਣ ਇਥੇ ਇਸ ਕੈਂਦ ਵਿੱਚ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹਾਂ। ਮੇਰੇ ਲਈ ਪ੍ਰਾਰਥਨਾ ਕਰੋ ਕਿ ਮੈਂ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਇਸ ਖੁਸ਼ਖਬਰੀ ਦਾ ਪ੍ਰਚਾਰ ਬਿਨਾਂ ਡਰ ਕਰ ਸਕਾਂ ਜਿਸ ਢੰਗ ਨਾਲ ਮੈਨੂੰ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

### ਅੰਤਿਮ ਸ਼ੁਭ ਕਾਮਨਾਵਾਂ

<sup>21</sup> ਮੈਂ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਤੁਖਿਕੁਸ ਸਾਡੇ ਭਰਾ ਨੂੰ ਭੇਜ ਰਿਹਾ ਹਾਂ ਜਿਸ ਨੂੰ ਅਸੀਂ ਪਿਆਰ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਉਹ ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਕਾਰਜ ਦਾ ਵਫ਼ਾਦਾਰ ਨੌਕਰ ਹੈ। ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਸ ਹਰ ਗੱਲ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇਵੇਗਾ ਜਿਹੜੀ ਮੇਰੇ ਨਾਲ ਇੱਥੇ ਵਾਪਰ ਰਹੀ ਹੈ। ਫੇਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮੇਰੀ ਸੁੱਖ ਸਾਂਦ ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਲੱਗੇਗਾ ਅਤੇ ਮੈਂ ਕੀ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹਾਂ।<sup>22</sup> ਇਹੀ ਕਾਰਣ ਹੈ ਕਿ ਮੈਂ ਉਸ ਨੂੰ ਘੱਲ ਰਿਹਾ ਹਾਂ। ਮੈਂ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹਾਂ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਸਾਡੀ ਸੁੱਖਸਾਂਦ ਬਾਰੇ ਜਾਣ ਲਵੋ। ਮੈਂ ਉਸ ਨੂੰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੌਂਸਲਾ ਦੇਣ ਲਈ ਘੱਲ ਰਿਹਾ ਹਾਂ।

<sup>23</sup> ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਪਿਤਾ ਅਤੇ ਪ੍ਰਭੂ ਯਿਸੂ ਮਸੀਹ ਵੱਲੋਂ ਸ਼ਾਂਤੀ ਅਤੇ ਪਿਆਰ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਸਮੇਤ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਹੋਵੇ।<sup>24</sup> ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਦੀ ਕਿਰਪਾ ਉਨ੍ਹਾਂ ਸਾਰਿਆਂ ਨਾਲ ਹੋਵੇ ਜਿਹੜੇ ਸਾਡੇ ਪ੍ਰਭੂ ਯਿਸੂ ਮਸੀਹ ਨੂੰ ਪਿਆਰ ਕਰਦੇ ਹਨ ਉਹ ਪਿਆਰ ਜੋ ਕਦੀ ਨਹੀਂ ਮੁੱਕਦਾ।

# License Agreement for Bible Texts

World Bible Translation Center

Last Updated: September 21, 2006

Copyright © 2006 by World Bible Translation Center

All rights reserved.

## These Scriptures:

- Are copyrighted by World Bible Translation Center.
- Are not public domain.
- May not be altered or modified in any form.
- May not be sold or offered for sale in any form.
- May not be used for commercial purposes (including, but not limited to, use in advertising or Web banners used for the purpose of selling online ad space).
- May be distributed without modification in electronic form for non-commercial use. However, they may not be hosted on any kind of server (including a Web or ftp server) without written permission. A copy of this license (without modification) must also be included.
- May be quoted for any purpose, up to 1,000 verses, without written permission. However, the extent of quotation must not comprise a complete book nor should it amount to more than 50% of the work in which it is quoted. A copyright notice must appear on the title or copyright page using this pattern: "Taken from the HOLY BIBLE: EASY-TO-READ VERSION™ © 2006 by World Bible Translation Center, Inc. and used by permission." If the text quoted is from one of WBTC's non-English versions, the printed title of the actual text quoted will be substituted for "HOLY BIBLE: EASY-TO-READ VERSION™." The copyright notice must appear in English or be translated into another language. When quotations from WBTC's text are used in non-saleable media, such as church bulletins, orders of service, posters, transparencies or similar media, a complete copyright notice is not required, but the initials of the version (such as "ERV" for the Easy-to-Read Version™ in English) must appear at the end of each quotation.

Any use of these Scriptures other than those listed above is prohibited. For additional rights and permission for usage, such as the use of WBTC's text on a Web site, or for clarification of any of the above, please contact World Bible Translation Center in writing or by email at [distribution@wbtc.com](mailto:distribution@wbtc.com).

World Bible Translation Center

P.O. Box 820648

Fort Worth, Texas 76182, USA

Telephone: 1-817-595-1664

Toll-Free in US: 1-888-54-BIBLE

E-mail: [info@wbtc.com](mailto:info@wbtc.com)

**WBTC's web site** – World Bible Translation Center's web site: <http://www.wbtc.org>

**Order online** – To order a copy of our texts online, go to: <http://www.wbtc.org>

**Current license agreement** – This license is subject to change without notice. The current license can be found at: <http://www.wbtc.org/downloads/biblelicense.htm>

**Trouble viewing this file** – If the text in this document does not display correctly, use Adobe Acrobat Reader 5.0 or higher. Download Adobe Acrobat Reader from: <http://www.adobe.com/products/acrobat/readstep2.html>

**Viewing Chinese or Korean PDFs** – To view the Chinese or Korean PDFs, it may be necessary to download the Chinese Simplified or Korean font pack from Adobe. Download the font packs from: <http://www.adobe.com/products/acrobat/acrrasianfontpack.html>