रीजॉइस लर्निंग सेंटर
लेखक: मिरियम लिवेल, रीजॉइस कॉर्पस क्रिस्टी, यूएसए

अनुवादक: प्रदीप मसीह, उत्तर भारत

www.rejoicecc.org

पाठ 4: पवित्र आत्मा का फल

परिचय

पवित्र आत्मा का फल एक विश्वासी के जीवन में परमेश्वर के कार्य का प्रमाण है। जब हम यीशु में बने रहते हैं, विश्वास में बढ़ते हैं, और पवित्र आत्मा की आज्ञा का पालन करते हैं, तो हम बहुत सा फल लाते हैं। उसके बिना हम कुछ भी नहीं कर सकते।
गलातियों **5:22-23** कहता है**:**
"पर आत्मा का फल प्रेम, आनन्द, शांति, धीरज, कृपा, भलाई, विश्वास, नम्रता और आत्म-संयम है; ऐसे कामों के विरोध में कोई व्यवस्था नहीं।"

लक्ष्य:
फल के बारे में बाइबिल आधारित समझ प्राप्त करना और पवित्र आत्मा को हमारे भीतर फल उत्पन्न करने की अनुमति देना। अंतिम लक्ष्य यह है कि हम देखने और कार्य करने में यीशु के समान बनें।

1. प्रेम (LOVE)

परमेश्वर प्रेम है।
1 यूहन्ना **4:8** — जो प्रेम नहीं करता, वह परमेश्वर को नहीं जानता; क्योंकि परमेश्वर प्रेम है।

प्रेम परमेश्वर से है।
1 यूहन्ना **4:7 —** हे प्रियो, हम एक दूसरे से प्रेम रखें, क्योंकि प्रेम परमेश्वर से है; और जो कोई प्रेम करता है, वह परमेश्वर से जन्मा है और परमेश्वर को जानता है।

प्रेम देता है।
यूहन्ना **3:16 —** क्योंकि परमेश्वर ने जगत से ऐसा प्रेम रखा कि उसने अपना एकलौता पुत्र दे दिया, ताकि जो कोई उस पर विश्वास करे वह नाश न हो, परन्तु अनन्त जीवन पाए।

हमें परमेश्वर और दूसरों से प्रेम करने के लिए बुलाया गया है।
मरकुस **12:29-31 —** यीशु ने उत्तर दिया, "सबसे महत्वपूर्ण आज्ञा यह है: 'हे इस्राएल, सुन: हमारा प्रभु परमेश्वर एक ही है। और तू प्रभु अपने परमेश्वर से अपने सारे मन, अपने सारे प्राण, अपने सारी समझ और अपनी सारी शक्ति से प्रेम करना।' दूसरी यह है: 'तू अपने पड़ोसी से अपने समान प्रेम करना।' इनसे बड़ी कोई और आज्ञा नहीं है।"

1 यूहन्ना **4:19 —** हम प्रेम करते हैं, क्योंकि उसने हमसे पहले प्रेम किया।

यूहन्ना **13:34-35 —** "मैं तुम्हें एक नई आज्ञा देता हूँ कि तुम एक दूसरे से प्रेम करो; जैसे मैंने तुमसे प्रेम किया है, वैसे ही तुम भी एक दूसरे से प्रेम करो। इसी से सब लोग जानेंगे कि तुम मेरे चेले हो, यदि तुम एक दूसरे से प्रेम रखो।"

1 पतरस **4:8 —** सब बातों में एक दूसरे से गहन प्रेम रखो, क्योंकि प्रेम अनेक पापों को ढाँक देता है।

रोमियों **13:8 —** किसी से कुछ न उधार रखो, सिवाय प्रेम के; क्योंकि जो दूसरे से प्रेम करता है उसने व्यवस्था पूरी कर दी है।

प्रेम दिखाने के तीन बाइबिल आधारित तरीके**:**

1. अपना जीवन देना।
रोमियों **5:8 —** परन्तु परमेश्वर हम पर अपने प्रेम की प्रशंसा इस से करता है कि जब हम पापी ही थे, तभी मसीह हमारे लिये मरे।

1 यूहन्ना **3:16 —** प्रेम इसी से जान पड़ता है कि मसीह ने हमारे लिये अपना प्राण दे दिया; अत: हमें भी भाइयों के लिये प्राण देना चाहिए।

यूहन्ना **15:13 —** इससे बड़ा प्रेम किसी का नहीं, कि कोई अपने मित्रों के लिये अपना प्राण दे।

इफिसियों **5:25-27** — हे पतियों, अपनी पत्नियों से प्रेम करो, जैसे मसीह ने भी कलीसिया से प्रेम किया और उसके लिये अपने आप को दे दिया, ताकि वह उसे जल के स्नान और वचन के द्वारा शुद्ध करके पवित्र बनाए, और उसे एक महिमा से भरी कलीसिया बना कर अपने सामने प्रस्तुत करे, जो कलंक, शिकन या किसी और ऐसी वस्तु से रहित हो, परन्तु पवित्र और निर्दोष हो।

2. परमेश्वर की आज्ञाओं का पालन करना।
यूहन्ना **14:15** — यदि तुम मुझसे प्रेम रखते हो, तो मेरी आज्ञाओं को मानोगे।

3. कार्यों के द्वारा प्रेम करना।
1 यूहन्ना **3:17-18** — यदि किसी के पास इस संसार की संपत्ति हो, और वह अपने भाई को जरूरत में देखे और फिर भी उस पर दया न करे, तो उस में परमेश्वर का प्रेम कैसे बना रह सकता है? 18 हे बालकों, हम वचन और जीभ से नहीं, पर कार्यों और सत्य से प्रेम करें।

प्रेम के गुण **(Characteristics of Love):**
1 कुरिन्थियों **13:4-8** — प्रेम धैर्यशील और कृपालु है; प्रेम न तो डाह करता है, न घमंड करता है, न घमंड से फूलता है। वह अशिष्ट व्यवहार नहीं करता, अपनी बात पर नहीं अड़ता, चिढ़ता नहीं, बुराई का लेखा नहीं रखता। वह अधर्म में आनंद नहीं करता, परन्तु सत्य के साथ आनंदित होता है। वह सब कुछ सह लेता है, सब कुछ विश्वास करता है, सब कुछ आशा करता है, सब कुछ सहन करता है। प्रेम कभी असफल नहीं होता।

हमें सब कुछ प्रेम में करना चाहिए।
1 कुरिन्थियों **16:14** — तुम्हारे सब काम प्रेम में हों।

कुलुस्सियों **3:14** — और इन सब के ऊपर प्रेम को धारण करो, जो सब को पूर्ण एकता में जोड़ता है।

सारांश:
प्रेम हमारी नींव है, क्योंकि परमेश्वर प्रेम है। और जब हम पवित्र आत्मा का अनुसरण करते हैं, तब उसका प्रेम हमारे द्वारा प्रकट होता है।

2. आनन्द **(JOY)**

हम परमेश्वर की उपस्थिति में आनन्द पाते हैं।
भजन संहिता **16:11** — तू मुझे जीवन का मार्ग दिखाएगा; तेरे दर्शन में परिपूर्ण आनन्द है; तेरे दाहिने हाथ में सदा की सुख-संपत्ति है।

यूहन्ना **16:22** (यीशु अपने चेलों से कह रहे हैं) — इसी प्रकार अब तुम शोकित हो; परन्तु मैं तुम से फिर मिलूंगा, तब तुम्हारे हृदय आनन्दित होंगे, और तुम्हारा आनन्द कोई तुमसे छीन नहीं सकेगा।

हम विश्वास करने में आनन्द पाते हैं।
रोमियों **15:13** — आशा का परमेश्वर तुम्हें विश्वास करते समय सब प्रकार का आनन्द और शांति प्रदान करे।

हम अपने उद्धार में आनन्द पाते हैं।
भजन संहिता **51:12** (जब राजा दाऊद ने बतशेबा के साथ पाप करने के बाद प्रार्थना की) —
"अपने उद्धार का आनन्द मुझे लौटा दे, और आज्ञा मानने वाली आत्मा मुझे प्रदान कर।"

हम परमेश्वर के वचन को समझने में आनन्द पाते हैं।
नहेम्याह **8**
परिचय: जब इस्राएल बंधुआई से बाबुल से यरूशलेम लौटे, तब याजक एज्रा ने मूसा की व्यवस्था लेकर लोगों को पढ़कर सुनाई। उसने उसे स्पष्ट किया और उसका अर्थ बताया ताकि लोग जो पढ़ा जा रहा था उसे समझ सकें।

नहेम्याह **8:9-12**
"...क्योंकि सब लोग व्यवस्था के वचन सुनकर रो रहे थे। तब नहेम्याह (जो राज्यपाल था) ने कहा, "जाओ, उत्तम भोजन करो और मीठे पेय पीयो, और जिनके लिए कुछ तैयार नहीं है, उनके लिए भी भेजो। क्योंकि आज हमारे प्रभु का पवित्र दिन है। शोक मत करो**,** क्योंकि यहोवा का आनन्द ही तुम्हारी शक्ति है।**"**
11 लेवीय लोगों को चुप कराते रहे, यह कहकर कि "चुप रहो, क्योंकि आज पवित्र दिन है; शोक न करो।"
12 तब सब लोग खाने-पीने और भाग भेजने और बड़े आनन्द से उत्सव मनाने चले गए**,** क्योंकि वे उन बातों को समझ गए थे जो उन्हें बताई गई थीं।

प्रभु चाहता है कि हम अच्छे और कठिन समय दोनों में आनन्दित हों।
फिलिप्पियों **4:4** — प्रभु में सदा आनन्दित रहो। मैं फिर कहता हूँ: आनन्दित रहो!

रोमियों **5:3** — हम अपने क्लेशों में भी घमण्ड करें, यह जानकर कि क्लेश से धैर्य उत्पन्न होता है; धैर्य से खरा स्वभाव, और खरे स्वभाव से आशा।

रोमियों **12:12** — आशा में आनन्दित रहो, क्लेश में धीरज रखो, प्रार्थना में नित्य लगे रहो।

सारांश:
आनन्द परिस्थितियों पर निर्भर नहीं है। हमें आनन्द प्राप्त होता है जब हम यीशु की उपस्थिति में रहते हैं, उस पर विश्वास करते हैं, उसके वचन को समझते हैं और उसके उद्धार (पाप, बीमारी और मृत्यु से छुटकारे) में चलते हैं।

3. शांति **(PEACE)**

परमेश्वर शांति का परमेश्वर है।
"शांति का परमेश्वर" के लिए इब्रानी नाम "यहोवा शालोम" है, जो पुराने नियम में गिदोन की कहानी (न्यायियों 6:24) में आता है।

इब्रानियों **13:20-21** — अब शांति का परमेश्वर, जिसने अनन्त वाचा के लहू के द्वारा हमारे प्रभु यीशु को, जो भेड़ों के महान् चरवाहे हैं, मरे हुओं में से पुनः जीवित किया, वह तुम्हें हर एक अच्छे काम के लिए सिद्ध करे, ताकि तुम उसकी इच्छा पूरी कर सको, और यीशु मसीह के द्वारा हम में वह कार्य करे जो उसकी दृष्टि में प्रिय हो — उसकी महिमा युगानुयुग होती रहे। आमीन।

फिलिप्पियों **4:9** — जो बातें तुम ने मुझ से सीखीं, और प्राप्त कीं, और सुनीं, और मुझ में देखीं, उन पर चलो; तब शांति का परमेश्वर तुम्हारे साथ रहेगा।

यीशु शांति देता है।
यूहन्ना **14:27** — मैं तुम्हें शांति छोड़ जाता हूँ; अपनी शांति तुम्हें देता हूँ। जैसा संसार देता है वैसा मैं तुम्हें नहीं देता। तुम्हारा मन व्याकुल न हो, और न डर जाए।

हमें शांतिपूर्ण जीवन जीने के लिए बुलाया गया है।
रोमियों **12:18** — यदि हो सके, तो जहाँ तक तुम्हारे वश में हो, सब लोगों के साथ मेल-मिलाप से रहो।

हमें शांति के द्वारा सुरक्षा मिलती है।
फिलिप्पियों **4:6-7** — किसी भी बात की चिन्ता न करो, परन्तु हर एक बात में तुम्हारी याचनाएँ प्रार्थना और धन्यवाद के साथ परमेश्वर के सामने प्रकट की जाएँ। और परमेश्वर की शांति, जो सारी समझ से परे है, तुम्हारे हृदयों और तुम्हारे विचारों को मसीह यीशु में सुरक्षित रखेगी।

सारांश:
शांति परमेश्वर पर भरोसा करने से आती है, चाहे परिस्थितियाँ अशांत क्यों न हों। जब हम अपनी चिंताओं को उसके हाथों में सौंपते हैं, तो उसकी शांति हमारे हृदयों की रक्षा करती है।

4. धैर्य (PATIENCE)

परमेश्वर धैर्यशील है।
2 पतरस **3:9** — प्रभु अपनी प्रतिज्ञा के पूरा करने में देर नहीं करता, जैसा कुछ लोग देर समझते हैं; परन्तु वह तुम्हारे विषय में धीरज धरता है, क्योंकि वह नहीं चाहता कि कोई नाश हो, परन्तु सबको मन फिराव का अवसर मिले।

हमें धैर्यशील बनने के लिए बुलाया गया है।
रोमियों **12:12** — आशा में आनन्दित रहो, क्लेश में धीरज रखो, प्रार्थना में नित्य लगे रहो।

इफिसियों **4:2** — संपूर्ण नम्रता और कोमलता के साथ, धीरज के साथ एक-दूसरे को प्रेम में सहन करो।

याकूब **1:2-4** — हे मेरे भाइयों और बहनों, जब तुम नाना प्रकार की परीक्षाओं में पड़ो, तो इसे परम आनन्द का विषय समझो, 3 यह जानकर कि तुम्हारे विश्वास की परीक्षा धैर्य उत्पन्न करती है।
4 परन्तु धैर्य को अपना पूरा काम करने दो, कि तुम सिद्ध और संपूर्ण बनो और तुम में किसी बात की घटी न रहे।

कुलुस्सियों **3:12-13** — इसलिये तुम, जो परमेश्वर के चुने हुए, पवित्र और प्रिय हो, दया की भावना, कृपा, नम्रता, कोमलता और धैर्य को पहन लो। एक-दूसरे के साथ सहन करो और यदि किसी को किसी के विरुद्ध शिकायत हो तो एक-दूसरे को क्षमा करो; जैसे प्रभु ने तुम्हें क्षमा किया, वैसे ही तुम भी करो।

भजन संहिता **37:7-9** — यहोवा के सामने चुपचाप रहो, और उसके लिए धीरज से प्रतीक्षा करो; उस पर मत जलो जो अपने मार्ग में सफल होता है, उस पर जो बुरे युक्तियों को अंजाम देता है। क्रोध को छोड़ दे और रोष को त्याग दे; क्रोधित न हो, यह केवल बुराई की ओर ले जाता है। क्योंकि कुकर्मी काट डाले जाएँगे, परन्तु जो यहोवा की आशा रखते हैं, वे पृथ्वी के अधिकारी होंगे।

हमारा धैर्य एक उदाहरण है।
1 तीमुथियुस **1:16** — परन्तु मुझ पर दया इसलिए हुई, कि मुझ में प्रथम पापी के रूप में यीशु मसीह अपनी पूर्ण धैर्यशीलता का प्रदर्शन करें, ताकि जो उस पर अनन्त जीवन के लिए विश्वास करेंगे, उनके लिए एक उदाहरण बन सके।

सारांश:
धैर्य कठिनाइयों को सहते हुए परमेश्वर के समय पर भरोसा करने का भाव है। यह हमारे विश्वास और उस पर निर्भरता को दर्शाता है।

5. दया **(KINDNESS)**

परमेश्वर दयालु है।
तीतुस **3:4-7** —
4 परन्तु जब हमारे उद्धारकर्ता परमेश्वर की भलाई और प्रेम प्रकट हुआ,
5 तो उसने हमें उद्धार दिया, न कि धर्म के कामों के कारण जो हमने किए थे, परन्तु अपनी दया के अनुसार, नए जन्म के स्नान और पवित्र आत्मा के नवीनीकरण के द्वारा।
6 जिसे उसने हमारे उद्धारकर्ता यीशु मसीह के द्वारा हम पर बहुतायत से उंडेला,
7 ताकि हम उसके अनुग्रह से धर्मी ठहराए जाकर, अनन्त जीवन की आशा के अनुसार वारिस बनें।

लूका **6:35** — परन्तु अपने शत्रुओं से प्रेम करो, भलाई करो, उधार दो और वापसी की आशा न रखो; तब तुम्हारा प्रतिफल बड़ा होगा, और तुम परमप्रधान के पुत्र कहलाओगे; क्योंकि वह कृतघ्नों और बुरों के प्रति भी भला है।

भजन संहिता **145:8** — यहोवा करुणामय और अनुग्रहकारी है, विलम्ब से कोप करनेवाला और अति करुणामय है।

भजन संहिता **119:88** — अपनी करुणा के अनुसार मुझे जीवित कर, कि मैं तेरे वचनों के साक्ष्य को मानूँ।

हमें भी दयालु बनने के लिए बुलाया गया है।
इफिसियों **4:32** — एक-दूसरे के प्रति कृपालु और करुणाशील बनो, और जैसे मसीह में परमेश्वर ने तुम्हें क्षमा किया, वैसे ही तुम भी एक-दूसरे को क्षमा करो।

नीतिवचन **11:17** — जो मनुष्य दयालु होता है, वह अपने ही प्राण का भला करता है, परन्तु जो निर्दयी है, वह अपने ही शरीर को दुख पहुँचाता है।

नीतिवचन **16:24** — कृपालु वचन मधु के समान मीठे होते हैं, आत्मा को मधुर और शरीर के लिए आरोग्यकारी।

सारांश:
दयालु बनना सभी के लिए लाभकारी और स्वास्थ्यवर्धक है।

6. भलाई **(GOODNESS)**

परमेश्वर भला है।
भजन संहिता **119:68** — तू भला है और भलाई करता है; मुझे अपने विधियों की शिक्षा दे।

भजन संहिता **34:8** — चखो और देखो कि यहोवा कैसा भला है; धन्य है वह पुरुष जो उसमें शरण लेता है।

1 इतिहास **16:34** — यहोवा का धन्यवाद करो, क्योंकि वह भला है; उसकी करुणा सदा की है।

भजन संहिता **145:9** — यहोवा सब पर भला है, और उसकी करुणाएँ उसके सब कामों पर हैं।

भजन संहिता **31:19**
हे यहोवा, तेरी भलाई कैसी बड़ी है, जिसे तू ने अपने डरनेवालों के लिये रख छोड़ी है, और जो लोग तुझ में शरण लेते हैं उनके लिये तू ने सब मनुष्यों के सामने प्रगट करके तैयार की है!

हमें भला करना चाहिए।
गलातियों **6:10** — इसलिए जब तक अवसर मिले, सब के साथ भलाई करें, विशेषकर विश्वास के घराने के लोगों के साथ।

मीका **6:8** — हे मनुष्य, वह तुझे बता चुका है कि भलाई क्या है; और यहोवा तुझ से क्या चाहता है? केवल यह कि तू न्याय करे, करुणा से प्रेम रखे, और अपने परमेश्वर के साथ नम्रतापूर्वक चले।

हमें भलाई से चिपके रहना चाहिए।
रोमियों **12:9** — प्रेम निष्कपट हो; बुराई से घृणा करो; भलाई से चिपके रहो।

सारांश:
भलाई का जीवन धर्म में जीना है — वह चुनना है जो परमेश्वर को प्रसन्न करता है, न कि संसार को।

7. विश्वासयोग्यता (FAITHFULNESS)

परमेश्वर विश्वासयोग्य है।
2 थिस्सलुनीकियों **3:3** — परन्तु प्रभु विश्वासयोग्य है; वह तुम्हें दृढ़ करेगा और उस दुष्ट से बचाएगा।

1 कुरिन्थियों **10:13** — तुम्हें कोई ऐसी परीक्षा नहीं हुई, जो मनुष्य की सहनशक्ति से बाहर हो; और परमेश्वर विश्वासयोग्य है, जो तुम्हें तुम्हारी सामर्थ्य से अधिक परीक्षा में नहीं पड़ने देगा**,** परन्तु परीक्षा के साथ निकलने का उपाय भी करेगा, ताकि तुम उसे सह सको।

1 यूहन्ना **1:9** — यदि हम अपने पापों को स्वीकार करें, तो वह विश्वासयोग्य और धर्मी है, जो हमारे पापों को क्षमा करे और हमें सब अधर्म से शुद्ध करे।

विलापगीत **3:22-23** — यहोवा की करुणाएँ समाप्त नहीं हुईं, क्योंकि उसकी दया अनंत है। वे प्रत्येक भोर को नई होती हैं; तेरी सच्चाई महान है।

हमें भी विश्वासयोग्य बने रहने का आदेश है।
मत्ती **25:21** — उसके स्वामी ने उससे कहा, "धन्य है, हे अच्छे और विश्वासयोग्य दास! तू थोड़े में विश्वासयोग्य रहा, मैं तुझे बहुतों का अधिकारी बनाऊँगा; अपने स्वामी के आनन्द में प्रवेश कर।"

सारांश:
जिस प्रकार पति-पत्नी को एक-दूसरे के प्रति विश्वासयोग्य रहना चाहिए, उसी प्रकार हम, जो शास्त्र में "मसीह की दुल्हन" कहलाते हैं, यीशु के प्रति विश्वासयोग्य रहने को बुलाए गए हैं। जब हम उसकी आज्ञा का पालन करते हैं, तो हमें विश्वासयोग्य गिना जाता है।

8. नम्रता (GENTLENESS)

यीशु नम्र हैं।
मत्ती **11:29** — यीशु ने कहा, "मैं नम्र और मन में दीन हूँ।"

मत्ती **21:5** — "देख, तेरा राजा तेरे पास आता है, वह नम्र है और गधे पर चढ़ा है।"

यीशु की तुलना परमेश्वर के मेम्ने से की गई है, और मेम्ना स्वभाव से नम्र होता है:
यूहन्ना **1:29** — देखो, परमेश्वर का मेम्ना जो संसार का पाप उठा ले जाता है।

हमें भी नम्र बनने के लिए बुलाया गया है।
इफिसियों **4:2** — एक-दूसरे के साथ नम्रता और सहनशीलता से व्यवहार करो, और प्रेम में एक-दूसरे की सहन करो।

फिलिप्पियों **4:5** — तुम्हारी नम्रता सब लोगों के सामने प्रकट हो।

2 तीमुथियुस **2:24** — प्रभु का दास झगड़ालू न हो, पर कोमल हो।

नम्रता का परिणाम:
नीतिवचन **25:15** — कोमल वचन कठोर सिर वाले को भी मना सकता है।

सारांश:
नम्रता एक सुंदर गुण है जो दिलों के द्वार खोलता है। यह कठोरता के विपरीत है।

9. आत्म-संयम (SELF-CONTROL)

हम सब के पास पवित्र आत्मा के द्वारा आत्म-संयम है।

2 तीमुथियुस **1:7** — क्योंकि परमेश्वर ने हमें भय की नहीं, परन्तु सामर्थ्य, प्रेम और आत्म-संयम की आत्मा दी है।

आत्म-संयम जीवन की रक्षा करता है।
नीतिवचन **25:28** — जो व्यक्ति आत्म-संयम नहीं रखता, वह उस नगर के समान है जिसकी दीवारें टूटी हुई हैं।

1 कुरिन्थियों **9:24-26**
24 क्या तुम नहीं जानते कि दौड़ में दौड़ने वाले सब दौड़ते हैं, परन्तु इनाम एक ही पाता है? इसलिये ऐसा दौड़ो कि तुम उसे प्राप्त करो।
25 प्रत्येक खिलाड़ी सब बातों में संयम रखता है; वे नाशमान मुकुट पाने के लिए ऐसा करते हैं, परन्तु हम अविनाशी मुकुट के लिए।
26 इसलिये मैं बिना लक्ष्य के दौड़ता नहीं, और न किसी को हवा में मारने वाले पहलवान की तरह लड़ता हूँ।
27 परन्तु मैं अपने शरीर को दबाता और वश में करता हूँ, कहीं ऐसा न हो कि मैं दूसरों को प्रचार करके आप स्वयं अस्वीकार किया जाऊँ।

नीतिवचन **16:32**
धीरज रखने वाला योद्धा से अच्छा है, और जो अपने मन पर अधिकार रखता है वह नगर जीतने वाले से श्रेष्ठ है।

आत्म-संयम **(Self-control)** एक प्राचीन **(elder)** के लिए आवश्यक है।

तीतुस **1:7-9** —
क्योंकि एक अगुवे को, जो परमेश्वर के घर का प्रबंधक है, निर्दोष होना चाहिए — वह जिद्दी न हो, जल्दी क्रोधित न हो, शराबी न हो, मारपीट करने वाला न हो, या नीच लाभ के पीछे दौड़ने वाला न हो।
8 बल्कि उसे आतिथ्यशील होना चाहिए, भलाई से प्रेम करने वाला, आत्म-संयमी, धर्मी, पवित्र और अनुशासित होना चाहिए।
9 उसे सच्चे वचन से, जैसा कि उसे सिखाया गया है, दृढ़ता से लगे रहना चाहिए, ताकि वह स्वस्थ शिक्षा से दूसरों को उत्साहित कर सके और विरोध करने वालों का खंडन कर सके।

सारांश:

आत्म-संयम हमें प्रलोभनों का सामना करने और परमेश्वर की इच्छा के अनुसार जीवन जीने में समर्थ बनाता है।

अंतिम मनन (Final Reflection):

प्रार्थना, परमेश्वर के वचन के ज्ञान, आज्ञाकारिता, और प्रतिदिन आत्म-समर्पण के द्वारा हम पवित्र आत्मा के फलों में बढ़ते हैं।
पवित्र आत्मा का फल सुंदर है और हमें भी सुंदर बनाता है।

प्रश्न:

1. किस आत्मिक फल में आप स्वयं को सबसे मजबूत महसूस करते हैं?

2. किस आत्मिक फल में आपको सबसे अधिक बढ़ने की आवश्यकता है?