



SEE MORE JESUS • WANTTOSEEMORE.COM

బైబిల్ ఆత్మనిగ్రహం (సంయమనం) గురించి ఏమి చెబుతుంది? — భక్తిపూర్వక ధ్యానం మరియు ప్రార్థన • స్ట్రాంగ్స్ సంబర్లతో KJV లేఖనాలు

ఒక భక్తిపరమైన పఠనం మరియు ఒక ప్రార్థన • వెంట తీసుకువెళ్లడానికి ఒక చిన్న పఠనం, మరియు ముగించడానికి ఒక ప్రార్థన

ఆత్మనిగ్రహం — మౌలిక బైబిలు సిద్ధాంతం

ప్రారంభ వచనం

ఈ రోజు, రోజు నిన్ను ఎక్కడికి కొనిపోవాలని కోరుకుంటుందో అక్కడికి కొనిపోకముందే, మొదటి నియమాన్ని చేపట్టుకో: నీ స్వంత ఆత్మను ఏలుకో. అది ఒక వ్యక్తికి ఇవ్వబడిన అత్యంత గొప్ప శక్తి — ఒక పట్టణాన్ని జయించడం కంటే గొప్పది. నిన్ను ఏలాలని కోరుకునే ధర్మసమ్మతమైన ఒక సంగతిని, మరియు నిన్ను అమ్మివేయాలని కోరుకునే అధర్మమైన ఒక సంగతిని నీవు ఎదుర్కొంటావు; మరియు ఆత్మనిగ్రహం గలవాడు రెంటికీ కాదు అని చెబుతాడు. మెలకువగా ఉండు. జాగరూకుడవై ఉండు. నీ శరీరాన్ని అదుపులో ఉంచుకో, శరీరానికి చోటు ఇవ్వకు. నీవు స్వతహాగా బలవంతుడవు కానవసరం లేదు, ఎందుకంటే ఆత్మనిగ్రహం అనేది ఆత్మ ఫలము — అది ఆయన ద్రాక్షావల్లిపై పెరుగుతుంది, నీది కాదు. శోధన గడియ రాకముందే నీ హృదయంలో నిర్ణయించుకో, రాజు యొక్క భోజనం దానియేలు ముందు పెట్టబడకముందే అతడు నిర్ణయించుకున్న విధంగా; మరియు పాపం నీ వస్త్రాన్ని పట్టుకున్నప్పుడు, పరుగెత్తు, యోసేపు పరుగెత్తిన విధంగా. ఆయన కొరకు నీవు వదిలిపెట్టేది ఒక వస్త్రపు ముక్క; నీవు కాపాడుకునేది నీవే. కృప నిన్ను భక్తిహీనతకు కాదు అని చెప్పడం నేర్పుతుంది, మరియు ఆత్మనిగ్రహం గలవాడు ఎన్నటికీ వాడిపోని కిరీటం కొరకు పరుగెత్తుతాడు. దాన్ని పరిశోధించు.

గ్రీకు కీలక పదాలు

“సంయమనం” — **G1466 egkrateia** — ఆత్మనిగ్రహం

ఆత్మఫలము సాత్వికము, ఇంద్రియనిగ్రహము — అది ఆయననుండి పెరుగును.

“మెలకువగా ఉండు” — **G3525 nepho** — విచక్షణతో ఉండడం, జాగ్రత్తగా చూడడం

మెలకువగా ఉండుడి, జాగరూకులై యుండుడి; మీ విరోధియైన అపవాది తిరుగుచున్నాడు.

హీబ్రూ కీలక పదాలు

“పరిపాలన” — **H4910 mashal** — పరిపాలించుట, ఏలుట

తన మనస్సును స్వాధీనపరచుకొనువాడు పట్టణమును పట్టుకొనువానికంటే శ్రేష్ఠుడు.

“పరిపాలన” — **H4623 matsar** — నియంత్రణ, స్వాధీనత

తన ఆత్మను స్వాధీనము చేసికొనలేని వాడు ప్రాకారములు లేని పట్టణము వంటివాడు.

I. నీ స్వంత ఆత్మను పరిపాలించుము

సామెతలు 16:32 పరాక్రమం గల యుద్ధవీరుని కంటే దీర్ఘశాంతం గలవాడు శ్రేష్ఠుడు. పట్టణాలను స్వాధీనం చేసుకునేవాడి కంటే తన మనస్సును అదుపులో ఉంచుకునేవాడు శ్రేష్ఠుడు. [H4910 mashal ■]

తన ఆత్మను ఏలువాడు = ఒక పట్టణమును పట్టుకొనువానికంటే శ్రేష్ఠుడు.

(నా వ్యక్తిగత ఆలోచనలు — ఈనాడు, గొప్ప యుద్ధం బయట కాదు నీలోనే జరుగుతుంది. నీవు ఎన్నడూ ఒక పట్టణాన్ని జయించకపోవచ్చు, కానీ నీవు నీ ఆత్మను ఏలుగలవు, మరియు దేవుడు దానినే గొప్ప విజయంగా లెక్కించును. ఈనాడు కోపమునకు నిదానముగా ఉండుము; ఒక అధిపతి పట్టణమును కాపాడునట్లు నీ ఆత్మను కాపాడుకొనుము, అప్పుడు నీవు బలవంతుల కంటే బలవంతుడవగుదువు.)

II. అన్ని విషయాలలో మితత్వం

కొరింథీయులకు రాసిన మొదటి పత్రిక 9:25 అంతే కాక పందెంలో పరిగెత్తే ప్రతి ఒక్కడూ అన్ని విషయాల్లో ఆత్మనిగ్రహం కలిగి ఉంటాడు. వారు త్వరగా ఎండిపోయి వాడి పోయే ఆకుల కిరీటం కోసం పరిగెత్తితే, మనం అక్షయమైన కిరీటం కోసం ఆత్మ నిగ్రహంతో పరిగెత్తుతాము.

[G1467 egkrateuomai ■]

పోటీలో పోరాడువాడు = అన్ని విషయములలో మితముగా ఉండును → అక్షయమైన కిరీటము.

(నా వ్యక్తిగత ఆలోచనలు — ఆ కొలతను గమనించండి: అన్ని విషయాలలో ఆత్మనిగ్రహం కలిగి ఉండటం, కేవలం కొన్నింటిలో మాత్రమే కాదు. శిక్షణలో ఉన్న ఒక క్రీడాకారుడు వాడిపోయే ఒక బహుమానం కోసం అనుమతించదగిన అనేక విషయాలను తనకు తానే నిరాకరించుకుంటాడు. వాడిపోయి బహుమానం కోసం ఈరోజు ఒక విషయాన్ని నీకు నీవే నిరాకరించుకో, అప్పుడు నీవు బాగా పరుగెత్తినట్లే.)

హృదయంలో దాచుకోవలసిన వాక్యం

గలతీయులకు రాసిన పత్రిక 5:22 అయితే ఆత్మఫలం ఏదంటే ప్రేమ, ఆనందం, శాంతి సమాధానాలు, సహనం, కనికరం, మంచితనం, విశ్వాసం, సాత్వికం, ఆశానిగ్రహం.

గలతీయులకు రాసిన పత్రిక 5:23 అలాంటి వాటికి వ్యతిరేకంగా ఏ చట్టమూ లేదు.

ఆత్మ ఫలము ప్రేమ, ఆనందము, సమాధానము, దీర్ఘశాంతము, దయాళుత్వము, మంచితనము, విశ్వాసము, సాత్వికము, ఆశానిగ్రహము.

ప్రార్థన

ప్రభువా, ఆత్మను ఇచ్చే దేవుడు నీవే, మరియు ఆత్మ ఫలము ఆశానిగ్రహము; కావున నేను నా స్వంత బలము కొరకు అడుగుట లేదు, నీ బలము కొరకే అడుగుచున్నాను. నా స్వంత ఆత్మను పరిపాలించుటకు నేటిదినమున నాకు నేర్పుము, ఏలయనగా ఇది ఒక పట్టణమును పట్టుకొనుటకంటే గొప్ప విషయము; నన్ను కోపమునకు నిదానముగను, మత్తుడనుగాక వివేకమునుగలవానిగను, జాగరూకుడనుగను చేయుము, ఏలయనగా నా శత్రువు తిరుగులాడుచున్నాడు. నా శరీరమును అదుపులో ఉంచుము, మరియు ఏ న్యాయమైన విషయమునైనను నా యేలికగా చేయనియ్యకుము; శరీరమునకు దాని కోరికలను తృప్తిపరచుటకు ఏ చోటును ఇయ్యకుండ నన్ను చేయుము. శోధన సమయము వచ్చుటకు ముందుగానే నా హృదయమును నిర్ణయమును స్థిరపరచుము, దానియేలు ముందుగానే నిశ్చయించుకొనిన రీతిగా; మరియు పాపము నన్ను పట్టుకొనునప్పుడు, పరుగెత్తి తన్నుతాను పవిత్రముగా ఉంచుకొనుటకు యోసేపు పాదములను నాకిమ్ము. మరియు అనేకుల ప్రేమ చల్లారిపోవును గనుక, చివరవరకు నిలిచియుండి, చల్లగా కాక, ఆశానిగ్రహమును నాకిమ్ము — నియమములచొప్పున పోటీపడుచుండునట్లు నన్ను కాపాడుము, తద్వారా నేను తప్పించబడకుండ, ఎన్నటికిని వాడిపోని కిరీటమును పొందునట్లు చేయుము. కావున నీ కృపచేత, భక్తిహీనతను మరియు లోకసంబంధమైన కోరికలను నిరాకరించుటకును, జ్ఞానముతోను నీతితోను భక్తితోను జీవించుటకును, ఆ ధన్యమైన నిరీక్షణ కొరకు కనిపెట్టుచుండుటకును నాకు నేర్పుము. ఆమెన్.

ముగింపు

కొరింథీయులకు రాసిన మొదటి పత్రిక 10:13 ఇప్పటి వరకూ మీరు ఎదుర్కొన్న పరీక్షలు సాధారణంగా మనుషులందరికీ కలిగివే. దేవుడు నమ్మదగినవాడు. సహించడానికి మీకున్న సామర్థ్యం కంటే మించిన పరీక్షలు మీకు రానివ్వడు. అంతేకాదు, సహించడానికి వీలుగా ఆ కష్టంతో బాటు దానినుండి తప్పించుకునే మార్గం కూడా మీకు ఏర్పాటు చేస్తాడు.

దేవుడు నమ్మకమైనవాడు → శోధనతోకూడ తప్పించుకొను మార్గమును ఆయన కలుగజేయును, తద్వారా మీరు దానిని సహింపగలుగుదురు.

SOURCES & CREDITS

Alternate chapter/verse numbering reconciled with STEP Bible TVTMS (CC BY 4.0).

Strong's numbering & original-language data: OpenScriptures Hebrew Bible (CC BY 4.0); STEP Bible.org — TAHOT/TAGNT/TBESH/TBESG (CC BY 4.0); Robinson-Pierpont Byzantine Majority Text (Public Domain); Strong's dictionary, 1890 (Public Domain).

Typography: Google Noto fonts (SIL Open Font License 1.1).

© SEE MORE JESUS · wanttoseemore.com — shared under Creative Commons Attribution 4.0 (CC BY 4.0).