



SEE MORE JESUS · WANTTOSEEMORE.COM

बाइबलले आत्म-संयम (मिताहारीता) बारे के भन्छ? — यसलाई जीवनमा उताउँदै • स्ट्रङ्गका नम्बरहरू सहित KJV धर्मशास्त्रहरू

जीवनमा उताउँदै • परमेश्वरसँगको यात्रा — घस्रनु, हिँड्नु, दौडनु, समाप्त गर्नु

संयम — आधारभूत बाइबलीय सिद्धान्त

उद्धाटन वचन

तप (temperance) कुनै पनि कुरा हुनुभन्दा पहिले एक हिँडाइ हो। बालक एक दिनमै आफूलाई शासन गर्दै: पहिले ऊ घुँडाले घिसन्छ, र बोकिन्छ, र दुधले खुवाइन्छ; त्यसपछि ऊ दुध छुटाइन्छ, र आमाबाट दुध छुटाइएको बालकजस्तै शान्त पारिन्छ; त्यसपछि ऊ हिँड्छ, र खराबीलाई इन्कार गर्न र असललाई रोज्न सिक्छ; त्यसपछि ऊ दगुर्छ — र पुरस्कारको निम्ति प्रतिस्पर्धा गर्ने हरेक व्यक्ति सबै कुरामा तपशील (temperate) हुन्छ। ग्रीक शब्द *egkrateia* (G1466, temperance) हो — भित्री शक्ति, आफ्नै माथिको मानिसको शासन; र यसको एक सहयोगी छ, *egkrateuomai* (G1467, to be temperate), जो त्यही शक्ति दौडमा काम लगाइएको हो। हिब्रूले यसलाई एउटै शब्दमा राख्छ, *mashal* (H4910, to rule) — जसले आफ्नो आत्मालाई शासन गर्छ ऊ सहर कब्जा गर्नेभन्दा असल हुन्छ; र जहाँ त्यो शासन हराएको हुन्छ, *matsar* (H4623, rule), त्यो मानिस पर्खालबिनाको भक्तिको सहर हुन्छ। यो अध्ययनले तपलाई मानिसको सम्पूर्ण यात्रामार्फत लैजान्छ: ऊ घुँडाले घिसन मात्र सक्दा यो कसरी पाउँछ; एक पटक पाएपछि दिनहुँ यसमा कसरी हिँड्छ; यसको साथमा ऊ कसरी दगुर्छ र आफूलाई एक सिपाहीजसरी अर्पण गर्छ; र अन्त्यमा ऊ कसरी रेखा काट्छ, जहाँ मुकुट कहिल्यै सड्दैन, र जहाँ संसार बितेर जान्छ, र यसका लालसाहरू यससँगै, तर परमेश्वरको इच्छा पूरा गर्ने सदासर्वदा रहन्छ। यसलाई खोजी गर।

यस अध्ययनले उत्तर दिने तीन प्रश्नहरू:

१. संयम कहाँ पाइन्छ, र मानिस पहिलो पटक यसमा कसरी आउँछ?
२. एक व्यक्तिसँग संयम भएपछि त्यसलाई के गर्नुपर्छ, र यो दिनहुँ कसरी जीवित पारिन्छ?
३. दौड कसरी सकिन्छ — कुन मुकुट सुरक्षित राखिएको छ, र संसार बितेर जाँदा को सदासर्वदा रहन्छ?

ग्रीक मुख्य शब्दहरू

“संयम” — **G1466 *egkrateia*** — आत्म-नियन्त्रण, संयम, मिताचार

पवित्र आत्माको फल संयम हो

“संयमी” — **G1467 *egkrateuomai*** — आत्म-संयम अभ्यास गर्नु, नियन्त्रण गर्नु, संयमित हुनु

प्रतियोगिता जित्नको लागि प्रयास गर्ने हरेक मानिस सबै कुरामा संयमी हुन्छ

“वृद्धि” — **G4298 *prokopto*** — वृद्धि हुनु, अगाडि बढ्नु, बढ्नु

येशू बुद्धिमा र उचाइमा बढ्नुभयो

“अत्यधिकता” — **G810 asotia** — अतिरेक, स्वैरता

दाखरसमा मत्त नहोओ, जसमा असंयम छ

“संयमी” — **G1468 egkrates** — संयमित, भित्री शक्तिले युक्त

नियन्त्रित, न्यायी, पवित्र, मध्यमी

“नियन्त्रणमा राख्नु” — **G5299 hupopiazō** — ऋष्याक्क पार्नु, कुट्नु

म आफ्नो शरीरलाई वशमा राख्छु

“वशमा ल्याउनु” — **G1396 doulagogēō** — वशमा ल्याउनु

म यसलाई वशमा ल्याउँछु

“उत्कृष्टताको लागि प्रयास गर्नु” — **G118 athleo** — द्रुत गर्नु, संघर्ष गर्नु

यदि कोही मानिस प्रतियोगितामा लड्छ भने

“हतियारहरू” — **G3696 hoplon** — शस्त्र, हतियार, साधन

हाम्रा युद्धका हतियारहरू शारीरिक होइनन्

“तौल” — **G3591 ogkos** — तौल, बोझ

हामी हरेक भारलाई फ्याँकिदिऔं

“बस्नु” — **G3306 meno** — बस्नु, रहनु, सहनु

परमेश्वरको इच्छा पूरा गर्नेचाहिँ सदासर्वदा रहिरहन्छ

“पूर्ण रूपमा” — **G3651 holoteles** — पूर्ण रूपमा, अन्तसम्म

तिमीहरूलाई शान्तिका परमेश्वरले नै पूर्ण रूपले पवित्र पार्नुभएको होस्

(मेरा व्यक्तिगत विचारहरू — यो शब्द कसरी बनेको छ, हेर्नुहोस्। Strong's भन्छ egkrateia (G1466, temperance) दुई शब्दहरूमा आधारित छ — G1722, भित्र, र G2904, kratos, शक्ति, शासन — भित्रको शक्ति: एक व्यक्तिको आफ्नै आत्मामाथिको शासन। र egkrateuomai (G1467, to be temperate) त्यही शक्ति हो जो कार्यमा लगाइएको छ — व्यक्तिसँग जे मात्र हुन्छ त्यो होइन, तर व्यक्तिले दौडमा जे गर्छ त्यो हो। फल र त्यसको दौड दुई रूपमा भएको एउटै शब्द हो।)

हिब्रू शब्दहरू

“शासन गर्छ” — **H4910 mashal** — राज्य गर्न, प्रभुत्व गर्न, राज्य गर्नु

जसले आफ्नो आत्मालाई वशमा राख्छ, त्यो सहर जित्नेभन्दा असल हो

“नियम” — **H4623 matsar** — संयम, नियम, नियन्त्रण

जसले आफ्नो आत्मामाथि शासन गर्दैन

“लुकाइयो” — **H6845 tsaphan** — लुकाउनु, थुपार्नु, गुप्त राख्नु

मैले तपाईंको वचन मेरो हृदयमा लुकाएको छु

“दूध छुटाइएको” — **H1580 gamal** — दूध छुटाउनु, पाक्नु, प्रशस्त व्यवहार गर्नु

दूध छोडाइएकाहरू

“पर्याप्त” — **H1767 day** — पर्याप्त, यथेष्ट

तिमीलाई पुग्ने जति मात्र खानू

“प्रतिबद्ध” — **H7760 suwm** — राख्नु, स्थापित गर्नु, नियुक्त गर्नु, उद्देश्य राख्नु

दानियलले आफ्नो हृदयमा संकल्प गरे

(मेरा व्यक्तिगत विचारहरू — मशल (H4910, राज्य गर्नु) राज्य गर्नुको निम्ति ठ्याक्कै त्यही शब्द हो: त्यही शब्द यहाँ पनि आउँछ, तपाईंले आफ्ना हातका कामहरूमाथि उसलाई राज्य गर्न लगाउनुभयो (भजनसंग्रह ८:६); र परमेश्वरले ढोकैमा रहेको पापको बारेमा कथिनलाई यसै भन्नुभयो — त्यसको इच्छा तेरो निम्ति हुनेछ, र तँले त्यसमाथि राज्य गर्नु (उत्पत्ति ४:७)। परमेश्वरले सुरुमा स्थापित गर्नुभएको राज्य पहिले मानिसको आफ्नै आत्मामाथि स्थापित ग

I. घस्रँदै — यसलाई कसरी फेला पार्ने

(मेरा व्यक्तिगत विचारहरू — हरेक हिँडाइ तल्लो अवस्थाबाटै सुरु हुन्छ, र यो पनि त्यसै सुरु हुन्छ। संयम पहिले तिम्रो आफ्नै हातको काम होइन; यो फल हो — र फल बनाइँदैन, यो उमारिन्छ। यो एउटा दाखलतामा उम्रिन्छ, र त्यो दाखलता एक व्यक्ति हुनुहुन्छ। र बालकले यो त्यहीँ पाउँछ जहाँ उसले आफ्नो सबै भोजन पाउँछ: वचनमा, दूधको रूपमा; त्यहाँ यसलाई चाँदीभैँ खोज, र लुकेको धनभैँ खोज। तल्लो अवस्थाबाटै सुरु गर, वचनको दूधमा सुरु गर, र सुरु गर।)

A. गलाती 5:22-23 तर पवित्र आत्माका फलचाहिँ प्रेम, आनन्द, शान्ति, धैर्य, दया, भलाइ, विश्वास [**G1466 egkrateia** ■] (23) नम्रता र संयम हुन् । यी कुराहरूका विरुद्धमा कुनै व्यवस्था छैन ।

आत्माको फल → नम्रता, संयम + यस्ता कुराहरूको विरुद्धमा कुनै व्यवस्था छैन।

B. यूहन्ना 15:4 ममा रहो र म तिमीहरूमा रहनेछु । जसरी दाखको बोटमा नरहेसम्म हाँगा आफैले फल फलाउन सक्दैन, त्यसरी नै तिमीहरू पनि ममा नरहेसम्म फल फलाउन सक्दैनौ । **[G3306 meno ■]**

हाँगाको आफैमा फल फलाउन सक्दैन, यदि त्यो दाखलतामा रहँदैन भने → त्यसै गरी तिमीहरू पनि ममा नरहे फल फलाउन सक्दैनौ।

C. यूहन्ना 15:5 म दाखको बोट हुँ, र तिमीहरू त्यसका हाँगाहरू हो । जो ममा रहन्छ र म त्यसमा रहनेछु, त्यसले धेरै फल फलाउँछ, किनकि मविना तिमीहरू केही पनि गर्न सक्दैनौ । **[G2590 karpos ■]**

जसले ममा रहन्छ + म त्यसमा → त्यसैले धेरै फल फलाउँछ + मविना तिमीहरूले केही पनि गर्न सक्दैनौ।

(मेरो व्यक्तिगत विचारहरू — यहीं संयम पाइन्छ। यो आत्माको फलमध्ये लेखिएको छ, र फल त्यही हाँगामा मात्र फल्छ जुन दाखलतामा टाँसिएर बस्छ। हाँगालाई काटेर छुट्याइयो भने फल हुँदैन; किनकि उहाँ भन्नुहुन्छ, ममा नरही तिमीहरूले केही गर्न सक्दैनौ। संयम पाउनको लागि, उहाँमा रहिरहो — भित्रको बल उहाँकै बल हो, जुन तिमीभित्र बाँचिरहेको छ।)

D. २ पत्रुस 1:3 आफ्नै महिमा र सद्गुणद्वारा हामीलाई बोलाउनुहुने परमेश्वरको ज्ञानद्वारा हामीलाई ईश्वरीय शक्तिको जीवन र धार्मिकताको निम्ति आवश्यक पर्ने सबै कुरा दिइएको छ । **[G1922 epignosis ■] [G1411 dunamis ■]**

उहाँको ईश्वरीय शक्तिले जीवन र भक्तिसम्बन्धी सबै कुरा हामीलाई दिनुभएको छ।

E. हितोपदेश 2:4-5 तैले चाँदीलाई भैं यसलाई खोजिस्, र गाडधनलाई भैं समभ्रशक्तिको खोजी गरिस् भने **[H2664 chapas ■]** (5) तैले परमप्रभुको भय बुझ्ने छस्, र परमेश्वरको ज्ञान पाउने छस् ।

चाँदीलाई भैं यसलाई खोज् + गाडधनलाई भैं खोजी गर् → तब तैले परमेश्वरको ज्ञान पाउने छस्।

F. यूहन्ना 5:39 तिमीहरू धर्मशास्त्रमा खोज्दछौ, किनकि तिनमा तिमीहरूको निम्ति अनन्त जीवन छ भन्ने सोच्दछौ र यी नै धर्मशास्त्रहरूले मेरो विषयमा गवाही दिन्छन् **[G2045 ereunao ■]**

धर्मशास्त्रको खोजी गर → तिनीहरू नै मेरो बारेमा गवाही दिन्छन्।

G. भजनसंग्रह 119:9 जवान व्यक्तिले आफ्नो मार्ग कसरी शुद्ध राख्न सक्छ? तपाईंको वचन पालन गरेर सक्छ । **[H1697 dabar ■]**

जवान व्यक्तिले आफ्नो मार्ग कसरी शुद्ध राख्न सक्छ? → तपाईंको वचन पालन गरेर सक्छ।

H. भजनसंग्रह 119:11 तपाईंको वचन मैले आफ्नो हृदयमा जम्मा गरेको छु ताकि तपाईंको विरुद्ध मैले पाप गर्नु नपरोस् । **[H6845 tsaphan ■]**

मैले तिम्रो वचन मेरो हृदयमा लुकाएको छु → कि म तिम्रो विरुद्धमा पाप नगरुँ।

(मेरा व्यक्तिगत विचारहरू — याद गर्नुहोस् जुवान मानिसको नियम कहाँ सुरु हुन्छ: तपाईंको वचन अनुसार ध्यान दिंदै, र हृदयमा लुकाइएको वचनद्वारा। tsaphan (H6845, लुकाउनु) को अर्थ हुन्छ खजानाजस्तै जगेडा राख्नु। पाप नगर्ने व्यक्तिले वचनलाई भित्र, इच्छा उठ्ने ठाउँमै, जगेडा राख्छ — खजाना ठीक त्यही ढोकामा राखिन्छ जहाँ शत्रुले ढकढक्याउँछ।)

I. १ पत्रुस 2:2 नवजात शिशुहरूले जस्तै शुद्ध आत्मिक दूधको तृष्णा गर ताकि तिमीहरू त्यसबाट मुक्तिमा बढ्न सक **[G837 auxano ■]**

[G1051 gala ■]

नवजन्मेका बालकहरूभैं + वचनको निष्कपट दूधको इच्छा गर → ताकि त्यसद्वारा तिमीहरू बढ्दै जाओ।

J. भजनसंग्रह 131:2 वास्तवमा मैले आफ्नो प्राणलाई स्थिर र शान्त बनाएको छु । दूध छोडाएको बालक आमासँग भएभैं, मभित्र मेरो प्राण दूध छोडेको बलकभैं छ । **[H1826 damam ■]**

वास्तवमा मैले आफ्नो प्राणलाई स्थिर र शान्त बनाएको छु → दूध छोडाएको बालक आमासँग भएभैं।

K. यशैया 28:9-10 त्यसले कसलाई ज्ञान सिकाउनेछ र त्यसले कसलाई सन्देश बताउनेछ? जसलाई दूध छोडाइएका छन् वा जसलाई बरखरै दूधबाट अलग गरिका छन्? **[H1580 gamal ■]** (10) किनकि यो आज्ञामाथि आज्ञा, आज्ञामाथि आज्ञा, नियममाथि नियम, नियममाथि नियम, अलिकति यहाँ, अलिकति त्यहाँ ।

दूधबाट छोडाइएकाहरू → उपदेशमा उपदेश + धारमा धार + यहाँ अलिकति, र त्यहाँ अलिकति।

(मेरा व्यक्तिगत विचारहरू — उहाँले कसलाई सिकाउनुहुनेछ? दूध छोडाइएकाहरूलाई। गमल (H1580, weaned) भनेको स्तनबाट अलग गरिएको र त्यसभन्दा माथि बढेको बालक हो; र भजनकारले यसैलाई शान्त भएको प्राणको ठीक चित्र बनाउँछन् — मैले आफूलाई शान्त र स्थिर तुल्याएको छु, जसरी आमाबाट दूध छोडाइएको बालक हुन्छ। मानिसले सिक्ने पहिलो संयम भनेको एउटा दूध छोडाइने प्रक्रिया हो: लालसाबाट शान्त पारिएको प्राण, र आज्ञामा आज्ञा, नियममा नियम, यहाँ अलिकति र त्यहाँ अलिकति गरी सिकाइएको।)

L. लुका 2:52 तर येशू बुद्धिमा, कदमा र परमेश्वर अनि मानिसको निगाहमा निरन्तर बढ्दै जानुभयो । **[G4298 prokopto ■]**

येशू बुद्धि र उचाइमा बढ्नुभयो + परमेश्वर र मानिसको निगाहमा बढ्नुभयो।

(मेरा व्यक्तिगत विचारहरू — र यदि तपाईंलाई घस्रनु आफूभन्दा तल्लो कुरा हो जस्तो लाग्छ भने, पुत्र स्वयं पनि बढ्नुभयो — prokopto (G4298, बढ्नु), अगाडि बढ्नु। उहाँ बढ्नुभयो, र तपाईं पनि बढ्नुहुनेछ। यसमा कोही पनि पूर्ण रूपले हुर्किएर जन्मिंदैन; दूधको इच्छा गर्नुहोस्, र त्यसद्वारा बढ्नुहोस्। अब तपाईं उभिनभएको हुनाले, हिँड्न सिक्नुहोस्।)

II. हिँड्नु — तिमीसँग यो भएपछि यसलाई के गर्ने

(मेरा व्यक्तिगत विचारहरू — बच्चा आफ्नो खुट्टामा उभएको छ; अब दौनेक हिँडाइ आउँछ। भेटाइएको समय अब हिँडाइएको समय बन्यो, र हिँडाइको पाँहलाई नियम यही हो: आत्मामा हिँड, र तिमीले शरीरको अभिलाषा पूरा गर्नेछैनौ। शरीरलाई वशमा राख्ने तरिका स्थिर उभिएर त्योसँग लड्नु होइन; त्यो हो — हिँड्नु — आत्मामा, उज्यालोमा, इमानदारीपूर्वक, संयमपूर्वक — र यी साक्षीहरूमा हेर, यो हिँडाइले के इन्कार गर्छ, र के धारण गर्छ।)

A. गलाती 5:16 म भन्दछु, आत्माद्वारा हिँड, अनि तिमीहरूले शरीरका अभिलाषाहरूलाई पूरा गर्नेछैनौ। **[G1939 epithumia ■]**
[G4043 peripateo ■]

आत्मामा हिँड → तिमीहरूले शरीरको अभिलाषा पूरा गर्नेछैनौ।

B. रोमी 13:13 उद्दण्ड उत्सवहरू वा मतवालीपनमा होइन, दिनमा जस्तै उचित तवरले हिँडौं। अनि यौन अनैतिकता वा अनियन्त्रित कामवासनामा नहिँडौं, न त भगडा र ईर्ष्यामा नै हिँडौं। **[G4043 peripateo ■]**

इमानदारीसाथ हिँड, जसरी दिनमा हिँडिन्छ + रङ्गरेली र मतवालापनमा होइन।

C. रोमी 13:14 तर प्रभु येशू ख्रीष्टलाई धारण गर, र शरीर अर्थात् यसका अभिलाषाहरूका निम्ति कुनै स्थान नदेऊ। **[G4307 pronouia ■]**
प्रभु येशू ख्रीष्टलाई धारण गर, र शरीरको निम्ति जोगाड नगर।

D. एफिसि 5:18 र दाखमद्यले नमात्तीओ, किनकि त्यसले विनाशतर्फ डोर्‍याउँछ। तर त्यसको सट्टामा, पवित्र आत्माले भरिओ। **[G810 asotia ■]**
र दाखमद्यले नमात्तीओ, किनकि त्यसले विनाशतर्फ डोर्‍याउँछ → तर त्यसको सट्टामा, पवित्र आत्माले भरिओ।

(मेरा व्यक्तिगत विचारहरू — धर्मशास्त्रले दुई प्रकारका भराइहरूलाई एक अर्काको विरुद्धमा राख्छ: मद्य, जसले अतिरेकतर्फ लैजान्छ — असोटिया (G810, अतिरेक), खर्च भएर खेर गएको जीवन — र आत्मा। मानिस एक भाँडो हो; एउटै प्रश्न मात्र यो हो कि उसलाई केले भर्यो। आत्माले भरिपूर्ण होऊ, र अतिरेकको लागि ठाउँ रहँदैन।)

E. तीतस 2:11-12 हेर, हामीले खुसीसाथ आशा गरिरहेका अर्थात् हाम्रा महान् परमेश्वर र मुक्तिदाता येशू ख्रीष्टको महिमा प्रकट हुने कुरालाई हामीले प्राप्त गर्न प्रतिक्षा गर्दा, हरेककहाँ मुक्ति ल्याउन सक्षम परमेश्वरको अनुग्रह देखा परेको छ **[G4996 sophronos ■]** (12) र हामीलाई अधार्मिकता र संसारिक इच्छाहरूलाई इन्कार गर्न अनि यस युगमा समझदार

परमेश्वरको अनुग्रहले हामीलाई सिकाउँदै → अभक्ति र सांसारिक अभिलाषाहरूलाई अस्वीकार गर्दै + संयमी, धर्मी, र भक्तिपूर्ण जीवन बिताउनु।

F. २ पत्रुस 1:5-6 यसैकारण, तिमीहरूको विश्वासद्वारा सद्गुण, सद्गुणद्वारा ज्ञान थप्न सक्दो प्रयत्न गर। **[G1466 egkrateia ■]** (6) तिमीहरूको ज्ञानद्वारा आत्मसंयम र आत्मसंयमद्वारा सहनशीलता अनि सहनशीलताद्वारा ईश्वरभक्ति।

सारा प्रयास गरी → ज्ञानमा जितेन्द्रियता थप + जितेन्द्रियतामा सहनशीलता।

(मेरा व्यक्तिगत विचारहरू — सिँढी नियाल्नुहोस्: संयम ज्ञानमा — सारा तत्परताका साथ — थपिएको हो, र सहनशीलता संयमको आधारमा निर्माण गरिएको छ। तपाईंले जो फलको रूपमा पाउनुभयो, त्यसलाई अब एक कदमको रूपमा थप्नुपर्छ; यात्रा जति अगाडि बढ्छ, त्यति नै माथि उकालो लाग्छ।)

G. तीतस 2:2 वृद्ध पुरुषहरू संयम, प्रतिष्ठित, समझदार, विश्वासमा, प्रेममा र धैर्यमा पक्का हुनुपर्छ। **[G4998 sophron ■]**

वृद्ध पुरुषहरू → सचेत, गम्भीर, संयमी + विश्वासमा, प्रेममा, सहनशीलतामा स्वस्थ।

H. तीतस 1:8 तर तिनी अतिथि सत्कार गर्ने, जे असल छ सोको मित्र, संवेदनशील, धर्मी, भक्त र आत्म-संयमी हुनुपर्छ। **[G1468 egkrates ■]**
असल मानिसहरूलाई प्रेम गर्ने + संयमी, न्यायी, पवित्र, मर्यादित।

(मेरा व्यक्तिगत विचारहरू — यहाँ "temperate" अन्तर्गतको ट्याग हेर्नुहोस्, G1468: egkrates, भित्री-रूपमा बलियो व्यक्ति, egkrateia को मूल जरा नै। बगालको अगाडि उभिने एल्डर आफैलाई शासन गर्न सक्ने व्यक्ति हुनुपर्छ; र बूढा पुरुषहरू पनि — गम्भीर, संयमी, temperate। यो चाल हरेक उमेरका लागि हो, र यो युवावस्थसँगै समाप्त हुँदैन।)

I. उत्पत्ति 4:7 यदि तैले जे ठीक छ सो गरिस् भने, के तँलाई ग्रहण गरिनेछैन र? तर यदि तैले जे ठीक छ सो गर्दैनस भने त पाप तेरो ढोकैमा ढुक्छ र तँलाई अधिन गर्न इच्छा गर्छ, तर तैले अधिन गर्नेपर्छ। **[H4910 mashal ■]**

पाप ढोकैमा ढुकिबस्छ + त्यसको इच्छा तँतिर हुनेछ → तैले त्यसमाथि राज्य गर्नेछस्।

J. हितोपदेश 16:32 योद्धा हुनुभन्दा बरु रिसाउनमा धिमा हुनु उत्तम हुन्छ, र आफ्नो आत्मालाई नियन्त्रण गर्नेचाहिँ सहरमाथि विजयी हासिल गर्नेभन्दा बलियो हुन्छ। **[H4910 mashal ■]**

ढिलो रिसाउने = शक्तिशालीभन्दा असल + आफ्नो आत्मालाई वश गर्ने सहर कब्जा गर्नेभन्दा असल।

(मेरा व्यक्तिगत विचारहरू — शासनसित सम्बन्धित दुई शब्दलाई सँगै राखौं। कयिनलाई पापको बारेमा भनिएको थियो, तिमीले त्यसमाथि RULE गर्नुपर्छ — मशल (H4910, शासन गर्नु) — यो सम्पूर्ण पुस्तकमा संयमको बारेमा भनिएको पहिलो आज्ञा हो, जुन ढोकैमा भनिएको थियो जहाँ इच्छा पर्खिरहेको थियो। र उखानले त्यही शब्दलाई मुकुट पहिराउँछ: आफ्नो आत्मालाई शासन गर्नेचाहिँ सहर कब्जा गर्नेभन्दा असल छ। संसारले सहर कब्जा गर्नेलाई शक्तिशाली मानिस ठान्छ; परमेश्वरले आफ्नो आत्मालाई शासन गर्नेलाई बढी शक्तिशाली ठान्नुहुन्छ।)

K. हितोपदेश 25:16 मह पाइस् भने चाहिँदो मात्रामा खा। नत्रता अत्यधिक खाइस् भने तैले बान्ता गर्छस्। **[H1767 day ■]**

के तिमीले मह पायो? → आवश्यक भएजति मात्र खाऊ।

L. याकूब 1:19 मेरो प्रिय भाइहरू हो, तिमीहरू यो जान्दछौ: हरेक मानिस सुन्नुमा छिटो, बोल्नुमा ढिलो र रिसाउनमा धीमा होस्। **[G1021 bradus ■]**

सुन्नुमा छिटो + बोल्नुमा ढिलो + रिसाउनमा धीमा।

(मेरा व्यक्तिगत विचारहरू — समयको दैनिक हिंदाइ प्रायः एउटा सानो ढाँकाबाट जान्छ: मुख — र यो ढाँका दुवैतिर काम गर्छ। खाना भित्र जान्छ: महका साथमा पाने, जाँ असल र मिठो कुरा हो, वचनले भन्छ, केवल पर्याप्त मात्रामा खानू — दाय (H1767, पर्याप्त), पुग्ने मात्र। शब्दहरू बाहिर जान्छन्: सुन्नमा फुर्तिलो होऊ, बोल्नमा ढिलो, रिसाउनमा ढिलो। ढोकालाई वशमा राख, र तिमीले हिंदाइको धेरै भाग वशमा राखेका छौ। यसरी हिँड, र तिमी दौडनको लागि तयार छौ।)

III. दौड दौडने — परमेश्वरको सेनाको सिपाहीले जस्तै समर्पण गर

(मेरा व्यक्तिगत विचारहरू — अब हिंदाइ दौड बन्छ, र दौड युद्ध बन्छ। एक ठाउँमा लुकेको कुरा याद गर्नुहोस्: पावलले भन्छन्, म त्यसैले यसरी दौडँछु, र त्यही सासैमा, म यसरी लड्छु — दौडने र लड्ने एउटै व्यक्ति हो। र हेर्नुहोस् उनका प्रहारहरू कहाँ पर्छन्: अर्को व्यक्तिमा होइन — म आफ्नो शरीरलाई वशमा राख्छु, hupopiazō (G5299, वशमा राख्नु), जसलाई स्ट्रङ्गले आँखाभन्दा तल हिकोउनु भनी अनुवाद गर्छ। संयमी व्यक्तिको पहिलो शत्रु उसको आफ्नै शरीर हो; र त्यो शरीरलाई परमेश्वरमा समर्पण गर्नु नै सिपाहीको सम्पूर्ण कर्तव्य हो।)

A. १ कोरिन्थी 9:24 दौडमा सबै मानिसहरू दौडिन्छन्, तर एक जनाले मात्र पुरस्कार पाउँछ भन्ने कुरा के तिमीहरूलाई थाहा छैन? त्यसैले, पुरस्कार पाउने गरी दौड । **[G5143 trecho ■] [G4712 stadion ■]**

दौडमा दौडने सबैले दौड्छन् + यसरी दौड, ताकि तिमीले प्राप्त गर्न सक।

B. १ कोरिन्थी 9:25 एउटा खेलाडी सबै तालिमहरूमा आत्मसंयमी हुन्छ । तिनीहरूले नाश हुने माला पाउनको लागि यसो गर्छन्, तर हामी नाश नहुने माला पाऔं भनेर दौड्छौं । **[G1467 egkrateuomai ■] [G75 agonizomai ■]**

एउटा खेलाडी सबै तालिमहरूमा आत्मसंयमी हुन्छ → हामी नाश नहुने माला पाऔं

C. १ कोरिन्थी 9:26 त्यसैले, म बिनाउदेश्य वा हावामा दौडन्नँ । **[G4438 pukteuo ■]**

त्यसैले म अनिश्चित भई दौडदिनँ + त्यसैले म हावामा मुक्का हानेभैं लडाइँ लड्दिनँ।

D. १ कोरिन्थी 9:27 तर म आफ्नो शरीरलाई वशमा राख्छु र यसलाई दासजस्तै बनाउँछु, ताकि प्रचार गरेपछि म आफैंचाहिँ अयोग्य नबनू ।

[G1396 doulagogeō ■] [G5299 hupopiazō ■]

म आफ्नो शरीरलाई दबाई राख्छु र वशमा ल्याउँछु।

(मेरो व्यक्तिगत विचारहरू — वशमा राख्नु भनेको दुलागोगेओ (G1396) हो, अर्थात् नोकरको रूपमा डोर्‍याउनु। शरीर असल नोकर हो तर खराब मालिक हो; दौडने व्यक्तिले यसलाई सेवा गर्न लगाउँछ। र ध्यान दिनुहोस् किन: ताकि, अरूलाई प्रचार गरिसकेपछि, ऊ आफैं अयोग्य नउहरिन पाउँछ। दौड कतै पनि एक व्यक्तिको आफ्नै अनियन्त्रित शरीरमा भन्दा छिटो हारिँदैन।)

E. २ तिमोथी 2:3 येशू ख्रीष्टको असल सिपाहीभैं मसँग कष्ट भोग । **[G4757 stratiotes ■]**

कठिनाइ सहनु = येशू ख्रीष्टको असल सिपाहीको रूपमा।

F. २ तिमोथी 2:4 सेनामा भर्ना भएको कुनै पनि जवान आफ्नो जीवनको अन्य काममा लाग्दैन, ताकि उसले आफ्नो हाकिमलाई खुसी पार्न सकोस् ।

[G1707 empleko ■]

जो कोही सेनामा भर्ती हुन्छ, त्यसले यस जीवनका कुराहरूमा आफूलाई अल्झाउँदैन → ताकि त्यसले आफूलाई नियुक्त गर्नेलाई प्रसन्न पार्न सकोस्।

G. २ तिमोथी 2:5 कोही खेलमा भाग लिन्छ भने, उसले नियमअनुसार नखेली मुकुट जित्न सक्दैन । **[G118 athleo ■]**

कोही खेलमा भाग लिन्छ भने → उसले नियमअनुसार नखेली मुकुट जित्न सक्दैन ।

(मेरो व्यक्तिगत विचारहरू — "athleo" (G118) भनेको खेलकुदमा जसरी प्रतिस्पर्धा गर्ने हो, त्यसरी संघर्ष गर्नु हो; र मुकुट एउटै शब्दमा निर्भर छ: नियमपूर्वक। सिपाही अलमलिएर हिँड्दैन; प्रतिस्पर्धी बाटो बिराउँदैन। इन्द्रिय-संयम भनेको सम्पूर्ण दौडलाई नियमको अधीनमा राख्नु हो — सबै कुरा क्रमबद्ध होस्, ताकि दौडमा मुकुट नगुमोस्।)

H. २ तिमोथी 2:22 जवानीको अभिलाषाबाट अलग बस, र शुद्ध हृदयले परमेश्वरलाई पुकार्नेहरूसँगै धार्मिकता, विश्वास, प्रेम, शान्तिको खोजी गर ।

[G1939 epithumia ■]

युवा अवस्थाका कामनाहरूबाट पनि भाग, र धार्मिकता, विश्वास, प्रेम, र शान्तिको पछि लाग।

I. १ पत्रुस 2:11 हेर, तिमीहरूका आत्माको विरुद्धमा लडाइँ गर्ने पापमय इच्छाबाट टाढा रहनको निम्ति परदेशीहरू र प्रवासीहरूलाई भैं म तिमीहरूलाई बोलाउँछु । **[G4754 strateuomai ■] [G567 apechomai ■]**

परदेशी र यात्रीको रूपमा → शारीरिक अभिलाषाहरूबाट अलग रहो, जो प्राणको विरुद्धमा लड्छन्।

J. रोमी 6:13 आफ्नो शरीरका अङ्गहरूलाई अधार्मिकताका साधनहरूको रूपमा प्रयोग गर्न नदेओ । तर आफैंलाई परमेश्वरको निम्ति अहिले जिइरहेको मृतकको रूपमा देओ । अनि आफ्नो शरीरका अङ्गहरूलाई परमेश्वरको लागि धार्मिक साधनको रूपमा प्रयोग गर्नलाई देओ । **[G3696 hoplon ■] [G3936 paristemi ■]**

आफैंलाई परमेश्वरमा समर्पण गर + तिमीहरूका अङ्गहरूलाई धार्मिकताका हतियारभैं परमेश्वरमा समर्पण गर।

K. २ कोरिन्थी 10:4 हामीले लडाइँ लड्ने हतियार शारीरिक होइन, बरु तिनीहरूसँग किल्लाहरू नष्ट गर्न सक्ने ईश्वरीय शक्ति छ । तिनीहरूले बहकाउने विवादहरूलाई बेकारको तुल्याउँछन् । **[G3696 hoplon ■]**

हाम्रो लडाइँका हतियारहरू शारीरिक होइनन् → तिनीहरू शक्तिशाली किल्लाहरू ढाल्नलाई परमेश्वरद्वारा सामर्थी छन्।

L. २ कोरिन्थी 10:5 हामी पनि परमेश्वरको ज्ञानको विरुद्धमा खडा हरेक उच्च कुरालाई नष्ट गर्दछौं । हामी हरेक विचारलाई ख्रीष्टको आज्ञाकारितामा कैद गर्छौं । **[G163 aichmalotizo ■]**

कल्पनाहरूलाई ढालेर + हरेक विचारलाई खीष्टको आज्ञापालनमा कब्जा गरेर।

(मेरो व्यक्तिगत विचारहरू — ट्यागहरूलाई ध्यान दिनुहोस्: रोमीमा भएको धार्मिकताका हतियारहरू र कोरिन्थीमा भएको हाम्रो युद्धका हतियारहरू ग्रीक भाषामा एउटै शब्द हो — दुवैमा G3696 hoplon, कवच, हतियारहरू। आफ्ना शरीरका अङ्गहरू परमेश्वरलाई सुम्पिदेऊ, र तिम्रा शरीरका अङ्गहरू नै उहाँका हतियारहरू बन्छन्। र युद्ध पहिले भित्रैबाट लडिन्छ: तर्कहरू भत्काइन्छन्, र हरेक विचार बन्दी बनाइन्छ — संयमी व्यक्तिले बाहिर कुनै शत्रुसँग भेट हुनुभन्दा अगावै आफ्नै विचारहरूलाई बन्दी बनाउँछ।)

M. हितोपदेश 25:28 आत्मसंयमविनाको मानिस दरार भएको वा पर्खालविनाको सहरजस्तै हो । **[H4623 matsar ■]**

जसको आफ्नो आत्मामाथि नियन्त्रण छैन ऊ भक्तिएको र पर्खाल नभएको सहरजस्तै हो।

(मेरा व्यक्तिगत विचारहरू — र यहाँ सिपाहीको चेतावनी उभिएको छ: आत्मसंयमविहीन व्यक्तिलाई ढलेको सिपाहीसँग तुलना गरिएको छैन, बरु ढलेको सहरसँग — भक्तिएको, र पर्खालविनाको। उसलाई कब्जा गर्न कुनै शत्रुलाई आवश्यक पर्दैन; ऊ त पहिले नै खुला अवस्थामा छ। आफ्ना पर्खालहरूको रक्षा गर्नुहोस्, र सजग रहनुहोस्।)

N. हिब्रू 12:1 यसकारण, हामी यतिका धेरै साक्षीहरूका बादलले घेरिएका हुनाले हर प्रकारका बोभ र हामीलाई सजिलैसित अल्झाउने पापलाई पन्छाऔं । हाम्रा अधि राखिदिएको दौडलाई धैर्यसाथ दोडौं । **[G73 agon ■] [G3591 ogkos ■]**

हरेक भार त्याग + हाम्रो सामु राखिएको दौडलाई सहनशीलताका साथ दौड।

(मेरो व्यक्तिगत विचारहरू — दौडने व्यक्तिले हर एक भारी उताछ — ogkos (G3591, भार), बोकिने एक पिण्ड। हर एक भार पाप होइन; तर हर एक भारले तपाईंलाई सुस्त बनाउँछ। सिपाहीले युद्धले मान्ने भन्दा बढी बोक्दैन, र दौडने व्यक्तिले दौडले मान्ने भन्दा बढी बोक्दैन। यसलाई उतार, र सहनशीलताका साथ दौड; अन्तिम रेखा तपाईंको अगाडि छ।)

IV. अन्तिम रेखा — उहाँको इच्छाको पालन गर्नेवाला, र वचन, सदासर्वदा रहन्छ

(मेरा व्यक्तिगत विचारहरू — हरेक दौड को एउटा अन्त्य हुन्छ, र यो अन्त्य कुनै पर्खाल होइन; यो एउटा मुकुट हो। पावललाई दौड को अन्तिम रेखामा सुनौं: लडाईं लडिसकियो, दौड सकियो, विश्वास कायम राखियो। र अन्त्यले सन्तुष्टता (temperance) बारे के प्रमाणित गर्छ, त्यो हेरौं: संसार बितेर जान्छ, र त्यससँगै त्यसका लालसाहरू पनि — मानिसले सेवा गरेको हरेक इच्छा त्यसलाई उत्पन्न गर्ने संसारसँगै बितेर जान्छ — तर परमेश्वरको इच्छा पूरा गर्नेचाहिँ सदासर्वदा रहन्छ। सन्तुष्ट व्यक्तिले बितेर जाने कुरा छोडिदियो, र सदा रहने कुरा राखिराख्यो।)

A. फिलिप्पी 3:13-14 भाइहरू हो, मैले यी सबै कुराहरू पक्रिसकेको छु भनी म ठान्दिनँ । तर एउटा कुराचाहिँ मैले पक्रन सकेकेछु: म पछाडिका कुराहरूलाई बिर्सेर अगाडिका कुराहरूका निम्ति परिश्रम गर्दछु । **[G1377 dioko ■]** (14) म ख्रीष्ट येशूमा परमेश्वरको माथिल्लो बोलावटको इनाम जित्ने लक्ष्यतर्फ अगाडि बढ्नमा जोड दिन्छु ।

पछाडिका कुराहरू बिर्सौं + अगाडिका कुराहरूतिर हात फैलाउँदै → म पुरस्कारको निम्ति निशानातिर दगुर्छु।

B. २ तिमोथी 4:7 मैले राम्रो प्रतिस्पर्धामा भाग लिएको छु; मैले दौड सिध्याएको छु; मैले विश्वासलाई जोगाइराखेको छु । **[G1408 dromos ■] [G73 agon ■]**

मैले राम्रो प्रतिस्पर्धामा भाग लिएको छु + मैले दौड सिध्याएको छु + मैले विश्वासलाई जोगाइराखेको छु.

C. २ तिमोथी 4:8 मेरो लागि धर्मिकताको मुकुट राखिएको छ, जुन त्यस दिनमा धार्मिक न्यायाधीश प्रभुले मलाई त्यो मुकुट दिनुहुनेछ, मलाई मात्र होइन तर उहाँको आगमनलाई प्रिय ठान्ने सबैलाई । **[G4735 stephanos ■]**

धार्मिकताको मुकुट + मलाई मात्र होइन, तर उहाँको आगमनलाई प्रेम गर्ने ती सबैलाई पनि।

(मेरो व्यक्तिगत विचार — त्यो मुकुट एक धावकको लागि मात्र होइन। मलाई मात्र होइन, पावलले भन्छन्, तर उहाँको प्रकट हुनुलाई प्रेम गर्ने सबैलाई पनि। र यो एक मुकुट हो जो नष्ट हुन सक्दैन — नष्ट हुने मुकुटहरूको लागि दौडनेहरू सबै कुरामा संयमी थिए; यसको लागि दौडनेहरू भन् कति बढी हुनुपर्छ।)

D. हिब्रू 12:2 विश्वासका कर्ता र सिद्ध तुल्याउनुहुने येशूमा हामीले हाम्रा आँखा केन्द्रित गरौं, जसले आफ्नो सामुन्ने राखिएको आनन्दको लागि अपमान सहनुभयो र क्रुसको दुःख भोग्नुभयो, अनि उहाँ परमेश्वरको सिंहासनको दाहिनेपट्टि विराजमान हुनुभएको छ । **[G5278 hupomeno ■]**

येशूतर्फ हेर्दै = हाम्रो विश्वासका कर्ता र सिद्ध तुल्याउनुहुने → उहाँले क्रुसको दुःख भोग्नुभयो ।

E. याकूब 1:12 त्यो मानिस धन्यको हो जो परीक्षामा स्थिर रहन्छ । किनभने परीक्षामा सफलता प्राप्त गरिसकेपछि उसले जीवनको मुकुट पाउनेछ, जुन परमेश्वरलाई प्रेम गर्नेहरूका निम्ति प्रतिज्ञा गरिएको छ । **[G3986 peirasmos ■] [G5278 hupomeno ■]**

धन्य त्यो मनुष्य हो जसले परीक्षा सहन्छ → उसले जीवनको मुकुट पाउनेछ।

F. मत्ती 24:13 तर जो अन्तसम्म स्थिर रहन्छ, उसले उद्धार पाउनेछ । **[G5056 telos ■] [G5278 hupomeno ■]**

तर जो अन्तसम्म स्थिर रहन्छ → उसले उद्धार पाउनेछ.

G. १ यूहन्ना 2:16 किनभने संसारमा भएका सबै थोकहरू अर्थात् शरिरको अभिलाषा, आँखाको अभिलाषा र जीवनको शेखी पिताबाट आएका होइनन्, तर संसारबाट आएका हुन् । **[G1939 epithumia ■]**

शरीरको अभिलाषा + आँखाको अभिलाषा + जीवनको घमण्ड → पिताको होइन, तर संसारको।

H. १ यूहन्ना 2:17 संसार र यसका इच्छाहरू बितेर जाँदै छन् । तर जसले परमेश्वरको इच्छाअनुसार गर्छ, त्यो सदासर्वदा रहिरहन्छ । **[G3306 meno ■]**

संसार र त्यसको अभिलाषा बितेर जान्छ, तर परमेश्वरको इच्छा पूरा गर्ने व्यक्ति सदासर्वदा रहन्छ।

(मेरा व्यक्तिगत विचारहरू — अब त्याग हनुहास्, G3306, र यसलाई राम्ररी याद गर्नुहोस्: यहाँ रहन्छ भनी अनुवाद गरिएको शब्द दाखलतामा रहनु — ममा रही — भनी अनुवाद गरिएको ठीक त्यही शब्द हो, र प्रभुको वचन सधैं रहन्छ भन्ने वाक्यमा रहन्छ भनी अनुवाद गरिएको ठीक त्यही शब्द हो। हाँगा दाखलतामा रहन्छ; उहाँको इच्छा पुरा गर्ने सधैंभरि रहन्छ; र वचन दुवैसँग रहन्छ। लालसाले जे वाचा गर्‍यो, त्यसले त्यो पूरा गर्न सकेन, किनभने लालसा आफैं संसारसँगै बितेर जान्छ; तर दाखलताले जे उत्पन्न गर्छ, त्यो रहिरहन्छ।)

I. १ पत्रुस 1:24 किनकि “सबै देह घाँसजस्तै हुन् र तिनका सबै महिमा घाँसका फुलजस्तै हुन् । घाँस सुक्छ र फुल ओइलाउँछ ।”

[G5528 chortos ■]

सबै शरीर घाँसजस्तै छ + घाँस ओइलाउँछ, र त्यसको फूल ओइलिन्छ।

J. १ पत्रुस 1:25 तर परमेश्वरको वचन सदासर्वदा रहिरहन्छ । सुसमाचारको रूपमा यही सन्देशलाई तिमीहरूकहाँ घोषणा गरिएको थियो ।

[G3306 meno ■]

तर परमेश्वरको वचन सदासर्वदा रहिरहन्छ + सुसमाचारको रूपमा यही सन्देशलाई तिमीहरूकहाँ घोषणा गरिएको थियो.

K. यशैया 40:8 घाँस ओइलाउँछ, फुल सुक्छ, तर हाम्रा परमेश्वरको वचन सदासर्वदा रहन्छ ।” **[H1697 dabar ■]**

घाँस ओइलाउँछ, फुल सुक्छ + तर हाम्रा परमेश्वरको वचन सदासर्वदा रहन्छ.

(मेरा व्यक्तिगत विचारहरू — पत्रुसलाई यशैयाको छेउमा राखी, एउटै आवाज सुन्नुहोस्: घाँस सुक्छ, फूल ओइलाउँछ, र सबै शरीर — त्यसका सबै भोक-चाहनासहित — त्यही घाँस हो; तर हाम्रा परमेश्वरको वचन सदासर्वदा स्थिर रहनेछ। संयमी व्यक्तिले सेवा गर्न इन्कार गरेको शरीर, सेवाको लागि पुकारा गर्दागर्दै पनि सुक्दै थियो। ऊ जुन वचनमा हिँड्यो, त्यो वचन घाँस सकिएपछि पनि स्थिर रहन्छ।)

दुई मुखहरू

१ थेसलोनिकी 5:6 त्यसैले, हामी बाँकी अरूहरूभैँ नसुतौं, तर जागा रहौं र गम्भीर हौं । **[G3525 nepho ■] [G1127 gregoreo ■]**

त्यसैले, हामी बाँकी अरूहरूभैँ नसुतौं → तर जागा रहौं र गम्भीर हौं.

१ पत्रुस 5:8 सचेत र जागा रहो । तिमीहरूको शत्रु दियाबलस कसैलाई भेडेर निल्नको निम्ति गर्जने सिंहभैँ खोजिरहेको छ । **[G1127 gregoreo ■]**

[G3525 nepho ■]

होस राख, जागा रह → तिमी शत्रु शैतान गर्जने सिंहभैँ कसलाई निल्न सकिन्छ भनी खोजतल गरी हिँडिरहेको छ।

१ पत्रुस 1:13 त्यसकारण, तिमीहरूका मनलाई बाँध । आफ्नो सोचाइमा संयमी होओ । येशू ख्रीष्ट तिमीहरूकहाँ प्रकट हुनुहुँदा तिमीहरूकहाँ ल्याइने अनुग्रहमा पूर्ण आशा राख । **[G3525 nepho ■] [G328 anazonnumi ■]**

आफ्नो मनको कम्मर कस + सचेत होऊ + अन्तसम्म आशा राख।

२ कोरिन्थी 13:1 म तेस्रो पटक तिमीहरूकहाँ आउँदै छु । “हरेक आरोपलाई दुई वा तिन जना साक्षीद्वारा प्रमाणित गरिनुपर्छ ।” **[G3144 martus ■]**

हरेक आरोपलाई दुई वा तिन जना साक्षीद्वारा प्रमाणित गरिनुपर्छ.

(मेरा व्यक्तिगत विचारहरू — दुई बोलिनेवालाहरूलाई सुन्नुहोस्, र त्यागहरूमा भएको ऐनालाई याद गर्नुहोस्: पावलले भन्छन्, हामी जागा रहौं र मत्त नहौं — gregoreo, nepho; पत्रुसले भन्छन्, मत्त नहोस्, जागा रहोस् — nepho, gregoreo. उही दुई शब्दहरू, एक बोलिनेवाला अर्कोलाई जवाफ दिँदै, अनुहार अनुहारलाई जवाफ दिएभैँ उल्टिएका। र पत्रुसले मत्तताहीनतालाई अन्तिम रेखामा राख्छन्: मत्त नहोस्, र अन्त्यसम्म आशा राख। दुई गवाहीहरूको प्रमाणद्वारा यो कुरा टुंगिन्छ: संयमी व्यक्ति जागा रहेको व्यक्ति हो, आफ्नो प्रभुको आगमनसम्म मत्त नभएको।)

छाया र पूर्णता

Shadow दानिएल 1:8 तर दानिएलले राजाका मीठा भोजन र तिनले पिउने दाखमद्यले आफैँलाई अशुद्ध नपार्नलाई आफ्नो मनमा इच्छा गरे । यसैले तिनले आफैँलाई अशुद्ध पार्नु नपरोस् भनेर प्रमुख अधिकारीसँग तिनले अनुमति मागे । **[H7760 suwm ■]**

डानिएलले आफ्नो हृदयमा संकल्प गरे → तिनी राजाको भोजन र दाखमद्यले आफूलाई अशुद्ध पार्नेछैनन्।

Fulfillment मत्ती 4:4 तर येशूले उत्तर दिनुभयो र त्यसलाई भन्नुभयो, “यसो लेखिएको छ, ‘मानिस केवल रोटीले मात्र बाँच्दैन, तर परमेश्वरको मुखबाट निस्कने हरेक वचनद्वारा बाँच्छ’ ।” **[G4487 rhema ■]**

मनुष्य रोटीले मात्र बाँच्दैन → तर परमेश्वरको मुखबाट निस्कने हरेक वचनले बाँच्छ।

Fulfillment गलाती 5:24 तिनीहरू जो ख्रीष्ट येशूका हुन् उनीहरूले आफ्ना शरीरलाई त्यसका लालसा र दुष्ट अभिलाषाहरूसहित क्रुसमा टाँगेका हुन्छन् । **[G4717 stauroo ■]**

तिनीहरू जो ख्रीष्ट येशूका हुन् उनीहरूले आफ्ना शरीरलाई त्यसका लालसा र दुष्ट अभिलाषाहरूसहित क्रुसमा टाँगेका हुन्छन्.

(मेरो व्यक्तिगत विचारहरू — छाया एक विदेशी राजाको घरमा रहेको बालक हो। दानियलले आफ्नो हृदयमा ठान्यो — suwm (H7760), राख्नु: खाना उसको अगाडि राखिनुभन्दा पहिले नै उसले यो कुरा आफ्नो हृदयमा राखेका थिए — र उनले राजाको भागले आफूलाई अशुद्ध हुन दिएनन्। यथार्थता चाहिँ उजाड-स्थानमा रहेका पुत्र हुन्, भोकाएका, र परीक्षकले उनलाई रोटी देखा पर्न आज्ञा गर्नु भन्दै थियो; र उनले आफ्नो भोकबाट होइन तर वचनबाटै जवाफ दिनुभयो: यो लेखिएको छ। छायाले हृदयको निर्णयद्वारा राजाको टेबल इन्कार गर्‍यो; यथार्थताले परमेश्वरको मुखबाट निस्कने हरेक वचनद्वारा विजय पायो; र उहाँका आफ्नै जनहरूले शरीरलाई त्यसका भावनाहरू र इच्छाहरूसहित क्रुसमा टाँगेका छन् — उहाँको विजय नै तिनीहरूको मार्ग बनेको छ।)

समापन

१ कोरिन्थी 10:13 मानव-जातिमा आउने परीक्षाभन्दा तिमीहरू फरक परीक्षामा परेका छैनौं । तर परमेश्वर विश्वासयोग्य हुनुहुन्छ । उहाँले तिमीहरूलाई तिमीहरूको शक्तिभन्दा बाहिरको परीक्षामा पर्न दिनुहुन्छ । तिमीहरूले तिनलाई सहन सक भनेर उहाँले परीक्षाको साथमा त्यसबाट उम्किनै उपाय पनि प्रदान गर्नुहुन्छ । **[G1545 ekbasis ■]**

परमेश्वर विश्वासयोग्य हुनुहुन्छ → प्रलोभनसाथमा उम्किनै बाटो पनि बनाउनुहुन्छ, ताकि तिमीहरू यसलाई सहन सक।

१ थेसलोनिकी 5:23-24 शान्तिका परमेश्वर आफैले तिमीहरूलाई पूर्ण रूपमा शुद्ध पार्नु, र तिमीहरूका सम्पूर्ण आत्मा, प्राण, र शरीरलाई हाम्रा प्रभु येशू ख्रीष्टको आगमनमा दोषरहित राख्नु । **[G5083 tereo ■] [G3651 holoteles ■]** (24) तिमीहरूलाई बोलाउनुहुने इमानदार हुनुहुन्छ । उहाँले नै यो पनि गर्नुहुनेछ ।

शान्तिका परमेश्वरले नै तिमीहरूलाई पूर्ण रूपमा पवित्र पार्नुभएको होस् + तिमीहरूको आत्मा, प्राण र शरीर निष्खोट राखिएका होऊन् → तिमीहरूलाई बोलाउनुहुने विश्वासयोग्य हुनुहुन्छ, उहाँले नै यो पुरा गर्नुहुनेछ।

(मेरा व्यक्तिगत विचारहरू — अब सम्पूर्ण बाटो घर फर्कने बेला जम्मा गरौं। पहिले घसने बेला: संयम फल हो, दाखबारीमा पाइने, वचनबाट दूधभैं तानिने — यसलाई चाँदीभैं खोज। त्यसपछि हिँड्ने बेला: आत्मामा हिँड, र लालसा पूरा गरिंदैन; आफ्नो आत्मालाई वशमा राख; आफ्नो मुखको ढोकाको रखवाली गर; जति पुग्छ त्यति मात्र खाऊ। त्यसपछि दौड र युद्ध: सबै कुरामा संयमी; शरीरलाई वशमा राखिएको; शरीरका अङ्गहरू धार्मिकताका हतियारका रूपमा अर्पण गरिएका; हरेक विचारलाई कैद गरिएको। त्यसपछि अन्तिम रेखा: संसार बिट्दै जान्छ, र त्यसका लालसाहरू पनि यसैसँगै, तर उहाँको इच्छा पुरा गर्नेचाहिँ सदासर्वदा रहन्छ, र मुकुट सड्न सक्दैन। र यो सुरक्षा तिम्रो एकलैको होइन: परमेश्वर विश्वासयोग्य हुनुहुन्छ — परीक्षासँगै, उम्किनै बाटो पनि; र शान्तिका परमेश्वर स्वयंले तिमीलाई पूर्ण रूपमा पवित्र बनाऊन् — त्याग हेर, G3651: स्ट्रड्सले भन्छ अन्त्यसम्म सम्पूर्ण — आत्मा र प्राण र शरीर हाम्रा प्रभु येशू ख्रीष्टको आगमनसम्म दोषरहित राखिएको। तिमीलाई बोलाउनुहुने विश्वासयोग्य हुनुहुन्छ, जसले यो पनि गर्नुहुनेछ। हिँड्दै जाऊ।)

अभ्यास प्रश्नोत्तरी

1. गलाती ५:२२-२३ — तर पवित्र आत्माका फलचाहिँ प्रेम, आनन्द, शान्ति, धैर्य, दया, भलाइ, विश्वास नम्रता र संयम हुन् । यी कुराहरूका विरुद्धमा:

- a) कुनै दण्डाज्ञा छैन
- b) कुनै आज्ञा होइन
- (ग) कुनै व्यवस्था छैन

2. १ कोरिन्थी ५:२५ — र प्रतिस्पर्धामा लड्ने हरेक व्यक्ति सबै तालिमहरूमा आत्मसंयमी हुन्छ:

- a) दौडमा
- ख) सबै तालिमहरूमा
- c) यस वर्तमान संसारमा

3. हितोपदेश १६:३२ — रिसाउनमा धिमा हुनु योद्धा हुनुभन्दा उत्तम हुन्छ; र आफ्नो आत्मालाई नियन्त्रण गर्ने चाहिँ भन्दा:

- a) सहर कब्जा गर्ने
- b) शक्तिशाली
- च) भत्किएको सहर

4. १ पत्रुस ५:८ — सचेत र जागा रहो; किनकि तिमीहरूको शत्रु दियाबलस गर्जने सिंहभैँ:

- a) यस जीवनका मामिलाहरूमा आफूलाई जोड्दछ
- b) आत्माको विरुद्ध लडाईं गर्छ
- c) खोजिरहेको छ, कसैलाई भेटेर निल्नको निम्ति

५. दानिएल १:८ — दानिएलले आफैँलाई अशुद्ध नपार्नलाई आफ्नो मनमा इच्छा गरे:

- राजाका भोजनको भाग, र तिनले पिउने दाखमद्यले
- ख) आँखाको अभिलाषा, र जीवनको घमण्ड
- जीवनको अन्य काम

6. १ यूहन्ना २:१७ — संसार र यसका इच्छाहरू बितेर जाँदै छन् । तर जसले परमेश्वरको इच्छाअनुसार गर्छ:

- a) जीवनको मुकुट पाउनेछ
- b) सदासर्वदा रहिरहन्छ
- c) बचाइनेछ

7. १ कोरिन्थी ५:२७ — तर म आफ्नो शरीरलाई वशमा राख्छु र:

- a) यसलाई धार्मिकताको एक साधनको रूपमा समर्पित गर्नु
- b) हरेक भारी पन्छाइदिनु

c) यसलाई वशमा राख्ने

उत्तर कुज्जी: 1-c, 2-b, 3-a, 4-c, 5-a, 6-b, 7-c

यो अध्ययन कसरी शाखाबद्ध हुन्छ

छायाले कसरी ज्योति ल्याउँछ: राजाको महलमा रहेको एक बालकले आफ्नो हृदयमा संकल्प गरे, र राजाको भोजनले र दाखमछले आफूलाई अशुद्ध पार्न चाहने (दानियल १:८) — त्यसलाई नाजिरी जनसँग राख्नुहोस् जसले दाखमछ र कडा मद्यबाट आफूलाई अलग गर्छ (गन्ती ६:२-३), र दाखमछले मात्तिने नभई... तर पवित्र आत्मा भरीपूर्ण हुने वचनसँग राख्नुहोस् (एफिसी ५:१८), आफ्नै अध्ययनको लागि तयार।

नयाँ करारले यसलाई कसरी वर्णन गर्छ: कयिनलाई भनिएको थियो, पापढोकेमा बसिरहेको छ... तिमीले त्यसमाथि प्रभुत्व गर्नेछौ (उत्पत्ति ४:७); हामीलाई भनिएको छ, पापले तिमीहरूमाथि प्रभुत्व गर्नेछैन, किनकि तिमीहरू व्यवस्थामुनि होइन, तर अनुग्रहमुनि छौ (रोमी ६:१४) — ढोकैमा जो आज्ञा दिइएको थियो त्यो अब अनुग्रहद्वारा कार्यान्वित हुन्छ।

शब्दहरू कसरी महत्वपूर्ण छन्: जागु र सचेत रहनु (१ थिस्सलोनिकी ५:६) र सचेत रहनु, जागा रहनु (१ पत्रुस ५:८) उही दुई ग्रीक शब्दहरूमा उभिन्छन् (G1127, G3525), एउटाको मुखले अर्कोलाई जवाफ दिँदै; र रोमी ६:१३ का उपकरणहरू र २ कोरिन्थी १०:४ का हतियारहरू एउटै शब्द हुन् (G3696) — समर्पित अङ्गहरू नै हतियार हुन्।

यो अनन्ततासम्म कसरी पुग्छ: तिनीहरूले नाशवान् मुकुट पाउनको निम्ति यसो गर्छन्, तर हामी अविनाशी मुकुटको निम्ति गर्छौं (१ कोरिन्थी ८:२५) — र संसार र यसको अभिलाषा बिचिन्छ, तर परमेश्वरको इच्छा पुरा गर्नेचाहिँ सदासर्वदा रहन्छ (१ यूहन्ना २:१७)।

विषयान्तर: कि तिमीहरू हरेकले पवित्रता र समानता आफ्नो भाँडोलाई कसरी राख्ने भन्ने कुरा जान्दछौं (१ थिस्सलोनिकी ४:४) ले मानको निम्ति भाँडो, पवित्र पारिएको, र मालिकको प्रयोगको निम्ति योग्य (२ तिमोथी २:२१) मा गएर खुल्छ — यसलाई खोजी गर।

सम्भावित प्रकाश: दाखलतामा रहनु भनी अनुवाद गरिएको शब्द (यूहन्ना १५:४, G3306) त्यही शब्द हो जुन सदासर्वदा रहन्छ भनी अनुवाद गरिएको छ (१ यूहन्ना २:१७) र सदासर्वदा टिकिरहन्छ भनी अनुवाद गरिएको छ (१ पत्रुस १:२५) — संयम फल हो, फल त्यस हाँगामा फल्छ जुन रहन्छ, र रहिरहने हाँगा वचनसँगै सदासर्वदा रहन्छ।

SOURCES & CREDITS

Scripture: Nepali Bible (CC BY-SA 4.0) — a redistributable edition, looked up exactly and never machine-translated.

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).