Nepali: Unlocked Literal Bible for गलातीहरूलाई पावलको पत्र

Formatted for Translators

generated on Tue Jun 17 07:41:57 2025

©2022 Wycliffe Associates
Released under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License.

Bible Text: The English Unlocked Literal Bible (ULB)
©2017 Wycliffe Associates
Available at https://bibleineverylanguage.org/translations
The English Unlocked Literal Bible is based on the unfoldingWord® Literal Text, CC BY-SA 4.0. The original work of the unfoldingWord® Literal Text is available at https://unfoldingword.bible/ult/.
The ULB is licensed under the Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License.

Notes: English ULB Translation Notes
©2017 Wycliffe Associates
Available at https://bibleineverylanguage.org/translations
The English ULB Translation Notes is based on the unfoldingWord translationNotes, under CC BY-SA 4.0. The original unfoldingWord work is available at https://unfoldingword.bible/utn.
The ULB Notes is licensed under the Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License.

To view a copy of the CC BY-SA 4.0 license visit http://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/

Below is a human-readable summary of (and not a substitute for) the license.
You are free to:
Share — copy and redistribute the material in any medium or format. Adapt — remix, transform, and build upon the material for any purpose, even commercially.
The licensor cannot revoke these freedoms as long as you follow the license terms.
Under the following conditions:
Attribution — You must attribute the work as follows: "Original work available at https://BibleInEveryLanguage.org." Attribution statements in derivative works should not in any way suggest that we endorse you or your use of this work. ShareAlike — If you remix, transform, or build upon the material, you must distribute your contributions under the same license as the original. No additional restrictions — You may not apply legal terms or technological measures that legally restrict others from doing anything the license permits.

Notices:
You do not have to comply with the license for elements of the material in the public domain or where your use is permitted by an applicable exception or limitation.
No warranties are given. The license may not give you all of the permissions necessary for your intended use. For example, other rights such as publicity, privacy, or moral rights may limit how you use the material.

गलातीहरूलाई पावलको पत्र

1 [1]पावल, एक प्रेरित— कुनै मानिसहरू वा मानिसको कार्यद्वारा प्रेरित भएको होइन, तर येशू ख्रीष्ट र उहाँलाई मृतकबाट जीवित पार्नुहुने परमेश्वर पिताद्वारा भएको हुँ—
[2]र मसँग भएका सबै भाइहरूबाट, गलातियाका मण्डलीहरूलाई:[3]परमेश्वर हाम्रा पिता र प्रभु येशू ख्रीष्टबाट तिमीहरूलाई अनुग्रह र शान्ति होस्, [4]जसले हाम्रा परमेश्वर र
पिताको इच्छाअनुसार यस वर्तमान दुष्ट संसारबाट हामीलाई मुक्त गराउन हाम्रा पापका निम्ति आफैंलाई अर्पण गर्नुभयो, [5]उहाँलाई नै सदासर्वदा महिमा होस् ।आमेन ।[6]म
चकित परेको छु, कि तिमीहरू यति छिट्टै उहाँबाट तर्किरहेका छौ जसले तिमीहरूलाई ख्रीष्टको अनुग्रहद्वारा बोलाउनुभयो । म चकित परेको छु कि तिमीहरू फरक
सुसमाचारतिर फर्किरहेका छौ, [7]अरू कुनै सुसमाचार त होइन, तर केही यस्ता मानिसहरू छन् जसले तिमीहरूलाई समस्यामा पार्छन् र ख्रीष्टको सुसमाचारलाई विकृत गर्न
चाहन्छन् ।[8]तर हामीले तिमीहरूका माझमा जुन सुसमाचार घोषणा गर्‍यौं, त्योभन्दा बाहेक अरू कुनै सुसमाचारलाई यदि हामी वा स्वर्गबाट आएका स्वर्गदूतले नै
तिमीहरूलाई घोषणा गरे तापनि त्यो श्रापित होस् । [9]हामीले पहिले नै भनिसकेका छौं र म अहिले फेरि पनि भन्छु, “कसैले तिमीहरूले स्वीकार गरेको भन्दा बाहेक
तिमीहरूलाई अर्को सुसमाचारको घोषणा गर्छ भने, त्यो श्रापित होस् ।” [10]किनकि के मैले अहिले मानिसहरू वा परमेश्वरको समर्थन खोजिरहेको छु र? के मैले
मानिसहरूलाई खुसी पार्न खोजिरहेको छु र? यदि मैले अझै पनि मानिसहरूलाई खुसी पार्ने प्रयास गरिरहेको छु भने, म ख्रीष्टको सेवक होइनँ ।[11]किनकि भाइहरू हो,
तिमीहरूले यो कुरा जान भन्ने म चाहन्छु, कि मैले घोषणा गरेको सुसमाचार मानिसबाट आएको सुसमाचार होइन । [12]मैले यो कुनै मानिसबाट प्राप्त गरेको थिइनँ, न त
मलाई यो सिकाइएको थियो । बरु, मलाई यो येशू ख्रीष्टको प्रकाशद्वारा दिइएको थियो ।[13]म यहूदी धर्ममा हुँदा मेरो पहिलेको जीवनको बारेमा तिमीहरूले सुनेका छौ, कि
कसरी मैले परमेश्वरको मण्डलीलाई अत्यधिक मात्रामा सताइरहेको थिएँ र त्यसलाई नष्ट गर्ने कोसिस गरिरहेको थिएँ । [14]म यहूदी धर्ममा मेरा आफ्नै मानिसहरूबाटका कैयौं
दौंतरीहरूभन्दा धेरै अगि बढेको थिएँ । त्यसरी म मेरा पुर्खाहरूका परम्पराहरूका निम्ति अत्यन्तै उत्साहित थिएँ ।[15]तर जब परमेश्वर जसले मलाई मेरी आमाको गर्भदेखि नै
मलाई अलग गर्नुभयो, र मलाई आफ्नो अनुग्रहद्वारा बोलाउनुभयो, [16]उहाँ आफ्ना पुत्रलाई ममा प्रकट गर्न खुसी हुनुभयो ताकि मैले गैरयहूदीहरूका माझमा उहाँलाई घोषणा
गर्न सकूँ, तब मैले तुरुन्तै शरीर र रगतको सल्लाह लिइनँ । [17]म आफूभन्दा अघि प्रेरित भएकाहरूकहाँ यरूशलेममा गइनँ । बरु, म अरबतिर गएँ र त्यसपछि दमस्कसमा
फर्किएँ ।[18]अनि तीन वर्षपछि केफासलाई भेट्न म यरूशलेम गएँ र त्यहाँ तिनीसँग पन्ध्र दिनसम्म बसें । [19]तर मैले प्रभुका भाइ याकूबलाई बाहेक अरू कसैलाई भेटिनँ ।
[20]मैले जे लेखेको छु, म तिमीहरूलाई परमेश्वरको अघि विश्वस्त तुल्याउँछु कि मैले ढाँटिरहेको छैन ।[21]त्यसपछि म सिरिया तथा किलिकियाका क्षेत्रहरूतिर गएँ । [22]ख्रीष्टमा
भएका यहूदियाका मण्डलीहरूमा म अझैसम्म व्यक्तिगत रूपमा चिनिएको थिइनँ, [23]तिनीहरूले यसो भनेको मात्र सुनेका थिए, “एक पटक हामीलाई सताउने मानिसले
अहिले त्यही विश्वासको घोषणा गरिरहेका छन् जसलाई कुनै समय तिनले नष्ट गर्न कोसिस गरे ।” [24]त्यसैले मेरो कारण तिनीहरूले परमेश्वरको महिमा गरे ।

2 [1]अनि चौध वर्षपछि बारनाबाससँग, तीतसलाई पनि साथमा लगेर, म फेरि यरूशलेम गएँ । [2]एउटा प्रकाशको कारण म त्यहाँ गएँ र मैले गैरयहूदीहरूका माझमा घोषणा
गरेको सुसमाचार तिनीहरूका अघि राखें । महत्त्वपूर्ण देखिएकाहरूसँग मैले व्यक्तिगत रूपमा बोलें, यो सुनिश्चित गर्न कि म व्यर्थमा—दौडिरहेको छैनँ,—वा दगुरेको
होइनँ ।[3]तर तीतस, जो मसँगै थिए, र जो एक ग्रीक थिए, तिनलाई समेत खतना गर्न कर लगाइएन । [4]झुटा भाइहरू ख्रीष्ट येशूमा हामीसँग भएको स्वतन्त्रताको जासुसी गर्न
गुप्त रूपमा आए । तिनीहरूले हामीलाई दासहरू बनाउन चाहे, [5]तर हामी तिनीहरूका कुरामा एक पल पनि झुकेनौं ताकि सुसमाचारको सत्यता तिमीहरूसँग रहिरहोस् ।
[6]तर महत्त्वपूर्ण देखिएकाहरू (तिनीहरू जो भए तापनि मलाई केही फरक पर्दैन । परमेश्वरले पक्षपात गर्नुहुन्न) म भन्छु, महत्त्वपूर्ण देखिएकाहरू, तिनीहरूले ममा केही
थपेनन् । । [7]त्यसको सट्टामा, तिनीहरूले यो देखे, कि खतना नभएकाहरूलाई सुसमाचार घोषणा गर्नको निम्ति मलाई जिम्मेवारी सुम्पिएको थियो । जसरी पत्रुसलाई खतना
भएकाहरूलाई सुसमाचार घोषणा गर्नको निम्ति जिम्मेवारी सुम्पिएको थियो [8]किनकि खतना भएकाहरूका लागि प्रेरित हुनको निम्ति पत्रुसमा काम गर्नुभएका परमेश्वरले नै
गैरयहूदीहरूका लागि ममा काम गर्नुभयो ।[9]जब मण्डलीका खम्बाहरू भनेर चिनिएका याकूब, केफास र यूहन्नाले मलाई दिइएको अनुग्रहलाई बुझे, तिनीहरूले बारनाबास र
मलाई सङ्गतिको दाहिने हात दिए । हामी गैरयहूदीहरूका माझमा जानुपर्छ र तिनीहरू खतना भएकाहरूका माझमा जानुपर्छ भनी तिनीहरू सहमत भए । [10]केवल हामीले
गरिबहरूको पनि सम्झना गर्न तिनीहरूले आग्रह गरे, त्यो कुरा म पनि गर्न इच्छुक थिएँ ।[11]जब पत्रुस एन्टिओखियामा आए, मैले तिनलाई आमने-सामने विरोध गरें किनभने
तिनी गलत ठहरिएका थिए । [12]याकूबकहाँबाट केही मानिसहरू आउनुअघि, पत्रुस गैरयहूदीहरूसँग बसेर खाँदै थिए । तर जब यी मानिसहरू आए, तिनले यो रोके र तिनी
गैरयहूदीहरूबाट टाढिए । तिनी खतना गर्नैपर्ने माग गरिरहेकाहरूसँग डराए ।[13]बाँकी यहूदीहरूले पनि यस पाखण्डपूर्ण काममा साथ दिए । बारनाबास पनि तिनीहरूको
पाखण्डपूर्ण कामको कारण भड्किए । [14]तर जब मैले तिनीहरूको व्यवहारले सुसमाचारको सत्यता नपछ्याइरहेको देखें, मैले तिनीहरू सबैका सामुन्ने पत्रुसलाई भनें,
“तिमी यहूदी भएर पनि यहूदीजस्तै नजिइकन गैरयहूदीजस्तै जिइरहेका छौ भने, तिमीले कसरी गैरयहूदीहरूलाई यहूदीहरूजस्तै जिउनको निम्ति कर लगाउन
सक्छौ?”[15]हामी जो जन्मसिद्ध यहूदीहरू हौं र गैरयहूदी पापीहरू होइनौं; [16]हामी जान्दछौं कि व्यवस्थाद्वारा कोही व्यक्ति पनि धर्मी ठहरिन सक्दैन तर येशू ख्रीष्टमा
विश्वासद्वारा धर्मी ठहरिन्छ । हामी पनि ख्रीष्ट येशूमा विश्वासमा आयौं ताकि हामी ख्रीष्टमा विश्वासद्वारा धर्मी ठहरिन सकौं र व्यवस्थाअनुसारका कामहरूद्वारा होइन ।
किनकि व्यवस्थाअनुसारका कामहरूद्वारा कोही पनि धर्मी ठहरिन सक्दैन ।[17]तर यदि हामी ख्रीष्टमा धर्मी ठहरिन खोज्छौं भने, हामीले आफैंलाई पापी भएको पनि पाउँछौं,
त्यसो भए के ख्रीष्ट पापलाई प्रोत्साहन गर्नुहुन्छ त? निश्चय नै होइन! [18]किनकि मैले कुनै समय भत्काएका कुराहरू म पुनर्निर्माण गर्छु भने म आफैंलाई व्यवस्था भङ्ग गर्ने
मानिस तुल्याउँछु । [19]किनकि व्यवस्थाद्वारा व्यवस्थाको निम्ति म मरें, ताकि म परमेश्वरको निम्ति बाँच्न सकूँ ।[20]म ख्रीष्टसँगै क्रूसमा टाँगिएको छु । अब उसो जिउने म होइनँ,
तर ख्रीष्ट ममा जिउनुहुन्छ । अब जुन जीवन म शरीरमा जिउँछु, म परमेश्वरका पुत्रको विश्वासमा जिउँछु, जसले मलाई प्रेम गर्नुभयो र आफैंलाई मेरो निम्ति दिनुभयो । [21]म
परमेश्वरको अनुग्रहलाई इन्कार गर्दिनँ, किनकि यदि व्यवस्थाद्वारा धार्मिकता आउने भए, ख्रीष्ट व्यर्थैमा मर्नुभयो!

3

[1]हे मूर्ख गलातीहरू! कसले तिमीहरूलाई मोहनी लगायो? तिमीहरूका आँखाको अगाडि नै येशू ख्रीष्ट क्रूसमा टाँगिनुभएको कुरा दर्शाइएको थियो । [2]म तिमीहरूबाट यो
कुरा मात्र बुझ्न चाहन्छुः के तिमीहरूले पवित्र आत्मालाई व्यवस्था अनुसारका कामहरू गरेर पायौ कि तिमीहरूले सुनेका कुरामा विश्वास गरेर पायौ? [3]के तिमीहरू यति धेरै
मूर्ख छौ? आत्मामा सुरु गरेर के तिमीहरूले अब शरीरमा अन्त गर्न जाँदैछौ?[4]यदि त्यो साँच्चै निरर्थक थियो भने के तिमीहरूले व्यर्थमा यति धेरै दु:ख भोग्यौ त? [5]जसले
तिमीहरूलाई पवित्र आत्मा दिनुहुन्छ र तिमीहरूका बीचमा आश्चर्यकर्महरू गर्नुहुन्छ, के उहाँले यो व्यवस्थाका कामहरूबाट गर्नुभएको हो, वा विश्वासको सुनाइबाट?[6]जसरी
अब्राहामले “परमेश्वरलाई विश्वास गरे अनि यो तिनको निम्ति धार्मिकता गनियो,” [7]त्यसरी नै यो बुझ, कि विश्वास गर्नेहरू नै अब्राहामका सन्तान हुन् । [8]धर्मशास्त्रले पहिले
नै यो देखेर, कि परमेश्वरले गैरयहूदीहरूलाई विश्वासद्वारा धर्मी ठहराउनुहुन्छ, अब्राहामलाई अगाडि नै यसो भनेर सुसमाचार प्रचार गर्‍यो, “तँबाट नै सबै जातिहरू
आशिषित हुनेछन् ।” [9]त्यसैकारण, जोसँग विश्वास छ, तिनीहरू विश्वासका मानिस, अब्राहामसँगै आशिषित हुन्छन् ।[10]व्यवस्थाका कामहरूमा भर पर्नेहरू सबै श्रापमा
हुन्छन्; किनकि यसरी लेखिएको छ “व्यवस्थामा लेखिएका सबै कुराहरूमा नरहने र ती पालन नगर्ने सबै श्रापित हुन्छन् ।” [11]अब यो स्पष्ट छ, कि परमेश्वरको सामु कोही

पनि व्यवस्थाद्वारा धर्मी ठहरिंदैन, किनभने “धर्मी मानिस विश्वासद्वारा नै जिउनेछ ।” 12तर व्यवस्था विश्वासबाट आएको होइन, त्यसको सट्टामा, “जुन व्यक्तिले व्यवस्थामा
भएका कुराहरू गर्छ त्यो तीअनुसार नै जिउनुपर्छ ।”13हाम्रो निम्ति ख्रीष्ट श्रापित हुनुभएर उहाँले हामीलाई व्यवस्थाको श्रापबाट मुक्त गराउनुभयो—किनकि यसो लेखिएको
छ, “काठमा झुण्डिने हरेक श्रापित हुन्छ ।”— 14ताकि अब्राहाममा भएको आशिष् ख्रीष्ट येशूद्वारा गैरयहूदीहरूमाझ आउन सकोस्, ताकि हामीले विश्वासद्वारा पवित्र
आत्माको प्रतिज्ञा प्राप्त गर्न सकौं ।15भाइहरू हो, म मानवीय शब्दहरूमा बोल्छु । एक पटक पक्का भइसकेको मानिसले बनाएको इच्छा-पत्र त न कसैले रद्द गर्न सक्छ न त
त्यसमा केही थप्न सक्छ । 16अब यी प्रतिज्ञाहरू अब्राहाम र तिनको सन्तानलाई दिइएको थियो । यसले धेरैलाई जनाउने गरी “सन्तानहरूलाई” भन्दैन, तर यसको सट्टामा
“तिम्रो सन्तानलाई” भनेर यसले एक जनालाई मात्र जनाउँछ, जो ख्रीष्ट हुनुहुन्छ ।17अब मेरो भनाइको अर्थ यो होः परमेश्वरले पहिले नै स्थापना गर्नुभएको करारलाई ४३०
वर्षपछि आएको व्यवस्थाले रद्द गर्दैन । 18किनकि यदि उत्तराधिकार व्यवस्थाद्वारा आउँछ भने, यो प्रतिज्ञाद्वारा आएको नै हुँदैन । तर परमेश्वरले प्रतिज्ञाद्वारा अब्राहामलाई यो
दिनुभयो ।19त्यसो भए व्यवस्थाको उद्देश्य के थियो त? ती प्रतिज्ञा गरिएकाहरूकहाँ अब्राहामका सन्तान नआउन्जेलसम्म अपराधको कारणले व्यवस्था थपियो । यो व्यवस्था
एउटा मध्यस्तकर्ताद्वारा स्वर्गदूतहरूमार्फत लागु गरिएको थियो । 20अहिले मध्यस्तकर्ताले एकभन्दा बढी व्यक्तिलाई बुझाउँछ, तर परमेश्वर एउटै हुनुहुन्छ ।21त्यसो भए, के
व्यवस्था परमेश्वरका प्रतिज्ञाहरूको विरुद्धमा छ त? कदापि होइन! किनकि यदि जीवन दिन सक्ने व्यवस्था दिइएको भए, निश्चय नै त्यही व्यवस्थाद्वारा धार्मिकता आउने
थियो । 22तर पापको अधीनमा रहेका सबै कुरालाई धर्मशास्त्रले कैदमा राख्यो । परमेश्वरले यो गर्नुभयो ताकि येशू ख्रीष्टमा विश्वासद्वारा हामीलाई बचाउने उहाँको
प्रतिज्ञालाई विश्वास गर्नेहरूलाई दिन सकियोस् ।23अब विश्वास आउनुभन्दा अगाडि, हामी व्यवस्थाद्वारा कैदमा थियौं , विश्वासको प्रकाश नआउन्जेलसम्म थुनिएका थियौं
। 24त्यसकारण हामी विश्वासद्वारा धर्मी ठहरिन सकौं भनेर ख्रीष्ट नआउन्जेलसम्मको लागि व्यवस्था हाम्रो अभिभावक बन्यो । 25तर अब विश्वास आइसकेकोले हामी कुनै
अभिभावकको अधीनमा छैनौं । 26किनकि ख्रीष्ट येशूमा विश्वासद्वारा तिमीहरू सबै परमेश्वरका पुत्रहरू हौ ।27किनकि तिमीहरूमध्ये जतिजनाको ख्रीष्टमा बप्तिस्मा भयो,
तिमीहरू आफैंले ख्रीष्टलाई पहिरेका छौ । 28अब न त यहूदी छ न ग्रीक, न दास छ न फुक्का, न पुरुष छ न स्त्री, किनकि ख्रीष्ट येशूमा तिमीहरू सबै एक हौ । 29त्यसैले यदि
तिमीहरू ख्रीष्टका हौ भनेता तिमीहरू अब्राहामका सन्तानहरू हौ र प्रतिज्ञाबमोजिम उत्तराधिकारीहरू हौ ।

4

1मैले यो भनिरहेको छु, कि उत्तराधिकारी बालकै भएसम्म त्यो सारा सम्पत्तिको मालिक भए तापनि त्यो दासभन्दा फरक हुँदैन । 2बरु, त्यसको बुबाले निर्धारण गरेको
समयसम्म त्यो अभिभावकहरू र संरक्षकहरूको अधीनमा हुन्छ ।3यसरी नै, हामीहरू पनि जब बालक थियौं, यस संसारका आधारभूत सिद्धान्तहरूको दासत्वमा थियौं ।
4तर जब समयको पूर्णता आएको थियो, तब परमेश्वरले व्यवस्थाको अधीनमा स्त्रीबाट जन्मनुभएका उहाँका पुत्रलाई पठाउनुभयो । 5हामी धर्मपुत्रको रूपमा स्वीकारिऔं
भनेर उहाँले व्यवस्थाको अधीनमा भएकाहरूलाई छुटकारा दिनको निम्ति यसो गर्नुभयो ।6र तिमीहरू पुत्रहरू भएका हुनाले परमेश्वरले उहाँका पुत्रको आत्मालाई हाम्रा
हृदयहरूमा पठाउनुभएको छ जसले, “अब्बा, पिता” भनेर पुकार्नुहुन्छ । 7यसैकारण अब उप्रान्त तिमी दास होइनौ, तर पुत्र हौ, र यदि पुत्र हौ भने, तिमी परमेश्वरद्वारा एक
उत्तराधिकारी पनि हौ ।8तर त्यसबेला जब तिमीहरूले परमेश्वरलाई चिन्दैन थियौ, तिमीहरू तिनीहरूका दास थियौ जो स्वभावैले ईश्वरहरू होइनन् । 9तर अहिले तिमीहरूले
परमेश्वरलाई चिन्छौ वा तिमीहरू परमेश्वरद्वारा चिनिएका छौ भने, किन तिमीहरू फेरि कमजोर र मूल्यहीन आधारभूत सिद्धान्तहरूतर्फ फर्किरहेका छौ? के तिमीहरू फेरि
दास हुने चाहना गर्छौ?10तिमीहरू दिनहरू, औंसी, ऋतुहरू र वर्षहरूलाई मान्छौ! 11तिमीहरूका लागि मलाई डर लाग्छ कि कुनै न कुनै रूपमा तिमीहरूमाथि गरेको मेरो
मेहेनत व्यर्थ भएको हुनसक्छ।12भाइहरू हो, म यो बिन्ती गर्छु, कि म जस्तो छु तिमीहरू पनि त्यस्तै होओ, किनकि म पनि तिमीहरूजस्तै भएको छु । तिमीहरूले मप्रति कुनै
खराबी गरेका छैनौ । 13तर तिमीहरू यो कुरा जान्दछौ, कि मेरो शारीरिक बिमारीको कारण मैले तिमीहरूलाई पहिलो पटक सुसमाचार घोषणा गरें । 14मेरो शारीरिक
अवस्थाले तिमीहरूलाई परीक्षा ल्याए तापनि तिमीहरूले मेरो उपेक्षा गरेनौ वा मलाई इन्कार गरेनौ । त्यसको सट्टामा, तिमीहरूले मलाई परमेश्वरका स्वर्गदूतझैं, म नै ख्रीष्ट
येशू भएझैं गरी स्वीकार गर्‍यौ ।15त्यसकारण, अब तिमीहरूको आशिष् कहाँ छ? किनकि तिमीहरूको विषयमा म यो गवाही दिन्छु, कि सम्भव भए त तिमीहरूले आफ्नो
आँखा निकालेर मलाई ती दिने थियौ । 16त्यसोभए मैले तिमीहरूलाई सत्यता बताएको कारण, के म तिमीहरूको शत्रु भएँ त?17तिनीहरू तिमीहरूलाई जिताउन जोसिला
छन्, तर कुनै असल अभिप्रायको लागि होइन । तिमीहरू तिनीहरूका लागि जोसिला हुन सक भनेर तिनीहरू तिमीहरूलाई बाहिर पन्छाउन चाहन्छन् । 18म तिमीहरूको
उपस्थितिमा रहँदा मात्र नभएर सधैं नै असल अभिप्रायको निम्ति जोसिलो हुनु असल हुन्छ ।19मेरा साना बालकहरू हो, तिमीहरूभित्र ख्रीष्ट नबनिनुभएसम्म म फेरि
तिमीहरूका निम्ति प्रसव वेदनाको पीडामा छु । 20म अब तिमीहरूकहाँ उपस्थिति हुन चाहन्छु र मेरो बोल्ने शैलीलाई परिवर्तन गर्न चाहन्छु, किनभने म तिमीहरूको विषयमा
अन्योलमा परेको छु ।21तिमीहरू जो व्यवस्थाको अधीनमा रहने इच्छा गर्छौ, मलाई यो बताओ, कि व्यवस्थाको कुरा के तिमीहरू सुन्दैनौ? 22किनकि यस्तो लेखिएको छ, कि
अब्राहामका दुई जना छोरा थिए, एक जना दासी स्त्रीबाट र अर्कोचाहिं स्वतन्त्र स्त्रीबाट । 23दासीबाटको चाहिं शरीरअनुसार जन्मिएको थियो, तर स्वतन्त्र स्त्रीबाटको चाहिं
प्रतिज्ञाअनुसार जन्मिएको थियो ।24यी कुराहरूलाई एउटा रूपक दृष्टान्तद्वारा वर्णन गर्न सकिन्छ, किनकि यी दुई स्त्रीले दुईवटा करारका प्रतिनिधित्व गर्छन् । तिनीहरूमध्ये
एक जनाचाहिं सीनै पर्वतबाट हो र तिनले यस्ता छोराछोरीहरू जन्माउँछिन्, जो दासहरू हुन् । तिनी हागार हुन् । 25अहिले हागारले अरबको सीनै पर्वतको प्रतिनिधित्व गर्छिन्
र तिनले वर्तमान यरूशलेमको सङ्केत गर्छिन्, किनकि तिनी तिनका छोराछोरीहरूसँगै दासत्वमा छिन् ।26तर माथि रहेको यरूशलेम स्वतन्त्र छ, र तिनी हाम्री आमा हुन् ।
27किनकि यस्तो लेखिएको छ, “ए बाँझी स्त्री, जसले जन्म दिन सक्दैनौ; कराऊ र आनन्द मनाऊ, तिमी जसले बालक जन्माउने अनुभव पाएकी छैनौ, किनभने पति भएकी
स्त्रीको भन्दा त्यागिएकी स्त्रीका धेरै छोराछोरीहरू छन् ।”28तर भाइहरू हो, तिमीहरू इसहाकजस्तै प्रतिज्ञाका छोराछोरीहरू हौ । 29त्यो समयमा शरीरअनुसार जन्मेकोले
आत्माअनुसार जन्मेकोलाई सतायो । अहिले पनि यस्तै नै छ ।30तर धर्मशास्त्रले के भन्छ? “दासी स्त्री र तिनको पुत्रलाई निकालिदेओ । किनकि दासी स्त्रीको पुत्रले स्वतन्त्र
स्त्रीको पुत्रसँगै उत्तराधिकार प्राप्त गर्नेछैन ।” 31त्यसकारण, भाइहरू हो, हामी दासी स्त्रीका छोराछोरीहरू होइनौं, तर स्वतन्त्र स्त्रीका हौं ।

5

1स्वतन्त्रताको निम्ति ख्रीष्टले हामीलाई मुक्त गराउनुभएको हो । यसैकारण, स्थिर होओ, र फेरि दासत्वको जुवाको अधीनमा नपर । 2हेर ! म पावल तिमीहरूलाई भन्छु, कि
तिमीहरूले आफैलाई खतना गर्न दियौ भने, ख्रीष्टमा तिमीहरूलाई केही फाइदा हुनेछैन ।3फेरि, आफैलाई खतना गर्न दिएका सबै मानिसलाई म यो गवाही दिन्छु, कि सबै
व्यवस्था पालन गर्न त्यो बाध्य हुन्छ । 4जो व्यवस्थाबाट धर्मी ठहरिने भएका छौ, तिमीहरू ख्रीष्टबाट अलग भएका छौ, तिमीहरूले अब अनुग्रहलाई अनुभव गर्न सक्दैन ।
5किनकि आत्माद्वारा विश्वासबाट हामीले धार्मिकताको आशाको प्रतीक्षा गर्छौं । 6ख्रीष्ट येशूमा न खतना न बेखतना कुनै मूल्यको हुन्छ, तर केवल प्रेमद्वारा काम गर्ने
विश्वासको मूल्य हुन्छ । 7तिमीहरू असल रूपमा दौडिरहेका थियौ । सत्यताको पालन गर्न तिमीहरूलाई कसले रोक्यो? 8यो फकाउने कुरा तिमीहरूलाई बोलाउनुहुनेबाट
आएको होइन ।9थोरै खमिरले पूरै मुछेको पिठोलाई फुलाउँछ । 10प्रभुमा, म भरोसा गर्छु कि तिमीहरूले अर्को कुनै विचार अपनाउनेछैनौ । तिमीहरूलाई अलमलमा पार्ने
जोसुकै भए तापनि त्यसले दण्ड पाउनेछ ।11भाइहरू हो, यदि म अझै पनि खतनाको प्रचार गर्छु भने, अझै पनि म किन सताइएको छु? त्यसो हो भनेता क्रूसको बाधा
हटाइएको हुन्छ । 12तिमीहरूलाई बहकाउनेहरूले त आफैंलाई नपुङ्सक तुल्याओस्!13किनकि भाइहरू हो, तिमीहरूलाई स्वतन्त्रताको निम्ति बोलाइएको थियो । तर

आफ्नो स्वतन्त्रतालाई पापमय स्वभावको निम्ति अवसरको रूपमा प्रयोग नगर; बरु प्रेमद्वारा एक अर्कालाई सेवा पुर्‍याओ । 14किनकि सारा व्यवस्था एउटै आज्ञामा पूरा
हुन्छ, “तिमीहरूले आफ्नो छिमेकीलाई आफैंलाई जस्तै प्रेम गर्नुपर्छ ।” 15तर यदि तिमीहरूले एक अर्कालाई टोक्ने र निल्ने गर्छौ भने, ध्यान देओ, तिमीहरू आफैं एक
अर्काबाट नष्ट हुन नपरोस् ।16तर म भन्छु, आत्माद्वारा हिंड, अनि तिमीहरूले पापमय स्वभावका अभिलाषाहरूलाई पूरा गर्नेछैनौ । 17किनकि पापमय स्वभावका
अभिलाषाहरू आत्माको विरुद्धमा हुन्छन्, र आत्माको इच्छा पापमय स्वभावको विरुद्धमा हुन्छ । किनकि यी एक अर्काका विपरीत हुन्छन्, जसको कारण तिमीहरूले
चाहेका कुराहरू तिमीहरूले गर्न सक्दैनौ । 18तर यदि आत्माले तिमीहरूलाई अगुवाइ गर्नुहुन्छ भने तिमीहरू व्यवस्थाको अधीनमा हुँदैनौ ।19अब पापमय स्वभावका कामहरू
प्रत्यक्ष देख्न सकिने हुन्छन्: व्यभिचार, अपवित्रता, कामवासना, 20मूर्तिपूजा, तन्त्रमन्त्र, दुश्मनी, झैंझगडा, ईर्ष्या, क्रोध, शत्रुता, फुट, गुटबन्दी, 21डाह, पियक्कडपन,
मोजमज्जा र अरू यस्तै कुराहरू हुन् । मैले तिमीहरूलाई पहिले चेतावनी दिएझैं म चेतावनी दिन्छु, कि जसले यी कुराहरू गर्छन्, तिनीहरू परमेश्वरको राज्यका हकदार
हुनेछैनन् ।22तर पवित्र आत्माका फलचाहिं प्रेम, आनन्द, शान्ति, धैर्य, दया, भलाइ, विश्वास, 23नम्रता र संयम हुन्; यी कुराहरूका विरुद्धमा कुनै व्यवस्था छैन । 24तिनीहरू
जो ख्रीष्ट येशूका हुन् तिनीहरूले आफ्ना पापमय स्वभावलाई त्यसका लालसा र अभिलाषाहरूसहित क्रूसमा टाँगेका हुन्छन् ।25यदि हामी आत्माद्वारा जिउँछौं भने, हामी
आत्माद्वारा नै हिंडौं । 26एक अर्कालाई रिस नउठाएर, एक अर्काको ईर्ष्या गरेर हामी अहङ्कारी नबनौं ।

6 1भाइहरू हो, यदि कुनै मानिसले पाप गरेको फेला परेमा, तिमी आत्मिकीहरूले चाहिं नम्रताको आत्मामा त्यसलाई पुनर्स्थापित गर्नुपर्छ । तिमीहरू आफैं परीक्षामा
नपर्नको निम्ति आफ्नो ख्याल गर । 2एक अर्काको भार उठाओ, र यसरी ख्रीष्टको व्यवस्थालाई पूरा गर ।3किनकि यदि कसैले आफू केही नहुँदा नहुँदै पनि केही हुँ भनी
ठान्छ भने, त्यसले आफैंलाई धोका दिन्छ । 4प्रत्येकले आफ्नो कामको जाँच गर्नुपर्छ, र तब त्यसले गर्व गर्ने कारण त्यो आफैंमा हुनेछ र अरू कोहीमा हुनेछैन । 5किनकि
प्रत्येकले आफ्नो भार आफैं उठाउनेछ ।6जसलाई वचन सिकाइएको छ, त्यसले शिक्षकसँग सबै असल कुराहरू बाँड्नुपर्छ । 7धोकामा नपर । परमेश्वरको ठट्टा हुँदैन, किनकि
मानिसले जे रोप्छ, त्यसले त्यही नै कटनी गर्नेछ । 8किनकि जसले आफ्नै पाप स्वभावमा बिउ छर्छ, त्यसले पाप स्वभावबाट विनाशको कटनी गर्नेछ । जसले आत्मामा बिउ
छर्छ, त्यसले आत्माबाट अनन्त जीवनको कटनी गर्नेछ ।9हामी असल काम गर्न थकित नहोऔं, किनकि यदि हामीले हरेस खाएनौं भने ठिक समयमा हामीले फसलको
कटनी गर्नेछौं । 10त्यसकारण, हामीले मौका पाउनासाथ, सबै मानिसहरूको भलाइ गरौं, विशेष गरी जो विश्वासको घरानाका हुन् ।11हेर मैले आफ्नै हातले कति ठुला-ठुला
अक्षरहरूमा तिमीहरूलाई लेखिरहेछु । 12शारीरिक रूपमा असल प्रभाव पार्न चाहनेहरूले तिमीहरूलाई खतना गर्न बाध्य बनाउन खोज्दैछन् । ख्रीष्टको क्रूसको खातिर
सतावट भोग्नु नपरोस् भनेर मात्र तिनीहरूले यसो गर्छन् । 13किनकि खतना भएकाहरूले पनि व्यवस्थाको पालन गर्दैनन् तर तिमीहरूका शरीरका विषयमा घमण्ड गर्न सकून्
भनेर तिमीहरूको खतना भएको तिनीहरू चाहन्छन् ।14हाम्रा प्रभु येशू ख्रीष्टको क्रूसमा बाहेक मैले कहिल्यै गर्व गर्न नपरोस् जसद्वारा नै म संसारको लागि र संसार मेरो लागि
क्रूसमा टाँगिएको छ । 15किनकि न त खतना न बेखतना कुनै मूल्यको हो तर नयाँ सृष्टि महत्त्वपूर्ण छ । 16यही नियमअनुसार जिउने सबैमा अनि परमेश्वरको इस्राएलमा पनि
शान्ति र कृपा रहोस् ।17अब उप्रान्त मलाई कसैले दु:ख नदेओस्, किनकि म आफ्नो शरीरमा येशूका चिन्हहरू धारण गर्छु । 18भाइहरू हो, तिमीहरूका आत्मामा हाम्रा प्रभु
येशू ख्रीष्टको अनुग्रह रहोस् । आमेन ।

generated on Tue Jun 17 07:41:57 2025