

## गलातीहरूलाई पावलको पत्र

1 म पावल एक प्रेरित हुँ । म कुनै मानिस वा व्यक्तिद्वारा प्रेरित भएको होइन, तर येशू ख्रीष्ट र परमेश्वर पिताद्वारा भएको हुँ जसले उहाँलाई मृतकहरूबाट जीवित पार्नुभयो ।

2 मसँग भएका सबै भाइहरूका साथ म यो पत्र गलातियाका सबै मण्डलीहरूलाई लेखिरहेको छु ।

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 आफैँलाई अर्पण गर्नुभयो ।

5 उहाँलाई नै सदासर्वदा महिमा होस् ।

6 तिमीहरू यति छिटै फरक सन्देशतिर फर्किएको देख्दा म चकित परेको छु । ख्रीष्टको अनुग्रहद्वारा तिमीहरूलाई बोलाउनुहुनेबाट तिमीहरू टाढिएको देख्दा म चकित परेको छु ।

7 अरू कुनै सुसमाचार छैन, तर केही यस्ता मानिसहरू छन् जसले तिमीहरूलाई समस्यामा पार्न र ख्रीष्ट येशूको सुसमाचारलाई विकृत गर्न चाहन्छन् ।

8 तर हामीले तिमीहरूका माझमा जुन सुसमाचार घोषणा गर्नुपर्छ, त्यो भन्दा बाहेक अरू कुनै सन्देशलाई यदि हामी वा स्वर्गबाट आएका स्वर्गदूतले नै प्रचार गरे तापनि त्यो श्रापित होस् ।

9 हामीले पहिले नै भनिसकेका छौं र म अहिले फेरि पनि भन्दछु, “कसैले तिमीहरूले स्वीकार गरेको भन्दा बाहेक तिमीहरूका सामु अर्को सन्देशको घोषणा गर्दछ भने, त्यो श्रापित होस् ।”

10 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 दास होइनँ ।

11 भाइहरू हो, तिमीहरूले यो कुरा जान भन्ने म चाहन्छु, कि मैले घोषणा गरेको सुसमाचार मानिसहरूबाट मात्र आएको होइन ।

12 मैले यो कुनै मानिसबाट प्राप्त गरेको होइन, न त मलाई यो सिकाइएको थियो । बरू, मलाई यो येशू ख्रीष्टको प्रकाशद्वारा दिइएको थियो ।

13 म यहूदी हुदाँ मेरो पहिलेको जीवनको बारेमा तिमीहरूले सुनेका छौ, कि कसरी मैले परमेश्वरको मण्डलीलाई हिंसात्मक रूपले अत्यधिक सताइरहेको थिएँ र त्यसलाई नष्ट गरिरहेको थिएँ ।

14 म यहूदी धर्मकर्ममा मेरा आफ्नै मानिसहरूका कैयौँ सहकर्मीहरूभन्दा धेरै अगि बढिरहेको थिएँ । मेरा पुर्खाहरूका परम्पराहरूका निम्ति म अत्यन्तै उत्साहित थिएँ ।

15 तर मेरी आमाको गर्वदेखि नै मलाई चुन्नको निम्ति परमेश्वर खुसी हुनुभयो ।

16 मैले गैरयहूदीहरूका माझमा उहाँलाई घोषणा गर्न सक्ँ भनेर उहाँका पुत्रलाई ममा प्रकट गर्नको निम्ति उहाँको अनुग्रहद्वारा उहाँले मलाई बोलाउनुभयो । मैले तुरुन्तै शरीर र रगतको सल्लाह लिइँ,

17 र मभन्दा अगि प्रेरित भएकाहरूका म यरूशलेममा गइँ । बरू, म अरबतिर गएँ र त्यसपछि दमस्कसमा फर्किएँ ।

18 अनि तिन वर्षपछि केफासलाई भेट्न म यरूशलेम गएँ र त्यहाँ उनीसँग पन्ध्र दिनसम्म बसेँ ।

19 तर मैले प्रभुका भाइ याकूबलाई बाहेक अरू कसैलाई भेटिनँ ।

20 हेर, मैले जे लेखेको छु, परमेश्वरको अगि मैले तिमीहरूलाई ढाँटेको छैन ।

21 त्यसपछि म सिरिया तथा किलिकियाका क्षेत्रहरूतिर गएँ ।

22 ख्रीष्टमा भएका यहूदियाका मण्डलीहरूमा म अझैसम्म चिनिएको थिइँ,

23 तर उनीहरूले सुनेका थिएँ, “एक पटक हामीलाई सताउने व्यक्तिले अहिले त्यही विश्वासको घोषणा गरिरहेका छन् जुन विश्वासलाई कुनै समय उनले नष्ट गरिरहेका थिए ।”

24 मेरो कारण तिनीहरूले परमेश्वरको महिमा गरिरहेका थिए ।

## 2

1 अनि चौध वर्षपछि म बारनाबाससँग फेरि यरूशलेम गएँ । मैले तीतसलाई पनि साथमा लगें ।

2 परमेश्वरले म जानुपर्छ भनी मलाई प्रकट गराउनुभएको कारण म त्यहाँ गएँ । मैले गैरयहूदीहरूका माझमा घोषणा गरेको सुसमाचार तिनीहरूका अगि राखें । (तर

जो महत्त्वपूर्ण अगुवाहरू जस्तो देखिन्थे तिनीहरूसँग म व्यक्तिगत रूपमा बोलेँ । म व्यर्थमा दौडिरहेको छैनँ, वा दौडिन भनेर सुनिश्चित गर्नको निम्ति मैले यो गर्छु ।

3 तर तीतस, जो मसँगै थिए, जो एक ग्रीक थिए, तिनलाई समेत खतना गर्न कर लगाइएन ।

4 ख्रीष्ट येशूमा हामीसँग भएको स्वतन्त्रताको जासूसी गर्न गुप्त रूपमा आएका झुटा दाजुभाइहरूका कारण यो विषय उठ्यो । तिनीहरूले हामीलाई व्यवस्थाका दासहरू बनाउन चाहे ।

5 तिमीहरूका निम्ति सुसमाचारको सत्यता अपरिवर्तित रहिरहोस् भनेर हामी तिनीहरूका कुरामा एक घण्टा पनि झुकेनौं ।

6 तर महत्त्वपूर्ण देखिएकाहरूले मलाई केही पनि सहयोग गरेनन् । तिनीहरू जो भए तापनि मलाई केही फरक पर्दैन । मानिसले मन पराएकाहरूलाई परमेश्वरले स्वीकार गर्नुहुन्न ।

7 त्यसको सट्टामा, तिनीहरूले यो देखे, कि खतना नभएकाहरूलाई सुसमाचार घोषणा गर्नको निम्ति मलाई जिम्मेवारी सुम्पिएको थियो । जसरी पत्रुसले खतना भएकाहरूका बिचमा सुसमाचार घोषणा गर्नुपर्ने थियो, यो पनि त्यस्तै हो ।

8 किनकि खतना भएकाहरूलाई प्रचार गर्नको निम्ति पत्रुसमा काम गर्नुभएका परमेश्वरले नै गैरयहूदीहरूका बिचमा प्रचार गर्नलाई ममा काम गर्नुभयो ।

9 जब मण्डली निर्माण गर्नेहरू भनेर चिनिएका याकूब, केफास र यूहन्नाले मलाई दिइएको अनुग्रहलाई बुझे, तिनीहरूले बारनाबास र मलाई सङ्गतिको अधिकार दिए । हामी गैरयहूदीहरूका माझमा जान सकौं र उनीहरू खतना भएकाहरूका माझमा जान सकून् भनेर उनीहरूले यसो गरे ।

10 हामीले गरिबहरूको सम्झना गरेको पनि उनीहरू चाहन्थे । म पनि त्यो कुरा गर्न इच्छुक थिएँ ।

11 जब पत्रुस एन्टिओखियामा आए, मैले उनलाई आमने-सामने विरोध गर्छु किनकि उनी गलत थिए ।

12 याकूबबाट केही मानिसहरू आउनुअगि पत्रुस गैरयहूदीहरूसँग बसेर खाँदै थिए । तर जब यी मानिसहरू आए, उनले यो रोके र उनी गैरयहूदीहरूबाट टाढिए । उनी यी खतना गर्नेपने मानिसहरूसँग डराए ।

13 बाँकी यहूदीहरूले पनि पत्रुसको यस कपटपूर्ण काममा साथ दिए । यसको परिणाम स्वरूप बारनाबास पनि उनीहरूको कपटपूर्ण कामको कारण भड्किए ।

14 जब मैले तिनीहरूले सुसमाचारको सत्यता नपछ्याइरहेको देखेँ, मैले तिनीहरू

सबैका सामुने पत्रुसलाई भने, “तिमी यहदी भएर पनि यहदी स्वभावको सट्टा गैरयहदी स्वभावमा जिइरहेका छौ भने, तिमीले कसरी गैरयहदीहरूलाई यहदीहरू जस्तो गरी जिउनको निम्ति कर लगाउन सक्छौ ?”

15 हामी जो जन्मसिद्ध यहदीहरू हौं र “गैरयहदी पापीहरू होइनौं”,

16 व्यवस्थाद्वारा कोही पनि धर्मी हुन सक्दैन भन्ने कुरा हामी जान्दछौं । त्यसको सट्टा, तिनीहरू येशू ख्रीष्टमा विश्वासद्वारा धर्मी ठहरिन्छन् । हामी 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 परमेश्वरद्वारा धर्मी हुन खोज्छौं भने, हामीले आफैँलाई पापी भएको पनि पाउँछौं । के त्यसो भए ख्रीष्ट पापको दास हुनुभयो त ? त्यस्तो होइन !

18 व्यवस्थालाई पुरा गर्नुपर्छ भन्ने कुरामा मैले मेरो विश्वासलाई पुनर्निर्माण गरेँ, त्यो विश्वास जुन मैले भङ्ग गरिसकेको थिएँ । म आफैँलाई व्यवस्था भङ्ग गर्ने मानिस तुल्याउँछु ।

19 व्यवस्थाद्वारा व्यवस्थाको निम्ति म मरेँ, ताकि म परमेश्वरको निम्ति बाँचन सकूँ ।

20 म ख्रीष्टसँगै कृसमा 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 आफैँलाई मेरो निम्ति दिनुभयो ।

21 म परमेश्वरको अनुग्रहलाई इन्कार गर्दिनँ, किनकि यदि व्यवस्थाद्वारा धार्मिकता आउने भए, ख्रीष्ट व्यर्थैमा मर्नुभयो ।

### 3

1 हे मूर्ख गलातीहरू ! कसको दुष्ट आँखाले तिमीहरूलाई नोकसानी गर्‍यो ? के तिमीहरूका आँखाको अगाडि येशू ख्रीष्ट कृसमा टाँगिनुभएको कुरा दर्शाइएको थिएन र ?

2 म तिमीहरूबाट यो कुरा मात्र बुझ्न चाहन्छु । के तिमीहरूले पवित्र आत्मालाई व्यवस्था अनुसारका कामहरू गरेर पाएका हो कि तिमीहरूले सुनेका कुरामा विश्वास गरेर पाएका हो ?

3 के तिमीहरू यति धेरै मूर्ख भएका छौ ? के अब केवल शरीरमा अन्त हुन तिमीहरूले आत्मामा सुरु गरेका थियौ ?

4 यदि त्यो साँच्चै निरर्थक थियो भने के तिमीहरूले व्यर्थमा यति धेरै कुराहरूको अनुभव गर्नु त ?

5 त्यसो भए, जसले तिमीहरूलाई पवित्र आत्मा दिनुहुन्छ र तिमीहरूका बिचमा शक्तिशाली कार्यहरूद्वारा काम गर्नुहुन्छ, के उहाँले यो व्यवस्था अनुसारका कामहरूका कारण गर्नुभएको हो कि विश्वास गरेर सुनेका कारणले ?

6 अब्राहामले “परमेश्वरलाई विश्वास गरे अनि यो उनको निम्ति धार्मिकता गनियो ।”

7 त्यसो भए, यसै गरी यो बुझ, कि विश्वास गर्नेहरू नै अब्राहामका सन्तान हुन् ।

8 धर्मशास्त्रले पहिले नै यो देखेको थियो, कि परमेश्वरले गैरयहूदीहरूलाई विश्वासद्वारा धर्मी ठहराउनुहुन्छ । अब्राहामलाई अगाडि नै सुसमाचार दिइएको थियो, “तँबाट नै पृथ्वीमा हुने सबै जातिहरू आशिषित हुनेछन् ।”

9 त्यसैकारण, जोसँग विश्वास छ, तिनीहरू अब्राहामसँगै आशिषित हुन्छन्, तिनै अब्राहाम जससँग पनि विश्वास थियो ।

10 व्यवस्था अनुसारका कामहरूमा भर पर्नेहरू श्रापित हुन्छन् । किनकि यसरी लेखिएको छ “व्यवस्थामा लेखिएका सबै कुराहरू पालन नगर्ने सबै श्रापित हुन्छन् ।”

11 अब यो स्पष्ट छ, कि परमेश्वरले कसैलाई पनि व्यवस्थामा धर्मी ठहराउनुहुन्न, किनकि “धर्मी मानिस विश्वासद्वारा नै जिउनेछ ।”

12 व्यवस्था विश्वासबाट आएको होइन, तर त्यसको सट्टामा, “जसले व्यवस्थामा भएका कुराहरू गर्दछ त्यो व्यवस्थाअनुसार नै जिउनेछ ।”

13 हाम्रो निम्ति ख्रीष्ट श्रापित हुनुभएर उहाँले हामीलाई व्यवस्थाको श्रापबाट मुक्त गराउनुभयो । किनकि यसरी लेखिएको छ, “काठमा झुण्डिने हरेक श्रापित हुन्छ ।”

14 यसको उद्देश्य यही थियो, कि अब्राहाममा भएको आशिष् ख्रीष्ट येशूद्वारा गैरयहूदीहरूमाझ आउन सकोस्, ताकि हामीले विश्वासद्वारा पवित्र आत्माको प्रतिज्ञा प्राप्त गर्न सकौं ।

15 भाइहरू हो, म मानवीय शब्दहरूमा बोल्दछु । एक पटक पक्का भइसकेको मानिसले बनाएको इच्छा-पत्र त न कसैले रद्द गर्छ न त त्यसमा केही थपिन्छ ।

16 अब यी प्रतिज्ञाहरू अब्राहाम र उनको सन्तानलाई दिइएको थियो । यसले धेरै मानिसहरूलाई जनाउने गरी “सन्तानहरूलाई” भन्दैन, तर यसको सट्टामा “तिम्रो सन्तानलाई” भनेर यसले एक जनालाई मात्र जनाउँछ, जो ख्रीष्ट हुनुहुन्छ ।

17 अब म यो भन्दछु । परमेश्वरले पहिले नै स्थापना गर्नुभएको करारलाई ४३० वर्षपछि आएको व्यवस्थाले रद्द गर्दैन ।

18 किनकि उत्तराधिकार व्यवस्थाद्वारा आएको हो भने, यो अहिले प्रतिज्ञाद्वारा आउने थिएन । तर परमेश्वरले प्रतिज्ञाद्वारा अब्राहामलाई यो सितैमा दिनुभयो ।

19 त्यसो भए व्यवस्था किन दिइयो त ? ती प्रतिज्ञा गरिएकाहरूकहाँ अब्राहामका सन्तान नआउन्जेलसम्म अपराधको कारणले व्यवस्था थपियो । यो व्यवस्था एउटा मध्यस्तकर्ताको हातद्वारा स्वर्गदूतहरूमार्फत लागु गरिएको थियो ।

20 अहिले मध्यस्तकर्ताले एकभन्दा बढी व्यक्तिलाई बुझाउँछ, तापनि परमेश्वर एउटै हुनुहुन्छ ।

21 त्यसो 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 ।

22 तर त्यसको सट्टामा, पापको अधीनमा रहेका सबै कुरालाई धर्मशास्त्रले कैदमा राख्यो । परमेश्वरले यो गर्नुभयो ताकि येशू ख्रीष्टमा विश्वासद्वारा हामीलाई बचाउने उहाँको प्रतिज्ञालाई विश्वास गर्नेहरूलाई दिन सकियोस् ।

23 तर ख्रीष्टमा विश्वास आउनुभन्दा अगाडि विश्वासको प्रकाश नआउन्जेलसम्म हामी व्यवस्थाद्वारा कैदमा थियौं र सीमित थियौं ।

24 त्यसकारण, हामी विश्वासद्वारा धर्मि ठहरिनको निम्ति ख्रीष्ट नआउन्जेलसम्मको लागि व्यवस्था हाम्रो संरक्षक बन्यो ।

25 अब विश्वास आइसकेकोले हामी कुनै संरक्षकको अधीनमा छैनौं ।

26 किनकि ख्रीष्ट येशूमा विश्वासद्वारा तिमीहरू सबै परमेश्वरका पुत्रहरू हौं ।

27 तिमीहरूमध्ये सबै जतिको ख्रीष्ट येशूमा बप्तिस्मा भयो, तिमीहरू आफैले ख्रीष्टलाई पहिरिएका छौं ।

28 अब न त यहूदी छ, न ग्रीक, न कमारा छ न फुक्का, न पुरुष छ न स्त्री, किनभने ख्रीष्ट येशूमा तिमीहरू सबै एक हौं ।

29 यदि तिमीहरू ख्रीष्टका हौं भनेता तिमीहरू अब्राहामका सन्तानहरू हौं र प्रतिज्ञाबमोजिम उत्तराधिकारीहरू हौं ।

## 4

1 मैले यो भनिरहेको छु, कि उत्तराधिकारी बालकै भएसम्म ऊ सारा सम्पत्तिको मालिक भए तापनि ऊ कमारो भन्दा फरक हुँदैन ।

2 बरु, उसको बुबाले निर्धारण गरेको समयसम्म ऊ अभिभावकहरू र संरक्षकहरूको मुनि हुन्छ ।

3 यसरी नै, हामीहरू पनि जब बालक थियौं, यस जगत्का आधारभूत सिद्धान्तहरूको बन्धनमा थियौं ।

4 तर जब ठिक समय आयो, तब परमेश्वरले व्यवस्थानुसार स्त्रीबाट जन्मनुभएका उहाँका पुत्रलाई पठाउनुभयो ।

5 हामी धर्मपुत्रको रूपमा स्वीकारिऔं भनेर उहाँले व्यवस्थामुनि भएकाहरूलाई छुटकारा दिनको निम्ति यसो गर्नुभयो ।

6 तिमीहरू पुत्रहरू भएका हुनाले परमेश्वरले उहाँका पुत्रको आत्मालाई हाम्रा हृदयहरूमा पठाउनुभयो, त्यो आत्मा जसले, “अब्बा, पिता” भनेर पुकार्नुहुन्छ ।

7 यसैकारणले गर्दा, अब तिमी दास होइनौ, तर पुत्र हौ । यदि तिमी पुत्र हौ भने, तिमी परमेश्वरको एक उत्तराधिकारी पनि हौ ।

8 तर पहिले जब तिमीहरूले परमेश्वरलाई चिन्दैन थियौ, तिमीहरू तिनीहरूका दास थियौ जो स्वभावैले ईश्वरहरू होइनन् ।

9 तर अहिले तिमीहरूले परमेश्वरलाई चिन्दछौ वा निश्चय नै तिमीहरू परमेश्वरद्वारा चिनिएका छौ भने, किन तिमीहरू फेरि कमजोर र मूल्यहीन आधारभूत सिद्धान्तहरूतर्फ फर्किरहेका छौ ? के तिमीहरू फेरि दास हुने चाहना गर्छौ ?

10 तिमीहरूले ध्यानपूर्वक विशेष दिनहरू, औँसी, ऋतुहरू र वर्षहरूलाई मान्दछौ ।

11 म तिमीहरूका लागि चिन्ता गर्दछु । म यो चिन्ता गर्दछु, कि मैले तिमीहरूमाथि व्यर्थमा मेहनत गरें ।

12 भाइहरू हो, म यो बिन्ती गर्दछु, कि म जस्तो छु तिमीहरू पनि त्यस्तै होओ, किनकि म पनि तिमीहरूजस्तै भएको छु । तिमीहरूले मप्रति कुनै खराबी गरेका छैनौ ।

13 तर तिमीहरू यो कुरा जान्दछौ, कि मेरो शारीरिक बिमारीको कारण मैले तिमीहरूलाई पहिलो पटक सुसमाचार घोषणा गरें ।

14 मेरो शारीरिक अवस्थाले तिमीहरूलाई परीक्षा ल्याए तापनि तिमीहरूले मेरो उपेक्षा गरेनौ वा मलाई इन्कार गरेनौ । त्यसको सट्टामा, तिमीहरूले म नै खीष्ट येशू भएँ गरी मलाई परमेश्वरका स्वर्गादूतको रूपमा स्वीकार गर्नु ।

15 त्यसकारण, अब तिमीहरूको आनन्द कहाँ छ ? किनकि तिमीहरूको विषयमा म यो गवाही दिन्छु, कि सम्भव भए त तिमीहरूले मलाई आफ्नो आँखा निकालेर दिने थियौ ।

16 मैले तिमीहरूलाई सत्यता बताएको कारण, के म अब तिमीहरूको शत्रु भएँ त ?

17 तिनीहरूले तिमीहरूलाई उत्कट इच्छाले खोज्दछन्, तर कुनै भलाइको लागि होइन । तिमीहरूले तिनीहरूलाई पछ्याउनेछौ भनेर तिनीहरूले मबाट तिमीहरूलाई अलग गर्न चाहन्छन् ।

18 म तिमीहरूको उपस्थितिमा रहँदा मात्र नभएर सधैं नै असल अभिप्रायको निम्ति उत्कट इच्छा राख्नु असल हुन्छ ।

19 मेरा साना बालकहरू हो, तिमीहरूभित्र खीष्ट नबनिनुभएसम्म मैले फेरि तिमीहरूका निम्ति प्रसव वेदनाको पीडा भोगिरहेको छु ।

20 म अब तिमीहरूकहाँ उपस्थिति हुन चाहन्छु र मेरो बोलीलाई परिवर्तन गर्न चाहन्छु, किनकि म तिमीहरूको विषयमा अन्योलमा परेको छु ।

21 तिमीहरू जो व्यवस्थाको अधीनमा रहने इच्छा गर्दछौ, मलाई यो बताओ, कि व्यवस्थाले के भन्दछ भन्ने कुरा के तिमीहरूले सुन्दैनौ ?

22 किनकि यस्तो लेखिएको छ, कि अब्राहामका दुई जना छोरा थिए, एक जना दासी स्त्रीबाट र अर्कोचाहिँ स्वतन्त्र स्त्रीबाट ।

23 तथापि, दासीबाटको चाहिँ केवल शरीरद्वारा जन्मिएको थियो, तर स्वतन्त्र स्त्रीबाटको चाहिँ प्रतिज्ञाद्वारा जन्मिएको थियो ।

24 यी कुराहरूलाई एउटा रूपक दृष्टान्तद्वारा वर्णन गर्न सकिन्छ, किनकि यी दुई स्त्री दुईवटा प्रतिज्ञाएँ हुन् । तिनीहरूमध्ये एक जनाचाहिँ सीनै पर्वतबाट हो । तिनले यस्ता छोराछोरीहरू जन्माउँछिन्, जो दासहरू हुन् । तिनी हागार हुन् ।

25 अहिले हागारचाहिँ अरबको सीनै पर्वत हो । तिनले वर्तमान यरूशलेमको सङ्केत गर्छिन्, किनकि तिनी तिनका छोराछोरीहरूसँगै दासत्वमा छिन् ।

26 तर माथि रहेको यरूशलेम स्वतन्त्र छ, जोचाहिँ हाम्री आमा हुन् ।

27 किनकि यस्तो लेखिएको छ, “ए बाँझी स्त्री, जसले जन्म दिन सक्दिनन्,

आनन्द मनाओ । तिमी जसले बालक जन्माउने अनुभव पाएकी छैनौ, मन खोल र आनन्दले कराऊ । किनकि त्यस बाँझीका पति भएकाहरूका भन्दा पनि धेरै छोराछोरीहरू छन् ।”

28 भाइहरू हो, अब तिमीहरू पनि इसहाकजस्तै प्रतिज्ञाका छोराछोरीहरू हो ।

29 त्यो समयमा शरीरअनुसार जन्मेकोले आत्माअनुसार जन्मेकोलाई सतायो । अहिले पनि यस्तै नै छ ।

30 धर्मशास्त्रले के भन्दछ ? “दासी स्त्री र तिनको पुत्रलाई निकालिदेओ । किनकि दासी स्त्रीको पुत्रले स्वतन्त्र स्त्रीको पुत्रसँगै समान उत्तराधिकार प्राप्त गर्नेछैन ।”

31 त्यसकारण, भाइहरू हो, हामी दासी स्त्रीका छोराछोरीहरू होइनौ, तर स्वतन्त्र स्त्रीका छोराछोरीहरू हौं ।

## 5

1 स्वतन्त्रताको निम्ति ख्रीष्टले हामीलाई मुक्त गराउनुभएको हो । यसैकारण, स्थिर होओ र फेरि बन्धनको जुवामुनि नपर ।

2 हेर ! म पावल तिमीहरूलाई भन्दछु, कि तिमीहरूको खतना भए तापनि ख्रीष्टमा तिमीहरूलाई केही फाइदा हुनेछैन ।

3 फेरि, खतना गरिएका सबै मानिसलाई म यो गवाही दिन्छु, कि सबै व्यवस्था पालन गर्न त्यो बाध्य हुन्छ ।

4 जो व्यवस्थाबाट धर्मी ठहराइएका छौ, तिमीहरू ख्रीष्टबाट अलग गरिएका छौ । तिमीहरू अनुग्रहबाट टाढा गएका छौ ।

5 किनकि आत्माद्वारा विश्वासबाट हामीले धार्मिकताको आशाको प्रतीक्षा गरिरहेका छौं ।

6 ख्रीष्ट येशूमा न खतना न बेखतना कुनै मूल्यको हुन्छ । केवल प्रेमद्वारा काम गर्ने विश्वासको मात्र मूल्य हुन्छ ।

7 तिमीहरू असल रूपमा दौडिरहेका थियौ । सत्यताको पालन गर्न तिमीहरूलाई कसले रोक्यो ?

8 यो काम गर्नको निम्ति आएको प्रोत्साहन तिमीहरूलाई बोलाउनुहुने बाटको होइन ।

9 थोरै खमिरले पुरै आटाको डल्लोलाई फुलाउँछ ।

10 प्रभुमा म तिमीहरूमा भरोसा गर्दछु, कि तिमीहरूले अर्को तरिकाले विचार गर्दैनौ । तिमीहरूलाई अलमलमा पार्ने जोसुकै भए तापनि त्यसले आफ्नो दण्ड पाउनेछ ।

11 मेरा भाइहरू हो, यदि म अझै पनि खतनाको प्रचार गर्दछु भने, अझै पनि म किन सताइएको छु ? त्यसो हो भनेता कृसको बाधा नष्ट हुने थियो ।

12 तिमीहरूलाई बहकाउनेहरूले त आफैलाई नपुङ्सक तुल्याओस् ।

13 किनकि मेरा भाइहरू हो, परमेश्वरले तिमीहरूलाई स्वतन्त्रताको निम्ति बोलाउनुभएको छ । आफ्नो स्वतन्त्रतालाई शरीरको निम्ति अवसरको रूपमा मात्र प्रयोग नगर । बरु, प्रेमद्वारा एक अर्काको सेवा पुर्याओ ।

14 किनकि सारा व्यवस्था एउटै आज्ञामा पुरा हुन्छ, “तिमीहरूले आफ्नो छिमेकीलाई आफैलाई जस्तै प्रेम गर्नुपर्छ ।”

15 तर यदि तिमीहरूले एक अर्काको टोक्ने र निल्ने गर्छौ भने, ध्यान देओ, तिमीहरू आफै एक अर्काबाट नष्ट हुन नपरोस् ।

16 म भन्दछु, आत्माद्वारा हिँड, अनि तिमीहरूले शरीरका अभिलाषाहरूलाई पुरा गर्नेछैनौ ।

17 किनकि शरीरका अभिलाषाहरू आत्माको विस्मृता हुन्छन्, र आत्माको इच्छा शरीरको विस्मृता हुन्छ । किनकि यी एक अर्काका विपरीत हुन्छन् । यसको परिणामचाहिँ यही हो, कि तिमीहरूले गर्न चाहेका कुराहरू तिमीहरूले गर्दैनौ ।

18 तर यदि आत्माले तिमीहरूलाई अगुवाइ गर्नुहुन्छ भने तिमीहरू व्यवस्थाको अधीनमा हुँदैनौ ।

19 शरीरका कामहरू प्रत्यक्ष देख्न सकिने हुन्छन् । ती कामुक अनैतिकता, अपवित्रता, कामवासना,

20 मूर्तिपूजा, तन्त्रमन्त्र, दुश्मनी, झैँझगडा, ईर्ष्या, क्रोध, स्वार्थ, फुट, गुटबन्दी,

21 डाह, पियक्कडपन, मोजमज्जा र अरू यस्तै कुराहरू हुन् । मैले तिमीहरूलाई पहिले पनि चेतावनी दिएझैं म फेरि चेतावनी दिन्छु, कि जसले यी कुराहरू गर्छन्, तिनीहरू परमेश्वरको राज्यका हकदार हुनेछैनन् ।

22 तर पवित्र आत्माका फलचाहिँ प्रेम, आनन्द, शान्ति, धैर्य, दया, भलाइ, विश्वास,

23 नम्रता र संयम हुन् । यी कुराहरूका विस्मृता कुनै व्यवस्था छैन ।

24 तिनीहरू जो ख्रीष्ट येशूका हुन् उनीहरूले आफ्ना शरीरलाई त्यसका लालसा

र दुष्ट अभिलाषाहरूसहित क्रुसमा टाँगेका हुन्छन् ।

25 यदि हामी आत्माद्वारा जिउँछौं भने, हामी आत्माद्वारा नै हिँडौं ।

26 हामी अहङ्कारी नबनौं; एक अर्कालाई रिस नउठाऔं; वा एक अर्काको ईर्ष्या नगरौं ।

## 6

1 भाइहरू हो, यदि कुनै मानिसले पाप गरेको फेला परेमा, तिमीहरूमध्येका आत्मिक व्यक्तिहरूले चाहिँ नम्रताको आत्मामा त्यस व्यक्तिलाई पुनर्स्थापित गर्नुपर्छ । तिमीहरू आफैं परीक्षामा नपर्नको निम्ति आफ्नो ख्याल गर ।

2 एक अर्काको भार उठाओ, र यसरी तिमीहरूले ख्रीष्टको व्यवस्थालाई पुरा गर्नेछौ ।

3 किनकि यदि कसैले आफू कुनै महत्त्वको नहुँदा नहुँदै पनि केही हुँ भनी ठान्दछ भने, त्यसले आफैँलाई धोका दिन्छ ।

4 हेरेकले आफ्नो कामको जाँच गर्नुपर्छ । तब मात्रै अरू कसैसँग तुलना नगरिकन पनि ऊ आफैँसँग गर्व गर्ने केही कारण हुन्छ ।

5 किनकि हेरेकले आफ्नो भार आफैँ उठाउनेछ ।

6 जसलाई वचन सिकाइएको छ, उसले शिक्षकसँग सबै असल कुराहरू बाँड्नुपर्छ ।

7 धोकामा नपर । परमेश्वरको ठट्टा हुँदैन । मानिसले जे रोप्दछ, त्यसले त्यही नै कटनी गर्नेछ ।

8 किनकि जसले आफ्नै पाप-स्वभावमा बिउ छर्दछ, त्यसले विनाशको कटनी गर्नेछ, तर जसले आत्मामा बिउ छर्दछ, त्यसले आत्माबाट अनन्त जीवनको कटनी गर्नेछ ।

9 हामी असल काम गर्न थकित नहोऔं, किनकि यदि हामीले हेरेस खाएनौं भने ठिक समयमा हामीले फसलको कटनी गर्नेछौं ।

10 त्यसकारण, हामीले मौका पाउन साथ, सबैको निम्ति भलाइ गरौं । विशेष गरी विश्वासको परिवारको निम्ति हामीले भलाइ गरौं ।

11 हेर मैले आफ्नै हातले कति ठुला-ठुला अक्षरहरूमा तिमीहरूलाई लेखिरहेछु ।

|

12 शारीरिक रूपमा प्रभाव पार्न चाहनेहरूले तिमीहरूलाई खतना गर्न बाध्य गराउँछन् । ख्रीष्टको क्रुसको खातिर सतावट भोग्नु नपरोस् भनेर मात्र तिनीहरूले यसो गर्छन् ।

13 किनकि खतना भएकाहरूले नै व्यवस्थाको पालन गरेका हुँदैनन् । बरु, तिमीहरूका शरीरका विषयमा घमण्ड गर्न सक्नु भनेर तिमीहरूको खतना भएको तिनीहरू चाहन्छन् ।

14 हाम्रा प्रभु येशू ख्रीष्टको क्रुसबाहेक मैले अरु कुनै कुरामा कहिल्यै गर्व गर्न नपरोस् । उहाँद्वारा नै म संसारको लागि र संसार मेरो लागि क्रुसमा टाँगिएको छ ।

15 किनकि न त खतना न बेखतना कुनै मूल्यको हो । बरु, नयाँ सृष्टि महत्वपूर्ण छ ।

16 यही नियमअनुसार जिउने सबैमा अनि परमेश्वरको इस्त्राएलमा शान्ति र कृपा रहोस् ।

17 अब उप्रान्त मलाई कसैले दुःख नदेओस्, किनकि म आफ्नो शरीरमा येशूका चिन्हहरू धारण गर्दछु ।

18 भाइहरू हो, तिमीहरूका आत्मामा हाम्रा प्रभु येशू ख्रीष्टको अनुग्रह रहोस् । आमेन ।

पवित्र बाइबल

**The Holy Bible in the Nepali language, Unlocked  
Literal Bible translation.**

copyright © 2019 Door43 World Missions Community

Language: नेपाली (Nepali)

Translation by: Door43 World Missions Community

Contributor: Aliya Shrestha, Ananda Khadka, Deepak Raj Giri, Devendra Bhattarai, Dinesh Rai, Diwash Tamang, Hari Prasad Regmi, Hum Lamtari, Krishna B Bahora, Kumar Bardewa, Mohan Rai, Nabin Darmali, Prem Krishna Maharjan, Ramesh Basnet, Salome Bhatta, Samuel Mabohang, Shailendra Subba, Sharan Kumar Rai, Simon Magarati, Titak Basnet, Utter Kumar Rai, Yogendra Thapa, Amos Gajmer, Hari Prasad Regmi, Lok Bahadur Sunuwar, Mrs. Sareeta Giri, Pastor Ait Bahadur Tumbahangphe, Jesus Family Church, Pastor Bishnu Basnet, Anugraha Jyoti Church, Pastor Philip Subedi, Rev. Rajendra Malla, Rev. Shiva Hari Bhattarai, National Churches Fellowship of Nepal, Rev. Sunder Bahadur Thapa

This translation is made available to you under the terms of the Creative Commons Attribution Share-Alike license 4.0.

You have permission to share and redistribute this Bible translation in any format and to make reasonable revisions and adaptations of this translation, provided that:

You include the above copyright and source information.

If you make any changes to the text, you must indicate that you did so in a way that makes it clear that the original licensor is not necessarily endorsing your changes.

If you redistribute this text, you must distribute your contributions under the same license as the original.

Pictures included with Scriptures and other documents on this site are licensed just for use with those Scriptures and documents. For other uses, please contact the respective copyright owners.

Note that in addition to the rules above, revising and adapting God's Word involves a great responsibility to be true to God's Word. See Revelation 22:18-19.

2020-06-10

---

PDF generated using Haiola and XeLaTeX on 18 Apr 2025 from source files dated 31 Aug 2023

f5ef3ec6-22be-58b2-a7e8-51ed3f6ae8c8