शिष्यता के अनिवार्य तत्व

आत्मिक अगुवाई के लिए अनिवार्य तत्व
अध्ययन निर्देशिका

मसीही चरित्र का विकास

पाठ 6: बुद्धि और आत्म–संयम

परिचय

यह पाठ मुलभूत अनुयायीपन मॉडयूल शीर्षक मसीही चरित्र का विकास का भाग है। जब मसीही लोग असफल हो जाते हैं और सेवकाई टुट जाती है, यह अक्सर अगुवें में चरित्र की कमी के कारण होता है। एक मसीही अगुवे को चरित्र के विकास को गंभीरता से लेना चाहिए, क्योंकि शिष्यता के लिए हमें मसीह के समान चरित्र में बढ़ने की आवश्यकता है। यह मॉडयूल कई मसीही चरित्र की जांच करेगी जो कि एक सेवक अगुवापन के विकास के लिए ज़रुरी है। हम देखेंगे कि इन चरित्रों के बारे में बाइबल क्या सिखाती है, और यीशु के उदाहरण और अन्य लोग उसका प्रदर्शन करते हैं। ईश्वरीय चरित्र सभी मसीह के चेलों के जीवन में स्पष्ट रुप से नज़र आना चाहिए, खासतौर पर वे जो दूसरों की अगुवाई करते हैं।

अध्ययन निर्देशिका का प्रयोजन है कि हर कोई स्वयं से विशिष्ट पाठों का गहराई से अध्ययन करें। पाठ का प्रयोग अन्य मुलभूत अनुयायी पाठ्यक्रम जैसे वीडियो और ओडियो रचना के साथ मिलाकर कर सकते हैं, जिसे आप www.dehindi.org प्राप्त कर सकते हैं।

बाइबल के हवालों को पवित्र बाइबल, बाइबल सोसाइटी ऑफ इण्डिया (बी.एस.आई.) से लिया गया है। इन हवालों को प्रकाशित करने की अनुमति ली गयी है। इसके सारे अधिकार आरक्षित हैं।

अन्य सभी सामग्री © 2019 ट्रांस वर्ल्ड रेडियो कनाडा है, और इसका उपयोग किसी भी तरह से किया जा सकता है, जब तक आप इसका उपयोग मसीह के लिए दुनिया तक पहुंचने के उद्देश्य से करते हैं और सामग्री के उपयोग के लिए शुल्क नहीं लेते हैं। अधिक लाइसेंस विवरण देखें: www.discipleshipessentials.org/licensing

मसीही चरित्र का विकास

पाठ 6: बुद्धि और आत्म–संयम

किसके बारे में है?

यह पाठ मसीही चरित्र की विशेषता बुद्धि और आत्मनियत्रंण की जांच करता है, कि कैसे यीशु और अन्य लोग बाइबल में उसका प्रदर्शन करते हैं, और कैसे हम उन सब का विकास अपने अंदर कर सकते हैं।

ताकि आप जाने...

जब हम यीशु के पीछे, संकरा मार्ग पर चलते हैं। यह मार्ग दो क्षेत्रों के बीच से सुरक्षित होकर जाता है, जो दिखने में सुखद और आकर्षित मार्ग है, लेकिन वो फंदों से भरा हुआ और उसका अंत विनाश होता है। जब हम अपने सही और गलत के ज्ञान पर भरोसा करते हैं, हम धोखा खा सकते हैं। लेकिन यदि हम बुद्धि को ग्रहण करते हैं हम परमेश्वर और उनके वचन की ओर मुड़ते हैं, और पवित्र आत्मा द्वारा दी गई समझ से हम बुद्धिमानी भरा चुनाव करते है। हर सदगुण के लिए आत्म–संयम की ज़रुरत है, जिसका अर्थ है हम परमेश्वर और दूसरों को अपने से पहला स्थान दें। आप किसी नेता, खिलाड़ी या अभिनेता के बारे में विचार कर सकते हैं, जिसने मूर्खतापूर्ण निर्णय लिया और बिना आत्मसंयम नहीं दिखाया। उसके क्या परिणाम हुए? बुद्धिमान बनें और अपने मसीही यात्रा में निरंतर आत्म–संयम का अभ्यास करें।

शुरुआत

1. यदि कोई सच में बुद्धि और समझ को पाना चाहता है तो क्या स्कूल जाना काफी है? क्या लोग कई डिग्री को पाकर भी 'बुद्धिमान' नहीं होते? क्यों कुछ लोग बुद्धिमान और कुछ नहीं होते?

2. किन क्षेत्रों में लोग आत्म–संयम को नियंत्रित कर पाना मुश्किल पाते हैं? क्या आदमी और औरत, बूढ़े और जवान, आपके समुदाय और अन्य के बीच परीक्षा में अंतर है?

अध्ययन

❖ **बुद्धिमानी और आत्म–संयम का सदगुणः** बुद्धिमानी भरा निर्णय और विचार को अक्सर बुजुर्गो का गुण माना जाता है। पूरे जीवनकाल के अनुभव के बाद, वे ज्ञान और दूरदृष्टि को प्राप्त करते हैं। लेकिन ये गुण केवल परिपक्व और बुजुर्गो तक ही सीमित नहीं है। यीशु ने अपने कार्यो और दृष्टिकोण से महान बुद्धि और आत्म–संयम का प्रदर्शन किया। परमेश्वर कहते हैं कि वे हमें बुद्धि प्रदान करेंगे यदि हम उनसे मांगते हैं, सो हमारे पास इसके ना होने का कोई बहाना नहीं! जब हम परमेश्वर की सच्चाई (जो उनके वचन में पाया जाता है) पर विश्वास करते हैं और उसके अनुसार से कार्य करते हैं, तब हमें दोनों बुद्धि और आत्म–संयम प्राप्त होता है। बिना इनके, हमारा जीवन मूर्खता और दर्द भरी गलतियों के खतरे में रहता है जो कि हमें विनाश और निंदा की ओर ले जाता है।

❖ **बुद्धिः** कोई जो बुद्धिमान है वो जानता है कि क्या करना है और दूसरों को क्या कहना है। उन्हें पता होता है कि सही क्या है, और परमेश्वर की इच्छा को समझ पाते हैं। ये सुनने में अविश्वनीय लगे, है ना? लेकिन बुद्धि हर किसी के लिए उपलब्ध है जब हम परमेश्वर से मांगते है।

➢ बाइबल बुद्धि के बारे में कहती है, और उसका सच्चा स्रोत क्या है? याकूब 1:5 और इफिसियों 1:16–19 को पढ़े। इन पदों के अनुसार बुद्धि का क्या आधार है?

➢ **बुद्धि अनभिज्ञता नहीं है–** बुद्धि को पाने के लिए परमेश्वर की सच्चाई को खोजने की आवश्यकता है– बुद्धि का स्रोत। उसके लिए समय और मेहनत की आवश्यकता है। व्यक्ति जो बाइबल नहीं पढ़ता (या जो जल्दी से बिना अध्ययन और मनन किये पढ़े) वो अज्ञान रह जाता है। वे परमेश्वर को सत्यता के श्रेष्ठ स्रोत मानने से इंकार कर देते हैं। हम अज्ञानी हैं यदि हम सोचते हैं कि हम परमेश्वर के बिना ही बुद्धिमान हो सकते हैं।

➢ **बुद्धि मूर्खता नहींः** कुछ लोगों ने परमेश्वर की बुद्धि और सच्चाई को सुना है लेकिन वे उसे नहीं सुनते। जब हम सच्चाई को जान जाते हैं लेकिन उसकी उपेक्षा या इंकार करते हैं, तो हम मूर्ख है। परमेश्वर हमें अपने वचन, विश्वासियों के समुदाय और पवित्र आत्मा के द्वारा बुद्धि प्रदान करते हैं। जब हम अपने आप निर्णय झुठे आधार पर या अपने भावनात्मक स्थिति पर बनाते हैं, हम मूर्ख बनते हैं। हम शायद इसका भी इंकार कर दें कि सच्चाई जैसी कोई चीज़ भी है या फिर बुद्धि को क्षणभर की चाहत के तुल्य समझे।

➢ **बुद्धि सच्चे विश्वास को थामे रहना हैः** बुद्धिमान व्यक्ति परमेश्वर के वचन के ज्ञान और उसके सही प्रयोग के खोज में लगे रहते हैं। वे बुद्धि का प्रदर्शन अपने व्यवहार और कार्यो के द्वारा करते हैं। वे दूसरों के द्वारा दी सलाह को धीरज के साथ सुनते हैं और निर्णय लेने से पहले उचित सूचना को एकत्र करते हैं। वे परमेश्वर की इच्छा और दूसरों की भलाई को अपने आराम या भावना से पहले रखते हैं।

- बुद्धि के सदगुण को अपने जीवन में विचार करें। दिये गये पद बुद्धि के बारे में क्या फायदें बताते हैं?

नीतिवचन 18:15	
नीतिवचन 19:20	
नीतिवचन 3:13–18	

- कैसे बिना घमंडी हुए या दूसरों को अपना बुद्धिमान होना दिखाये बगैर बुद्धि को प्रदर्शित कर सकते हैं? बुद्धि को प्रेम के साथ अभिव्यक्त करना क्यों महत्वपूर्ण है?

- जब हम परमेश्वर की तरफ से आयी बुद्धि का प्रयोग करते हैं जो परमेश्वर को आदर और दूसरों की मदद करता है, उसके क्या परिणाम होते हैं? क्या परमेश्वर की बुद्धि संसार के मूर्खो के द्वारा स्वीकार किया जाता है?

- **यीशु के जीवन में बुद्धिः** यीशु केवल उन आश्चर्यकर्म के लिए ही नहीं, पर अपनी शिक्षा के लिए भी जाने जाते हैं। उन्होंने लोगों को वचन के बारे में समझाया, और उनके अर्थ भी स्पष्ट किये। उनके जीवन का चित्रण उनके बोलने और सत्यता में जीने के द्वारा होता है। वो व्यक्ति जो इस बुद्धि को दर्शाता है उसमें सेवक का हृदय है, परमेश्वर का स्वस्थ भय है और वो परमेश्वर के राज्य का निर्माण करना चाहता है।

  - **यीशु ने अपने शिक्षा के द्वारा बुद्धि का प्रदर्शनः** अपनी जवानी से, यीशु ने परमेश्वर के सत्य का प्रदर्शन किया। वो वचन को जानते थे क्योंकि उन्होंने उसका अध्ययन किया था और उन्हें सीखा था जब वे बहुत छोटे थे। यीशु ने परमेश्वर की व्यवस्था का सही समझ लोगों को दी, जिसके लिए स्वयं परमेश्वर से बुद्धि की आवश्यकता होती है। यीशु ने सिखाया की सत्य को सुनना और उस पर कार्य करना एक चट्टान के ऊपर घर बनाने के समान है। वे वहां पर कठिन समय के आने पर सुरक्षित रहेंगे (लूका 2:46–50, मत्ती 5:21–22, मत्ती 7:24)।

- **यीशु ने परीक्षा के समय बुद्धि का प्रदर्शन कियाः** यीशु की सेवकाई की शुरुआत में, उनका शैतान के द्वारा परीक्षा लिया गया। शैतान ने परमेश्वर के ही वचन को उन्हें परी क्षा में डालने के लिए प्रयोग किया– लेकिन यीशु के पास परमेश्वर की बुद्धि थी, वे शैतान के द्वारा सत्य को तोड़–मरोड़कर पेश करने के बारे में समझ जाते हैं। यीशु कमज़ोर नहीं थे कि वे उसके छल की बातों में आ जाते या वचन का गलत प्रयोग करते। यीशु ने झुठ को सत्य से सही किया, ऐसा करके उन्होंने दर्शाया कि वे अधिकार के साथ शिक्षा देने और दूसरों को बुद्धि के मार्ग पर ले जाने के योग्य हैं (मत्ती 4:1–11)।

- मत्ती 4:1–11 को पढ़े। यीशु ने शैतान के झुठ से कैसे सामना किया जब वे परीक्षा में पड़े थे? कैसे उस बुद्धिमानी का प्रदर्शन हुआ?

- **यीशु ने अपने रिश्तों में बुद्धि का प्रदर्शन कियाः** यीशु ने अपनी बुद्धि का प्रदर्शन लोगों को और उनके असली नीयत को समझने में किया। वे झुठ और सत्य को समझ पा सकते थे–जो पवित्र आत्मा हमें भी मदद करते हैं। यीशु ने अपने चेलों को बताया कि वे सत्य है। उन्होंने अपनी बुद्धि को दूसरों की सेवा में लगाया (यूहन्ना 2:24, लूका 10:38–42, यूहन्ना 14:6, यूहन्ना 4:29)।

❖ **बाइबल से बुद्धिमानी के उदाहरणः** बाइबल में कई लोग परमेश्वर के सत्य को सुनते हैं। कभी ये व्यवस्था के द्वारा, भविष्यद्वक्ता, द्वारा या फिर यीशु की शिक्षा के द्वारा आया। जब वे परमेश्वर की सत्यता पर चलते हैं, वे बुद्धिमानी में भी बढ़ते हैं। बुद्धि को पाने के लिए इन पुरुषों और स्त्रियों को वचन से अध्ययन करना पड़ा और सावधानी के साथ अपनी परिस्थियों में उसे प्रयोग किया।

- **सुलैमान, बुद्धिमान मनुष्यः** कोई भी बाइबल में बिना राजा सुलैमान का नाम लिये बुद्धि की बात नहीं कर सकता। वो परमेश्वर से बुद्धिमानी और समझ को मांगता है ताकि वो बुराई और भलाई में फर्क कर सकें। परमेश्वर उसकी इच्छा को पूरा करते हैं और कहते हैं कि उसके समान कोई भी बुद्धिमान नहीं होगा। सुलैमान अपने लोगों के लिए बहुत महान कार्य करता है। दुर्भाग्य से, सुलैमान सही और गलत में फर्क जानता था, लेकिन वो हमेशा उस पर नहीं चला। उसका हृदय विभाजित था, और वो धार्मिक परमेश्वर की खोज नहीं करता। इससे हम आश्चर्यचकित हो जाते हैं कि कैसे वो परमेश्वर से दूर हो गया! सुलैमान 'मूर्ख' बन गया– वो सत्य को जानता था लेकिन उस पर नहीं चलता। परमेश्वर ने उसे आज्ञा दी की कोई पराये जाति की स्त्री से विवाह न करना और झुठे देवता की आराधना न करना, लेकिन सुलैमान उनकी आज्ञा को तोड़ता है। सुलैमान का स्वयं का नीतिवचन निर्देशों पर ध्यान न देने को लेकर चेतावनी देता है! बुद्धि की उपेक्षा मूर्खता है, जो पतन को ले जाता है (1 राजा 3:9–12, 1 राजा 3:28, 1 राजा 10:1–5, 1 राजा 11:1–10, नीतिवचन 19:27)।
- **पूर्व के ज्योतिषी, बुद्धिमान पुरुषः** बाइबल में कुछ पुरुषों को उनके बुद्धि के द्वारा उल्लेख किया गया है–बुद्धिमान पुरुष जो यीशु के जन्म के दौरान आते हैं। ये बुद्धिमान पुरुष 'पूर्व' में रहते थे और कुछ बाइबल के विद्वान उन्हें बेबीलोन में बंधुवाई में गये यहूदी

मानते हैं। उनकी महान बुद्धि का प्रमाण लोगों के साथ बात करते समय परमेश्वर के वचन की जानकारी से होता है। उन लोगों ने तारों का अध्ययन कर मसीहा के आने का चिन्ह पा लिया था। उन सारी बुद्धि से वे समझ जाते हैं कि यीशु पैदा हो गये हैं और उन्हें ढुंढ़ने के लिए यात्रा पर चल पड़ते हैं। हेरोद बुद्धिमान पुरुषों को बेवकूफ नहीं बना पाता, और वे परमेश्वर से वापस न जाकर यीशु के होने की जानकारी न देने की चेतावनी पर ध्यान देते हैं। वे परमेश्वर के वचन को समझने और आज्ञापालन करने पर महत्व देते हैं (मत्ती 2:1–12)।

➢ इन उदाहरणों में से कौन सा उदाहरण आपको सबसे अलग लगा? आप बुद्धिमानी के बारे में क्या सीखते हैं और कैसे उसे अन्य सदगुणों के साथ प्रयोग कर सकते हैं?

❖ **आत्म–संयमः** यह सदगुण कई सारे अन्य सदगुणों पर चलने के लिए आवश्यक हैं। जब हम आत्म–संयमी होते हैं, हम अपने मूल्यों और विश्वास में बने रहते हैं, ना की भावना और शारीरिक अभिलाषाओं में बह जाते हैं। आत्म–संयम हमें सही काम करने में मदद करती है। यह कार्य बुद्धि से संबंधित है। आत्म–संयम हमें न केवल विनाशकारी बुराईयों से बचाता है, बल्कि हमें खाने–पीने, यौन सबंध, भावनाओं के आवेश और कड़वे शब्दों का प्रयोग करने से भी बचाता है। ये हमें धार्मिकता और चीज़े जिससे हमारा निर्माण होता है, ना कि विनाश को पाने के लिए प्रेरित करता है।

➢ बाइबल आत्म–संयम के महत्व के बारे में क्या कहती है? नीतिवचन 25:28 को पढ़े। असंयमी व्यक्ति कैसा होता है?

➢ **आत्म–संयम दुविधा में पड़ना नहीं हैः** 'निष्क्रियता' भी चुनाव है, और ये शायद मूर्खता भरा है। जबकि आत्म–नियंत्रण और व्यक्तिगत अनुशासन अच्छा है, और हमें अपने आपको नहीं रोकना चाहिए जब परमेश्वर कोई कार्य हम से कराना चाहते हैं। जो हमें करना चाहिए वो नहीं करना भी पाप है, और मूर्खता है! आत्म–संयमता न केवल गलत कदम उठाने से रोकती है, बल्कि वो हमें सही कदम उठाने में मदद करती है।

➢ **आत्म–संयम आवेश से भरा नहीं होताः** जब हम आवेश में आकर काम करते हैं, सावधानीपूर्व सोचकर और समझकर कार्य करने की बजाये, हम अपनी भावनाओं और वृति को हमारा मार्ग दिखाने की अनुमति देते हैं। आत्म–संयम आवेश में नहीं आता। वो शायद जल्दी कार्य करें, लेकिन हमेशा उद्देश्यपूर्ण होता है। हालांकि भावनाएं अच्छे और स्वस्थ होते हैं, वे तर्क बुद्धि के साथ मिला होना चाहिए ताकि सही निर्णय लिया जा सकें।

- **आत्म–संयम व्यवस्थानुसार नहीं होताः** मनुष्य के द्वारा बनाये नियम और आत्म–संयम एक नहीं है। व्यवस्था बाहरी रुप से हमें पाप करने से भले ही रोकें लेकिन वे हमारे हृदय को परमेश्वर के सामने धार्मिक नहीं बना सकते। हमें परमेश्वर की आत्मा की आवश्यकता है ताकि हम अंदर से बदल सकें, ना कि व्यवस्था की जो केवल हमारे बाहरी व्यवहार को प्रभावित करता है।

- **आत्म–संयम हमारे स्वयं के आवेश को मूर्ख दिशा में जाने से रोकता हैः**अक्सर आवेश हमारे शारीरिक, पापी स्वभाव से आता है। हमें बुद्धि की आवश्यकता है ताकि हम सही और गलत में पहचान कर सकें, और आत्म अनुशासन ताकि हम सही चुनाव कर सकें। परमेश्वर के पवित्र आत्मा द्वारा हमारे पास अपने आपको नियंत्रित करने का सामर्थ है।

- अपने जीवन में आत्म–संयम के सदगुण पर विचार कीजिए? परमेश्वर हमारे लिए आत्म–संयम को क्यों चाहते हैं? परमेश्वर कैसे हमें आत्म–संयमी होने में मदद करते हैं? उन पदों में से जो कुछ आपने सीखा उसको लिखिए।

2 पतरस 1:5–7	
2 तीमुथियुस 1:7	
तीतुस 2:11–14	

- कब आप आसानी से परीक्षा में पड़ जाते हैं (अपने आप में कम नियंत्रित)? कुछ लोगों के लिए, ये भुख, थकान, प्यास, अकेलापन, बोरियत या डर में होता है।

- सच्चा आत्म–संयम और साधारण रुप से व्यवस्था और नियम का पालन करने में क्या भिन्नता है? क्या व्यक्तिगत नियम के बनाने से आत्म–संयम बनने में सहायता मिलती है? नियम और कानुन की क्या सीमाएं हैं?

- आपके जीवन के कौन से क्षेत्र में आपको आत्म–नियंत्रण रखने में परेशानी होती है? कौन से क्षेत्र में आत्म–संयम रखना आसान है? (इस पर विचार करें: पैसो खर्च करना, यौन गतिविधियां, खाना, शारीरिक देखभाल, क्रोध पर नियंत्रण, क्रोध पूर्ण शब्द, गपशप, झुठ, बेमानी से लाभ कमाना, आदि।)

❖ **यीशु के जीवन में आत्म–संयमः** हम सोचते हैं कि यीशु को आत्म–संयम को लेकर संघर्ष नहीं करना पड़ा होगा क्योंकि वे सिद्ध थे, और कभी परीक्षा में नहीं पड़े। लेकिन बाइबल बताती है कि यीशु हर तरह से परीक्षा से गुजरे जिससे हम गुजरते हैं, और वे हमेशा परमेश्वर की इच्छा के आज्ञाकारी रहें, भले ही वो कितना भी दुखद, मुश्किल और शर्मनाक रहा हो।

➢ **यीशु की परीक्षा हुई लेकिन उन्होंने नियंत्रण नहीं खोयाः** भले ही यीशु अलग समय और स्थान में रहें, लेकिन उनकी परीक्षा हमारे समान ही थी। उनमें शायद परिवार की चाहत हो जिसे वे सेवकाई के कारण पूरा नहीं पाये होंगे। परमेश्वर का वचन कहता है कि यीशु हर तरह से परीक्षा में पड़े लेकिन पापरहित रहें! निरंतर परीक्षा में पड़ना और हार न मानना बहुत मुश्किल है और लहू बहाने और मृत्यु तक परीक्षा में पड़ना और भी अधिक मुश्किल (इब्रानियों 4:15)।

➢ **यीशु ने अपने सामर्थ को ज़रुरत अनुसार रोकाः** यीशु के पास सारे संसार का सामर्थ और अधिकार था। उन्होंने तूफान को रोका, मरे हुओं को जिलाया और बीमारों को चंगा किया। लेकिन फिर भी उन्होंने उन लोगों को नाश नहीं किया जो उनका विरोध करते, मज़ाक उड़ाते या पिता का इंकार करते थे। कल्पना कीजिए आपके पास सारा सामर्थ और योग्यता है और कोई आपके रास्ते में खड़ा हो जाये! कितना आत्म–संयम की अपने आपको रोकने के लिए ज़रुरत पड़ेगी? (फिलिप्पियों 2:1–11, मत्ती 28:18)।

➢ **यीशु के पास आज्ञापालन की योग्यता थीः** यीशु न केवल पाप और दुष्टता से बचे रहें, उनमें आत्म–संयम था जिससे वे निरंतर पिता की आज्ञापालन करते। भले ही वे व्यस्त थे और सब उनसे मिलना चाहते थे, वे हमेशा प्रार्थना और पिता के साथ अकेले समय बिताने का समय निकालते और उनकी इच्छा को खोजते। वे कभी भी अपने लिए महिमा नहीं खोजते, लेकिन पिता को महिमा देते (फिलिप्पियों 2:8, इब्रानियों 10:7)।

➢ यीशु परमेश्वर है, उनकी दिव्यता पृथ्वी में सीमित था ताकि वे मनुष्य के रुप में अपना मिशन पूरा करने के जीवन व्यतीत कर सकें। ये कैसे यीशु के आत्म–नियंत्रण की योग्यता को प्रदर्शित किया?

❖ **बाइबल से आत्म–संयम के उदाहरणः** पुरुषों और स्त्रियों ने बाइबल में उल्लेखनीय रुप से आत्म–संयम का उदाहरण दिया। वे अपने स्वयं के आवेश और भावना पर भरोसा नहीं करते। आत्म–संयम के साथ, वे कई मुश्किल परिस्थितियों का सामना करते हैं और परमेश्वर के आदर और अपने विश्वास में खड़े रहते हैं।

- **दानियेल, शद्रक, मेशक और अबेदनगोः** ये चार युवक महान आत्म–संयम का प्रदर्शन कई तरह से और खतरनाक परिस्थिति में करते हैं। जब परमेश्वर के लोग बेबीलोन में बंधुवाई में जाते हैं, ये चार युवक राजमहल शिक्षा और बेबीलोनी रीति के अनुसार बढ़ाये जाने के लिए जाते हैं। वे विश्वास करते हैं कि राजा के मेज से आया भोजन अशुद्ध है और वे आत्म–नियंत्रण के साथ साग–पात खाना चुनते हैं। बाद में, राजा की मूर्ति को आराधना न करने के कारण शद्रक, मेशक और अबेदनगो को आग में फेंक दिया जाता है। परमेश्वर आश्चर्यजनक रुप से उन्हें बचाते हैं। उस देश के कानुन के अनुसार मनाही होने पर भी दानियेल निरतंर परमेश्वर से प्रार्थना करता है, जिसके कारण उसे शेरों के आगे फेंक दिया जाता है। लेकिन परमेश्वर उसे बचा लेते हैं (दानियेल 1:8–21, दानियेल 2:46–49, दानियेल 6:10, 16:22)।

- **यूसुफः** यूसुफ को उसके भाई दास के रुप में बेच देते हैं। उसे मिस्र ले जाया जाता है और पोतीपर नाम के एक व्यक्ति को बेच दिया जाता है। अपने जीवन के दुख को गिनने के बजाये वो अपने नये मालिक की ईमानदारी के साथ सेवा करता है और परमेश्वर के विश्वासयोग्य रहता है। पोतीपर उसके मेहनत को देखकर उसे अपने घर में भण्डारी का काम सौंपता है। पोतीपर की पत्नी उसके प्रति आकर्षित होती है और वो उसके साथ व्याभिचार करने की कोशिश करती है। लेकिन, यूसुफ उसका विरोध करता है और भाग जाता है, उसके कारण उसे अपनी नौकरी खोनी पड़ती और जेल जाना पड़ता है। आत्म–नियंत्रण यूसुफ की परमेश्वर के प्रति सच्चा रहने में मदद करता है। भले ही इसके लिए उसे मुश्किल राह से गुजरना पड़ता है। उसे आश्वासन था कि परमेश्वर हमेशा उसके साथ है (उत्पत्ति 39:4–21)।

- इन उदाहरणों में से कौन सा उदाहरण आपको सबसे अलग लगा? आपने परीक्षा का सामना करने और अपने जीवन को आत्म–संयम के लिए जोखिम में डालने के बारे में क्या सीखा?

- **अपने स्वयं की बुद्धि और आत्म–**संयम **का मूल्यांकन कीजिएः** जब हम बुद्धिमान और आत्म–नियंत्रित होते हैं परीक्षा हमें हरा नहीं सकती। मसीही लोग जिनके पास बुद्धि और आत्म–नियंत्रण है वे एक उदाहरण का जीवन जीते हैं। परमेश्वर के वचन के सामर्थ से हम बदलते हैं, और परमेश्वर की आत्मा से हम बचाये जाते हैं, उन सबकी सहायता से ही हम इन गुणों को विकसित कर सकते हैं।

  - इन सदगुणों के अभ्यास करने में जो मुश्किलें आयेंगी उन पर विचार कीजिए। हमारे कार्य हमारे विश्वास का सीधा परिणाम है। क्या आपका सत्य पर विश्वास परमेश्वर के वचन पर आधारित है? इन पदों पर विचार कीजिएः

नीतिवचन 3:13–18	
यूहन्ना 17–17	

यूहन्ना 8:32	
1 कुरिन्थियों 13:4–6	

- दिये गये दृष्टिकोण और व्यवहार पर विचार कीजिए, जो मूर्खता या आवेशपूर्णता का प्रतिनिधित्व करते हैं। क्या ये सब आपके जीवन में जाहिर हैं? क्या आपका चुनाव परमेश्वर की सच्चाई की जगह संसार की उम्मीदों या फिर आपकी भावनाओं पर आधारित है? क्या आप परमेश्वर की इच्छा की उपेक्षा करने का चुनाव करते हैं क्योंकि ये सुविधाजनक नहीं है?

    - दूसरों को देखना ताकि वे आपकी योग्यता को परिभाषित करें
    - ज़रुरत से ज़्यादा खाना–पीना, काम करना, कुछ भी अति
    - पैसा खर्च करना, बेहतर महसुस करने के लिए सामान खरीदना
    - अनैतिक शारीरिक सबंध बनाना या अश्लील वीडियों देखना
    - परमेश्वर की बजाये, सहकर्मियों या परिवार के सदस्यों को खुश करने का चुनाव करना
    - परमेश्वर की सेवा न करने के बहाने बनाना
    - गपशप मारना, गंदी बाते करना, शिकायत या निंदा आदि करना
    - पाप को अपने जीवन में स्थान देना
    - कार्यो के प्रति निर्णय न लेना और अच्छे मौके चले जाते हैं
    - पवित्र आत्मा जो आप के अंदर है, परमेश्वर के वचन की सत्यता के बजाये पाप से बचने के लिए नियम–कानुन पर भरोसा करना
    - अक्सर कार्य शुरु करके खत्म न करना
    - परमेश्वर के वचन के अध्ययन की उपेक्षा

- *हमें क्यों अपने भावना पर आधारित निर्णय लेने में सावधान रहना चाहिए?*

- एक व्यक्ति बिना आत्म–संयम और बुद्धि के किन मुश्किलों का सामना करेगा? परमेश्वर बुद्धि और आत्म–संयम को पाने में कैसे मदद करते हैं?

सारांश में

- बुद्धि और आत्म–संयम सदगुण है जिस के लिए हमें परमेश्वर का सत्य और कार्य में विश्वास करना होगा। बुद्धि सच्चे विश्वास को थामे रहना है। परमेश्वर की बुद्धि प्राप्त व्यक्ति परमेश्वर की इच्छा और दूसरों की भलाई को अपने स्वयं के व्यक्तिगत आराम से पहले रखते हैं।

- आत्म–सयंम आवेश आना नहीं है या नियम कानून मानने वाले हैं, ना ही वे बाहरी नियमों से बांधे है। बल्कि, वे बुद्धि को हम परिस्थिति में प्रयोग करते है और उस अनुसार कार्य करते हैं।

प्रतिछाया प्रश्न

नीचे दिए परिस्थिति पर विचार करें। प्रत्येक, इन प्रश्नों पर विचार करेः

- आपका इस परिस्थिति में क्या स्वाभाविक प्रतिक्रिया होगा?
- कोई बुद्धिमान और आत्म–संयमी कैसे इस परिस्थिति में प्रतिक्रिया देगा?
- मसीही–समान चरित्र के प्रदर्शन के क्या परिणाम होंगे?

आपको कलीसिया के मरम्मत और सुरक्षा आदि के लिए लोगों को काम में लगाने की ज़िम्मेदारी दी गई हैं। आपके कुछ रिश्तेदार वहां पर काम करते हैं, लेकिन वे हमेशा काम पर नहीं आते। आप मानते है कि बेमानी उनका भाग है; लेकिन वे परिवार है और उन्हें पैसों की ज़रुरत है सो आप उन्हें काम से नहीं निकालते।

आप को बाइबल पढ़ने और अध्ययन करने के लिए समय नहीं मिल पाता। काफी समय हो गये हैं जब आपने परमेश्वर के साथ अच्छा समय बिताया हो, भले ही आप जानते हैं कि वो आप से कुछ चाहते हैं।

आपको कुछ काम करने हैं जिसके लिए आप उत्साहित नहीं हैं। आपने उसे लम्बें समय से विलम्ब कर रखा है, और हर बार आप जब उसे करने की कोशिश करते हैं कुछ अन्य मज़ेदार काम आ जाता है। वो काम आपके परिवार के सदस्य के लिए ज़रुरी है, और केवल आप ही उसे कर सकते हैं।