

普通话本

Language: 普通话 (Mandarin)

Provided by: Bible League International.

Copyright and Permission to Copy

Taken from the Chinese Easy-To-Read Version © 1999, 2015 by Bible League International.

PDF generated on 2017-08-22 from source files dated 2017-08-22.

bdb32995-f4ba-56e2-91a0-dc951ee9a4e2

ISBN: 978-1-5313-1304-3

以弗所书

1 我，保罗，奉上帝的旨意成为耶稣基督的一名使徒*，写信给在以弗所†的上帝的圣民和耶稣基督的信徒。

²愿来自我们的父上帝和主耶稣基督的恩典与和平属于你们。

基督之中属灵的祝福

³祝福上帝—我们的主耶稣基督之父。在基督里，上帝赐给了我们天堂里所有属灵的祝福。⁴在基督里，上帝在创世前就拣选我们，让我们在他面前成为圣洁和无瑕的人。⁵上帝爱我们，因此预先决定通过耶稣基督收养我们做他的儿女，这是上帝的意愿，这使他喜悦。⁶他这么做，使荣耀的恩典得到赞美，他把这恩典在自己的爱子里无偿地赐给了我们。

⁷在基督之中，我们凭借他的血的祭献享有自由，罪孽得到赦免，是由于他那丰富的恩典所赐。⁸上帝把那恩典无偿地、完全地赐给了我们。用全部的智慧与感悟，⁹他让我们知道了他的奥秘，这是上帝的意旨，他已计划通过基督去完成它。¹⁰上帝的目的是，在适当的时刻使天上、地上的一切都归于基督之中。

¹¹在基督之中，我们被选中成为上帝的子民，这是事先预定的，万物都是按照他的旨意来完成的。¹²我们犹太人是第一批寄希望于基督的人，我们受选为的是能够把赞美带给荣耀中的上帝。¹³你们也是如此，你们听到了这真理的信息，即关于拯救你们的福音，而且信了基督。在基督中，上帝用赐给你们他应许过的圣灵，给你们盖上了印记。¹⁴圣灵是我们继承上帝所应许之物的保证，直到上帝把自由赐给他的子民为止，其目的是让我们所有人把赞美带给荣耀中的上帝。

保罗的祈祷

¹⁵为此，自从我听到你们对主耶稣的信仰和对上帝所有子民的爱，¹⁶我就不停地在我的祈祷中提到你们，为你们感谢上帝。¹⁷我向我们的主耶稣基督的上帝，荣耀的天父祈祷，祈求他赐给你们属灵的智慧力量和对天父认识的启示。

¹⁸我请求你们的心扉能被打开，能看到光明，使你们知道他呼唤你们得到的盼望是什么，还使你们知道他赐给所有子民的财产是多么的丰富与荣耀。¹⁹他的力量对于我们信徒来说，是如此地不可比拟，他的力量就如同他用来²⁰让耶稣从死里复活，并让他在天堂里坐在他右侧的伟大力量一样。²¹上帝置基督于所有的统治者、权威、权势和领主之上，置他于一切能被授予的头衔之上，不仅在今世，在来世也是如此。²²上帝置一切于基督的权力之下，并使他成为教会的元首统治一切。²³教会是基督的身体，教会充满了基督，他使一切事物在各方面都很完美。

从死到生

2 过去，你们因为罪孽和忤逆，在心灵上死了。²过去你们生活在这些罪恶之中，过着世人所过的生活，并且服从这个世界邪恶力量的统治者，就是现在正活动在那些不服从上帝的人之中的那个灵。³过去，我们也生活在这些人之中，放纵我们自私的欲望，做我们自私的欲望和内心所想的事，所以，就像世上其他的人一样，我们注定要经历上帝的愤怒。

⁴但是，上帝的仁慈是非常宽厚的，他对我们的爱是博大的。⁵当我们在灵上因为犯罪而死的时候，上帝让我们与基督一起得到了新的生命，他的恩典拯救了我们。⁶上帝让我们与基督一起复活，并在天堂里与他同坐在他的宝座上，因为我们在基督耶稣之中。⁷上帝这么做，为的是要在未来的日子里能够展示他无与

* 1:1 使徒 受耶稣所选，用特殊的方式来代表他的人。

† 1:1 一些古版本省略了以弗所。

伦比的恩典，上帝在基督耶稣里向我们显示了祂的仁慈。

⁸你们通过信仰得到拯救乃是上帝的恩典，这不是出自你们自己，而是来自上帝的恩赐，⁹因为不是你们做了什么，所以你们也就没有人能够夸口。¹⁰上帝是我们的创造者，祂在基督耶稣中创造了我们，以便我们去行善，上帝事先已准备好了这些善行让我们做。

在基督之中合为一体

¹¹因此，要记住，你们生来是非犹太人，是被那些自称为“受过割礼”的犹太人称为“没受过割礼的人”。（指由凡人之手操作的肉体手术。）¹²记住，过去你们没有基督，被排除在以色列人的团体之外，与上帝应许的契约无缘，你们生活在没有希望、没有上帝的世界里。¹³你们曾远离上帝，但是现在，在基督耶稣里，通过基督血的祭献，你们被带到了上帝的身边。

¹⁴因为基督本人就是我们和平的源泉，祂使两种人^{*}成为一个民族，祂用自己的身体推倒了使他们敌对的分裂之墙。¹⁵祂废除了律法及其条例和规则，以便使这两种人在祂之中融为一体，因此祂创造了和平。¹⁶祂通过死在十字架上结束两者之间的敌视。借助十字架上的死，祂使他们成为一体，得以和上帝重归于好。¹⁷因此，基督的到来，既向你们这些远离上帝的非犹太人传播了和平的福音，也向那些接近上帝的人传播了和平的福音，¹⁸因为，通过基督，在同一圣灵里我们双方都有权力来到父的面前。

¹⁹所以，你们非犹太人不再是异客和陌生了，而是上帝子民的同胞，你们属于上帝的家庭。²⁰你们是一座建立在以基督本人为主要基石、以使徒和先知[†]组成的基础上的建筑。²¹整座建筑由于基督而连为一体，并崛起成为主内的一幢圣殿。²²在基督里，你们这些人

和其他人被建造在一起，成为上帝通过圣灵居住的地方。

保罗向外族人传教

3因此，我，保罗为了你们非犹太人成为耶稣基督的囚徒。²你们肯定知道，上帝通过祂的恩典，赐给了我帮助你们的这项工作。³上帝通过启示让我获悉了祂的奥秘，正如我已简要地写给你们的那样。⁴你们如果读了，就会懂得我对基督奥秘中真理的见解。⁵这个奥秘以往没有向人类披露过，而现在，上帝通过圣灵把它启示给了祂的圣使和先知。⁶这个奥秘是：非犹太人和犹太人通过福音成为共同的继承人，他们是同一个身体的组成部分，共同分享着上帝在基督耶稣里许下的诺言。

⁷由于上帝的恩赐，我成了一名传播福音的仆人。这恩赐是上帝运用祂的力量赐给我的。⁸虽然我在上帝的子民里最微不足道，但是却蒙恩向外族人传播基督那丰富的、深不可测的福音，⁹让全人类都清楚上帝的奥秘，自古以来，万物的创造者上帝就把这奥秘隐藏起来，¹⁰以便现在通过教会[‡]让天界的统治者和有权有势的人明白祂的百般智慧。¹¹这和上帝的永恒目的是一致的，祂已在基督耶稣我们的主之中实现了它。¹²在基督之中，我们凭着对祂的信仰坦然无畏地来到上帝的面前。¹³因此我请求你们，不要因为我为你们遭受苦难而沮丧，我的苦难会给你们带来荣誉。

基督之爱

¹⁴因此，我在父面前下拜祈祷。¹⁵无论是在天上还是在地下，所有的家庭都从他那里领受到它的名。¹⁶我请求父用祂的伟大荣耀通过圣灵赐给你们力量让你们内心得以坚强。¹⁷我祈祷，通过信仰，基督将活在你们心中，并使你们的根基深植于爱中，¹⁸以便让你们和上帝的所有圣民都有能力去理解基督之爱的

^{*}2:14 两种人 即犹太人和非犹太人。

[†]2:20 先知 上帝的代言人。

[‡]3:10 教会 上帝的教会，在基督之中的祂的子民。

博大精深。¹⁹ 基督的爱比任何人所能知道的都要伟大。但是，我祈祷你们能够知道那种爱，以便你们能完全被上帝的丰富所充满。

²⁰ 上帝运用工作在我们之中的力量，能够成就远超过我们所求和所想的爱情。²¹ 愿在教会和耶稣基督之中的荣耀世世代代、永永远远属于他，阿们。

身体上的和谐

4 为了主我成为一名囚徒，现在我督促你们，你们的生活要无愧于你们从上帝那里领受到的召唤。² 要一直保持谦卑、温和，要有耐心，彼此以爱宽容对方。³ 尽力维持圣灵带来的团结，让和平把你们彼此联系在一起。⁴ 只有一个身体和一个圣灵，正如你们蒙召时有同一个盼望一样。⁵ 世上只有一位主、一个信仰、一个洗礼*，⁶ 只有一个上帝和天父，他统治一切，贯穿一切，在一切之中。

⁷ 我们每个人都得到了基督分配给我们的特殊恩赐。⁸ 所以《经》上说：“他升天时，带着他的俘虏，他还把恩赐予人民。”[†]

⁹ “他升天”这话是什么意思呢？它的意思是说：他先降到地下。¹⁰ 降下去的就是升到诸天之上的那位。他这么做，为的是他可以充满万物。¹¹ 基督恩准一些人成为使徒，一些人成为先知，一些人去传播福音，另一些人成为牧人和教师，¹² 以便让上帝的圣民做好准备，去做侍奉和加强基督身体的工作，¹³ 直到我们归于一个信仰，对上帝之子有统一的认识，成长为成熟的人，达到基督那样至善至美的境界。

¹⁴ 这样，我们才不再是婴儿，不再随波逐流，不再听任诡诈之人的各种学说的摆布。这些人擅长玩弄伎俩愚弄人们，使他们误入歧途。¹⁵ 相反，我们要满怀爱心去讲实话，在各方面都成长起

来，向基督看齐。基督是首脑，¹⁶ 整个身体都依赖着他，通过各个关节筋络彼此连接互相配合。当每个部分各自发挥其应有的作用时，就使整个身体在爱中得到成长和加强。

你们应有的生活方式

¹⁷ 因此，我以主的名警告你们，不要再像非教徒那样生活了，他们的思想毫无价值。¹⁸ 由于愚昧无知、刚愎自用和头脑糊涂，他们与上帝所赐的生命无缘。¹⁹ 他们没有廉耻感，沉溺于声色，毫无节制地干各种肮脏的勾当。²⁰ 但是，你们从基督那里学到的却不是这样。²¹ 我知道你们听说过他，你们在他之中，所以领受了这真理。是的，这真理在耶稣之中。²² 你们受到的教导是，要离弃你们旧的自我—不要再继续过以前的那种邪恶的生活。这旧的自我会越来越坏，因为人们被他们的邪恶欲念所愚弄。²³ 你们受到了教导，你们的内心要得以更新，²⁴ 要穿上新的自我，新的自我是按照上帝的形象所造的，要表现出真理所产生的正义和神圣。

²⁵ 因此要杜绝谎言，对人要以诚相待，因为我们都是同一个身体的组成部分。²⁶ “生气的时候，不要让它使你们犯罪，”[‡] 也不要生一整天的气。²⁷ 不要让魔鬼有机可乘。²⁸ 以往有偷窃行为的人，不可再偷窃。相反，他应该劳动，用自己的双手做些有益的事情，让有需要的人与自己同享。

²⁹ 不要说邪恶的话，只说有助于加强人们成长所需要的话，以便让听者受益。³⁰ 不要让上帝的圣灵悲伤，上帝赐给你们这灵作为你们属于他的证据。上帝会保佑你们平安，直到他使你们自由的那天。上帝赐给你们圣灵，表明他会在适当的时刻给你们自由。³¹ 不要刻薄、恼怒和怒气冲冲，不要喧嚷和诽谤，不要做任何邪恶的事情。³² 要仁慈

* 4:5 洗礼 希腊字，意为把人或东西短促地浸入、浸泡或没入水中。

† 4:8 引自旧约《诗篇》68:18。

‡ 4:26 引自希腊版本《诗篇》4:4。

相待，彼此相爱，要互相原谅，就如上帝在基督里原谅了我们一样。

5 你们是上帝钟爱的儿女，所以，要努力像上帝一样。²要过有爱心的生活，爱他人就如同基督爱我们一样，基督为了我们牺牲了自己—他是献给上帝馨香的供物和祭品。

³你们中间不可有不道德的性行为，不可有任何邪恶与贪婪，这些事在你们当中连提都不要提，因为你们是上帝的圣民*。⁴也不可说淫猥、愚蠢和粗俗的话，这些话不是你们该说的，相反，要说向上帝感恩的话。⁵你们必须知道，任何在性行为上不道德、不洁或贪婪的人（这种人等于偶像的崇拜者），都不会在基督和上帝的王国里占有一席之地。

⁶不要让任何人用空话欺骗你们，正是因为这些事，上帝的愤怒要降临到那些不服从的人身上，⁷因此不要成为这些人的同伙。⁸过去你们充满了黑暗，但是现在你们在主内充满了光明，要像属于光明的儿女那样生活。⁹光明带来了各种善良的、正义的生活和真理。¹⁰要努力寻求令主喜悦的事情。¹¹不但不要做笼罩在黑暗之中的无益的事情，而且还要揭露它们。¹²甚至连谈起别人所做的不光明的事都是可耻的。¹³但是，暴露在光明中的一切都变得清晰可见，¹⁴变得清晰可见的也都能成为光明，这就是为什么我们说：

“醒来，沉睡的人，
从死里复活，
基督会照亮你们。”

¹⁵所以你们的生活方式要谨慎，不要像愚昧无知的人而要像明智的人那样生活。¹⁶要充分利用每一个机会，因为现在的时代是邪恶的。¹⁷因此不要做糊涂人，要明白主的旨意是什么。¹⁸不要因酗酒而堕落，而要让圣灵充满你们。¹⁹要用诗篇、圣诗和灵歌相互交流，从

内心歌唱并且创作赞美主的音乐。²⁰要常以我们的主耶稣基督的名，感谢父上帝赐给我们的一切。

妻子和丈夫

²¹出于对基督的敬畏，你们要互敬互让。

²²妻子应该像顺从主一样顺从丈夫，²³因为丈夫是妻子的头，正如基督是教会的头一样。教会是基督的身体—基督是这个身体的救主。²⁴所以，就像教会服从基督一样，妻子在各方面也应该服从丈夫。

²⁵丈夫要爱你们的妻子，就像基督爱教会并为教会献出生命一样。²⁶他这么做是为了通过福音让教会在水中受到洁净，使教会变得神圣。²⁷他这么做是为了能够把教会作为一个容光焕发的新娘献给自己，她没有任何污点、皱纹和缺陷，是纯洁和无瑕的。

²⁸同样，丈夫也应该像这样爱自己的妻子，他们应该像爱自己的身体一样爱自己的妻子，爱妻子就是爱自己。²⁹因为没有人憎恨自己的身体，每个人都保养和照料着自己的身体，这也是基督为教会所做的事情，³⁰因为我们都是他的身体的组成部分，³¹正如《经》上所说：“所以，男人要离开父母与妻子结合，两人成为一体。”[†]³²这个奥秘非常重要—我谈论的是基督和教会。³³但是，你们每个人也必须像爱自己一样爱妻子，而妻子则必须尊重丈夫。

孩子与父母

6 做儿女的，要按照主所要求的那样孝顺父母，这是你们的本份。²⁻³“孝敬父母。”[‡]这条诫命伴随着一个许诺：“这样，你就会万事如意，在世间得以长寿。”[¶]

*5:3 上帝的圣民 上帝的子民被称为圣民，因为通过基督他们得以纯洁，他们只属于上帝。

† 5:31 引自旧约《创世纪》2:24。

‡ 6:2-3 引自旧约《出埃及记》20:12；《申命记》5:16。

¶ 6:2-3 引自旧约《出埃及记》20:12；《申命记》5:16。

⁴做父母的，不要激怒儿女，相反，要用主的教导来培养他们。

奴隶与主人

⁵做奴仆的，要满怀敬畏，真心实意地服从地上的主人，要用诚实的心去服从主人，就像你们服从基督一样。⁶不要只在别人注意你们时才工作以讨主人的欢心，而要像基督的仆人那样，全心全意地执行上帝的旨意。⁷你们要满腔热情地尽自己的本份，就像是在为主服务一样，而不仅仅是在为凡人服务。⁸记住，不论他是奴隶还是自由人，主都会按照他所行的善事回报他的。

⁹做主人的同样也要善待你们的奴仆，不要威胁他们，因为你们知道天堂里的那位既是你们的主人也是他们的主人，他一视同仁地对待每个人。

穿上帝的盔甲

¹⁰最后，要在主内用他的力量来巩固、加强自己。¹¹你们要用上帝所赐的盔甲全副武装自己，以便能抵御魔鬼的诡计。¹²因为我们不是在与人类作斗争，而是在与统治者、权威和这个黑暗时代的宇宙势力、以及天空里的邪恶的精神力量作斗争。¹³所以，要用上帝赐的盔甲全副武装自己，以便当邪恶的日子来临时，你们可以站稳立场，直到战斗结束。

¹⁴要站稳！要把真理像腰带一样系在腰上，还要把正义像护胸甲一样穿在身上，¹⁵脚上要穿上和平福音的鞋子，让它帮助你们站稳。¹⁶除此之外，要把信仰当做盾牌，用它能扑灭那邪恶者射来的所有燃烧着的火箭。¹⁷还要以拯救做头盔，以上帝的话做圣灵的宝剑。¹⁸总是在圣灵中祈祷，用各种祷告祈祷，请求你们需要的一切，为此，你们要时刻准备好，决不放弃，总是为上帝所有的子民祈祷。

¹⁹也请为我祈祷，以便当我开口讲话时，上帝将赐给我话语，让我能够毫无畏惧地传播福音的奥秘。²⁰为了福音的缘故我成了身戴锁链的使者，请为我祈祷，当我传播福音时，让我无所畏惧地讲该讲的话。

最后的问候

²¹我派我们所爱的兄弟推基古到你们那里去，他在主的事业里是一名忠实的仆人。他会告诉你们我所遇到的一切，这样你们就知道我的情况和我所做的事情了。²²这就是我派他到你们这里来的目的，为的是让你们知道我们的情况，以便让他去鼓励你们。

²³兄弟姐妹们，愿你们享有来自上帝和主耶稣基督的信仰、和平与爱。²⁴愿上帝的恩典与那些永远爱我们的主耶稣基督的人同在。