

# 以弗所書

## 問安

<sup>1</sup> 奉 神旨意作基督耶穌使徒的保羅，寫信給住在以弗所，在基督耶穌裡忠心的聖徒。

<sup>2</sup> 願恩惠平安從我們的父 神和主耶穌基督臨到你們。

## 在基督裡屬靈的福分

<sup>3</sup> 我們主耶穌基督的父 神是應當稱頌的。他在基督裡，曾經把天上各種屬靈的福分賜給我們：

<sup>4</sup> 就如創立世界以前，他在基督裡揀選了我們，使我們因著愛，在他面前成為聖潔，沒有瑕疵。

<sup>5</sup> 他又按著自己旨意所喜悅的，預定我們藉著耶穌基督得兒子的名分，

<sup>6</sup> 好使他恩典的榮耀得著頌讚。這恩典是他在愛子裡賜給我們的。

<sup>7</sup> 我們在他愛子裡，藉著他的血蒙了救贖，過犯得到赦免，都是按著他豐盛的恩典。

<sup>8</sup> 這恩典是他用各樣的智慧和聰明，充充足足地賜給我們的；

<sup>9</sup> 他照著自己在基督裡預先安排的美意，使我們知道他旨意的奧祕，

<sup>10</sup> 到了所計劃的時機成熟，就使天上地上的萬有，都在基督裡同歸於一。

<sup>11</sup> 那憑著自己旨意所計劃而行萬事的，按著他預先所安排的，預定我們在基督裡得基業（“得基業”或譯：“成為 神的產業”），

<sup>12</sup> 藉著我們這在基督裡首先有盼望的人，使他的榮耀得著頌讚。

<sup>13</sup> 你們既然聽了真理的道，就是使你們得救的福音，也信了基督，就在他裡面受了所應許的聖靈作為印記。

14 這聖靈是我們得基業的憑據，直到 神的產業得贖，使他的榮耀得著頌讚。

### 保羅的祈禱

15 因此，我聽到你們在主耶穌裡的信心，和對眾聖徒的愛心，

16 就不住地為你們獻上感謝。我禱告的時候，常常提到你們，

17 求我們主耶穌基督的 神，榮耀的父，賜給你們智慧和啟示的靈，使你們充分地認識他，

18 並且使你們心靈的眼睛明亮，可以知道他的呼召有怎樣的盼望；他基業的榮耀，在聖徒中是多麼的豐盛；

19 神照著他強大的力量，向我們信他的人顯出的能力，是何等的浩大。

20 這力量運行在基督身上，使他從死人中復活，並且在天上坐在自己的右邊，

21 遠超過一切執政的、掌權的、有能的、作主的，和今生來世所能舉出的一切名銜。

22 神又使萬有都歸服在他的腳下，並且使他作教會至高的元首。

23 教會是他的身體，是那充滿萬有者所完全充滿的。

## 2

### 出死入生

1 你們因著自己的過犯和罪惡，原是死的。

2 那時你們在過犯和罪惡中行事為人，隨著時代的潮流，也服從空中掌權的首領，就是現今在悖逆的人身上運行的靈。

3 我們從前也都和他們在一起，放縱肉體的私慾，隨著肉體和心意所喜好的去行；我們與別人一樣，生來都是可怒的兒女。

4 然而 神滿有憐憫，因著他愛我們的大愛，

5 就在我們因過犯死了的時候，使我們與基督一同活過來，（你們得救是靠著恩典，）

6 又使我們在基督耶穌裡，與他一同復活，一同坐在天上，

7 為的是要在將來的世代中，顯明他在基督耶穌裡賜給我們的恩典，是多麼的豐盛。

8 你們得救是靠著恩典，藉著信心。這不是出於自己，而是 神所賜的；

9 這也不是出於行為，免得有人自誇。

10 我們原是 神所作成的，是在基督耶穌裡創造的，為的是要我們行各樣的善事，就是 神預先所安排的。

### 在基督裡合而為一

11 你們應當記得，你們從前按肉體來說是外族人；那些所謂在肉體上受過人手所行的割禮的人，稱你們為未受割禮的。

12 那時，你們是在基督以外，與以色列國無分，在帶有應許的約上是外人，在世上沒有盼望，沒有 神。

13 你們從前遠離的人，現今在基督耶穌裡，靠著他的血已經可以親近了。

14 基督就是我們的和平：他使雙方合而為一，拆毀了隔在中間的牆，就是以自己的身體除掉雙方的仇恨，

15 並且廢掉了律法的規條，使兩者在他裡面成為一個新人，這樣就締造了和平。

16 基督既然藉著十字架消滅了仇恨，就藉著十字架使雙方與 神和好，成為一體，

17 並且他來把和平的福音傳給你們在遠處的人，也給在近處的人。

18 我們雙方都藉著他，在同一位聖靈裡，可以進到父面前。

19 這樣看來，你們不再是外人和客旅，而是與聖徒一同作國民，是 神家裡的人了，

20 並且建造在使徒和先知的根基上，基督耶穌自己就是奠基石，

21 整座建築都靠著他連接配合，漸漸增長成為在主裡面的聖所。

22 你們在他裡面也一同被建造，成為 神藉著聖靈居住的所在。

### 3

#### 保羅把福音傳給外族人

1 因此，我這為你們外族人的緣故，作了為基督耶穌被囚禁的保羅，為你們祈求——

2 想必你們聽過 神恩惠的計劃，他為你們的緣故賜恩給我，

3 藉著啟示使我可以知道這奧祕，就像我以前在信中略略提過的。

4 你們讀了，就可以知道我深深地明白基督的奧祕。

5 這奧祕在以前的世代並沒有讓世人知道，不像現在藉著聖靈啟示了聖使徒和先知那樣。

6 這奧祕就是外族人在基督耶穌裡，藉著福音可以同作後嗣，同為一體，同蒙應許。

7 我作了福音的僕役，是照著 神的恩賜；這恩賜是按著他大能的作為賜給我的。

8 我本來比聖徒中最小的還小， 神還是賜給我這恩典，要我把基督那測不透的豐富傳給外族人，

9 並且使眾人明白那奧祕的救世計劃是甚麼（這奧祕是歷代以來隱藏在創造萬有的 神裡面的），

10 為了要使天上執政的和掌權的，現在藉著教會都可以知道 神各樣的智慧。

11 這都是照著 神在我們主基督耶穌裡所成就的永恆的旨意。

12 我們因信基督，就在他裡面坦然無懼，滿有把握地進到 神面前。

13 因此，我懇求你們，不要因著我為你們所受的苦難而沮喪，這原是你們的光榮。

### 基督的愛多麼長闊高深

14 因此，我在父面前屈膝，

15 （天上地上所有的家族都是由他命名的，）

16 求他按著他榮耀的豐盛，藉著他的靈，用大能使你們內在的人剛強起來，

17 使基督藉著你們的信，住在你們心裡，使你們既然在愛中扎根建基，

18 就能和眾聖徒一同領悟基督的愛是多麼的長闊高深，

19 並且知道他的愛是超過人所能理解的，使你們被充滿，得著 神的一切豐盛。

20 願榮耀歸給 神，就是歸給那能照著運行在我們裡面的大能，充充足足地成就一切，超過我們所求所想的。

21 願榮耀在教會中和基督耶穌裡歸給他，直到萬代，永世無窮。阿們。

## 4

### 肢體的聯繫

1 因此，我這為主被囚禁的勸你們：行事為人，要配得上你們所蒙的呼召，

2 凡事謙虛、溫柔、忍耐，用愛心彼此寬容；

3 以和睦聯繫，竭力持守聖靈所賜的合一。

4 身體只有一個，聖靈只有一位，就像你們蒙召只是藉著一個盼望。

5 主只有一位，信仰只有一個，洗禮只有一種；

6 神只有一位，就是萬有的父。他超越萬有，貫徹萬有，並且在萬有之中。

7 我們各人蒙恩，是照著基督量給我們的恩賜。

8 所以他說：“他升上高天的時候，擄了許多俘虜，把賞賜給了人。”

9 (“他升上”這句話是甚麼意思呢？他不是也曾降  
到地上嗎？

10 那降下的，就是那升到諸天之上的，為了要使他  
充滿萬有。)

11 他所賜的，有作使徒的，有作先知的，有作傳福  
音的，也有作牧養和教導的，

12 為的是要裝備聖徒，去承擔聖工，建立基督的身  
體；

13 直到我們眾人對 神的兒子都有一致的信仰和認  
識，可以長大成人，達到基督豐盛長成的身量；

14 使我們不再作小孩子，中了人的詭計和騙人的手  
段，給異教之風搖撼，飄來飄去，

15 卻要在愛中過誠實的生活，在各方面長進，達到  
基督的身量。他是教會的頭，

16 全身靠著他，藉著每一個關節的支持，照著每部  
分的功用，配合聯繫起來，使身體漸漸長大，在愛中  
建立自己。

## 要穿上新人

17 所以，我要這樣說，並且要在主裡肯定地說：你  
們行事為人不要再像教外人，存著虛妄的意念。

18 他們的心思昏昧，因為自己無知，心裡剛硬，就  
與 神所賜的生命隔絕了。

19 他們既然麻木不仁，就任憑自己放縱情慾，貪行  
各樣污穢的事。

20 但是你們從基督所學的，卻不是這樣。

21 如果你們聽了他，在他裡面受過教導，（因為真  
理是在耶穌裡的，）

22 就要除去你們那照著從前生活方式而活的舊  
人。這舊人是隨著迷惑人的私慾漸漸敗壞的。

23 你們要把心靈更換一新，

24 並且穿上新人。這新人是照著 神的形象，在公  
義和真實的聖潔裡創造的。

## 新人的表現

- 25 所以，你們要除掉謊言，各人要與鄰舍說真話，因為我們彼此是肢體。
- 26 生氣卻不要犯罪；含怒不可到日落。
- 27 不可給魔鬼留地步。
- 28 偷竊的，不要再偷，卻要作工，親手作正當的事，使自己可以把所得到的，分給缺乏的人。
- 29 一句壞話也不可出口，卻要適當地說造就人的好話，使聽見的人得益處。
- 30 不可讓 神的聖靈憂傷，因為你們受了他的印記，等候得贖的日子。
- 31 一切苛刻、惱怒、暴戾、嚷鬧、毀謗，連同一切惡毒，都應當從你們中間除掉。
- 32 要互相友愛，存溫柔的心，彼此饒恕，就像 神在基督裡饒恕了你們一樣。

## 5

- 1 因此，你們既然是蒙愛的兒女，就應當效法 神。
- 2 要憑著愛心行事，好像基督愛我們，為我們捨己，當作馨香的供品和祭物獻給 神。
- 3 至於淫亂和任何污穢或貪心的事，在你們中間連提都不可提，才合聖徒的體統。
- 4 更不要講污穢和愚妄的話，或下流的笑話，這些都與你們不相稱；卻要說感謝的話。
- 5 因為你們確實知道，無論是淫亂的、污穢的或貪心的（貪心就是拜偶像），都得不到在基督和 神的國裡的基業。

### 要作光明的兒女

- 6 不要給別人用空言欺騙了你們，正因為這些事， 神的震怒必定臨到那些悖逆的人。
- 7 所以，不要與他們同流合污。
- 8 你們從前是黑暗的，現今在主裡卻是光明的，行事為人就應當像光明的兒女。
- 9 光明所結的果子，就是一切良善、公義、誠實。

- 10 你們要察驗甚麼是主所喜悅的。  
11 不要參與暗昧無益的事，倒要把它揭露出來，  
12 因為他們暗中所作的事，連提起來也是羞恥的。  
13 凡被光揭露的，都是顯而易見的。  
14 因為一切顯露出來的就是光，所以有話說：“睡了的人哪，醒過來，從死人中起來吧！基督必要照亮你。”  
15 所以，你們行事為人要謹慎，不要像愚昧人，卻要像聰明人。  
16 要把握時機，因為這時代邪惡。  
17 因此，不要作糊塗人，要明白甚麼是主的旨意。  
18 不要醉酒，醉酒能使人放蕩亂性，卻要讓聖靈充滿。  
19 應當用詩章、聖詩、靈歌，彼此呼應，口唱心和地讚美主。  
20 凡事要奉我們主耶穌基督的名，常常感謝父神，  
21 還要存敬畏基督的心，彼此順服。

### 丈夫與妻子

- 22 你們作妻子的，要順服自己的丈夫，好像順服主一樣，  
23 因為丈夫是妻子的頭，好像基督是教會的頭；基督又是教會全體的救主。  
24 教會怎樣順服基督，妻子也要照樣凡事順服丈夫。  
25 你們作丈夫的，要愛妻子，好像基督愛教會，為教會捨己，  
26 為的是要用水藉著道把教會洗淨，成為聖潔，  
27 可以作榮耀的教會歸給自己，甚麼污點皺紋等也沒有，而是聖潔沒有瑕疵的。  
28 丈夫也應當這樣愛妻子，好像愛自己的身體一樣。愛妻子的，就是愛自己了。  
29 從來沒有人恨惡自己的身體，總是保養顧惜，好像基督對教會一樣，

- 30 因為我們是他身上的肢體。  
31 為了這緣故，人要離開父母，與妻子結合，二人成為一體。  
32 這是極大的奧祕，但我是指著基督和教會說的。  
33 無論怎樣，你們各人都要愛自己的妻子，好像愛自己一樣。妻子也應當敬重丈夫。

## 6

### 父母與兒女

- 1 你們作兒女的，要在主裡聽從父母，因為這是理所當然的。  
2-3 “要孝敬父母，使你得福，在世長壽。”這是第一條帶著應許的誡命。  
4 你們作父親的，不要激怒兒女，卻要照著主的教訓和勸戒，養育他們。

### 主人和僕人

- 5 你們作僕人的，要存著敬畏、戰兢和真誠的心，聽從世上的主人，好像聽從基督一樣。  
6 作事不要只作給人看，像那些討人歡心的一樣，卻要像基督的僕人，從心裡遵行 神的旨意，  
7 甘心服務，像是服事主，不是服事人。  
8 你們知道，無論是奴僕或自由的人，如果作了甚麼善事，都必從主那裡得到賞賜。  
9 你們作主人的，也要照樣對待僕人，不要威嚇他們；你們知道，他們和你們在天上同有一位主，他並不偏待人。

### 穿戴 神所賜的軍裝

- 10 最後，你們要靠主的大能大力，在他裡面剛強。  
11 要穿戴 神所賜的全副軍裝，使你們能抵擋魔鬼的詭計。  
12 因為我們的爭戰，對抗的不是有血有肉的人，而是執政的、掌權的、管轄這黑暗世界的和天上的邪靈。

13 所以要穿起 神所賜的全副軍裝，使你們在這邪惡的時代裡可以抵擋得住，並且在作完了一切之後，還能站立得穩。

14 因此，你們要站穩，用真理當帶子束腰，披上公義的胸甲，

15 把和平的福音預備好了，當作鞋子，穿在腳上，

16 拿起信心的盾牌，用來撲滅那惡者所有的火箭；

17 並且要戴上救恩的頭盔，拿起聖靈的寶劍，就是 神的道，

18 藉著各樣的禱告和祈求，隨時在聖靈裡祈禱，並且要在這事上恆久警醒，為眾聖徒祈求。

19 也要為我祈求，使我傳講的時候，得著當說的話，可以坦然無懼地講明福音的奧祕，

20 （我為這奧祕作了被捆鎖的使者），也使我按著應當說的，放膽宣講這福音的奧祕。

### 祝福

21 親愛的推基古弟兄是主裡忠心的僕人，他會把我的一切都告訴你們，使你們可以知道我的景況。

22 為了這緣故，我就差他到你們那裡去，好讓你們明白我們的近況，並且叫他安慰你們的心。

23 願平安、慈愛、信心，從父 神和主耶穌基督臨到眾弟兄。

24 願一切以不朽的愛愛我們主耶穌基督的人，都蒙恩惠。

## 新譯本

### Chinese New Version (traditional)

copyright © 1976, 1992, 1999, 2001, 2005, 2010 The Worldwide Bible Society Limited

Language: 中國語文 (Chinese)

Dialect: Mandarin, traditional script

Translation by: The Worldwide Bible Society

2021-10-15

---

PDF generated using Haiola and XeLaTeX on 11 Mar 2026 from source files dated 12 Dec 2025

92a2339e-c565-5069-b3e0-2dd523a27033