# List św. Pawła do Efezjan, tłumaczenie Biblii Tysiąclecia

1:1. Paweł, z woli Bożej apostoł Chrystusa Jezusa - do świętych, którzy są w Efezie, i do wiernych w Chrystusie Jezusie: Łaska wam i pokój od Boga Ojca naszego i od Pana Jezusa Chrystusa!

3. Niech będzie błogosławiony Bóg i Ojciec Pana naszego Jezusa Chrystusa; który napełnił nas wszelkim błogosławieństwem duchowym na wyżynach niebieskich - w Chrystusie.

4. W Nim bowiem wybrał nas przez założeniem świata, abyśmy byli święci i nieskalani przed Jego obliczem. Z miłości przeznaczył nas dla siebie jako przybranych synów przez Jezusa Chrystusa, według postanowienia swej woli, ku chwale majestatu swej łaski, którą obdarzył nas w Umiłowanym.

7. W Nim mamy odkupienie przez Jego krew - odpuszczenie występków, według bogactwa Jego łaski. Szczodrze ją na nas wylał w postaci wszelkiej mądrości i zrozumienia, przez to, że nam oznajmił tajemnicę swej woli według swego postanowienia, które przedtem w Nim powziął dla dokonania pełni czasów, aby wszystko na nowo zjednoczyć w Chrystusie jako Głowie: to, co w niebiosach, i to, co na ziemi.

11. W Nim dostąpiliśmy udziału my również, z góry przeznaczeni zamiarem Tego, który dokonuje wszystkiego zgodnie z zamysłem swej woli po to, byśmy istnieli ku chwale Jego majestatu - my, którzyśmy już przedtem nadzieję złożyli w Chrystusie.

13. W Nim także i wy usłyszeliście słowo prawdy, Dobrą Nowinę o waszym zbawieniu. W Nim również uwierzyliście i zostaliście opatrzeni pieczęcią Ducha Świętego, który był obiecany. On jest zadatkiem naszego dziedzictwa w oczekiwaniu na odkupienie, które nas uczyni własnością Boga, ku chwale Jego majestatu.

15. Przeto i ja, usłyszawszy o waszej wierze w Pana Jezusa i o miłości względem wszystkich świętych, nie zaprzestaję dziękczynienia, wspominając was w moich modlitwach. Proszę w nich, aby Bóg Pana naszego Jezusa Chrystusa, Ojciec chwały, dał wam ducha mądrości i objawienia w głębszym poznaniu Jego samego. Niech da wam światłe oczy serca tak, byście wiedzieli, czym jest nadzieja waszego powołania, czym bogactwo chwały Jego dziedzictwa wśród świętych i czym przemożny ogrom Jego mocy względem nas wierzących - na podstawie działania Jego potęgi i siły.

20. Wykazał On je, gdy wskrzesił Go z martwych i posadził po swojej prawicy na wyżynach niebieskich, ponad wszelką Zwierzchnością i Władzą, i Mocą, i Panowaniem, i ponad wszelkim innym imieniem wzywanym nie tylko w tym wieku, ale i w przyszłym. I wszystko poddał pod Jego stopy, a Jego samego ustanowił nade wszystko Głową dla Kościoła, który jest Jego Ciałem, Pełnią Tego, który napełnia wszystko wszelkimi sposobami.

2:1. I wy byliście umarłymi na skutek waszych występków i grzechów, w których żyliście niegdyś według doczesnego sposobu tego świata, według sposobu Władcy mocarstwa powietrza, to jest ducha, który działa teraz w synach buntu. Pośród nich także my wszyscy niegdyś postępowaliśmy według żądz naszego ciała, spełniając zachcianki ciała i myśli zdrożnych. I byliśmy potomstwem z natury zasługującym na gniew, jak i wszyscy inni. A Bóg, będąc bogaty w miłosierdzie, przez wielką swą miłość, jaką nas umiłował, i to nas, umarłych na skutek występków, razem z Chrystusem przywrócił do życia. Łaską bowiem jesteście zbawieni.

6. Razem też wskrzesił i razem posadził na wyżynach niebieskich - w Chrystusie Jezusie, aby w nadchodzących wiekach przemożne bogactwo Jego łaski wykazać na przykładzie dobroci względem nas, w Chrystusie Jezusie. Łaską bowiem jesteście zbawieni przez wiarę. A to pochodzi nie od was, lecz jest darem Boga: nie z uczynków, aby się nikt nie chlubił.

10. Jesteśmy bowiem Jego dziełem, stworzeni w Chrystusie Jezusie dla dobrych czynów, które Bóg z góry przygotował, abyśmy je pełnili.

11. Dlatego pamiętajcie, że niegdyś wy - poganie co do ciała, zwani "nieobrzezaniem" przez tych, którzy zowią się "obrzezaniem" od znaku dokonanego ręką na ciele - w owym czasie byliście poza Chrystusem, obcy względem społeczności Izraela i bez udziału w przymierzach obietnicy, nie mający nadziei ani Boga na tym świecie.

13. Ale teraz w Chrystusie Jezusie wy, którzy niegdyś byliście daleko, staliście się bliscy przez krew Chrystusa. On bowiem jest naszym pokojem. On, który obie części ludzkości uczynił jednością, bo zburzył rozdzielający je mur - wrogość. W swym ciele pozbawił On mocy Prawo przykazań, wyrażone w zarządzeniach, aby z dwóch rodzajów ludzi stworzyć w sobie jednego nowego człowieka, wprowadzając pokój, i w ten sposób jednych, jak i drugich znów pojednać z Bogiem w jednym Ciele przez krzyż, w sobie zadawszy śmierć wrogości. A przyszedłszy zwiastował pokój wam, którzyście daleko, i pokój tym, którzy blisko, bo przez Niego jedni i drudzy w jednym Duchu mamy przystęp do Ojca. A więc nie jesteście już obcymi i przychodniami, ale jesteście współobywatelami świętych i domownikami Boga - zbudowani na fundamencie apostołów i proroków, gdzie kamieniem węgielnym jest sam Chrystus Jezus. W Nim zespalana cała budowla rośnie na świętą w Panu świątynię, w Nim i wy także wznosicie się we wspólnym budowaniu, by stanowić mieszkanie Boga przez Ducha.

3:1. Dlatego ja, Paweł, więzień Chrystusa Jezusa dla was, pogan...

2. bo przecież słyszeliście o udzieleniu przez Boga łaski danej mi dla was, że mianowicie przez objawienie oznajmiona mi została ta tajemnica, jaką pokrótce przedtem opisałem. Dlatego czytając te słowa możecie się przekonać o moim zrozumieniu tajemnicy Chrystusa.

5. Nie była ona oznajmiona synom ludzkim w poprzednich pokoleniach, tak jak teraz została objawiona przez Ducha świętym Jego apostołom i prorokom, to znaczy, że poganie już są współdziedzicami i współczłonkami Ciała, i współuczestnikami obietnicy w Chrystusie Jezusie przez Ewangelię.

7. Jej sługą stałem się z daru łaski udzielonej mi przez Boga na skutek działania Jego potęgi. Mnie, zgoła najmniejszemu ze wszystkich świętych, została dana ta łaska: ogłosić poganom jako Dobrą Nowinę niezgłębione bogactwo Chrystusa i wydobyć na światło, czym jest wykonanie tajemniczego planu, ukrytego przed wiekami w Bogu, Stwórcy wszechrzeczy. Przez to teraz wieloraka w przejawach mądrość Boga poprzez Kościół stanie się jawna Zwierzchnościom i Władzom na wyżynach niebieskich - zgodnie z planem wieków, jaki powziął Bóg w Chrystusie Jezusie, Panu naszym.

12. W Nim mamy śmiały przystęp do Ojca z ufnością dzięki wierze w Niego.

13. Dlatego proszę, abyście się nie zniechęcali prześladowaniami, jakie znoszę dla was, bo to jest właśnie waszą chwałą.

14. Dlatego zginam kolana moje przed Ojcem, od którego bierze nazwę wszelki ród na niebie i na ziemi, aby według bogactwa swej chwały sprawił w was przez Ducha swego wzmocnienie siły wewnętrznego człowieka.

17. Niech Chrystus zamieszka przez wiarę w waszych sercach; abyście w miłości wkorzenieni i ugruntowani, wraz ze wszystkimi świętymi zdołali ogarnąć duchem, czym jest Szerokość, Długość, Wysokość i Głębokość, i poznać miłość Chrystusa, przewyższającą wszelką wiedzę, abyście zostali napełnieni całą Pełnią Bożą.

20. Temu zaś, który mocą działającą w nas może uczynić nieskończenie więcej, niż prosimy czy rozumiemy, Jemu chwała w Kościele i w Chrystusie Jezusie po wszystkie pokolenia wieku wieków! Amen.

4:1. A zatem zachęcam was ja, więzień w Panu, abyście postępowali w sposób godny powołania, jakim zostaliście wezwani, z całą pokorą i cichością, z cierpliwością, znosząc siebie nawzajem w miłości.

3. Usiłujcie zachować jedność Ducha dzięki więzi, jaką jest pokój. Jedno jest Ciało i jeden Duch, bo też zostaliście wezwani do jednej nadziei, jaką daje wasze powołanie. Jeden jest Pan, jedna wiara, jeden chrzest. Jeden jest Bóg i Ojciec wszystkich, który [jest i działa] ponad wszystkimi, przez wszystkich i we wszystkich.

7. Każdemu zaś z nas została dana łaska według miary daru Chrystusowego.

8. Dlatego mówi Pismo: Wstąpiwszy do góry wziął do niewoli jeńców, rozdał ludziom dary. Słowo zaś "wstąpił" cóż oznacza, jeśli nie to, że również zstąpił do niższych części ziemi? Ten, który zstąpił, jest i Tym, który wstąpił ponad wszystkie niebiosa, aby wszystko napełnić.

11. I On ustanowił jednych apostołami, innych prorokami, innych ewangelistami, innych pasterzami i nauczycielami dla przysposobienia świętych do wykonywania posługi, celem budowania Ciała Chrystusowego, aż dojdziemy wszyscy razem do jedności wiary i pełnego poznania Syna Bożego, do człowieka doskonałego, do miary wielkości według Pełni Chrystusa.

14. Chodzi o to, abyśmy już nie byli dziećmi, którymi miotają fale i porusza każdy powiew nauki, na skutek oszustwa ze strony ludzi i przebiegłości w sprowadzaniu na manowce fałszu. Natomiast żyjąc prawdziwie w miłości sprawmy, by wszystko rosło ku Temu, który jest Głową - ku Chrystusowi. Z Niego całe Ciało - zespalane i utrzymywane w łączności dzięki całej więzi umacniającej każdy z członków stosownie do jego miary - przyczynia sobie wzrostu dla budowania siebie w miłości.

17. To zatem mówię i zaklinam was w Panu, abyście już nie postępowali tak, jak postępują poganie, z ich próżnym myśleniem, umysłem pogrążeni w mroku, obcy dla życia Bożego, na skutek tkwiącej w nich niewiedzy, na skutek zatwardziałości serca.

19. Oni to doprowadziwszy siebie do nieczułości sumienia, oddali się rozpuście, popełniając zachłannie wszelkiego rodzaju grzechy nieczyste. Wy zaś nie tak nauczyliście się Chrystusa. Słyszeliście przecież o Nim i zostaliście pouczeni w Nim - zgodnie z prawdą, jaka jest w Jezusie, że - co się tyczy poprzedniego sposobu życia - trzeba porzucić dawnego człowieka, który ulega zepsuciu na skutek zwodniczych żądz, odnawiać się duchem w waszym myśleniu i przyoblec człowieka nowego, stworzonego według Boga, w sprawiedliwości i prawdziwej świętości.

25. Dlatego odrzuciwszy kłamstwo: niech każdy z was mówi prawdę do bliźniego, bo jesteście nawzajem dla siebie członkami. Gniewajcie się, a nie grzeszcie: niech nad waszym gniewem nie zachodzi słońce! Ani nie dawajcie miejsca diabłu! Kto dotąd kradł, niech już przestanie kraść, lecz raczej niech pracuje uczciwie własnymi rękami, by miał z czego udzielać potrzebującemu. Niech nie wychodzi z waszych ust żadna mowa szkodliwa, lecz tylko budująca, zależnie od potrzeby, by wyświadczała dobro słuchającym. I nie zasmucajcie Bożego Ducha Świętego, którym zostaliście opieczętowani na dzień odkupienia. Niech zniknie spośród was wszelka gorycz, uniesienie, gniew, wrzaskliwość, znieważenie - wraz z wszelką złością. Bądźcie dla siebie nawzajem dobrzy i miłosierni! Przebaczajcie sobie, tak jak i Bóg nam przebaczył w Chrystusie.

5:1. Bądźcie więc naśladowcami Boga, jako dzieci umiłowane, i postępujcie drogą miłości, bo i Chrystus was umiłował i samego siebie wydał za nas w ofierze i dani na wdzięczną wonność Bogu.

3. O nierządzie zaś i wszelkiej nieczystości albo chciwości niechaj nawet mowy nie będzie wśród was, jak przystoi świętym, ani o tym, co haniebne, ani o niedorzecznym gadaniu lub nieprzyzwoitych żartach, bo to wszystko jest niestosowne. Raczej winno być wdzięczne usposobienie. O tym bowiem bądźcie przekonani, że żaden rozpustnik ani nieczysty, ani chciwiec - to jest bałwochwalca - nie ma dziedzictwa w królestwie Chrystusa i Boga.

6. Niechaj was nikt nie zwodzi próżnymi słowami, bo przez te grzechy nadchodzi gniew Boży na buntowników. Nie miejcie więc z nimi nic wspólnego! Niegdyś bowiem byliście ciemnością, lecz teraz jesteście światłością w Panu: postępujcie jak dzieci światłości!

9. Owocem bowiem światłości jest wszelka prawość i sprawiedliwość, i prawda. Badajcie, co jest miłe Panu. I nie miejcie udziału w bezowocnych czynach ciemności, a raczej piętnując, nawracajcie tamtych!

12. O tym bowiem, co u nich się dzieje po kryjomu, wstyd nawet mówić. Natomiast wszystkie te rzeczy piętnowane stają się jawne dzięki światłu, bo wszystko, co staje się jawne, jest światłem.

14. Dlatego się mówi: Zbudź się, o śpiący, i powstań z martwych, a zajaśnieje ci Chrystus.

15. Baczcie więc pilnie, jak postępujecie, nie jako niemądrzy, ale jako mądrzy. Wyzyskujcie chwilę sposobną, bo dni są złe. Nie bądźcie przeto nierozsądni, lecz usiłujcie zrozumieć, co jest wolą Pana.

18. A nie upijajcie się winem, bo to jest [przyczyną] rozwiązłości, ale napełniajcie się Duchem, przemawiając do siebie wzajemnie w psalmach i hymnach, i pieśniach pełnych ducha, śpiewając i wysławiając Pana w waszych sercach. Dziękujcie zawsze za wszystko Bogu Ojcu w imię Pana naszego Jezusa Chrystusa!

21. Bądźcie sobie wzajemnie poddani w bojaźni Chrystusowej!

22. Żony niechaj będą poddane swym mężom, jak Panu, bo mąż jest głową żony, jak i Chrystus - Głową Kościoła: On - Zbawca Ciała. Lecz jak Kościół poddany jest Chrystusowi, tak i żony mężom - we wszystkim. Mężowie miłujcie żony, bo i Chrystus umiłował Kościół i wydał za niego samego siebie, aby go uświęcić, oczyściwszy obmyciem wodą, któremu towarzyszy słowo, aby osobiście stawić przed sobą Kościół jako chwalebny, nie mający skazy czy zmarszczki, czy czegoś podobnego, lecz aby był święty i nieskalany.

28. Mężowie powinni miłować swoje żony, tak jak własne ciało. Kto miłuje swoją żonę, siebie samego miłuje. Przecież nigdy nikt nie odnosił się z nienawiścią do własnego ciała, lecz każdy je żywi i pielęgnuje, jak i Chrystus - Kościół, bo jesteśmy członkami Jego Ciała. Dlatego opuści człowiek ojca i matkę, a połączy się z żoną swoją, i będą dwoje jednym ciałem.

32. Tajemnica to wielka, a ja mówię: w odniesieniu do Chrystusa i do Kościoła. W końcu więc niechaj także każdy z was tak miłuje swą żonę jak siebie samego! A żona niechaj się odnosi ze czcią do swojego męża!

6:1. Dzieci, bądźcie posłuszne w Panu waszym rodzicom, bo to jest sprawiedliwe. Czcij ojca twego i matkę - jest to pierwsze przykazanie z obietnicą - aby ci było dobrze i abyś był długowieczny na ziemi.

4. A wy, ojcowie, nie pobudzajcie do gniewu waszych dzieci, lecz wychowujcie je stosując karcenie i napominanie Pańskie!

5. Niewolnicy, ze czcią i bojaźnią w prostocie serca bądźcie posłuszni waszym doczesnym panom, jak Chrystusowi, nie służąc tylko dla oka, by ludziom się podobać, lecz jako niewolnicy Chrystusa, który z duszy pełnią wolę Bożą. Z ochotą służcie, jak gdybyście służyli Panu, a nie ludziom, świadomi tego, że każdy - jeśli uczyni co dobrego, otrzyma to z powrotem od Pana - czy to niewolnik, czy wolny.

9. A wy, panowie, tak samo wobec nich postępujcie: zaniechajcie groźby, świadomi tego, że w niebie jest Pan zarówno ich, jak wasz, a u Niego nie ma względu na osoby.

10. W końcu bądźcie mocni w Panu - siłą Jego potęgi. Obleczcie pełną zbroję Bożą, byście mogli się ostać wobec podstępnych zakusów diabła. Nie toczymy bowiem walki przeciw krwi i ciału, lecz przeciw Zwierzchnościom, przeciw Władzom, przeciw rządcom świata tych ciemności, przeciw pierwiastkom duchowym zła na wyżynach niebieskich. Dlatego weźcie na siebie pełną zbroję Bożą, abyście w dzień zły zdołali się przeciwstawić i ostać, zwalczywszy wszystko. Stańcie więc do walki przepasawszy biodra wasze prawdą i oblókłszy pancerz, którym jest sprawiedliwość, a obuwszy nogi w gotowość [głoszenia] dobrej nowiny o pokoju. W każdym położeniu bierzcie wiarę jako tarczę, dzięki której zdołacie zgasić wszystkie rozżarzone pociski Złego. Weźcie też hełm zbawienia i miecz Ducha, to jest słowo Boże - wśród wszelakiej modlitwy i błagania. Przy każdej sposobności módlcie się w Duchu! Nad tym właśnie czuwajcie z całą usilnością i proście za wszystkich świętych i za mnie, aby dane mi było słowo, gdy usta moje otworzę, dla jawnego i swobodnego głoszenia tajemnicy Ewangelii, dla której sprawuję poselstwo jako więzień, ażebym jawnie ją wypowiedział, tak jak winienem.

21. Żebyście zaś wiedzieli i wy o moich sprawach, co robię, wszystko wam oznajmi Tychik, umiłowany brat i wierny sługa w Panu, którego wysłałem do was po to, żebyście wy poznali nasze sprawy, a on pokrzepił wasze serca.

23. Pokój braciom i miłość wraz z wiarą od Boga Ojca i Pana naszego Jezusa Chrystusa. Łaska niech będzie ze wszystkimi, którzy miłują Pana naszego Jezusa Chrystusa w nieskazitelności.