**List do Efezjan, przekład Toruński**

(Ef 1:1 tpnp) Paweł, apostoł Jezusa Chrystusa z woli Boga, do świętych, którzy są w Efezie i wiernych w Chrystusie Jezusie. (1:2) Łaska wam i pokój od Boga, Ojca naszego i Pana Jezusa Chrystusa.(1:3) Błogosławiony Bóg i Ojciec Pana naszego Jezusa Chrystusa, Ten, który nas pobłogosławił wszelkim duchowym błogosławieństwem niebios w Chrystusie. (1:4) Tak jak i wybrał nas dla siebie w Nim przed założeniem świata, abyśmy byli święci i nienaganni przed Nim w miłości, (1:5) Przeznaczył nas dla siebie do usynowienia przez Jezusa Chrystusa, według upodobania swojej woli, (1:6) ku chwale sławy swojej łaski, którą obdarzył nas w Umiłowanym. (1:7) W Nim mamy odkupienie przez Jego krew, odpuszczenie upadków według bogactwa Jego łaski, (1:8) którą hojnie nas obdarzył we wszelkiej mądrości i roztropności. (1:9) Oznajmiając nam tajemnicę swojej woli według swego upodobania, które powziął w Nim, (1:10) aby w akcie zarządzenia pełni czasów, w Chrystusie jako głowie, w jedno zgromadzić wszystko, zarówno to co w niebiosach, jak i na ziemi, w Nim, (1:11) w którym też jesteśmy wybrani do dziedzictwa, my, którzy zostaliśmy przeznaczeni według postanowienia Tego, który sprawia wszystko według decyzji swojej woli, (1:12) abyśmy istnieli ku chwale sławy Jego, my, którzy już wcześniej położyliśmy swoją nadzieję w Chrystusie.(1:13) W Nim i wy usłyszeliście słowo prawdy, Ewangelię o zbawieniu waszym, w Nim też uwierzyliście i zostaliście zapieczętowani Duchem obietnicy – Świętym, (1:14) Który jest poręką naszego dziedzictwa dla odkupienia nabytej własności, dla chwały sławy Jego. (1:15) Dlatego i ja, gdy usłyszałem o wierze waszej w Panu Jezusie i o miłości do wszystkich świętych, (1:16) Nie przestaję dziękować za was, wspominając o was w moich modlitwach, (1:17) Aby Bóg Pana naszego Jezusa Chrystusa, Ojciec chwały, dał wam Ducha mądrości i objawienia w dogłębnym poznaniu Jego, (1:18) I oświecone oczy waszego umysłu, abyście wiedzieli jaka jest nadzieja Jego powołania i jakie jest bogactwo chwały dziedzictwa Jego w świętych, (1:19) I jak przeogromną jest wielkość Jego mocy wobec nas, którzy wierzymy zgodnie z działaniem potęgi siły Jego, (1:20) Którą działał w Chrystusie, gdy wzbudził Go z martwych i posadził po swojej prawicy w niebiosach, (1:21) Wyżej nad wszelkie zwierzchności i władze, i moce, i panowania, i wszelkie imię jakie może być wymieniane, nie tylko w tym wieku, ale i w tym nadchodzącym; (1:22) i wszystko poddał pod Jego stopy, a Jego dał jako głowę ponad wszystkim Kościołowi, (1:23) który jest Jego ciałem i pełnią Tego, który sam wszystko we wszystkich napełnia sobą. (2:1) A was, będących martwymi w upadkach i grzechach, (2:2) W których niegdyś żyliście zgodnie z dobą tego świata, według przywódcy mającego władzę w powietrzu, ducha, który teraz działa w synach opornych, (2:3) Wśród nich i my wszyscy żyliśmy niegdyś w pożądliwościach naszego ciała, czyniąc wolę ciała i myśli, i byliśmy z natury dziećmi gniewu, jak i pozostali; (2:4) Bóg natomiast, będąc bogatym w miłosierdzie, przez swoją wielką miłość, którą nas umiłował, (2:5) I to nas, będących martwymi w upadkach, ożywił wraz z Chrystusem – łaską jesteście zbawieni, (2:6) I wraz z Nim wzbudził, i wraz z Nim posadził w niebiosach w Chrystusie Jezusie, (2:7) Aby okazać w nadchodzących wiekach przeobfite bogactwo swojej łaski w dobroci wobec nas w Chrystusie Jezusie. (2:8) Łaską bowiem jesteście zbawieni przez wiarę, i to nie z was; dar to Boga; (2:9) Nie z uczynków, aby się ktoś nie chlubił. (2:10) Jego bowiem dziełem jesteśmy, stworzeni w Chrystusie Jezusie do dobrych dzieł, które przygotował wcześniej Bóg, abyśmy w nich chodzili. (2:11) Dlatego pamiętajcie, że wy, niegdyś poganie w ciele, nazywani nieobrzezanymi przez tego, który jest obrzezany obrzezaniem na ciele wykonanym ręką, (2:12) Że wy byliście w owym czasie bez Chrystusa, oddzieleni od praw obywateli Izraela i obcy przymierzom obietnicy, nie mający nadziei i bez Boga na świecie. (2:13) Ale teraz w Chrystusie Jezusie, wy, którzy niegdyś byliście dalecy, staliście się bliscy przez krew Chrystusa. (2:14) On bowiem jest naszym pokojem, który z dwojga jedno uczynił i zburzył w ciele stojący pośrodku mur oddzielenia – wrogość. (2:15) On Prawo przykazań, zawarte w ustawach, uznał za bezużyteczne, aby z tych dwóch stworzyć w sobie samym jednego nowego człowieka, czyniąc pokój, (2:16) I pojednał ponownie obydwóch w jednym ciele z Bogiem przez krzyż, w Nim zadając śmierć tej nieprzyjaźni. (2:17) A gdy przyszedł, ogłosił dobrą nowinę pokoju wam, którzy byliście daleko, i którzy byliście blisko. (2:18) Przez Niego bowiem mamy przystęp do Ojca, jedni i drudzy w jednym Duchu. (2:19) I dlatego już nie jesteście obcymi i przychodniami, ale współobywatelami świętych i domownikami Boga, (2:20) Zbudowanymi na fundamencie apostołów i proroków, którego kamieniem węgielnym jest Jezus Chrystus, (2:21) W którym cała budowa razem spajana wzrasta w świętą w Panu świątynię; (2:22) W którym i wy jesteście wspólnie budowani, na mieszkanie Boga w Duchu. (3:1) Z tego powodu ja, Paweł, jestem więźniem Chrystusa Jezusa za was pogan; (3:2) Jeśli tylko słyszeliście o rozporządzeniu łaski Bożej, danej mi dla was, (3:3) Że według objawienia została mi oznajmiona tajemnica, jak to wcześniej krótko napisałem, (3:4) Dzięki temu, czytając, możecie zrozumieć mój wgląd w tajemnicę Chrystusa, (3:5) Która w poprzednich pokoleniach nie była oznajmiona synom ludzkim, tak jak teraz została objawiona Jego świętym apostołom i prorokom w Duchu, (3:6) Że poganie są współdziedzicami i współczłonkami ciała, i współuczestnikami obietnicy Jego w Chrystusie przez Ewangelię. (3:7) Jej to stałem się sługą według daru łaski Bożej, danej mi według skutecznej mocy Jego. (3:8) Mnie, najmniejszemu ze wszystkich świętych, została dana ta łaska, abym między poganami głosił dobrą nowinę, to niezgłębione bogactwo Chrystusa, (3:9) I oświecił wszystkich, jaka jest wspólnota tajemnicy, która jest ukryta od wieków w Bogu, który wszystko stworzył przez Jezusa Chrystusa; (3:10) Aby teraz została oznajmiona przez Kościół, władzom i zwierzchnościom w niebiosach różnorodna mądrość Boga, (3:11) Zgodnie z postanowieniem powziętym przed wiekami, które wykonał w Chrystusie Jezusie, naszym Panu. (3:12) W Nim mamy śmiałość i przystęp z ufnością przez wiarę w Niego. (3:13) Dlatego proszę, abyście nie upadali na duchu z powodu ucisków moich za was, które są waszą chwałą. (3:14) Z tego powodu zginam moje kolana przed Ojcem Pana naszego Jezusa Chrystusa, (3:15) Od którego jest nazwana wszelka rodzina na niebie i na ziemi, (3:16) Aby dał wam według bogactwa swojej chwały, byście zostali mocą wzmocnieni przez Jego Ducha w wewnętrznym człowieku, (3:17) Aby Chrystus przez wiarę zadomowił się w waszych sercach, (3:18) A wy, którzy zostaliście w miłości zakorzenieni i ugruntowani, abyście nabrali siły by uchwycić razem ze wszystkimi świętymi, jaka jest szerokość i długość, i głębokość, i wysokość, (3:19) I poznać także tę miłość Chrystusa, która przewyższa wszelką wiedzę, abyście zostali napełnieni do całej pełni Boga. (3:20) A Temu, który według mocy w nas działającej, może uczynić niezmiernie więcej, ponad to wszystko, o co prosimy lub o czym myślimy, (3:21) Temu chwała w Kościele w Chrystusie Jezusie we wszystkich pokoleniach, na wieki wieków. Amen. (4:1) Zachęcam was więc ja, więzień w Panu, abyście postępowali w sposób godny powołania, do jakiego zostaliście wezwani, (4:2) Z całą pokorą i łagodnością, i cierpliwością, znosząc jedni drugich w miłości. (4:3) Gorliwie strzegąc jedności Ducha w spójni pokoju. (4:4) Jedno ciało i jeden Duch, jak też zostaliście wezwani w jednej nadziei waszego powołania. (4:5) Jeden Pan, jedna wiara, jeden chrzest, (4:6) Jeden Bóg i Ojciec wszystkich, który jest ponad wszystkich, przez wszystkich i we wszystkich was. (4:7) A każdemu z nas poszczególnie została dana łaska według miary daru Chrystusa. (4:8) Dlatego mówi: Wstępując na wysokość, powiódł za sobą pojmanych jeńców i dał ludziom dary. (4:9) A to, że wstąpił, cóż innego oznacza jeżeli nie to, że najpierw zstąpił do niższych części ziemi? (4:10) Ten, który zstąpił, jest Tym samym, który wstąpił wysoko nad wszystkie niebiosa, aby napełnić wszystko. (4:11) I On sam też wyznaczył tych na apostołów, tych na proroków, tych na ewangelistów, a tych na pasterzy i nauczycieli, (4:12) Dla przygotowania świętych do dzieła służby, do budowania ciała Chrystusa, (4:13) Aż wszyscy dojdziemy do jedności wiary i dogłębnego poznania Syna Bożego, do męża doskonałego, do wymiarów pełni dojrzałości Chrystusa. (4:14) Abyśmy więcej nie byli małymi dziećmi, rzucanymi przez fale i unoszonymi każdym wiatrem nauki przez oszustwo ludzkie w metodycznym podstępie wciągania w błąd; (4:15) Lecz mówiąc prawdę w miłości, wszyscy wrośli w Tego, który jest głową – w Chrystusa, (4:16) Z którego całe ciało jest właściwie spajane i wiązane wszelkimi wzajemnie zasilającymi się połączeniami, zgodnie z działaniem w stosownej mierze każdej jego części, przyczynia się do wzrostu ciała dla budowania siebie w miłości. (4:17) To więc mówię i świadczę w Panu, abyście już więcej nie postępowali tak, jak pozostali poganie postępują, w próżności swojego umysłu, (4:18) Ludzie, którzy mają swoje myśli pogrążone w ciemności, będący obcy wobec życia Bożego z powodu niewiedzy będącej w nich, przez zatwardziałość ich serca, (4:19) Którzy stali się nieczuli, samych siebie oddali rozpuście, czyniąc wszelką nieczystość z butną chciwością. (4:20) Ale wy nie tak nauczyliście się Chrystusa, (4:21) Jeśli rzeczywiście Go usłyszeliście, i w Nim zostaliście nauczeni, jako że prawda jest w Jezusie, że macie, (4:22) Zewlec z siebie starego człowieka z jego wcześniejszym postępowaniem, który niszczony jest przez zwodnicze pożądliwości, (4:23) A dawać się odnawiać duchem w waszym umyśle, (4:24) I przyoblec się w nowego człowieka, który został stworzony według Boga w sprawiedliwości i w świętości prawdy. (4:25) Dlatego, odrzuciwszy kłamstwo, mówcie prawdę każdemu wokół siebie; bo jesteśmy członkami jedni drugich. (4:26) Bądźcie zagniewani, a nie grzeszcie; niech słońce nie zachodzi nad waszym gniewem. (4:27) I nie dawajcie miejsca diabłu. (4:28) Ten, kto kradnie, niech już więcej nie kradnie, a raczej niech się trudzi, wypracowując swoimi rękami dobro, aby miał czym podzielić się z będącym w potrzebie. (4:29) Niech żadne zgniłe słowo nie wychodzi z waszych ust, ale tylko dobre ku zbudowaniu, aby gdy trzeba, niosło życzliwość słuchającym. (4:30) A nie zasmucajcie Ducha Świętego Boga, którym zostaliście zapieczętowani na dzień odkupienia. (4:31) Wszelka gorycz i zapalczywość, i gniew, i wrzask, i bluźnierstwo niech będą odsunięte od was, wraz ze wszelką złością; (4:32) A stańcie się jedni dla drugich łagodni, miłosierni, przebaczając sobie wzajemnie, tak jak wam Bóg przebaczył w Chrystusie. (5:1) Stawajcie się więc naśladowcami Boga, jak dzieci umiłowane, (5:2) I chodźcie w miłości, tak jak i Chrystus nas umiłował i wydał samego siebie za nas jako dar i ofiarę dla Boga ku przyjemnej wonności. (5:3) A nierząd i wszelka nieczystość albo chciwość niech nie będą nawet wymieniane pośród was, tak jak przystoi świętym, (5:4) Również sprośność i błazeńskie mowy, i żarty, które nie są stosowne, ale raczej dziękczynienie. (5:5) To bowiem wiedzcie, że żaden rozpustnik albo nieczysty, albo chciwiec, to jest bałwochwalca, nie ma dziedzictwa w Królestwie Chrystusa i Boga. (5:6) Niech was nikt nie zwodzi próżnymi słowami; albowiem z powodu tych przychodzi gniew Boży na synów opornych; (5:7) Nie bądźcie więc ich współuczestnikami. (5:8) Albowiem byliście niegdyś ciemnością, a teraz jesteście światłością w Panu; postępujcie więc jak dzieci światła, (5:9) Bo owoc Ducha wyraża się we wszelkiej dobroci i sprawiedliwości, i prawdzie. (5:10) Badajcie, co jest miłe Panu; (5:11) I nie bądźcie współuczestnikami bezowocnych dzieł ciemności, ale je raczej karćcie. (5:12) Bo o tym, co się wśród nich potajemnie dzieje, wstyd jest i mówić. (5:13) Lecz to wszystko, gdy jest obnażane przez światło, staje się jawne; bo wszystko, co staje się jawne, jest światłem. (5:14) Dlatego mówi: Obudź się, który śpisz, i powstań z martwych, a zajaśnieje ci Chrystus. (5:15) Patrzcie więc uważnie, jak macie postępować, nie jak niemądrzy, ale jak mądrzy. (5:16) Czas wykupując, bo dni są złe. (5:17) Dlatego nie bądźcie nierozsądni, ale rozumiejcie, co jest wolą Pana. (5:18) I nie upijajcie się winem, w którym jest rozwiązłość, ale bądźcie napełniani w duchu, (5:19) Rozmawiając ze sobą przez psalmy i hymny, i pieśni duchowe, śpiewając i grając w swoim sercu Panu, (5:20) Dziękując zawsze za wszystko, w imieniu Pana naszego Jezusa Chrystusa, Bogu i Ojcu, (5:21) Ulegając jedni drugim w bojaźni Bożej. (5:22) Żony, bądźcie uległe swoim mężom, jak Panu; (5:23) Mąż bowiem jest głową żony, jak Chrystus głową Kościoła; On też jest Zbawicielem ciała. (5:24) Ale tak, jak Kościół uległy jest Chrystusowi, tak i żony własnym mężom we wszystkim. (5:25) Mężowie, miłujcie swoje żony, tak jak i Chrystus umiłował Kościół i wydał za niego samego siebie, (5:26) Aby go uświęcić, oczyszczając kąpielą wodną przez Słowo, (5:27) Aby postawić go przy sobie jako Kościół pełen chwały, nie mający plamy, ani zmarszczki, ani żadnych z tych rzeczy, ale żeby był święty i nienaganny. (5:28) Tak też mężowie powinni miłować swoje żony, jak swoje ciała; kto miłuje swoją żonę, samego siebie miłuje. (5:29) Albowiem nikt nigdy swojego ciała nie miał w nienawiści, ale je żywi i ogrzewa, tak jak i Pan Kościół, (5:30) Bo jesteśmy członkami Jego ciała, z Jego ciała i z Jego kości. (5:31) Z tego względu opuści człowiek swojego ojca i matkę, i zostanie złączony ze swoją żoną, i będą dwoje jednym ciałem. (5:32) Tajemnica to wielka; ja jednak mówię to w odniesieniu do Chrystusa i w odniesieniu do Kościoła. (5:33) Jednakże niech każdy z was z osobna miłuje swoją żonę jak siebie samego, a żona niech ma głęboki respekt wobec swojego męża. (6:1) Dzieci, bądźcie posłuszne waszym rodzicom w Panu, bo jest to sprawiedliwe. (6:2) Czcij swojego ojca i matkę, to jest pierwsze przykazanie w obietnicy, (6:3) Aby ci się dobrze działo i abyś żył długo na ziemi. (6:4) A wy, ojcowie, nie pobudzajcie do gniewu waszych dzieci, ale wychowujcie je w karności i napominaniu Pana. (6:5) Niewolnicy, posłuszni bądźcie tym, którzy są waszymi panami według ciała, z bojaźnią i z drżeniem, w prostocie waszego serca, tak jak Chrystusowi, (6:6) Nie dla oka służąc, jak ci, którzy chcą się przypodobać ludziom, ale jako niewolnicy Chrystusa, czyniąc z głębi duszy wolę Boga, (6:7) Z dobrej woli służąc Panu, a nie ludziom, (6:8) Wiedząc, że każdy, jeśli uczyni coś dobrego, otrzyma to samo od Pana, czy niewolnik, czy wolny. (6:9) I wy, panowie, to samo czyńcie względem nich; porzućcie groźby, wiedząc, że ich i wasz Pan jest w niebiosach, a On nie ma względu na osoby. (6:10) W końcu, bracia moi, wzmacniajcie się w Panu i w potędze Jego siły; (6:11) Przyobleczcie się w całą zbroję Bożą, abyście mogli stać mocno wobec zasadzek diabła. (6:12) Albowiem nie toczymy boju przeciwko krwi i ciału, lecz z władzami, ze zwierzchnościami, z rządcami tego wieku ciemności, z niegodziwymi duchami w niebiosach. (6:13) Dlatego weźcie całą zbroję Bożą, abyście mogli dać odpór w dzień zły, a po wykonaniu wszystkiego stać niewzruszenie. (6:14) Stójcie więc, mając swoje biodra przepasane prawdą i będąc obleczeni w pancerz sprawiedliwości, (6:15) A nogi obute w gotowość przynoszenia ewangelii pokoju, (6:16) A w tym wszystkim podnieście tarczę wiary, którą możecie zgasić wszystkie rozpalone strzały złego. (6:17) I weźcie hełm zbawienia i miecz Ducha, którym jest Słowo Boże, (6:18) W każdej modlitwie i prośbie, modląc się w każdym czasie w Duchu i w tym celu czuwając z całą niezłomnością trwania i prośbą o wszystkich świętych, (6:19) I za mnie, aby było mi dane słowo, bym otwierając swoje usta, śmiało oznajmiał tajemnicę Ewangelii, (6:20) Z powodu której sprawuję poselstwo w więzach, abym o niej mówił śmiało, jak mówić mi trzeba. (6:21) Żebyście jednak i wy wiedzieli, co się ze mną dzieje i co czynię, o tym wszystkim wam oznajmi Tychikus, brat umiłowany i wierny sługa w Panu, (6:22) Którego posłałem do was dlatego, abyście wiedzieli, co się z nami dzieje i aby pocieszył wasze serca. (6:23) Pokój braciom i miłość z wiarą od Boga Ojca i Pana Jezusa Chrystusa. (6:24) Łaska z wszystkimi miłującymi Pana naszego Jezusa Chrystusa w szczerości.