

## List do Efezjan, przekład Toruński

(Ef 1:1 tnpnp) Paweł, apostoł Jezusa Chrystusa z woli Boga, do świętych, którzy są w Efezie i wiernych w Chrystusie Jezusie. <sup>(1:2)</sup> Łaska wam i pokój od Boga, Ojca naszego i Pana Jezusa Chrystusa. <sup>(1:3)</sup> Błogosławiony Bóg i Ojciec Pana naszego Jezusa Chrystusa, Ten, który nas pobłogosławił wszelkim duchowym błogosławieństwem niebios w Chrystusie. <sup>(1:4)</sup> Tak jak i wybrał nas dla siebie w Nim przed założeniem świata, abyśmy byli święci i nienaganni przed Nim w miłości, <sup>(1:5)</sup> Przeznaczył nas dla siebie do usynowienia przez Jezusa Chrystusa, według upodobania swojej woli, <sup>(1:6)</sup> ku chwale sławy swojej łaski, którą obdarzył nas w Umiłowanym. <sup>(1:7)</sup> W Nim mamy odkupienie przez Jego krew, odpuszczenie upadków według bogactwa Jego łaski, <sup>(1:8)</sup> którą hojnie nas obdarzył we wszelkiej mądrości i roztropności. <sup>(1:9)</sup> Oznajmiając nam tajemnicę swojej woli według swego upodobania, które powziął w Nim, <sup>(1:10)</sup> 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, <sup>(1:11)</sup> w którym też jesteśmy wybrani do dziedzictwa, my, którzy zostaliśmy przeznaczeni według postanowienia Tego, który sprawia wszystko według decyzji swojej woli, <sup>(1:12)</sup> abyśmy istnieli ku chwale sławy Jego, my, którzy już wcześniej położyliśmy swoją nadzieję w Chrystusie. <sup>(1:13)</sup> W Nim i wy usłyszeliście słowo prawdy, Ewangelię o zbawieniu waszym, w Nim też uwierzyliście i zostaliście zapieczętowani Duchem obietnicy – Świętym, <sup>(1:14)</sup> Który jest poręką naszego dziedzictwa dla odkupienia nabytej własności, dla chwały sławy Jego. <sup>(1:15)</sup> Dlatego i ja, gdy usłyszałem o wierze waszej w Panu Jezusie i o miłości do wszystkich świętych, <sup>(1:16)</sup> Nie przestaję dziękować za was, wspominając o was w moich modlitwach, <sup>(1:17)</sup> Aby Bóg Pana naszego Jezusa Chrystusa, Ojciec chwały, dał wam Ducha mądrości i objawienia w dogłębnym poznaniu Jego, <sup>(1:18)</sup> I oświecone oczy waszego umysłu, abyście wiedzieli jaka jest nadzieja Jego powołania i jakie jest bogactwo chwały dziedzictwa Jego w świętych, <sup>(1:19)</sup> I jak przeogromną jest wielkość Jego mocy wobec

nas, którzy wierzymy zgodnie z działaniem potęgi siły Jego, <sup>(1:20)</sup> Którą działał w Chrystusie, gdy wzbudził Go z martwych i posadził po swojej prawicy w niebiosach, <sup>(1:21)</sup> 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; <sup>(1:22)</sup> i wszystko poddał pod Jego stopy, a Jego dał jako głowę ponad wszystkim Kościołowi, <sup>(1:23)</sup> który jest Jego ciałem i pełnią Tego, który sam wszystko we wszystkich napełnia sobą. <sup>(2:1)</sup> A was, będących martwymi w upadkach i grzechach, <sup>(2:2)</sup> W których niegdyś żyliście zgodnie z dobą tego świata, według przywódcy mającego władzę w powietrzu, ducha, który teraz działa w synach opornych, <sup>(2:3)</sup> 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; <sup>(2:4)</sup> Bóg natomiast, będąc bogatym w miłosierdzie, przez swoją wielką miłość, którą nas umiłował, <sup>(2:5)</sup> I to nas, będących martwymi w upadkach, ożywił wraz z Chrystusem – łaską jesteście zbawieni, <sup>(2:6)</sup> I wraz z Nim wzbudził, i wraz z Nim posadził w niebiosach w Chrystusie Jezusie, <sup>(2:7)</sup> Aby okazać w nadchodzących wiekach przeobfite bogactwo swojej łaski w dobroci wobec nas w Chrystusie Jezusie. <sup>(2:8)</sup> Łaską bowiem jesteście zbawieni przez wiarę, i to nie z was; dar to Boga; <sup>(2:9)</sup> Nie z uczynków, aby się ktoś nie chlubił. <sup>(2:10)</sup> Jego bowiem dziełem jesteśmy, stworzeni w Chrystusie Jezusie do dobrych dzieł, które przygotował wcześniej Bóg, abyśmy w nich chodzili. <sup>(2:11)</sup> Dlatego pamiętajcie, że wy, niegdyś poganie w ciele, nazywani nieobrzezani przez tego, który jest obrzezany obrzezaniem na ciele wykonanym ręką, <sup>(2:12)</sup> 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. <sup>(2:13)</sup> Ale teraz w Chrystusie Jezusie, wy, którzy niegdyś byliście dalecy, staliście się bliscy przez krew Chrystusa. <sup>(2:14)</sup> On bowiem jest naszym pokojem, który z dwojga jedno uczynił i zburzył w ciele stojący pośrodku

mur oddzielenia – wrogość. <sup>(2:15)</sup> On Prawo przykazań, zawarte w ustawach, uznał za bezużyteczne, aby z tych dwóch stworzyć w sobie samym jednego nowego człowieka, czyniąc pokój, <sup>(2:16)</sup> I pojednał ponownie obydwóch w jednym ciele z Bogiem przez krzyż, w Nim zadając śmierć tej nieprzyjaźni. <sup>(2:17)</sup> A gdy przyszedł, ogłosił dobrą nowinę pokoju wam, którzy byliście daleko, i którzy byliście blisko. <sup>(2:18)</sup> Przez Niego bowiem mamy przystęp do Ojca, jedni i drudzy w jednym Duchu. <sup>(2:19)</sup> I dlatego już nie jesteście obcymi i przychodniami, ale współobywatelami świętych i domownikami Boga, <sup>(2:20)</sup> Zbudowanymi na fundamencie apostołów i proroków, którego kamieniem węgielnym jest Jezus Chrystus, <sup>(2:21)</sup> W którym cała budowa razem spajana wzrasta w świętą w Panu świątynię; <sup>(2:22)</sup> W którym i wy jesteście wspólnie budowani, na mieszkanie Boga w Duchu. <sup>(3:1)</sup> Z tego powodu ja, Paweł, jestem więźniem Chrystusa Jezusa za was pogan; <sup>(3:2)</sup> Jeśli tylko słyszeliście o rozporządzeniu łaski Bożej, danej mi dla was, <sup>(3:3)</sup> Że według objawienia została mi oznajmiona tajemnica, jak to wcześniej krótko napisałem, <sup>(3:4)</sup> Dzięki temu, czytając, możecie zrozumieć mój wgląd w tajemnicę Chrystusa, <sup>(3:5)</sup> Która w poprzednich pokoleniach nie była oznajmiona synom ludzkim, tak jak teraz została objawiona Jego świętym apostołom i prorokom w Duchu, <sup>(3:6)</sup> Że poganie są współdziedzicami i współczłonkami ciała, i współuczestnikami obietnicy Jego w Chrystusie przez Ewangelię. <sup>(3:7)</sup> Jej to stałem się sługą według daru łaski Bożej, danej mi według skutecznej mocy Jego. <sup>(3:8)</sup> Mnie, najmniejszemu ze wszystkich świętych, została dana ta łaska, abym między poganami głosił dobrą nowinę, to niezgłębione bogactwo Chrystusa, <sup>(3:9)</sup> I oświecił wszystkich, jaka jest wspólnota tajemnicy, która jest ukryta od wieków w Bogu, który wszystko stworzył przez Jezusa Chrystusa; <sup>(3:10)</sup> Aby teraz została oznajmiona przez Kościół, władzom i zwierzchnościom w niebiosach różnorodna mądrość Boga, <sup>(3:11)</sup> Zgodnie z postanowieniem powziętym przed wiekami, które wykonał w

Chrystusie Jezusie, naszym Panu. <sup>(3:12)</sup> W Nim mamy śmiałość i przystęp z ufnością przez wiarę w Niego. <sup>(3:13)</sup> Dlatego proszę, abyście nie upadali na duchu z powodu ucisków moich za was, które są waszą chwałą. <sup>(3:14)</sup> Z tego powodu zginam moje kolana przed Ojcem Pana naszego Jezusa Chrystusa, <sup>(3:15)</sup> Od którego jest nazwana wszelka rodzina na niebie i na ziemi, <sup>(3:16)</sup> Aby dał wam według bogactwa swojej chwały, byście zostali mocą wzmocnieni przez Jego Ducha w wewnętrznym człowieku, <sup>(3:17)</sup> Aby Chrystus przez wiarę zadomowił się w waszych sercach, <sup>(3:18)</sup> 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, <sup>(3:19)</sup> I poznać także tę miłość Chrystusa, która przewyższa wszelką wiedzę, abyście zostali napełnieni do całej pełni Boga. <sup>(3:20)</sup> A Temu, który według mocy w nas działającej, może uczynić niezmiernie więcej, ponad to wszystko, o co prosimy lub o czym myślimy, <sup>(3:21)</sup> Temu chwała w Kościele w Chrystusie Jezusie we wszystkich pokoleniach, na wieki wieków. Amen. <sup>(4:1)</sup> Zachęcam was więc ja, więzień w Panu, abyście postępowali w sposób godny powołania, do jakiego zostaliście wezwani, <sup>(4:2)</sup> Z całą pokorą i łagodnością, i cierpliwością, znosząc jedni drugich w miłości. <sup>(4:3)</sup> Gorliwie strzegąc jedności Ducha w spójni pokoju. <sup>(4:4)</sup> Jedno ciało i jeden Duch, jak też zostaliście wezwani w jednej nadziei waszego powołania. <sup>(4:5)</sup> Jeden Pan, jedna wiara, jeden chrzest, <sup>(4:6)</sup> Jeden Bóg i Ojciec wszystkich, który jest ponad wszystkich, przez wszystkich i we wszystkich was. <sup>(4:7)</sup> A każdemu z nas poszczególnie została dana łaska według miary daru Chrystusa. <sup>(4:8)</sup> Dlatego mówi: Wstępując na wysokość, powiódł za sobą pojmanych jeńców i dał ludziom dary. <sup>(4:9)</sup> A to, że wstąpił, cóż innego oznacza jeżeli nie to, że najpierw zstąpił do niższych części ziemi? <sup>(4:10)</sup> Ten, który zstąpił, jest Tym samym, który wstąpił wysoko nad wszystkie niebiosy, aby napełnić wszystko. <sup>(4:11)</sup> I On sam też wyznaczył tych na apostołów, tych na proroków, tych na ewangelistów, a tych na

pasterzy i nauczycieli, <sup>(4:12)</sup> Dla przygotowania świętych do dzieła służby, do budowania ciała Chrystusa, <sup>(4:13)</sup> Aż wszyscy dojdziemy do jedności wiary i dogłębnego poznania Syna Bożego, do męża doskonałego, do wymiarów pełni dojrzałości Chrystusa. <sup>(4:14)</sup> Abyśmy więcej nie byli małymi dziećmi, rzucanymi przez fale i unoszonymi każdym wiatrem nauki przez oszustwo ludzkie w metodycznym podstępnie wciągania w błąd; <sup>(4:15)</sup> Lecz mówiąc prawdę w miłości, wszyscy wrośli w Tego, który jest głową – w Chrystusa, <sup>(4:16)</sup> Z którego całe ciało jest właściwie spajane i związane wszelkimi wzajemnie zasilającymi się połączeniami, zgodnie z działaniem w stosownej mierze każdej jego części, przyczynia się do wzrostu ciała dla budowania siebie w miłości. <sup>(4:17)</sup> To więc mówię i świadczę w Panu, abyście już więcej nie postępowali tak, jak pozostali poganie postępują, w próżności swojego umysłu, <sup>(4:18)</sup> Ludzie, którzy mają swoje myśli pogrążone w ciemności, będący obcy wobec życia Bożego z powodu niewiedzy będącej w nich, przez zatwardziałość ich serca, <sup>(4:19)</sup> Którzy stali się nieczuli, samych siebie oddali rozpuście, czyniąc wszelką nieczystość z butną chciwością. <sup>(4:20)</sup> Ale wy nie tak nauczyliście się Chrystusa, <sup>(4:21)</sup> Jeśli rzeczywiście Go usłyszeliście, i w Nim zostaliście nauczeni, jako że prawda jest w Jezusie, że macie, <sup>(4:22)</sup> Zewlec z siebie starego człowieka z jego wcześniejszym postępowaniem, który niszczonej jest przez zwodnicze pożądliwości, <sup>(4:23)</sup> A dawać się odnawiać duchem w waszym umyśle, <sup>(4:24)</sup> I przyoblec się w nowego człowieka, który został stworzony według Boga w sprawiedliwości i w świętości prawdy. <sup>(4:25)</sup> Dlatego, odrzuciwszy kłamstwo, mówcie prawdę każdemu wokół siebie; bo jesteśmy członkami jedni drugich. <sup>(4:26)</sup> Bądźcie zagniewani, a nie grzeszcie; niech słońce nie zachodzi nad waszym gniewem. <sup>(4:27)</sup> I nie dawajcie miejsca diabłu. <sup>(4:28)</sup> 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. <sup>(4:29)</sup> Niech żadne zgniłe słowo nie wychodzi z waszych ust, ale tylko dobre ku zbudowaniu,

aby gdy trzeba, niosło życzliwość słuchającym. <sup>(4:30)</sup> A nie zasmucajcie Ducha Świętego Boga, którym zostaliście zapieczętowani na dzień odkupienia. <sup>(4:31)</sup> Wszelka gorycz i zapalczliwość, i gniew, i wrzask, i bluźnierstwo niech będą odsunięte od was, wraz ze wszelką złością; <sup>(4:32)</sup> A stańcie się jedni dla drugich łagodni, miłośni, przebacząc sobie wzajemnie, tak jak wam Bóg przebaczył w Chrystusie. <sup>(5:1)</sup> Stawajcie się więc naśladowcami Boga, jak dzieci umiłowane, <sup>(5:2)</sup> 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. <sup>(5:3)</sup> A nierząd i wszelka nieczystość albo chciwość niech nie będą nawet wymieniane pośród was, tak jak przystoi świętym, <sup>(5:4)</sup> Również sprośność i błazeńskie mowy, i żarty, które nie są stosowne, ale raczej dziękczynienie. <sup>(5:5)</sup> To bowiem wiedźcie, że żaden rozpustnik albo nieczysty, albo chciwiec, to jest bałwochwalca, nie ma dziedzictwa w Królestwie Chrystusa i Boga. <sup>(5:6)</sup> Niech was nikt nie zwodzi próżnymi słowami; albowiem z powodu tych przychodzi gniew Boży na synów opornych; <sup>(5:7)</sup> Nie bądźcie więc ich współuczestnikami. <sup>(5:8)</sup> Albowiem byliście niegdyś ciemnością, a teraz jesteście światłością w Panu; postępujcie więc jak dzieci światła, <sup>(5:9)</sup> Bo owoc Ducha wyraża się we wszelkiej dobroci i sprawiedliwości, i prawdzie. <sup>(5:10)</sup> Badajcie, co jest miłe Panu; <sup>(5:11)</sup> I nie bądźcie współuczestnikami bezowocnych dzieł ciemności, ale je raczej karćcie. <sup>(5:12)</sup> Bo o tym, co się wśród nich potajemnie dzieje, wstyd jest i mówić. <sup>(5:13)</sup> Lecz to wszystko, gdy jest obnażane przez światło, staje się jawne; bo wszystko, co staje się jawne, jest światłem. <sup>(5:14)</sup> Dlatego mówi: Obudź się, który śpisz, i powstań z martwych, a zajaśnieje ci Chrystus. <sup>(5:15)</sup> Patrzcie więc uważnie, jak macie postępować, nie jak niemądrzy, ale jak mądrzy. <sup>(5:16)</sup> Czas wykupując, bo dni są złe. <sup>(5:17)</sup> Dlatego nie bądźcie nierozsądni, ale rozumiejcie, co jest wolą Pana. <sup>(5:18)</sup> I nie upijajcie się winem, w którym jest rozwiążłość, ale bądźcie napelniani w duchu, <sup>(5:19)</sup> Rozmawiając ze sobą przez psalmy i hymny, i pieśni duchowe, śpiewając i grając w swoim

sercu Panu, <sup>(5:20)</sup> Dziękując zawsze za wszystko, w imieniu Pana naszego Jezusa Chrystusa, Bogu i Ojcu, <sup>(5:21)</sup> Ulegając jedni drugim w bojaźni Bożej. <sup>(5:22)</sup> Żony, bądźcie uległe swoim mężom, jak Panu; <sup>(5:23)</sup> Mąż bowiem jest głową żony, jak Chrystus głową Kościoła; On też jest Zbawicielem ciała. <sup>(5:24)</sup> Ale tak, jak Kościół uległy jest Chrystusowi, tak i żony własnym mężom we wszystkim. <sup>(5:25)</sup> Mężowie, miłujcie swoje żony, tak jak i Chrystus umiłował Kościół i wydał za niego samego siebie, <sup>(5:26)</sup> Aby go uświęcić, oczyszczając kąpielą wodną przez Słowo, <sup>(5:27)</sup> 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. <sup>(5:28)</sup> Tak też mężowie powinni miłować swoje żony, jak swoje ciała; kto miłuje swoją żonę, samego siebie miłuje. <sup>(5:29)</sup> Albowiem nikt nigdy swojego ciała nie miał w nienawiści, ale je żywi i ogrzewa, tak jak i Pan Kościół, <sup>(5:30)</sup> Bo jesteśmy członkami Jego ciała, z Jego ciała i z Jego kości. <sup>(5:31)</sup> Z tego względu opuści człowiek swojego ojca i matkę, i zostanie złączony ze swoją żoną, i będą dwoje jednym ciałem. <sup>(5:32)</sup> Tajemnica to wielka; ja jednak mówię to w odniesieniu do Chrystusa i w odniesieniu do Kościoła. <sup>(5:33)</sup> Jednakże niech każdy z was z osobna miłuje swoją żonę jak siebie samego, a żona niech ma głęboki respekt wobec swojego męża. <sup>(6:1)</sup> Dzieci, bądźcie posłuszne waszym rodzicom w Panu, bo jest to sprawiedliwe. <sup>(6:2)</sup> Czcij swojego ojca i matkę, to jest pierwsze przykazanie w obietnicy, <sup>(6:3)</sup> Aby ci się dobrze działo i abyś żył długo na ziemi. <sup>(6:4)</sup> A wy, ojcowie, nie pobudzajcie do gniewu waszych dzieci, ale wychowujcie je w karności i napominaniu Pana. <sup>(6:5)</sup> Niewolnicy, posłuszni bądźcie tym, którzy są waszymi panami według ciała, z bojaźnią i z drżeniem, w prostocie waszego serca, tak jak Chrystusowi, <sup>(6:6)</sup> Nie dla oka służąc, jak ci, którzy chcą się przypodobać ludziom, ale jako niewolnicy Chrystusa, czyniąc z głębi duszy wolę Boga, <sup>(6:7)</sup> Z dobrej woli służąc Panu, a nie ludziom, <sup>(6:8)</sup> Wiedząc, że każdy, jeśli uczyni coś dobrego, otrzyma to samo od Pana, czy niewolnik, czy wolny. <sup>(6:9)</sup> 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. <sup>(6:10)</sup> W końcu, bracia moi, wzmacniajcie się w Panu i w potędze Jego siły; <sup>(6:11)</sup> Przyobleczcie się w całą zbroję Bożą, abyście mogli stać mocno wobec zasadzek diabła. <sup>(6:12)</sup> Albowiem nie toczymy boju przeciwko krwi i ciału, lecz z władzami, ze zwierzchnościami, z rządzcami tego wieku ciemności, z niegodziwymi duchami w niebiosach. <sup>(6:13)</sup> Dlatego weźcie całą zbroję Bożą, abyście mogli dać odpór w dzień zły, a po wykonaniu wszystkiego stać niewzruszenie. <sup>(6:14)</sup> Stójcie więc, mając swoje biodra przepasane prawdą i będąc obleczeni w pancerz sprawiedliwości, <sup>(6:15)</sup> A nogi obute w gotowość przynoszenia ewangelii pokoju, <sup>(6:16)</sup> A w tym wszystkim podnieście tarczę wiary, którą możecie zgasić wszystkie rozpalone strzały złego. <sup>(6:17)</sup> I weźcie hełm zbawienia i miecz Ducha, którym jest Słowo Boże, <sup>(6:18)</sup> 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, <sup>(6:19)</sup> I za mnie, aby było mi dane słowo, bym otwierając swoje usta, śmiało oznajmiał tajemnicę Ewangelii, <sup>(6:20)</sup> Z powodu której sprawuję poselstwo w więzach, abym o niej mówił śmiało, jak mówić mi trzeba. <sup>(6:21)</sup> 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, <sup>(6:22)</sup> Którego posłałem do was dlatego, abyście wiedzieli, co się z nami dzieje i aby pocieszył wasze serca. <sup>(6:23)</sup> Pokój braciom i miłość z wiarą od Boga Ojca i Pana Jezusa Chrystusa. <sup>(6:24)</sup> Łaska z wszystkimi miłującymi Pana naszego Jezusa Chrystusa w szczerości.