

# เอเฟซัส (TNBT)

## เอเฟซัส

### เอเฟซัส 1

#### คำนำและคำอวยพร

<sup>1</sup> จดหมายนี้ เขียนโดยเปาโล

ผู้เป็นอัครทูตของพระเยซูผู้เป็นพระศรีอาริย์ตามความประสงค์ของพระเจ้า เขียนถึง  
วิมุตติชนผู้มีความเชื่อพึ่งอาศัยในพระเยซูผู้เป็นพระศรีอาริย์ <sup>2</sup> ขอให้พระคุณ สันติภาพ  
และสันติสุขจากพระเจ้าผู้เป็นพ่อของเรา และจากพระเยซูผู้เป็นพระศรีอาริย์ พระเจ้าผู้เป็นนาย  
จงอยู่กับพวกท่านทั้งหลายเถิด

#### ในพระเยซูเราจึงได้เป็นลูกของพระเจ้า

<sup>3</sup> จงยกย่องสรรเสริญพระเจ้าผู้เป็นพ่อแห่งพระเยซูผู้เป็นพระศรีอาริย์ พระเจ้าผู้เป็นนายของเรา  
ผู้ได้ให้พรฝ่ายวิญญาณแก่เรานานาประการ จากฟ้าสวรรค์โดยพระผู้เป็นพระศรีอาริย์ <sup>4</sup>  
ในพระเยซูผู้เป็นพระศรีอาริย์นั้นพระองค์ได้เลือกเราไว้ ตั้งแต่ก่อนที่จะเริ่มสร้างโลก  
เพื่อเราจะบริสุทธิ์ในความหลุดพ้นชั้นที่สอง และไม่มีมลทินต่อหน้าของพระองค์ <sup>5</sup>  
พระเจ้าได้กำหนดเราไว้ด้วยพรหมวิหารสี่ อันได้แก่ เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขาก่อน  
ตามที่ความพอใจของพระองค์ให้เป็นลูกโดยพระเยซูผู้เป็นพระศรีอาริย์ <sup>6</sup>  
เพื่อจะให้เป็นที่ยกย่องสง่าราศีแห่งพระคุณของพระองค์ ซึ่งได้มอบแก่เราในพระเยซูผู้เป็นพระศรีอาริย์  
ผู้เป็นที่รักของเรา <sup>7</sup> ในพระเยซูนั้น พวกเราได้รับการไถ่บาปโดยเลือดของพระองค์  
คือได้รับการอภัยโทษบาปของเรา โดยพระคุณอันมากมายของพระองค์ <sup>8</sup> ซึ่งได้ให้แก่เราอย่างล้นเหลือ  
ให้มีปัญญาสุขุม และมีความเข้าใจรอบคอบ <sup>9</sup> พระเจ้าได้ให้เรา รู้ความล้ำลึกในจิตใจของพระองค์  
ตามความประสงค์ของพระองค์ ซึ่งพระองค์ได้ตั้งไว้ในพระผู้เป็นพระศรีอาริย์ <sup>10</sup>  
โดยประสงค์ว่าเมื่อเวลากำหนดมาถึงแล้ว พระองค์จะรวบรวมทุกสิ่งทั้งที่อยู่ในสวรรค์  
และในแผ่นดินโลกไว้ในพระผู้เป็นพระศรีอาริย์ <sup>11</sup> ในพระองค์นั้น เราก็ได้รับการทรงเลือกด้วย

คือถูกกำหนด ไว้ล่วงหน้า ตามพระประสงค์ของพระเจ้า ผู้ทรงทำกิจทุก

อย่างตามที่พระองค์ได้ไตร่ตรองไว้ในจิตใจของพระองค์<sup>12</sup>

เราทั้งหลายผู้มีความหวังในพระเจ้าผู้เป็นพระศรีอาริย์ก่อนผู้อื่นจะได้รับการแต่งตั้งให้เป็นที่ยกย่อง

แก่สง่าราศีของพระองค์<sup>13</sup> ในพระองค์นั้นพวกท่านทั้งหลายก็มีความหวังเหมือนกัน

เมื่อพวกท่านได้ฟังพระคำแห่งความจริง คือบารมีของพระเจ้าเรื่องความหลุดพ้นของท่าน

และได้เชื่อฟังอาศัยในพระองค์แล้ว

ท่านก็ได้รับการประทับตราไว้ด้วยพระวิญญาณศักดิ์สิทธิ์แห่งคำสัญญา<sup>14</sup>

เป็นมัดจำของการรับมรดกของเรา จนกว่าเราจะได้รับเป็นกรรมสิทธิ์

เป็นที่ยกย่องสรรเสริญแก่สง่าราศีของพระองค์

### คำสวดอ้อนวอนขอสติปัญญาและความรู้

<sup>15</sup> เหตุฉะนั้นครั้นข้าพเจ้าได้ยินว่า พวกท่านทั้งหลายได้เชื่อฟังอาศัยในพระเยซูผู้เป็นเจ้านาย

และมีพรหมวิหารสี่ อันได้แก่ เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขาต่อคนบุญทั้งหลายแล้ว<sup>16</sup>

ข้าพเจ้าจึงได้ขอบคุณพระเจ้า เพราะพวกท่านทั้งหลายไม่หยุดเลย

เมื่อข้าพเจ้าอธิษฐานสวดอ้อนวอนเพื่อท่าน<sup>17</sup> ข้าพเจ้าอธิษฐานสวดอ้อนวอนว่า

ขอพระเจ้าแห่งพระเยซูผู้เป็นพระศรีอาริย์ พระเจ้าผู้เป็นนายของเรา คือพระเจ้าผู้เป็นพ่อ ผู้มีสง่าราศี

ได้ให้พวกท่านทั้งหลายมีจิตใจอันประกอบด้วยสติปัญญา

และความรู้แจ้งเห็นจริงในเรื่องความรู้ถึงพระองค์<sup>18</sup> และขอให้จิตใจของท่านสว่างขึ้นเพื่อท่านได้รู้ว่า

ในการที่พระองค์เรียกท่านนั้น พระองค์ได้ให้ความหวังอะไรบ้างแก่ท่าน และให้รู้ว่ามรดกของพระองค์

สำหรับวิมุตติชนมีสง่าราศีอันครบถ้วนบริบูรณ์เพียงใด<sup>19</sup>

และให้รู้ว่าฤทธานุภาพอันใหญ่หลวงของพระองค์มีมากมายเพียงไรสำหรับเราทั้งหลายที่เชื่อ

ตามการกระทำแห่งฤทธานุภาพอันใหญ่หลวงของพระองค์<sup>20</sup>

ซึ่งพระเจ้าได้ทำแล้วในพระเจ้าผู้เป็นพระศรีอาริย์ เมื่อบันดาลให้พระองค์เป็นขึ้นมาจากความตาย

และให้อยู่เบื้องขวามือของพระเจ้าในสวรรค์สถาน<sup>21</sup> สูงส่งเหนือกว่าทุกภูตผีที่ครอบครอง ทุกภูต

ผีที่มีอำนาจ ทุกภูตผีที่มีฤทธิ์เดช และทุกภูตผีที่ปกครอง และเหนือกว่านามทั้งหมดที่ถูกกล่าวถึง

ไม่เพียงในยุคนี้เท่านั้น แต่ในยุคที่จะมาถึงด้วย<sup>22</sup>

พระเจ้าได้ปราบสิ่งสารพัดลงไว้ใต้เท้าของพระเจ้าผู้เป็นพระศรีอาริย์

และได้ตั้งพระองค์ไว้เป็นหัวหน้าเหนือสิ่งสารพัดแห่งชุมชนของพระเจ้า<sup>23</sup> ซึ่งเป็นกายของพระองค์

คือเต็มบริบูรณ์โดยพระองค์ ผู้อยู่เต็มทุกอย่างทุกหนทุกแห่ง

# เอเฟซัส 2

## การกระทำของพระเจ้าเพื่อคนของพระองค์

1 พระเจ้าได้ทำให้พวกท่านทั้งหลายมีชีวิตอยู่ แม้ว่าท่านตายแล้วโดยการฝ่าฝืนและการพิศบาป  
2 เมื่อก่อนนั้นท่านเคยทำตามค่านิยมของโลกนี้ ทำตามฝีมาร์เจ้าแห่งท้องฟ้า  
มันเป็นวิญญูณชั่วที่ครอบครองอยู่ในคนทั้งหลายที่ไม่เชื่อฟัง<sup>3</sup>  
แต่ก่อนเราทั้งหลายเคยเป็นพรรคพวกกับคนเหล่านั้นที่ประพฤติตามกิเลส ตัณหาของเนื้อหนังเหมือนกัน  
คือทำตามความต้องการของเนื้อหนัง ที่เป็น กิเลส ตัณหา อุปาทาน และอวิชชา และความคิดในใจ  
ตามสันดาน เราจึงเป็นคนที่ควรจะถูกลงโทษเหมือนกันกับคนอื่น<sup>4</sup> แต่พระเจ้า ผู้เต็มไปด้วยพระเมตตา  
เพราะเหตุแห่งพรหมวิหารสี่ อันได้แก่ เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขาอันมากมาย ซึ่งพระองค์มีต่อเรานั้น

## ความหลุดพ้นได้มาเพราะพระคุณโดยความเชื่อ

5 ถึงแม้ว่าเมื่อเราตายไปแล้วในการบาป ที่อยู่ใต้อำนาจของ กิเลส ตัณหา อุปาทาน และอวิชชา  
พระองค์ก็ยิ่งทำให้เรามีชีวิตอยู่กับพระผู้เป็นพระศรีอาริย์  
(ซึ่งท่านทั้งหลายหลุดพ้นนั้นก็หลุดพ้นโดยพระคุณ)<sup>6</sup> และพระองค์ได้ให้เราเป็นขึ้นมากับพระองค์  
และได้ให้เราเข้าสู่นิพพานกับพระองค์ในพระเยซูผู้เป็นพระศรีอาริย์<sup>7</sup> เพื่อว่าในยุคต่อ ๆ ไป  
พระองค์จะได้สำแดงพระคุณอันใหญ่หลวงของพระองค์  
ในการที่พระองค์ได้เมตตาเราในพระเยซูผู้เป็นพระศรีอาริย์<sup>8</sup>  
เพราะว่าที่พวกท่านทั้งหลายหลุดพ้นนั้นก็หลุดพ้นโดยพระคุณ เพราะความเชื่อฟังอาศัยในพระเจ้า  
และไม่ใช้ทั้งหลายประพฤติด้วยตนเอง แต่พระเจ้าได้มอบให้<sup>9</sup>  
ความหลุดพ้นนั้นก็ไม่ได้มาจากการกระทำของมนุษย์ เพื่อไม่ให้คนหนึ่งคนใดรอดได้<sup>10</sup>  
เพราะว่าเราเกิดมาจากพระเจ้า พระองค์เป็นผู้สร้างเราขึ้นมาในพระเยซูผู้เป็นพระศรีอาริย์  
เพื่อให้เราทำความดีตามที่พระเจ้าได้เตรียมไว้ก่อนแล้ว เพื่อให้เราทำไปตามนั้น

## สภาพของชาวเอเฟซัสเมื่อก่อนนี้กับเดี๋ยวนี้

11 เหตุฉะนั้นท่านจงระลึกว่า เมื่อก่อนท่านเคยเป็นคนต่างชาติโดยกำเนิด  
และพวกที่ทำพิธีเข้าสู่หนัต เคยเรียกท่านอย่างดูหมิ่นดูแคลนว่า เป็นพวกที่ไม่ได้เข้าสู่หนัต<sup>12</sup> จงระลึกว่า  
ในตอนนั้นท่านทั้งหลาย เป็นคนอยู่นอกพระผู้เป็นพระศรีอาริย์ ชาติจากการเป็นพลเมืองอิสราเอล  
และไม่มีส่วนในพันธสัญญาทั้งหลายซึ่งได้สัญญาไว้นั้น ไม่มีความหวัง และอยู่ในโลกที่ไม่มีพระเจ้า<sup>13</sup>  
แต่บัดนี้ในพระเยซูผู้เป็นพระศรีอาริย์ ท่านทั้งหลาย  
ซึ่งแต่ก่อนนั้นอยู่ไกลได้เข้ามาใกล้โดยเลือดของพระผู้เป็นพระศรีอาริย์<sup>14</sup>  
เพราะว่าพระองค์เป็นสันติภาพและสันติสุขของเรา เป็นผู้ทำให้ทั้งสองฝ่ายเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน

และได้รื้อกำแพงที่กั้นระหว่างสองฝ่ายลง<sup>15</sup> คือการเป็นศัตรูกัน โดยในร่างกายของพระองค์ ได้ทำให้ธรรมบัญญัติอันประกอบไปด้วยบทบัญญัติและศีลต่าง ๆ นั้นถูกยกเลิกไป เพื่อจะทำให้ทั้งสองฝ่ายเป็นคนใหม่คนเดียวในพระองค์ เหตุฉะนั้นพระองค์จึงทำให้เกิดสันติภาพและสันติสุข

### ผลที่เกิดจากการกระทำของพระเยซูผู้เป็นพระศรีอาริย์

<sup>16</sup> และเพื่อพระองค์จะทำให้ทั้งสองพวกคืนดีกับพระเจ้า เป็นกายเดียวโดยกางเขน ซึ่งเป็นการทำให้การเป็นศัตรูต่อกันหมดสิ้นไป<sup>17</sup> และพระองค์ได้มาประกาศสันติภาพและสันติสุขแก่ท่านที่อยู่ไกล และแก่คนที่อยู่ใกล้<sup>18</sup> เพราะว่าพระองค์ให้เราทั้งสองพวกมีโอกาสเข้าเฝ้าพระเจ้าผู้เป็นพ่อ โดยพระวิญญาณองค์เดียวกัน<sup>19</sup> เหตุฉะนั้นบัดนี้ท่านจึงไม่ใช่คนต่างตัวต่างแดนอีกต่อไป แต่ว่าเป็นพลเมืองอันเดียวกันกับวิมุตติชนและเป็นครอบครัวของพระเจ้า<sup>20</sup> ท่านได้ถูกก่อสร้างขึ้นบนรากแห่งพวกอัครทูตและพวกศาสตาศาพยากรณ์ พระเยซูผู้เป็นพระศรีอาริย์เป็นเสาหลัก<sup>21</sup> ในพระองค์นั้น ทุกส่วนของโครงร่างต่อกันสนิท และเจริญขึ้นเป็นวิหารอันบริสุทธิ์ในพระเจ้าผู้เป็นนาย<sup>22</sup> และในพระองค์นั้น ท่านที่กำลังจะถูกก่อสร้างให้เป็นที่อยู่ของพระเจ้าในพระวิญญาณด้วย

## เอเฟซัส 3

### ข้อล้าลึกที่เคยปิดซ่อนไว้

<sup>1</sup> เพราะเหตุนี้ ข้าพเจ้าผู้มีชื่อว่าเปาโล เป็นผู้ที่ถูกจองจำเพราะเห็นแก่พระเยซูผู้เป็นพระศรีอาริย์ เพื่อท่านซึ่งเป็นคนต่างชาติ<sup>2</sup> ถ้าแม้ท่านทั้งหลายได้ยินถึงพระคุณของพระเจ้าอันเป็นพันธกิจ ซึ่งได้มอบไว้ให้แก่ข้าพเจ้า เพื่อท่านทั้งหลายแล้ว<sup>3</sup> และรู้ว่าพระองค์ได้สำแดงให้ข้าพเจ้ารู้ข้อล้าลึก ตามที่ข้าพเจ้าได้เขียนไว้แล้วอย่างย่อ ๆ<sup>4</sup> และโดยคำเหล่านั้น เมื่อท่านอ่านแล้ว ก็รู้ถึงความเข้าใจของข้าพเจ้าในเรื่องความล้าลึกของพระผู้เป็นพระศรีอาริย์<sup>5</sup> ซึ่งในสมัยก่อน พระองค์ไม่ได้สำแดงแก่มนุษย์ทั้งหลาย เหมือนกับเดี๋ยวนี้ที่ได้เปิดเผยแก่พวกอัครทูตผู้บริสุทธิ์ และพวกศาสตาศาพยากรณ์ของพระองค์โดยพระวิญญาณ<sup>6</sup> นั่นคือคนต่างชาติจะเป็นผู้รับมรดกร่วมกัน และเป็นอวัยวะของกายอันเดียวกัน และมีส่วนได้รับคำสัญญาของพระองค์ในพระเยซูผู้เป็นพระศรีอาริย์โดยบารมีของพระเจ้า

## การงานของเปาโลที่ได้รับมาจากพระเจ้า

<sup>7</sup> เพราะบารมีของพระเจ้าฉันนั้น ข้าพเจ้าได้รับการแต่งตั้งให้เป็นผู้รับใช้ของพระองค์ ตามของประทานแห่งพระคุณของพระองค์ ซึ่งประทานให้กับข้าพเจ้าได้ทำพันธกิจโดยฤทธิ์อำนาจของพระองค์ <sup>8</sup> ส่วนตัวของข้าพเจ้านั้น เป็นคนเล็กน้อยที่สุดในพวกวิมุตติชนทั้งหมด แต่พระองค์ได้ให้ข้าพเจ้า ประกาศความไพบูลย์อันหาที่สุดไม่ได้ของพระผู้เป็นพระศรีอาริย์แก่คนต่างชาติ <sup>9</sup> และทำให้คนทั้งหลายเห็นว่า อะไรคือความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันแห่งความล้ำลึก ซึ่งตั้งแต่แรกสร้างโลกได้ปิดบังไว้ที่พระเจ้าผู้สร้างสิ่งสรรพัตต์ทั้งหลาย <sup>10</sup> ซึ่งผ่านทางชุมชนของพระเจ้า ที่เป็นสติปัญญาอันซับซ้อนของพระองค์ เพื่อให้พวกภูตผีที่ครอบครอง และภูตผีที่มีอำนาจในท้องฟ้าได้รู้จัก <sup>11</sup> ที่เป็นเช่นนั้นก็เป็นไปตามความประสงค์อันยั่งยืนของพระองค์ ซึ่งพระองค์ได้ตั้งไว้ในพระเยซูผู้เป็นพระศรีอาริย์ พระเจ้าผู้เป็นนายของเรา <sup>12</sup> ในพระองค์นั้น เราจึงมีใจกล้าหาญ และมีโอกาสที่จะเข้าไปถึงพระเจ้าด้วยความมั่นใจ เพราะความเชื่อเพียงอาศัยในพระองค์ <sup>13</sup> เหตุฉะนั้นข้าพเจ้าจึงขอร้องท่านว่า อย่าทำท้อถอย เพราะเหตุความยากลำบากของข้าพเจ้าที่ท่านเห็นแก่ท่าน ซึ่งเป็นสง่าราศีของท่านเอง

## คำสวดอ้อนวอนของเปาโลเพื่อชาวเอเฟซัส

<sup>14</sup> เพราะเหตุนี้ ข้าพเจ้าจึงคุกเข่าลงต่อพระเจ้าผู้เป็นพ่อของพระเยซูผู้เป็นพระศรีอาริย์ พระเจ้าผู้เป็นนายของเรา <sup>15</sup> เพราะพระเจ้าผู้เป็นพ่อนี้แหละ ทุกครอบครัวยุคในฟ้าสวรรค์ และแผ่นดินโลกก็ได้ชื่อมาจากพระองค์ <sup>16</sup> ขอให้พระองค์ประทานกำลังเร็วแรงฝ่ายจิตวิญญาณให้แก่ท่าน โดยเดชแห่งพระวิญญาณของพระองค์ตามความไพบูลย์แห่งสง่าราศีของพระองค์ <sup>17</sup> เพื่อพระผู้เป็นพระศรีอาริย์จะอยู่ในใจของท่าน โดยความเชื่อเพียงอาศัยในพระเจ้า เพื่อว่า เมื่อท่านถูกวางรากฐานไว้อย่างมั่นคงในพรหมวิหารสี่ อันได้แก่ เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขาแล้ว <sup>18</sup> ท่านก็จะรู้พร้อมทั้งวิมุตติชนทั้งหลาย ว่าอะไรคือความกว้าง ความยาว ความลึก และความสูง <sup>19</sup> และให้เข้าใจถึงพรหมวิหารสี่ของพระผู้เป็นพระศรีอาริย์ซึ่งเกินความรู้ เพื่อท่านจะได้รับความไพบูลย์ของพระเจ้าอย่างเต็มเปี่ยม

<sup>20</sup> ขอให้สง่าราศีจงมีแด่พระเจ้าผู้มีฤทธิ์สามารถทำสิ่งสรรพัตต์มากกว่าที่เราจะขอหรือคิดได้ ตามฤทธิ์เดชที่ทำงานอยู่ภายในตัวของเรา <sup>21</sup> ขอให้สง่าราศีจงมีแด่พระเจ้าในชุมชนของพระองค์ ในพระเยซูผู้เป็นพระศรีอาริย์ตลอดทุกชั่วอายุคน สาธุ

# เอเฟซัส 4

## ความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน

1 เหตุฉะนั้น ข้าพเจ้าผู้ที่ถูกจองจำเพราะเห็นแก่พระเจ้าผู้เป็นนาย ขอวิงวอนท่านให้ประพฤติสมกับพันธกิจที่พวกท่านทั้งหลายถูกเรียกแล้วนั้น <sup>2</sup> คือจงมีใจถ่อมลงทุกอย่าง และใจสุภาพ อดทน และอดกลั้นต่อกันและกันด้วยพรหมวิหารสี่ ซึ่งมี เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา <sup>3</sup> จงเพียรพยายามให้มีความเป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกันโดยพระวิญญาณ โดยเอาเอาสันติภาพและสันติสุขเป็นเครื่องผูกมัด <sup>4</sup> มีกายเดียวและมีพระวิญญาณองค์เดียว เหมือนกับท่านได้ถูกเรียกมาให้มีความหวังอันเดียวกัน ที่เป็นไปตามการที่พระเจ้าเรียกท่านมานั้น <sup>5</sup> ให้มีพระเจ้าผู้เป็นนายองค์เดียว ความเชื่อฟังอาศัยในพระเจ้าองค์เดียว พิธีมูมน้ำเดียว <sup>6</sup> พระเจ้าองค์เดียวผู้เป็นพ่อของคนทั้งหลาย ผู้อยู่เหนือคนทั้งหลาย และอยู่ทั่วคนทั้งหลาย และในท่านทั้งหลาย

## ของประทานแห่งพระคุณของพระเจ้า

7 แต่ว่าพระคุณนั้นได้ให้แก่เราทุก ๆ คนตามขนาดที่พระผู้เป็นพระศรีอาริย์ประทานให้ <sup>8</sup> เหตุฉะนั้นจึงมีพระคำของพระเจ้ากล่าวไว้ว่า “เมื่อพระองค์ขึ้นไปสู่เบื้องสูง พระองค์นำพวกเชลยไป และประทานของประทานแก่มนุษย์” <sup>9</sup> (ที่กล่าวว่าพระองค์ขึ้นไปนั้น จะหมายความอย่างอื่นไปไม่ได้ นอกจากว่าพระองค์ได้ลงไปสู่เบื้องต่ำของแผ่นดินโลกก่อนด้วย <sup>10</sup> พระองค์ผู้ลงไปนั้น ก็คือผู้ที่ขึ้นไปสู่เบื้องสูงเหนือฟ้าสวรรค์ทั้งหลายนั้นเอง เพื่อจะได้ทำให้สิ่งสารพัดสำเร็จ) <sup>11</sup> พระองค์ให้บางคนเป็นอัครทูต บางคนเป็นศาสตาศาพยากรณ์ บางคนเป็นผู้เผยแผ่ข่าวประเสริฐของพระเจ้า บางคนเป็นผู้เลี้ยงดูชุมชนของพระเจ้า และอาจารย์ <sup>12</sup> เพื่อเตรียมมิชชันนารีให้เป็นคนที่จะรับใช้ เพื่อเสริมสร้างร่างกายของพระผู้เป็นพระศรีอาริย์ให้เจริญขึ้น <sup>13</sup> จนกว่าเราทุกคนจะบรรลุถึงความเป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกัน ในความเชื่อฟังอาศัยในพระเจ้า และในความรู้ถึงพระโอรสองค์เดียวของพระเจ้า จนกว่าเราจะเป็นผู้ใหญ่บรรลุนิติภาวะอย่างเต็มที่ คือเต็มถึงขนาดความไพบูรณ์ของพระผู้เป็นพระศรีอาริย์ <sup>14</sup> เพื่อเราจะไม่ได้เป็นเด็กอีกต่อไป ที่ถูกขัดไปขัดมา และหันไปเหมาด้วยลมปากแห่งคำสั่งสอนทุกอย่าง และด้วยเล่ห์กลของมนุษย์ตามอุบายอันฉลาดซึ่งเป็นการล่อลวง <sup>15</sup> แต่ให้เราพูดความจริงด้วยพรหมวิหารสี่ ซึ่งมี เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา เพื่อจะเจริญขึ้นทุกอย่าง ไปสู่พระองค์ผู้เป็นศีรษะคือพระผู้เป็นพระศรีอาริย์ <sup>16</sup> คือเนื่องจากพระองค์นั้น ร่างกายทั้งหมดได้ติดสนิทและผูกพันกัน โดยที่ทุก ๆ ข้อต่อที่พระองค์ได้ประทานให้เจริญเติบโตขึ้นด้วยพรหมวิหารสี่ เมื่ออวัยวะทุกอย่างทำงานตามความเหมาะสมแล้ว

## ชีวิตใหม่ในพระเจ้าผู้เป็นพระศรีอารีย์

17 เหตุฉะนั้นข้าพเจ้าจึงขอยืนยัน และเป็นพยานในพระเจ้าผู้เป็นนายว่า ตั้งแต่บัดนี้เป็นต้นไป ท่านอย่าประพฤติดังคนต่างชาติ ที่เขาประพฤติกันั้น ก็มีใจจดจ่ออยู่กับสิ่งที่ไร้สาระ<sup>18</sup> โดยที่ความเข้าใจของเขามีคมนไป และเขาอยู่ห่างจากชีวิตซึ่งมาจากพระเจ้า เพราะเหตุความโง่ซึ่งอยู่ในตัวเขา อันเนื่องมาจากใจที่อื้อรังของเขา<sup>19</sup> เขามีใจปราศจากความละอายต่อบาป ปล่อยตัวทำการลามก ทำการโสโครกทุกอย่างด้วยความละโมภ<sup>20</sup> แต่ว่าท่านไม่ได้เรียนรู้จากพระเจ้าผู้เป็นพระศรีอารีย์เช่นนั้น<sup>21</sup> ถ้าแม้ท่านได้ฟังเรื่องของพระองค์ และได้รับการสอนโดยพระองค์ตามความจริง ซึ่งมีอยู่ในพระเยซูแล้ว<sup>22</sup> ท่านจงทิ้งตัวเก่าหรือธรรมชาติเก่าของท่านที่เป็นของวิถีชีวิตเก่านั้น ซึ่งจะเสื่อมไปตามกิเลส ตัณหาที่ลอลง<sup>23</sup> และจงให้จิตใจของท่านเปลี่ยนใหม่<sup>24</sup> และให้ท่านสวมตัวใหม่หรือธรรมชาติใหม่ที่ได้สร้างขึ้นใหม่ตามแบบอย่างของพระเจ้า ในความถูกต้องและความบริสุทธิ์ที่แท้จริง

### สิ่งที่ผู้เชื่อในพระเจ้าควรทำและไม่ควรทำ

25 เหตุฉะนั้นท่านจงเลิกโกหกหลอกลวงพูดไม่อยู่กับร่องกับรอย และ “จงพูดความจริงต่อเพื่อนบ้าน” เพราะว่าเราต่างก็เป็นอวัยวะของกันและกัน<sup>26</sup> “ถ้าจะโกรธก็โกรธได้ แต่อย่าทำบาป” อย่าให้ตะวันตกท่านยังโกรธอยู่<sup>27</sup> และอย่าให้โอกาสแก่มาร<sup>28</sup> คนที่เคยเป็นขโมยก็อย่าขโมยอีก แต่จงใช้มือทำงานที่ดี ๆ กว่า เพื่อจะได้มีอะไร ๆ แจกให้แก่คนที่อดอยาก<sup>29</sup> อย่าให้คำหยาบคายออกมาจากปากท่านเลย แต่จงพูดแต่คำที่ดีเป็นมธุรสวาจา และเป็นประโยชน์ให้เกิดความเจริญเพื่อจะได้เป็นคุณแก่คนที่ได้ยินได้ฟัง<sup>30</sup> และอย่าทำให้พระวิญญาณศักดิ์สิทธิ์ของพระเจ้าเสียใจ เพราะโดยพระวิญญาณนั้นท่านได้ถูกประทับตราหมายท่านไว้ จนถึงวันที่พระองค์จะไถ่ให้หลุดพ้น<sup>31</sup> จงให้ใจซมชื่น และใจซัดเคื่อง และใจโกรธ และการทะเลาะเบาะแว้งกัน และการพูดเสียดสีประชดประชันกับการคิดปองร้ายทุกอย่าง อยู่ห่างไกลจากท่านเถิด<sup>32</sup> และท่านจงเมตตาต่อกัน มีใจเอ็นดูต่อกัน และอภัยโทษให้กันเหมือนกับที่พระเจ้าได้อภัยโทษให้ท่าน เพราะเห็นแก่พระเจ้าผู้เป็นพระศรีอารีย์นั้น

## เอเฟซัส 5

### คำขอเรื่องการดำเนินชีวิต

1 เหตุฉะนั้นท่านทั้งหลายจงเลียนแบบของพระเจ้า ให้สมกับเป็นลูกที่รักของพระองค์<sup>2</sup> และจงดำเนินชีวิตในพรหมวิหารสี่ อันได้แก่ เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา เหมือนกันกับที่พระเจ้าผู้เป็นพระศรีอารีย์ได้รักเรา และได้ประทานพระองค์เองเพื่อเราให้เป็นเครื่องถวาย และเครื่องบูชาอันเป็นที่โปรดปรานของพระเจ้า

## สิ่งที่ควรละเว้นในการดำเนินชีวิต

3 แต่การเอ่ยถึงการล่วงประเวณี การลามกต่าง ๆ และความละโมภ อย่าให้มีขึ้นในพวกท่านเลย จะได้สมกับที่ท่านเป็นนิมิตติชนของพระเจ้า 4 ทั้งอย่าพูดคำหยาบคาย พูดเล่นไม่เป็นเรื่อง และพูดตลกหยาบคายเกเร ซึ่งเป็นการไม่สมควร แต่ให้ชอบคุณพระเจ้าดีกว่า 5 เพราะท่านรู้แน่ว่า คนล่วงประเวณี คนโสโครก คนโลภ ที่เป็นคนไหว้รูปเคารพ จะไม่มีส่วนในอาณาจักรของพระเจ้า และของพระเจ้าเป็นพระศรีอาริย์ 6 อย่าให้ผู้ใดล่อลวงท่านด้วยคำที่ไม่มีสาระ เพราะการทำเช่นนั้น พระเจ้าจึงลงโทษแก่ทุกคนที่ไม่เชื่อฟัง

## คำแนะนำเรื่องการคบคน

7 เหตุฉะนั้นท่านอย่าคบหาสมาคมกับคนเหล่านั้นเลย 8 เพราะว่าเมื่อก่อนท่านเป็นความมืด แต่บัดนี้ท่านเป็นความสว่างแล้วในพระเจ้าผู้เป็นนาย จงดำเนินชีวิตอย่างลูกของความสว่าง 9 (เพราะว่าผลของความสว่างคือ ความดีทุกอย่าง และความถูกต้องทั้งหลาย และความจริงทั้งหมด) 10 ท่านจงพิสูจน์ว่า ทำอย่างไรบ้างจึงจะเป็นที่พอใจของพระเจ้าผู้เป็นนาย 11 และอย่าเข้าส่วนกับกิจการของความมืดอันไม่มีประโยชน์ แต่จงติเตียนกิจการเหล่านั้นดีกว่า 12 เพราะว่าแม้แต่จะพูดถึงการเหล่านั้น ซึ่งพวกเขาทำในที่ลับก็ยังคงเป็นที่น่าละอายเลย 13 แต่สิ่งสารพัดที่ถูกติเตียนแล้ว ก็จักปรากฏแจ้งโดยความสว่าง เพราะว่าทุก ๆ สิ่งที่ทำให้ปรากฏก็คือความสว่าง 14 เหตุฉะนั้นจึงมีคำกล่าวไว้ “ คนที่หลับอยู่จืดขึ้นและจงเป็นขึ้นมาจากความตาย และพระเจ้าผู้เป็นพระศรีอาริย์จะส่องสว่างแก่ท่าน”

## หลักการดำเนินชีวิตของลูกพระเจ้า

15 เหตุฉะนั้นท่านจงระมัดระวังในการดำเนินชีวิตให้ดี อย่าให้เหมือนคนไม่มีปัญญา แต่ให้เหมือนคนมีปัญญา 16 จงใช้เวลาให้เป็นประโยชน์ เพราะว่าทุกวันนี้เป็นยุคที่ชั่ว 17 เหตุฉะนั้นอย่าเป็นคนโง่ แต่จงเข้าใจน้ำใจของพระเจ้าผู้เป็นนายว่าเป็นอย่างไร 18 และอย่ากินเหล้าเมาศูราซึ่งจะทำให้เสียคน แต่จงประกอบด้วยพระวิญญาณ 19 จงพักทายกันด้วยเพลงสดุดี เพลงนมัสการ และเพลงแห่งจิตวิญญาณ คือร้องเพลงยกย่องสรรเสริญจากใจของท่านถวายพระเจ้าผู้เป็นนาย 20 จงชอบคุณพระเจ้าผู้เป็นพ่อสำหรับสิ่งสารพัดเสมอ ในนามพระเยซูผู้เป็นพระศรีอาริย์ พระเจ้าผู้เป็นนายของเรา 21 จงยอมฟังกันและกันด้วยความเคารพนับถือในพระเจ้าผู้เป็นพระศรีอาริย์

## หน้าที่ของภรรยาที่มีต่อสามี

22 ฝ่ายผู้เป็นภรรยาจงยอมฟังผู้เป็นสามีของตน เหมือนกันกับยอมฟังพระเจ้าผู้เป็นนาย 23 เพราะว่าผู้เป็นสามีเป็นศีรษะของผู้เป็นภรรยา เหมือนกันกับพระเจ้าผู้เป็นพระศรีอาริย์เป็นศีรษะของชุมชนของพระเจ้า

และพระองค์เป็นพระผู้ทำความหลุดพ้นให้แก่ชนชนของพระเจ้านั้น 24  
เหตุฉะนั้นชุมชนของพระเจ้ายอมฟังพระผู้เป็นพระศรีอาริย์ฉันใด  
ภรรยาที่ควรยอมฟังสามีทุกประการฉันนั้น 25 ฝ่ายผู้เป็นสามีก็จงรักใคร่ภรรยาของตน  
เหมือนกันกับที่พระผู้เป็นพระศรีอาริย์รักใคร่ชุมชนของพระเจ้า  
และได้สละพระองค์เองเพื่อชุมชนของพระเจ้า 26 เพื่อจะได้ทำให้ชุมชนของพระเจ้าบริสุทธิ์  
โดยการชำระด้วยน้ำ และพระวิญญาณ 27  
เพื่อพระองค์จะได้มอบชุมชนของพระเจ้าที่มีสง่าราศีแก่พระองค์เอง ไม่มีจุดต่างพร้อย ริ้วรอย  
หรือมลทินใด ๆ เลย แต่บริสุทธิ์ปราศจากตำหนิ

### หน้าที่ของสามีที่มีต่อภรรยา

28 “เหตุฉะนั้น ผู้เป็นสามีจึงควรจะรักใคร่ผู้เป็นภรรยาของตนเหมือนกับรักร่างกายของตน  
ผู้ที่รักภรรยาของตนก็รักตนเอง 29 เพราะว่าไม่มีผู้ใดเกลียดชังร่างกายของตัวเอง  
มีแต่เลี้ยงดูและทะนุถนอม เหมือนกับพระเจ้าผู้เป็นนายทำกับชุมชนของพระองค์ 30  
เพราะว่าเราเป็นอวัยวะแห่งร่างกายของพระองค์ 31 เพราะเหตุนี้ผู้ชายจะจากบิดามารดาของเขา  
ไปผูกพันอยู่กับภรรยา และเขาทั้งสองจะเป็นเนื้ออันเดียวกัน” 32 ข้อนี้เป็นข้อล้าลึกที่สำคัญมาก  
ซึ่งข้าพเจ้าเข้าใจว่าหมายถึงพระผู้เป็นพระศรีอาริย์กับชุมชนของพระเจ้า 33 ถึงกระนั้นก็ดี  
ท่านทุกคนจงรักภรรยาของตนเหมือนกับรักตัวเอง และผู้เป็นภรรยาก็จงยำเกรงสามีของตนด้วย

## เอเฟซัส 6

### หน้าที่ของบิดามารดาและบุตรธิดา

1 ฝ่ายผู้เป็นบุตรธิดาจงนบถเชื่อฟังผู้เป็นบิดามารดาของตนในพระเจ้าผู้เป็นนาย  
เพราะการทำเช่นนั้นเป็นการถูกต้อง 2 “จงให้เกียรติแก่บิดามารดาของเจ้า”  
(นี่เป็นบัญญัติหรือศีลข้อแรกที่อยู่ในคำสัญญา) 3 “เพื่อท่านจะได้อยู่เย็นเป็นสุข  
และมีอายุยืนยาวในแผ่นดินโลก” 4 ฝ่ายท่านผู้เป็นบิดาย่ากวนใจบุตรธิดาของตนให้เกิดโมโหโทโส  
แต่จงอบรมบุตรธิดาด้วยการสั่งสอน และการตักเตือนตามหลักของพระเจ้าผู้เป็นนาย

### หน้าที่ของทาสและนายทาส

5 ฝ่ายผู้ที่เป็ทาสจงเชื่อฟังผู้ที่เป็นนายฝ่ายโลกด้วยใจยำเกรงจนตัวสั่น  
ด้วยน้ำใสใจจริงเหมือนกับทำกับพระผู้เป็นพระศรีอาริย์ 6 อย่าให้เหมือนกับคนที่หน้าไหว้หลังหลอก  
ทำดีต่อหน้า หรือทำให้ถูกใจคน  
แต่จงทำเหมือนคือกับเป็นทาสของพระผู้เป็นพระศรีอาริย์คือทำตามชอบใจของพระเจ้าด้วยความเต็มใจ

7 จงรับใช้นายด้วยจิตใจเบิกบาน เหมือนกับรับใช้พระเจ้าผู้เป็นนาย ไม่ใช่รับใช้มนุษย์<sup>8</sup>  
เพราะท่านรู้อยู่แล้วว่าผู้ใดทำความดีอะไร ผู้นั้นก็จะได้รับบำเหน็จเช่นนั้นจากพระเจ้าผู้เป็นนายอีก  
ไม่ว่าเขาจะเป็นทาสหรือเป็นไท<sup>9</sup> ฝ่ายผู้เป็นนายจงทำต่อทาสในทำนองเดียวกัน คืออย่าขู่เข็ญเขา  
เพราะท่านก็รู้แล้วว่านายของท่านอยู่ในสวรรค์ และพระองค์ไม่เลือกหน้าผู้ใดเลย

### เครื่องป้องกันตัวของลูกพระเจ้า

10 สุดท้ายนี้ขอให้ท่านจงมีกำลังเข้มแข็งขึ้นในพระเจ้าผู้เป็นนาย  
และในฤทธิ์เดชอันใหญ่หลวงของพระองค์<sup>11</sup>  
จงสวมเครื่องป้องกันตัวทั้งชุดของพระเจ้าเพื่อจะต่อต้านเล่ห์เหลี่ยมของมารได้<sup>12</sup> เพราะเราไม่ได้ต่อสู้กับมนุษย์และเลือดเนื้อ แต่ต่อสู้กับพวกภูตผีที่ครอบครอง พวกภูตผีที่มีอำนาจ พวกภูตผีที่ครอบงำโลกแห่งความมืดในยุคนี้ ต่อสู้กับพวกวิญญาณชั่วในฟ้าอากาศ<sup>13</sup>  
เหตุฉะนั้นจงรับเครื่องป้องกันตัวทั้งชุดของพระเจ้าไว้ เพื่อท่านจะได้ต่อต้านในวันอันชั่วร้ายนั้น  
และเมื่อเสร็จแล้วจะอยู่อย่างมั่นคงได้<sup>14</sup> เหตุฉะนั้นท่านจงมั่นคง เอาความจริงคาดแหวไว้  
เอาความถูกต้องเป็นแนวป้องกัน<sup>15</sup> และเอาบารมีของพระเจ้าแห่งสันติภาพและสันติสุข  
ซึ่งเป็นเหตุให้เกิดความพร้อมมาสวมเป็นรองเท้า<sup>16</sup> และพร้อมทั้งสิ่งทั้งหมดนี้  
จงเอาความเชื่อฟังอาศัยในพระเจ้าเป็นโล่ เพราะโล่นั้นท่านจะได้ดับลูกศรไฟของมารนั้น<sup>17</sup>  
จงเอาความหลุดพ้นเป็นหมวกเหล็กป้องกันศีรษะ และจงถือดาบของพระวิญญาณ  
ซึ่งได้แก่พระคำของพระเจ้า<sup>18</sup> จงอธิษฐานสวดอ้อนวอนทุกอย่าง และจงขอโดยพระวิญญาณทุกเวลา  
ทั้งนี้จงระวังตัวด้วยความอดทนทุกอย่าง จงอธิษฐานสวดอ้อนวอนเพื่อวิมุตติชนทุกคน<sup>19</sup>  
และอธิษฐานสวดอ้อนวอนเพื่อข้าพเจ้าด้วย เพื่อจะได้ประทานให้ข้าพเจ้ามีคำพูด และเกิดใจกล้าหาญ  
ที่จะเผยแพร่อัล้าลิกแห่งบารมีของพระเจ้าได้<sup>20</sup> เพราะบารมีของพระเจ้านี้เอง  
ทำให้ข้าพเจ้าเป็นทูตผู้ต้องติดโซ่ตรวนอยู่  
เพื่อข้าพเจ้าจะได้เล่าเรื่องบารมีของพระเจ้าด้วยใจกล้าหาญตามที่ข้าพเจ้าควรจะพูด

### คำแสดงความคิดถึงในตอนท้าย

21 แต่เพื่อให้ท่านได้รู้เหตุการณ์ทั้งหลายของข้าพเจ้าว่า ข้าพเจ้าเป็นอยู่อย่างไร ทีคิกัส  
ซึ่งเป็นน้องที่รัก และเป็นผู้ใช้ที่สัตย์ซื่อในพระเจ้าผู้เป็นนาย จะได้บอกท่านให้รู้ถึงเหตุการณ์ทั้งหลาย  
22 ข้าพเจ้าให้ผู้นี้ไปหาท่าน ก็เพราะเหตุนี้เอง คือให้ท่านได้รู้ถึงเหตุการณ์ทั้งหลายของเรา  
และเพื่อให้เขาส่งเสริมและให้กำลังใจท่าน

23 ขอให้พวกพี่น้องได้รับสันติภาพ สันติสุข และพรหมวิหารสี่ ซึ่งมี เมตตา กรุณา มุทิตา  
อุเบกขา โดยความเชื่อฟังอาศัยในพระเจ้า ที่มาจากพระเจ้าผู้เป็นพ่อและจากพระเยซูผู้เป็นพระศรีอาริย์

พระเจ้าผู้เป็นนาย <sup>24</sup> ขอพระคุณดำรงอยู่กับคนทั้งหลายที่รักพระเยซูผู้เป็นพระศรีอาริย์  
พระเจ้าผู้เป็นนาย อย่างไม่มีวันเสื่อมสลายไป สาธุ