List do Efezjan

Rozdział 1

**1**. Paweł, z woli Bożej apostoł Chrystusa Jezusa – do świętych, którzy są w Efezie, i do wiernych w Chrystusie Jezusie: **2**. Łaska wam i pokój od Boga, Ojca naszego, i od Pana Jezusa Chrystusa! **3**. Niech będzie błogosławiony Bóg i Ojciec Pana naszego, Jezusa Chrystusa; On napełnił nas wszelkim błogosławieństwem duchowym na wyżynach niebieskich w – Chrystusie. **4**. W Nim bowiem wybrał nas przed założeniem świata, abyśmy byli święci i nieskalani przed Jego obliczem. Z miłości **5**. przeznaczył nas dla siebie jako przybranych synów poprzez Jezusa Chrystusa, według postanowienia swej woli, **6**. ku chwale majestatu swej łaski, którą obdarzył nas w Umiłowanym. **7**. W Nim mamy odkupienie przez Jego krew – odpuszczenie występków, według bogactwa Jego łaski. **8**. Szczodrze ją na nas wylał w postaci wszelkiej mądrości i zrozumienia, **9**. przez to, że nam oznajmił tajemnicę swej woli według swego postanowienia, które przedtem w Nim powziął **10**. 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, **12**. byśmy istnieli ku chwale Jego majestatu – my, którzy już przedtem nadzieję złożyliśmy w Chrystusie. **13**. W Nim także i wy, usłyszawszy słowo prawdy, Dobrą Nowinę o waszym zbawieniu, w Nim również – uwierzywszy, zostaliście naznaczeni pieczęcią, Duchem Świętym, który był obiecany. **14**. 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, **16**. nie zaprzestaję dziękczynienia, wspominając was w moich modlitwach. **17**. [Proszę w nich], aby Bóg Pana naszego, Jezusa Chrystusa, Ojciec chwały, dał wam ducha mądrości i objawienia w głębszym poznawaniu Jego samego. **18**. [Niech da] wam światłe oczy serca, byście wiedzieli, czym jest nadzieja, do której On wzywa, czym bogactwo chwały Jego dziedzictwa wśród świętych **19**. i czym przeogromna Jego moc 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, **21**. ponad wszelką Zwierzchnością i Władzą, i Mocą, i Panowaniem, i ponad wszelkim innym imieniem, wzywanym nie tylko w tym wieku, ale i w przyszłym. **22**. I wszystko poddał pod Jego stopy, a Jego samego ustanowił nade wszystko Głową dla Kościoła, **23**. który jest Jego Ciałem, Pełnią Tego, który napełnia wszystko wszelkimi sposobami.

Rozdział 2

**1**. I wy byliście umarłymi na skutek waszych występków i grzechów, **2**. w których żyliście niegdyś według doczesnego sposobu tego świata, według sposobu Władcy mocarstwa powietrza, to jest ducha, który działa teraz w synach buntu. **3**. 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. **4**. A Bóg, będąc bogaty w miłosierdzie, przez wielką swą miłość, jaką nas umiłował, **5**. 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, **7**. aby w nadchodzących wiekach przeogromne bogactwo swej łaski okazać przez dobroć względem nas, w Chrystusie Jezusie. **8**. Łaską bowiem jesteście zbawieni przez wiarę. A to pochodzi nie od was, lecz jest darem Boga: **9**. nie z uczynków, aby się nikt nie chlubił. **10**. Jesteśmy bowiem Jego dziełem, stworzeni w Chrystusie Jezusie do dobrych czynów, które Bóg z góry przygotował, abyśmy je pełnili. **11**. Dlatego pamiętajcie, że niegdyś wy – poganie co do ciała, zwani nieobrzezanymi przez tych, którzy zowią się obrzezanymi od znaku dokonanego ręką na ciele – **12**. 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. **14**. On bowiem jest naszym pokojem. On, który obie części [ludzkości] uczynił jednością, bo zburzył rozdzielający je mur – wrogość. W swym ciele **15**. pozbawił On mocy Prawo przykazań, wyrażone w zarządzeniach, aby z dwóch [rodzajów ludzi] stworzyć w sobie jednego nowego człowieka, wprowadzając pokój, **16**. i [w ten sposób] jednych, jak i drugich znów pojednać z Bogiem, w jednym Ciele przez krzyż, w sobie zadawszy śmierć wrogości. **17**. A przyszedłszy, zwiastował pokój wam, którzyście daleko, i pokój tym, którzy są blisko, **18**. bo przez Niego jedni i drudzy w jednym Duchu mamy przystęp do Ojca. **19**. A więc nie jesteście już obcymi i przybyszami, ale jesteście współobywatelami świętych i domownikami Boga – **20**. zbudowani na fundamencie apostołów i proroków, gdzie głowicą węgła jest sam Chrystus Jezus. **21**. W Nim zespalana cała budowla rośnie na świętą w Panu świątynię, **22**. w Nim i wy także wznosicie się we wspólnym budowaniu, by stanowić mieszkanie Boga przez Ducha.

Rozdział 3

**1**. Dlatego ja, Paweł, więzień Chrystusa Jezusa dla was, pogan... **2**. bo przecież słyszeliście o udzieleniu przez Boga łaski danej mi dla was, **3**. że mianowicie przez objawienie oznajmiona mi została ta tajemnica, jaką pokrótce przedtem opisałem. **4**. 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, **6**. 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 Boga udzielonej mi przez działanie Jego potęgi. **8**. Mnie, zgoła najmniejszemu ze wszystkich świętych, została dana ta łaska: ogłosić poganom jako Dobrą Nowinę niezgłębione bogactwo Chrystusa **9**. i wydobyć na światło, czym jest wykonanie tajemniczego planu, ukrytego przed wiekami w Bogu, Stwórcy wszechrzeczy. **10**. Przez to teraz wieloraka w przejawach mądrość Boga poprzez Kościół stanie się jawna Zwierzchnościom i Władzom na wyżynach niebieskich – **11**. zgodnie z planem wieków, jaki powziął [Bóg] w Chrystusie Jezusie, Panu naszym. **12**. W Nim mamy śmiały przystęp [do Ojca] z ufnością, przez wiarę 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, **15**. od którego bierze nazwę wszelki ród na niebie i na ziemi, **16**. aby według bogactwa swej chwały sprawił w was przez Ducha swego, by potężnie wzmocnił się wewnętrzny człowiek. **17**. Niech Chrystus zamieszka przez wiarę w waszych sercach; abyście w miłości zakorzenieni i ugruntowani, **18**. wraz ze wszystkimi świętymi zdołali ogarnąć duchem, czym jest Szerokość, Długość, Wysokość i Głębokość, **19**. i poznać miłość Chrystusa, przewyższającą wszelką wiedzę, abyście zostali napełnieni całą Pełnią Boga. **20**. Temu zaś, który mocą działającą w nas może uczynić nieskończenie więcej niż to, o co my prosimy czy rozumiemy, **21**. Jemu chwała w Kościele i w Chrystusie Jezusie po wszystkie pokolenia wieku wieków! Amen.

Rozdział 4

**1**. Zachęcam was zatem ja, więzień w Panu, abyście postępowali w sposób godny powołania, do jakiego zostaliście wezwani, **2**. z całą pokorą i cichością, z cierpliwością, znosząc siebie nawzajem w miłości. **3**. Usiłujcie zachować jedność Ducha dzięki więzi, jaką jest pokój. **4**. Jedno jest Ciało i jeden Duch, bo też zostaliście wezwani do jednej nadziei, jaką daje wasze powołanie. **5**. Jeden jest Pan, jedna wiara, jeden chrzest. **6**. 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 na wysokości, wziął do niewoli jeńców, rozdał ludziom dary. **9**. Słowo zaś wstąpił cóż oznacza, jeśli nie to, że również zstąpił do niższych części ziemi? **10**. Ten, który zstąpił, jest i Tym, który wstąpił ponad wszystkie niebiosa, aby wszystko napełnić. **11**. On też ustanowił jednych apostołami, innych prorokami, innych ewangelistami, innych pasterzami i nauczycielami, **12**. aby przysposobili świętych do wykonywania posługi dla budowania Ciała Chrystusowego, **13**. 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. **15**. Natomiast, żyjąc prawdziwie w miłości, sprawmy, by wszystko wzrastało ku Temu, który jest Głową – ku Chrystusowi. **16**. Od Niego [poczynając] całe Ciało – zespalane i utrzymywane w łączności więzią umacniającą każdy z członków stosownie do jego miary – przyczynia sobie wzrostu dla budowania siebie w miłości. **17**. To zatem mówię i zaklinam się na Pana, abyście już nie postępowali tak, jak postępują poganie, z ich próżnym myśleniem, **18**. 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. **20**. Wy zaś nie tak nauczyliście się Chrystusa. **21**. Słyszeliście przecież o Nim i zostaliście pouczeni w Nim, zgodnie z prawdą, jaka jest w Jezusie, **22**. że – co się tyczy poprzedniego sposobu życia – trzeba porzucić dawnego człowieka, który ulega zepsuciu na skutek zwodniczych żądz, **23**. odnawiać się duchem w waszym myśleniu **24**. i przyoblec się w człowieka nowego, stworzonego na obraz Boga, w sprawiedliwości i prawdziwej świętości. **25**. Dlatego, odrzuciwszy kłamstwo, niech każdy z was mówi prawdę swemu bliźniemu, bo jesteście nawzajem dla siebie członkami. **26**. Gniewajcie się, a nie grzeszcie: niech nad waszym gniewem nie zachodzi słońce. **27**. Ani nie dawajcie miejsca diabłu! **28**. Kto dotąd kradł, niech już przestanie kraść, lecz raczej niech pracuje uczciwie własnymi rękami, by miał z czego użyczać potrzebującemu. **29**. Niech nie wychodzi z waszych ust żadna mowa szkodliwa, lecz tylko budująca, zależnie od potrzeby, by wyświadczała dobro słuchającym. **30**. I nie zasmucajcie Bożego Ducha Świętego, którym zostaliście opieczętowani na dzień odkupienia. **31**. Niech zniknie spośród was wszelka gorycz, uniesienie, gniew, wrzaskliwość, znieważanie – wraz z wszelką złością. **32**. Bądźcie dla siebie nawzajem dobrzy i miłosierni. Przebaczajcie sobie, tak jak i Bóg wam przebaczył w Chrystusie.

Rozdział 5

**1**. Bądźcie więc naśladowcami Boga, jako dzieci umiłowane, **2**. i postępujcie drogą miłości, bo i Chrystus was umiłował i samego siebie wydał za nas w ofierze i dani na woń miłą Bogu. **3**. O nierządzie zaś i wszelkiej nieczystości albo chciwości niechaj nawet mowy nie będzie wśród was, jak przystoi świętym, **4**. ani o tym, co haniebne, ani niedorzecznego gadania lub nieprzyzwoitych żartów, bo to wszystko jest niestosowne. Raczej winno być wdzięczne usposobienie. **5**. 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 synów buntu. **7**. Nie miejcie więc z nimi nic wspólnego! **8**. 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. **10**. Badajcie, co jest miłe Panu. **11**. I nie miejcie udziału w bezowocnych uczynkach ciemności, a raczej piętnując [je], nawracajcie [tamtych]. **12**. O tym bowiem, co się u nich dzieje po kryjomu, wstyd nawet mówić. **13**. Natomiast wszystkie te rzeczy, gdy są 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 jak niemądrzy, ale jak mądrzy. **16**. Wyzyskujcie chwilę sposobną, bo dni są złe. **17**. Nie bądźcie przeto nierozsądni, lecz usiłujcie zrozumieć, co jest wolą Pana. **18**. I nie upijajcie się winem, bo to jest przyczyną rozwiązłości, ale napełniajcie się Duchem, **19**. przemawiając do siebie wzajemnie psalmami i hymnami, i pieśniami pełnymi ducha, śpiewając i wysławiając Pana w waszych sercach. **20**. 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, **23**. bo mąż jest głową żony, jak i Chrystus – Głową Kościoła: On – Zbawca Ciała. **24**. Lecz jak Kościół poddany jest Chrystusowi, tak i żony mężom we wszystkim. **25**. Mężowie, miłujcie żony, bo i Chrystus umiłował Kościół i wydał za niego samego siebie, **26**. aby go uświęcić, oczyściwszy obmyciem wodą, któremu towarzyszy słowo, **27**. aby samemu sobie przedstawić 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. **29**. Przecież nigdy nikt nie odnosił się z nienawiścią do własnego ciała, lecz każdy je żywi i pielęgnuje, jak i Chrystus Kościół, **30**. bo jesteśmy członkami Jego Ciała. **31**. 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. **33**. W końcu więc niechaj również każdy z was tak miłuje swą żonę jak siebie samego. A żona niechaj ze czcią się odnosi do swojego męża.

Rozdział 6

**1**. Dzieci, bądźcie posłuszne w Panu waszym rodzicom, bo to jest sprawiedliwe. **2**. Czcij ojca twego i matkę – jest to pierwsze przykazanie z obietnicą – **3**. aby ci było dobrze i abyś długo żył na ziemi. **4**. A [wy], ojcowie, nie pobudzajcie do gniewu waszych dzieci, lecz wychowujcie je w karności, napominając, jak chce Pan. **5**. Niewolnicy, ze czcią i bojaźnią, w prostocie serca bądźcie posłuszni waszym doczesnym panom jak Chrystusowi, **6**. nie służąc tylko dla oka, by ludziom się podobać, lecz jako niewolnicy Chrystusa, którzy z duszy pełnią wolę Bożą. **7**. Z ochotą służcie, jak gdybyście służyli Panu, a nie ludziom, **8**. świadomi tego, że każdy, jeśli uczyni coś 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**. Na koniec bądźcie mocni w Panu – siłą Jego potęgi. **11**. Przyobleczcie pełną zbroję Bożą, byście mogli się ostać wobec podstępnych zakusów diabła. **12**. Nie toczymy bowiem walki przeciw krwi i ciału, lecz przeciw Zwierzchnościom, przeciw Władzom, przeciw rządcom świata tych ciemności, przeciw duchowym pierwiastkom zła na wyżynach niebieskich. **13**. Dlatego przywdziejcie pełną zbroję Bożą, abyście się zdołali przeciwstawić w dzień zły i ostać, zwalczywszy wszystko. **14**. Stańcie więc do [walki], przepasawszy biodra wasze prawdą i przyoblókłszy pancerz, którym jest sprawiedliwość, **15**. a obuwszy nogi w gotowość [głoszenia] dobrej nowiny o pokoju. **16**. W każdym położeniu bierzcie wiarę jako tarczę, dzięki której zdołacie zgasić wszystkie rozżarzone pociski Złego. **17**. Weźcie też hełm zbawienia i miecz Ducha, to jest słowo Boże – **18**. wśród wszelakiej modlitwy i błagania. Przy każdej sposobności módlcie się w Duchu! Nad tym właśnie czuwajcie najusilniej i proście za wszystkich świętych **19**. i za mnie, aby dane mi było słowo, gdy usta otworzę, by jawnie i swobodnie głosić tajemnicę Ewangelii, **20**. dla której sprawuję poselstwo jako więzień – żebym 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, **22**. którego wysłałem do was po to, byście 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. **24**. Łaska [niech będzie] ze wszystkimi, którzy miłują Pana naszego, Jezusa Chrystusa, w nieskazitelności.

Biblia Tysiąclecia, wydanie V.   
Prawo autorskie © 1999, Pallottinum. Wszelkie prawa zastrzeżone.   
Copyright © 1999 by Pallottinum. All rights reserved.