

# 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 ให้มีปัญญาสุชุม และมีความเข้าใจรอบคอบ <sup>9</sup> พระเจ้าได้ให้เรารู้ความล้ำลึกในจิตใจของพระองค์ ตามความประสงค์ของพระองค์ ซึ่งพระองค์ได้ตั้งไว้ในพระผู้เป็นพระศรีอาริย์ <sup>10</sup> โดยประสงค์ว่าเมื่อเวลากำหนดมาถึงแล้ว พระองค์จะรวบรวมทุกสิ่งทั้งที่อยู่ในสวรรค์ และในแผ่นดินโลกไว้ในพระผู้เป็นพระศรีอาริย์ <sup>11</sup> ในพระองค์นั้น เราก็ได้รับการทรงเลือกด้วย คือถูกกำหนด ไว้ล่วงหน้า ตามพระประสงค์ของพระเจ้า ผู้ทรงทำกิจทุกอย่างตามที่พระองค์ได้ไต่ตรองไว้ในจิตใจของพระองค์ <sup>12</sup> เราทั้งหลายผู้มีความหวังในพระผู้เป็นพระศรีอาริย์ก่อนผู้อื่นจะได้รับ

การแต่งตั้งให้เป็นที่ยกย่อง 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 และความรู้อย่างเห็นจริงในเรื่องความรู้ถึงพระองค์<sup>18</sup> และขอให้จิตใจของท่านสว่างขึ้นเพื่อท่านได้รู้ว่า ในการที่พระองค์เรียกท่านนั้น พระองค์ได้ให้ความหวังอะไรบ้างแก่ท่าน และให้รู้ว่ามีมรดกของพระองค์ สำหรับวิมุตติชนมีสง่าราศีอันครบถ้วนบริบูรณ์เพียงใด<sup>19</sup> และให้รู้ว่ายูทธานูภาพอันใหญ่หลวงของพระองค์มีมากมายเพียงไรสำหรับเราทั้งหลายที่เชื่อ ตามการกระทำแห่งยูทธานูภาพอันใหญ่หลวงของพระองค์<sup>20</sup> ซึ่งพระเจ้าได้ทำแล้วในพระผู้เป็นพระศรีอาริย์ เมื่อบันดาลให้พระองค์เป็นขึ้นมาจากความตาย และให้อยู่เบื้องขวามือของพระเจ้าในสวรรค์สถาน<sup>21</sup> สูงส่งเหนือกว่าทุกภูตผีที่ครอบครอง ทุกภูตผีที่มีอำนาจ ทุกภูตผีที่มีฤทธิ์เดช และทุกภูตผีที่ปกครอง และเหนือกว่านามทั้งหมดที่ถูกกล่าวถึง ไม่เพียงในยุคนี้เท่านั้น แต่ในยุคที่จะมาถึงด้วย<sup>22</sup> พระเจ้าได้ปราบสิ่งสารพัดลงไว้ใต้เท้าของพระผู้เป็นพระศรีอาริย์ และได้ตั้งพระองค์ไว้เป็นหัวหน้าเหนือสิ่งสารพัดแห่งชุมชนของพระเจ้า<sup>23</sup> ซึ่งเป็นกายของพระองค์ คือเต็มบริบูรณ์โดยพระองค์ ผู้อยู่เต็มทุกอย่างทุกหนทุกแห่ง

## เอเฟซัส 2

### การกระทำของพระเจ้าเพื่อคนของพระองค์

<sup>1</sup> พระเจ้าได้ทำให้พวกท่านทั้งหลายมีชีวิตอยู่ แม้ว่าท่านตายแล้วโดยการฝ่าฝืนและการผิดบาป<sup>2</sup> เมื่อก่อนนั้นท่านเคยทำตามค่านิยมของโลกนี้ ทำตามผีมารเจ้าแห่งท้องฟ้า มันเป็นวิญญาณชั่วที่ครอบครองอยู่ในคนทั้งหลายที่ไม่เชื่อฟัง<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

<sup>5</sup> ถึงแม้ว่าเมื่อเราตายไปแล้วในการบาป ที่อยู่ใต้อำนาจของ กิเลส ตัณหา อุปาทาน และอวิชชา พระองค์ก็ยังทำให้เรามีชีวิตอยู่กับพระผู้เป็นพระศรีอาริย์ (ซึ่งท่านทั้งหลายหลุดพ้นนั้นก็หลุดพ้นโดยพระคุณ) <sup>6</sup> และพระองค์ได้ให้เราเป็นขึ้นขึ้นมากับพระองค์ 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 เพื่อให้เราทำตามความดีตามที่พระเจ้าได้เตรียมไว้ก่อนแล้ว เพื่อให้เราทำตามนั้น

### สภาพของชาวเอเฟซัสเมื่อก่อนนี้กับเดี๋ยวนี้

<sup>11</sup> เหตุฉะนั้นท่านจงระลึกว่า เมื่อก่อนท่านเคยเป็นคนต่างชาติโดยกำเนิด และพวกที่ทำพิธีเข้าสู่หนัต เคยเรียกท่านอย่างดูหมิ่นดูแคลนว่า เป็นพวกที่ไม่ได้เข้าสู่หนัต <sup>12</sup> จงระลึกว่า ในตอนนั้นท่านทั้งหลาย เป็นคนอยู่นอกพระผู้เป็นพระศรีอาริย์ ขาดจากการเป็นพลเมืองอิสราเอล และไม่มีส่วนในพันธสัญญาทั้งหลายซึ่งได้สัญญาไว้นั้น ไม่มีความหวัง และอยู่ในโลกที่ไม่มีพระเจ้า <sup>13</sup> แต่บัดนี้ในพระเยซูผู้เป็นพระศรีอาริย์ ท่านทั้งหลาย ซึ่งแต่ก่อนนั้นอยู่ไกลได้เข้ามาใกล้โดยเลือดของพระผู้เป็นพระศรีอาริย์ <sup>14</sup> เพราะว่าพระองค์เป็นสันติภาพและสันติสุขของเรา เป็นผู้ทำให้ทั้งสองฝ่ายเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน และได้รื้อกำแพงที่กั้นระหว่างสองฝ่ายลง <sup>15</sup> คือการเป็นศัตรูกัน โดยในร่างกายของพระองค์ ได้ทำให้ธรรมเนียมปฏิบัติอันประกอบไปด้วยบทบัญญัติและศีลต่าง ๆ นั้นถูกยกเลิกไป เพื่อจะทำให้ทั้งสองฝ่ายเป็นคนใหม่คนเดียวในพระองค์ เหตุฉะนั้นพระองค์จึงทำให้เกิดสันติภาพและสันติสุข

### ผลที่เกิดจากการกระทำของพระเยซูผู้เป็นพระศรีอาริย์

<sup>16</sup> และเพื่อพระองค์จะทำให้ทั้งสองพวกคืนดีกับพระเจ้า เป็นกายเดียวโดยทางเชน ซึ่งเป็นการทำให้การเป็นศัตรูต่อกันหมดสิ้นไป <sup>17</sup> และพระองค์ได้มาประกาศสันติภาพและสันติสุขแก่ท่านที่อยู่ไกล และแก่คนที่อยู่ใกล้ <sup>18</sup> เพราะว่าพระองค์ให้เราทั้งสองพวกมีโอกาสดำเนินเข้าสู่พระเจ้าผู้เป็นพ่อ โดยพระวิญญาณองค์เดียวกัน <sup>19</sup> เหตุฉะนั้นบัดนี้ท่านจึงไม่ใช่คนต่างด้าวต่างแดนอีกต่อไป แต่ว่าเป็นพลเมืองอันเดียวกันกับวิมุตติชนและเป็นครอบครัวของพระเจ้า <sup>20</sup> ท่านได้ถูกก่อสร้างขึ้นบนรากแห่งพวกอัครทูต และพวกศาสตาดพยากรณ์ พระเยซูผู้เป็นพระศรีอาริย์เป็นเสาหลัก <sup>21</sup> ในพระองค์นั้น ทุกส่วนของโครงสร้าง

ต่อกันสนิท และเจริญขึ้นเป็นวิหารอันบริสุทธิ์ในพระเจ้าผู้เป็นนาย <sup>22</sup> และในพระองค์นั้น ท่านที่กำลังจะถูก  
ก่อขึ้นให้เป็นที่อยู่ของพระเจ้าในพระวิญญาณด้วย

## เอเฟซัส 3

### ข้อล้าลึกที่เคยปิดซ่อนไว้

<sup>1</sup> เพราะเหตุนี้ ข้าพเจ้าผู้มีชื่อว่าเปาโล เป็นผู้ที่ถูกจองจำเพราะเห็นแก่พระเยซูผู้เป็นพระศรีอาริย์  
เพื่อท่านซึ่งเป็นคนต่างชาติ <sup>2</sup> ถ้าแม้ท่านทั้งหลายได้ยินถึงพระคุณของพระเจ้าอันเป็นพันธกิจ ซึ่งได้มอบ  
ไว้ให้แก่ข้าพเจ้า เพื่อท่านทั้งหลายแล้ว <sup>3</sup> และรู้ว่าพระองค์ได้สำแดงให้ข้าพเจ้ารู้ข้อล้าลึก ตามที่ข้าพเจ้าได้  
เขียนไว้แล้วอย่างย่อ ๆ <sup>4</sup> และโดยคำเหล่านั้น เมื่อท่านอ่านแล้ว ก็รู้ถึงความเข้าใจของข้าพเจ้าในเรื่องความ  
ล้าลึกของพระผู้เป็นพระศรีอาริย์ <sup>5</sup> ซึ่งในสมัยก่อน พระองค์ไม่ได้สำแดงแก่มนุษย์ทั้งหลาย เหมือนกับ  
เดี๋ยวนี้ที่ได้เปิดเผยแก่พวกอัครทูตผู้บริสุทธิ์ และพวกศาสนดาพยากรณ์ของพระองค์โดยพระวิญญาณ <sup>6</sup> นั่น  
คือคนต่างชาติจะเป็นผู้รับมรดกร่วมกัน และเป็นอวัยวะของกายอันเดียวกัน และมีส่วนได้รับคำสัญญาของ  
พระองค์ในพระเยซูผู้เป็นพระศรีอาริย์โดยบารมีของพระเจ้านั้น

### การทำงานของเปาโลที่ได้รับมาจากพระเจ้า

<sup>7</sup> เพราะบารมีของพระเจ้านั้น ข้าพเจ้าได้รับการแต่งตั้งให้เป็นผู้รับใช้ของพระองค์ ตามของ  
ประทานแห่งพระคุณของพระองค์ ซึ่งประทานให้กับข้าพเจ้าได้ทำพันธกิจโดยฤทธิ์อำนาจของพระองค์ <sup>8</sup>  
ส่วนตัวของข้าพเจ้านั้น เป็นคนเล็กน้อยที่สุดในพวกวิมุตติชนทั้งหมด แต่พระองค์ได้ให้ข้าพเจ้า  
ประกาศความไพบูลย์อันหาที่สุดไม่ได้ของพระผู้เป็นพระศรีอาริย์แก่คนต่างชาติ <sup>9</sup> และทำให้คนทั้งหลาย  
เห็นว่า อะไรคือความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันแห่งความล้าลึก ซึ่งตั้งแต่แรกสร้างโลกได้ปิดบังไว้ที่พระเจ้าผู้  
สร้างสิ่งสรรพัตทั้งหลาย <sup>10</sup> ซึ่งผ่านทางชุมชนของพระเจ้า ที่เป็นสติปัญญาอันซับซ้อนของพระองค์ เพื่อให้  
พวกภูตผีที่ครอบครอง และภูตผีที่มีอำนาจในท้องฟ้าได้รู้จัก <sup>11</sup> ที่เป็นเช่นนั้นก็เป็นไปตามความประสงค์  
อันยั่งยืนของพระองค์ ซึ่งพระองค์ได้ตั้งไว้ในพระเยซูผู้เป็นพระศรีอาริย์ พระเจ้าผู้เป็นนายของเรา <sup>12</sup> ใน  
พระองค์นั้น เราจึงมีใจกล้าหาญ และมีโอกาสที่จะเข้าไปถึงพระเจ้าด้วยความมั่นใจ เพราะความเชื่อฟัง  
อาศัยในพระองค์ <sup>13</sup> เหตุฉะนั้นข้าพเจ้าจึงขอร้องท่านว่า อย่าท้อถอย เพราะเหตุความยากลำบากของ  
ข้าพเจ้าที่เห็นแก่ท่าน ซึ่งเป็นสง่าราศีของท่านเอง

### คำสวดอ้อนวอนของเปาโลเพื่อชาวเอเฟซัส

<sup>14</sup> เพราะเหตุนี้ ข้าพเจ้าจึงคุกเข่าลงต่อพระเจ้าผู้เป็นพ่อของพระเยซูผู้เป็นพระศรีอาริย์ พระเจ้าผู้  
เป็นนายของเรา <sup>15</sup> เพราะพระเจ้าผู้เป็นพ่อนี้แหละ ทั่วครอบจักรวาลในฟ้าสวรรค์ และแผ่นดินโลกก็ได้ซื้อเรา  
จากพระองค์ <sup>16</sup> ขอให้พระองค์ประทานกำลังเรียวแรงฝ่ายจิตวิญญาณให้แก่ท่าน โดยเดชแห่งพระ

วิญญูญาณของพระองค์ตามความไพบูลย์แห่งสง่าราศีของพระองค์<sup>17</sup> เพื่อพระผู้เป็นพระศรีอารียะจะอยู่ในใจของท่าน โดยความเชื่อฟังอาศัยในพระเจ้า เพื่อว่า เมื่อท่านถูกวางรากฐานไว้อย่างมั่นคงในพรหมวิหารสี่อันได้แก่ เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขาแล้ว<sup>18</sup> ท่านก็จะรู้พร้อมกับวิมุตติชนทั้งหลาย ว่าอะไรคือความกว้าง ความยาว ความลึก และความสูง<sup>19</sup> และให้เข้าใจถึงพรหมวิหารสี่ของพระผู้เป็นพระศรีอารียะซึ่งเกินความรู้ เพื่อท่านจะได้รับความไพบูลย์ของพระเจ้าอย่างเต็มเปี่ยม

<sup>20</sup> ขอให้สง่าราศีจงมีแด่พระเจ้าผู้มีฤทธิ์สามารถทำสิ่งสารพัดมากกว่าที่เราจะขอหรือคิดได้ตามฤทธิ์เดชที่ทำงานอยู่ภายในตัวของเรา<sup>21</sup> ขอให้สง่าราศีจงมีแด่พระเจ้าในชุมชนของพระองค์ ในพระเยซูผู้เป็นพระศรีอารียะตลอดทุกชั่วอายุคน สาธุ

## เอเฟซัส 4

### ความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน

<sup>1</sup> เหตุฉะนั้น ข้าพเจ้าผู้ที่ถูกจองจำเพราะเห็นแก่พระเจ้าผู้เป็นนาย ขอวิงวอนท่านให้ประพฤติสมกับพันธกิจที่พวกท่านทั้งหลายถูกเรียกแล้วนั้น<sup>2</sup> คือจงมีใจถ่อมลงทุกอย่าง และใจสุภาพ อดทน และอดกลั้นต่อกันและกันด้วยพรหมวิหารสี่ ซึ่งมี เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา<sup>3</sup> จงเพียรพยายามให้มีความเป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกันโดยพระวิญญูญาณ โดยเอาเอาสันติภาพและสันติสุขเป็นเครื่องผูกมัด<sup>4</sup> มีกายเดียวและมีพระวิญญูญาณองค์เดียว เหมือนกับท่านได้ถูกเรียกมาให้ความหวังอันเดียวกัน ที่เป็นไปตามการที่พระเจ้าเรียกท่านมานั้น<sup>5</sup> ให้มีพระเจ้าผู้เป็นนายองค์เดียว ความเชื่อฟังอาศัยในพระเจ้าองค์เดียว พิธีมนัสเดียว<sup>6</sup> พระเจ้าองค์เดียวผู้เป็นพ่อของคนทั้งหลาย ผู้อยู่เหนือคนทั้งหลาย และอยู่ทั่วคนทั้งหลาย และในท่านทั้งหลาย

### ของประทานแห่งพระคุณของพระเจ้า

<sup>7</sup> แต่ว่าพระคุณนั้นได้ให้แก่เราทุก ๆ คนตามขนาดที่พระผู้เป็นพระศรีอารียะประทานให้<sup>8</sup> เหตุฉะนั้นจึงมีพระคำของพระเจ้ากล่าวไว้ว่า “เมื่อพระองค์ขึ้นไปสู่เบื้องสูง พระองค์นำพวกเชลยไป และประทานของประทานแก่มนุษย์”<sup>9</sup> (ที่กล่าวว่าพระองค์ขึ้นไปนั้น จะหมายความว่าอย่างอื่นไปไม่ได้ นอกจากว่าพระองค์ได้ลงไปสู่เบื้องต่ำของแผ่นดินโลกก่อนด้วย<sup>10</sup> พระองค์ผู้ลงไปนั้น ก็คือผู้ที่ขึ้นไปสู่เบื้องสูงเหนือฟ้าสวรรค์ทั้งหลายนั่นเอง เพื่อจะได้ทำให้สิ่งสารพัดสำเร็จ)<sup>11</sup> พระองค์ให้บางคนเป็นอัครทูต บางคนเป็นศาสตาดพยากรณ์ บางคนเป็นผู้เผยแผ่บาร์มีของพระเจ้า บางคนเป็นผู้เลี้ยงดูชุมชนของพระเจ้า และอาจารย์<sup>12</sup> เพื่อเตรียมวิมุตติชนให้เป็นคนที่จะรับใช้ เพื่อเสริมสร้างร่างกายของพระผู้เป็นพระศรีอารียะให้เจริญขึ้น<sup>13</sup> จนกว่าเราทุกคนจะบรรลุดังความเป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกัน ในความเชื่อฟังอาศัยในพระเจ้า และในความรู้ถึงพระโอรัสองค์เดียวของพระเจ้า จนกว่าเราจะเป็นผู้ใหญ่บรรลุนิติภาวะอย่างเต็มที่ คือเต็ม

ถึงขนาดความไพบุลย์ของพระผู้เป็นพระศรีอารีย์<sup>14</sup> เพื่อเราจะไม่ได้เป็นเด็กอีกต่อไป ที่ถูกขัดไปขัดมา และหันไปเหมาด้วยลมปากแห่งคำสั่งสอนทุกอย่าง และด้วยเล่ห์กลของมนุษย์ตามอุบายอันฉลาดซึ่งเป็นการล่อลวง<sup>15</sup> แต่ให้เราพูดความจริงด้วยพรหมวิหารสี่ ซึ่งมี เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา เพื่อจะเจริญขึ้นทุกอย่าง ไปสู่พระองค์ผู้เป็นศิระคือพระผู้เป็นพระศรีอารีย์<sup>16</sup> คือเนื่องจากพระองค์นั้น ร่างกายทั้งหมดได้ติดสนิทและผูกพันกัน โดยที่ทุก ๆ ข้อต่อที่พระองค์ได้ประทานให้เจริญเติบโตขึ้นด้วยพรหมวิหารสี่ เมื่ออวัยวะทุกอย่างทำงานตามความเหมาะสมแล้ว

### ชีวิตใหม่ในพระผู้เป็นพระศรีอารีย์

<sup>17</sup> เหตุฉะนั้นข้าพเจ้าจึงขอยืนยัน และเป็นพยานในพระเจ้าผู้เป็นนายว่า ตั้งแต่บัดนี้เป็นต้นไป ท่านอย่าประพฤติดอย่างคนต่างชาติ ที่เขาประพฤติกันั้น ก็มีใจจดจ่ออยู่กับสิ่งที่ไร้สาระ<sup>18</sup> โดยที่ความเข้าใจของเขามีดมนไป และเขาอยู่ห่างจากชีวิตซึ่งมาจากพระเจ้า เพราะเหตุความโง่งซึ่งอยู่ในตัวเขา อันเนื่องจากใจตื้อรั้นของเขา<sup>19</sup> เขามีใจปราศจากความละเอียดรอบาป ปล่อยตัวทำการลามก ทำการโสโครกทุกอย่างด้วยความละโมภ<sup>20</sup> แต่ว่าท่านไม่ได้เรียนรู้จากพระผู้เป็นพระศรีอารีย์เช่นนั้น<sup>21</sup> ถ้าแม้ท่านได้ฟังเรื่องของพระองค์ และได้รับการสอนโดยพระองค์ตามความจริง ซึ่งมีอยู่ในพระเยซูแล้ว<sup>22</sup> ท่านจงทิ้งตัวเก่าหรือธรรมชาติเก่าของท่านที่เป็นของวิถีชีวิตเก่านั้น ซึ่งจะเสื่อมไปตามกิเลส ตัณหาที่หลอกลวง<sup>23</sup> และจงให้จิตใจของท่านเปลี่ยนใหม่<sup>24</sup> และให้ท่านสวมตัวใหม่หรือ ธรรมชาติใหม่ที่ได้อสร้างขึ้นใหม่ตามแบบอย่างของพระเจ้า ในความถูกต้องและความบริสุทธิ์ที่แท้จริง

### สิ่งที่ผู้เชื่อในพระเจ้าควรทำและไม่ควรทำ

<sup>25</sup> 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> จงให้ใจขมขื่น และใจขัดเคือง และใจโกรธ และการทะเลาะเบาะแว้งกัน และการพูดเสียดสีประชดประชัน กับการคิดปองร้ายทุกอย่าง อยู่ห่างไกลจากท่านเถิด<sup>32</sup> และท่านจงเมตตาต่อกัน มีใจเอ็นดูต่อกัน และอภัยโทษให้กันเหมือนกับที่พระเจ้าได้อภัยโทษให้ท่าน เพราะเห็นแก่พระผู้เป็นพระศรีอารีย์นั้น

# เอเฟซัส 5

## คำขอเรื่องการดำเนินชีวิต

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

## สิ่งที่ควรละเว้นในการดำเนินชีวิต

<sup>3</sup> แต่การเอ่ยถึงการล่วงประเวณี การลามกต่าง ๆ และความละโมภ อย่าให้มีขึ้นในพวกท่านเลย จะได้สมกับที่ท่านเป็นวิมุตติชนของพระเจ้า <sup>4</sup> ทั้งอย่าพูดคำหยาบคาย พูดเล่นไม่เป็นเรื่อง และพูดตลกหยาบคายเกร ซึ่งเป็นการไม่สมควร แต่ให้ขอบคุณพระเจ้าดีกว่า <sup>5</sup> เพราะท่านรู้แน่ว่า คนล่วงประเวณี คนโสโครก คนโลภ ที่เป็นคนไหว้รูปเคารพ จะไม่มีส่วนในอาณาจักรของพระเจ้า และของพระผู้เป็นพระศรีอาริย์ <sup>6</sup> อย่าให้ผู้ใดล่อลวงท่านด้วยคำที่ไม่มีสาระ เพราะการทำเช่นนั้น พระเจ้าจึงลงโทษแก่ทุกคนที่ไม่เชื่อฟัง

## คำแนะนำเรื่องการคบคน

<sup>7</sup> เหตุฉะนั้นท่านอย่าคบหาสมาคมกับคนเหล่านั้นเลย <sup>8</sup> เพราะว่าเมื่อก่อนท่านเป็นความมืด แต่บัดนี้ท่านเป็นความสว่างแล้วในพระเจ้าผู้เป็นนาย จงดำเนินชีวิตอย่างลูกของความสว่าง <sup>9</sup> (เพราะว่าผลของความสว่างคือ ความดีทุกอย่าง และความถูกต้องทั้งหลาย และความจริงทั้งหมด) <sup>10</sup> ท่านจงพิสูจน์ว่า ทำอย่างไรบ้างจึงจะเป็นที่พอใจของพระเจ้าผู้เป็นนาย <sup>11</sup> และอย่าเข้าส่วนกับกิจการของความมืดอันไม่มีประโยชน์ แต่จงติเตียนกิจการเหล่านั้นดีกว่า <sup>12</sup> เพราะว่าแม้แต่จะพูดถึงการเหล่านั้น ซึ่งพวกเขาทำในที่ลับก็ยังเป็นที่น่าละอายเลย <sup>13</sup> แต่สิ่งสารพัดที่ถูกติเตียนแล้ว ก็จะมีปรากฏแจ้งโดยความสว่าง เพราะว่าทุก ๆ สิ่งที่ทำให้ปรากฏก็คือความสว่าง <sup>14</sup> เหตุฉะนั้นจึงมีคำกล่าวไว้ “คนที่หลับอยู่จะตื่นขึ้นและจะเปี่ยมขึ้นมาจากความตาย และพระผู้เป็นพระศรีอาริย์จะส่องสว่างแก่ท่าน”

## หลักการดำเนินชีวิตของลูกพระเจ้า

<sup>15</sup> เหตุฉะนั้นท่านจงระมัดระวังในการดำเนินชีวิตให้ดี อย่าให้เหมือนคนไม่มีปัญญา แต่ให้เหมือนคนมีปัญญา <sup>16</sup> จงใช้เวลาให้เป็นประโยชน์ เพราะว่าทุกวันนี้เป็นยุคที่ชั่ว <sup>17</sup> เหตุฉะนั้นอย่าเป็นคนโง่ แต่จงเข้าใจน้ำใจของพระเจ้าผู้เป็นนายว่าเป็นอย่างไร <sup>18</sup> และอย่ากินเหล้าเมาสุราซึ่งจะทำให้เสียคน แต่จงประกอบด้วยพระวิญญาณ <sup>19</sup> จงทักทายกันด้วยเพลงสดุดี เพลงนมัสการ และเพลงแห่งจิตวิญญาณ คือร้องเพลงยกย่องสรรเสริญจากใจของท่านถวายพระเจ้าผู้เป็นนาย <sup>20</sup> จงขอบคุณพระเจ้าผู้เป็นพ่อ

สำหรับสิ่งสารพัดเสมอ ในนามพระเยซูผู้เป็นพระศรีอารีย์ พระเจ้าผู้เป็นนายของเรา <sup>21</sup> จงยอมฟังกันและกันด้วยความเคารพนับถือในพระผู้เป็นพระศรีอารีย์

### หน้าที่ของภรรยาที่มีต่อสามี

<sup>22</sup> ฝ่ายผู้เป็นภรรยาจงยอมฟังผู้เป็นสามีของตน เหมือนกันกับยอมฟังพระเจ้าผู้เป็นนาย <sup>23</sup> เพราะว่าผู้เป็นสามีเป็นศีรษะของผู้เป็นภรรยา เหมือนกันกับพระผู้เป็นพระศรีอารีย์เป็นศีรษะของชุมชนของพระเจ้า และพระองค์เป็นพระผู้ทำความหลุดพ้นให้แก่ชนชนของพระเจ้านั้น <sup>24</sup> เหตุฉะนั้นชุมชนของพระเจ้ายอมฟังพระผู้เป็นพระศรีอารีย์ฉันใด ภรรยาก็ควรยอมฟังสามีทุกประการฉันนั้น <sup>25</sup> ฝ่ายผู้เป็นสามีก็จงรักใคร่ภรรยาของตน เหมือนกันกับที่พระผู้เป็นพระศรีอารีย์รักใคร่ชุมชนของพระเจ้า และได้สละพระองค์เองเพื่อชุมชนของพระเจ้า <sup>26</sup> เพื่อจะได้ทำให้ชุมชนของพระเจ้าบริสุทธิ์ โดยการชำระด้วยน้ำ และพระวิญญาณ <sup>27</sup> เพื่อพระองค์จะได้มอบชุมชนของพระเจ้าที่มีสง่าราศีแก่พระองค์เอง ไม่มีจุดด่างพร้อย ริ้วรอย หรือมลทินใด ๆ เลย แต่บริสุทธิ์ปราศจากตำหนิ

### หน้าที่ของสามีที่มีต่อภรรยา

<sup>28</sup> “เหตุฉะนั้น ผู้เป็นสามีจึงควรจะรักใคร่ผู้เป็นภรรยาของตนเหมือนกับรักร่างกายของตน ผู้ที่รักภรรยาของตนก็รักตนเอง <sup>29</sup> เพราะว่าไม่มีผู้ใดเกลียดชังร่างกายของตัวเอง มีแต่เลี้ยงดูและทะนุถนอม เหมือนกับพระเจ้าผู้เป็นนายทำกับชุมชนของพระองค์ <sup>30</sup> เพราะว่าเราเป็นอวัยวะแห่งร่างกายของพระองค์ <sup>31</sup> เพราะเหตุนี้ผู้ชายจะจากบิดามารดาของเขา ไปผูกพันอยู่กับภรรยา และเขาทั้งสองจะเป็นเนื้ออันเดียวกัน” <sup>32</sup> ข้อนี้เป็นข้อล้าลึกที่สำคัญมาก ซึ่งข้าพเจ้าเข้าใจว่าหมายถึงพระผู้เป็นพระศรีอารีย์กับชุมชนของพระเจ้า <sup>33</sup> ถึงกระนั้นก็ดี ท่านทุกคนจงรักภรรยาของตนเหมือนกับรักตัวเอง และผู้เป็นภรรยาก็จงยำเกรงสามีของตนด้วย

## เอเฟซัส 6

### หน้าที่ของบิดามารดาและบุตรธิดา

<sup>1</sup> ฝ่ายผู้เป็นบุตรธิดาจงนบนาบเชื่อฟังผู้เป็นบิดามารดาของตนในพระเจ้าผู้เป็นนาย เพราะการทำเช่นนั้นเป็นการถูกต้อง <sup>2</sup> “จงให้เกียรติแก่บิดามารดาของเจ้า” (นี่เป็นบัญญัติหรือศีลข้อแรกที่อยู่ในคำสั่งสัญญา) <sup>3</sup> “เพื่อท่านจะได้อยู่เย็นเป็นสุข และมีอายุยืนยาวในแผ่นดินโลก” <sup>4</sup> ฝ่ายท่านผู้เป็นบิดาย่ากว่นใจบุตรธิดาของตนให้เกิดโมโหโทโส แต่งอบรมบุตรธิดาด้วยการสั่งสอน และการตักเตือนตามหลักของพระเจ้าผู้เป็นนาย



## หน้าที่ของทาสและนายทาส

<sup>5</sup> ฝ่ายผู้ที่เป็นทาสจงเชื่อฟังผู้ที่เป็นนายฝ่ายโลกด้วยใจยำเกรงจนตัวสั่น ด้วยน้ำใสใจจริงเหมือนกับทำกับพระผู้เป็นพระศรีอาริย์ <sup>6</sup> อย่าให้เหมือนกับคนที่หน้าไหว้หลังหลอก ทำดีต่อหน้า หรือทำให้ถูกใจคน แต่จงทำเหมือนคือกับเป็นทาสของพระผู้เป็นพระศรีอาริย์คือทำตามชอบใจของพระเจ้าด้วยความเต็มใจ <sup>7</sup> จงรับใช้นายด้วยจิตใจเบิกบาน เหมือนกับรับใช้พระเจ้าผู้เป็นนาย ไม่ใช่รับใช้มนุษย์ <sup>8</sup> เพราะท่านรู้อยู่แล้วว่าผู้ใดทำความดีอะไร ผู้นั้นก็จะได้รับบำเหน็จเช่นนั้นจากพระเจ้าผู้เป็นนายอีก ไม่ว่าเขาจะเป็นทาสหรือเป็นไท <sup>9</sup> ฝ่ายผู้เป็นนายจงทำต่อทาสในทำนองเดียวกัน คืออย่าขู่เข็ญเขา เพราะท่านก็รู้แล้วว่านายของท่านอยู่ในสวรรค์ และพระองค์ไม่เลือกหน้าผู้ใดเลย

## เครื่องป้องกันตัวของลูกพระเจ้า

<sup>10</sup> สุดท้ายนี้ขอให้ท่านจงมีกำลังเข้มแข็งขึ้นในพระเจ้าผู้เป็นนาย และในฤทธิ์เดชอันใหญ่หลวงของพระองค์ <sup>11</sup> จงสวมเครื่องป้องกันตัวทั้งชุดของพระเจ้าเพื่อจะต่อต้านเหล่าเหล่าเหล่าของมารได้ <sup>12</sup> เพราะเราไม่ได้ต่อสู้กับมนุษย์และเลือดเนื้อ แต่ต่อสู้กับพวกภูตผีที่ครอบครอง พวกภูตผีที่มีอำนาจ พวกภูตผีที่ครอบครองโลกแห่งความมืดในยุคนี้นี้ ต่อสู้กับพวกวิญญาณชั่วในฟ้าอากาศ <sup>13</sup> เหตุฉะนั้นจงรับเครื่องป้องกันตัวทั้งชุดของพระเจ้าไว้ เพื่อท่านจะได้ต่อต้านในวันอันชั่วร้ายนั้น และเมื่อเสร็จแล้วจะอยู่อย่างมั่นคงได้ <sup>14</sup> เหตุฉะนั้นท่านจงมั่นคง เอาความจริงคาดแอ่วไว้ เอาความถูกต้องเป็นแนวป้องกันนอก <sup>15</sup> และเอาบารมีของพระเจ้าแห่งสันติภาพและสันติสุข ซึ่งเป็นเหตุให้เกิดความพร้อมมาสวมเป็นรองเท้า <sup>16</sup> และพร้อมกับสิ่งทั้งหมดนี้ จงเอาความเชื่อเฟื่องอาศัยในพระเจ้าเป็นโล่ เพราะโล่นั้นท่านจะได้ดับลูกศรไฟของมารนั้น <sup>17</sup> จงเอาความหลุดพ้นเป็นหมวกเหล็กป้องกันศีรษะ และจงถือดาบของพระวิญญาณ ซึ่งได้แก่พระคำของพระเจ้า <sup>18</sup> จงอธิษฐานสวดอ้อนวอนทุกอย่าง และจงขอโดยพระวิญญาณทุกเวลา ทั้งนี้จงระวังตัวด้วยความอดทนทุกอย่าง จงอธิษฐานสวดอ้อนวอนเพื่อวิมุตติชนทุกคน <sup>19</sup> และอธิษฐานสวดอ้อนวอนเพื่อข้าพเจ้าด้วย เพื่อจะได้ประทานให้ข้าพเจ้ามีคำพูด และเกิดใจกล้าหาญ ที่จะเผยแพร่วรรณสารแห่งบารมีของพระเจ้าได้ <sup>20</sup> เพราะบารมีของพระเจ้านี้เอง ทำให้ข้าพเจ้าเป็นทูตผู้ต้องติดโซ่ตรวนอยู่ เพื่อข้าพเจ้าจะได้เล่าเรื่องบารมีของพระเจ้าด้วยใจกล้าหาญตามที่ข้าพเจ้าควรจะทำ

## คำแสดงความคิดถึงในตอนท้าย

<sup>21</sup> แต่เพื่อให้ท่านได้รู้เหตุการณ์ทั้งหลายของข้าพเจ้าว่า ข้าพเจ้าเป็นอยู่อย่างไร ทิคิกัส ซึ่งเป็นน้องที่รัก และเป็นผู้รับใช้ที่สัตย์ซื่อในพระเจ้าผู้เป็นนาย จะได้บอกท่านให้รู้ถึงเหตุการณ์ทั้งหลาย <sup>22</sup> ข้าพเจ้าให้ผู้นี้ไปหาท่าน ก็เพราะเหตุนี้เอง คือให้ท่านได้รู้ถึงเหตุการณ์ทั้งหลายของเรา และเพื่อให้เขาส่งเสริมและให้กำลังใจท่าน

<sup>23</sup> ขอให้พวกพี่น้องได้รับสันติภาพ สันติสุข และพรหมวิหารสี่ ซึ่งมี เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา โดยความเชื่อเฟื่องอาศัยในพระเจ้า ที่มาจากพระเจ้าผู้เป็นพ่อและจากพระเยซูผู้เป็นพระศรีอาริย์ พระเจ้าผู้

เป็นนาย <sup>24</sup> ขอพระคุณดำรงอยู่กับคนทั้งหลายที่รักพระเยซูผู้เป็นพระศรีอาริย์ พระเจ้าผู้เป็นนาย อย่างไม่มี  
วันเสื่อมสลายไป สาธุ