**神学研讨 第63课 以弗所书6章 4/13/2025**

**以弗所书整体组成了一个交错对称的结构：**

**A. 问候（一1-2）；**

**B. 属灵的福气（一3-14）；**

**C. 圣灵光照的认识（一15-23）；**

**D. 出死入生的地位（二1-10）；**

**E. 在基督里归为一体（二11-22）；**

**F. 为合一的实际祷告（三1-21）；**

**E1. 在身体里保守合一（四1-16）；**

**D1. 脱旧穿新的生活（四17-五14）；**

**C1. 圣灵充满的生活（五15-六9）；**

**B1. 属灵的争战（六10-20）；**

**A1. 祝福（六21-24）。**

**第 6 章：人际关系与属灵争战**

**纲要:**

**【父母和儿女相待之道】**

***一、作儿女的：***

**1.要在主里听从父母(1节)**

**2.要孝敬父母(2节)**

**3.神对孝敬父母者的应许(3节)**

***二、作父母的：***

**1.不要惹儿女的气(4节上)**

**2.要照主的教训和警戒养育儿女(4节下)**

**【主人和仆人相待之道】**

***一、作仆人的：***

**1.对人：要听从肉身的主人，好像听从基督一样(5节)**

**2.对事：要甘心事奉，好像服事主(6~7节)**

**3.对主：要晓得主必照我们所行的报赏(8节)**

***二、作主人的：***

**1.对人：不要威吓仆人(9节上)**

**2.对主：要知道在天上有一位不偏待人的主(9节下)**

**【属灵争战】**

***一、争战得胜的先决条件：***

**1.要靠主，倚赖祂的大能大力(10节)**

**2.要穿戴神的全副军装(11节上)**

***二、认识争战的对象：***

**1.是诡计多端的魔鬼(11节下)**

**2.是管辖黑暗世界的执政、掌权者(12节中)**

**3.不是属血气的，乃是天空属灵气的恶魔(12节上、下)**

***三、争战的要领：***

**1.要拿起神的全副军装来抵挡(13节上)**

**2.要成就了一切，还能站立得住(13节下)**

**3.所以要站稳了(14节上)**

***四、神的全副军装：***

**1.真理的腰带(14节中)**

**2.公义的护心镜(14节下)**

**3.平安福音的鞋(15节)**

**4.信心的藤牌(16节)**

**5.救恩的头盔(17节上)**

**6.圣灵的宝剑，就是神的道(17节下)**

***五、争战的方法：***

**1.靠着圣灵(18节上)**

**2.随时多方祷告祈求(18节中)**

**3.并要在此儆醒不倦：**

**(1)为众圣徒祈求(18节下)**

**(2)也为主的工人祈求(19~20节)**

**【弗六1】「你们作儿女的，要在主里听从父母，这是理所当然的。」**

**【弗六2~3】「『要孝敬父母，使你得福，在世长寿。』这是第一条带应许的诫命。」**

**【弗六4】「你们作父亲的，不要惹儿女的气，只要照着主的教训和警戒养育他们。」**

**1-4节是亲子之间的关系，这是一个家庭中第二重要的关系。新约时代的罗马帝国，对于儿童是非常危险的。根据罗马法的父权，儿女是父亲的财产，父亲可以遗弃婴孩，有权对儿女生杀责罚，或命令他们做苦工，或把他们卖为奴隶。只要父亲还活着，父权对成年儿女也始终有效。因此，现代人很难理解，保罗关于亲子关系的教导，在当时的人听起来是何等惊世骇俗。实际上，现代社会的儿童权利，完全是圣经影响世界的结果。**

* **「你们作儿女的」（1a），指作儿女的信徒，但他们的父母未必信主。他们「被圣灵充满」（五18）、「彼此顺服」（五21）的结果，是「在主里听从父母，这是理所当然的」（1b）。**

**「在主里听从父母」，不是说儿女只需要听从信主的父母，而是说听从父母不违背神的旨意的话。**

**「在主里听从父母」的理由很简单：「这是理所当然的」，对于圣徒是「相宜」（五4）的、「方合圣徒的体统」（五3）。因为这是神在家庭中设立的权柄，是神的诫命（2-3节）。在个人主义盛行的今天，每一代人都觉得自己与众不同，在思想观念、经济学问、生活方式上都与上一代人存在不和谐的「代沟」，总要找出种种理由来不「听从父母」。神允许「代沟」的存在，更是要用这些「代沟」来让我们学习顺服。**

* **2-3节引用了十诫的第五诫。**

**「孝敬父母」（2节）的属灵用意，是要人顺服神在地上所设立的权柄。神颁布十诫的时候，以色列人还没有国家和政府，家庭是以色列社会最主要、最基本的结构，那些接受十诫的父母不但养育儿女，也代表「在上有权柄的」。即使是不完美的父母、专制的罗马父亲，也是被神允许用来管教、塑造儿女的器皿，「因为没有权柄不是出于神的」。因此，儿女「孝敬父母」，就是顺服神在家庭中权柄的安排；不孝敬父母的人，也不懂得什么是「效法神，好像蒙慈爱的儿女一样」。**

**「使你得福，在世长寿」（2节），这是一个一般性的原则。就整体而言，孝敬父母的人普遍能家庭和睦、长寿得福，而那些不孝敬父母的人，必然没有家和万事兴的福气。**

**「这是第一条带应许的诫命」（3节），虽然第二诫也附加了神祝福人上千代的应许，但并不局限于第二诫，而是向一切爱神、并遵行神所有诫命的人的应许。而长寿的应许则是特别针对那些遵行第五诫的人。**

* **「你们作父亲的」，指作父亲的信徒；虽然他们的儿女未必信主，但父亲有权柄教养儿女，所以他们「被圣灵充满」、「彼此顺服」（五21）的结果，是「不要惹儿女的气，只要照着主的教训和警戒养育他们」。**
* **「儿女是耶和华所赐的产业」，父母养育儿女的目的，不是把儿女当作自己的财产、实现自己的理想，而是按神的旨意、管理祂交托的产业。因此，「不要惹儿女的气」，并不是不可管教、责罚儿女，而是要尊重造他们的神，避免滥用管教的权柄。不公平的责罚、不合理的苛求，粗暴武断、唠叨挑剔，忽视孩子的需要和感受，都会使儿女沮丧愤怒、心灰意冷，最终「失了志气」（西三21），对父母的神也会敬而远之。父神怎样在基督里以恩慈、怜悯、饶恕对待不配的父母（四32），父母也应该效法神、凭爱心行事（五1-2），不但自己「生气却不要犯罪」（四26），也「不要惹儿女的气」，「一切苦毒、恼恨、忿怒、嚷闹、毁谤，并一切的恶毒，都当从你们中间除掉」（四31），这样才能「不可给魔鬼留地步」。**

**父母最应当关心的，不是儿女的快乐、健康或才能，而是儿女的属灵生命，所以「要照着主的教训和警戒养育他们」，帮助儿女建立与神的个人关系。「主的教训和警戒」是为了灵里的需要，「养育」是为了身体的需要。 每个社会的父母都会训练儿女，希腊罗马的训练是以人为中心，犹太的训练是以律法为中心，但基督徒的父亲是以神为中心。父母只有自己首先被圣灵充满（五18），才能在主里教训警诫儿女；父母只有自己先认真读经祷告，才能把儿女带到神面前。**

**【弗六5】「你们作仆人的，要惧怕战兢，用诚实的心听从你们肉身的主人，好像听从基督一般。」**

**【弗六6】「不要只在眼前事奉，像是讨人喜欢的，要像基督的仆人，从心里遵行神的旨意。」**

**【弗六7】「甘心事奉，好像服事主，不像服事人。」**

**【弗六8】「因为晓得各人所行的善事，不论是为奴的，是自主的，都必按所行的得主的赏赐。」**

**5-9节是主仆之间的关系，这是罗马帝国时代的家庭中第三重要的关系。「仆人」（5节）就是家里的奴隶。新约时代的罗马帝国，对于奴隶是很可怕的。奴隶制是罗马帝国经济的支柱，罗马城有一半人是奴隶，意大利有三分之一的人口是奴隶，整个帝国有五分之一是奴隶，服务于罗马生活的所有领域。奴隶被认为是罗马公民的必需品，他们通常是战俘、奴隶母亲的后代或被绑架者，在奴隶市场被出售。一些公共奴隶为帝国建造道路和其他公共设施，担任城市的文员和收税员，会计师、医生、制造商、生意人和妓女通常都是奴隶。奴隶在法律上不是一个人、而是一件物，只是会说话的工具，没有权利和地位，主人对奴隶拥有生杀大权，双方的关系就像仇敌，所以与保罗同时代的罗马哲学家塞内卡，主前4年-主后65年）说：「有一种流行的说法：『你有多少奴隶，就有多少敌人。』但我们得到他们时并非敌人，是我们把他们变成了敌人……因为我们虐待他们，不是把他们当作人，而是把他们当作驮物的牲口。」（塞内卡《书信集 》 。因此，现代人很难理解，保罗关于主仆关系的教导，在当时的人听起来是何等匪夷所思。实际上，现代社会的人权，完全是圣经影响世界的结果。**

**虽然奴隶的生活如此可怕，但保罗的首要任务不是为他们争取人身自由（林前七20-24），而是让他们得着「在基督耶稣里的自由」（加二24）。保罗对于主仆关系的教导，也适用于每个世代不同制度、不同场合的上下级和雇佣关系。**

**「你们作仆人的」（5a），指作奴隶的信徒，但他们的主人未必信主。他们「被圣灵充满」、「彼此顺服」的结果，是：**

**首先，态度「要惧怕战兢，用诚实的心听从你们肉身的主人，好像听从基督一般」。「惧怕战兢」，不是因为害怕人，而是因为「存敬畏基督的心」（五21），所以不但表面要听从、内心也要听从。「肉身的主人」可能乖舛、暴虐，但作为仆人的信徒却不能表面顺服、内心仇恨；因为他们的真实身分是「基督的仆人」（6c），被基督差派到这个失丧家庭作大使，正如保罗在堕落的罗马帝国「作了带锁链的使者」（20节）。**

**其次，行为「不要只在眼前事奉，像是讨人喜欢的，要像基督的仆人」（6a），因为重生得救的信徒「是为主而活」（罗十四8），所以无论做什么，都应当是为主而做，工作的标准与世界完全不同。6b-8节原文用了三个分词，说明怎样才「 像基督的仆人」：**

* + 1. **「从心里遵行神的旨意」（6b）。无论是罗马时代的奴隶，还是现代社会的雇员，信徒的身分都是「基督的仆人」，首先关心的不应该是自己的权利，而是如何「遵行神的旨意」。所以工作不应当得过且过、敷衍应付，当面一套、背后一套，动机不是迫于压力、发财谋生，而是为了「讨神的喜悦」（帖前四1），完成的每件产品、提供的每项服务，都应当好得足以献给神。这样，即使是世人眼中最低贱的奴隶，也是一个最荣耀的「基督的仆人」。**
		2. **「甘心事奉，好像服事主，不像服事人」（7节）。信徒的工作并没有圣俗之分，也没有「服事人」和「服事主」的分别。如果我们「将身体献上，当作活祭」（罗十二1），每一种正经职业都可以借着「服事人」来「服事主」。我们在工作中有怎样的表现，反映了基督在生命中有多少主权，因为我们「无论做什么，或说话或行事，都要奉主耶稣的名，借着祂感谢父神」（西三17）。**
		3. **「因为晓得各人所行的善事，不论是为奴的，是自主的，都必按所行的得主的赏赐」（8节）。当时的奴隶即使甘心服事，也得不到主人的奖赏，甚至可能还要被误会、责打，但却会在信徒向主交帐的时候得着赏赐（路六35；启二十二12）。虽然事奉只是仆人的本分（路十七10），但神却乐意施恩给那些又良善又忠心的仆人，让他们享受天上主人的快乐（太二十五21）。「我们原是祂的工作，在基督耶稣里造成的，为要叫我们行善，就是神所预备叫我们行的」（二10），连没有自由的罗马奴隶都有机会「行善」，并且「按所行的得主的赏赐」，今天的信徒还有什么借口不服事主、不追求「主的赏赐」呢？**

**【弗六9】「你们作主人的，待仆人也是一理，不要威吓他们。因为知道，他们和你们同有一位主在天上；祂并不偏待人。」**

**「你们作主人的」（9a），指作主人的信徒，但他们的仆人未必信主。他们「被圣灵充满」（五18）、「彼此顺服」（五21）的结果，是「待仆人也是一理，不要威吓他们」（9b）。**

**当时讨论家庭管理的哲学家，注意力都放在主人身上，教导他们如何管理自己的奴隶。但保罗却把教导的重点放在奴隶身上，把他们当作可以担起道德责任的人，对主人却只说「待仆人也是一理，不要威吓他们」。这个教导出人意外，因为罗马时代的主人对待奴隶的态度普遍傲慢、残忍、侮辱、不人道，借着惧怕来支配他们，相信恐惧会产生更大的忠心、被惧怕比起被尊重更加安全（塞内卡。**

**保罗并没有要求作主人的信徒释放奴隶，而是釜底抽薪、提醒他们谨记「他们和你们同有一位主在天上」（9c），最终都要向主交帐。不管主仆关系是以奴隶制的形式、还是以上下级或雇佣的形式出现，基督都是主仆双方的主。主人或仆人对待彼此的态度，取决于自己与天上的主的关系。而这位主「并不偏待人」（9d），「不论是为奴的，是自主的」（8节），都必按自己所行的善事得主的赏赐。**

**【弗六10】「我还有末了的话：你们要靠着主，倚赖祂的大能大力作刚强的人。」**

**【弗六11】「要穿戴神所赐的全副军装，就能抵挡魔鬼的诡计。」**

**【弗六12】「因我们并不是与属血气的争战，乃是与那些执政的、掌权的、管辖这幽暗世界的，以及天空属灵气的恶魔争战。」**

**【弗六13】「所以，要拿起神所赐的全副军装，好在磨难的日子抵挡仇敌，并且成就了一切，还能站立得住。」**

**六10-20的主题是「属灵的争战」，与一3-14的「属灵的福气」前后呼应。**

**第10节可译为「最后，你们要靠主的大能大力，在祂里面刚强」，这句话总结了前面所有的道德议题。四1-六9所有关于信徒行事为人的劝勉，表面上是关于日常生活、人际关系，实际上是属灵的争战；并非保罗个人的道德偏好，而是灵界战争的一部分。所以我们每天都要求圣灵照明我们心中的眼睛（一18），看见「祂向我们这信的人所显的能力是何等浩大」（一19）；因为我们无法靠着自己与撒但对抗，只能「靠主的大能大力，在祂里面刚强」，方法就是「穿戴神所赐的全副军装」（11节）。**

**这些军装就是神自己的性情（赛十一5；五十九17），是「祂在基督里曾赐给我们天上各样属灵的福气」（一3）。「穿戴神所赐的全副军装」，就是「穿上新人」（四24）、「效法神」（五1）。14-17节列出的「全副军装」，与主后50-60年代罗马重装步兵的个人装备相同，全部是用来防御的。同样，「神所赐的全副军装」不是为了主动进攻，而是为了守住阵地。神从来没有让我们主动进攻撒但，那是基督自己的工作（启十九11）；我们的责任是「抵挡魔鬼的诡计」（11b），在那些败军之将的反扑中「站立得住」。**

**信徒在日常生活面临的各种问题和逼迫，表面上是人与人之间的冲突，实际上「并不是与属血气的争战，乃是与那些执政的、掌权的、管辖这幽暗世界的，以及天空属灵气的恶魔争战」（12节）。既然真正的仇敌是超自然的恶魔，我们就要「穿戴神所赐的全副军装」，缺少一件都会留下破口。**

* **13节可译为「所以要穿起神所赐的全副军装，使你们在这邪恶的时代里可以抵挡得住，并且在作完了一切之后，还能站立得稳」（新译本，英文ESV译本）。「作完了一切」，指做好一切必要的准备、穿戴了神所赐的全副军装之后。**

**【弗六14】「所以要站稳了，用真理当作带子束腰，用公义当作护心镜遮胸，」**

**【弗六15】「又用平安的福音当作预备走路的鞋穿在脚上。」**

**【弗六16】「此外，又拿着信德当作盾牌，可以灭尽那恶者一切的火箭；」**

**【弗六17】「并戴上救恩的头盔，拿着圣灵的宝剑，就是神的道；」**

**【弗六18】「靠着圣灵，随时多方祷告祈求；并要在此警醒不倦，为众圣徒祈求，」**

**【弗六19】「也为我祈求，使我得着口才，能以放胆开口讲明福音的奥秘，」**

**【弗六20】「并使我照着当尽的本分放胆讲论。」**

**14-20节原文是一个整句。**

**「要站稳了」（14a），这就是信徒属灵争战的全部。**

**基督「已经胜了世界」（约十六33）、「升上高天」（四8），「远超过一切执政的、掌权的」（一21），所以属灵的争战是防御战，而不是进攻战。信徒不需要进攻，只需要站立在基督的得胜中、站稳基督已经占领的光明国度里（五8；西一13），「保守自己常在神的爱中，仰望我们主耶稣基督的怜悯，直到永生」（犹21）。**

**「魔鬼的诡计」（11节）无非是要引诱我们离开基督、离开天上（二6），倚靠自己的努力和世界的方法来应对各种问题。人若离开基督，运用道德的修养、心理学的技巧，可能会立竿见影地头疼医头、脚疼医脚，但也离开了光明、进入了「这幽暗世界」（12节），败在了仇敌的手下。信徒所当做的，是靠着主的大能大力（10节），「站稳」在祂里面，等候基督自己击败仇敌（林前十五24-28；出十四13）。**

**14-16节原文用四个分词说明了「站稳」的方法：**

* + **「用真理当作带子束腰」（14b）。当时罗马士兵的军用腰带是一种装饰着金属配件的厚重皮带，上面挂着匕首（Pugio）和短剑，前面垂下一块保护片，是军人身分的标志，代表在军中的等级。正如军用腰带代表军人的身分，真理也是新人的标志（四24）；正如军用腰带上挂着士兵的短剑，真理也连着「圣灵的宝剑，就是神的道」（17节），因为神的道就是真理（约十七17）。**
	+ **「用公义当作护心镜遮胸」（14c）。「护心镜」是当时罗马士兵用来保护胸部和背部的金属盔甲。神自己「以公义为护心镜」（赛五十九17），信徒也要效法神的公义（四24；五1），保护自己的心免受魔鬼的攻击（雅四7）。**
	+ **15节可译为「把和平的福音预备好了，当作鞋子，穿在脚上」（新译本，英文ESV译本）。当时罗马士兵的军鞋是一种重型厚底的镂空靴子，经过精心设计，可以长时间站立、行军而不疼痛。鞋底有平钉，不但可以在崎岖不平的地面上保护双脚，还可以在步兵方阵前进时践踏倒下的敌军。福音不是只向非信徒讲的，信徒只有稳固地扎根在平安的福音里，不断向自己宣讲福音，才能在争战中站稳得胜的地位。**
	+ **「此外，又拿着信德当作盾牌」（16a）。当时罗马士兵的长盾是木制的，蒙上帆布和皮革，不但可以保护身体，还可以保护其他的盔甲，所以说是「此外」。信徒靠着神所赐的信心，「可以灭尽那恶者一切的火箭」、「抵挡魔鬼的诡计」；若是倚靠自信站立，必然抵挡不住仇敌的各种试探和攻击。新约时代的箭通常绑着麻丝，可以用火点燃。而包裹盾牌的皮革浸透了水，可以熄灭火箭。**

**「并戴上救恩的头盔，拿着圣灵的宝剑，就是神的道」（17节），头盔与宝剑是罗马士兵在争战之前最后拿起的两样装备。「戴上」原文和「站稳」（14节）一样是祈使词，并非分词，与「站稳」并列，表明17-20节是最后的劝勉。**

* 1. **当时罗马士兵的头盔可以有效地保护头部，对于生存至关重要，戴上头盔代表战前的最后准备。信徒已经穿上军装的其他部分，临战前还需要最后戴上「救恩的头盔」。神自己「以拯救为头盔」（赛五十九17），信徒也要「把得救的盼望当作头盔戴上」（帖前五8），对争战的结局确信不疑。**
	2. **「圣灵的宝剑」，意思是圣灵所赐的「神的道」。当时罗马士兵的主要进攻武器是重标枪，短剑是用来近身防守、格斗的。「神的道」的主要功用也不是用来进攻仇敌、教育别人，而是在面对试探时保守自己。**

**18节可译为「借着各样的祷告和祈求，随时在圣灵里祈祷，并且要在这事上恒久警醒，为众圣徒祈求」（18节）。「祈祷」和「警醒」原文是两个分词，表明这是拿起最后两样装备时的态度，也是运用全副军装的正确态度：**

* 1. **要恒切祷告。18节原文用了四个「所有 pas」来强调这一点：要用「所有的」时间、「所有的」祷告和祈求、「所有的」坚持，为「所有的」圣徒祈祷。**
	2. **要「在圣灵里祈祷」，就是在圣灵的能力与范畴里祷告。即使我们「穿戴神所赐的全副军装」（11节），也不能在大敌当前掉以轻心，应当藏在圣灵里恒久警醒、彼此代祷，就像罗马士兵并肩站立在步兵方阵里、严阵以待。**
	3. **要「为众圣徒祈求」。罗马士兵从来不会单打独斗，信徒也要在耶和华军队的元帅指挥下联合争战。神的心意是「建立基督的身体」（四12）、在教会中得荣耀（三31），而撒但的目标是拆毁教会。因此，撒但对任何肢体的攻击，都是对基督身体发动的属灵争战；信徒不能只关注自己的争战，还要「为众圣徒祈求」，求主让所有的肢体都能在属灵争战中「站立得住」（13节）。**

**保罗请读者更要特别为他祷告，使他能在罗马法庭上「得着口才，能以放胆开口讲明福音的奥秘」（19节）。保罗有很大的属灵恩赐、口才和成就，但在许多书信中都要求弟兄们为自己代祷（罗十五30；弗六19；腓一19；西四3-4；帖前五25；帖后三1-2）。这不是为了博取对方的同情，也不是因为没有代祷神就不会带领、没有口才和胆量，更不是代祷的人越多神就越垂听。而是因为神所要得着的是基督的身体，而不是一个超级肢体，因此保罗照着神的旨意，把自己和同工们摆进基督的身体里，盼望所有的肢体都借着同心祷告，活在基督的身体里，在灵里合一争战，「建立基督的身体」。**

**保罗在罗马被囚时，「蒙准和一个看守他的兵另住在一处」（徒二十八16），又「被这链子捆锁」（徒二十八20），为福音成了「带锁链的使者」（20节）。保罗是万王之王派到这个世界的大使，但却没有外交豁免权。然而他并没有求神让他脱离锁链，而是求神让他可以「照着当尽的本分放胆讲论」（20节）；不是求自己得着自由，而是求福音可以自由地传开。**

**【弗六21】「今有所亲爱、忠心事奉主的兄弟推基古，他要把我的事情，并我的景况如何全告诉你们，叫你们知道。」**

**【弗六22】「我特意打发他到你们那里去，好叫你们知道我们的光景，又叫他安慰你们的心。」**

**【弗六23】「愿平安、仁爱、信心从父神和主耶稣基督归与弟兄们！」**

**【弗六24】「并愿所有诚心爱我们主耶稣基督的人都蒙恩惠！」**

**六21-24是祝福，与一1-2的问候首尾呼应。**

**21-22节与西四7-8几乎相同，可能因为保罗在写好两封信准备送出之时，一起写下了结语。**

**「推基古」 （21节）是送达本信的人，也是《歌罗西书》（西四7）和《腓利门书》的送信人。在保罗第三次宣教旅程结束时，推基古作为亚细亚教会的代表之一，和保罗一起抵达耶路撒冷。保罗曾打发他到提多那里，差派他去以弗所。**

**推基古是忠心与保罗一同事奉的人，他要向以弗所的信徒为保罗报平安，以便安慰他们。保罗自己身陷囹圄，心里念念不忘的却是安慰、鼓励众教会。保罗用来安慰别人的「光景」（22节），不是他所陷的困境，而是他在困境中的「平安、仁爱、信心」。「平安、仁爱、信心」（23节）都源于神，保罗盼望灵里的弟兄们彼此相爱，并将此爱与对神的信心结合。**

**保罗的问安没有提到姊妹，而是说「归与弟兄们」（23节）。因为在新造里只有弟兄。信徒不分性别，在神家中的都是有权继承产业的儿子。**

**24节可译为「愿一切以不朽的爱爱我们主耶稣基督的人，都蒙恩惠」，信徒对主耶稣基督的爱都是存到永远的不死的爱。本信以「恩惠」开始（一2），又以「恩惠」结束，恩典浸透了基督的整个身体。**

《以弗所书》是保罗在监狱中写给以弗所教会的一封书信，被称为“狱中书信”之一。这封信内容丰富，既有关于基督信仰的深邃教义，也有关于基督徒生活的实际教导。以下是一些阅读《以弗所书》后的心得体会：

**1. 在基督里得着属灵的福气（1章）**

* 保罗开篇就提醒信徒，他们在基督里已经蒙神拣选，得着各样属灵的福气（1:3）。
* 这些福气包括：被神拣选（1:4）、得救赎（1:7）、被赐圣灵为印记（1:13-14）。
* 这让我们明白，我们的身份不是凭行为得来的，而是神的恩典，是在基督里所领受的礼物。

**2. 因信称义，靠恩典得救（2章）**

* **“你们得救是本乎恩，也因着信，这并不是出于自己，乃是神所赐的。”（2:8）**
* 人无法靠自己的善行得救，而是靠神的恩典和信心。
* 这提醒我们，不要依赖自己的努力来换取神的爱，而是要谦卑接受神的救恩，同时回应祂的爱，活出圣洁的生命。

**3. 教会是基督的身体，合一是关键（3-4章）**

* **基督是教会的头**（1:22-23），教会是基督的身体，所有信徒都在基督里成为一体（4:4-6）。
* **“用和平彼此联络，竭力保守圣灵所赐合而为一的心。”（4:3）**
* 在教会里，不论种族、背景、地位，所有人都因基督而合一。
* 这提醒我们在教会生活中，要学习彼此相爱、包容，建立合一的肢体关系。

**4. 新生命的样式（4-5章）**

* 信主后，我们要脱去旧人，穿上新人（4:22-24）。
* 这意味着改变我们的言语、行为、态度：
	+ 远离谎言，说诚实话（4:25）。
	+ 不可含怒到日落（4:26）。
	+ 以恩慈相待，彼此饶恕（4:32）。
* **“要效法神，好像蒙慈爱的儿女一样。”（5:1）**
* 这提醒我们，信仰不仅仅是头脑的知识，更是生命的改变，要活出与福音相称的生活。

**5. 家庭关系与婚姻中的基督之爱（5-6章）**

* **夫妻关系**：丈夫要爱妻子，像基督爱教会；妻子要顺服丈夫，如同教会顺服基督（5:22-33）。
* **父母与儿女**：父母要用主的教训养育儿女，儿女要孝顺父母（6:1-4）。
* **主仆关系**：当时的社会结构中，奴仆要忠心服事主人，而主人要公正待仆人（6:5-9）。
* 这些教导表明，基督信仰不仅影响个人，也影响家庭和社会关系。

**6. 穿戴神所赐的全副军装（6章）**

* **“要穿戴神所赐的全副军装，就能抵挡魔鬼的诡计。”（6:11）**
* 属灵的争战是真实的，基督徒要靠神的能力站立得稳：
	+ 真理当作带子束腰。
	+ 公义当作护心镜。
	+ 福音的平安当作鞋穿在脚上。
	+ 信德当作盾牌。
	+ 救恩当作头盔。
	+ 神的道（圣经）是圣灵的宝剑（6:14-17）。
* 这提醒我们，信仰的旅程不是被动的，而是要积极地装备自己，用神的话语、信心和祷告来面对属灵的挑战。

**总结**

1. **恩典的救赎**：我们得救不是靠行为，而是靠神的恩典（2:8）。
2. **教会的合一**：所有信徒在基督里是一体，要彼此相爱（4:3）。
3. **生命的更新**：信主后，要活出新生命，远离罪恶（4:22-24）。
4. **家庭的建造**：夫妻、父母与儿女的关系，要按照基督的教导建立（5:22-6:4）。
5. **属灵的争战**：要穿戴全副军装，靠神得胜（6:11-17）。

《以弗所书》提醒我们，基督徒的身份是神所拣选、蒙恩得救的子民，我们要活出圣洁的生活，彼此相爱，并且在属灵争战中站立得稳。这是一封充满盼望、力量与实际教导的书信，值得我们深思并在生活中实践。

 **个人得救- 参加教会 --生命更新 --建造家庭 -属灵争战得胜**Bottom of Form