

以弗所书

林真儿

目录

上部：关于以弗所书

第一课	写作背景	2
第二课	作者介绍	3
第三课	本书主题	3
第四课	金节钥句	4

下部：以弗所书释义

第五课	分段与序言（1:1-2）	4
在基督里教会的地位（1:3-3:21）		
第六课	在基督里蒙救赎（1:3-14）	5
第七课	在基督里得启示（1:15-23）	5
第八课	在基督里同复活（2:1-10）	6
第九课	在基督里为一体（2:11-19）	6
第十课	在基督里被建造（2:20-22）	7
第十一课	在基督里作执事（3:1-21）	7
在基督里教会的生活（4:1-6:20）		
第十二课	肢体生活（一）（4:1-6）	8
第十三课	肢体生活（二）（4:7-16）	9
第十四课	社会生活（一）（4:17-5:7）	10
第十五课	社会生活（二）（5:8-14）	10
第十六课	社会生活（三）（5:15-21）	11
第十七课	家庭生活（一）（5:22-33）	11
第十八课	家庭生活（二）	12
第十九课	家庭生活（三）	13
第二十课	家庭生活（四）（6:1-9）	15
第二十一课	争战生活（一）（6:10-13）	16
第二十二课	争战生活（二）（6:14-16）	16
第二十三课	争战生活（三）（6:17-20）	17
第二十四课	结语与祝福（6:21-24）	18

正如 16 世纪教会改革之时所指出的，《加拉太书》和《罗马书》是个人得救真理的宝库；因著其中因信称义的道理，迫使每一个信徒面对自己的罪，并迫切寻找救赎的方法。这样一来，人面对生死的问题，就不能不体会到自己与神的关系。至于《以弗所书》、《腓立比书》、《歌罗西书》这几卷书信，虽然不像上两卷那么激动有力，但其中所载有关神教会的真理也是非常丰富的，堪称为教会真理的宝库。它的中心思想是基督是教会的头，教会是祂的身体。耶稣基督不但被认作是个人的救主，乃是进一步把全人类，甚至所有被造之物，都归在祂里面。当然，这两方面的真理是分不开的。正如我们看见，在较前的几卷书信中，也不断论及教会的道理；在后面的几卷书信中，同样没有半刻疏忽我们个人与神的关系。但是，按比例来说，前者著重个人与神的关系，后者则著重教会的真理，这是非常明显的。

艾利葛（C.J. Ellicott. D.D.）

第一课 写作背景

一．写作时代

以弗所书是保罗第三次旅行布道后，在罗马的监狱中写成的，大约在主后 60-62 年之间。从受信人（6:21-22；西 4:7-9；门 10-12）可以推知，以弗所书、腓力比书、歌罗西书和腓利门书是保罗在同一时期、同一地点写成的著作。因此，这四封书信被称为“监狱书信”或“狱中书信”。

二．以弗所城市

位居于罗马帝国小亚细亚省的西南岸，是爱琴海东南部的一大商业中心，距离地中海仅 9 哩，与亚历山大港同为地中海贸易枢纽，是当时陆海交通的要道。各国的商船云集于此，交易后在转小亚细亚内陆各

城。罗马因其优越的地理位置，而将她定为亚细亚的首府。以弗所城崇拜鬼神，著名的希腊女神亚底米神庙是以弗所人的骄傲，因此，以弗所也被称为“守庙之城”。

三．以弗所教会

以弗所教会主要由外邦信徒组成（2:11-12），也有一些犹太信徒。亚基拉夫妇、亚波罗，以及提摩太都曾担任教导牧养之职。以弗所教会是亚细亚首屈一指的教会。

四．以弗所书

1. 保罗书信花冠

和罗马书相似，以弗所书不是为了解决教会的个别问题或信仰的异端，而是定意将神的救赎计划有系统地向信徒宣讲。全书结构严谨，高瞻远瞩，落笔有神，蕴藏著丰富的智慧及知识；倾诉神在基督里的宏伟计划和启示，素有“保罗书信花冠”之称。

2. 最深之教义书信

以弗所书虽然不是保罗书信中最长的一卷，但却常被认为是最深的一卷。里面阐述的真理充满高贵、威荣，和伟大的气势。它是除了罗马书、帖撒罗尼迦书之外，又一卷对基督教教义论述得十分清楚、丰富、完备和深刻的保罗书信。

第二课 作者介绍

一·保罗的生平

1. 出生名门
2. 高等教育
3. 狂热份子
4. 献身事主
5. 鞠躬尽瘁

二·保罗的写作

1. 充满奥秘启示
2. 精通多种文字
3. 了解多元文化
4. 丰富完备真理
5. 教义实践结合

三·保罗的书信

1. 教会书信

从罗马书到帖撒罗尼迦前后书，圣灵藉保罗写信给七个教会，表明神要这个世代明白全备完整的真理。提摩太后书 3:16 告诉我们有关圣经的真理，可以从这九卷书信中体现出来：

书 卷	教 义
罗马书	教导人学义
哥林多前、后书	督责
加拉太书	使人归正
以弗所书	教义
腓立比书	督责
歌罗西书	使人归正
帖撒罗尼迦前、后书	教义

2. 教牧书信

从提摩太前书到腓利门书，常被认为是每一位传道人都要熟读的“教牧书信”。

第三课 本书主题

一·基督与教会的关系

1. 教会是基督的身体（1:23，4:12，5:23）——生命的关系
2. 教会是主的圣殿（2:21）——敬拜的关系
3. 教会是神的家（2:19）——同在的关系
4. 教会是圣灵的宫（2:22）——建造的关系
5. 教会是基督的新妇（5:31-32）——爱的关系

二·教会的地位——在基督里

因著“在基督里”，基督的一切就成为教会的所有；在基督里，我们就接受了“天上各样属灵的福气”。（1:3）以弗所书蕴藏了有关教会真理的高峰，以及信徒灵命成长的道路。

三·对教会的误解

1. 是宗教组织
2. 是宗教建筑
3. 等同任何宗教团体
4. 主日或团契聚会

第四课 金节钥句

一·“在基督里”的含义

1. 在基督里居住著神性一切的丰盛（1:3；西 2:9）

在基督里，包罗了“神的万有”。神的全部丰盛完全全蕴藏在基督里。这是以弗所书第一部分的中心内容。

2. 在基督里赐给我们丰盛的恩典（1:3-8）

我们只有在基督里，才有机会和资格去领受神丰盛的恩典；同时这恩典也是神通过基督赐给我们的。

3. 在基督里同归于一（1:10）

神将祂一切的丰盛存放在基督里，叫我们又在祂里面去支取这个丰盛；最后叫一切所有的在基督里面同归于一。这就是神的永远计划和神的奥秘。

二·全书脉络结构

1. 序言（1:1-2）

2. 在基督里教会的地位（1:3-3:21）

3. 在基督里教会的生活（4:1-6:20）

4. 结语与祝福（6:21-24）

三·金句钥节

1. 以弗所书 1:23——从教会与基督的关系来看

2. 以弗所书 4:1——从教会的地位与生活来看

3. 以弗所书 3:6——从本书主题“基督的奥秘”来看

第五课 分段与序言

一·大纲分段

A. 序言（1:1-2）

B. 在基督里教会的地位（1:3-3:21）

1. 在基督里蒙救赎（1:3-14）

a. 圣父计划救赎（1:3-6）

b. 圣子完成救赎（1:7-12）

c. 圣灵印证救赎（1:13-14）

2. 在基督里得启示（1:15-23）

a. 启示的得著（1:15-16）

b. 启示的泉源（1:17-18）

c. 启示的内容（1:18-23）

3. 在基督里同复活（2:1-10）

a. 复活前的生命（2:1-3）

b. 复活后的生命（2:4-10）

4. 在基督里为一体（2:11-19）

a. 从前是外邦人（2:11-13 上）

b. 如今是家里人（2:13 下-19）

5. 在基督里被建造（2:20-22）

a. 建造成主的圣殿（2:20-21）

b. 建造成圣灵的居所（2:22）

6. 在基督里作执事（3:1-21）

a. 执事的条件（3:1-7）

b. 执事的使命（3:8-11）

c. 执事的道路（3:12-13）

d. 执事的代求（3:14-21）

C. 在基督里教会的生活（4:1-6:20）

1. 肢体生活（4:1-16）合一与成人

2. 社会生活（4:17-5:21）圣洁与光明

3. 家庭生活（5:22-6:9）爱心与顺服

4. 争战生活（6:10-20）刚强与得胜

D. 结语与祝福（6:21-24）

二·序言 (1:1-2)

1. 写信人：使徒保罗
2. 受信人：在以弗所的众信徒
3. 祝愿：恩惠平安的来源

在基督教会里的地位

第六课

在基督里蒙救赎

一·救赎是圣父计划的 (1:3-6)

1. 救赎计划的总体

“在基督里”包罗了神的万有，而在基督以外的都是必然朽坏的。“曾赐给”表示过去时态，是已经完成的，只等我们去基督里支取。

2. 救赎计划的时间

创世以先。

3. 救赎计划的内容

- a. 在基督里蒙拣选；
- b. 在基督里成为圣洁；
- c. 在基督里得儿子的名分。

4. 救赎计划的依据

- a. 因著爱；
- b. 按著旨意。

5. 救赎计划的目的

- a. 使祂得称赞；
- b. 使我们得恩典。

二·救赎是圣子完成的 (1:7-12)

1. 所付代价

是血的代价，也就是生命的代价，再也没有比生命的赋予更伟大的付出了。

2. 所得效果

- a. 今生的效果：(i)得蒙救赎和赦免；(ii)得著丰富的恩典；(iii)得知旨意的奥秘。
- b. 永世的效果：(i)在基督里同归于一；(ii)在基督里得了基业；(iii)神的荣耀得著称赞。

三·救赎是圣灵印证的 (1:13-14)

1. 圣灵为印记 (1:13)

- a. 印记的条件：信基督
- b. 印记的作用：同证我们是神的儿女
- c. 印记的含义：(i)表明从属的关系；(ii)表明权力的关系；(iii)表明有效的关系；(iv)表明凭据的关系

2. 圣灵为凭据 (1:14)

- a. 凭据的作用：得基业
- b. 凭据的期限：世界的末了

第七课

在基督里得启示

一·启示的对象 (1:15)

1. 要信从主耶稣；
2. 要亲爱众信徒；

二·启示的得著 (1:16)

藉著不住的祷告得著圣灵的启示、光照，和充满。

三·启示的泉源 (1:17)

三位一体的神：耶稣基督、荣耀的父、启示的灵。

四·启示的内容 (1:17-23)

A. 真知道祂

“知道”是头脑的、知识的、理论的；“真知道”却是心灵的、生命的、实践的。

1. 真知道神的恩召是何等有指望；
2. 真知道神的基业是何等丰盛荣耀；
3. 真知道神的能力是何等浩大：
 - a. 死里复活的大能；
 - b. 荣耀作王的大能；
 - c. 远超一切的大能；
 - d. 降伏万有的大能；
 - e. 充满万有的大能。

B. 教会是基督的身体

以弗所书中提及 5 次（1:23，4:4、12、16，5:30）；在其他书信中也提及 5 次（罗 12:5；林前 10:17，12:27；西 1:24，2:19）。

1. 是生命的关系；
2. 是元首的关系；
3. 是一体的关系；
4. 是充满的关系。

第八课 在基督里同复活

一·复活前的生命（2:1-3）

A. 复活前的生命状态——死在罪恶过犯之中

死亡有三种状态：

1. 活著的死：与神隔绝，远离神，与神为敌；
2. 肉体的死：灵魂离开身体，任何人都无法抗拒；
3. 永远的死：即第二次的死，是不信之人的结局。

B. 复活前的生命特点

1. 随从风俗：人间的遗传、世上的污秽；
2. 顺服邪灵：喜欢罪恶，弃绝抵挡神；
3. 放纵私欲：为所欲为，不受义约束；
4. 可怒之子：惹神震怒，与永恒隔绝。

二·复活后的生命（2:4-10）

A. 复活后的生命状态——与基督一同复活，一同坐在天上

1. 救恩的基础：神的大爱
2. 救恩的实施：神的怜悯

B. 复活后的生命特点

1. 与主同复活的生命：不再活在罪中，受罪捆绑；
2. 与主同坐天上的生命
 - a. 掌权的生命
 - b. 得胜的生命
 - c. 安息的生命
 - d. 同在的生命
 - e. 超越的生命
3. 显明神恩典的生命：美好的生命见证
4. 预备行善的生命：新生命的本身就是神的工作，所以不要单单重视事工或服事，却忽略了我们生命的建造；要顺服在神的手中，成为神合用的器皿。

第九课 在基督里为一体

一·从前是外邦人（2:11-12）

1. 没受割礼：割礼是神与选民立约的记号（创 17:9-14），代表选民与外邦人的明显区别；
2. 没有基督：与基督无关，结局是永远的灭亡与沉沦；
3. 不是子民：在以色列国民以外，不属于神的国度；
4. 没有应许：在诸约上是局外人，与一切应许无分；
5. 没有指望：如果没有神，一切的指望都与我们无关。

二·如今是神家里的人（2:13-19）

1. 得亲近神：基督的宝血洁净我们的心，除去我们的死行，是我们得以事奉永生神；
2. 合而为一：外邦人与选民在基督里合而为一；
3. 造成新人：在基督里成为一个身体，有神的形象，有新人的长进；

4. 归为一体：新人是一体的、生命的合一；无论何人，在基督里都成为一个身体；
5. 传扬福音：传福音是神家里的人特别的使命；
6. 同感一灵：新造的人是神的儿女，从圣灵而生，有同一个圣灵住在心中；
7. 圣徒同国：本节是以弗所书第2章的高峰，宣告在基督里我们最美好的身份就是“神家里的人”。

第十课 在基督里被建造

一·建造成主的圣殿

1. 殿的根基——使徒和先知的根基之上（2:20）

注意“使徒和先知的根基”，并不是使徒和先知这些人，乃是这些人蒙启示的真理，这真理就是“耶稣是基督，是永生神的儿子”。（太 16:16）教会的根基就是福音的根基，就是信仰的根基。这唯一的根基就是耶稣基督！

2. 房角石——耶稣基督自己为房角石（2:20）

房角石是古代建筑作为定规格、方向、式样的基础石，也是定准绳、垂直、水平的基础石。

3. 联络各房——各房靠主联络得合式（2:21）

根基和房角石都是指信仰的基础、教会的根基；神不仅要根基，还要完全的圣殿，就是我们每一个信徒靠著主的恩典和圣灵的连接，成为“活石”，被主使用。

二·建造成圣灵的所在

1. 依靠主（2:22）

不是依靠人的聪明才智，不是依靠势力权柄，也不是依靠苦行修身，全然依靠主已经成就的救恩，靠主的十字架，来建造教会。

2. 同被建造（2:22）

不是一个人，乃是全体圣徒一同被建造。所以信徒不能离开教会，要过教会肢体的生活。

第十一课 在基督里作执事

一·执事的条件（3:1-7）

保罗的资格——谁可以作使徒/执事？

1. 神的托付(entrust)——恩典

得救之恩+选召之恩+信望爱之恩，传福音到地极

2. 神的启示(revelation)——恩典

保罗深知基督的奥秘就是教会，也就是外邦人和犹太人在基督里同为后嗣，同为一体，同蒙应许。恩赐是神赐给各个肢体服事神的功用和能力，恩典赐予的技能目的是为了要用于服事主。没有能力的恩赐就不叫恩赐，只能叫作才干。

结论：都是神的作为、神的拣选，要指著主夸口！

二·执事的使命（3:8-11）

保罗的职份——职权/责任/做什么？

1. 传基督的丰富

向外邦人传扬基督的丰富是保罗的第一使命。他用谦卑的生命来见证和经历基督那无可比拟的丰富。

2. 解神国的奥秘

使众人明白神的奥秘计划：包括使外邦人、犹太人、圣徒与非信徒，所有的人都明白基督的奥秘。（3:6）

3. 作信徒的榜样

结论：大使命就是要使人明白基督的奥秘，笃信不疑，并且看重教会的地位。

三·执事的道路 (3:12-13)

1. 在灵里，凭信心通达无阻

一个服事神的人，必须天天凭信心、坦然无惧、笃信不疑地来到神面前，与神有亲密无间的交通。这是服事的基础。

2. 在世上，从苦难进入荣耀

服事主的人要明白这世上虽有苦难，但通往天国的路是一条荣耀的十字架道路。

四·执事的代求 (3:14-21)

保罗的祷告——服事的态度和内容/怎样做？

1. 祷告的生命

(a)坦然无惧；(b)爱中交融；(c)享用丰盛；(d)谦卑恭敬；(e)从祂得名。

2. 祷告的内容

(a)求刚强——望；(b)明白爱——爱；(c)有确据——信。

3. 祷告的确据

信心将神的大能带进我们的生命中。在神凡事都能，因此祷告一定要伴随著信心。

结论：一切的服事要奠基在祷告的基础之上，而信望爱的生命就是基督徒最美的生命体现。

*重点详解

1. 基督的奥秘 (3:4) ——教会和神的关系

同为后嗣 (父) 同为一体 (子) 同蒙应许 (灵)

2. 基督的爱 (3:18)

对信徒：辽阔高深，无所不在，充满万有，永远不变；对不信者：有时间空间的限制，是有限的忍耐、等候。

以弗所书首 3 章讲到信徒在基督里的地位、所蒙奥秘的恩召；后 3 章讲到信徒在基督里的生活，行事为人必须与所蒙的恩召相称。

保罗其余的 13 卷书信，基本上都是这种体裁。前半讲真理的奥秘，后半讲从真理而出的行为；前半讲救恩的基础，后半讲救恩的生活；前半讲神所预备的救赎，后半讲人所应有的行为；前半讲生命的真谛，后半讲生命的果子。因为保罗所传的基督真道，绝不是空谈，乃是生命。有生命就有生活，有真理就有行为。看果子认出植物来，凭行为看出生命来。

恩羚

在基督教会里的生活

第十二课

肢体生活 (一)

以弗所书 4 章是实践篇的开始，从在基督里的合一与成长，来分享教会的肢体生活——身体的合一与成人。其中 4:1 是承上启下的重要金节；用极其简练的言语阐述出以弗所书的中心主题，显出保罗的真智慧与大学问。

一·合一的心 (4:2~6)

A. 合一的途径 (4:2-3)

1. 凡事谦卑

谦卑是走向合一的第一步。基督的谦卑使祂跨出第一步“虚己”，于是救恩工作就开始了。学习基督生命的人，首先要学习谦卑。

2. 凡事温柔

温柔是“温良柔顺”的合一 (雅 3:17)，包含态度上的温柔和言语上的温柔。

3. 凡事忍耐

忍耐是走向合一的必经之路。对己，对人，对神都要忍耐，目的是攻克自己等候神，攻克自己顺服神。

第十三课 肢体生活（二）

4. 互相包容

用爱心来彼此宽容是一个美好的品德，包含饶恕与接纳。

5. 彼此联络

我们只不过是众多肢体中的一个，需要与其他肢体互相联络，彼此搭配，才能使身体健康成长；否则就会制造出畸形的教会，而不是基督荣耀的身体。

6. 竭力合一

追求“以基督耶稣的心为心”是全体信徒的目标。

B. 合一的根基（4:4-6）

1. 一身

在神的眼中，只有一个教会，就是基督的身体。

2. 一灵

三位一体神中的一位。因为我们受感于、受恩于、受洗于、饮于独一的圣灵，所以我们有合一的基础，也必须合一。

3. 一望

所有圣徒都盼望得见基督，盼望身体得赎。

4. 一主

就是道成肉身的耶稣基督，永生神的儿子。

5. 一信

信心是我们蒙恩的唯一途径。凡在基督里的人，没有一个不是走同一条信心之路，因为除此之外，再没有其他得以蒙恩的道路。

6. 一洗

古往今来的信徒同受一个洗礼，成为一体，同归于一；

7. 一神

我们所信奉的是独一无二的真神，除祂以外，再无别神。（出 20:3；赛 43:10-11）

（续）

二·合一的身体（4:7-12）

A. 恩赐的量给（4:7-10）

1. 恩赐是量给人的
2. 恩赐是赏给人的

B. 恩赐的类别（4:11）

1. 使徒：原文是“奉差遣”的意思，使命是传福音及建立教会；
2. 先知：新约所提的先知和旧约的先知功能有所不同；乃是作先知讲道，而不是传达异象异梦，或是另外的什么预言、启示；
3. 传福音：单一的传福音的恩赐；
4. 牧师：原文“牧人”，牧养神的教会，作群羊的榜样，在真理上防止贼盗的破坏，在生命上喂养群羊；
5. 教师：原文是“有牧师或教师”，意思是说牧师和教师的功能接近，都属于教导型。

C. 恩赐的功用（4:12）

为要成全圣徒，各尽其职，建立基督的身体。

1. 肢体不能脱离身体而单独生存；
2. 任何一个肢体不能不属于身子；
3. 肢体之间不得歧视；
4. 肢体之间荣辱与共；
5. 肢体之间不可分门别类。

三·长大成人（4:13-16）

A. 长大成人的条件（4:13）

1. 在真道上合一；
2. 认识基督：(a)认识基督的身份；(b)认识基督的丰富；(c)认识基督的大爱；(d)认识基督的能力；
3. 有基督的身量：就是耶稣基督向父神的谦卑、顺服、合一的生命；祂向人发出的慈爱、怜悯，与大能，以及祂所成全的救恩与永世的计划。

B. 长大成人的表现 (4:14-16)

1. 不再做小孩子：小孩是吃奶的，属肉体的；而成人是吃乾粮的，属灵的；
2. 凡事长进：用爱心说诚实话，一切向著基督，连于基督，以基督为首，让基督居首位；
3. 联络全身：各肢体各尽其职，彼此相助；
4. 爱中建立：这是神对基督徒生活最大也是最基本的要求。只有常常保守自己在神的爱中，才能有力量活出爱的能力来。

第十四课 社会生活（一）

一·旧人与新人 (4:17-32)

A. 脱去旧人 (4:17-22)

1. 旧人的心：虚妄的心、昏昧的心、无知的心、刚硬的心、良心丧尽的心；
2. 旧人的行为：行事虚妄、与神隔绝、放纵私欲、贪行污秽；
3. 如何脱去：听道、领受、学著行（head-heart-hand 头脑—心灵—行为）。

B. 穿上新人 (4:23-32)

1. 如何穿上：改换心志是穿上新人的起点；
2. 新人的形象：有神的形象，即真理的仁义和圣洁；
3. 新人的生活：诚实、正直、饶恕、谨慎、勤劳、慷慨、圣洁、自守、仁爱、恩慈、怜悯；
4. 不叫圣灵担忧：新人生活中的重点，是圣灵爱我们而不忍丢弃的表现。

二·蒙爱的儿女 (5:1-7)

A. 效法神 (5:1)

效法神，也就是操练敬虔（提前 4:7-8），效法基督（林前 11:1）；正如神最初创造我们的目的是为了叫我们像祂。

B. 凭爱心行事 (5:2)

也就是过爱心的生活，这是基督徒行事为人的总则；唯有舍己的爱才能流露彰显神的生命。

C. 过圣洁生活 (5:3-5)

1. 淫乱、污秽、贪婪，不提：不仅不去做，不去想，连提都不可；
2. 淫词、妄语、戏笑，不说：只在爱心里说诚实的话。

D. 分别为圣 (5:6-7)

诗篇第 1 篇就告诉我们不可与悖逆之子同夥，应当从罪恶黑暗中分别出来，因为我们是蒙爱的儿女。

第十五课 社会生活（二）

（续）

三·光明的子女 (5:8-14)

A. 光明的生命 (5:8)

1. 弃绝黑暗事；
2. 生命光中行；
3. 与神常相交；
4. 倚靠主宝血。

B. 光明的果子 (5:9-12)

1. 良善：良善是神的属性，唯独有神生命的人，才能结出良善的果子来；
2. 公义：公义也是神的属性，凡由神生的，才有可能行义；
3. 诚实：诚实也是神的属性，神的诚实是无伪的，丰盛的，广大的，永远的。

C. 光明的态度 (5:10-12)

1. 察验主喜悦的事：凡事讨主喜悦，首先要明白主到底喜悦什么事；

2. 不行暗昧无益的事：信徒行事为人以“荣神益人”为出发点和原则；
3. 责备不义的行义：光明之子的功能就是不仅自己光明，还要照亮别人的生活，提醒，光照，甚至责备不义的事情。

D. 光明的功能（5:13-14）

1. 显明暗昧的事；
2. 光照沉睡的人；

第十六课 社会生活（三）

（续）

四·智慧的生活（5:15-21）

A. 谨慎行事（5:15）

1. 谨慎行事意味著敬畏神；
2. 谨慎行事意味著听从神；
3. 谨慎行事意味著遵行真理；
4. 谨慎行事意味著：
 - a. 谨慎你的心思；
 - b. 谨慎你的眼目；
 - c. 谨慎你的言语；
 - d. 谨慎你的脚步；
 - e. 谨慎你的行为；
 - f. 谨慎你的事奉；
 - g. 谨慎你的信仰。

B. 爱惜光阴（5:16）

1. 爱惜光阴意味著数算自己的日子；
2. 爱惜光阴意味著活在神的旨意中；
3. 爱惜光阴意味著尽心竭力地事奉；
4. 爱惜光阴意味著把握每一个机会；
5. 爱惜光阴意味著赎回浪费的时间；
6. 爱惜光阴意味著珍惜身体的健康。

C. 明白主旨（5:17）

1. 当献上自己；
2. 不效法世界；
3. 要心意更新。

D. 不要醉酒，但要被圣灵充满（5:18）

1. 关于信徒饮酒：不是不能饮酒，乃是不可放纵，以饮酒取乐，放纵酗酒，伤害健康，败坏行为；
2. 关于圣灵充满：由圣灵统治全人，从圣灵得力，活出丰盛的生命，使生活得胜，使事奉大有能力。

E. 敬拜的人生（5:19-21）

1. 诚心赞美：赞美人生是智慧人必过的生活，也是信徒最美的生活方式；
2. 满心感恩：心里明白神的恩典，享用了，经历了主的慈爱，我们必定会因感恩而发出赞美；
3. 彼此顺服：因为敬畏神而彼此顺服，用爱的生活来敬拜神。

第十七课 家庭生活（一）

一·婚姻生活

A. 婚姻的奥秘

1. 反射神的形象：这是神创造人的目的，同时也是神创造婚姻的目的之一；婚姻中的二人成为一体反映了三位一体神合一的关系，更加鲜活地表现出基督与教会合一的关系。
2. 彼此成全相伴：彼此陪伴代替了孤单、无助、追求亲密的痛苦；
3. 完成神的使命：婚姻的圣洁合一带出敬虔的后代，完成神的托付；
4. 婚姻的目的被罪恶破坏：撒旦的诡计就是要人远离神的旨意，人的罪破坏了神所创造的美好婚姻；因此婚姻的成败实际上是一场属灵的争战。

第十八课 家庭生活（二）

B. 婚姻的计划

1. 离开(Leave)：首要责任就是长大成人，从父母的护庇之下独立（创 2:24；5:31）；
2. 联合(Cleave)：其次就是要建立夫妻之间的誓约联合（创 2:24；5:31）；
3. 成为一体(Become One Flesh)：婚姻双方身心灵合一的亲密体现，是建立在无条件的牺牲之爱的基础上（创 2:24-25；5:31）；
4. 最佳帮助(Best Help)：神所设立的婚姻，自当由神来带领；唯有回到神创造婚姻的美意当中，我们才有可能缔造美好的婚姻；也只有依靠神的恩典和大能，我们才能胜过自身的罪、世界的引诱，以及撒旦的攻击，在婚姻中得胜！

二·婚姻的角色

A. 神的设计

1. 神设计了丈夫和妻子，二人有同等的价值（加 3:28）；
2. 神设计的丈夫和妻子是二人互补，彼此成全的（林前 11:11）；
3. 神要求丈夫和妻子因为基督的缘故彼此顺服（5:21）；
4. 神在婚姻中设计了神圣的顺序：
 - a. 神设立男人为婚姻关系中的头，为全家负责（5:23）；
 - b. 神把妻子给男人，为要使婚姻关系完美，使妻子成为丈夫的帮助者（创 2:18）；
5. 神设立夫妻关系为基督与教会之关系的奥秘预表，婚姻在人间反映出这深刻的奥秘关系（5:31-32）。
6. 神设立夫妻二人同心依靠祂的能力来完成祂的计划（约 15:5；腓 4:13）。

（续）

B. 妻子的角色与责任

1. 接受神对婚姻的计划与设计是妻子的首要责任
“帮助者”（创 2:18）有以下解释：
 - a. “帮助者”是有价值的头衔：在圣经中，神自称是我们的帮助者（诗 54:4）；
 - b. 圣灵也被称为“帮助者”：“保惠师”是代表能力、尊贵、同工、辅导、安慰的一种尊称（约 14:16）。
2. 爱丈夫是妻子的责任（多 2:4）
 - a. 爱是无条件的接纳
 - i. 按照丈夫的本相接纳他是一位不完美的人；
 - ii. 你的接纳不是建立在他的表现之上，乃是因为他是神赐给你的美好礼物；
 - iii. 接纳丈夫的想法和感受，了解他是一个独特个体；
 - iv. 接纳丈夫的失败，因为真爱允许一个人犯错，也允许圣灵在那人的生命中动工。
 - b. 爱是牺牲的行动
 - i. 真爱就是把你的丈夫放在第一位；
 - ii. 真爱就是随时愿花时间和心力给丈夫；
 - iii. 真爱就是主动的聆听和积极的祷告。
 - c. 爱是身体的回应（歌 7:10-12）
 - i. 面对你性方面的障碍；
 - ii. 全身心投入与丈夫身体的合一；
 - iii. 体贴丈夫身体的需要；
 - iv. 享受神所创造的天作之乐。
3. 支持丈夫是妻子的责任（箴 31:10-12）
 - a. 支持是彼此成全，而不是与丈夫竞争（箴 21:9）；
 - b. 支持丈夫可以帮助他成为神想要让他成为的人，可以使他以牺牲和仆人的心态成为敬虔的领袖；（箴 12:4）在事业上，在公众面前，在家中他都需要妻子的支持。

c. 丈夫需要妻子支持他成为婚姻关系的领导者

i. 圣经称这种支持为“顺服”（5:22-23）

ii. 顺服不是——

成为下等人；

失去身份和人的尊严；

盲从或愚忠；

觉得自己被利用；

丈夫做一切的决定；

允许丈夫犯罪或在身体上虐待你；

跟从丈夫一起犯罪……

iii. 顺服乃是——

尊重神所计划的、丈夫在婚姻中的领导者身份；

自愿积极地在婚姻关系中牺牲付出；

信任并支持神所赐给丈夫在家庭中作领导者的位分；

积极鼓励丈夫作婚姻中的领袖；

尊崇神的话（多 2:5）；

为丈夫祷告……

4. 敬重丈夫是妻子的责任（5:33）

a. 妻子尊重和敬畏丈夫，也就是注意到他，重视他，尊崇他，喜欢他，仰赖他，敬重他，顺从他，称赞他，爱他，十分恋慕他；

b. 尊重表示自愿用赞赏、尊严，以及独特的对待来看待一个人；

c. 敬重丈夫包含了解和欣赏

i. 了解和欣赏他面对的责任和承受的压力；

ii. 了解和欣赏他作为男人所有的独特和需要；

iii. 了解和欣赏丈夫与我的不同之处。

d. 敬重丈夫包含鼓励和扶持

i. 鼓励能使人充满信心；

ii. 鼓励的意思就是用具体的话语和行动来建立他；

iii. 鼓励就是说：“我信任你！”

e. 敬重丈夫包含仰慕和赞赏

i. 仰慕可以使人更有能力；

ii. 赞赏丈夫所作的正确事情；

iii. 赞赏就是说：“我以你为荣！”

5. 小结

a. 想要尽妻子的责任，必须包括两个基本的步骤：

i. 妻子首先要将自己交托给神，以及神所设立的婚姻之中；

ii. 妻子还要作出完全委身的一个决定，才能活出神的设计。

b. 当妻子委身于神所设立的婚姻关系中，她就能向丈夫表达爱、支持和尊重；也通过自己的顺服来帮助丈夫成为神所要他成为的样式。

c. 请注意！神设计的蓝图，乃是要夫妻二人同心合意地依靠圣灵的带领，以及神话语的光照，才能完成他们的角色和责任。

第十九课 家庭生活（三）

（续）

C. 丈夫的角色与责任

1. 接受神对婚姻的计划与设计是丈夫的首要责任（参第十八课：二. 婚姻的角色 A. 神的设计）

2. 爱妻子是丈夫的责任——效法基督去爱（5:25）

a. 爱就是寻求神为妻子所预备的最好的安排

i. 爱是出于一种意志的决定，而非稍纵即逝的感觉（西 3:19）；

ii. 爱是牺牲的行动，并非心理的好意图；

iii. 爱是出于对基督的顺服，并非根据配偶的表现；

iv. 爱需要用言语和行为常常表达。

b. 爱是虚己舍己的表现

i. 把和妻子的婚姻关系放在首位；

ii. 把妻子的需要放在自己的需要前面；

iii. 决不滥用自己在婚姻中的领导地位；

iv. 身心灵都忠实于妻子，战胜淫欲的试探；

v. 与异性的关系保持距离；

vi. 完全忠实可靠。

c. 爱的目标是要建立妻子丰盛的生命（5:28-30）

i. 丈夫的爱应当透过了解妻子而表现出来——

鼓励和帮助妻子成长；

了解欣赏妻子的恩赐和才干；

关注她的需要和喜好。

ii. 丈夫的爱应当透过肯定妻子的价值表现出来——

相信妻子在神眼中是一个满有价值的人；

爱恋妻子可以成为妻子最大的鼓励；

帮助妻子发挥出她的恩赐和才干。

iii. 丈夫的爱应当透过珍惜和爱护妻子表现出来——

当丈夫主动和妻子沟通时，她就会觉得被珍惜；

当丈夫表达浪漫和温柔时，她就会觉得被珍惜；

当丈夫忠实守诺时，她就会觉得被珍惜；

当丈夫成为妻子避风遮雨的安全港时，她就会觉得被珍惜。

iv. 丈夫的爱应当透过寻求更完全地了解妻子而表达出来——

当作重要决定时与妻子一同商量祷告；

丈夫要重视妻子的需要和喜好，而不是漠视；

丈夫要聆听妻子，而不是试图纠正她的错误。

3. 领导妻子是丈夫的责任——以仆人的身份和心态来领导（5:23）

a. 婚姻中的领导角色是基于神的设计，而不是基于卓越的才能（林前 11:3）

i. 领导不是——

更好的能力；

更多的权利；

作所有的决定；

受妻子的服侍；

任何形式的独裁；

虐待妻子的权力……

ii. 领导乃是——

神要丈夫为家庭负责；

以牺牲的心态来服侍你的家庭；

为爱你的家而负上代价；

你的存在就是为了家庭的健全；

用容易让人跟从的方式来领导；

赢得尊敬，而不是要求尊敬……

b. 婚姻中的领导角色是基于基督的榜样，而不是社会的模式（可 10:42-45；腓 2:5-7）

i. 以仆人的方式来服侍你的妻子；

ii. 为妻子营造最美最好的生活空间。

c. 领导包括供应家庭的物质需要（提前 5:8）

i. 努力工作，亲手劳碌做正经事；

ii. 学习明白家庭的物质需要；

iii. 学习成为钱财的好管家。

d. 领导包括供应妻子的属灵需要

i. 丈夫透过无私的服事来领导妻子；

ii. 丈夫透过效法神的属灵生命来领导妻子；

iii. 丈夫主动花时间和妻子一起研读圣经；

iv. 丈夫鼓励妻子多参与属灵的事工和服事；

v. 丈夫定期和妻子、为妻子祷告；

4. 警告（玛 2:14-15）

不论你是放弃或滥用做丈夫的权力和责任，不好好爱护、领导和关爱妻子；神都不会放过你，等闲视之的！因为丈夫不是强迫妻子去服从他的领导，乃是应以一个正直、怜悯、慈爱、有能力的人格来赢得妻子的顺服和爱情。一个好丈夫应该是一个爱人，也是一个喜爱神所赐给他的、在婚姻中作领袖地位的人。

第二十课

家庭生活（四）

一·亲子关系（6:1-4）

A. 儿女当孝敬父母（6:1-3；出 20:12）

1. 听从父母

与顺服不同，是遵从的意思，没有讨价还价的余地：

- a. 情理所在：听从父母是理所当然的；
- b. 爱的力量：由于真正的父母之爱乃世上最能体现神圣之爱的力量，爱可以带出尊敬和听从。

2. 孝敬父母

孝顺敬重，包含了物质与精神全面孝敬的爱，这是人类第一条带应许的诫命；神应许：

- a. 使你得福：此福既是属灵的，也有地上的福分，例如：约瑟、大卫、所罗门等；
- b. 在世长寿：这是属地的寿数祝福，也是历世历代的人所追求的。

B. 父母当养育儿女（6:4；西 3:21）

1. 不惹儿女的气

父母自身没有好榜样，却以强制、高压的手段对待儿女，使儿女心中痛苦，失去志气；因此：

- a. 养育儿女最重要的是言传身教，自身要在神的真理上站稳；
- b. 养育儿女是要把神的生命活出来，充满真理的仁义和慈爱。

2. 照主的教训养育（正面教导）

不是按照自己的喜好和标准，乃是照著主的真道来教育子女，使儿女在身心灵各方面全面平衡地成长，满有基督长成的身量。记住：

- a. 生养儿女是神的托付和使命；
- b. 儿女是神所赐的产业，父母只是受托者，不是拥有者；
- c. 把儿女带到神的面前，还给神，是父母最大的责任。

3. 照主的警戒养育（负面教导）

引用反面教材和神的各种警告来教育子女，帮助孩子有敬畏神的心：

- a. 圣经中失败的例子；
- b. 教会中失败的例子；
- c. 自身经历失败的例子。

二·工作关系（6:5-9）

A. 职员听从雇主（6:5-8）

1. 听从雇主

- a. 存尊敬的心听从；
- b. 存诚实的心听从。

2. 甘心事奉

- a. 真实乐意地事奉；
- b. 如同服事主一般；

3. 做工得工价

- a. 得地上的工价；
- b. 得天上的赏赐。

B. 雇主礼待职员（6:9）

1. 不压迫雇员；

2. 不剥削雇员；

3. 以礼相待，以德服人；

4. 同有一位天上的主。

第廿一课

争战生活（一）

信徒没有选择，因为从我们信主的第一天开始，我们已进入一场属灵的争战之中；或得胜，或失败，全在乎我们是否做得到以下讨论的内容。

一·依靠统帅（6:10-11）

A. 争战胜败，统帅乃是关键

我们的统帅乃是全知全智全能全胜的主宰，依靠祂，所有的能力与权柄就会流向我们。靠祂支取一切的丰盛，我们就能得胜有余！

B. 作为战士，要有刚强的生命（提后 1:7；林后 13:3）

1. 里面的生命要刚强；
2. 外面的军装要穿好。

二·认清敌人（6:12）

《孙子兵法》说：“知己知彼，百战不殆。”

A. 属灵的争战

不是与属血气的争战，我们的敌人乃是这一切背后的魔鬼；主不是来帮助我们的，乃是我们的统帅。（书 5:13-15）

B. 认清敌人

执政的、掌权的、管辖幽暗世界的的恶魔。

三·清楚作战目标（6:13）

A. （消极）抵挡魔鬼

1. 信徒的地位

是在基督里的，是天上、地下无可比拟的地位。撒旦无法摸到我们。（约一 5:18）

2. 不给魔鬼留地步

对撒旦只要做一件事——抵挡！保守我们的心门，不听撒旦的诡计，用坚固的信心来抵挡撒旦的火箭。（彼前 5:8-9）

3. 魔鬼的虚弱

从“逃跑”一词可以看出魔鬼的虚弱。

B. （积极）成就一切（工作与职份）

活著的意义，活著的价值。（徒 20:24）

C. 站立得住（信仰和生命）

1. 抵挡仇敌是成就一切和站立得住的必要基础；
2. 成就一切和站立得住是两码事（林前 9:27）；
3. 做无愧的工人就是要在自身与神的关系上站立得住。

第廿二课

争战生活（二）

（续）

四·穿上全副军装（6:14-17）

A. 真理作腰带（6:14）

1. 约束心（彼前 1:13）：原文作“束上心中的腰”；
2. 要警醒（路 12:35）：常常等候主人的来到；
3. 预备传（耶 1:17-19）：所传的信息都是符合真理的；
4. 预备走（出 12:11；王上 18:46）：整装待发；
5. 预备作（王下 9:1；约 13:4）：要服事，就要先用真理来装备自己。

B. 公义护心镜（6:14）

1. “信”（彼前 5:9）：坚固的信心抵挡魔鬼；
2. “爱”（帖前 5:8）：神就是爱，被爱充满的心就是被神所充满的心；
3. “义”（6:14）：以信、爱、义成为完备的护心镜，维护、保守信徒的心灵。

C. 福音平安鞋（6:15）

1. 旧约里提及的鞋：污秽的鞋（出 3:5；书 5:15）、不破的鞋（申 29:5）；

2. 新约里提及的鞋：福音的鞋（6:15）、佳美的脚踪（罗 10:15）。

D. 信德作藤牌（6:16）

信心产生的德行称之为“信德”，小信就是我们给魔鬼留下的破口。

1. 小信的表现

- 忧虑（太 6:30-34）：忧虑就是将神的应许当作是虚谎的；
- 胆怯（太 8:26）：恐惧和害怕常常使我们忘记神的能力；
- 疑惑（太 14:31）：疑惑是因为我们单单看到环境或自己的软弱，没有完全依靠神的保障。

2. 信德的表现

- 真正的信心必须有行为（雅 2:20）；
- 信心与德行并行才是牢固的盾牌（哈拿）。

3. 一切的火箭

- 明枪易躲，暗箭难防：暗箭表示魔鬼的突袭；
- 火箭：比一般的箭杀伤力更大；
- 一切的火箭：显明魔鬼的攻击是多种类的，花样万千。但只要信徒用信德作藤牌，就可以抵挡一切的诡计。

F. 圣灵为宝剑（6:17）

是唯一可以进攻仇敌的利器；前面提及的装备都是防御性的，而进攻性的武器独有一件，就是神的道。

- 主耶稣的榜样（太 4:4、7、10）：神的道就是真理，可以击退魔鬼的试探；
- 神的话没有一句不帶著能力的（路 1:37），魔鬼在神的道面前无法站立；
- 神的话需要通过圣灵的运用才发生威力，因为魔鬼也知道神的话；
- 神的道是活泼的（来 4:12），表明是活的。有生命的，能在人的心中产生实际的果效。

五·靠圣灵多方祈求（6:18-20）

得胜的秘诀是依靠圣灵，随时随地，多方祷告祈求！

A. 祷告的秘诀（6:18）

- 依靠圣灵（罗 8:26-27）：在与神相爱的关系中去寻求神的心意；
- 随时随地（创 5:22）：与神同行的体现；
- 倾心吐意（撒 1:15）：向神的倾诉、告知、陈明、颂赞、感谢、祈求，以及一切爱的表达；
- 儆醒不倦（6:18）：
 - 对神：意味著神的恩典、能力、平安、赐福会因我们的懈怠、不求、困倦而白白错过；
 - 对魔鬼：意味著我们的仇敌遍地游行，随时进攻；
 - 对自身：意味著我们肉体软弱，本性懈怠；
 - 对世界：意味著我们身处末世，环境艰险，更需要警醒不倦。

B. 祷告的内容（6:18-20）

- 为众人祈求：互相代求，共同争战；
- 为工人祈求：
 - 得著口才（6:19）；
 - 得著胆量（6:19）；
 - 开传道之门（西 4:3）；
 - 脱离恶人之手（帖后 3:2）；
 - 通达的道路（罗 15:32）；
 - 事奉蒙悦纳（诗 19:14）。

第廿三课 争战生活（三）

（续）

E. 救恩是头盔（6:17；帖前 5:8；赛 59:17）

神对人类是以拯救为主导思想的。神的主旨就是要拯救人类。

- 盼望靠圣灵成圣（罗 6章）：知—看—献—从；
- 盼望将福音传到地极（太 28:18-20）：大使命；
- 盼望身体得赎（帖前 5:9）。

第廿四课

结语与祝福

一·交通 (6:21-22)

A. 送信人推基古

保罗的同工，亚细亚人 (徒 20:4)，在真理和生命上成熟。

1. 与保罗的关系：关系亲密，彼此切实相爱；
2. 与神的关系：忠心敬虔，信心行为美好结合；
3. 与众人的关系：弟兄姊妹的肢体关系。平等的关系、生命的关系是属灵交通的基础。

B. 交通的内容

1. 真理的阐明乃是保罗的主要目的 (1-3 章)；
2. 生活的指导乃是真理的落实 (4-6 章)；
3. 切实的代求乃是保罗真爱的表现：
 - a. 求使信徒真知道神 (1:15-23)；
 - b. 求心里的力量刚强 (3:14-21)。
4. 保罗的事情
 - a. 当尽的本份 (6:19-20)：得著口才，放胆讲论，讲明福音；
 - b. 对信徒的期望 (6:13)：抵挡仇敌，成就一切，站立得住。
5. 真实的境况
 - a. 为主被囚为主受苦；
 - b. 事奉不停兴旺福音；
 - c. 充满喜乐充满信心。

C. 交通的目的

1. 互相了解 (6:22)
2. 彼此安慰 (6:22)

二·祝福 (6:23-24)

A. 祝福的内容

1. 平安

人生第一大事，包括心灵、身体、家庭、财产、事业、生活、环境等等的平安。唯有在基督里的平安才是真平安。(约 14:27)

2. 仁爱

神就是爱 (约一 4:8)，没有神就没有爱。接受神的爱，也要住在神的爱中 (约一 4:16-17)。

3. 信心

信心是人对神最基本最起码的态度 (来 11:6)，也是世人在神面前唯一的蒙恩之路。

- a. 因信称义 (罗马书)
- b. 因信得生 (哈 2:4; 罗 1:17; 加 3:11-12; 来 10:36-38)
- c. 因信得胜 (约一 5:4-5)
- d. 因信得业 (罗 4:13-16)

B. 祝福的源头

父神和主耶稣基督！

C. 祝福的对象

所有爱主之人，远超过以弗所教会的地区范围，表明保罗以基督的心为心，关怀主所爱的所有人。

“愿所有诚心爱我们主耶稣基督的人，
都蒙恩惠。” (6:24)
阿们！