

AZ EFÉZUSI LEVÉL

Magyarázó bibliafordítás

Fordította: Szűcs Sándor © 2006-2011.

ELSŐ FEJEZET

1. Pál, akit Isten speciális megbízással apostoli szolgálatra rendelt, az efézusi keresztényeknek:
2. Isten kegyelme és békessége legyen veletek Jézus Krisztus által!
3. Fantasztikus Istenünk van! Nem győzünk betelni a csodálattal, ha arra gondolunk, mi mindent ajándékozott nekünk Istenünk Jézus Krisztusban!
4. Kezdve attól, hogy a világ teremtésétől fogva számon tartotta életünket, és minden szükséges feltételről gondoskodott ahhoz, hogy őt megtaláljuk és szeretetét elfogadva az életünk célba érkezzen.
5. Már akkor eldöntötte, hogy fiává fogad bennünket Jézus Krisztus által - és amit eltervezett, azt végre is hajtotta.
6. Mi pedig visszatükrözzük kegyelmét és dicsőségét, amellyel megajándékozott bennünket Jézus Krisztusban.
7. Mert az ő váltságáért tett szabaddá bennünket a bűnből, az ő vére Isten helyreállító kegyelmének pecsétje,
8. amelyet feltétel nélkül áraszt ránk, éppen úgy, ahogyan nekünk arra szükségünk van.
9. Isten örömét leli abban, hogy önmagával megismertethet bennünket, és minél többet megismerhetünk belőle, akaratából, terveiből,
10. az üdvtörténelemből, abból a nagyszabású, csodálatos tervből, amely a teremtett világot Krisztusban egybefoglalja.
11. És mi Krisztusban lettünk birtokosai a fiúság örökségének, Isten jó előre elvégzett terve alapján,
12. hogy dicsőségének visszatükröződései legyünk, miközben Krisztusra mutatunk.
13. Ti magatok is hallottátok és elfogadtátok az evangélium igazságát, és megtértetek, és ő megajándékozott benneteket is a megígért Szentlélekkel,
14. aki a mi identitásunk és örökségünk biztosítója és pecsétje. Ez tehát Isten megváltó terve velünk, keresztényekkel.
15. Amióta tehát hallottam arról, hogy ti is elfogadtátok Jézust hit által megváltótokul, és hogy ez milyen szeretetet gerjesztett benneteket a többi ember felé is,
16. nem győzök hálát adni Istennek, és magasztalni őt miattatok, amikor imádkozok.
17. De többet is teszek a hálaadásnál: könyörgök azért, hogy Isten még több kijelentést és ismeretet adjon nektek a Szentlélek által, hogy tovább növekedhessetek Isten dicsőségére.
18. Imádkozok azért is, hogy lássátok helyesen és lássátok teljességében mindazt az örökséget, amelyet Isten Krisztusban nektek ajándékozott,
19. és hogy mekkora mennyei erőt kész megmozgatni az érdekünkben csak azért, hogy szeretetét irántunk kifejezze.
20. Ugyanez a mennyei hatalom támasztotta fel Jézust a halálból, és nyilvánította ki egyértelműen azt, hogy ő az Atyával egyenlő,
21. mert magasabb pozícióban van minden teremtett lényénél, legyen az akár földi vagy szellemi hatalmasság vagy erő.
22. Ahogy a zsoltárokból olvassuk róla: "Az ő lába elé vetett mindent", és ezzel együtt az egyházak is ő lett a tulajdonosa és mozgatója.
23. A gyülekezetek pedig Krisztus valóságos jelenléte a földön, amelyben valóságosan meg is jelenik Jézus minden tulajdonsága és küldetése, hogy bevégezze Isten akaratát.

MÁSODIK FEJEZET

1. Mindez nem is olyan régen történt, és azóta ti is új életet kaptatok, pedig halált érdemeltetek volna bűneitek miatt.
2. Hiszen ugyanúgy éltetek, mint mindenki más: a világ bűntől eltorzult értékrendjét követtétek, és a Sátán szelleme uralkodott felettetek is, mint mindenki felett, aki Istennel szembeszegülve éli az életét.
3. Ne csodálkozzatok ezen, egykor mindannyian így éltünk: testi vágyaink és szenvedélyeink hajszoltak bennünket, és mindenki máshoz hasonlóan mi is Isten jogos ítélete és büntetése alatt voltunk.
4. De Isten úgy döntött, hogy változtat ezen, egyszerűen azért, mert ennyire szeret minket,
5. akik semmibe vettük őt a bűneinket választva. Lám-lám, mennyire hihetetlen Isten megelőlegezett kegyelme!
6. Jézus Krisztusban megölt éd feltámasztott bennünket,
7. hogy megmutathassa a megígért mennyei élet valóságát már ebben az életünkben a Jézussal való életközösség által.
8. Isten ingyenes és kiérdemelhetetlen ajándéka ez, amit soha nem fogunk tudni kifizetni, de nem is kell, mert ajándékba kapjuk. Csak higgyetek benne!
9. Az üdvösségünk nem a mi cselekedeteink eredménye, hanem Krisztuséi - ez ment meg attól bennünket, hogy valamiféle lelki gögbe beleesve tönkrementünk Isten munkáját bennünk.
10. Mi Isten teremtményei vagyunk, akik Jézus Krisztus által a jó cselekvésére lettünk megalkotva már az első pillanattól kezdve.
11. Ne feledjétek tehát, hogy nemrég még ti is Istentől távol éltetek.
12. Krisztust sem ismertétek, és Isten népével, a zsidókkal sem volt semmilyen kapcsolatotok. Az igazság az, hogy semmi esélyetek nem volt eddig, hogy az Istennel való szövetségbe bekerülhessetek. Válaszok, megoldások és reménység nélkül sodródtatok a világban.
13. De ez Jézus Krisztus váltságáldozata által végérvényesen megváltozott, és akik egykor Isten ellenségeiként tőle távol éltetek, végre Isten szövetségeseiként a vele való közösségben élhettek.
14. Jézus lebontotta végre azt a falat, amely mindezidáig elválasztotta Izrael népét a föld összes többi nemzetétől, és önmagát áldozta fel azért, hogy megtanuljunk szeretni és elfogadni egymást, mint Isten szeretett gyermekei.
15. A régi vallási törvényeket hatályon kívül helyezte, hogy a zsidókat és a nem zsidókat egy néppé egyesíthesse önmagában.
16. Mindezt a gólgotai kereszten végezte el - a megváltás törölt el minden határt emberek és népek között. Ez az a béke, ami eddig hiányzott az emberek világából.
17. Jézus a kereszten elfogadást és megbékélést hirdetett a zsidók és a pogányok között, eltörölve a sok évezrede fennálló elkülönülést és ellenségeskedést.
18. Mert kizárólag ő általa juthat el mindenki az Atyához - akár zsidó, akár nem az - nincs kerülőút!
19. Ezért tehát nem lehet többé egyetlen "pogányra" is azt mondani, hogy semmi keresnivalója Isten népe között, mert immár Krisztusban egyenrangú polgára minden ember Isten királyságának.
20. Az apostolok és a próféták mind erről szóltak, és szavaik ráépülnek arra, amit Jézus Krisztus megalapozott életével, halálával és feltámasztásával.
21. Benne fog Isten eredeti terve felépülni és megvalósulni, mint amikor a templomépület felépül és betölti funkcióját.
22. Így épültök fel mindnyájan Krisztus szellemi templomává a Szentlélek munkája által.

HARMADIK FEJEZET

1. Ha tudátok, mennyire éget engem a szenvedély, ha rátok és a többi Istenre szomjazó nemzetre gondolok!
2. Isten ugyanis rám bízta az egész Izráelen kívüli világ felé való szolgálatot az evangélium hirdetésében,
3. amit először megértetett velem, azután pedig követévé rendelt. Erről írtam nektek az előző részekben is.
4. Ha figyelmesen áttanulmányozzátok, világossá válik belőle, mi Isten akarata és terve veletek Jézus Krisztus által.
5. Régóta próbálják megérteni az emberek Istent, de a kijelentésnek az a tisztasága és bősége, ami Krisztusban megjelent, és amit ma apostolai és prófétái a Szentlélek által a világban szertehirdetnek, eddig csak vágy és álom volt!
6. És ennek az üzenetnek egyik számotokra is legmeghatározóbb kijelentése, hogy már ti is Isten választott népéhez tartoztok Krisztus által, ugyanúgy, mint ezelőtt Izráel.
7. Ez az, amiért az én szívemet lángra gyújtotta Isten hatalmas kegyelme: hogy akik eddig nem lehettek részesei az Isten szövetségének, megtudják, hogy előttük is megnyílt ez a lehetőség, ha Krisztust elfogadják.
8. És tudjátok, én semmivel nem érdemeltem ki ezt a kivételes megbízatást, egyszerűen Isten engem választott ki kegyelméből, hogy hirdessem a Krisztus evangéliumát a nemzetek felé,
9. Hogy mindenki megérthesse Isten tervét a világgal, amelyet eddig ennyire nyíltan soha nem fedett fel előttünk.
10. Sőt nem is csak az emberek előtt jelenti ki Isten ezt az igazságot, hanem a szellemi világ számára is az egyház által ad betekintést a terveibe.
11. Így áll össze az a nagyszabású, csodálatos terv, amelyet a mi Urunkban, Jézus Krisztusban valósított meg.
12. Ő az, aki a mi életünknek is szilárd alapja, és amíg hiszünk őbenne, addig a helyünkön vagyunk.
13. Éppen ezért ne keseredjete el, ha arról hallotok, hogy nekem szenvednem kell az evangélium szolgálatában - akár konkrétan miattatok is, mert az én szenvedéseimet Isten bekalkulálta a ti megmenekülésetekbe! Nekem tehát az nem veszteség, ami nektek nyereség - Isten dicsősége éppen ezáltal lesz majd nyilvánvalóvá!
14. Most is Isten előtt állva könyörgök,
15. aki uralkodik minden felett földön és a szellemi világban,
16. hogy munkálkodjon közöttetek természetfeletti módon a Szentlélek által, hogy a Krisztus mentalitása egyre tisztábban ragyoghasson át az életetekben!
17. Imádkozom értetek, hogy Krisztus szeretetének minősége legyen jellemző a kapcsolataitokra, és mindig erre az alapra építkezetek.
18. hogy a keresztyének hitelesen tudják bemutatni a világban, mennyire más Isten szeretete és kegyelme, mint bármi, amit eddig megismerhettek vagy tapasztalhattak!
19. Csak Jézus Krisztus által találhatja meg az ember az Isten teljességét, az ő szeretete és kegyelme juttatja célba az életünket!
20. És higgyéte el, Istenünk mindent megtehet, többet annál is, amit mi elképzelni tudunk vagy amit egyáltalán eszünkbe jut kérni - de ezt a "mindent" aszerint teszi, amekkora mértékben helyt adunk életünkben hit által a Szentléleknek!
21. Így fog Isten dicsősége nyilvánvalóvá válni a mi hitünk által minden korban és minden ember előtt, egészen az örökkévalóságig!

NEGYEDIK FEJEZET

1. Remélem látjátok, mennyire lángol a szívem az Úrért - bár a tiétek is így lángolna! Éppen ezért kérek, sőt, hívlak benneteket arra, hogy nőljete fel ahhoz a hatalmas lehetőséghez és feladathoz, amelyre benneteket is kiválasztott a mindenható Isten!

2. Maradjatok benne az Istennel való függőségi kapcsolatban, és legyen a legfontosabb dolgok ebben az életben, hogy azt a szeretetet, ahogyan Krisztus benneteket szeret, továbbadjátok azoknak, akik körülöttetek élnek.
3. Törekedjétek arra, hogy egységben és egyetértésben éljétek, mert ez a közege a Szentlélek munkájának köztetek!
4. Korábban külön utakon jártatok, de ez most már nem működik: csak együtt tudtok célba érkezni a közös célotokba!
5. Az egyház csak akkor krisztusi, ha egységes, a Szentlélek csak ott tud működni, ahol egység van, a Megváltó mindenki számára ugyanaz, a hit csak az egységben hiteles, a bemelegítésnek is csak akkor van értelme, ha Krisztus Teste, a gyülekezet egységben él és ebbe a harmóniába fogadja be a megtérőt!
6. Mert Isten mindenki számára ugyanúgy Isten, és az ő akarata irányadó az egész teremtett világ számára!
7. Az egység azonban nem jelent egyformaságot! Mindenki ugyanis aszerint gazdagodik, ahogyan saját maga megéli az életközösségét Krisztussal!
8. Az ószövetségben ezt olvashatjuk: "Küldetését befejezve visszatért mennyei lakóhelyére, és magával vitte legyőzött ellenségeit, zsákmányát pedig szétszította az emberek között."
9. Nyilvánvalóan ahhoz, hogy Isten Fia a küldetését elvégezhesse közöttünk, emberré kellett lennie,
10. és ugyanilyen nyilvánvaló az is, hogy miután bevégezte azt, visszatért oda, ahonnan származott, és elfoglalta uralkodói pozícióját.
11. Amit pedig itt hagyott, az egy tökéletes terv volt. Az embereknek szétszított "zsákmány" ugyanis olyan mennyei ajándékokat jelent, amelyek felépítik és megvalósítják az ő uralkodását itt a földön: apostoli, prófétai, tanítói, pásztori és evangélista ajándékok, amelyeket emberekben helyezett el,
12. hogy ezek felépítsék az egyházat, és felkészítve szolgálatba állítsanak benne minden megváltott embert isten dicsőségére!
13. A mindannyiunk elé adott célkitűzés pedig az, hogy együtt, egységben érett és erőteljes tagjaivá váljunk Krisztus Testének,
14. akik nem lelki csecsemőként hanykolódnak kiszolgáltatva a különféle téves vagy kifejezetten rosszindulatú tanítások és kegyességi áramlatok hullámain,
15. hanem Isten kijelentett igazságát valósítják meg nagyon is céltudatosan, folyamatosan fejlődve és növekedve Krisztusban.
16. Az egész test - ami érvényes az egyházra és a helyi gyülekezetekre egyaránt - Krisztus munkája által egy tökéletes rendben épül és növekszik, az emberi kapcsolatok által erősödik, és ha minden tag rendeltetészerűen és erőteljesen működik is, akkor ez a test képes önmaga folyamatos fejlődéséről gondoskodni is. A növekedés éltető ereje és közege pedig mindig a szeretet.
17. Nyomatékosan ismétlem tehát, hogy rátok már Isten törvényei érvényesek, ami azt jelenti, hogy semmilyen területen nem gondolkodhattok vagy élhettek úgy, mintha Istent nem ismernétek!
18. Az Istent elutasító emberek szellemi sötétségben élnek, nem is tudnának úgy élni, hogy abban Isten kedvét lelje, hiszen kimondva vagy tudat alatt is csak saját magukat istenítik.
19. Emiatt az erkölcsi érzékük is deformált, maguktól nem is lennének képesek kiszabadulni az önzés és a bűn bűvköréből.
20. Ti azonban elfogadtátok a megváltó Krisztust, és már nem így éltek!
21. Már ha ez a találkozás valóságos volt, és valóban újonnan is születtetek, nem csak egy vallásos mázt festettetek magatokra!
22. Az önző, istentelen, bűnös természetektől tehát végérvényesen szabaduljatok meg,
23. és engedjétek, hogy Isten teljesen átformálja a gondolkodásotokat és a lelketeket!
24. Mert elérhetővé vált egy teljesen új emberi természet, amelyet Isten szentségre és igazságra teremtett, és amely Krisztusban elérhetővé vált mindannyiunk számára!

25. És hogy mit jelent mindez a gyakorlatban? Nézzünk néhány példát rá:

Ne hazudjatok egymásnak, mivel Krisztusban már egy testként összetartoztok, ezzel nem csak a másoknak, hanem önmagatoknak is ártotok!

26. Emberek vagyunk, és néha nem tudunk uralkodni az indulatainkon - de ezt mindig ehhez rendezni. Azonban ne engedjétek a negatív indulatokat összegyűlni és konzerválódni, mert ha például a sok haragból gyűlölet lesz, azon már nem fogtok tudni uralkodni, és benneteket is megöl. Éppen ezért azt tanácsolom, hogy soha ne feküdjétek le rendezetlen szívvel és kapcsolatokkal, hanem mindig törekedjétek arra, hogy a szívetek megtisztuljon a napi szennyeződésektől!
27. Ne adjatok a Sátánnak egy talpalatnyi helyet sem a szívetekben, a gondolataitokban vagy az életmódotokban. Mert ahová beteszi a lábát, ott előbb-utóbb mindent romba tud dönteni!
28. Ne lopjatok, hanem dolgozzatok becsületesen és szorgalmasan, és Isten megáld benneteket annyira, hogy mások szükségéről is tudtok majd gondoskodni.
29. Vigyázzatok nagyon a beszédeitekre, hogy senkinek ne ártsatok szavaitokkal! Legyen a beszédeitek bátorító és építő mindenki számára!
30. Éljetek úgy, hogy a Szentlélek tágas teret kapjon bennetek és általatok, és még véletlenül se korlátozzátok őt bűneitekkel vagy engedetlenségeitekkel! Ne felejtétek, a bennetek élő Szentlélek hitelesíti és működteti Krisztus művét bennetek!
31. Az indulatosság, a haragtartás, a veszekedés vagy az istenkáromlás nem méltó már hozzátok, ne engedjétek teret semmiféle gonoszságnak a szívetekben!
32. Ehelyett fejezzétek ki az egymás felé való szereteteket abban, ahogy jót tesztek egymással és ahogy megbocsátotok egymásnak, hiszen Krisztus is folyamatosan ezt teszi veletek!

ÖTÖDIK FEJEZET

1. Legyetek tehát Istennek követői is, ne csak szimpatizánsai, olyan szoros közösségben, mint amilyenben a gyermekek élnek a szüleikkel,
2. és legyen rátok jellemző az az önzetlen szeretet, amelyet Krisztus bemutatott nekünk abban, ahogy odaadta magát értünk Istennek áldozati ajándékként, hogy az ő számlájára mi gazdagodhassunk.
3. Arra is figyelmeztetlek benneteket, ne legyetek könnyelműek a szexualitás terén sem, mert ez az egyik legnagyobb kísértés minden ember számára! Mindegy, hogy házasság előtti vagy házasságon kívüli, csak a gondolatokban dédelgetett vagy meg is valósított szexuális bűnről legyen szó, Isten egyiket sem engedi meg! Ne használjátok egymást a vágyaitok eszközeül, mert ez nagyon aljas és alantas hozzáállás a másik emberhez! Ennek még az árnyéka sem vetődjön a keresztényekre!
4. Beszédeitekben se alacsonyodjatok le ilyen mély szintre, mert sem az obszcén beszéd és a trágár viccelődés nem méltó hozzánk! Ezen a területen is a tiszteletnek és a hálaadásnak kell megnyilvánulnia általunk, mint akik Isten ajándékának tartjuk a szexualitást is!
5. Remélem az teljesen egyértelmű számotokra, hogy akikre ezek jellemzők, vagy akikre nem a szexuális bűnök a jellemzők, hanem a pénzt és a sikert bálványozzák, azok nem tartoznak Krisztushoz és nincs örökségük Isten királyságában!
6. Vigyázzatok, nehogy valaki felültessen benneteket könnyelmű és hazug ígéretekké, hogy ezek nem számítanak, mert Isten nem foglalkozik azzal, hogyan élünk! Isten keményen megtorolja az ilyen rá hivatkozó hamis tanításokat, és azokra is lesújt haragja, akik követik őket!
7. Tehát tartsátok távol magatokat az ilyenektől!
8. Nemrég még ti is a sötétségben tévelygők közé tartoztatok, akik Isten világossága nélkül magatok is csak a sötétséget árasztottátok. Most már azonban Krisztushoz tartoztok, aki a

világosság forrása, tehát nektek is ragyognotok kell a sötétségben, mint a világosság hordozói.

9. Isten világosságának egyértelmű és felismerhető gyümölcsei vannak: jóság, igazság és hitelesség.
10. Legyen tehát számotokra is mérvadó az, ami Istennek tetszik,
11. és tartsátok távol magatokat minden olyan dologtól, amely negatív befolyással lehet rátok! Nem a bűnnek kell hatással lennie ránk, hanem nekünk kell hatással lennünk azáltal, hogy bátran konfrontálódunk vele Krisztus nevében és Isten erejével.
12. A sötétség elrejtja a gonoszság visszataszító valóságát,
13. a világosság azonban láthatóvá teszi - ezért kell nekünk lelepleznünk azt.
14. Ami pedig kikerült a sötétségből a világosságba, meg is tisztul azáltal.
15. Jól ügyeljete tehát arra, hogy éltek a hétköznapiakban is: ne könnyelműen vagy felelőtlenül, hanem nagyon józanul és bölcsen,
16. kihasználva minden lehetőséget arra, hogy Krisztust bemutassátok és képviseljétek, mert minden pillanatnak óriási tétje van ebben a gonosz világban!
17. Éppen ezért figyeljete nagyon Istenre, hogy bármelyik pillanatban használhasson benneteket akarata megvalósításában!
18. Ismeritek környezetetek szokásait: amikor eljön a dionüszosz-ünnep, akkor úgy ünnepelik a bálványistenüket, hogy a sárga földig leisszák magukat. Ti semmiképp ne vegyetek részt ezekben! Ha ünnepelni akartok, nyissátok meg szíveteket a Szentlélek előtt, hogy Isten töltsön fel benneteket a belőle fakadó örömmel és erővel.
19. Hogyan tehetitek ezt meg? Kezdjétek dicsőítő énekeket énekelni Istenről és Istennek, imádjátok az Urat és imádkozzatok hozzá szellemben. Persze úgy, hogy mindezt ne csak külsőségekben nyilvánuljon meg, hanem a szívetekből szóljon!
20. Kezdjétek el sorolni Isten nagy tetteit a saját életetekből, és ez felfakasztja benneteket a kiapadhatatlan hálaadást. Az ilyen ünneplés össze sem hasonlítható azzal az élvezkedéssel, amit a pogányok keresnek a tébolyult bulijaikon.
21. Szolgáljatok egymás felé is - meglátjátok, a Szentlélek így fog feltölteni benneteket!
22. A feleségek rendeljék alá magukat férjeiknek, mert Isten így alkotta meg a házasság rendjét.
23. A férj a család vezetője és gondviselője - ugyanúgy, ahogy Krisztus teszi ezt az egyházzal.
24. És ahogyan az egyház függ Krisztustól, úgy kell a feleségeknek alárendelniük magukat férjeiknek mindenben.
25. Ez azonban nem jelent elvtelen rabszolgaságot - hiszen a gyülekezet sem ilyen! Mert a férjek a szeretetükkel és gondoskodásukkal tudják fenntartani a házasság egységét és egyensúlyát. Krisztus ebben is példa: férjek, nézzétek meg, Jézus az életét is odaadta az egyházért, hogy szeretetét kifejezze - és éppen így kell nektek is mindent odaadnotok feleségetekért és családotokért.
26. Krisztus is dicsőségét ruházta rá az egyházra, mint menyasszonyára, hogy az visszatükrözze őt - és a házasságban ennek is ugyanígy kell megjelennie a férj és feleség között: a férj nagyságának kell nagygyá tennie a feleséget is.
27. Krisztus majd az ítélet napján ugyanúgy akarja maga mellett tudni az egyházat, mint férj a menyasszonyát az esküvő napján: tisztán, szűzen, gyönyörűen felékesítve és a házasságra felkészülve.
28. Tehát minden férjnek legalább annyira kell szeretnie feleségét, mint önmagát, hiszen a házasságban már nem különálló személyek, hanem összetartoznak és eggyé váltak.
29. Ki az, aki önmagának szánt szándékkal ártana? Nyilván az ilyen nem normális. Ha tehát a férj a feleségével tesz rosszat bármilyen szempontból, ugyanilyen ostoba. Krisztus is forrása és gondviselője az egyháznak,
30. hiszen mi - ha nem is értjük egészen - mégis az Ő Teste vagyunk, eggyé lettünk vele megtérésünk és újonnan születésünk által.
31. A házasság is ehhez hasonlóan működik: a férj és a feleség elszakad a szülőktől, és immáron egy különálló, teljes értékű családot alkotnak, amelyet elszakíthatatlanul egység köt össze.

32. Tudom, hogy nehezen érthető ez - de a házasságnak és a Krisztussal való szövetségnek is ugyanez a kulcsa.
33. Mindent összegezve tehát: férjek, szeressétek feleségeiteket, és a szereteteket fejezzétek is ki, hogy az ne csak elmélet legyen, hanem nagyon is valóságos; feleségek, ti pedig tiszteljétek férjeiteket, mint Krisztus képviselőjét a családotokban!

HATODIK FEJEZET

1. Szeretnék a gyermekekhez is szólni: tiszteljétek szüleiteket, és ezt fejezzétek ki azzal, hogy engedelmesek vagytok nekik. Ez illeszkedik Isten rendtartásába.
2. Emlékezzetek a negyedik parancsolatra: "Tiszteld szüleidet!"
3. és emlékezzetek arra is, hogy ehhez a parancsolathoz fűződik az első konkrét ígélet is Isten részéről, amely így szól: ha így teszel, hosszú és gazdag élettel áld meg téged Istened.
4. Édesapák, ne keserítsétek a gyermekeiteket az állandó elvárásaitokkal, hanem neveljétek és építsétek őket, tanítva és lelkigondozva, ha kell, fegyelmezve, ha kell, bátorítva őket.
5. Munkahelyeteken legyetek becsületes munkások, tiszteljétek a feletteseiteket, és minden munkát úgy végezzetek, amit rátok bízna, mintha magának Krisztusnak kellene megfelelnetek.
6. Ne látszatra végezzétek el a rátok bízott feladatokat, mintha ez nem lenne annyira fontos, mivel nem "lelki" dolog. Vegyétek tudomásul, hogy Isten szemében a munkátok terén nyújtott hozzáállásotok és teljesítményetek ugyanannyit nyom, mint amit a gyülekezeti munkában tesztek!
7. Akárhogy is bánnak veletek, ti soha ne úgy viszonyuljatok a munkatársaitokhoz, mint ők hozzátok, hanem mintha magának Istennek szolgálnátok!
8. És ha megtörténne, hogy a becsületes munkátokat és a jóindulatokat senki nem fogja honorálni, bízzatok Istenben, akinek kedves az ilyen szívű ember, és ő sokszorosan kárpótol és megajándékoz ezért benneteket!
9. Akik pedig a ranglétra felső fokain álltok, legyetek türelmesek, jóindulatúak beosztottaitokkal szemben, és soha ne éljeteztek vissza hatalmatokkal, mert felettetek is áll valaki, ha más nem is, Isten egészen biztosan, aki számon kéri tőletek, hogyan éltetek azzal, amit tőle kaptatok!
10. Végezetül pedig legyetek eltökéltek és elkötelezettek Krisztusban, mint akik nem csak beszélnek, hanem tesznek is mindazért, amit hisznek! Isten meg fogja ezt áldani, és veletek lesz az ő hatalmas erejével!
11. Az élet harc, még hozzá mindenekelőtt szellemi harc, amelyben Isten oldalán harcolunk a Sátán erői és munkái ellen. Ehhez pedig fel kell öltöznünk azt a szellemi fegyverzetet, amely a győzelmünket garantálni tudja.
12. Nekünk ugyanis a legfontosabb háborút szellemi síkon kell megvívni, ördögi hatalmak és démoni seregek ellen, amelyek meghatározzák és uralják az emberek személyes és közösségi életének valamennyi színterét. Ők az igazi ellenségeink, nem azok a bűnös, megváltásra váró emberek, akiket eszközül használnak gonosz céljaik elérésében.
13. Ehhez a harchoz pedig szellemi fegyverek kellenek, olyanok, amelyet Isten készített el és amelybe Isten öltöztet fel bennünket, hogy Krisztus győzelmét érvényre juttassuk a teremtett világban.
14. Olyan ez a szellemi fegyverzet, mint egy nehézfegyverzetű római légiós teljes felszerelése. Az igazság iránti elkötelezett hűség olyan, mint az a széles öv, amely összefogta az egész páncélzatot. Az Isten Krisztusban megnyilvánuló ingyenes kegyelmébe vetett hitetek olyan, mint a katona páncélzata: ez adja a legnagyobb védelmet az ellenség támadásaival szemben. Amíg tudjátok azt, hogy életetek biztonságát Jézus Krisztus garantálja, aki legyőzhetetlen, addig bátran tudtok harcolni a legkeményebb csatában is.
15. Az evangélium hirdetése olyan, mint a katona csizmája - ennek kell vezetnie benneteket minden utatokban. Egy jó csizma szilárdságot ad a lépteiteknek, és minden terepviszonyon és akadályon átsegít - ilyen az evangélium hirdetése melletti szilárd elkötelezettségetek.

16. A hit olyan, mint a légiósok pajzsa: az egész testünket védi, és felfogja a bűn minden tüzes nyilát, amellyel a Sátán lángba akarja borítani az életünket. És ha a hitünkkel egymást támogatjuk, legyőzhetetlen erődítménnyé kovácsol össze bennünket, mint a római légiók falansza - talán már hallottátok hírét.
17. Az üdvösség olyan, mint a sisak: egyszerre védi a fejünket, és dísz a páncélzatunknak. És végezetül a kard a kezünkben az Isten Igéje. Ez a mi fegyverünk, amellyel a Krisztus által megszerzett golgotai győzelmet érvényre juttathatjuk minden egyes csatánkban.
18. A szellemi fegyverzet után pedig hadd beszéljek nektek a szellemi hadviselés módjáról is: ez pedig nem más, mint a közbenjárás. Imádkozzatok a Szentlélek vezetése alatt, kitartóan, erőteljesen, közbenjárva minden keresztényért.
19. Imádkozzatok értem is, hogy amikor az evangéliumot hirdetem, akkor szavaimat Isten erőteljes megnyilvánulása kövesse, amely hitre vezet mindazokat, akik hallgatnak.
20. Tudjátok, hogy ez az én szenvedélyem, és mindennél nagyobb vágyam, hogy az evangéliumot a lehető legtöbb emberrel megismertethessem.
21. Elküldöm hozzátok Tikhikust, az én nagyszerű munkatársamat, aki szívesen beszámol mindarról a munkáról még részletesebben, amit Isten általunk végez.
22. Azért küldöm őt hozzátok, hogy információkkal lásson el benneteket a közbenjáráshoz, és hogy bátorítson, lelkesítsen titeket az Isten csodálatos munkájáról szóló bizonyágtételekkel.
23. Isten békeességét kívánom nektek az Úr Jézus által.
24. Isten kegyelme áradjon ki mindnyájatokra, akik szeretitek a mi Urunkat, Jézus Krisztust.