

以弗所書

教會與基督的啓示

教會的福分與地位 (第一至三章)

啟示教會的福分與所是

- 1 憑 神旨意，
基督耶穌的使徒保羅，
寫信給那在以弗所的聖徒，
和在基督耶穌裡忠信的人。(註1)
- 2 願恩惠與平安，
從 神我們的父、
和主耶穌基督歸與你們！

諸天界裡屬靈的福氣：

- 3 我們主耶穌基督的父與 神！
是當受頌讚的。
祂在基督裡，
曾將那諸天界裡各樣屬靈的福分，
祝福了我們：(註2)

父的揀選與預定

- 4 就如祂(指父 神)從創立世界以前，
在祂(指子)裡面揀選了我們，

- 使我們在祂(指父 神)面前，
是聖別而沒有瑕疵的；
- 5 又在愛裡，按著自己旨意的喜悅，
預定我們，
藉著耶穌基督進到兒子的名分，
歸於祂自己，(註3)
- 6 使祂榮耀的恩典得著稱讚；
這是祂在那愛子裡恩賜我們的。

子的救贖與基業

- 7 我們在祂裡面，藉祂的血，
照祂豐盛的恩典，得蒙救贖；
就是過犯得以赦免。(註4)
- 8 這是 神在諸般智慧與聰明裡，
給我們溢出的；
- 9 照著祂在自己所預定的美意中，
叫我們知道祂旨意的奧祕，(註5)
- 10 為著那時期成熟之安排，
要使那在諸天界和地上的萬有，
都被統率在基督裡。
- 11 在祂裡面，照著祂旨意的計畫，
照著那運作萬事者所預定的定旨，
我們也在祂裡面得(或作成)了基業；
- 12 使我們這首先在基督裡有盼望的人，
歸入祂榮耀的稱讚。(註6)

(註1)「憑 神旨音」說出保羅事奉 神，就是事奉神的旨意。這旨意是單數的，表明從過去的永遠一直到將來的永遠， 神只有一個旨意。服事主的人若不知道這旨意，到底在服事甚麼呢？我們是否投身在這旨意中，還是我們在這旨意外，以人為中心，另有旨意呢？這旨意是甚麼，在以下第5、9、11節，有更多的說明。

保羅在林前、林後、歌羅西、與提後均以「憑 神旨意」作第一句話。本書受信人不僅是以弗所的聖徒，更是「在基督裡忠信的人」，忠信或作信實、忠心。

(註2)簡介中提到本書19次用到「在基督裡」或其同義詞。人多顧念今世屬地的福分，有多少信徒能像大衛禱告說：「求祢用手救我脫離世人，脫離那只在今生有福分的世人」(詩十七14)呢？在基督裡的祝福，卻是諸天界裡屬靈的福分，保羅一開始就將在基督裡的人，拔高到諸天界，與創立世界以前(第4節)，這是人心所未會想到的。諸天界裡的祝福是來自三而一的父、子、靈神(第4、7、13節)。是現在就可支取享用的；如二6節與基督一同復活，又一同坐在那諸天界裡(比較來十二22)；如「我們的領域是固定在諸天上」(腓三20)；如「尋求上面的事……與基督一同藏在 神裡面」(西三1-3)。(另見詩九十一，九十一一)

(註3)第5、9、11節三次加強第1節所提 神的旨意，

其後並分別對三一 神加以頌讚：「使祂榮耀的恩典得著稱讚」或「歸入祂榮耀的稱讚」(第6、12、14節)。神的旨意是在基督裡揀選我們，得兒子的名分：表明我們須要長大成人才能承受產業，那產業就是基督自己。

(註4)「愛子的血」滿足了 神公義的要求；我們藉血蒙救贖得赦免，是祂豐盛恩典的溢出，使我們能總歸在基督裡(第10節)。這也就是約翰所說：「從祂的豐滿裡，我們都領受了，並且恩上加恩」(約一16及註)。

(註5)神有一個預定的美意，叫我們知道祂旨意的奧祕，就是：萬有都總歸在基督裡。並且我們得祂作產業，又成為祂的產業(第11節，即互為產業)，另見二10節註。祂旨意的目的乃是為了恢復人墮落以前，甚至恢復撒但背叛以前的光景，叫祂的榮耀得著彰顯。今天在神的家(教會)中，還沒有恢復到「不見一人，只有耶穌自己獨在」(太十七8)的光景，我們(神的產業)仍在得贖的過程中。

(註6)所有在基督裡的人，都是有盼望的人。但我們有沒有「歸入祂榮耀」裡，被稱讚的期望呢？司提反、保羅、彼得等已在等待，歸入祂榮耀的稱讚。下兩節說我們相信得救，且被那應許的靈所印，當我們這產業得贖時，我們也要歸入祂榮耀的稱讚！哈利路亞，這是何等榮耀的恩典。

靈的印記與憑據

- 13 在祂裡面，
你們既聽見真理的話，
你們救恩的福音；
也在祂裡面信了，
被那應許的聖靈所印。
(見約三32-33及註)
- 14 這聖靈是我們基業的憑據 (原文作質)，
直等到產業的得贖，
歸入祂榮耀的稱讚。(見路十五22註)

求啟示的禱告

- 15 因此，
我既聽見你們中間對主耶穌的信，
及那向著眾聖徒的愛，
- 16 就為你們不住地感謝。
在我的禱告中，常作紀念：
- 17 求我們主耶穌基督的神，
榮耀的父，將智慧與啟示的靈，
在對祂豐滿的認識中，
賞給你們。
(註7；見路廿四45；約壹五20註)
- 18 照明你們心中的眼睛，使你們知道：
祂那呼召，有何等的指望；

祂在聖徒中基業的榮耀，
是何等的豐盛；(見約十一44及註)

- 19 以及祂的能力，
向著我們這信的人，
照著祂權能之力量的運行，
是何等超越的浩大，
- 20 就是祂在基督身上所運行的，
使祂從死裡復活，
且在那諸天界裡，
坐在自己的右邊，(註8)
- 21 遠超過一切執政者、
和掌權者、
和有能者、
和主治者，
和一切有名之名；
不但在這個世代，
連來世也包括在內。(註9)
- 22 又將萬有服在祂的腳下，
且使祂為教會
(原文作出召或召出，本書下同)
作萬有之首。
- 23 這是祂的身體，
那在萬有中充滿萬有者的豐滿。
(註10；見約十六21註)

第6、12、14節和合本的譯文「使祂的榮耀得著稱讚」與本譯文在感覺上有別。當「我們」也歸入了祂榮耀的稱讚時，祂的喜樂，比祂自己得榮耀稱讚會更豐滿，因祂在我們聖徒身上的心意，終於達成了。這就是：「要領許多兒子進榮耀裡去，使他們那拯救的元帥，藉苦難得以完全，對祂是合宜的」(來二10)，所帶出來的稱讚；見證撒但的失敗與神旨意的成就。

(註7)以弗所聖徒有對主耶穌的信，和向眾聖徒的愛以外，還要認識榮耀的父。這還不夠，保羅又為他們祈求智慧與啟示的靈，進一步對主有豐滿的認識，就是在直覺裡主觀的經歷。聖靈若不啟示，人不可能明白真理。啟示如同燈照在暗處，我們要在先知更確定的話上留意，直等到白日破曉，而晨星(主是那明亮的晨星)在我們心裡升起(彼後一19)。下節「心中的眼睛」指「人的靈」是耶和華的燈(箴廿27)，要光照我們的心思，叫我們能明白，有悟性；要在主的光中(啟示)，我們才能見光(詩卅六9)。啟示的得著，還要像約翰九章西羅亞池旁生來是瞎眼的乞丐，被主口中的話(唾沫)所抹，又聽主的話而行(往西羅亞池子裡去)，回來就看見了(見約九7及註)。對主沒有豐滿的認識，就不知道祂呼召的指望和聖徒的基業。

(註8)要認識主復活能力的超越浩大，一定要有如亞倫的杖發芽的經歷，才會有第二6節及羅馬書第六4節：與

基督一同復活，一同坐在那諸天界裡的經歷。保羅、西拉在腓立比獄中夜半的歌聲，將個人生死置之度外，正是這種經歷。希伯來書第十一章信心的見證人，包括後面所說：有人卻忍受嚴刑，不肯期待釋放，為要得著更美的復活。此外，還有人遭受戲弄、和鞭打……受窮乏、遭患難……飄流無定，本是這世界不配有的人。這些完全不怕死的人，都會經歷復活能力的超越浩大。利未記七章29-34平安祭中的搖祭與舉祭，正寓表主的復活與升天，見三16-20註。更美的復活，另見來十一35註。

(註9)本節所提「遠超過一切……和一切有名之名」，指一切受造之萬有。尤其指撒但和牠的使者。他們在空中攔阻神旨意的通行(但十12-13)。主升天時從他們的領域穿過，就超越了這一切。

主復活後，祂在加利利約定的山告訴門徒：「在天上和在地上所有的權柄，已賜給我了」(太廿八18)。如今教會與祂同管理宇宙最高的權柄，所以「陰間的諸門，不能勝過她(教會)」(太十六18)。

「不但在這個世代，連來世也包括在內」所以祂超越了空間，也超越了時間。萬有都被統率在基督裡(第10節)，萬有也都服在祂的腳下。教會且與祂同作萬有之首(第22節)。

(註10)甚麼是教會呢？是靈宮(彼前二5)，非教堂；是基督豐滿的彰顯與流露，非社會團體及組織；是見證，

教會之產生與建造成家

蒙恩前之光景

- 2 而你們原是死在過犯和你們的罪中，
祂叫你們活過來。
(註1及見第5節；路十五24；約一4，三6及註)
- 2 那時，你們在其中行事為人，
隨著這個世代的世風，
順著空中掌權者的首領：
那現今在悖逆之子中
運行的邪靈。(見約壹二15註)
- 3 我們從前也都在其中，
在我們肉體的私慾裡放縱；
隨著肉體和意念的喜好而行。
生來就是可怒之兒女，
和其餘的人一樣。

蒙恩後之情景

- 4 然而，神既是富於憐憫，
藉祂愛我們的那大愛，
- 5 當我們正死在過犯中時，
便叫我們與基督一同活過來
(你們得救是恩典)。(註2；見約三6註)

- 6 並且我們在基督耶穌裡一同復活，
又一同坐在那諸天界裡，
(見一20及註)
- 7 要將祂極豐富的恩典，
就是祂在基督耶穌裡
向著我們的恩慈，
顯明給那後來的世代看。
- 8 因你們得救是恩典，也因著信；
這並不是出於你們，
乃是神的禮物；(見約一4註)
- 9 也不是出於行為，
免得有人自誇。
- 10 因我們原是祂在善行上的傑作
(或作成果)，在基督耶穌裡創造成的；
就是神早已預備叫我們
在祂裡面行事為人。
(註3；見約六8-9註)

教會被建造成家：

- 11 所以你們要記得：
你們從前在肉身裡是外邦人，
被那在肉身上用手受割禮者，
稱為是未受割禮的。(註4)

非工作；是教會取用基督的所是與所作，非教會自己起意創作；是生機體；是基督屬靈的身體；是神的殿(林前三16)；是神藉聖靈的居所。其內容包括重生聖徒裡面所長大的基督，但不包括重生信徒中的舊人、老我、或天然的人，因為那不是「充滿萬有者的豐滿」。彼得關心他所愛的主耶穌，要主挽回自己，是思念人的事、是不否認己、是救自己的魂、是被撒但充滿來絆跌耶穌(太十六23-25)，這些都不是教會的內容。教會只受元首基督支配，只有神的手，沒有人的手，因為至高者不住人手所造的殿。耶利米廿三24節說：「我豈不充滿天地麼？」另見來三6註。

(第2章)(註1)從神的觀點來看，人得救以前沒有神，沒有靈(雅二26)，連尼哥底母作以色列人的師傅，都還沒有從上面生(重生)下來。人隨著這個世代的世風，在撒但控制下、邪靈的運行中行事為人(第1-2節)，只不過是行屍走肉的死人。就人而言，人是活在人類的文化、哲學、宗教、風俗之下，不覺得自己是悖逆之子，不認識空中掌權者(撒但)和牠的邪靈。(其實今天很多信徒也不清楚，不認為人本主義有甚麼不對)。所以第4-6節說到神富於憐憫，藉祂愛我們的大愛，讓我們與基督一同活過來、一同復活、一同坐在天上，我們得救是恩典。

(註2)本章說到升天的經歷：就是約書亞帶領以色列民，在約但河埋葬自己，從約但河起來，進入迦南流奶與蜜之美地，喫迦南地出產(約書亞記第四第五章)所

寓表。迦南是神起誓應許美地的享受與經歷：是以色列民得為業之地(寓屬天境界)；是有山、有谷、雨水滋潤之地；是耶和華所眷顧，從歲首到年終之地(申十一11-12)。那裡有城邑，又大又美，非你所建造的；有房屋，裝滿各樣美物，非你所裝滿的；有鑿成的水井，非你所鑿成的；還有葡萄園、橄欖園，非你所栽種的。你喫了而且飽足(申六10-11)。與基督一同活過來、一同復活、一同坐在天上，就是享受屬天屬靈的迦南美地。(註3)人得救是神的恩典、神的禮物(第8節)。但教會更要成為神善行上的傑作，祂不僅創造出我們，還要像詩章、藝術品般的彰顯出祂的智慧和神聖的設計。人得救以前行事為人在撒但之下，得救以後，在教會裡成為基督身體上的肢體，行事為人卻在基督裡。這是何等的對比。

(註4)教會是在基督裡創造成的，是神的傑作。她自己預備好了，在性質上是復活的，在地位上是屬天的(二6)、在上的(加四26)，是神的傑作。她要裂天而降，像新婦妝飾整齊(啓十九7-8，廿一2)。在過程上，她從前在肉身裡是外邦人，在那應許的諸約上是局外人。但如今與主聯合：在基督的血裡，已經得以親近；並使本來兩下，彼此隔絕的猶太人和外邦人，合而為一，拆毀了中間隔斷的牆；又在十架上以身體廢掉了冤仇，創造成一個新人，歸為一體；且傳和平的福音，同進到神面前。最終的目的是：在主裡面同被建造成家，漸漸成長，成為神在靈裡的居所。

12 那時，你們在基督以外，
與以色列的國民隔絕；
在那應許的諸約上是局外人；
在世上沒有指望，且沒有 神。

在基督的血裡得親近

13 但如今在基督耶穌裡，
你們這從前是遠離的，
在基督的血裡，
已經得以親近了。

14 因祂是我們的和平，
將兩下合而為一，
且拆毀了中間隔斷的牆；

(見約十16註)

創造一個新人

15 以自己的身體，廢掉了冤仇，
就是那在律法誡命中的規條。
為要將這兩下，
在自己裡創造成一個新人，
成就了和平。(見六15註)

16 既藉這十字架除滅了冤仇，
使這兩下歸為一體，
就在祂裡面與 神和好了。

(見徒一5註)

傳和平的福音、同進到父前

17 並且來傳和平的福音，
給你們遠方的人，
也將和平給那近處的人。

18 因為我們這雙方藉著祂在一個靈裡，
才有通路進到父面前。(註5)

19 為此，你們不再是外人和寄居的，
乃是聖徒同國之民，
是 神的家人了；

20 並且被家建在使徒和先知的根基上，
基督耶穌自己是房角石，(註6)

21 在祂裡面全房互相聯絡，
漸漸長成在主裡的聖殿。(註7)

22 你們也在祂裡面同被建造成家，
成為 神在靈裡的居所。

(參約十四2註)

恩典的管家職分與教會奧秘的啟示

得基督奧秘的啟示

3 因此，我保羅為你們外邦人，
作了耶穌基督的囚犯。(註1)

2 諒你們必曾聽見， 神為著你們，
將恩典的管家職分賜給我，

3 就是按啟示使我知道這奧秘，
正如我以前略略寫過的。(註2)

4 你們念了，從其中能曉得：
我在基督奧秘中之領悟。

5 這奧秘在別的世代中，
沒有叫衆人之子知道，
像如今在靈裡，

啟示祂聖使徒和先知一樣：

6 就是外邦人在基督耶穌裡，

(註5) 教會是人藉著基督，在聖靈裡來到 神面前；是「父」慈愛的揀選，「子」在十字架上所成功救贖的恩惠，和「靈」的執行：這包括聖靈的感動，將基督的恩惠，耶穌的信給我們，使我們能接受祂作救主，並賜靈作質，內住在信徒裡面。我們就脫離了黑暗的權勢，遷入祂愛子的國裡(西一13)，不再是外人，是 神的家人了。

(註6) 以賽亞書說：「看哪，我在錫安放一塊石頭，作為根基，是試驗過的石頭，是穩固根基，寶貴的房角石，信靠的人，必不著急」(廿八16)。主耶穌既是根基又是房角石。本節「使徒和先知的根基」，表明他們所見證的真理和教訓，乃是建造教會的根基。房角石是第一塊石頭，當我們被建造成靈宮時，是聯絡眾活石的(彼前二5-7)。

(註7) 教會被建造成為靈宮，是在基督裡靠祂互相聯絡所有的活石。活石就是我們這些本來屬土的人，被聖靈變化更新，漸漸長成主的形像，被建造成祂的身體，成

為 神的家，成為 神在靈裡的居所。另見彼前二5註。(第3章)(註1)「因此」表明保羅如今作囚犯，與前兩章所講教會的啟示有關。他是因著 神要將外邦人擺到 神的計畫裡而被囚的，他不是被羅馬人關起來，乃是被耶穌基督關起來的！他之所以在耶路撒冷被囚禁，是為著 神要叫他到羅馬去。 神要他把基督那測不透的豐富，傳給外邦人(第8節)。他走在 神的心意裡，原是聖徒的榮耀。

(註2)「這奧秘」就是下節「基督的奧秘」，也是第6節外邦人在基督耶穌裡，要與以色列人同為後嗣、同為一體、且同為應許的分享者。撒但喜歡教導一些深奧之事(啟二24)，來誤導幼稚的信徒。但 神在靈裡喜歡啟示(揭開)這奧秘，給使徒和先知(本節和第5節)，且願意藉教會，使諸天中的執政、掌權者，「現在得知」神萬般的智慧(第10節)： 神的奧秘是基督(西二2)，基督的奧秘是教會。

藉著福音，
 得以同為後嗣、
 並同為一體、
 且同為應許之分享者。(註3)

將基督的豐富傳給眾人

- 7 我照 神恩典的賜給，
 作了這福音的僕役，
 這是照祂大能之運行賜給我的。
- 8 這恩典竟賜給我，
 這比眾聖徒中最小者還小的，
 叫我把基督那測不盡的豐富，
 傳給外邦人，(註4；比較路十五23；
 徒九17，十三9；林前四9註)
- 9 並將這歷代以來，
 隱藏在創造萬有之 神裡的奧秘，
 是何等的安排，向眾人照明。
- 10 為要藉教會，
 使那諸天界中的
 執政者、掌權者，
 現在得知 神
 萬般的智慧；(註5)

- 11 這是照著祂，
 在我們主基督耶穌裡，
 所立永遠的定旨。
- 12 藉著祂的信，在祂裡面，
 我們才能坦然無懼，
 且在篤信中進到 神前的通路。

(註6)

- 13 所以我祈求，不要在
 我為你們所受的患難中喪膽，
 這原是你們的榮耀。

為教會求豐滿的禱告：

- 14 因這緣故，我向父屈膝，
 15 (在諸天裡和在地上一切的家族，
 都從祂得名。)(註7)
- 16 求祂按著祂榮耀的豐盛，
 藉著祂靈的力量，賜你們能力，
 使你們裡面的人剛強起來，(註8)
- 17 使基督藉信，安家在你們心裡，
 叫你們在愛中生根並立基，
 (註9；參路十一25；門6及註)
- 18 便滿有能力，和眾聖徒一同領會：

(註3)「同為後嗣」就是要長大，得兒子的名分，有權利承受父的產業。「同為一體」就是一同成為基督奧秘的身體，就是教會。「同為應許之分享者」就是教會(猶太人與外邦人)一同享受那在諸天裡各樣屬靈的福分(一3)。

(註4)基督恩典的職分，就是要將「基督那測不盡的豐富」傳給人。就是 神要將祂的所是(愛、光、聖、義)作到信徒裡面，成為我們的所是，就是基督在你們裡面成了榮耀的盼望(西一27)。我們今天有無經歷這「測不盡的豐富」(神的所是)呢？教會有沒有讓宇宙(諸天界中)的執政、掌權者「現在得知」神萬般的智慧(第10節)呢？服事教會的執事，乃是傳基督的豐富，不是作這、作那、或講一些零零碎碎的道理。神賜那靈是沒有限量的(約三34)，福音乃是這無限豐富，乃是被自以為「比眾聖徒中最小者還小的」去經歷、去傳的。今天多少人傳來傳去，不過是離不開世界的生活信息，有多少人在傳基督測不盡的豐富呢？傳道人是否越傳自己越大，以致看不見諸天之國(太五3)、和諸天屬靈的福氣(一3)呢？

(註5)神在創世之前，就有一個安排與計畫，就是 神要得著一班人，作祂兒子的身體，就是教會。這個安排在舊約是隱藏的，但 神的經營就是如今在新約裡，要作成這一個安排與計畫，要得著教會作祂的身體和新婦(啓十九7-8)。因為這身體的頭是在天上(徒九5及註)，新婦也是在天上預備好的(啓廿一2)。這表明地上的教會性質上應是屬天、屬靈的(加四26)。只有屬天、屬靈的教會，能夠與在諸天裡屬靈氣的惡魔爭戰(六12)，才能讓牠們現在得「知」神萬般的智慧(第10

節)，教會是超過地球境界和範圍的。教會不是教堂，教堂不能與惡魔爭戰；教會是靈宮(彼前二45)。主會對彼拉多說：「我的國不屬於這世界；我的國若屬這世界，我的差役必要爭戰，使我不至於被交給猶太人。只是如今，我的國不是從這裡來的」(約十八36)。教會既是 神智慧的傑作(二10)，又是那充滿萬有者的豐滿(一23)，她所要顯明的，乃是 神萬般的智慧，這是祂「永遠的定旨」(第11節)。保羅乃是為這定旨受患難被囚。

(註6)為著 神這「永遠的定旨」(第11節)，我們是否知道：我們可以有分於這定旨，而進到 神面前呢？我們要參與還是要放棄這參與的機會呢？藉著祂的信(原文信作名詞，我們信祂常不可靠，因我們的信會動搖，祂的信才是保障，見羅三22註)，並在祂裡面，保羅為教會的豐滿而跪到 神前。

(註7)「一切的家族」包括天使的家族，人類的各家族。「都從祂得名」，表示祂是一切的源頭。因祂已安排，在那時期成熟之時，諸天界和地上的萬有，都要被統率到基督裡(一10)。

(註8)裡面的人(羅七22；林後四16)指信徒重生的靈。人重生以後，裡面的人要一天又一天更新(林後四16)，基督才能成形在我們裡面(加四19)。裡面的人剛強，才能勝過試探；順從聖靈，才能彰顯基督的豐滿。榮耀是 神的彰顯，藉著那叫主耶穌從死裡復活聖靈的能力(一19-22)， 神要信徒從裡面彰顯祂的榮耀。

(註9)在基督耶穌裡有信和愛(提前一14)，信使人認識基督；愛使人享受基督。是祂的信成為我們的信；祂的愛成為我們的愛，我們才能信祂、愛祂。

祂在眾人之上，
又貫乎眾人之中，
也在眾人之內。(註6)

藉基督恩賜之度量、達到身量成熟之豐滿

7 然而我們各人蒙恩，
是照基督那恩賜的度量。(註7)

8 所以經上說：
「祂升上高處時，
擄掠了撒但擄掠的能力，
將諸般恩賜賞給人。」

(註8；參路十一-21-22)

9 (既說祂升上，
豈不是先降到比地更低之處麼？

(參路廿三43；徒二27；羅十7註)

10 那降下的，
同樣就是那遠升諸天之上，
要充滿萬有的。

(參一20；徒一9，二34註)

11 並且祂賜的，
有使徒，
又有先知，
又有傳福音者，
又有牧者和教師，(註9，註10)

身體，是被祂自己的豐滿所充滿的，祂的內容就是靈。我們藉這靈重生，也接受這靈的內住，也從這靈接受供應(飲於一靈)。沒有這三項，就沒有教會的合一。教會合一是靈命上的，非組織而來的。所以靈與身體是不可分的(教堂不是身體，也不是教會；人的肉體也不是)。我們蒙召時，這聖靈是我們基業的憑據，直等到產業得贖，歸入祂榮耀的稱讚(一14；來二10)，這就是我們恩召的指望。

本節是七個一中，聖靈的一組。

(註5)本節是七個一中、聖子的一組。「主」按原文是最高權威。「一信」是藉耶穌的信進到我們裡面，所產生相信的行為(羅三22)，我們相信的內容是：耶穌是神的兒子、是主、是我們最高的權威。信徒若被任何人、事、物取代了主的地位，就不可能維持真正的合一。「一浸」是在父、子、靈的名裡，受浸歸入基督；「一信」是心裡相信神叫祂從死裡復活，並且口裡承認耶穌為主(羅十9)；「一浸」是歸入祂的死、和祂一同埋葬、也與祂同活(羅六4、8)。

(註6)本節是七個一中，聖父的一組，父就是神。「眾人」按原文並無「人」字，所以廣義的說是指被造之萬有，狹義則指所有的信徒。「祂在眾人之上」指父神主權的超越；「貫乎眾人之中」指子神話成了肉身，支搭帳幕在我們中間，充滿了恩典和真理(約一14)；「也在眾人之內」指靈神內住在信徒裡面。

上述第4-6節概括了聖經的真理，是信徒信仰的根基。信這七個一，就信整本聖經，就是得救的蒙恩人，是我們合一的所本。

(註7)基督按各人信心的度量，在恩典中賜下如第11節的各樣恩賜，目的是將祂的教會建造成家(第16節)。各人的恩賜在教會各樣的事奉中，會顯示出來，在持續的事奉與運用中，這些恩賜更會顯得老練。不事奉就顯不出恩賜。

(註8)仇敵撒但藉律法攻擊信徒，因人守不住律法，就沒資格和不配事奉。但主耶穌將那律例上敵對我們的字據，釘在十字架上(西二14-15)，且因祂死而復活，戰勝仇敵，就剝奪了「撒但擄掠我們的能力」，把原被祂俘擄但預定屬神的人，一同帶到天上(弗二6)，且將恩賜賞給我們，使我們能在教會中盡事奉之工，以致基督身體的建造。本節引自詩篇六十八18節上半，下半節說：「你在悖逆的人間受了供獻，叫耶和華神可以與

他們同住。」是因著主的死而復活，才有保惠師聖靈賜下與我們同住。

有些所謂神學家根據本節「擄掠了仇敵」(和合本譯文)認為神將舊約裡與神有正常關係的人，在主復活升天時，把他們從陰間帶到三層天。這就是所謂「樂園升天論」。但基本上許多人是受欽定本與和合本將樂園譯成「被提」(林後十二4)的誤導。請看本譯本約翰三13；林後十二4；徒二34等註。

(註9)本節所提的是五種成全聖徒、建造教會成家的恩賜。恩賜是事奉的功能，並不代表要有事奉的職位。按原文牧師和教師只有一個定冠詞，表示這兩種恩賜或功能可相輔相成，牧者的照顧餵養與教師的真理造就要連在一起。有些教會的負責人，認為他們是根據保羅所寫，在成全聖徒治理教會。但保羅不這樣想，他說：「我栽種了，亞波羅澆灌了，惟有神叫他生長。因此那栽種的，不算甚麼，那澆灌的也不算；只在乎那叫他生長的神」(林前三6-7)。希伯來書又說：「基督為兒子，在祂家之上」(來三6)；和合本譯作「治理神的家」。在宗教的世界裡(包括基督教)，離不開人的治理，有所謂長老或牧師治會。他們只是僕人，教會裡面都是兒子(王子王女)，怎麼輪到僕人來治理兒子呢？兒子沒有長大，僕人受委託還可以管管。兒子得兒子名分了，長大了，僕人能管兒子、治理教會麼？兒女若長不大，豈非僕人管家未盡職責，沒有按時分糧，或無真糧供應麼？今天基督教已淪為宗教之一，差不多都是僕人治家。忘記了現在是：基督為兒子「治理」神的家，是兒子治家，非僕人治家！基督既在神的家中，還需要有人作代表權柄麼？當初宗教改革或革命，離開天主教，就是不要教皇作代表權柄，如今過了五百年，我們怎麼又回到五百年前的光景呢？我們離開了教皇，卻設立了千千萬萬「小教皇」來治理眾教會，這真是「基督為兒子，治理神的家」麼？這真是行在神心意中麼？難道我們忘記了百姓向撒母耳求立王，而讓神不喜悅的故事麼？我們還要繼續不讓神直接作我們的王麼？僕人是站在下面的，兒子是坐席在上的，長大的兒子怎能歸在下的僕人所治理呢？另見約翰十五1；帖前五12註。

(註10)請特別注意：在神諸般的恩賜中，本節只提出四或五種恩賜是為著聖徒的成全。其他的恩賜如神蹟奇事、醫病、趕鬼、方言等均不在列，這也說出這些沒有經歷十字架死而復活的恩賜，與生命的成長(經歷死

- 12 為著聖徒的成全，
以致盡事奉之工，
以致基督身體的建造成家，
長大成熟、長進到元首基督
- 13 直等到我們衆人
在信仰及對 神兒子的
認識上歸於一，得以長大成人，
達到基督身量成熟之豐滿，
(註11，註12；約十七23註)
- 14 使我們不再作孩子，
在人的詭計、
在欺騙的手法中，
被一切教義之風搖動，
飄來飄去，
引到異端的旁道；
- 15 惟有在愛中持守真理，
凡事長進到祂，
就是那元首基督，
- 16 全身靠祂聯結，
並藉著百節豐富的供應，
每一部分，
依其度量而有的功用，
結合在一起，
使身體增長，
以致在愛中建造自己成家。
- 17 為此我說，且在主裡確實勸說，
你們行事不要再像外邦人，

- 在他們虛妄的心思中行事。
- 18 因著那在己裡面的無知，
因著他們心的剛硬；
他們悟性的昏暗，
與 神的生命是隔絕了。
- 19 他們感覺既然喪盡，
自己放縱私慾，以致在貪婪裡，
從事各種污穢的行為。
- 學基督
- 20 你們學了基督，並非這樣。(註13)
- 21 如果你們果真聽過祂，
是照著耶穌的真理，
且在祂裡面受了教，
- 22 就要脫去你們從前舊人的生活方式，
這舊人是照著那迷惑的
私慾敗壞的；(註14)
- 23 然而你們那心思的靈要更換一新，
(見多三5；羅十二2註)
- 24 並且穿上這按著 神，
在真理的義和純正中，
所創造的新人。(註15；見林後五17註)
- 25 所以要脫去虛謊，
各人與他的鄰舍說真理，
因為我們是互為肢體。
- 26 動怒而不犯罪；
你們含怒不可到日落，
- 27 也不可給魔鬼留地步。

而復活)無直接關係，在建造教會、成全聖徒上幫助有限。因為肢體各有恩賜，所以是所有肢體的相互事奉。

(註11)不是在道理上我們要有相同的看法或見解，而是在第4至6節對三一 神的信仰，以及對 神兒子的認識要歸於一。這包括：承認耶穌基督是在肉身裡來的，及信耶穌是基督(約壹四2，五1及註)。也就是承認耶穌基督 神聖的身位，以及祂十字架上所成功的救贖(祂的所是和所作)。

(註12)教會建造的目的就是：生命要長大，達到基督身量成熟的豐滿。「長大成熟」與下節作孩子「飄來飄去」正好相對。長大成熟更要在基督的愛中持守真理，長進到元首基督(第15節)。不連於元首，就不是身體，就不能從元首直接得著豐富的供應，而相互結合成身體。所以不是個人屬靈的問題，而是身體成長，在愛中被基督建造成祂自己的家。

第15-16節兩次說到「在愛中」，就是在基督關、長、高、深的愛中。這與三17節「在愛中生根立基」；第2節「在愛中互相寬容」相互呼應。也正好與第17節外邦人「虛妄的心思中」相對。

(註13)我們學基督，就要充分的認識主耶穌的生活：祂從靈生(太一20)；被聖靈管治，說出祂的死己：「祂雖是兒子，還是從所受的苦難，學了順從」(來五8)。

「你們知道我們主耶穌基督的恩典：祂本是富足的，卻為你們成了貧窮，叫你們因祂那樣的貧窮，可以成為富足」(林後八9)；並且主被聖靈所膏，說出祂無己，凡事被父或聖靈引導。(路四18；太三16至四1)。主在世上，祂的一切都是聖靈(或父)起頭；聖靈管治；聖靈主宰。學基督就學活在基督的人性裡。要學約書亞(意思是耶穌)一樣，俯伏在耶和華軍隊的元帥面前說：「我主有甚麼話吩咐僕人？」然後把腳上的鞋脫下來。

(註14)舊的人私慾是被迷惑過的，「那迷惑」指當初蛇在伊甸園中迷惑亞當和夏娃。另見西三9。

(註15)我們受浸起來時，就在生命的新樣裡(羅六4)，但本節的「新人」按前面二章15-16節是指：基督和祂的身體，是在十字架上創造的；這不是個人的，乃是團體的，在這團體的新人裡，基督是一切，又在一切之內(西三10-11)。從第25-32節，說到各人在學習基督時日常的生活。

- 28 那偷竊的，不要再偷；
倒要勞力，親手做正經的事，
好有餘，分給那有需要的。
- 29 一切壞話，不可出自你們的口，
卻要按需要，說造就的好話，
好將恩典給聽見的人。（見路十二3註）
- 30 且不要使 神的聖靈擔憂；
你們原是在祂裡面受了印記，
以待得贖放之日。
- 31 一切苦毒、
和惱怒、
和忿恨、
和嚷鬧、
和毀謗，
並一切的惡，
都當從你們中間除掉；（見多三2註）
- 32 此外，要以恩慈彼此相待，
存憐憫的心腸互相饒恕；
就如 神在基督裡饒恕了你們。
（註16；見約壹二9-11註）

在基督裡的德行及基督與教會之啓示

像蒙慈愛的兒女：在愛中行事

- 5 所以
你們要成爲 神的仿效者，
好像蒙慈愛的兒女。（註1）
- 2 且要在愛中行事，
也正如基督愛我們，
且爲我們捨己，
當作馨香之氣的供物和祭物，

（註16）本節與第2節遙遙相對：「在愛中互相寬容」對上「以恩慈彼此相待」；又可對上「存憐憫的心腸互相饒恕」。經歷過 神在基督裡饒恕的人，就知道甚麼是「寬容」、「恩慈」、「憐憫」、和「恆忍」，心思才會「全然降卑及溫柔」。

（第5章）（註1）和合本譯爲「效法 神」的「效法」是名詞，所以按原文該是「神的仿效者」。人怎能成爲神的仿效者呢？「所以」，說出與前文有關係。原來我們是要在「饒恕」上作 神的仿效者，因爲我們經歷過神的饒恕，是蒙慈愛的兒女； 神怎樣饒恕我們，我們就怎樣饒恕人。主禱文說：「免我們的債，如同我們也免了我們的債戶」（太六12）。我們既蒙慈愛，就要將這愛顯出，使人從我們身上看見 神的愛，這是信徒的社會行爲。

- 獻與 神。（註2）
- 3 至於淫亂並一切污穢，
或是貪婪，
在你們中間連提都不可，
如此才合乎聖徒之體統。
- 4 而淫詞、
和妄語，
或戲笑的話，
都不相宜；
反而要說優雅的話。（見路十二3註）
- 5 因爲你們曉得這個：
知道凡淫亂者，
或是污穢的，
或是貪心的，（就如同拜偶像的），
在基督和 神的國裡，
都得不到產業。（註3）
- 6 你們不要被虛浮的話欺哄；
因爲 神的忿怒必藉這些事，
臨到那悖逆之子。
- 7 所以不要成爲他們同夥的人。

像光的子女：被光顯明

- 8 因爲你們從前是黑暗，
如今在主裡卻是光，
行事爲人當像光的子女。
（見林後四6及註）
- 9 因爲光的果子，
是在一切良善、
和公義、
和真理裡。
- 10 你們要察驗何爲主喜悅的。（註4）

（註2）甚麼叫「愛中行事」呢？像基督捨了自己，就是在愛中行事。捨己才能顯揚那認識祂的香氣（見林後二14及註）。捨己就是作供物和祭物獻與 神（見羅十二1及註）。保羅從以巴弗收到來自腓立比聖徒的禮物，是馨香之氣，爲 神所喜悅可收納的祭物（腓四18），顧念弟兄姊妹，就是在愛中行事。

（註3）「在基督和 神的國裡」指主回來後的「千年國」。神的旨意（第17節）是：我們要長大成人被主作工、被主變化更新，成爲基督的產業，才能得兒子的名分，承受基督作產業。

（註4）主是光，主所喜悅的就是光的果子：良善、公義、和真理，是與主性情相合的。要察驗主所喜悅的，就「要明白主的旨意如何」（第17節）。主要我們心思的靈更換一新，要我們穿上新人（四23-24）。

- 11 而不要有分於那黑暗無果子的行爲，
甚至倒要責備；
- 12 因為他們那暗中所行的，
連提起來也是可恥的。
- 13 但凡事受了責備，
就被光顯明出來，
因為使那一切顯明的，是光。
(見約壹一5-6及註)
- 14 所以祂說：
「睡著的人哪！
當醒過來，
並從死人中起來！
基督就光照你了。」(見約壹一7及註)

像智慧人：在靈裡被充滿

- 15 所以你們要謹慎，
該怎樣仔細行事，
不要像愚昧人，
當像智慧人。(註5)
- 16 要贖回光陰，
因為現今的日子是邪惡的。
- 17 爲此，不要作糊塗人，
卻要明白主的旨意如何。
- 18 並且不要醉酒，因其中是放蕩；
乃要在靈裡被充滿。(註6；四24註)
- 19 要在詩章、
和頌詞、

- 和靈歌裡，
彼此對說(原文作對自己說)，
且從你們心裡向主歌唱頌詠。(註7)
- 20 凡事要在我們主耶穌基督的名裡，
常常感謝父 神。
- 21 又當在基督的敬畏中，彼此順服。

在教會中的倫理生活

(第五 22 至六 9 節)

夫妻關係指基督與教會

- 22 妻子當順服自己的丈夫，
如同主。(見約廿15-16註)
- 23 因為丈夫是妻子的頭，
如同基督是教會的頭；
祂又是身體的救主。(註8)
- 24 然而如同教會順服基督，
妻子也要像這樣
在凡事上順服丈夫。(註9)
- 25 丈夫愛妻子，也正如基督愛教會，
且爲她捨己。
- 26 祂要在話(原文作雷瑪)的水盆裡，
把她洗淨，成爲聖潔，
- 27 可以獻她給自己，作榮耀的教會，
毫無玷污、或皺紋、
或任何這等的病，
乃是使她聖潔而無瑕疵的。(註10)

(註5) 智慧人行事謹慎仔細，這是外面能被人看見的。但裡面他是一個像主耶穌「在耶和華面前生長如嫩芽」(賽五十三2)的人，他的禱告是：「求祢指教我們怎樣數算自己的日子，好叫我們得著智慧的心」(詩九十12)。

(註6) 黃迦勒弟兄指出本章就有七幅在靈裡被充滿的圖畫：好像蒙慈愛的兒女(1節)；在愛中行事(2節)；作供物和祭物獻與 神(2節)；說優雅的話，合乎聖徒之體統(3-4節)；基督掌權結光的果子(9節)；被基督光照(14節)；明白主的旨意(17節)。「醉酒」與「在靈裡被充滿」是相對的，醉酒是沒有節制，在靈裡被充滿是有節制的。

(註7) 本節與歌羅西書三16節相似。但本節的前提是「在靈裡被充滿」，歌羅西書的前提是有「基督的話，豐富地安家在你們裡面」，正好互補。

(註8) 「頭」是權柄；「救主」說到主流血捨命作贖價的愛。作權柄的要顯出「愛」，愛是權柄的根基；是愛帶來作權柄的生命度量，沒有愛就沒有權柄。

(註9) 在夫妻的關係中，按著字句來順服與愛都行不通。只有在生命裡長進到元首基督，在感恩中得祂供應、

被祂充滿，才能彼此活出愛與順服。

(註10) 主耶穌在救贖的血裡洗淨了我們的罪(約壹一7；啓七14)。本節「話(雷瑪，見太四4；約六63及註)的水盆」，話水是指源自那惟一「生命水的河」(啓廿二1)，就是 神生命之靈，流入信徒腹中，要湧出的活水江河(約七38-39；林前十四；加五22-23等)，這生命的水要洗去舊人天然生命的玷污、皺紋、瑕疵，(第27節)；在信徒裡面除舊換新(羅十二2；弗四23)。如今我們正是在這過程之中，使教會成爲聖潔而沒有瑕疵的。

舊約會幕和祭壇中間的洗濯盆，是要洗去祭司們屬地的污穢(出卅18-21)。這裡的「水盆」就是「洗濯盆」所預表的。主爲門徒洗腳(約十三4-10)，也是要我們彼此用話中之水(雷瑪)來相互洗淨，使教會聖潔。另見約壹五8及註。

教會要分享主話，讓主生命的水來洗滌、生命的光來照亮，得以被主聖靈浸透、變化更新、長大成熟、滿有屬天屬靈的生命。如同新婦妝飾整齊，才能獻給主作新婦，作羔羊的妻。

- 28 丈夫們也當像這樣愛自己的妻子，
如同自己的身體；
那愛自己妻子的，
便是愛自己了。(註11)
- 29 因為從來沒有人恨惡自己的肉身，
乃是保養並顧惜她，
正像基督與教會，
- 30 因我們是祂身體上的肢體
(有古卷在此有：就是祂的骨、祂的肉)。
- 31 為這個緣故，人要離開父親與母親，
且與他的妻子繆結，
二人就成爲一體了。
- 32 這是極大的奧祕，
但我是對基督和
對教會說的。(註12)
- 33 然而，你們各人也當愛自己的妻子，
如同愛自己一樣。
妻子也當敬畏丈夫。

教會中之倫理生活與對屬靈仇敵之爭戰

兒女與父母

- 6 兒女們，要在主裡聽從你們的父母，
因為這是理所當然的。(註1)
- 2-3 「且要孝敬你們的父親母親，
使你亨通，在地長壽。」
這是第一條帶應許的誡命。(註2)
- 4 而父親們，不要惹你們兒女的氣，

只要在主裡管教和警戒，
養育他們。(註3)

僕人與主人

- 5 僕人們，要帶著懼怕與戰兢，
在你們誠實的心裡，
聽從肉身的主人，
好像聽從基督。(註4)
- 6 不要只在眼前事奉，
像是討人喜歡的，
乃是像基督的奴僕，
從魂裡遵行 神的旨意。
- 7 用甘心作奴僕服事，好像服事主，
而非人。
- 8 因為曉得各人若行甚麼好的，
不拘是奴僕，
不拘是自主的，
都必從主有所得。
- 9 而主人們，也要照樣待他們，
要放棄威嚇。因為知道，
他們和你們的主人，
乃是在諸天之上；
而祂並不以貌待人。

屬靈爭戰之要訣：穿戴全副軍裝

- 10 我還有末了的話：
你們要在主裡，
及在祂力量的權能裡，
剛強起來。(註5)

(註11) 丈夫愛妻子，要如同自己的身體；因為夏娃是亞當骨中之骨、肉中之肉。保養並顧惜妻子之道，就是彼此以話水來洗淨，在靈裡、在話中一同成長(每日一同藉 神的話親近主)，妻子也自然與丈夫繆結，成爲一體，敬畏丈夫。

(註12) 夫婦成爲一體是個奧祕，但這是對基督與教會說的。一方面教會是基督的身體，另一方面「那與主聯合的，是與主成爲一靈」(見林前六17及註)。是人與神生機的聯合，是靈裡的故事，遠超過社會裡的宗教團體，這需要主親自光照。

(第6章)(註1)「聽從」原文是複字 UNDER-HEAR 從下面聽。新約首次用在馬太八7：「就連風和海也聽從了祂」。兒女與父母的關係對信徒而言，不僅是天然的，更要帶到主裡面來過濾，愛父母或愛子女過於主的，都配不上主(太十37)。兒女聽從父母要在主裡，不是平等的地位，乃是從下面聽，像風和海聽從主一般。「理所當然的」原文作合義的。

(註2) 舊約十誡分兩部分，前四誡對 神，後六誡對人，孝敬父母是後六誡之首(出廿12)。誡命中最大的

兩條是愛 神與愛人，(太廿二37-40) 孝敬父母者必定是愛 神者。「無論誰廢掉這誡命中那最小的一條，又這樣教導人，他在諸天之國要稱爲那最小的。但無論誰實行又教導它，這人在諸天之國要稱爲大的」(太五19)。孝敬父母享長壽，不孝敬則成爲慢性自殺。

(註3) 不惹氣包括不失態、不發肉體的脾氣。因爲父母的肉體會引出兒女的肉體，肉體是舊人的彰顯，要留在十字架上，要留在墳裡已經同葬。換句話說，父母自己要有見證；要活出基督，才有管教與警戒兒女的生命度量。養育按原文就是五29節對妻子「保養與顧惜」的「保養」，是滋潤出來的意思，這不是短時間而是長時期基督生命的流露。

(註4)「誠實」是 UN COMPOUND 不複雜、不心懷二意、是單一、是裡外一致。第7節的甘心是樂意的意思。長期在基督裡被主作，才有這種性情，不是表面工作。第9節說：主並不以貌待人。

(註5) 必須要有五1至六9節之生命與生活的人，才能打屬靈的爭戰。另見約壹四1註。

- 11 你們要穿戴 神所賜的全副軍裝，
使你們能站穩，
抵擋魔鬼的詭計。(見路十一20-21註)
- 12 因我們不是與血和肉摔跤，
乃是與那些執政者、
與那些掌權者、
與那些管轄這幽暗世界者，
以及在諸天裡屬靈氣的惡魔摔跤。
(見三9-10註；約十八10-11註)
- 13 為此，要拿起 神所賜的全副軍裝，
好在那險惡的日子，
能抵擋而成就一切，
且站立得住。
- 14 所以要站穩了，
以真理作帶子束你們的腰，
且穿上公義作護胸甲，(註6)
- 15 又以平安的福音作預備，
穿在腳上。(註7)
- 16 此外，又拿起信的盾牌，
藉此就能滅盡那惡者一切的火箭；
(註8)
- 17 並接受那救恩的頭盔，
和那靈的寶劍，
就是 神的話；(註9)
- 18 藉著各樣的禱告和祈求，
時時在靈裡祈禱，用一切的堅持，

- 在此儆醒，且為眾聖徒祈求，
講明福音的奧秘
- 19 也為著我，好在我開口時，
有話賜給我，
能以放膽講明福音的奧秘，
- 20 我為此作了帶鎖鍊的使者，
使我能在其中，照著需要，
放膽講論。(見徒廿六32，廿八30及註)
- 結語：推薦與祝福
- 21 今有親愛且忠信在主裡事奉的
兄弟推基古，
他要把有關我的事，
並我的景況如何，
全告訴你們，叫你們知道。
(見本書簡介末段)
- 22 我特為這事，
打發他到你們那裡去，
好叫你們知道我們的光景；
又叫他安慰你們的心。
- 23 願平安與愛，帶著信，
從父 神和主耶穌基督，
歸與弟兄們！
- 24 並願那在不朽中
愛我們主耶穌基督的人，都蒙恩惠！

(註6)「站穩了」是扎馬步的意思，馬步不穩怎能打仗；根基不好怎能建造？主耶穌服事門徒，祂替門徒洗腳要束腰，我們與屬靈氣的惡魔爭戰，真理一定要清楚，全人的力量才能集中，打出去的力道才夠。真理就是神話語的法則。「祂使摩西知道祂的法則，叫以色列人曉得祂的作為」(詩一百零三7)。以色列人見過神蹟，有神蹟的經歷，卻不能打仗，因為沒有啓示。法則就是道路(WAYS)，摩西有 神的話，並有啓示。例如在瑪拉遇見苦水，祂求 神，就有指示，把一棵樹丟在水裡，水就變甜了(出十五22-26)。這棵樹乃是基督的十字架。認識並持守基督與祂釘十字架；不再是我、乃是基督的人，才能與屬靈氣的惡魔爭戰。摩西是能打仗的人。另見四1節註。

「胸」是指人的良心，「護胸甲」是良心有沒有撒但的控告，一個不公義的人；一個不以基督為我們之義的人(林前一30)，也無法打屬靈的仗。

(註7)在第二章裡主以祂的身體廢掉冤仇、成就和平，將外邦人與猶太人兩下歸為一體。不能與 神與人和睦、

甚至捨己的人，怎能傳和平的福音？不是道講得好就能傳福音。主的福音是和平的福音， 神看重人多過人所說的話；信徒之間沒有合一的見證，話就是空的。就是腳沒有穿福音之鞋，怎能傳和平的福音呢？

(註8)主耶穌是我們信心的創始與成終者(來十二2)。我們的信心，在百般的試煉中，經過試驗，會比那被火試驗仍然能壞的金子更為寶貴(彼前一7)。所以那勝過世界的勝利，就是我們的信心(約壹五4及註)。信心的盾牌不是為攻擊，而是為防守，就能滅盡那惡者一切的火箭。

(註9)仇敵最容易攻擊我們的思想，保惠師聖靈要讓我們想起主對我們所說的一切(太四4；約十四26及註)。我們若留心聽祂的言詞，側耳聽祂的話語(箴四20)；又將祂的話藏在心裡(詩一百十九11)，就是帶上了救恩的頭盔。 神的話不僅保護我們，更是那靈的寶劍，更能夠暴露並消滅魔鬼的詭計(太四7、10)。另比較路加廿二38、49註。