

滿有基督長成的身量 - 從以弗所書看生命成長與教會

信友堂成人主日學

課程綱要

第一課	以弗所書導論	弗一 1, 2; 四 1, 7
上帝祝福		
第二課	上帝的作為	弗一 3 - 14
第三課	保羅為眾聖徒禱告	弗一 15 - 23
第四課	恩典與工作	弗二 1 - 10
被造的教會		
第五課	拆毀隔斷的牆，成就和睦	弗二 11 - 22
第六課	教會與上帝百般的智慧	弗三 1 - 13
第七課	願上帝一切的豐滿充滿我們	弗 14 - 21
第八課	「一」與「眾」	弗四 1 - 16
在回應中成長的會眾		
第九課	聖潔與聖靈	弗四 17 - 32
第十課	愛與敬拜	弗五 1 - 21
第十一課	家庭與職場	弗五 21 - 六 9
第十二課	魔鬼的詭計與上帝的軍裝	弗六 10 - 17

第一課 以弗所書導論

1. 背景介紹

- 作者：使徒保羅
- 寫給以弗所教會？亞西亞教會的通書？
- 時代背景：保羅第一次在羅馬被囚禁時所寫

除了少數批判性強的聖經學者外，大部分的聖經學者都接受本書自稱的作者使徒保羅（一 1），也接受本書的內證（三 1；四 1；六 20）是保羅第一次在羅馬被囚時所寫的。但是對以弗所書是否真是如一章 1 節所說是保羅專寫給以弗所教會的，學者意見紛歧，較多偏向以弗所書是一封通書，是保羅寫給包括以弗所教會在內，當時在羅馬亞西亞省（現今土耳其境內、小亞細亞西部）的教會。如此認為是因為現今最古老且比較權威的新約聖經抄本中，在一章 1 節中並沒有「以弗所」這個字，而且因為保羅是以弗所教會的創建人（徒十九 1），並曾在以弗所待過三年（徒二十 31），但本書中並沒有保羅對以弗所信徒的個別問候，似乎與保羅寫信的習慣不同。使徒保羅的歌羅西書中最後也要歌羅西教會讀從老底嘉教會來的書信（西四 16），有學者推測就是「以弗所」書在亞西亞教會中流傳。

2. 主題：生命成長與教會

- 重生的生命是要成長的，不成長的生命是死的。
- 教會提供基督徒生命成長的環境。
- 三一神是關係的上帝（Relational God）。人有神的形象，因此也只有關係中得以完全。而教會就是三一神為人與神、人與人建立正確關係所設立的環境。
- 在其他的保羅書信中，使徒保羅往往透過糾正教會的錯誤來修剪教會，例如：加拉太書對行割禮，羅馬書對外邦人與猶太人同蒙救恩，歌羅西書對拘泥飲食、節期，帖撒羅尼迦前書對身體復活，等等。但保羅在以弗所書並未處理教會的特定問題，他在以弗所書中敘述了三一神為教會所奠定的根基，以及三一神在教會中隱藏的運作。因此，雖然表面看起來，我們所處的教會都不完美，並不能提供理想的生命成長環境，而我們身邊的基督徒似乎也少有能作為我們生命成長的榜樣，但透過以弗所書，我們仍然可以學習如何在神所提供的教會環境中，在基督裡長大成人，滿有基督長成的身量。
- 教會是基督的身體：基督使用教會將祂自己顯現給這個世界，也使用教會將祂復活的大能運行在這個世界上。（教會是道成肉身的另一種型式。）

3. 以弗所書的樞紐：行事為人當與蒙召的恩相稱（弗四1）

- 神主動呼召，人回應行動。
 - 亞當、亞伯拉罕、摩西、門徒、保羅…
 - 神的呼召不只是對個人的，更是對群體的；我們的回應行動不僅是個人的，也是群體的。
 - 這個異中有同，同中有異的群體就是教會（以弗所書用基督的身體來比喻）。而也只有教會的群體中，個人的生命才得以在基督裡長大成人。
 - 敬拜/崇拜（worship）的回應
- 以弗所書與詩篇 68 篇結構的相似
- 「受」 vs 「給」
 - 詩篇六十八 18「受了供獻」；弗四 7「恩賜賞給人」
 - 基督樂於賞賜，我們所有的一切都是恩典。
 - 在基督裡成熟的生命表徵是恩典不是為己，而把恩典視為責任的託付。

第二課 上帝的作為 (弗一 3 - 14)

墮落的人，悖離了創造他的神，自我切斷了與神的關係（臍帶），就在神所創造的宇宙中失落了（創三 9）。人無能靠自己從失落中尋回，但是看哪，慈愛的上帝在宇宙中施行祂拯救（尋回）的大工。

1. 背景

- A. 12 節共 201 個字是一個句子
- B. 頌讚的詩歌
- C. 提昇並擴展眼界

2. 上帝的行動

我們雖然接受了基督，有了從上帝而來的新生命，但是在日常的生活中心，我們經常只是把上帝擺在輔助的角色，是當自己無法處理的時候求助的對象，而忘了上帝才是真正的主角。專注於己，從神而來的新生命是不會長大成熟的。因此，使徒保羅在教導生命成長的以弗所書，一開始就提醒我們，專注於上帝的行動。他用了七個動詞來描述上帝的行動：

- A. 賜（各樣屬靈）福（氣）Blessed
 - *Blessed be the God and Father of our Lord Jesus Christ, who has blessed us in Christ with every spiritual blessing in the heavenly places ...*
有福的上帝，我主耶穌基督的父，祂在基督裡賜給我們天上各樣屬靈的福氣...
 - 「Bless」的三種用法，形容詞、動詞、名詞，同時出現。上帝是有福的，有福的上帝賜福我們，賜我們各樣屬靈的福氣。
 - 上帝就是福，上帝所行的就是賜福，上帝將祂自己賜給我們。
 - 當我們敬拜上帝時，我們是敬拜那位我們設想的上帝，還是就是敬拜上帝之所是（Let God be God）？
- B. 揀選 Chose
 - 創造宇宙萬物的上帝竟然在茫茫宇宙中注意到我這個連一粒灰塵都不如的人，不但注意到，竟然還揀選了我！甚至是在創世以前就揀選了我！
 - 我不再是微不足道的灰塵，上帝顧念我！
- C. 預定 Predestined
 - 上帝不但揀選我，上帝還預定我要得祂兒子的名分。
 - 我的生命不是一連串的偶然，而是在上帝的美好安排中，航向上帝為我們指定的目的地。我們不再失落。

- 預定論？
- D. 賜（恩典）Bestowed
 - …grace that he *freely bestowed* on us in the Beloved…
這恩典是祂在愛子裡所傾注給我們的…
 - 賜恩（bestow grace）v. s. 賜福（bless with blessings）
 - 慷慨的上帝，傾注無限恩典給我們
- E. 充充足足賞給 Lavished
 - 豐富的、慷慨的上帝賞賜。
 - 我們所得的，是上帝賞賜的，不是我們所應得的，是恩典/恩惠（grace/favor）。
- F. 使（我們）知道 Made known
 - With all wisdom and insight He has *made known* to us the mystery of his will…
祂以諸般的智慧聰明，使我們知道祂旨意的奧秘…
 - 上帝將祂旨意的奧秘與我們分享，不僅只是告知，而是使我們有智慧聰明。
- G. 同歸於一 Gathered up
 - 「在基督裡同歸於一」，現代中文譯本的翻譯是「都歸屬基督，以祂為首」。希臘文的「同歸於一」這個字的確有「頭」的意思在裡面。
 - 上帝將原本在罪中彼此斷絕關係的我們（猶如被分屍的屍塊），重新結合成為基督的身子，在元首基督下，彼此筋脈血肉相連，成為一個健康、協調一致的身體。

上帝的作為是透過基督來施行的：在基督裡（一 3，4，10）；藉著耶穌基督（一 5）；藉這愛子的血（一 7）…

3. 人的回應

- 三一上帝行動了，祂的作為是完全的，我們不需要做什麼來幫助上帝，但是面對如此巨大豐富的恩典，我們不能不回應。最正確的回應是：
 - 使祂榮耀的恩典得著稱讚（一 6）
 - 教祂的榮耀，從我們…可以得著稱讚（一 12）
 - 使祂的榮耀得著稱讚（一 14）
- 但是人如何能夠榮耀上帝？
答：長大成人，滿有基督長成的身量。

第三課 保羅為眾聖徒禱告（弗一 15 - 23）

1. 聖徒

- A. 基督徒 vs 聖徒/聖人
 - 聖徒是新約聖經中信基督的上帝子民的通稱
 - 我們配稱為聖徒/聖人嗎？
- B. 世界如何看我們 vs 上帝如何看我們
 - 性別、出身、國籍、籍貫、學歷、職業、住址、…
 - 上帝看的是我與上帝的關係
 - 我們又如何看彼此？
- C. 我們如何取得「聖徒」的身分？又如何繼續保持「聖徒」的身分？
 - 從聖靈重生，有了重生的新生命就是聖徒
 - 成長的新生命代表生命的持續，就能繼續保持聖徒的身分

2. 禱告

- A. 新生命的語言
 - 新生命，新語言
 - 聖徒與上帝的語言；聖徒與聖徒的語言
- B. 禱告就是關係
 - 禱告是溝通，溝通為了建立關係
- C. 求主教導我們禱告
 - 主禱文
 - 隨處禱告

Brother Lawrence：對我來說，日常工作的時間與禱告的時間並無不同；在廚房的嘈雜混亂中，與在聖堂舉行莊嚴聖禮時，我可以同樣有主同在的平靜祥和。

John Wright Follete：我已經 40 年沒有「禱告」了！

3. 保羅為以弗所聖徒的禱告

- A. 求上帝賞賜
 - a. 智慧與啟示的靈
 - b. 明亮的心中眼睛
- B. 好讓我們知道
 - a. 上帝恩召的指望
 - b. 榮耀基業的豐盛
 - c. 上帝浩大的能力
- C. 這浩大的能力運行在基督身上
 - a. 使祂從死裡復活

- b. 叫祂坐在自己右邊
- c. 將萬有服在祂的腳下
- d. 使祂為教會做萬有之首

4. 基督的大能

- A. 基督的大能 vs 軟弱的教會
- B. 耶穌的榜樣
- C. 基督的能力必須在，也只有，與個人的關係中彰顯

第四課 恩典與工作（弗二 1 - 10）

1. 出死入生

- A. 我們原本的情況
 - a. 死的
 - b. 被挾制的，為奴的
 - c. 惹神憤怒的
- B. 上帝的工作
 - a. 出於祂的憐憫大愛
 - b. 與基督同復活
 - c. 全然的恩典

2. 努力進入恩典中

- 新生命在恩典中誕生，也在恩典中成長
- 今世的風俗：追求成功，享受成功
- 成功神學？
- 在恩典的海洋中游泳
- 學習放手，進入恩典

3. 恩典與工作

- 恩典並不取代工作
- 從上帝的創造中學習恩典與工作的關係
- 從耶穌道成肉身的救贖中學習恩典與工作的關係
- 上帝以工作承載恩典，並邀請我們進入祂的工作中

4. 我們原是祂的工作，為要叫我們行善

- 三一上帝的工作先於我們的工作
- 上帝在我們身上所做的工作，就是要準備我們行善，與祂相同
- 我們的工作成為承載上帝恩典的器皿
- 對工作的兩種錯誤看法
 - 世俗化：將工作成為榮耀自己的工具
 - 敬虔化：將工作限制在宗教性的活動
- 恩典與工作的一致性

第五課 拆毀隔斷的牆，成就和睦

1. 教會

- A. 保羅呼求上帝成就一個讓我們的新生命得以長大成熟環境中的最後一個項目就是教會（弗一 22 - 23）
- B. 保羅在開始詳細討論教會這個題目前，先教導恩典與工作的一致性，以排除個人主義的障礙
 - 專注恩典而忽略工作，或專注工作而忽略恩典都會流於個人主義
 - 專注恩典而忽略工作：個人敬虔主義
 - 專注工作而忽略恩典：個人英雄主義
- C. 教會總結了所有神的工作，所有基督之所是，以及所有我們在基督裡之所是。教會包括了所有在基督裡活出一個成熟新生命所涉及的一切。

2. 教堂與教會

- A. 人對教會的認識往往從教堂開始
- B. 當教堂不再有人時，教會還存在嗎？
- C. 教會不僅僅是人的肉眼所能看見的教堂甚或其中人的活動
- D. 人心中永遠有那令人肅然起敬的追求，唯有上帝可以滿足

3. 基督與教會

外邦人加入以色列人成為「新以色列人」=教會

- A. 基督的主動行動
 - 是我們的和睦
 - 將兩下合而為一
 - 拆毀中間隔斷的牆
 - 廢掉律法上的規條
 - 將兩下造成一個新人（類）
 - 成就了和睦
 - 與上帝和好
 - 滅了冤仇
 - 傳和平的福音
- B. 人的被動承受
 - 得親近上帝
 - 被聖靈所感，得以進到父面前
 - 被建造在使徒與先知的根基上
 - 靠祂連絡得合式
 - 同被建造成為聖靈居所

4. 本體的教會

我們對教會的認識往往流於功能性的認識，教會的功能是什麼的認識。但是聖經啟示我們「教會是基督的身體」，是基督在現今世代的「道成肉身」，教會就是基督。教會不是我們建立的機構，好為基督作些什麼；教會「是那充滿萬有者所充滿的」，為我們存在也與我們同工。

- 如同上帝創造世界，從渾沌中建立秩序；基督從墮落世界的殘骸與紊亂中，創造了教會。
- 教會包容而不排斥。
- 教會不是人的產物，教會不可用人的成就或失敗來定義。
- 從人的角度看教會，必然失望，而通常對教會失望後的反應
 - 離開
 - 照己意糾正
 - 事不關己

5. 教會本質的要素 - 和睦/和平

兩千年來教會作到了和睦/和平嗎？ Hardly！ Why？

- 基督是我們的和睦/和平，和睦/和平不僅涉及人與人的關係，更涉及人與上帝/基督的關係，而基督總是容忍我們，給我們時間。
- 基督是我們的和睦/和平，是因為祂在十字架上的犧牲，效法基督，學習捨己犧牲，不是容易的功課。
- 雖然沒有任何一個教會能完全成就和平/和睦，但基督在教會裡的同在與同工，就是邁向和睦/和平，永不止息。

6. 教會的比喻

- 上帝的家、主的聖殿、上帝的居所
- 化不可見為可見
- 建造主的聖殿
 - 根基：使徒和先知
 - 房角石：耶穌基督
 - 建材：我們？！

第六課 教會與上帝百般的智慧

1. 基督裡的生命與教會

- 弗一 3 - 二 10 教導我們，遠在我們認識，甚至感知上帝之前，上帝就已存在，並且主動介入我們的生命，因此我們的生命是沒有「主前 BC」時期的。
- 在基督裡生命成熟的第一步就是不再以自我為中心去看所有事務，從「自我中心 self-centric」轉變成「上帝中心 God-centric」。
- 弗二 11 - 22 教導我們，遠在五旬節聖靈澆灌，基督教會被建立前（徒二），上帝就準備建立祂的子民，以色列民族就是上帝在教會被造前的上帝子民。教會是以色列民族的延伸與擴展，外邦人與血統的以色列人因著基督的救贖，成為了一個新人類。
- 基督裡的生命不是我們覺得原有的生命有所欠缺，自己去尋來的補充品。基督裡的生命是我們得救的人全部的生命，包括家庭、職場、朋友、休閒、等所有全部。
- 同樣的，教會不是基督裡生命的一部分。如同上帝創造世界，提供了以色列人活出遵守律法的環境；上帝創造了教會（藉著自己「造」成一個新人），為得救的人提供了一個活出復活生命的環境。

2. 保羅的個人見證

A. 內容

- 因你們外邦人，保羅做了基督耶穌的囚犯（prisoner of Christ Jesus）
- 上帝賜恩，向保羅啟示基督的奧秘，就是外邦人在基督裡，藉著福音，同為後嗣，同為一體，同蒙應許。
- 上帝賜恩，使保羅作了向外邦人傳福音的執事。
- 保羅自稱比聖徒中最小的還小。
- 保羅作為向外邦人傳福音執事的職分
 - a. 把基督的豐富傳給外邦人
 - b. 使眾人都明白神奧秘的安排
 - c. 使天上執政的、掌權的得知上帝百般的智慧
- 保羅要以弗所信徒不要因他所受的患難喪膽，保羅的患難是他們的榮耀。

- B. 基督裡生命成熟的第一步是擺脫「自我中心」，成熟的生命擺脫了個人主義，但並不是沒有「個人性」的。成熟的基督徒生命不是純粹哲學式的命題真理。保羅在以弗所書中適時適度的個人見證，闡明了這個道理。

3. 要藉著教會，…得知上帝百般的智慧

A. 智慧

智慧是活出來的知識，是上帝的啟示化為生命（箴八；約一），而教會就是啟示轉換為生命的工場。

B. 藉著教會

因此藉著教會，我們可以得知上帝的智慧。但是真是如此嗎？我們所見到的教會，這兩千年來紛爭不斷、經常分裂、醜聞頻傳、軟弱無力，教會真能反映上帝的智慧？

C. 上帝「百般的」智慧

a. 「百般的」希臘文原文與七十士譯本中對創世紀約瑟的「彩衣」的希臘文翻譯用字相同。

b. 彩衣；百衲被；壁氈

c. 領略百衲被/壁氈中繁複花樣中的藝術型式=>藉著教會得知上帝百般的智慧

d. 教會是基督的身體，身體無法簡化，身體唯有每個器官、每個筋絡關節、甚至每個毛細孔都發揮其功用，並且協調一致，才是真正的健康。

e. 不要試圖簡化、淨化教會，而是要在繁複多樣、甚至似乎是令人失望的教會生活中去領會上帝的智慧。

f. 上帝百般的智慧藉著教會呈現，例子：

- 死亡中的生命
- 屈辱中的榮耀
- 詛咒中的祝福
- 軟弱中的力量

g. 接受上帝所賜的「真」教會，還是去建構自己理想的「偽」教會？

第七課 願上帝一切的豐滿充滿我們

1. 再次的代禱

- 以弗所書的中心信息是成長與教會；禱告是教會的母語；以弗所書有四段禱告：
 - a. 一 3 - 14 頌讚的禱告
 - b. 一 17 - 23 為以弗所教會代禱
 - c. 三 14 - 21 再次為以弗所教會代禱
 - d. 六 18 - 20 勉勵以弗所教會繼續禱告
- 禱告是關係；禱告是關係的語言，但是功能性的語言往往滲透進入禱告中，而取代了關係的語言。
- 關係的語言是透過語言的表達建立關係；功能性的語言只是透過語言完成某件事情。功能性的語言將週遭的人與世界都物化了。
- 當我們用功能性的語言向關係的上帝禱告，並期待祂也用功能性的語言回答，難怪我們抱怨上帝不回應我們的禱告。

2. 禱告的前言

- 在父面前屈膝
禱告不限姿勢，但是屈膝使自己行動不便，代表對上帝順服，願意交出主動。
- 天上地上的各家都從父得名
與上帝、與人的親密關係：上帝是父，並且天下各家同出於一個天父。

3. 禱告的內容

- 四重的代禱
 - a. 心裡力量剛強
 - b. 在愛中生根立基
 - c. 明白知道基督的愛
 - d. 充滿上帝一切的豐滿
- 主題：豐富
 - a. 豐盛 (v16)、長闊高深 (v18)、超過人所能測度 (v19)、豐滿 (v19)、充充足足 (v20)、超過所求所想 (v20)
 - b. 一般人的禱告總是從人的窮乏困苦出發，因此禱告往往是功能性的。但是保羅的禱告卻專注於上帝的豐富，保羅的禱告是關係性的。
- 禱告將我們對上帝的認識連結到回應。
- 16 節「心裡 (和合本) / 內心 (修訂和合本)」的希臘原文是「內裡的人」，這個「內裡的人」畢德生認為不是我們自己而是「內裡的基督」，因此畢德生認為 vv16, 17 較佳的翻譯是

…藉著祂的靈，叫你們力量剛強，得以朝著你們內裡的基督成長，祂是因著你們的信，住在你們心中的。…

加拉太書二 20 也有相同的用法：現在活著的不再是我，乃是基督在我裡面活著。

- 禱告不只是禱告者個人的行動，當我禱告時，基督在天上也在為我禱告，內住的基督也在我裡面與我一同禱告。禱告當然是個人的，但是我
- 這個「聖徒」的個人，不只是我自己，還有三一上帝的內住。

4. 禱告的結語

…在教會中，並在基督耶穌裡，得著榮耀…

- 教會與基督耶穌並列。
- 基督是完全的神，也是完全的人；教會是關乎神的，也是關乎人的。
- 只關乎人的教會是實用性、功能性的教會，悖離了教會是上帝的居所本質。
- 只關乎神的教會是虛幻的、是自我創造的，悖離了教會是基督的身體的本質。

第八課 「一」與「眾」

1. 全書的轉折點

- 弗四 1 - 16 是保羅全文的轉折點。之前，保羅所強調的是上帝：祂是誰、祂如何行事；之後，保羅強調的是人：我們是誰、我們如何行事。
- 中文合和本聖經在四 1 中漏譯了一個重要的字：「所以」。這個「所以」總結了之前關於上帝的論述，並帶出以下關於人的論述。
- 但是生命是不可以分割的，基督裡的生命更是無法區隔成兩塊，一塊屬上帝的，一塊屬人、屬自己。
- 保羅從二 11 開始論述的教會，就是上帝與人相會相交之處，是從基督而來的新生命長大成熟，得以整全健康的處所。
- 保羅在以弗所書的前三章，開我們的眼，讓我們認識教會是上帝的禮物，而從四 16 之後，保羅教導我們如何享受並使用這個禮物。但在四 1 - 17 的轉折點，保羅慢慢的帶領我們轉彎，避免當我們的視線從上帝轉到自己時，失去了以教會為焦點，而忘記了元首與身體，基督與我們的不斷的親密對話關係。

2. 教會語言的三種型態

- A. 宣講的語言 (kerygmatic language)
 - 例：從那時候，耶穌就傳起道來，說：「天國近了，你們應當悔改！」（太四 17）
 - 聖壇與講台的語言，針對人的心志，呼召人下定決心跟隨主。
- B. 教導的語言 (didactic language)
 - 例：撒種的比喻（太十三 1 - 9, 18 - 23）
 - 課堂與查經班的語言，針對人的頭腦，使我們透過聖經的啟示與教會生活的經驗，更深的認識上帝的心意與行事，也更認識我們自己。
- C. 勸慰的語言 (paracletic language)
 - 例：【所以】我為主被囚的勸你們：既然蒙召，行事為人就當與蒙召的恩相稱。（弗四 1）
以賽亞書；詩篇二三；約翰十三 - 十七
 - 在教會生活中無所不在。勸慰的語言所針對的是人在聽聞福音，並學習聖經真理後，在認知與行為上的改變。此種改變往往是逐漸發展的，因此勸慰語言的果效也是緩慢而隱藏的。
 - 人在立志相信福音，甚至學習聖經真理後，在世上生活的干擾中，需要安慰、鼓勵、辨別。
 - 聖靈保惠師 (Paraclete) 是勸慰語言 (paracletic language) 的源頭，勸慰的語言來自聖靈內住的生命。

3. 聖靈/勸慰的語言

- 在教會中使用聖靈/勸慰的語言的表徵是：謙虛、溫柔、忍耐、寬容、愛心。
- 謙虛：肯定別人的價值
- 溫柔：受控制而收斂的力量
- 忍耐/寬容：對冒犯自己的人有耐性忍讓
- 愛心：愛是動詞，不是形容詞，愛是主動為別人謀福利

4. 合一與多元

A. 合一的本質

- 教會創建的本質就是合一：祂使我們和睦，將兩下合而為一…；而教會的合一植基於獨一的主：以色列啊，你要聽！耶和華，我們上帝是獨一的主。
- 活出呼召就是發展聖靈所賜合而為一的心，…直等到我們眾人在真道上同歸於一，得以長大成人，滿有基督長成的身量。
- 合一的七個面向：一個身體、一個聖靈、一個指望；一主、一信、一洗；一上帝，超乎眾人、貫乎眾人、在眾人內。

B. 多元的恩賜

- 恩賜是多元豐富的，為的是要造就教會。
- 以弗所書中所列舉的恩賜：使徒、先知、傳福音的、牧師與教師。
- APEPT 的五重事奉？使徒與先知的恩賜今日還存在嗎？

5. 長大成人，滿有基督長成的身量

- 長大成人的反面：中了人的詭計和欺騙的法術，被一切邪說之風搖動，飄來飄去。
- 長大成人的表徵：真理、愛心、合一

第九課 聖潔與聖靈

1. 所以

- 【所以】我為主被囚的你們，既然蒙召，行事為人就當與蒙召的恩相稱。（弗四 1）
- 弗四 1 的「所以」連接了在此之前保羅所敘述的全部上帝之所是、所為，與之後所敘述的人的所是、所為。
- 弗四 1 - 16 帶領我們從上帝所創造並居住的教會，轉到我們聖徒所居住並參與的教會，教會是我們從基督裡所得的新生命得以長大成熟的環境。
- 保羅從四章 17 節開始將主題從上帝轉到人（我們）的身上。
- 但是，人並不是教會真正的主角，上帝才是。因此保羅在四章 17 節之後討論人的回應的章節中，一共用了 8 次「所以」（四 17，25；五 1，7，14，15；六 13，14），來強調人的行動必須是回應上帝的主動，必須連結於上帝。
- 畢德生用攀岩運動所用的楔釘來比喻這些「所以」。楔丁提供攀岩者保護，使他們在攀岩時不致從高崖墜下。在教會中的生命成長也如同攀岩般充滿了危險，而最大的危險就是我們自以為已經長成，熟練了基督裡的生命，於是習以為常，開始自我行動。「所以」提醒我們，我們必須連結與上帝，永遠回應上帝，而不自我行動。我們永遠是基督「徒」。

2. 不要

- 保羅對聖徒新生活的第一個教訓是負面的禁止：你們行事不要再像外邦人…。
- 外邦人如何行事？希臘/羅馬的神祇本身道德敗壞，因此外邦人的宗教信仰與道德無關，但信仰基督卻應帶出來道德倫理的新生活。那召你們的既是聖潔，你們在一切所行的事上也要聖潔。（彼前一 15）
- 基督裡的新生命不是源自於我們的道德生活，但是我們得救後，復活的生命要藉著倫理道德的生活表現出來。倫理道德的生活是承載復活生命的器皿。
- 「不要/棄絕/不可/除掉」為我們的生命除去了雜草，留下了新生命成長的空間。

3. 脫去舊人，穿上新人

- 變壞 vs 上帝形像
- 迷惑 vs 真理
- 私慾 vs 仁義聖潔
- 脫穿之間，不斷的藉著聖靈，將我們的心志改換一新

4. 聖潔的生活的總歸

- 聖潔生活是在人與人的關係上表現出來的。
- 聖潔生活的總歸是人與人之間以恩慈相待，存憐憫的心，彼此饒恕。
- 這種「彼此以恩慈相待，存憐憫的心，彼此饒恕」的聖潔生活的動力，來自於經常回到十字架前，思想基督付出了何等的代價，救贖了罪孽深重的自己，於是對周遭的可能冒犯了自己的人，才能活出恩慈憐憫饒恕的聖潔生活。…正如上帝在基督裡饒恕了你們一樣，「正如」就是在提醒我們，回到十字架前思想救贖大恩。

5. 安靜的聖靈

- 聖潔（倫理道德）生活背後的動力，不是我們自己，而是內住的聖靈。
- 基督裡新生命的表徵不是特異的能力或現象，而是生活朝向聖潔的變化表達出生命的改變與成長。
- 聖靈的確大有能力，但是這種能力卻往往沉靜，如同自然界的生命成長，往往眼不能見，但卻確實發生，且大有能力。
- 內住的聖靈會為我們的行事而擔憂。擔憂的希臘文原文是哀傷的意思。聖靈縱然大有能力，但祂不強迫我們，當我們行事違反聖靈的意思，或者我們不理聖靈而自我行動，祂為我們感到憂傷。安靜的聖靈默默的、有耐心的，陪伴我們成長。

第十課 愛與敬拜

1. 參與 (Participation) vs 應用 (Application)

- 活出復活的生命不是在我們學了上帝之所是與所為之後，就自行將所學到的應用到自己的生命中。活出復活的生命是上帝在啟示我們上帝之所是與所為之後，邀請我們參與到祂的所是與所為之中。
- 我們的生命能夠參與到上帝的所是與所為，是因為聖靈的內住。
- 教會不只是我們學習的課堂，更是在學習後，我們操練如何參與在上帝之所是與所為的操場。
- 保羅在上一段的經文（弗四 17 - 32）闡述我們的生命如何參與上帝的公義與聖潔，而在這段經文（弗五 1 - 20）則闡述如何參與上帝的愛與敬拜之道。

2. 效法上帝

- 保羅再一次的用「所以」提醒我們復活的生命不是自行其是，他更明確的指出要我們「效法」上帝。
- 但是，不是效法我們自己想像出來的上帝（偶像），而是聖經所啟示的上帝、道成肉身的耶穌所表明出來上帝。
- 效法上帝的「愛」之道，表明在基督愛我們；效法上帝的「敬拜」之道，表現在基督為我們捨了自己，當作馨香的供物和祭物，獻與上帝。

3. 愛

- 愛的源頭是上帝，所有人間真實的愛都從上帝而來，上帝就是愛（約壹 4 8, 16）。
- 我們是蒙愛的，基督愛我們，我們也憑愛心行事。
- 在日常的語言中，「愛」卻總是脫離了源頭的上帝。「愛」往往被用作表達個人「喜歡」，更糟糕的是「愛」經常被染上情慾的色彩，這可能是為什麼保羅在這段闡述「愛」的經文中，用了許多的篇幅來導正淫亂。
- 伯納德（St. Bernard of Clairvaux）將愛分成四種階段
 - A. 為自己而愛自己：生命中沒有上帝
 - B. 為自己而愛上帝：上帝為了服務自己而存在
 - C. 為上帝而愛上帝：勉強捨己的愛
 - D. 為上帝而愛自己：自願捨己的愛，天人合一
- 愛不是一種恩賜，有人有，有人沒有。人人都需要愛：被愛也去愛。
- 愛是專注於上帝，與上帝建立親密關係；愛也是專注於人，與人建立親密關係。教會是我們學習並實踐愛的場所。

4. 敬拜

- 敬拜可以是在上帝面前內心的愛慕的表達，但在此特指在教會中的公眾敬拜儀式。
- 也要憑愛心行事，正如基督愛我們，為我們捨了自己，當作馨香的供物和祭物，獻與上帝。教會的敬拜，將我們帶回到基督十字架前，參與那基督一次獻上，永遠有效的祭。因此教會敬拜的最核心是聖餐，是紀念基督在十字架為我們的犧牲。
- 在敬拜中，我們學習基督的愛，也學習並實際操練用基督的愛去愛與我們共同敬拜的會眾。
- 在敬拜中我們學習放下自己，從「我為主做工」到「主在我裡面做工」，讓聖靈引領我們，要被聖靈充滿。
- 但是被聖靈充滿是被動的，而不是主動的去尋求超自然的經歷，因此保羅說不要醉酒。古代希臘羅馬文化中崇拜酒神（Dyonesus），人要在儀式中藉酒達到出神的狀態。
- 聖靈充滿的表現：相交，讚美，感恩，順服。
- 信友堂敬拜的程序
 - A. 等候宣告
 - B. 揚聲讚美
 - C. 擘餅分杯
 - D. 聆聽信息
 - E. 回應奉獻
 - F. 關懷相交
 - G. 領受祝福

第十一課 家庭與職場

1. 從教會到家庭與職場

- 教會是三一上帝提供基督徒操練復活的生命，使得新生命得以長大成熟的環境。
- 在教會中，聖徒們一起學習領會上帝的恩典作為，並學習回應，以敬拜的心參與上帝的仁義、聖潔、慈愛。
- 但是教會並不是新生命唯一生活的環境，基督徒的生活與世界有分別，但並不離開世界，我們仍在這個世界中生活。
- 在教會中所操練的復活生命，需要在真實世界的人際關係中活出來。保羅在這段經文中，討論真實世界中兩個最重要環境內的關係：家庭與職場。

2. 他施症候群

- 耶和華的話臨到雅米太的兒子約拿，說：你起來往尼尼微去，向其中的居民呼喊，因為他們的惡達到我面前。約拿卻起來逃往他施去躲避耶和華。(拿一1 - 3)「尼尼微」是實實在在的現實，「他施」是羅曼蒂克的想像。
- 熱心參與教會所有的聚會與服事，卻忽略照管自己家庭。
- 過度投入教會的事工，而犧牲了職場工作應有的表現。

3. 關係

- 錯誤的關係：I - It ; Us - Them
- 正確的關係：I - You
- I - You 中間的「-」看似空無一物，卻有無比力量，好似約櫃兩端基路伯中間的施恩座，也好像在復活的清晨兩位天使所見證的耶穌空墳墓。

4. 關係的轉換

- 在家庭中，保羅討論了妻子與丈夫、兒女與父母的關係；在職場中，保羅討論了僕人（雇員）與主人（雇主）的關係。
- 保羅在這段經文的起始，用命令句的語態，講出了這三種關係的基本原則：又當存敬畏基督的心，彼此順服。(弗五21)
 - a. 彼此相互的關係，加入基督而成為三邊關係。
 - b. 彼此順服，沒有一方高過另一方。
 - c. 人與人之間的比較、競爭關係，因著基督的加入，並且雙方都敬畏基督，轉變成為平等、順服的美好關係。

5. 妻子與丈夫

- 妻子順服丈夫；丈夫愛妻子。
- 如同、也要怎樣、正如、照樣、正像表達了基督加入夫妻關係的轉換作用，基督成為夫妻關係中的最佳第三者。
- 夫妻關係如同爬一個 A 字型的梯子，基督在 A 型梯的頂端，夫妻各自與基督愈親近，彼此也就愈親近。
- 妻子與丈夫 vs 教會與基督
 - a. 身體與頭
 - b. 順服與愛/捨己
 - c. 連合成為一體
 - d. 奧秘

6. 兒女與父母

- 兒女在主裡聽從父母
- 父母照著主的教訓和警戒養育兒女

7. 僕人（雇員）與主人（雇主）

- 僕人聽從主人好像聽從基督，侍奉主人好像服事主，必得主的賞賜。
- 僕人與主人同有不偏待人的主在天上。

第十二課 魔鬼的詭計與上帝的軍裝

1. 末了的話

- 保羅在以弗所書的最後，提醒信徒面對屬靈的爭戰。
- 保羅的語氣嚴肅但平靜，沒有焦慮，也不驚慌。

2. 站穩了

- 保羅在這段末了的話中，並未給以弗所信徒新的教導，而是強調要在所信的事上站穩了。
- 在恩典之地站穩了：全無保留的接受恩典，享受恩典。
- 在教會中站穩了：教會是上帝所賜給我們的地方與群體，在其中我們得蒙耶穌與聖經的啟示，並有同伴可以一同讚美、一同悲傷。
- 在聖靈中站穩了：藉著聖靈，我們與上帝、與人建立正確的關係。從聖靈我們領受了恩賜，我們也在人際關係中分享恩賜。
- 不再做小孩，…被一切邪說之風搖動，飄來飄去。(弗四 14)「站穩了」是在基督裡長大成人的重要表徵。

3. 魔鬼的詭計

- 基督信仰的世界觀不是二元論（善惡對立）的，魔鬼並不是獨立存在於上帝之外的惡。魔鬼是墮落的天使，魔鬼仍然是上帝所創造的被造物，但卻是墮落的被造物。
- 上帝（絕對的善）所創造的被造物，包括魔鬼，不會為了惡的本身而追求惡，墮落是在追求某種善的過程中用了錯誤的手段，例如：夏娃想要如上帝，能辨別善惡，但卻用了錯誤的吃禁果的方式。又如，忌妒（惡）是羨慕別人的美貌或地位（善），而用不正當的手段使自己與別人相同。
- 孔子也有相同的說法，論語里仁篇：富與貴，人之所欲也。不以其道得之，不處也。
- 魔鬼的詭計從創世之初就沒有改變，魔鬼不會用惡的本身來引誘我們，而是引誘我們用不正當的手段去達到某種善的目的。
- 耶穌說：我就是道路、真理、生命。(約十四 6) 真正的善不僅是結果，也是過程。

4. 上帝的軍裝

- 我們所處的現今世界，是魔鬼所掌權的。但是魔鬼與上帝的爭戰不是國與國的戰爭，而是非法叛軍與正當君王的內戰。
- 基督徒是君王差遣至叛軍地盤的游擊隊，奪回營壘，解救被擄的子民，歸向君王。
- 上帝不僅差遣我們，也裝備我們。六項裝備：真理、公義、平安、信德、

救恩、上帝的道。

- 爭戰的方式：穿上全副軍裝，穿戴基督，然後，站穩了。

5. 在聖靈裡隨時多方禱告

- 使徒保羅教導信徒長大成熟的以弗所書以頌讚禱告開始，保羅在中間停下來禱告，最後保羅在勉勵信徒隨時多方禱告中結束。
- 禱告不只是在特定地方，以特定形式禱告，而是隨時多方。
- 在聖靈裡的禱告甚至可以是不自覺的。
- 當我們在基督裡的生命長大成熟時，禱告甚至可以瀰漫散佈在我們的日常語言中。
- 保羅也請以弗所的聖徒為他代禱。請人代禱是承認自己需要別人的幫助，接受人的幫助有時比幫助人還要困難，但是復活的生命就是要承認自己的軟弱。

6. 忠心事奉主的兄弟推基古

- 推基古是使徒保羅在以弗所傳道的同工（徒二十四）。他在保羅的書信出現過四次（弗六 21；西四 7；提後四 12；多三 12）。
- 透過推基古以及其他 80 位在保羅書信出現的人名，我們知道我們的信仰不是哲學的想像，而是在特定時空，有名有姓的人所活出來的生命。
- 同樣，我們在基督裡的生命也需要在今天，在我們周遭的人當中活出來。