

## 以弗所書 第五章 1-21節

- 1.所以，你們該效法神，好像蒙慈愛的兒女一樣。
- 2.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，獻與神。
- 3.至於淫亂並一切污穢，或是貪婪，在你們中間連提都不可，方合聖徒的體統。
- 4.淫詞、妄語，和戲笑的話都不相宜；總要說感謝的話。
- 5.因為你們確實的知道，無論是淫亂的，是污穢的，是有貪心的，在基督和神的國裡都是無分的。有貪心的，就與拜偶像的一樣。
- 6.不要被人虛浮的話欺哄；因這些事，神的忿怒必臨到那悖逆之子。
- 7.所以，你們不要與他們同夥。
- 8.從前你們是暗昧的，但如今在主裡面是光明的，行事為人就當像光明的子女。
- 9.光明所結的果子就是一切良善、公義、誠實。
- 10.總要察驗何為主所喜悅的事。
- 11.那暗昧無益的事，不要與人同行，倒要責備行這事的人；
- 12.因為他們暗中所行的，就是提起來也是可恥的。
- 13.凡事受了責備，就被光顯明出來，因為一切能顯明的就是光。
- 14.所以主說：你這睡著的人當醒過來，從死裡復活！基督就要光照你了。
- 15.你們要謹慎行事，不要像愚昧人，當像智慧人。
- 16.要愛惜光陰，因為現今的世代邪惡。
- 17.不要作糊塗人，要明白主的旨意如何。
- 18.不要醉酒，酒能使人放蕩；乃要被聖靈充滿。
- 19.當用詩章、頌詞、靈歌、彼此對說，口唱心和的讚美主。
- 20.凡事要奉我們主耶穌基督的名常常感謝父神。
- 21.又當存敬畏基督的心，彼此順服。

以弗所書

第五章 1-21節

活出新人的生命——  
愛中行走、光中站立、  
靈裡被充滿

引言 從「身份」進入「生活」

這段經文可分為三大段：

1. 在愛中**行走**（1 - 7）
2. 在光中**行走**（8 - 14）
3. 在智慧中**行走**，被聖靈充滿（15 - 21）

這三個「行走」，構成新人的完整生命圖畫。

## 以弗所書 第五章 1-21節

### 活出新人的生命—— 愛中行走、光中站立、 靈裡被充滿

#### 第一段：在愛中行走（5:1 - 7）

1. 效法神（5:1）「你們該效法神，好像蒙慈愛的兒女一樣。」

舊約中，「效法神」幾乎是不可能的命令。

利未記 19:2 「你們要聖潔，因為我是聖潔的。」

2. 愛的標準是十字架（5:2）「正如基督愛我們，為我們捨了自己。」

這裡用的是獻祭語言：利未記燔祭——馨香之氣歸給神。

耶穌的捨己就是最完全的祭。

真正的愛不是情緒，而是願意付代價、放下自己。

3. 與愛相對的生命（5:3 - 5）

淫亂、污穢、貪婪——這些本質都是「以自我為中心」。

貪婪為何等於拜偶像？因為它把「慾望」放在神的位置。

保羅提醒我們：若人長期活在這種生命裡，他其實未曾真正進入神國的本質。

## 以弗所書 第五章 1-21節

### 活出新人的生命—— 愛中行走、光中站立、 靈裡被充滿

#### 第二段：在光中行走（5:8 - 14）

1. 身份的翻轉（5:8）「從前你們是暗昧的，但如今在主裡面是光明的」

注意：保羅不是說「你們在黑暗中」，而是說「你們就是黑暗」。

神的救贖，是把人從屬黑暗的本質轉為屬光。

2. 光的果子（5:9）「光明所結的果子就是一切良善、公義、誠實。」

良善、公義、誠實——這三個詞對應舊約的神性屬性。

彌迦書 6:8「行公義、好憐憫、存謙卑的心。」

3. 喚醒沉睡的人（5:14）「你這睡著的人當醒過來…基督就要光照你了。」

屬靈沉睡的危險是——人在黑暗中習慣黑暗。

保羅呼召信徒甦醒，不要回到舊生命的麻木狀態。

## 以弗所書 第五章 1-21節

### 活出新人的生命—— 愛中行走、光中站立、 靈裡被充滿

第三段：在智慧中行走，被聖靈充滿（5:15-21）

① 愛惜光陰（5:16）「要愛惜光陰，因為現今的世代邪惡。」

原文是「贖回時機」。意思是：抓住神給你的屬靈機會。

詩篇 90:12「求祢指教我們數算日子。」智慧人看重永恆，愚昧人只活在

② 明白主的旨意（5:17）

神的旨意不是隱藏的奧秘，而是在祂的話語與聖靈中顯明。

被聖靈充滿之前，先願意順服神的旨意。

③ 被聖靈充滿（5:18）

這裡的動詞是持續式。不是一次經歷，而是天天讓聖靈掌權。

對比醉酒：

醉酒

聖靈充滿

失控

真正被神掌管

放縱

結出敬虔果子

以弗所書  
第五章 1-21節

活出新人的生命——  
愛中行走、光中站立、  
靈裡被充滿

④ 聖靈充滿的三個結果（5:19 - 21）

敬拜的生命、感恩的態度、彼此順服的心

真正被聖靈充滿的人，不是驕傲，而是柔軟。

## 以弗所書 第五章 1-21節

活出新人的生命——  
愛中行走、光中站立、  
靈裡被充滿

### 結語

以弗所書第五章提醒我們，新人的生命不是口號，而是實際的生活樣式：

1. 在愛中行走，因基督為我們捨己；在光中行走，活出良善、公義與誠實；  
在智慧中行走，天天被聖靈充滿。

2. 愛，是我們行事的動力；光，是我們生命的本質；聖靈，是我們得勝的能力。

## 思考題：

一、在一個強調「自我實現」、「感覺至上」與「即時滿足」的世代裡，

我們的生活方式是以基督捨己的愛為中心，還是以自己的慾望與利益為中心？

保羅說要「在愛中行走」，但今天的文化教導我們優先照顧自己、保護自己、成全自己。

我們是否在金錢、感情、網路使用、職場競爭中，不知不覺讓「貪婪與自我」取代了神的位置？

我們是否真的活出十字架的愛？

二、在資訊(信息)爆炸、價值混亂、真假難辨的時代裡，我們是否仍然活在光中，明白主的旨意，並且讓聖靈持續充滿我？

保羅提醒：「要愛惜光陰，因為現今的世代邪惡。」

今天我們花多少時間在短視頻、社群媒體、焦慮比較中，卻忽略了與神親近？我們的生命是被媒體影響，還是被聖靈引導？

我們是在消耗時間，還是在贖回光陰？