

# Carta aos Efésios

**apóstolo(s)** Os homens que Jesus ensinou e escolheu para serem seus seguidores e para o ajudarem.

**graça** A bondade divina.

**Espírito Santo** Também é chamado de “Espírito de Deus”, “Espírito de Cristo” e “Conselheiro”. Ele está unido com Deus e Cristo e realiza o trabalho de Deus entre as pessoas do mundo.

**Boas Novas** As notícias de que Deus abriu um caminho por meio de Cristo para que as pessoas possam ter seus pecados perdoados e vivam com Deus. Quando as pessoas aceitam esta verdade, Deus as aceita.

## Introdução

**1** De Paulo, apóstolo\* de Jesus Cristo pela vontade de Deus, para o povo de Deus que vive em Éfeso e que crê em Cristo Jesus.

<sup>2</sup>Que a graça\* e a paz de Deus nosso Pai e do Senhor Jesus Cristo estejam com vocês.

## Bênçãos espirituais em Cristo

<sup>3</sup>Louvado seja o Deus e Pai do nosso Senhor Jesus Cristo. Em Cristo, Deus nos tem abençoado com todo o tipo de bênçãos espirituais dos céus. <sup>4</sup>Em Cristo, Ele nos escolheu antes de o mundo ser criado para sermos um povo santo e sem pecado diante dele. Por causa do seu amor por nós, <sup>5</sup>Deus nos destinou para sermos adotados como filhos, por meio de Jesus Cristo; esse era o seu desejo e o seu propósito. <sup>6</sup>Deus fez isso para trazer glória a si mesmo por causa da sua maravilhosa graça\*, e Ele nos deu gratuitamente essa graça no seu amado Filho. <sup>7</sup>Em Cristo nós somos libertados pelo seu sangue e, pela sua rica graça, somos perdoados de nossos pecados. <sup>8</sup>Deus derramou a sua graça abundantemente sobre nós na forma de todo tipo de sabedoria e entendimento. <sup>9</sup>Ele nos fez conhecer o segredo do seu propósito, pois era isso que Ele queria. E Ele planejou fazer isso por meio de Cristo. <sup>10</sup>O seu propósito era que, quando chegasse o momento certo, Ele pudesse realizar o seu plano de reunir todas as coisas, tanto as do céu como as da terra, debaixo da autoridade de Cristo.

<sup>11</sup>Em Cristo, nós fomos escolhidos, fomos predestinados para sermos o povo de Deus. Isto foi feito de acordo com o propósito da vontade daquele que faz todas as coisas, <sup>12</sup>para que nós, que fomos os primeiros a colocar a nossa esperança em Cristo, pudéssemos ter razão de louvar a sua glória. <sup>13</sup>Por meio de Cristo vocês também receberam o selo de Deus, que é o Espírito Santo\* que Ele prometeu. Vocês o receberam quando ouviram a mensagem verdadeira, isto é, as Boas Novas\* a respeito da sua salvação, e creram em Cristo. <sup>14</sup>O Espírito Santo é a garantia de que nós receberemos a herança que Deus nos prometeu. Essa herança consiste na completa libertação do seu povo para o louvor da sua glória.

## A oração de Paulo

<sup>15</sup>Por isso, desde que ouvi falar da sua fé em nosso Senhor Jesus Cristo e do amor que têm por todo o povo de Deus, <sup>16</sup>tenho me lembrado sempre de vocês nas minhas orações, e tenho sempre dado graças a Deus por vocês. <sup>17</sup>Oro sempre ao Deus do nosso Senhor Jesus Cristo, o Pai glorioso, e peço que Ele lhes dê um espírito de sabedoria e de revelação para que possam vir a conhecê-lo melhor. <sup>18</sup>Também peço que suas mentes sejam abertas para que vejam a luz, e assim conheçam a esperança para a qual Deus os chamou. Peço que saibam como é rica a

gloriosa herança que Ele dará para todo o seu povo, <sup>19</sup>e como incomparavelmente grande é o seu poder para nós, os que cremos. Esse poder é o mesmo que Deus mostrou com poderosa força <sup>20</sup>quando ressuscitou a Jesus dos mortos e o fez sentar à sua direita nos céus. <sup>21</sup>Deus colocou a Cristo acima de todos os poderes, autoridades, forças e reis e acima de todo título de poder que possa ser dado, tanto nesta época como também na que vai chegar. <sup>22</sup>Deus colocou tudo sob o controle de Cristo e o fez o Cabeça de todas as coisas para a igreja. <sup>23</sup>A igreja é o corpo de Cristo e a totalidade dele mesmo completa todas as coisas em todos os lugares.

### Da morte para a vida

**2** No passado, vocês estavam espiritualmente mortos por causa dos seus pecados e das coisas más que fizeram contra Deus. <sup>2</sup>Vocês viviam da mesma maneira como o mundo vive e seguiam aquele que governa os poderes espirituais no ar. Ele é o espírito que agora está influenciando a vida daqueles que se recusam a obedecer a Deus. <sup>3</sup>Todos nós vivíamos como eles, procurando satisfazer a nossa natureza pecadora. Fazíamos toda a vontade dos nossos corpos e dos nossos pensamentos. E, como o resto do mundo, nós também estávamos sujeitos à ira de Deus, pois éramos como eles.

<sup>4</sup>Deus, porém, é muito rico em misericórdia e o seu amor por nós é muito grande. <sup>5</sup>Por isso, mesmo quando estávamos espiritualmente mortos nos nossos pecados, Ele nos deu uma vida nova juntamente com Cristo. Vocês foram salvos pela graça\* de Deus. <sup>6</sup>E, como somos identificados com Cristo Jesus, Deus nos ressuscitou assim como ressuscitou a Cristo e nos fez reinar com Ele nos céus. <sup>7</sup>Deus fez isso para que pudesse mostrar a incomparável riqueza da sua graça para as gerações futuras. Esta graça é demonstrada pela sua bondade para conosco em Cristo Jesus. <sup>8</sup>Pois é pela graça de Deus que vocês foram salvos, por meio da fé que vocês têm. Vocês não salvaram a si mesmos. A salvação vem de Deus como um dom, <sup>9</sup>e não como o resultado das obras que alguém fez, para que assim ninguém se orgulhe. <sup>10</sup>Nós somos criaturas de Deus. Ele nos criou em Cristo Jesus para que passássemos a nossa vida fazendo as boas obras que Ele já tinha preparado.

### Unidos em Cristo

<sup>11</sup>No passado vocês, que não nasceram judeus, eram chamados de “incircuncisos”\* por aqueles judeus que chamavam a si mesmos de “circuncisos”\*, referindo-se à uma operação física feita por mãos humanas. <sup>12</sup>Portanto, lembrem-se de que naquele tempo vocês estavam sem Cristo e excluídos da comunidade de Israel\*. Vocês não tinham parte nas alianças\* relacionadas com a promessa de Deus. Vocês estavam sem esperança e sem Deus no mundo. <sup>13</sup>Antigamente vocês estavam longe de Deus, mas agora, em Cristo Jesus, vocês foram aproximados de Deus pelo sangue de Cristo. <sup>14</sup>Por causa de Cristo nós agora temos paz. Ele fez dos dois povos um só e, pelo seu próprio corpo, destruiu a parede de ódio que os separava. <sup>15</sup>Cristo fez isso quando aboliu a lei\* com os seus mandamentos e suas regras. O seu propósito era fazer a paz ao criar em si mesmo um novo povo daqueles dois povos. <sup>16</sup>O que Ele queria era acabar com o ódio por meio de sua morte na cruz e, por meio dela, reunir ambos os povos com Deus num só corpo. <sup>17</sup>E Ele veio e anunciou as Boas Novas\* de paz para todos vocês—tanto para os que estavam longe de Deus como também para os que estavam

**graça** A bondade divina.

**“incircuncisos”** Pessoas que não tinham a marca da circuncisão que os judeus tinham.

**circuncidar** Ato de cortar o prepúcio, que é a pele da ponta do órgão sexual dos meninos. Isto era feito com todo nenê judeu do sexo masculino. Era a marca da aliança que Deus tinha feito com Abraão (Gênesis 17.9–14).

**Israel** A nação judaica; mas também é usado referindo-se a todo o povo de Deus.

**alianças** Os acordos (pactos, contratos) que Deus fez com o seu povo no Velho Testamento.

**lei** A lei de Moisés, a lei judaica.

**Boas Novas** As notícias de que Deus abriu um caminho através de Cristo para que as pessoas possam ter seus pecados perdoados e vivam com Deus. Quando as pessoas aceitam esta verdade, Deus as aceita.

**Espírito** Também é chamado de “Espírito de Deus”, “Espírito de Cristo” e “Conselheiro”.

**apóstolos** Os homens que Jesus ensinou e escolheu para serem seus seguidores e para o ajudarem.

**profeta(s)** Uma pessoa que falava por Deus. Essa pessoa falava frequentemente de coisas que aconteceriam no futuro.

**Boas Novas** As notícias de que Deus abriu um caminho através de Cristo para que as pessoas possam ter seus pecados perdoados e vivam com Deus. Quando as pessoas aceitam esta verdade, Deus as aceita.

**graça** A bondade divina.

perto dele. <sup>18</sup>E é por meio de Cristo que todos nós podemos ir ao Pai em um Espírito\*.

<sup>19</sup>Portanto, vocês não são mais estrangeiros nem estranhos. Agora vocês são cidadãos que pertencem ao povo de Deus; vocês são da família de Deus. <sup>20</sup>Vocês são como um edifício que está construído sobre um alicerce que são os apóstolos\* e profetas\*. E o próprio Jesus Cristo é a pedra fundamental desse edifício. <sup>21</sup>É Ele que mantém o edifício todo bem ajustado e o faz crescer como templo consagrado ao Senhor. <sup>22</sup>E em Cristo, vocês também estão sendo edificados juntamente com os outros, para se tornarem uma casa onde Deus habite por meio do Espírito\*.

### O trabalho de Paulo entre os que não são judeus

**3** Por esta causa eu, Paulo, sou prisioneiro de Jesus Cristo, por amor de vocês que não são judeus. <sup>2</sup>Vocês certamente devem ter ouvido que Deus me deu o privilégio de trabalhar para o bem de vocês. <sup>3</sup>E Ele me mostrou por meio de revelação o seu plano secreto, como já escrevi resumidamente. <sup>4</sup>Se vocês lerem o que escrevi, poderão ver o que eu realmente compreendo a respeito da verdade de Cristo que estava escondida. <sup>5</sup>Nas gerações passadas, essa verdade não foi mostrada para as pessoas, mas agora Deus a revelou aos seus santos apóstolos\* e profetas\*, por meio do Espírito\*. <sup>6</sup>A verdade que estava escondida é que, por meio das Boas Novas\*, aqueles que não são judeus são herdeiros junto com os judeus. Eles são membros do mesmo corpo e, juntamente com os judeus, participam da promessa que Deus fez em Cristo Jesus.

<sup>7</sup>Eu me tornei um servo, encarregado de anunciar as Boas Novas\*, devido ao dom da graça\* de Deus. E essa graça me foi dada pela ação do seu poder. <sup>8</sup>Eu sou aquele que tem menos importância entre todos do povo de Deus. Contudo, o próprio Deus me deu o privilégio de anunciar aos que não são judeus as Boas Novas a respeito das incontáveis riquezas de Cristo. <sup>9</sup>E também Ele me deu o privilégio de esclarecer a todos qual é o seu plano secreto. Desde o princípio do mundo, esse plano secreto tinha permanecido escondido em Deus, que foi quem criou todas as coisas. <sup>10</sup>Deus queria que, por meio da igreja, os poderes e as autoridades dos céus conhecessem a sua sabedoria em todas as suas formas. <sup>11</sup>E isso está de acordo com o eterno propósito de Deus, realizado em Cristo Jesus, nosso Senhor. <sup>12</sup>Por intermédio dele, nós podemos nos apresentar diante de Deus com confiança e sem medo, por meio da fé que temos em Cristo. <sup>13</sup>Portanto, eu lhes peço que não desanimem por causa daquilo que sofro por vocês, pois esse sofrimento é uma honra para vocês.

### O amor de Cristo

<sup>14</sup>Por isso eu me ajoelho diante do Pai, <sup>15</sup>de quem toda a família no céu e na terra recebe o seu verdadeiro nome. <sup>16</sup>Peço ao Pai que, de acordo com a sua grande glória, Ele permita que vocês tenham os seus espíritos poderosamente fortalecidos, por meio do seu Espírito\*. <sup>17</sup>Peço que Cristo viva nos seus corações por meio de fé, e que a vida de vocês tenha raízes e alicerces no amor. <sup>18</sup>Assim vocês poderão compreender, junto com todo o povo de Deus, qual é a largura, o comprimento, a altura e a profundidade do amor de Cristo. <sup>19</sup>Sim, que vocês possam conhecer esse amor, o qual supera todo entendimento, para que fiquem repletos da natureza de Deus.

<sup>20</sup>Deus é poderoso para fazer infinitamente mais do que tudo quanto pedimos ou pensamos, mediante seu poder que atua em nós! <sup>21</sup>A Ele seja dada a glória na igreja e em Cristo Jesus por todas as gerações e para sempre! Amém.

### Unidos pelo Espírito

**4** Eu, pois, que sou prisioneiro por pertencer ao Senhor, peço-lhes que vivam de maneira digna das pessoas que foram chamadas por Deus. <sup>2</sup>Sejam sempre humildes, gentis, pacientes, e tolerem uns aos outros com amor. <sup>3</sup>Já que vocês estão unidos pela paz, façam tudo para preservar essa união que o Espírito\* lhes dá. <sup>4</sup>Há um só corpo e um só Espírito, como também vocês foram chamados numa só esperança. <sup>5</sup>Há um só Senhor, uma só fé, um só batismo\*, <sup>6</sup>um só Deus e Pai de todos, que é o Senhor de todos, que age por meio de todos e que está em todos.

<sup>7</sup>Cada um de nós recebeu seu dom especial, de acordo com o que Cristo quis dar. <sup>8</sup>É por isso que as Escrituras\* dizem:

“Quando ele subiu às alturas,  
levou consigo prisioneiros  
e deu dons aos homens”.

*Salmo 68.18*

<sup>9</sup>O que quer dizer “ele subiu”? Quer dizer que ele primeiro desceu até as regiões mais baixas—até a terra. <sup>10</sup>Aquele que desceu é o mesmo que também subiu acima do mais alto céu, para encher tudo com a sua presença. <sup>11</sup>E o próprio Cristo deu a alguns o dom de serem apóstolos\*, a outros, o de serem profetas\*, a outros, o de serem evangelistas\*, e a outros, o de serem pastores e mestres. <sup>12</sup>Estes dons foram dados com o propósito de preparar o povo de Deus para servir, e assim fortalecer o corpo de Cristo. <sup>13</sup>Isto deve continuar até estarmos todos unidos na mesma fé e no mesmo conhecimento a respeito do Filho de Deus. Assim seremos pessoas maduras e cresceremos até alcançarmos a altura espiritual de Cristo.

<sup>14</sup>Então não seremos mais crianças, que são como navios agitados pelas ondas e levados de um lado para outro por todo tipo de ensinamento que apareça. Nem seremos enganados por pessoas astutas que querem nos levar pelos caminhos do erro. <sup>15</sup>Ao contrário, falemos sempre a verdade com amor, e cresçamos para ser em tudo como Cristo, que é o cabeça, <sup>16</sup>e de quem todo o corpo depende. Todas as partes do corpo estão unidas e ligadas pelas juntas e, quando cada parte funciona como deve, todo o corpo cresce e fica cada vez mais forte em amor.

### Como devemos viver

<sup>17</sup>Portanto, em nome do Senhor eu quero avisá-los disto: Não continuem a viver como aqueles que não conhecem a Deus. Os pensamentos deles são inúteis, <sup>18</sup>eles não têm entendimento, são ignorantes e os corações deles estão endurecidos. Por causa dessas coisas, eles estão separados da vida que Deus nos dá. <sup>19</sup>Eles perderam toda a vergonha, entregaram-se à sensualidade e praticam todo o tipo de impureza, sem qualquer restrição. <sup>20</sup>Mas não foi isto que vocês aprenderam a respeito de Cristo. <sup>21</sup>Eu estou certo de que vocês ouviram falar a respeito dele e foram ensinados de acordo com a verdade que há em Jesus, uma vez que vocês eram seus seguidores. <sup>22</sup>Com respeito à maneira que viviam, vocês foram ensinados a abandonar a natureza velha de vocês, que está sendo destruída pelos seus maus desejos. <sup>23</sup>Vocês foram ensinados a viver com um espírito novo e com uma

**Espírito** Também é chamado de “Espírito de Deus”, “Espírito de Cristo” e “Conselheiro”.

**batismo** Uma palavra grega que tem o significado de imergir, mergulhar, ou enterrar uma pessoa ou alguma coisa debaixo da água por pouco tempo.

**Escrituras** As coisas sagradas escritas, o Velho Testamento.

**apóstolos** Os homens que Jesus ensinou e escolheu para serem seus seguidores e para o ajudarem.

**profeta(s)** Uma pessoa que falava por Deus. Essa pessoa falava frequentemente de coisas que aconteceriam no futuro.

**evangelistas** Aquelas pessoas que anunciam o evangelho, isto é, a mensagem de salvação.

**Espírito (Santo)** Também é chamado de “Espírito de Deus”, “Espírito de Cristo” e “Conselheiro”.

**graça** A bondade divina.

nova maneira de pensar <sup>24</sup>e também, a se vestir com uma natureza nova. Essa natureza nova é criada para ser semelhante a Deus, e é demonstrada com uma vida verdadeiramente justa e pura.

<sup>25</sup>Portanto vocês não devem mentir mais. Falem sempre a verdade uns aos outros, porque todos fazemos parte uns dos outros, no mesmo corpo. <sup>26</sup>Quando ficarem irados, não deixem que essa ira os leve a pecar, e não fiquem irados até o fim do dia. <sup>27</sup>Não dêem chance ao diabo. <sup>28</sup>Quem roubava, não roube mais. Antes trabalhe, fazendo com as suas próprias mãos alguma coisa de bom, para que assim tenha com que ajudar aos pobres.

<sup>29</sup>Vocês não devem dizer palavras sujas, mas somente palavras que sejam boas para a necessária edificação das pessoas, e que levem benefício aos que as ouvem. <sup>30</sup>Não entristeçam o Espírito Santo\* de Deus, pois Ele é a marca de que vocês pertencem a Deus e a garantia de que Deus nos libertará algum dia. <sup>31</sup>Deixem de lado a amargura, a raiva e a ira. Não gritem com os outros e nem falem mal deles. Afastem-se de todo tipo de maldade. <sup>32</sup>Antes sejam bons e tenham compaixão uns dos outros. Perdoem uns aos outros como também Deus, em Cristo, perdoou a vocês.

### Vivam na luz

**5** Imitem a Deus como filhos amados. <sup>2</sup>Vivam em amor, como também Cristo nos amou e se entregou por nós como sacrifício e oferta de aroma agradável a Deus.

<sup>3</sup>Mas nem a imoralidade sexual, nem impurezas de quaisquer tipos e nem mesmo a cobiça devem ser sequer mencionados entre vocês, como convém ao povo santo de Deus. <sup>4</sup>Nem deveria haver conversação indecente, palavras tolas, ou piadas sujas, pois essas coisas são inconvenientes a vocês. Ao contrário, deve haver ações de graça\* entre vocês. <sup>5</sup>Pois podem estar certos disto: Ninguém que seja sexualmente imoral, ou impuro, ou avarento (que é o mesmo que ser adorador de ídolos), tem herança no reino de Cristo e de Deus. <sup>6</sup>Não deixem que ninguém engane a vocês com palavras vãs. É por causa dessas coisas que a ira de Deus virá sobre aqueles que são desobedientes. <sup>7</sup>Portanto, não sejam participantes com eles.

<sup>8</sup>Antigamente vocês estavam cheios de escuridão. Porém agora, sendo seguidores do Senhor, estão cheios de luz. Vivam como pessoas que pertencem à luz. <sup>9</sup>(Pois os efeitos da luz são encontrados em todo o tipo de bondade, justiça e verdade.) <sup>10</sup>Procurem saber o que agrada ao Senhor, <sup>11</sup>e não participem das coisas inúteis que aqueles que pertencem à escuridão fazem. Pelo contrário, exponham-nas à luz. <sup>12</sup>De fato é vergonhoso até falar sobre as coisas que eles fazem em segredo. <sup>13</sup>Mas todas as coisas se tornam visíveis quando são expostas à luz. <sup>14</sup>E tudo o que se torna visível pode também se tornar luz, e é por isso que nós dizemos:

“Acorde, ó você que dorme!

Levante-se da morte  
e Cristo o iluminará”.

<sup>15</sup>Portanto, tomem cuidado com a maneira como vocês vivem. Não vivam como ignorantes, mas como sábios <sup>16</sup>que aproveitam o máximo de cada oportunidade para fazer o bem, pois vivemos numa época má. <sup>17</sup>Por isso não sejam tolos, mas procurem entender qual é a vontade do Senhor. <sup>18</sup>E não continuem a se embriagar com vinho, pois isso vai levá-los à ruína espiritual, mas encham-se com o Espírito\*. <sup>19</sup>Comuniquem-se uns com os outros com salmos, hinos e cânticos

espirituais. Cantem e louvem de coração ao Senhor, <sup>20</sup>e sempre agradeçam a nosso Deus e Pai por tudo, em nome de nosso Senhor Jesus Cristo.

### Esposas e maridos

<sup>21</sup>Sujeitem-se uns aos outros por causa do respeito que vocês têm por Cristo. <sup>22</sup>Esposas, sejam submissas a seus próprios maridos, como se fosse ao Senhor. <sup>23</sup>Pois o marido é o cabeça da esposa, assim como Cristo é o cabeça da igreja. A igreja é o corpo de Cristo, e Cristo é o Salvador do corpo. <sup>24</sup>Assim como a igreja está sujeita a Cristo, também as esposas sejam em tudo submissas a seus maridos.

<sup>25</sup>Maridos, amem as suas esposas, assim como Cristo também amou à igreja e deu a sua vida por ela. <sup>26</sup>Ele fez isto para consagrar a igreja ao serviço de Deus, purificando-a por meio da lavagem em água com a palavra. <sup>27</sup>Assim Ele pode apresentá-la a si mesmo como igreja gloriosa, sem mancha, nem ruga, nem qualquer outra coisa semelhante, porém santa e sem defeito.

<sup>28</sup>E é desta maneira que os maridos também devem amar as suas esposas como a seus próprios corpos. Aquele que ama a sua esposa, ama a si mesmo. <sup>29</sup>Ninguém odeia o seu próprio corpo, mas o alimenta e cuida dele. E é isso o que Cristo faz pela igreja, <sup>30</sup>pois nós somos parte do seu corpo. <sup>31</sup>Como dizem as Escrituras\*: “Por isso o homem deixará o seu pai e sua mãe para se unir à sua esposa e os dois se tornarão um só”\*. <sup>32</sup>É muito importante este mistério, mas eu me refiro a Cristo e à igreja. <sup>33</sup>Contudo, cada um de vocês também deve amar a sua própria esposa como a si mesmo, e a esposa deve respeitar a seu marido.

### Filhos e pais

**6** Filhos, obedçam a seus pais, como o Senhor quer, porque esta é a atitude correta. <sup>2</sup>O primeiro mandamento com promessa é: “Honre a seu pai e a sua mãe, <sup>3</sup>para que tudo vá bem com você e para que você tenha uma longa vida aqui na terra”\*.

<sup>4</sup>E vocês, pais, não irrite seus filhos. Ao contrário, vocês devem criá-los na disciplina e na instrução que vêm do Senhor.

### Servos e senhores

<sup>5</sup>Servos, obedçam aos seus senhores aqui na terra com temor, respeito e sinceridade nos seus corações, da mesma maneira que vocês obedeceriam a Cristo. <sup>6</sup>Não trabalhem apenas quando estão sendo vigiados, como se estivessem procurando agradar aos homens. Mas trabalhem como servos de Cristo, fazendo de coração a vontade de Deus. <sup>7</sup>Sirvam de boa vontade, como se fosse ao Senhor, e não aos homens. <sup>8</sup>Lembrem-se de que cada um, seja escravo ou livre, se fizer alguma coisa boa, será recompensado pelo Senhor.

<sup>9</sup>E vocês, senhores, tratem seus servos da mesma maneira e parem de fazer ameaças. Lembrem-se de que o Senhor, tanto de vocês como o deles, está no céu, e que Ele trata a todos do mesmo modo.

### A armadura dos cristãos

<sup>10</sup>Finalmente, sejam fortes no Senhor e no seu grande poder. <sup>11</sup>Vistam-se com a armadura que Deus lhes dá, para que possam ficar firmes contra as ciladas do Diabo. <sup>12</sup>Pois a nossa luta não é contra seres humanos, e sim contra poderes e autoridades, contra os dominadores deste mundo de escuridão e contra as forças

**Escrituras** As coisas sagradas escritas, o Velho Testamento.

“Por isso ... um só”  
Citação do livro de Gênesis 2.24.

“Honre a ... na terra”  
Citação de Êxodo 20.12; Deuteronômio 5.16.

**Boas Novas** As notícias de que Deus abriu um caminho por meio de Cristo para que as pessoas possam ter seus pecados perdoados e vivam com Deus. Quando as pessoas aceitam esta verdade, Deus as aceita.

**Espírito (Santo)** Também é chamado de “Espírito de Deus”, “Espírito de Cristo” e “Conselheiro”.

**graça** A bondade divina.

espirituais do mal, nos céus. <sup>13</sup>Portanto, tomem toda a armadura que Deus lhes dá, para que possam resistir quando o dia mau chegar. Assim vocês permanecerão inabaláveis depois que a luta estiver terminada. <sup>14</sup>Estejam, pois, firmes, colocando a verdade como um cinto em volta da cintura e se vestindo da justiça como um colete de proteção. <sup>15</sup>Calcem, como sapatos, o entusiasmo para anunciar as Boas Novas\* de paz. <sup>16</sup>Acima de tudo, peguem a fé como um escudo, com o qual poderão apagar todas as setas inflamadas do Maligno. <sup>17</sup>Peguem também a salvação como um capacete e a mensagem de Deus como a espada que o Espírito Santo\* lhes dá. <sup>18</sup>Orem em todas as ocasiões com a ajuda do Espírito\*, com todo o tipo de oração e súplica. Para que possam fazer isto, vocês devem estar sempre vigiando com perseverança e orando por todo o povo de Deus.

<sup>19</sup>Orem também por mim, para que quando eu abrir a minha boca, uma mensagem me seja dada. E assim, com coragem, eu anuncie a verdade que estava escondida, que são as Boas Novas\*. <sup>20</sup>Eu sirvo como um embaixador das Boas Novas na prisão. Por isso orem para que eu seja corajoso e as anuncie como devo anunciar.

### Saudações finais

<sup>21</sup>E para que vocês também saibam de mim e do que eu estou fazendo, Tíquico, nosso amado irmão e servo fiel do Senhor, os informará de tudo. <sup>22</sup>É por isso mesmo que eu o estou enviando: para que vocês tenham notícias a nosso respeito e também para que ele conforte o coração de vocês. <sup>23</sup>Que vocês, irmãos, desfrutem da paz e do amor com a fé, da parte de Deus Pai e do Senhor Jesus Cristo. <sup>24</sup>Que a graça\* de Deus esteja com todos os que amam ao nosso Senhor Jesus Cristo com um amor eterno.