

ANDENS FRUKT

Andens frukt är inte äpplen eller bananer, men egenskaper som påverkar det vi säger och gör. Den Helige Ande hjälper oss att bli mer lika Jesus och bära god frukt som «kärlek, glädje, frid, tålamod, vänlighet, godhet, trohet, mildhet och självbehärskning.» (Gal. 5:22-23) Jesus är trädet, vi är grenarna (Joh. 15:5). Därför står det «frukt», inte «frukter». Vi kan använda olika frukter som symbol på de olika egenskaperna, men vi kan inte välja att leva ut bara en eller två av dessa. De arbetar tillsammans och utgör «en hel frukt» - ANDENS FRUKT.



**ANDENS FRUKT DÄREMOT ÄR
KÄRLEK, GLÄDJE, FRID,
TÅLAMOD, VÄNLIGHET, GODHET,
TROHET, MILDHET, SJÄLVBEHÄRSKNING.**



GAL. 5:22-23





**OM DU VAR ETT TRÄD,
SKULLE DU BÄRA
GOD ELLER DÅLIG FRUKT?**



ANDENS FRUKT - INLEDNING

Om jag skulle hålla upp ett äpple för dig och säga att det kommer från ett apelsinträd, hur skulle du reagera då? Du skulle nog protestera eller skaka på huvudet och tycka att jag var konstig. Endast äppelträd kan ju producera äpplen och endast apelsinträd kan producera apelsiner.

I Bibeln lär Gud oss att vi människor producerar en slags frukt. Det är såklart inte apelsiner, bananer, vindruvor eller äpplen, utan det är egenskaper som påverkar det vi säger och gör.

Från början hade Gud tänkt att vi skulle producera bara god frukt, men när synden kom in i världen blev allt fel och alla människor började producera frukt som Gud inte hade tänkt vi skulle producera. Det är det som Bibeln kallar för synd och det är alla dumma och onda saker som vi tänker, säger och gör. Den frukten liknar frukten i den första bilden. Hur tycker du den ser ut? Skulle du vilja äta den? Nej, jag tror och hoppas att du inte skulle göra det.

Den ruttna frukten, synden, skiljer oss från Gud eftersom han inte tål det onda. Den gör helt enkelt så att vi inte kan ha gemenskap med honom eller få ett evigt liv.

Lyckligtvis så ville inte Gud att vi ska vara skilda från honom. Han vill att alla människor ska bli räddade från det onda och få komma till

honom. Därför skickade han Jesus till jorden för att ta bort synden så att alla som tror på Jesus och tar emot honom i sitt hjärta, får en ny gemenskap med Gud. Då får vi kasta all vår synd, den ruttna frukten, på honom och han har lovat oss ett nytt och rent hjärta. Med ett sådant hjärta får vi evigt liv i en himmel där all synd ska vara borta!

Betyder det att vi som kristna aldrig mer gör dumma saker? Nej, tyvärr så kommer vi aldrig, så länge vi lever här på jorden, kunna låta bli att göra dumma saker. Vi behöver komma till Gud varje dag och be om förlåtelse för allt dumt vi tänker, säger och gör. Dock lägger Gud en längtan i våra hjärtan att göra det som är gott; att bli mer lika Jesus. Det kallar Bibeln för helgelse.

Hur tycker du frukten på den andra bilden ser ut? Visst skulle du vilja smaka på den? Jag tycker det är passande att frukten är i en hjärtskål, för det är Guds kärlek som gör att vi kan producera så mycket god frukt! Helgelsen, som är att bli mer lika Jesus, kan bara ske när vi är ympade på Jesus-trädet och kan dra näring från honom. "Utän mig kan ni ingenting göra", sa Jesus. Han har sänt oss sin Helige Ande, hjälparen, som bor i oss. Han ska hjälpa oss i vår helgelse - att producera god frukt. Frukt som kommer direkt från Gud! Precis som solsken, regn och god jord

får ett äppelträd att producera äpplen, så kan vi producera mycket god frukt när vi håller oss nära Jesus. Ju mer vi är tillsammans med honom genom att läsa i Bibeln, lyssna på predikningar, vara tillsammans med andra kristna och be, ju mer lika honom blir vi och ju mer av Andens frukt producerar vi! Och lyssna nu på hur god Andens frukt är! «Andens frukt är kärlek, glädje, frid, tålmod, vänlighet, godhet, trohet, mildhet och självbehärskning.» (Gal. 5:22-23). Alla skulle vi väl vilja producera mer av den frukten?

Detta betyder inte att det alltid är lätt att vara kärleksfull, tålmodig och alla dessa andra saker. Nej, vi måste ständigt jobba med våra dåliga attityder. Det är en lång process som varar hela livet.

Precis som ett bra träd bär god frukt, vill vi att människor ska se den goda frukten i våra liv och se att det är för att Gud har förändrat våra hjärtan! Och ju mer god frukt vi producerar, ju mer blir vi människor som återspeglar Jesus! Hur var Jesus mot de utstötta? "Varför är han/hon så snäll, även mot den som andra inte gillar?". Hur talade Jesus? "Varför svär han/hon aldrig?". Hur var Jesus mot de som andra baktalade? "Varför baktalar han/hon aldrig när vi andra gör det?". Vi kan återspegla Jesus genom våra ord och handlingar, genom hur vi är och vårt temperament och på så sett peka på Jesus! Då bär vi god frukt! Visst vill du det? I så fall kan du be med mig: Käre Gud, hjälp mig att hålla mig nära dig. Hjälp mig att bli mer och mer lik dig så att andra människor kan se dig genom mig. Hjälp mig att bära mycket god frukt! Amen

**TIPS: BJUD NÅGON
PÅ FRUKTSALLAD!**

**MINNESVERS
ANDENS FRUKT ÄR
KÄRLEK, GLÄDJE,
FRID, TÅLAMOD,
VÄNLIGHET, GODHET,
TROHET, MILDHET,
SJÄLVBEHÄRSKNING.**

GAL. 5:22-23

Den här terminen i Droppen, ska vi titta närmare på Andens frukt i Gal. 5:22-23. Nästa gång ska vi prata om att Andens frukt är KÄRLEK.



Tips till dig som vill undervisa om Andens frukt:
- Använd en skål med ruttet frukt och en skål med god frukt som redskap när du ska börja undervisa om Andens frukt.
- Gör ett träd och klistra upp Andens frukt allt eftersom.
- Musikalen Frukterna från Tomsing förlag.



ANDENS FRUKT ÄR... KÄRLEK

EXPERIMENT - ÖVERFLÖDANDE KÄRLEK

Du behöver: ett litet glas, bikarbonat, vitvinsvinäger, röd hushållsfärg, en matsked, ett decilitermätt och en stor tallrik.

Gör såhär:

1. Sätt en stor tallrik under glaset. Det tomma glaset ska få representera tomheten i våra hjärtan utan Jesus.
2. Spruta lite röd hushållsfärg i glaset. Jesus dog på korset för att ta straffet för din synd eftersom han älskar dig så mycket.
3. Tillsätt två-tre matskedar bikarbonat (vätskan ska svälla över kanten när du häller i vinägern). När du ger ditt hjärta till Jesus, tvättar han det rent och ger dig sin helige Ande som hjälper dig att följa, lyda och älska Honom och att älska andra människor.
4. Häll långsamt i cirka 1 dl vitvinsvinäger. «Vi älskar därför att Han först har älskat oss.» (1 Joh. 4:19) När vi har tagit emot Guds kärlek, verkar den Helige Ande i våra hjärtan så att Guds kärlek bubblar över och vi kan visa kärlek till andra.

Andens frukt är inte äpplen eller bananer, men egenskaper som påverkar det vi säger och gör. Den Helige Ande hjälper oss att bli mer lika Jesus och bära god frukt som «kärlek, glädje, frid, tålmod, vänlighet, godhet, trohet, mildhet och självbehärskning.» (Gal. 5:22-23) Jesus är trädet, vi är grenarna (Joh. 15:5). Därför står det «frukt», inte «frukter». Vi kan använda olika frukter som symbol på de olika egenskaperna, men vi kan inte välja att leva ut bara en eller två av dessa. De arbetar tillsammans och utgör «en hel frukt» – Andens frukt. I den här tidningen ska vi titta på Andens frukt som är KÄRLEK.

Hur visar vi kärlek till varandra? Vi kan till exempel ge presenter, kramas, säga fina saker, ge av vår tid, göra något fint för någon, teckna ett kort... Det finns så många sätt att visa kärlek på. Vi vet att människor älskar oss när deras handlingar och ord visar oss att de älskar oss eller hur? Jag tycker det är fint när någon visar mig sin kärlek och jag blir varm inombords. Blir inte du också det?

I Bibeln står det att vi älskar därför att Gud först har älskat oss. Det betyder att vi inte hade kunnat visa kärlek till varandra om det

inte var för Gud. Vet du varför? Därför att Gud ÄR kärlek (1 Joh. 4:8+16). Den kärlek som vi kan ha för andra människor kan inte mätas mot den kärlek som Gud har till oss.

Hur mycket älskar Gud oss? När jag frågade i min barngrupp den frågan, pekade en tjej som då var ca 6 år på ett kors som jag hade på hyllan och sa: "Gud älskar oss sådär mycket". Det var en klok liten tjej! För så här står det i Rom. 5:8: "Men Gud bevisar sin kärlek till oss genom att Kristus dog för oss medan vi ännu var syndare".

Vi kan veta alldeles säkert att Gud älskar oss därför att han lät sin ende son, Jesus, dö på ett kors för att ta straffet för synden i stället för oss! Gud visade sin kärlek till oss utan att vi hade gjort oss förtjänade till det!

Strax innan Paulus beskriver Andens frukt lyfter han fram hur mycket kärleken betyder.

Han säger att «hela lagen uppfylls i ett enda budord: Du ska älska din nästa som dig själv.» (Gal 5:14).

Han refererar här till det gamla testamentet, men också till Jesus som citerade dessa ord i det som brukar kallas för det dubbla kärleksbudet: «Du ska älska Herren din Gud av hela ditt hjärta och av hela din själ och av hela ditt förstånd. Det är det största och första budet. Sedan kommer ett som liknar det: Du ska älska din nästa som dig själv. På dessa två bud hänger hela lagen och profeterna.» (Matt. 22:37-40) Så kärlek är inte bara en frukt av Anden, den är ett bud från Gud! Och kärleken är faktiskt den av Andens frukt som bär de övriga. Allt börjar med kärleken. Utan kärlek, inget tålmod och inte heller någon glädje eller frid.

«Mina älskade, låt oss älska varandra, för kärleken kommer från Gud. Var och en som älskar är född av Gud och känner Gud. Den som inte älskar har inte lärt känna Gud, för Gud är kärlek. Så uppenbarades Guds kärlek till oss: han sände sin enfödde Son till världen för att vi skulle leva genom honom. Detta är kärleken: inte att vi har älskat Gud, utan att han har älskat oss och sänt sin Son till försoning för våra synder. Mina älskade, om Gud har älskat oss så högt, är också vi skyldiga att älska varandra.» (1 Joh. 4:7-12)

När vi har förstått hur mycket Gud älskar oss, borde det få oss att svämma över av kärlek till honom! Och denna kärlek vill också svämma över till människorna omkring oss.

Kärlek är inte bara något vi säger, det är

**MINNESVERS
VI ÄLSKAR
DÄRFÖR ATT
HAN FÖRST
HAR ÄLSKAT OSS.
1 JOH. 4:19**

vad vi gör. Jesus visade sin stora kärlek till oss genom att dö för oss. Vi kan visa kärlek till andra genom att sätta andra först och tänka på dem mer än oss själva.

Jesus sa att vi ska älska till och med våra fiender. Det är den största utmaningen eller hur? Att älska de som vi inte gillar eller de som är dumma mot oss. Till exempel: En pojke i skolan har inga vänner för han är elak mot alla. Han knuffade dig en dag i skolan och sa åt dig att flytta på dig. Hur kan du visa honom kärlek?

Den Helige Ande vill hjälpa oss att göra som Jesus - möta andra med kärlek, oavsett om vi tycker att de förtjänat det eller inte.

En fin bön att be varje morgon: Käre Gud, hjälp mig att visa kärlek mot dem jag möter i dag. Särskilt mot dem jag inte gillar. Amen



**Hur kan du visa
någon kärlek i dag?**



ANDENS FRUKT ÄR... GLÄDJE

Andens frukt är inte äpplen eller bananer, men egenskaper som påverkar det vi säger och gör. Den Helige Ande hjälper oss att bli mer lika Jesus och bära god frukt som «kärlek, glädje, frid, tålmod, vänlighet, godhet, trohet, mildhet och självbehärskning.» (Gal. 5:22-23) Jesus är trädet, vi är grenarna (Joh. 15:5). Därför står det «frukt», inte «frukter». Vi kan använda olika frukter som symbol på de olika egenskaperna, men vi kan inte välja att leva ut bara en eller två av dessa. De arbetar tillsammans och utgör «en hel frukt» – Andens frukt. I den här tidningen ska vi titta på egenskapen GLÄDJE.

Vad gör dig glad? En kram? En ny leksak? Att åka på semester? Att åka pulka? Presenter? Godis? Att mormor och morfar kommer på besök? Det är många saker som kan göra oss glada och det är en härlig känsla, eller hur? Ja, det liksom bubblar i oss och vi kan inte låta bli att le eller skratta! Men... hur känns det när du har ätit upp allt godiset eller har lekt i många dagar med den nya leksaken eller när mormor och morfar har åkt hem? Glädje skiftar ganska fort och vi är inte alltid glada eller hur? Nu ska du få läsa ett bibelord som är lite svårt att förstå:

Gläd er alltid i Herren.

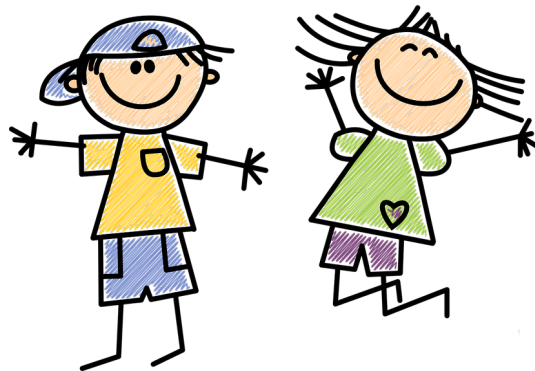
Än en gång säger jag: gläd er!
(Fil. 4:4)

Alltid glad? Alltså hela tiden? Är det ens möjligt? Hur kan Gud säga att vi ska vara glada hela tiden, man är ju ledsen ibland också? Kan man vara glad även när man är ledsen?

Här är det viktigt att läsa allt som står efter «gläd er alltid». Det står att vi ska glädja oss alltid i HERREN. Det är alltså i GUD vi ska ha vår glädje! Men vad betyder det då?

Synden här på jorden gör att vi aldrig kommer kunna uppleva ett liv utan smärta och sorg. Vi kommer ofta att vara ledsna. Men när vi tar emot Jesus i våra hjärtan, så får

vi den Helige Anden och HAN vill producera glädjens frukt i oss. Glädjen i Gud! Då kan vi prisa Honom när vi är glada och när vi är ledsna. Varför då? Och hur?



Hur kan vi visa
vår glädje i Herren
till andra?

Glädje är inte det samma som lycka. Lycka är något som vi kan ha ibland, men vi kan inte uppleva lycka när vi är ledsna. Glädje i Herren däremot kan vi alltid ha, även när vi är ledsna!

Vi som är kristna har något som resten av världen inte har: hoppet om ett evigt liv med Gud. Vi kan uppleva sorg här på jorden, men vet att när vi dör så kommer vi att leva för evigt med Gud, och det står att Han ska torka bort alla tårar från våra ögon och det kommer aldrig mer finnas någon sorg!

*Därför ger vi inte upp.
Även om vår yttre människa
bryts ner, förnyas vår inre
människa dag för dag.
Vår nöd, som är kortvarig
och väger lätt, bereder
åt oss en väldig och
överväldigande härlighet
som väger tungt och varar
för evigt. Vi riktar inte
blicken mot det synliga,
utan mot det osynliga.
Det synliga är förgängligt,
men det osynliga är evigt.
2 Kor. 4:16-18*

Det är genom Guds ord, Bibeln, som vi kan lära känna Gud och när vi läser, upptäcker vi att Gud själv är vår glädje! Vi läser om vem han är och blir glada! Vi läser om hans löften, och blir glada! Vi läser om hur mycket han älskar oss, och blir glada! Vi läser om att han är med oss varje dag, och blir glada! Vi läser om hur mycket Jesus led för oss och öppnade en väg till himlen, och blir glada! Vi läser om hoppet vi har fått om en evighet utan synd och sorg, och blir glada! Hela Bibeln är full av glädje! Och ju mer vi läser i Bibeln och lär känna Gud, desto större blir vår glädje!

Ja, om vi ska kunna producera glädjens frukt, så måste vi lära känna Gud och förbli i honom = läsa i Bibeln, be, vara med andra kristna. Annars kan vi inte förvänta oss att glädjens frukt produceras i oss. Vi måste fokusera på evigheten och inte bara på det vi upplever här på jorden. När vi håller oss nära Gud och drar näring från honom genom hans ord, så vill den helige Ande producera frukten i oss och då kan vi säga, även när vi är ledsna: «Jag vill jubla i Herren och glädja mig i min frälsnings Gud. Herren Gud är min styrka.» (Hab. 3:18-19)

**MINNESVERS
JAG VILL JUBLA
I HERREN OCH
GLÄDJA MIG I MIN
FRÄLSNINGS GUD.
HERREN GUD
ÄR MIN STYRKA
HAB. 3:18-19**

I ett land där man inte får vara en kristen skulle folk anmäla andra om de misstänkte att någon var en kristen. En av sakerna de skulle se efter var «om en person är väldigt glad, så är det troligtvis en kristen». Tänk att de kristna var så glada mitt i sin förföljelse! Att de var så glada att det syntes även fast de visste det kunde göra att de blev fångslade eller dödade! Då har man ju verkligen hittat något som är värt att vara glad över!

Lär dig gärna
minnesversen utantill!



ANDENS FRUKT ÄR... FRID

Andens frukt är inte äpplen eller bananer, men egenskaper som påverkar det vi säger och gör. Den Helige Ande hjälper oss att bli mer lika Jesus och bära god frukt som «kärlek, glädje, frid, tålmod, vänlighet, godhet, trohet, mildhet och självbehärskning.» (Gal. 5:22-23) Jesus är trädet, vi är grenarna (Joh. 15:5). Därför står det «frukt», inte «frukter». Vi kan använda olika frukter som symbol på de olika egenskaperna, men vi kan inte välja att leva ut bara en eller två av dessa. De arbetar tillsammans och utgör «en hel frukt» – Andens frukt. I den här tidningen ska vi titta på egenskapen FRID.



Vad är frid? De flesta skulle säga att frid är motsatsen till krig eller konflikt. Några skulle kanske nämna en inre frid med sig själv och/eller ett tillstånd av fullständig avkoppling som att vara på en strand eller ett spa.

Alla människor söker frid, vare sig det bara är för att uppleva en paus från livets oro eller för att man önskar ett avslut på alla krig. Men den frid världen kan erbjuda varar bara en kort stund. Det kommer alltid att finnas krig på jorden oavsett hur mycket man försöker skapa frid, en semester på en vit strand kan aldrig ta bort allt stress för alltid och meditation ger inte en verklig inre frid.

Men vi som är kristna har Guds frid och det är en frid som är större än allt som världen kan erbjuda! Guds frid är en frukt av Anden, och när vi förblir i Jesus, kan vi uppleva en fullkomlig frid i vårt inre. Hur kan vi försöka förstå denna frid? Vi måste titta i Bibeln för Guds ord är vår yttersta källa till sanning! Bibeln är nämligen krystallklar med att sann inre frid bara kan ges av/komma från Gud.

«När vi nu har förklarats rättfärdiga av tro, har vi frid med Gud genom vår Herre Jesus Kristus.» (Rom. 5:1) Vad då frid med Gud? Jo, innan Jesus dog på korset så var vi på ett sätt i krig med Gud. Vi som är fulla av synd kunde inte vara tillsammans med honom eftersom han är helig och inte tål synd. Men även om Gud hatar synden och reagerar med dom, så älskar han syndaren! Därför sände han Jesus för att dö på korset och ta straffet för synderna så att alla som vill åter igen kan ha en relation med honom; en relation av frid och inte av vrede över synden. Och en dag ska alla som tar emot Jesu förlåtelse för sin synd få bli helt rena från synden och vara tillsammans med Gud för evigt i en himmel helt utan synd!

Många av böckerna i det Nya testamentet är brev som skrevs till olika församlingar. Många av breven börjar och avslutar med en fridens välsignelse. Som till exempel i Paulus' andra brev till församlingen i Korint: «Nåd vare med er och frid från Gud, vår Fader, och Herren Jesus Kristus.» (2 Kor. 1:2) Eller i avslutningen av Paulus' brev till församlingen i Tessalonike: «Må nu fridens Herre själv ge er frid i alla tider på alla sätt. Herren vare med er alla.» (2 Tess. 3:16). Du har kanske varit i en kyrka där man stannar upp i gudstjänsten och önskar varandra Guds frid? När man vet innebörden av Guds frid, så är det en fantastisk hälsning att ge varandra!

Vi är också kallade till att leva i frid med de vi har runt oss, även det är en del av fridens frukt: «Håll frid med alla människor så långt det är möjligt och beror på er.» (Rom. 12:18) Den Helige Anden vill hjälpa oss att leva i frid med alla runt oss.

Våra dagar kan ofta vara fyllda av oro, stress och rädsla, men vi kan vila i

MINNESVERS

JESUS SA:

**«FRID LÄMNAR JAG ÅT ER.
MIN FRID GER JAG ER.
JAG GER ER INTE
DET SOM VÄRLDEN GER.
LÅT INTE ERA HJÄRTAN
OROAS OCH TAPPA
INTE MODET.»
JOH. 14:27**

förtröstan på Gud när vi minns vem han är och vad han har gjort för oss. Han skapade frid mellan sig och oss och vi kan helt och hållet lita på honom i allt vi möter här på jorden.

*Bekymra er inte för något,
utan låt Gud få veta
alla era önskingar genom bön och
åkallan med tacksägelse.
Då ska Guds frid,
som övergår allt förstånd,
bevara era hjärtan
och era tankar i Kristus Jesus.
Fil. 4:6-7*

Hur skiljer sig biblisk frid från den frid som världen erbjuder oss? Sann inre frid kan bara komma från Gud, har skapats genom Kristus och är tillgänglig för den kristne dagligen genom den Helige Ande som bor i oss. Vi har en frid som aldrig tar slut och det finns ingenting i världen som någonsin skulle kunna jämföras med Guds fullkomliga frid!



ANDENS FRUKT ÄR... TÅLAMOD

Andens frukt är inte äpplen eller bananer, men egenskaper som påverkar det vi säger och gör. Den Helige Ande hjälper oss att bli mer lika Jesus och bära god frukt som «kärlek, glädje, frid, tålmod, vänlighet, godhet, trohet, mildhet och självbehärskning.» (Gal. 5:22-23) Jesus är trädet, vi är grenarna (Joh. 15:5). Därför står det «frukt», inte «frukter». Vi kan använda olika frukter som symbol på de olika egenskaperna, men vi kan inte välja att leva ut bara en eller två av dessa. De arbetar tillsammans och utgör «en hel frukt» – Andens frukt. I den här tidningen ska vi titta på egenskapen TÅLAMOD.

DRA ETT STRECK FRÅN BIBELVERSERNA TILL RÄTT PÅSTÅENDE:

Förstånd gör
en människa tålmodig,
det är hennes ära
att förlåta en försyndelse.
Ordspr. 19:11

Då ska hans härlighets makt
styrka er och ge er all kraft
till att vara uthålliga
och tåliga i allt.
Kol. 1:11

Herren dröjer inte
med att uppfylla sitt löfte,
så som en del menar.
Nej, han har tålmod med er,
eftersom han inte vill
att någon ska gå förlorad
utan att alla ska få tid
att omvända sig.
2 Pet. 3:9

DEN HELIGE ANDE
GER OSS KRAFT TILL
ATT HA TÅLAMOD I ALLT.

JESUS VÄNTAR
TÅLMODIGT
MED ATT KOMMA
TILLBAKA TILL JORDEN
SÅ ATT ALLA MÄNNISKOR
SKA FÅ EN CHANS
ATT FÅ BLI FRÄLSTA.
HAN ÄR VÅRT EXEMPEL;
VÅR FÖREBILD.

EN VIS PERSON
ÄR TÅLMODIG.

Vad är tålmod? Ordboken berättar för oss att tålmod är förmågan att lugnt kunna vänta på något som tar tid, eller att lugnt kunna hantera svåra och provocerande situationer. Man ska alltså kunna möta saker som är svåra eller provocerande utan att bli arg, irriterad eller klaga. Wow, det är svårt, eller hur?

Att vänta på presenterna vi ska få på julafton, kan vi nog alla klara utan att bli arga, irriterade eller klaga, men hur kan vi hantera svåra eller provocerande situationer med tålmod?

Tålmod är en del av Andens frukt och det måste ju betyda att Den helige Ande kan ge oss kraft att vara tålmodiga! Det betyder självklart inte att vi kommer att ha tålmod hela tiden, men när vi lär känna Gud mer och mer så förändras vi. Då kan tålmod bli en del av den typ av person vi är därför att Anden som bor inom oss, ger oss kraften att ha tålmod!

Kol. 1:11 säger oss att Guds härliga kraft ger oss styrka att vara tålmodiga i ALLT! Men ska vi vara ärliga så är det oftast när vi har stött oss på andra människor som vi tappar vårt tålmod och blir arga, provocerade och/eller klagar. Därför ska vi prata lite om det just nu. Ja, för en vis person är tålmodig står det i Ordspr. 19:11 och den här versen pratar om att vara tålmodig med andra människor. Gud kan ge oss kraft att tålmodigt vara snälla mot irriterande personer och förlåta när någon har varit dum mot oss.

2 Petr. 3:9 förklarar att Jesus tålmodigt väntar på att komma tillbaka till jorden så att *alla* människor ska få en chans att lära känna honom och bli frälsta. När vi kämpar för att ha tålmod med en annan person bör vi komma ihåg Guds tålmod mot oss. Som syndare har vi förolämpat Gud. Så Gud har all rätt att vara arg på oss, men istället visade han hur fantastiskt hans tålmod är genom att rädda oss!

Om någon skadar dig och du verkligen bara vill explodera tillbaka, så tänk på alla de saker du har gjort mot Gud. Tänk på hur han kunde ha straffat dig, men istället i sitt tålmod utgjutit sin barmhärtighet och kärlek. Varje dag gör vi fel mot

MINNESVERS
JAG MÖTTE BARMHÄRTIGHET,
FÖR ATT KRISTUS JESUS
SKULLE FÅ VISA
HELA SITT TÅLAMOD
FÖRST MOT MIG,
SOM EN FÖREBILD
FÖR DEM SOM SKA KOMMA
TILL TRO PÅ HONOM
OCH FÅ EVIGT LIV.
1 TIM. 1:16

Gud och han har fortfarande tålmod med oss. Det borde få sjunka djupt in i våra hjärtan och motivera oss att ha tålmod med andra!

Utmaning: Om du tror på Jesus så är Gud med dig varje dag oavsett var du är därför att Den helige Ande bor i dig. Så hur kan du få hjälp av honom att bli mer lik Jesus i dag och visa tålmod med de som du möter? Den där irriterande tjejen i klassen som ständigt ska plåga dig. Den irriterande killen som ständigt ska stöka runt i klassrummet. De irriterande tjejerna som ska viska och fnissa på varje lektion. SO-läraren som alltid ska lära ut kristendomen fel. Din mamma som inte riktigt kan förstå dig när du blir irriterad eller ledsen... ja, du kan nog tänka på personer i ditt liv som irriterar dig eller testar ditt tålmod! Testa att be för dem och be om kraft att möta dem med tålmod!

Varje dag möter vi situationer som testar vårt tålmod. Det kan vara små saker eller väldigt stora saker. När vi lär oss att ha tålmod i de små sakerna, så kommer Gud att förbereda oss för att kunna möta även de större sakerna med tålmod.

En del av texten är hämtad från eller blivit inspirerad av texter hos ministry-to-children.com.



ANDENS FRUKT ÄR... VÄNLIGHET

Andens frukt är inte äpplen eller bananer, men egenskaper som påverkar det vi säger och gör. Den Helige Ande hjälper oss att bli mer lika Jesus och bära god frukt som «kärlek, glädje, frid, tålmod, vänlighet, godhet, trohet, mildhet och självbehärskning.» (Gal. 5:22-23) Jesus är trädet, vi är grenarna (Joh. 15:5). Därför står det «frukt», inte «frukter». Vi kan använda olika frukter som symbol på de olika egenskaperna, men vi kan inte välja att leva ut bara en eller två av dessa. De arbetar tillsammans och utgör «en hel frukt» – Andens frukt. I den här tidningen ska vi titta på egenskapen VÄNLIGHET.

*Vi var slavar under olika begär och lustar,
vi levde i ondska och avund,
vi var avskyvärda och hatade varandra.
Men när Gud, vår Frälsare,
uppenbarade sin godhet och kärlek
till oss människor frälste han oss,
inte för rättfärdiga gärningar som vi hade gjort
utan på grund av sin barmhärtighet.*

Titus 3:3-5a



HÄNDERNA FÅR
PÅMINNA OSS OM
ATT VISA VÄNLIGHET
GENOM DET VI GÖR.

Jesus ödmjukade sig när han kom ner från tronen och gjorde sig själv till en svag människa för att rädda hela mänskligheten. Vi ska efterlikna honom! Och när vi ser Guds vänlighet mot oss, så skapar Gud Andens frukt vänlighet i våra hjärtan, så att vi börjar se andra människor som viktigare än oss själva.

*Låt inte godhet och sanning lämna dig.
Bind dem runt din hals,
skriv dem på ditt hjärtas tavla.
Ordsp. 3:3*



HJÄRTAT FÅR PÅMINNA
OSS OM ATT VÄNLIGHETEN
KOMMER FRÅN ETT HJÄRTA
SOM FÖLJER JESUS OCH
SOM HAR DEN HELIGE ANDE
INOM SIG.

Godhet (vänlighet), är tänkt att vara en del av vem vi är, i våra hjärtan. Den ska alltså följa med oss vart vi än går. Den Helige Anden, som bor i våra hjärtan, vill hjälpa oss att visa vänlighet mot alla vi möter, även de vi inte gillar!

*Han har sagt dig, du människa,
vad som är gott.
Vad begär Herren av dig
annat än att du gör det rätta,
älskar barmhärtighet
och vandrar i ödmjukhet med din Gud?
Mika 6:8*



HUVUDET FÅR PÅMINNA
OSS OM ATT VI AKTIVIT SKA
JOBBA FÖR ATT VARA VÄNLIGA.

Det är inte meningen att vi ska vara snälla bara för att vi är befallda att vara det, utan vi ska vilja vara snälla! Därför är det bra om vi ber Gud om hjälp och att vi jobbar aktivt för att vara vänliga.

Vänlighet är vad vi gör, vad vi säger och vad vi tänker. Det är inte alltid lätt att visa vänlighet, men Den helige Anden vill hjälpa oss att bli mer och mer lika Jesus som är vår förebild.

Vänlighet kan vara så enkelt som att ge någon en komplimang, bjuda in någon (som inte har så många vänner) i leken, och berätta för en vän att du är tacksam för deras vänskap.

Skriv i cirklarna fem vänliga saker du kan göra den här veckan. Det kan vara saker du kan göra hemma, i skolan eller i kyrkan. Tänk gärna på om du kan göra något i hemlighet, så att bara du och Gud vet. Då visar du ödmjukhet i din vänlighet, när du inte söker en belöning för det.

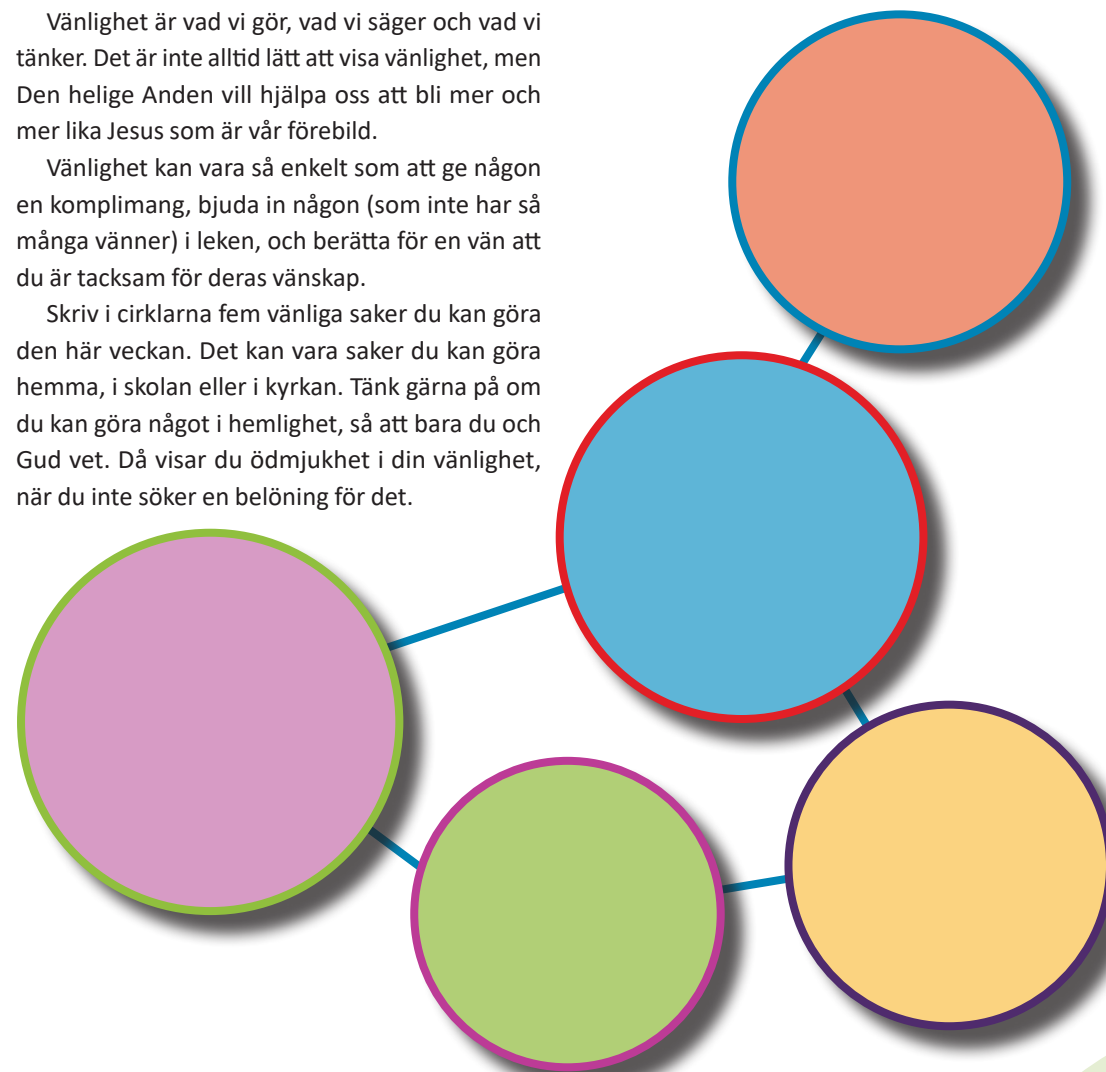
**MINNESVERS
VAR GODA
OCH BARMHÄRTIGA
MOT VARANDRA
OCH FÖRLÅT VARANDRA,
SÅ SOM GUD I KRISTUS
HAR FÖRLÅTIT ER.
Ef. 4:31-32**



KORSET FÅR PÅMINNA OSS
OM ATT GUD HAR FÖRLÅTIT
OSS OCH VISAT OSS SIN
VÄNLIGHET. HAN ÄR VÅR
FÖREBILD!

När vi kämpar för att vara snälla mot andra, så bör vi komma ihåg Guds stora vänlighet mot oss. Tänk på hur Gud kunde ha straffat dig för din synd. I stället erbjuder han alla som vill fullständig förlåtelse! Låt oss visa den vänlighet mot andra som Gud har visat oss!

*Lägg bort all bitterhet, häftighet och vrede,
allt skrikande och förolämpningar
och all annan ondska.
Var i stället goda och barmhärtiga
mot varandra och förlåt varandra,
så som Gud i Kristus har förlåtit er.
Ef. 4:31-32.*





ANDENS FRUKT ÄR... GODHET

Andens frukt är inte äpplen eller bananer, men egenskaper som påverkar det vi säger och gör. Den Helige Ande hjälper oss att bli mer lika Jesus och bära god frukt som «kärlek, glädje, frid, tålmod, vänlighet, godhet, trohet, mildhet och självbehärskning.» (Gal. 5:22-23) Jesus är trädet, vi är grenarna (Joh. 15:5). Därför står det «frukt», inte «frukter». Vi kan använda olika frukter som symbol på de olika egenskaperna, men vi kan inte välja att leva ut bara en eller två av dessa. De arbetar tillsammans och utgör «en hel frukt» – Andens frukt. I den här tidningen ska vi titta på egenskapen GODHET.

Vad är godhet? Skiljer det sig från vänlighet som vi pratade om i förra tidningen? Kanske vi kan säga att godhet är vänlighet i handling. Godhet är också att göra rätt eller stå upp för det som är rätt. Vi ska alltså inte bara vara vänliga, utan vi ska också *göra gott*.

Godhet är en del av Andens frukt. Om vi tror på Jesus, så bor den Helige Ande i oss, och han vill hjälpa oss att göra gott. Det betyder inte att vi kommer kunna göra goda gärningar hela tiden. Men när vi lär känna Gud mer och mer förändras vi och godhet blir en del av vem vi är.

Godheten i Andens frukt kommer alltså från Gud. Sånär står det i Jeremia 31:3: "Ur fjärran uppenbarade sig Herren för dem. Med evig kärlek älskar jag dig, därför har jag så länge visat dig godhet."

Bibeln säger att i världen så får vi lida, men att vi inte ska vara rädda, för Jesus har övervunnit världen. Så även om världen är brusten så kan vi vara helt trygga med att vår Gud inte är brusten. Han är inte trasig. Han är inte orolig. Han är inte instabil. Han är inte förvirrad. Han har inte ramlat av tronen och glömt bort vem han är. Han är orubbligt säker och trygg i sin identitet som allsmäktig, god och fullkomlig Fader, Frälsare och Fridsfurste.

Han är god och han gör gott. Det gäller även de dagar då ingenting vi kan se runt oss verkar visa det. Hans godhet, hans trohet, hans löften och hans kärlek, varar evigt! Och det är hans

godhet vi ska få ge vidare till trasiga människor i en trasig värld! Ja, när vi inser hur god Gud är, så vill vi inget annat än att andra ska få se hur god Han är!

När vi förblir i Jesus och lär känna honom mer och mer, blir Andens frukt en del av vem vi är och vi börjar *vilja* visa frukten i våra liv. Kanske börjar du till exempel hjälpa dina föräldrar hemma utan att de behöver tjata, därför att du vill. Eller du leker med någon i skolan som andra inte vill leka med. Inte för att du blir poppis av det, men för att Guds godhet bor i dig. När vi låter Jesus helt förändra oss inifrån, så börjar Andens frukt godhet svämma över till andra människor runt oss. Vi börjar sätta människorna runt oss före oss själva och vi börjar göra gott mot dem.

Och det bästa av allt är att Gud själv, genom sin Helige Ande i oss, vill hjälpa oss att se hur vi kan visa godhet. "Hans verk är vi, skapade i Kristus Jesus till goda gärningar som Gud har förberett för att vi ska vandra i dem." (Ef. 2:10).

Gud har *förberett* goda gärningar som vi kan göra. Det betyder att Han vill påminna oss i vår vardag om människor som behöver godhet eller som vi kan visa godhet mot. Ja, han kan till och med sända människor i vår väg som han vet vi kan hjälpa. Det är en spännande tanke! Vem vill Gud att du ska visa godhet mot i dag?

Godhet är att utföra Jesu handlingar av kärlek, ödmjukhet och förlåtelse. Det är att visa medkänsla mot andra och det är att stå upp för

det som är sant och rätt. Det är bara möjligt genom Guds kraft som verkar i våra hjärtan. "Det är Gud som verkar i er, både vilja och gärning, för att hans goda vilja ska ske."

(Fil. 2:13)

Hur kan du visa godhet mot de som du möter i din vardag? Vad behöver människor i andra länder? Just nu pågår till exempel enorma kriser runtom i hela världen. Som krig i Ukraina och svält i Sydafrika. Kan vi göra något för att hjälpa?

Många har ett armband det står WWJD på. Det står för "What Would Jesus Do", alltså vad skulle Jesus ha gjort. Jesus själv är vår store förebild! Han visade godhet mot alla han mötte, oavsett hur de var eller vilken status de hade i samhället. Ja, han var faktiskt särskilt intresserad av att visa godhet mot de som ingen annan brydde sig om. Att fråga oss själva vad Jesus skulle gjort mot de vi möter kan hjälpa oss att se hur vi kan visa godhet och stå upp för det som är rätt.



En kille blir mobbad. Vad skulle Jesus ha gjort?

1. Hängt ihop med mobbarna och sagt samma elaka saker till killen.
2. Gått fram till killen och frågat om han behövde hjälp.

Det är väldigt frestande att fuska på provet.

Vad skulle Jesus ha gjort?

1. Fuskat.
2. Pluggat till provet och gjort sitt bästa.



MINNESVERS
LÅT OSS INTE TRÖTTNA
PÅ ATT GÖRA GOTT,
FÖR NÄR TIDEN ÄR INNE
FÅR VI SKÖRDA
OM VI INTE GER UPP.
GAL. 6:9



Killen har speltid, men nu ropar mamma att det är middag. Vad skulle Jesus ha gjort?

1. Stängt av direkt.
2. Struntat i att mamma har ropat och spelat vidare.



En tjej är utanför. Vad skulle Jesus ha gjort?

1. Bjudit med henne i leken.
2. Struntat i henne och lekt vidare.





ANDENS FRUKT ÄR... TROHET

Andens frukt är inte äpplen eller bananer, men egenskaper som påverkar det vi säger och gör. Den Helige Ande hjälper oss att bli mer lika Jesus och bära god frukt som «kärlek, glädje, frid, tålmod, vänlighet, godhet, trohet, mildhet och självbehärskning.» (Gal. 5:22-23) Jesus är trädet, vi är grenarna (Joh. 15:5). Därför står det «frukt», inte «frukter». Vi kan använda olika frukter som symbol på de olika egenskaperna, men vi kan inte välja att leva ut bara en eller två av dessa. De arbetar tillsammans och utgör «en hel frukt» – Andens frukt. I den här tidningen ska vi titta på egenskapen TROHET.



Jonas spelade fotboll så ofta han bara kunde. Han skulle bli proffs när han blev stor och då måste man ju öva! Och han var Liverpoolfan. Han hade fått en tröja och en keps med Liverpool på som han hade på sig jämt. Varje gång Liverpool spelade match, satt Jonas tillsammans med sin pappa framför TV:n och hejade.

Det gick bra för Liverpool. De vann match efter match. Snart var det final och Liverpool skulle möta Manchester United i ett sista slutspel. Vinnaren skulle gå vidare till final!

När dagen för matchen kom, poppade pappa popcorn som vanligt och han och Jonas satte sig framför TV-skärmen. Oj, vad spännande! Skulle Liverpool komma till final och vinna hela serien?

Liverpool spelade bra. Till en början... Både Jonas och pappa var helt svettiga av att hoppa upp och ner varje gång bollen nästan gick i mål. Men precis innan pausen, hände det fruktansvärda - Manchester United satte bollen i mål! Och i andra halvlek gick det bara sämre och sämre för Liverpool. Manchester United satte ännu ett mål och man kunde se att Liverpoolspelarna var modlösa.

Pappa fortsatte att heja allt vad han kunde på

Liverpool. Ropade peppande ord till spelarna i TV-skärmen som att de kunde höra honom. Men Jonas blev surare och surare... inte ville väl han heja på ett så dåligt lag! Det här var inte kul alls! Han ville ju heja på ett lag som skulle vinna hela finalen!

Nästa dag på skolan, hade inte Jonas på sig sin Liverpooltröja eller Liverpoolkeps. De låg nu längst in i hans klädsåp och han visste inte om han skulle ta fram dem igen. Någonsin.

Det är väl ganska ovanligt att reagera som Jonas. Om man är en riktig fan av ett lag så hejar man på laget oavsett vad! Man stödjer sitt lag och är lojal mot dem. Man tror på spelarna och hejar på dem när de vinner och när de förlorar.

Bibeln säger oss att trohet är en del av Andens frukt. Vi som tror på Jesus, har den Helige Ande inom oss, och vi kan vara människor som svämmas över av trohet! Det betyder inte att vi kommer att vara trogna hela tiden. Men när vi lär känna Gud mer och mer förändras vi och trohet blir en del av vem vi är. Anden som bor inom oss, ger oss kraften att vara trogna!

Att vara trogen eller trofast, handlar om att vara människor som går att lita på. Vi ska vara människor som är lojala i våra relationer, som inte ljuger eller baktalar och som ställer upp när andra behöver oss. Men att vara trogen betyder också att stå fast vid en åsikt eller övertygelse. Vi som tror på Jesus, ska vara trogna mot honom!

När jag var liten sjöng vi i en sång: "Våga stå som Daniel". Kommer du ihåg berättelsen om Daniel? Hans tro blev verkligen satt på prov och det hade nog varit enklast för Daniel att inte vara trofast mot Gud; att i stället vara otrogen och vända Gud ryggen. Men Daniel visste att han kunde lita på Gud. Han visste att Gud alltid är trogen, i alla omständigheter. Han visste att Gud skulle vara trogen även om han kastades i lejongropen. Så han valde att lita på Gud och vara trofast i sin tro på Gud. Det kunde ju se ut som att det skulle gå riktigt illa, eller hur? Daniel blev ju kastad i lejongropen! Vad tror du Daniel tänkte när han kastades ner till lejonerna?



Det är inte säkert Daniel tyckte det var så lätt att lita på Gud när han visste att lejonerna var hungriga... Ja, för Daniel visste också att Gud inte har lovat oss att alltid rädda oss ur knipa så som han gjorde för Daniel. Ibland svarar Gud på vår bön på helt andra sätt än vi hade tänkt oss. Daniel fick se Guds hjälp direkt, men ibland går vi igenom svåra saker och ser inte att Gud var med oss förrän långt senare. Men, vi kan vara alldeles säkra på att Gud alltid är med oss och hjälper oss! För Gud är trofast!

Genom det Daniel gick igenom, fick han peka på en



MINNESVERS
HERREN ÄR GOD.
EVIG ÄR HANS NÅD,
FRÅN SLÄKTE TILL SLÄKTE
VARAR HANS TROFASTHET.
PSALM 100:5

stor och allsmäktig Gud genom att inte ge efter för tryck. Vi ska också, genom att vara trogna, få peka på Gud! Kanske kompisarna retar dig för att du är en kristen. Vågar du stå fast i din tro så som Daniel? Eller, kanske läraren säger något som är heltokigt om kristna eller den kristna tron? Vågar du säga något som Daniel? Kanske säger du nej till båda frågorna, och det är helt ok! För du ska inte behöva gå i egen kraft! Den Helige Ande kommer vara extra nära dig i dessa stunder, det kan du vara helt säker på! Han kommer hjälpa dig så du vet vad du ska göra eller säga i alla knepiga situationer. Därför att Gud är kärleksfull och trofast i allt han säger och i allt han gör (Psalm 145:13)!



ANDENS FRUKT ÄR... MILDHET

Andens frukt är inte äpplen eller bananer, men egenskaper som påverkar det vi säger och gör. Den helige Ande hjälper oss att bli mer lika Jesus och bära god frukt som «kärlek, glädje, frid, tålmod, vänlighet, godhet, trohet, mildhet och självbehärskning.» (Gal. 5:22-23) Jesus är trädet, vi är grenarna (Joh. 15:5). Därför står det «frukt», inte «frukter». Vi kan använda olika frukter som symbol på de olika egenskaperna, men vi kan inte välja att leva ut bara en eller två av dessa. De arbetar tillsammans och utgör «en hel frukt» – Andens frukt. I den här tidningen ska vi titta på egenskapen MILDHET.

Har du en lillebror eller en lillasyster? Kommer du ihåg hur ni hanterade honom/henne när han/hon var bebis? Bebisar är ömtåliga. Vi måste vara försiktiga med dem. Vi är aldrig hårda med bebisar för det kan skada dem och göra dem ont. Vi behandlar dem med mildhet.

Mildhet är en egenskap i Andens frukt. Om vi har tagit emot Jesus i våra hjärtan, så bor den helige Ande inom oss, och vi kan vara människor som svämmar över av mildhet! Det betyder inte att vi kommer att vara milda hela tiden. Men vi växer i mildhet när vi kommer närmare Jesus och upptäcker hans fantastiska mildhet med oss. Ja, när vi lär känna Gud mer och mer förändras vi. Mildhet blir en del av vem vi är därför att Anden ger oss kraften att vara milda! Och mildhet handlar såklart inte bara om hur vi tar hand om en bebis. Gud vill att vi ska vara milda i våra handlingar, i våra ord och i våra attityder!

Vad skulle du vilja vara?



En fladdermus eller en björn?

En mask eller en varg?



En val eller en snigel?

Varför valde du som du gjorde?

Jesus ber oss att göra något väldigt svårt: "Stå inte emot den som är ond. Om någon slår dig på högra kinden, vänd då också andra kinden mot honom. Om någon vill dra dig inför rätta och ta din tunika, så låt honom få manteln också. Om någon tvingar dig att gå med en mil, så gå två mil med honom." (Matt. 25:39-41)

Jag vet inte vad du tänkte när du läste de här verserna, men det är lätt att tänka "det där skulle jag aldrig kunna göra!". Det Jesus sa vi skulle göra känns både oöverkomligt och som en svaghet för oss. Ingen tycker om att känna sig svag. Men visste du att det som Jesus lärde ut i de här verserna faktiskt är en maktdemonstration?

Jesus ger ett exempel – att bli slagen på kinden. En svag person skulle krypa ihop till en boll och gråta i ett hörn. En stark person skulle slå tillbaka, kanske med ett extra hårt slag. Men det krävs faktiskt enorm kraft och självförtroende för att vägra hämnas och vända andra kinden till!

I Bibeln kallas Jesus Lejonet av Juda. Han är kraftfull som ett lejon och har förmågan att omedelbart tvinga varje människa att böja sig och tillbe honom. Men det gör han inte! Jesus kallas också Lammet, eftersom han villigt tillät sina fiender att slå honom på andra kinden – spika upp honom på ett kors. Jesus gick inte till korset för att han var svag. Han lät sig dödas för att han hade ett uppdrag att utföra.

Johannes fick en syn av himlen "och hörde rösten av många änglar runt tronen och

varelserna och de äldste. Deras antal var tiotusen gånger tiotusen och tusen gånger tusen, och de sade med stark röst: "Lammet som blev slaktat är värdigt att ta emot makten, rikedomen, visheten, kraften, äran, härligheten och lovsången!"

Ingen tillber en vekling! Jesus är inte ibland Lejonet och ibland Lammet. Han är **100 % Lejonet av Juda**. Han har alltid haft makten att spränga sina fiender i spillror eller göra vår planet till damm och börja om.



Men eftersom han också är **100% Guds lamm**, valde han att vända andra kinden till och tillåta döden på korset, eftersom han visste att hans död och uppståndelse var den enda vägen till en relation med dig!

Varje dag har du valet att reagera med svaghet, kraft eller mildhet. Att välja mildhet kommer inte att bli lätt. Om någon slår mig på kinden blir inte min första instinkt att vända andra kinden till. Och ärligt talat? Jag gör fel många gånger, och det kommer du också att göra. Vi misslyckas. Vi kommer att reagera med svaghet eller låtsas vara starka istället för att visa mildhet. Men Jesus gick mildhetens väg så att du kunde bli förlåten varje

MINNESVERS
VAR ALLTID ÖDMJUKA OCH
MILDA, VAR TÅLMODIGA
OCH ÖVERSEENDE MED
VARANDRA I KÄRLEK.

EF. 4:2

gång du misslyckas. Och vet du vad? Mildhetens väg är omöjlig för oss att färdas på i egen kraft. Det vet Gud och det var därför han gav oss Den Helige Ande - hjälparen.

Glöm aldrig att på grund av
Guds Lamms offer,
så lever Juda-lejonets
otroliga kraft inuti dig!

ATT FUNDERA PÅ:

Vi tänker ofta på mildhet som en svaghet, men mildhet visas faktiskt bäst när någon mycket mäktigt håller sin makt under kontroll. Som ett lejon som väljer att älska ett lamm. Kan du komma på några exempel på hur Jesus visade mildhet?

AKTIVITET:

Teckna en bild av ett kraftfullt djur som är supervänlig mot ett svagt djur. Till exempel en varg som tar hand om en hamster. Skriv sedan minnesversen längst ner på sidan.

ANDENS FRUKT ÄR... SJÄLVBEHÄRSKNING



Andens frukt är inte äpplen eller bananer, men egenskaper som påverkar det vi säger och gör. Den Helige Ande hjälper oss att bli mer lika Jesus och bära god frukt som «kärlek, glädje, frid, tålmod, vänlighet, godhet, trohet, mildhet och självbehärskning.» (Gal. 5:22-23) Jesus är trädet, vi är grenarna (Joh. 15:5). Därför står det «frukt», inte «frukter». Vi kan använda olika frukter som symbol på de olika egenskaperna, men vi kan inte välja att leva ut bara en eller två av dessa.

De arbetar tillsammans och utgör «en hel frukt» – Andens frukt.

I den här tidningen ska vi titta på egenskapen SJÄLVBEHÄRSKNING.

Sätt ett kryss över de saker som inte är vapen.



inte är lätt eller att göra något man verkligen inte vill. Det är till exempel att visa vänlighet mot någon som just har sårat våra känslor. Eller att inte bli arg när pappa säger nej till att titta på TV eller spela dataspel. Eller att lyda sin mamma direkt när hon ber en att städa sitt rum istället för att bråka. Eller att vänta tålmodigt på något även om man jättegärna vill ha det direkt (som godiset). Men många gånger är inte självkontroll bara att få sig själv att göra det som är rätt och bra. Ibland innebär det också att kämpa emot en önskan om, eller en frestelse till, att synda. Synd är allt vi tänker, allt vi säger och allt vi gör som inte behagar Gud.

Självkontroll är kanske den svåraste egenskapen i Andens frukt! I alla fall kan jag tycka det. Men eftersom det är just Andens frukt, så betyder det ju att alla som tror på Jesus, kan få hjälp till att ha självkontroll! Det betyder inte att vi kommer att ha självkontroll hela tiden, men den växer när vi kommer närmare Jesus och låter hans kraft verka i oss.

”Vi har inte en överstepräst som inte kan ha medlidande med våra svagheter, utan en som har varit frestad i allt liksom vi fast utan synd. Låt oss därför frimodigt gå fram till nådens tron för att få barmhärtighet och finna nåd till hjälp i rätt tid.” (Hebr. 4:15-16) Jesus är vår störste förebild som förstår oss och som vill hjälpa oss att få mer självkontroll! I Matt. 4 kan du läsa om hur Jesus stod emot Djävulens frestelser: *”Sedan fördes Jesus av*

Anden ut i öknen för att frestas av djävulen. När han hade fastat i fyrtio dagar och fyrtio nätter blev han till slut hungrig. Då kom frestaren fram och sade till honom: ”Om du är Guds Son, så befallatt de här stenarna blir bröd.” Jesus svarade: ”Det står skrivet: Människan lever inte bara av bröd, utan av varje ord som utgår från Guds mun.” (Matt. 4:1-4)

I Ef. 6 står det om hur vi kan försvara oss mot den onde med en vapenrustning från Gud. I vers 17 står det: *”Ta emot frälsningens hjälm och Andens svärd, som är Guds ord.”*

Du satte väl inte ett kryss på Bibeln i uppgiften på förra sidan? Det är lite konstigt att tänka på Bibeln som ett vapen. Jag menar, det är svårt att skydda sig från en fiende med en bok. Kanske om den var tillräckligt tung så skulle du kunna slå ut någon med den, men normalt sätt så är inte en bok ett bra vapen att ta med sig i en strid. Men Guds ord är inte en vilken som helst gammal bok!

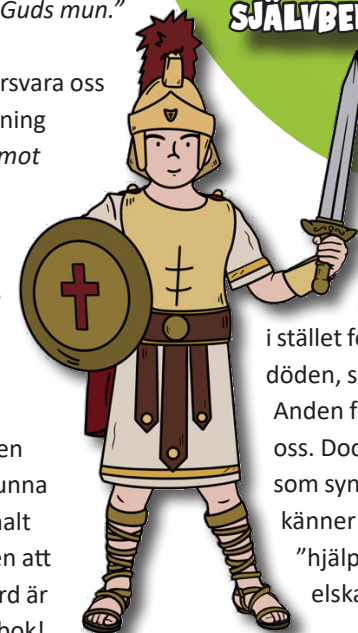
Djävulen kom för att fresta Jesus när han var som svagast. Vi frestas ofta när vi är svaga också. Du kanske inte förstår de matematiska problemen du ska lämna in, så du slår upp svaren i facit direkt. Ett barn i parken är elak mot dig, så du puttar bort barnet från lekställningen. Eller så är du superduperhungerig så du smyger till dig snackset som din mamma sa åt dig att inte äta innan kvällsmaten.

Du kan använda Guds ord som ett svärd mot frestelser. Du kan säga en vers som denna: *”Allt förmår jag i honom som ger mig kraft.”* (Fil. 4:13) eller den här: *”Saliga är de som hungrar och törstar efter rättfärdighet, för de ska bli mättade.”* (Matteus 5:6). Eller när kompisarna/lärarna vill diskutera kristendomen med dig, så kan du använda Guds ord för att försvara dig.

Det här kommer inte alltid att vara lätt. Till skillnad från oss kunde Jesus använda sitt ”svärd” för att slå tillbaka mot de lömska frestelserna varje

MINNESVERS
GUD HAR INTE GETT OSS
MODLÖSHETENS ANDE,
UTAN KRAFTENS, KÄRLEKENS OCH
SJÄLVBEHÄRSKNINGENS ANDE.

2 TIM. 1:7



gång. Och på grund av det så var han också det perfekta offret som kunde ta konsekvenserna för synden i stället för oss. Och när han hade vunnit över döden, så kunde han skänka oss den helige Anden för att också vi skulle få kraften inom oss. Dock kommer vi misslyckas ofta efter som synden fortfarande finns i oss. När du känner att det inte går att stå emot, säg ”hjälp mig, Jesus!”. Det är en bön Jesus elsker att besvara med ett stort ”JA”.

ATT FUNDERA PÅ:

Finns det något i ditt liv som du kämpar med att ha självkontroll över? Be till Gud om hjälp!

AKTIVITETER:

– Andas in och säg: *”Gud, du har inte gett mig modlöshetens ande”,* och när du andas ut så säg: *”utan kraftens, kärlekens och självbehärskningens Ande.”*

– Lek ”inte skratta först-leken”. Titta på varandra och försök få varandra att le. Den som ler först, har förlorat.

AV: KAISA RUTH FURBERG

TIDIGARE PUBLICERAT I

DROPPEN

DROPPEN.ELMBV.SE