

# DEN HELLIGE ÅNDS FRUKT



**Bakgrunnsstoff** *Jes 53,3; Joh 3,16; 15,13; Rom 5,5; 1 Kor 13; Ef 2,8; Fil 4,11-13; 1 Joh 3,16; 4,8.*

**Minnevers** «Men Åndens frukt er kjærlighet, glede, fred, overbærenhet, vennlighet, godhet, trofasthet, tålsomhet og selvbeherskelse. Slike ting rammes ikke av loven» (Gal 5,22.23).

**Oversikt over ukens lekse** Det er bare det Jesus Kristus utrettet for oss på korset for to tusen år siden, som frelser oss. Slik Peter sa det: «Nei, vi tror at vi blir frelst av Herren Jesu nåde, på samme måte som de» (Apg 15,11). Eller Paulus: «For av nåde er dere frelst, ved tro. Det er ikke deres eget verk, men Guds gave. Det hviler ikke på gjerninger, for at ingen skal rose seg» (Ef 2,8.9). Eller White: «Det finnes ikke noe som bør vies større oppmerksomhet, gjentas oftere eller understrekes oftere enn at det er umulig for falne mennesker å fortjene frelse ved egne gjerninger. Frelsen er utelukkende ved troen på Jesus Kristus.» —*Faith and Works*, side 19.

Likevel kan ingen kristen nyte godt av løftet om frelse ved Jesus Kristus uten å bære Åndens frukt (Matt 12,33), og i sitt liv daglig åpenbare det Jesus har gjort for oss. Vi kan bekjenne alle himmelens og jordens hellige sannheter, men det beste beviset på at vi er i Kristus er den frukt vi bærer.

Denne uken skal vi se på hva denne frukten er og hva den burde bety for vårt liv.

## SØNDAG

### Kjærlighet

**«Og håpet skuffer ikke, for Guds kjærlighet er utøst i våre hjerter ved Den Hellige Ånd som han har gitt oss» (Rom 5,5).**

**Hvorfor tror du Paulus fører opp kjærlighet som den første «Åndens frukt» i Gal 5,22? Se 1 Kor 13.**

---

Et tre i den tempererte sonen produserer spontant og uunngåelig blader om våren når sevjen begynner å stige i stammen og når ut til greiner og kvister. På samme måte vil en kristen som er fylt av Ånden frembringe Åndens frukt - kjærlighet.

Jesus er Gud. Uten Gud kan det ikke finnes liv, og uten Gud finnes det ikke kjærlighet eller noe godt. Skal et menneske kunne eie og vise kjærlighet, må det få den fra Gud. Det finnes ingen annen kilde. Hvor skulle den ellers komme fra, om ikke ovenfra? Kan skapninger - som er bare proteiner, karbon, vann eller endog bare atomer og molekyler - uttrykke kjærlighet? Hvordan kan disse elementene, om de er aldri så finstemte, noen gang elske? En maler kan være aldri så dyktig, og malingen og lerretet hans kan være aldri så fullkomne, men han kan likevel aldri male en blomst som er i stand til å leve eller utføre fotosyntesen eller skape et frø. I seg selv kan ikke karbon, vann og protein leve, og slett ikke elske. Kjærligheten må komme fra en kilde som i og av seg selv kjenner kjærlighet og kan formidle den. Denne kilden er selvsagt Gud (se 1 Joh 4,8).

Men det er viktig å avklare hva vi mener med «kjærlighet». Ordets betydning er blitt så utvidet og utvasket at det dekker en

mengde handlinger og følelser som neppe har noe med ordet å gjøre. Men Skriften gir oss vers som gjør at vi kan forstå Bibelens kjærlighetsbegrep som en frukt av Ånden.

**Les Joh 3,16; 15,13 og 1 Joh 3,16. Hva er det sentrale her som hjelper oss å forstå kjærlighetens natur slik den er beskrevet i Skriften? Og hvordan bidrar denne tanken til vår forståelse av hvorfor «Guds kjærlighet», som «er utøst i våre hjerter» (Rom 5,5), kommer fra Den Hellige Ånd?**

---



---

## MANDAG

### Glede og fred

Det er mulig å misforstå tanken om glede og fred som Åndens frukter (Gal 5,22.23). Vår verden er fylt av synd; vi er syndige skapninger, og vi lider alle under syndens følger: sykdom, sorg, atskillelse, frykt, bekymring, usikkerhet ... listen er lang. Ingen, heller ikke kristne, er immune mot de smertelige kampene som raser i vår falne verden. Jesus led, og det skal vi også.

Men for den kristne er det noe som er annerledes. Til forskjell fra alle dem som tror at smerte og lidelse skyldes naturens tilfeldige og meningsløse krefter eller rene tilfeldigheter eller onde ånders vrede, burde vi leve i daglig erkjennelse av at vi ikke bare tjener en levende Gud, men en Gud som elsker, og at Gud ikke bare kjenner til våre vanskeligheter, men han elsker oss og bryr seg om vår smerte. Han har selv kjent store lidelser som menneske (Jes 53,3; Mark 15,15; Joh 11,35; Hebr 4,15; 1 Pet 4,1). Så vi kan vite at Gud elsker oss og lover å være med oss gjennom alt, uansett hva som skjer, så lenge vi forblir trofaste. Gud lover oss også evig lykke. Dette burde gi oss en glede og fred som setter oss i stand til å holde ut de vanskene vi står midt oppe i.

Vi må ikke glemme at åndsfruktene glede og fred ikke er det

samme som at man alltid vil føle seg lykkelig; nei, vår fred og glede skyldes at vi - til tross for at vi ikke føler noen lykke og omstendighetene er langt fra gode - vet at Gud er nær og lover å lose oss gjennom, samme hva som måtte skje.

**Hvordan kan tekstene nedenfor hjelpe oss å forstå hvorfor vi burde ha, om ikke lykkefølelser, så i alle fall en fred og glede i livet som kristne, uansett hvor vanskelige våre omstendigheter måtte være? (Matt 6,31.32; Rom 8,28; Fil 4,11-13; 1 Joh 4,8; Åp 21,4).**

---



---

**Til ettertanke** Bruk litt tid på ovennevnte tekster (og andre relevante tekster du kommer på). Kjenner du noen som har det tungt nå, så del disse tekstene med dem.

## TIRSDAG

### Overbærenhet

Enda en «Åndens frukt» i Gal 5 er «overbærenhet». Ordet kommer av et gresk ord som betyr «tålmod», «utholdenhet», «standhaftighet», og «sen til å hevne seg».

**Hvordan kan det sies at den som viser «overbærenhet» gjen-speiler Guds karakter? 2 Mos 34,6; Rom 2,4.**

**Hvordan blir Guds «overbærenhet» demonstrert i disse tekstene?**

*1 Mos 15,16* \_\_\_\_\_

*Jes 5,1-5* \_\_\_\_\_

*Hos 11,8* \_\_\_\_\_

**Åp 2,21**

«Langmodighet utholder noe, ja, mange ting, uten å søke hevn i form av ord eller gjerning.

Langmodighet er tålmodighet overfor krenkelser, lang utholdenhet. Er du langmodig, vil du ikke la andre få del i din formentlige kunnskap om din brors feil og mangler. Du vil forsøke å hjelpe ham og redde ham fordi han er kjøpt med Kristi blod... Den langmodige er ikke dystre og sørgmodig, sur og hardhjertet - han er det stikk motsatte.» —*My Life Today*, side 52.

Vår tålmodighet og overbærenhet med andre burde i alle fall delvis skyldes vår opplevelse av Guds tålmodighet og overbærenhet med oss. Tenk om Gud hadde behandlet oss slik vi ofte behandler hverandre! Heldigvis gjør han ikke det, og det faktum at han er uendelig tålmodig med oss og våre feil betyr at vi burde være tålmodige med andre og deres feil. Når vi ser oss selv i speilet som vi virkelig er og vet at Gud elsker oss og holder ut med oss til tross for det vi ser i speilet, så vil vi lettere kunne vise overbærenhetens frukt. Av oss selv kan vi ikke gjøre det; det er bare når vi overgir vår vilje til Gud og holder blikket festet på korset og det som det står for at vi kommer til å bære den samme frukten i vårt liv.

**Til ettertanke** **Hvor overbærende har du vært med en som har frustrert deg i det siste, en som er «vanskelig å elske»? Hva må du gjøre av endringer for at du skal behandle dem slik Jesus behandler deg? Hva er den eneste måten å kunne gjøre det på?**

**ONSDAG****Vennlighet og godhet**

**Skriv din egen forklaring på hva du forstår med «vennlighet og godhet». Hvordan er den som viser disse to av Åndens frukter?**

Jeg vet ikke om du har lagt merke til det, men Åndens frukt gjenspeiler også sider ved Jesu personlighet. Se over det vi så langt har sett av Åndens frukt: vi finner alle disse trekkene hos Jesus. Når vi ser hen til Jesus, ser vi den største åpenbaringen av vennlighet og godhet som verden noen gang har fått, for som Gud gjenspeilte Jesus disse trekkene til fullkommenhet. Jo mer vi viser av Åndens frukt, desto mer vil vi altså ligne Jesus.

**Se gjennom evangeliene og finn et eksempel på at Jesus i særlig grad viser «godhet» og et hvor han i særlig grad viser «vennlighet». Hva lærer du av hvert av de to eksemplene?**

**Godhet** \_\_\_\_\_

**Vennlighet** \_\_\_\_\_

Hvis du for eksempel tok beretningen om Jesu faste i ørkenen (Matt 4,1-11), ville du ha funnet en side av hans godhet når han forneker seg selv for andres skyld. Eller hvis du dessuten tok fortellingen om Jesus og kvinnen ved brønnen (Joh 4,5-42) eller kvinnen som ble tatt i hor (Joh 8,3-11), fikk du se et eksempel på vennlighet som viste seg i at han behandlet alle, også de som hadde gjort galt, med vennlighet og respekt.

**Til ettertanke** Se over de eksemplene du valgte. Hva kan de lære deg om endringer du bør foreta i ditt eget liv?

**TORSDAG**

**Tro**

**Les Ef 2,8. Hvor kommer tro fra?**

---

---

Man kan bli rik av en jobb man hater, og man kan bli helbredet av en lege man ikke har tillit til - men man kan ikke tro på en Gud man ikke har tillit til. Tro kan ikke skilles fra tillit.

**Les Jak 2,19. Hvordan kan dette verset hjelpe oss å forstå forskjellen mellom teoretisk tro og bibelsk tro?**

---

---

Nøkkelen til det Jakob sier i 2,19 finner vi i vers 20. Bibelsk tro og gjerninger forholder seg til hverandre som livet til pusten: den ene følger automatisk av den andre. En tro som ikke fører til at man overgir seg til Guds vilje, er ikke ekte, men en Satans forvrengning. Ingen levende eller frelsende tro er bare teoretisk. Nei den er alltid eksperimentell og fører til handling. Eller som Jakob så rett frem sier det: «tro er til ingen nytte uten gjerningene» (vers 20), akkurat som kroppen også er død uten pusten.

Troen er en gave, den er en av Åndens frukter (Gal 5, 22), men den er ikke noe som bare tildeles oss på overnaturlig vis. Denne troen trenger daglig å pleies på bakgrunn av ens kjærlighet til Gud og det han har gjort for en, om den skal holdes ved like. Hvis ikke troen pleies, beskyttes og styrkes, vil den forfalle og bli ren teori, før den kanskje går over til vantro. Verden er full av mennesker som en gang var glødende i troen, men som ikke lenger tror. «Brødre, se til at ikke noen av dere har et ondt og vantro hjerte, så han faller fra den levende Gud» (Hebr 3,12).

**Til ettertanke** Hva er det du gjør som styrker din tro, og hva er det som svekker den? Dvel ved konsekvensene av ditt svar.

## FREDAG

## Videre studium

1. Korinter 13; *Veien til Kristus*, kapitlet «Guds kjærlighet» [side 5-14 (SC:9-15)]; *Alfa og Omega*, bind 4, side 257-260, 298, 365-371 (DA:302-306, 347, 425-431); *Vitnesbyrd for menigheten*, bind 1, side 179-181 (2T:134, 135); *Utdanning for livet*, side 138,139 (Ed:253-255); *I naturens tempel*, side 21-26 (MB:13-18).

*To av Åndens andre frukter er tålsomhet og selvbeherskelse:* «Moses var den største som noen sinne stod som leder for Guds folk. Han var høyt æret av Gud, ikke for den erfaring han hadde vunnet seg ved hoffet i Egypt, men fordi han var den saktmodigste av alle. Gud talte til ham ansikt til ansikt, som man taler til en venn. Den som ønsker å bli æret av Gud, skal være ydmyk. De som utfører Guds verk må skille seg ut fra alle andre ved sin ydmykhet. Den som er kjent for sin saktmodighet, kan man stole på, sier Jesus.» — *The SDA Bible Commentary*, bind 1, side 1113.

«Disipliner og kontroller dine mentale evner. Selvkontroll er en kraft som alle kan eie. Den oppnår du ved å legge hele din vilje på Guds side og gjøre hans vilje til din.» - *Kraft fra det høye*, side 219 (OHC:219).

## Spørsmål til drøftelse

1. **Snakk i bibelgruppen om kjærlighetens betydning. Dere oppdager kanskje at det kan være vanskelig å forklare. Men hva er dere enige om? Hva kan dere lære av dette?**
2. **Er det noen i deres menighet som ikke lenger kommer, som kjemper med troen? Kan dere ikke da besøke dem og be dem med på middag eller en annen aktivitet? Hva kan dere gjøre for å hjelpe dem å finne igjen den troen de har mistet?**
3. **La hver enkelt snakke om et menneske (ikke fra Bibelen) som viste godhet og vennlighet. Gjør det samme med tålsomhet. Hva kan disse eksemplene lære oss om hva disse begrepene betyr og hvordan disse trekkene burde komme til syne i vårt liv?**