

safar

Frihed fra frygt

at leve i tro

Velkommen til del to: Lev i frihed

Jesus sagde: "I skal kende sandheden, og sandheden skal sætte jer fri" (Joh 8:32). Paulus siger: "Kristus har sat os i frihed, for at vi skulle blive ved med at leve i frihed" (Galaterne 5:1). I denne anden del af Safar vil vi lære at leve i ægte frihed. I dette trin vil vi beskæftige os med en af de mest almindelige fælder der holder os fanget: frygt.

Start her

- Hvad er nogle af de mest almindelige ting at frygte for? Kan du nævne mindst syv?
- Hvilken identificerer du dig mest med? Hvordan påvirker denne frygt dit liv?

Snak sammen

Frygt lammer vores liv. Når vi er bange, er det meget svært at leve i tro og følge Gud.

Udfordringen er, at vi alle kæmper med frygt. Den sniger sig ind i vores dage, berøver os styrke og glæde og forhindrer os i at leve fuldt ud.

- Hvordan har frygt påvirket dig i de sidste to uger?
- Hvordan har du truffet valg baseret på frygt?
- Hvordan ville den kommende uge være anderledes, hvis du var fri for denne frygt?

Hovedtanke

At leve i frygt er ikke Guds plan for os. Han tilbyder os frihed. Vi tror på en Gud, som er i stand til at fjerne vores frygt gennem sin kraft og kærlighed og giver os styrke til at overvinde dem ved tro.

Guds nærvær hjælper os med at overvinde frygt.

Et af Jesu navne er 'Emmanuel', det vil sige 'Gud med os'. Når Gud er med os, har vi intet at frygte.

- Hvis Gud er med os: er vi aldrig alene. Alt, hvad vi står over for, står vi over for sammen med Gud.
- Hvis Gud er med os: har vi hans styrke og visdom til rådighed hvert øjeblik.
- Hvis Gud er med os: har vores *Fader* kontrol over dette øjeblik. Han har fuld autoritet og vende alt til vores bedste.

Udforsk ordet

Reflekter over følgende passager. Hvad siger Gud om frygt?

safar

- 2 Timoteus 1:7
- Esajas 41:10
- Jeremias 29:11
- Johannes 14:27
- Romerne 8:37-39
- Hebræerne 13:5-6

Hvilken af disse passager er meningsfuld i lyset af den frygt, du nævnte ovenfor?

Gør det sammen

Vi behøver ikke give efter for frygt. Når frygten trænger sig på så:

1. Bed Helligånden om at hjælpe dig med at overvinde din frygt.
2. Omdiriger dit hjerte til Emmanuel, Gud med dig.
3. Vælg et skriftsted at bede højt (til en start kan du bruge dem som blev nævnt tidligere).
4. Vælg at tro på, at Gud er med dig og nok for dig i dette øjeblik.

Arbejd gennem dette mønster sammen, og anvend det på den frygt du identificerede ovenfor.

1. Helligånd, jeg beder dig hjælpe mig med at overvinde frygten for _____.
2. Jesus, jeg takker dig, at du er Emmanuel. Du er med mig lige nu.
3. Far, jeg takker dig for, at du i Esajas 41:10 har sagt til mig, at jeg ikke skal frygte. Du har lovet, at du er med mig, at jeg ikke behøver at være forfærdet, for du er min Gud. Du vil styrke mig og hjælpe mig. Du vil støtte mig med din retfærdige højre hånd.
4. Far, jeg vælger at tro på dig nu. Jeg afviser frygt og vælger tro på dig i dette øjeblik.

Bed om dette igen ved at bruge forskellige vers nævnt ovenfor.

Gennemgå din daglige praksis

- Læs Salme 27 og reflekter over hvert vers. Svar derefter på følgende tre spørgsmål:
 - Hvilken frygt har forfatteren af denne salme oplevet?
 - Hvordan har han formået at overvinde denne frygt?
 - Hvad lærer denne salme os om Gud?
- Reflekter over, hvor frygten sniger sig ind i øjeblikket. Gå gennem det mønster, I øvede sammen, hver gang du mærker frygt i denne uge.