

Lektion 1

Med all ödmjukhet

Att hjälpa människor – att ha omsorg om varandras själsliga väl – börjar med vårt behov av omsorg. Vi behöver både Gud och andra människor. Vårt mål är mognad med hjälp av beroende. Ett sätt att pröva denna ödmjukhet är att be om förbön. Det bidrar till en mer enad och mindre självbeskyddande kultur.

Föreställ dig en sammansvetsad grupp människor som anförtror sig åt varandra. Du kan tala om ditt lidande och då svarar någon med medkänsla och bön. Du kan tala om dina glädjeämnen och då delar någon din glädje. Du kan till och med be om hjälp med din kamp mot synden och då ber någon tillsammans med dig, ger dig hopp och uppmuntran från Bibeln och stannar hos dig tills synden har släppt sitt grepp. Det finns öppenhet, frihet och vänskap. Man bär varandras bördor och ger och tar emot vishet. Inga banala svar. Och Jesus finns med i allt.

Vi vill gärna ha mer av detta.

När vi kommer till Jesus har han förlåtit och renat oss så att vi kan tala öppet utan att skämmas. Han har älskat oss så att vi med glädje kan älska honom och andra människor, och genom sin Ande har han gett oss vishet och kraft så att vi kan hjälpa varandra till uppbyggelse och hopp. Till hans ära och i hans styrka vill vi mogna till en underbart och ömsesidigt beroende, vis och kärleksfull Kristi kropp – en kropp där vi kan hjälpa varandra i svåra stunder.

Aposteln Paulus prioriterar ödmjukhet

I Efesierbrevet 3 ber Paulus att vi ska bli den sortens gemenskap (v 14–21). Han lär oss också hur det ska gå till:

Därför uppmanar jag er, jag som är en fånge i Herren, att leva värdigt den kallelse ni har fått. *Var alltid ödmjuka och milda, var tål-*

modiga och överseende med varandra i kärlek. Gör allt ni kan för att bevara Andens enhet genom fridens band. (Ef 4:1–3)

Augustinus skrev: ”Den första vägen [till sanningen] är ödmjukhet, den andra ödmjukhet, och den tredje ödmjukhet.” Om ödmjukhet inte föregår vår vishet och hjälp är våra ansträngningar meningslösa. Paulus verkar hålla med om det. Livet i Kristus börjar med ödmjukhet.

Ödmjukhet innebär helt enkelt att vi erkänner våra många synder och begränsningar, vilket stämmer överens med tanken: ”Jag behöver Jesus och jag behöver andra människor.” Det är en tilltalande strategi som innefattar tro på att Gud alltid har kontroll, förtröstan på Herrens förlåtelse och kärlek och en öppenhet där man inte behöver *vara* någon utan bara får vila i Jesus. Det visar sig att det enkla erkännandet av våra behov och svagheter öppnar en dörr till Guds nåd, där vi finner förtröstan, frid, trygghet, vishet, styrka och frihet i honom.

Ödmjukhet leder till bön

Ett sätt att tillämpa ödmjukhet är att be någon om förbön. Gud har upprättat sitt rike på jorden på det viset att vi är tvungna att be om hjälp. Vi ber Herren om hjälp men ber också andra människor om hjälp. Tills vi får se honom ansikte mot ansikte verkar Gud genom sin Ande och sitt folk.

Det *låter* enkelt. Det är en sak att be Herren om hjälp. Även om vår tro är svag vet vi att han välkomnar oss och hör våra rop om hjälp (Ps 62:9), och vi är beredda öppna oss för honom. Det är något helt annat att be en vän om hjälp. På grund av vår stolthet vill vi inte visa oss sårbara. Om du dessutom någon gång har anförtrott dig åt någon och blivit sårad eller fått mindre upplyftande kommentarer, har du kanske bestämt dig för att aldrig låta det ske igen. Därför håller du dina problem för dig själv. Denna försvarsstrategi kan verka effektiv på kort sikt. Men det är inte så Gud har skapat oss att vara gentemot varandra, och det kommer så småningom att leda till elände i stället för trygghet. Låt oss välja ett bättre sätt. Gången för att be om förbön kan beskrivas enligt följande.

1. Identifiera problem som du brottas med

Problem gör sig alltid påminda. Listan över problem handlar i allmänhet om pengar, jobb, relationer och hälsa. Men även om frågor som är kopplade till vår kunskap om Jesus och hur vi ska leva för och med honom.

2. Koppla ett specifikt problem till Bibeln

När du kopplar dina problem till Bibeln, kopplar du ditt liv till Guds löften, till hans nåd och befallningar. Det tar tid att utveckla denna förmåga eftersom Bibeln är så pass omfattande, men du har förmodligen förstått det väsentliga i vad Gud säger:

”Ibland tycker jag att det är svårt att ens be för det som jag kämpar med. Kan du be att jag i djupet av mitt hjärta ska förstå att Gud har omsorg om mig och vill att jag utgjuter mitt hjärta inför honom?” (Ps 62:9)

”Jag har varit sjuk ett tag och kan bli väldigt nedstämd. Kan du be att jag omgående ska kunna vända mig till Jesus när jag känner mig särskilt nere?” (2 Kor 4:16–18)

”Jag har varit kort i tonen mot min make/maka de senaste veckorna. Kan du be att jag ska vara ödmjuk och mild när vi pratar med varandra om svåra saker?” (Ef 4:2)

”Jag har varit så frustrerad på min dotter att jag hellre önskar att hon visade mig respekt än att jag visar tålmod och vänlighet. Kan du be för mig?” (1 Kor 13:4)

”Min avdelningschef har varit kritisk och vresig på sistone. Jag vet inte ens hur jag ska tänka kring det. Har du några idéer om hur jag kan be?” (Rom 12:18)

Om du inte vet hur du ska be, be andra hjälpa dig att koppla ihop dina behov med Guds ord.

Det är Guds vilja att vi ber både honom och andra om hjälp. När vi gör det tar vi ett viktigt steg mot att kunna hjälpa andra, eftersom ödmjuka, behövande människor är bäst skickade att hjälpa. Längs vägen kommer vi att välsigna vår gemenskap och uppmuntra andra att bli behövande, öppna och sårbara.

Diskussion och svar

1. Har du någon gång bett någon annan om förbön? Hur gick det?

2. Öva på att koppla ihop dina behov med Guds löften. Identifiera om möjligt särskilda bibelställen, men det är inte alls nödvändigt för att komma igång. Du kan öva med dina egna behov eller använda exempelvis följande scenarier:

- Problem med hälsan
- Oro för ekonomin
- Problematiska relationer

3. Hur kan du bli bättre på att uttrycka dina behov? Vem skulle du kunna be om förbön?

4. Ta tid att be tillsammans.