**Lev eit liv i Anden! Gal 5,16**

Ei formaning. Dette kan du **velja** å gjera. Det er oppmuntrande å tenkja på. Du er ikkje avhengig av ei eller anna oppleving, du kan velja sjølv å leva i Anden.

Kva betyr det å leva i Anden?

Det er å leva i Guds ord, i evangeliet om Jesus, i fellesskapet, i lovsongen, bota og bøna.

Gjer du det, vil du sigra over det vonde som rører seg i deg. Krafta frå Gud vert då større i deg enn krafta frå dei vonde kreftene du har i deg. Lyset frå Gud fortrenger mørkret .

Kjøtet er eit uttrykk for dei syndige kreftene i deg og meg. Me har det i oss alle saman, det som fører oss mot heilt andre mål enn dei Gud har for oss, og dersom me let oss driva med av desse kreftene, fjernar me oss frå Gud og begynner å kjempa for å få oppfylt ambisjonane våre, bli populære, få masse pengar, ting, makt, ære og nyting. Det som mange kallar for sjølvrealisering. Og dette gjer noko med oss: me blir lett både sjølvgode og forfengelege, og merkeleg nok også redde, redde for ikkje å vera bra nok for andre menneske, redde for ikkje å gjera nok inntrykk på folk. Me blir einsame i livskampen, og det gjer at me har så alt for lett å tenkja at andre ikkje er fornøgde med oss, og nokre blir mistenksame, sjølvopptekne og lett fornærma.

Opp mot alt dette kjem Gud til oss og seier: Kom til meg med livet ditt. Berre eg kan fylla det med det gode og rette. Det finst ikkje noko anna god kjelde for deg å drikka av enn min usvikelege, evige kjærleik og nåde. Drikk av **meg**, seier Jesus, og ikkje av brønnar som ikkje held vatn, og slett ikkje av brønnar med giftig vatn.

Når me kjem til Jesus for å drikka, hender det at han peikar på synda i liva våre, det som gjekk gale, som hos den samaritanske kvinna då han sa: «Gå og hent mannen din.» Men ho hadde ingen mann. Ho hadde hatt fem menn, og den ho levde med, var ikkje hennar.

Slik kjem Jesus til oss i samvitet og snakkar til oss om løgnene våre, om måten me behandlar ektefellen vår på, om dei ulovlege forholda våre, om det mørke sinnet mot eit menneske som har vart så lenge, og som me synest er heilt rettferdig, om dei kostbare vanane våre som me elskar og som har ein alt for sentral og stor plass i liva våre, om rusen, om våre nedlatande haldningar og baktalen og konfliktane som fører med, eller det kan vera heilt andre ting. Men poenget er: Før Jesus kan og vil fylla oss med sin kjærleik og kraft, må han få reinsa oss. Han kan ikkje blanda sin Ande oppi våre uoppgjorte synder.

Men Jesus er trufast. Når me sannar syndene våre, reinsar han oss frå all urett. Då får me drikka av nådens kjelde, og Ande kjem og fyller oss med alt mogeleg godt: Kjærleik, glede fred, langmod, mildskap, godleik, truskap og sjølvkontroll.

Dette er FRUKT. Eit tre et ikkje fruktene sine sjølv. Det er det andre som gjer. Me et og drikk av nådekjeldene til Jesus, så får andre gleda av fruktene som me ber.

Kva er kjærleik? Praktisk godleik. Jesus gjev oss ein ny sans for våre medmenneske og ressursar til å setja deira lukke framfor vår eige.

Så gjer han oss så glade på innsida slik at me berre spreier glede rundt oss over alt.

Og han fyller oss med ein djup fred i sinnet slik at me skaper fred rundt oss på alle kantar. Me mildnar motsetningar, løyser konfliktar og blir difor kalla Guds barn av Gud. Dei som hissar til strid og konflikt, får ikkje det ærenamnet. Det er ein annan som er deira far.

Ingen er tolmodig som Gud, og den han bur i blir eit tolmodig, ja, langmodig menneske, dvs. ein som stadig og inntil det heilt uforsvarlege gjev folk nye sjansar.

Ingen er trufast som Gud. Han er til å stola på, og alle som har Han i seg, vil vera personar som er til å stola på i alle ting.

Kjære barn av Gud! Lever me i Anden, vil me likna på Far i himmelen. Lever me etter kjøtet, liknar me på han som er far i avgrunnen.

Ingen er mild som Gud. Det har me mykje glede av. Det følgjer alltid ein mild bris med den som har Gud i seg. Han/ho spreier varme, og det treng verda så desperat. Mange kalde vindar bles over jorderiket.