

HVORDAN BEVARE OVERSKUDD I EN TRAVEL HVERDAG?

Efes.3,14-19

Søndag 5. des. 2010

Nils Gustav Johnsen

Innl: Vår tid er preget av travelhet. Vi lever etter klokka. Vi skal rekke så mye. Stress er en av vår tids folkesykdommer. Kravene til effektivitet på jobben er blitt skjerpet. Presset blir større. Lista blir stadig lagt høyere.

Mange lever under press av forskjellige årsaker eller p.g.a. sin livssituasjon.

Barnefamiliene sliter. Barna spør ikke mor og far om de er trette eller ikke. De krever oppmerksomhet og engasjement hele tiden. Mange foreldre føler de makter ikke stort mer enn jobb, hjem og barna. Mange føler de lever konstant på "reservetanken". Overskuddet er for lengst brukt opp.

Vil Gud vi skal ha det slik? Nei! Gud vil livsoverskudd. Jesus kom for at vi skulle ha liv og overflod! Han vil ikke at dagen skal være et ork. Den skal være en gledens og frydens dag!

Salme 118,24. "Dette er dagen som Herren har gjort ---".

Klag.3,23. Guds miskunn og barmhjertighet "er ny hver morgen".

5. Mos.33,25: "Din styrke er som dine dager".

Men hvordan?

I) BLI STILLE INNVENDIG. Jes.30,15. 2.Mos.14,14.

"Stillhet" er ikke passivitet, men indre ro.

1) Indre ro og hvile gir livsoverskudd.

Hist: (Stanley på leiting etter Livingstone?) Bærerne stoppet, slo seg til ro, og sa: "Vi må vente på sjela vår."

Damen på møte: Sliten og stresset. Predikanten spurte: "Hvor lang tid bruker du om dagen til å lese og be?" Ingen spesiell tid. "Lov meg å ta minst ½ time hver dag .."

2) Det er som regel ikke de mange gjøremål som er problemet. Det er vår indre holdning til omstendighetene. Vi stresser innvendig.

3) **Matt.ev.11,28.** Hvile hos Jesus! **Efes.2,14.** "Han er vår fred"

Hist: Corrie Teten-Boom: Trengte bare ca. 15. min. søvn, så var overskuddet tilbake Hun sa: "Det er nok når Jesus gir søvnen!"

II) BESKYTT TANKELIVET. Filip.4,6-7.

En gammel salme sier: "Jesus styr du mine tanker, Jesus la meg leve så. At hvor jeg i verden vanker, et Guds barn jeg være må".

1) Vårt tankeliv er både til velsignelse og besvær, - alt etter hva som styrer det.

Overskuddsmennesker preges av positive tanker.

2) Vårt liv formes av de tanker vi gir rett i vårt sinn. Derfor står kampen om vårt liv i sinnet/tankelivet.

3) Tankene kan tilføre oss energi, eller de kan tappe oss for energi.

Derfor sier Gud til oss: "Vær ikke bekymret—". **Filip.4,6.** Hva er bekymring? Tanker!

Bekymringer tapper oss for overskudd!

4) Vi kan ha mulighetstanker..! **Matt.ev.9,21.** Kvinnen med blodsott: "Hun sa ved seg selv..".

Hun tenkte en mulighet til forandring! Etter 12 år! Hun var en mulighetstenker!

5) De 12 speiderne. **4.Mos.13,27-33. kap.14,8-9.** Josva og Kaleb tenkte rett!

Tenk rett om situasjonen du står i! Rette tanker forløser overskudd! Bestem deg for hvordan du vil tenke! Eks: David og Goliat.

6) **Jes.26,3-4.** La sinnet være grunnfestet i Guds løftesord.

III) SE RETT.

Tankene er et produkt av hva vi gir vår oppmerksomhet til., - hva vi ser på. **Filip.4,8-9.**

1) 2.Kong.6,14-17.

Troen kommer av åndelig klarsyn.

Tro tilfører oss styrke, - frykt lammer oss.

2) Man kan se en situasjon fra to forskjellige sider:

Den ene gjør oss fryktsomme, motløse og kraftløse.

Den andre gjør oss frimodige, glade og sterke.

3) Gleden i Gud tilfører oss styrke. Neh.8,10.