



ÅNDENS FRUKTER

Taler: Niklas R. B. Slettevoll

Dato: 19.1.2025

Tekst: Galaterbrevet 5,22-23

Den hellige Ånd gir oss noen frukter, eller egenskaper, for å gi sjelen vår god næring.¹ Gud vil forme oss, derfor skaper Ånden vekst i våre trosliv. Vi trenger den ferske og næringsrike frukten som Ånden gir oss!

KJÆRLIGHET (i prekenen representert ved en mango)

Mangoen kalles fruktenes konge. Kjærlighet må virke sammen med de andre fruktene. Jesus sa vi skal elske hverandre slik han har elsket oss.² Kjærlighet betyr at man ikke bare er opptatt av seg selv, men har fokus på andre. I familien, ekteskapet og menigheten er kjærligheten som hjertet.

GLEDE (banan)

En banan smiler hele tiden! Og visste du at bananer er både bær og frukt? Og gleden i Herren er ikke bare en følelse av lykke, men det er en styrke.³ Det er en dypere åndelig virkelighet som ikke er avhengig av ytre omstendigheter. Hvis kjærligheten er hjertet, så er gleden styrken.

FRED (appelsin)

Når man kutter appelsinen i to, så ligner det litt på peace-tegnet! For å få fred, kan det være lurt å be til Gud. Da skal Guds fred bevare våre hjerter og tanker.⁴

TÅLMODIGHET/OVERBÆRENTHET (kokosnøtt)

En kokosnøtt er ikke en nøtt, men en frukt. Skal du åpne denne frukten, må du være litt tålmodig. Noen ganger må vi være veldig tålmodige hjemme. Vi må bære over med hverandre i kjærlighet.⁵

VENNLIGHET (ananas)

Ananasen er et symbol på vennlighet. Vennlighet er litt som kjærlighet: Man tenker godt om

¹ **Gal 5,22-23:** Men Ådens frukt er kjærlighet, glede, fred, overbærenhet, vennlighet, godhet, trofasthet, ydmykhet og selvbeherskelse.

² **Joh 13,34:** «Dere skal elske hverandre. Som jeg har elsket dere, skal dere elske hverandre.»

³ **Nehemja, 8,10:** «For gleden i Herren er deres styrke.»

⁴ **Filipperne 4,6-7:** Men legg alt dere har på hjertet, fram for Gud. Be og kall på ham med takk. Og Guds fred [...] skal bevare deres hjerter og tanker [...].

⁵ **Efeserbrevet 4,2:** «[...] i mildhet, ydmykhet og storsinn, så dere bærer over med hverandre i kjærlighet.»



andre, viser respekt og ønsker andre velkommen. Kanskje du kan øve deg på å tenke godt om de andre i familien? Et smil kan være verdt mye mer enn det koster deg å gi det.

GODHET (jordbær)

Alle de små prikkene utenpå et jordbær er egentlig mange små frukter. Og godhet kan være utrolig mange forskjellige ting, fordi godhet vises gjennom mange forskjellige handlinger. Vi skal vandre som lysets barn, og det betyr at vi må vise godhet mot andre.⁶

TROFASTHET (eple)

Mine barn har eple i matpakken nesten hver dag, så de kan stole på eplet! Når noen er trofast, betyr det at du kan stole på dem. Oh husk at Guds trofasthet varer evig.

YDMYKHET (cantaloupemelon)

Ydmykhet er når man ikke setter seg selv først og tenker at man selv er størst og best, litt som cantaloupemelon, som er mindre enn en vannmelon og kanskje ser litt mer kjedelig ut. Du kan være ydmyk hvis du for eksempel hører på hva de andre har å si, i stedet for å rope at du selv har rett.⁷

SELVKONTROLL (VANNMELON)

Vannmelon er laget av nesten bare vann, men den holder alt vannet inni seg. Selvbeherskelse er at man klarer å kontrollere seg selv slik at man ikke gjør noe som er galt. Vi trenger noen grenser og noen regler som hjelper oss til å styre oss selv, slik at vi kan ha sunne liv og beskytte våre hjerter.⁸

Et menneske som har den hellige Ånd på innsiden, vil se at disse fruktene vokser fram mer og mer i løpet av livet. Ikke bare har det en livgivende og helbredende kraft for deg, men også for dine relasjoner med andre.

⁶ **Efeserbrevet 5,8:** Dere var en gang mørke, men nå er dere lys i Herren. Vandre som lysets barn

⁷ **Jakobs brev 1,19:** Enhver skal være rask til å høre, men sen til å tale og sen til å bli sint.

⁸ **Salomos ordspråk 25,28:** Den som ikke kan styre sitt eget sinn, er som en nedrevet by uten mur.

SPØRSMÅL TIL ETTERTANKE

1. Var det noe spesielt du satt igjen med etter å ha hørt denne prekenen eller lest prekenreferatet?
2. Hvilken av Åndens frukter føler du at du trenger mest å vokse i akkurat nå?
3. Er det noen spesifikke relasjoner i livet ditt hvor du merker at du mangler en eller flere av Åndens frukter? Hva kan du gjøre annerledes?
4. Hvilke konkrete skritt kan du ta for å "øve" på å bruke Åndens gaver i ditt daglige liv?
5. Er du villig til å be om forbønn for å stå sterkere i de kvalitetene som Åndens frukter er?

HØR TALEN SOM PODCAST



Scann QR-koden med mobilkameraet ditt eller gå til www.tabernakletoyer.no/podcast.

Podcasten vår er også tilgjengelig på Spotify, Apple Podcasts, Amazon Music m.fl. Du finner den ved å søke etter Tabernaklet Øyer.