

## Goda råd för goda dagar... (del 1)

- Bernth Antonsson

# Följ goda vanor...

Livet blir bra mycket enklare, och bra mycket bättre, om man har goda vanor. Det kan vara lite svårt att komma in i dem, men när man väl har gjort det går det nästan av sig självt. Den som har provat att spela trumpet vet att om man ska hålla läpparna i trim behöver man spela ofta. En god vän till mig berättade för flera år sedan att "Varje kväll klockan elva går jag ner i källaren och spelar på min kornett. Du vet, där stör jag varken min fru eller någon annan." Varje gång musikkåren övade och varje gång den spelade i kyrkan eller någon annanstans satt min vän på sin plats välövad och trogen.

Jag satt och pratade med en annan av mina vänner. Hon berättade om sitt arbete, sina uppgifter i församlingen och om de många själavårdande och vägledande samtal hon hade med många, inte minst med ungdomar. Som en förklaring till hur det var möjligt för henne att leva ett så aktivt och utgivande liv sa hon: "Min stund med Jesus varje morgon är guld värd." För att kunna ge ut måste man fylla på.

I en församling där jag var pastor fanns en medlem som alltid satt närmast dörren på sista bänken i högra bänkpartiet. Hon kom i så god tid till gudstjänsterna att platsen alltid var tom. Det hade det goda med sig att hon hann förbereda sig för gudstjänsten i tanke och bön.

En av mina kollegor sa: "Ja, jag deltar alltid i SAMP:s (Svenska Alliansmissionens Personalförbund) årsmötesdagar. Det är inte programmet som avgör att jag åker dit och inte heller vem som medverkar. Jag behöver gemenskapen och mår så bra av den." Varje år livet igenom var han med när pastorer, missionärer, ungdomsledare och andra SAM-medarbetare samlades.

Det är inte svårt att hitta exempel på goda vanor i Bibeln.

Om Jobs söner står det i den fjärde versen i det första kapitlet i Jobs bok att de "brukade turas om att bjuda hem varandra till fest, och de inbjöd då också sina tre systrar att komma och äta och dricka tillsammans med dem." I nästa vers berättas att "När alla hade hållit sin fest såg Job till att hans barn blev renade. Tidigt på morgonen offrade han brännoffer för var och en av dem. Han tänkte: 'De kan ju ha syndat och i sina tankar förbannat Gud.' – Så brukade Job alltid göra." De här verserna påminner oss om att det är en god vana att be om Guds goda över dem som står oss nära.

Evangelisten Lukas berättar i sitt evangeliums andra kapitel i vers 41 att Jesu "föräldrar brukade varje år bege sig till Jerusalem vid påskhögtiden." Nästa vers berättar att "Också när Jesus var tolv år gammal gick de dit upp som seden var vid högtiden." Ett par kapitel längre fram får vi av Lukas veta att Jesus "kom till Nasaret, där han hade växt upp, och på sabbaten gick han till synagogan, som han brukade". (Luk 4:16) En äldre generations goda exempel får efterföljare i en kommande generation.

I början av det tredje kapitlet i Apostlagärningarna kan vi läsa att "Petrus och Johannes gick upp till templet, vid tiden för eftermiddagsbönen. Då bars det dit en man som varit lam från födseln och som man varje dag brukade sätta vid en ingång kallad Sköna porten, så att han kunde tigga av dem som besökte templet." En god vana fick denna dag ett underbart resultat genom att de båda apostlarna i Jesu namn förmedlade hälsa till honom.

## VECKANS FUNDERING

Vilka vanor skulle kunna hjälpa mig till att leva ett ännu bättre liv?

## VECKANS UTMANING

Etablera en god vana som kan hjälpa dig att bli en bättre medmänniska!