NYCKEL 10:
Upptäck förlåtelsens kraft

Vi behöver alla få förlåtelse
Bibeln säger att vi allesammans *"har syndat och saknar härligheten från Gud"* (Rom 3:23). Därför behöver vi allesammans be både Gud och våra medmänniskor om förlåtelse för:

- Allt det *onda* som vi har sagt, gjort och tänkt.
- Allt det *goda* som vi INTE har sagt, gjort och tänkt *(försummelsens synd)*.

Vi behöver alla lära oss att förlåta andra
Vi behöver också allesammans lära oss att förlåta andra. Det kan vara svårt, eftersom vår mänskliga natur inte vill förlåta – den vill hämnas! När någon sårar oss säger vår instinkt att vi ska betala tillbaka med samma mynt, för att ge personen vad han eller hon förtjänar.

Men så gjorde inte Jesus. Han gav inte dig och mig vad vi förtjänade. Så här står det i Rom 6:23: *"Syndens lön är döden, men Guds gåva är evigt liv i Kristus Jesus, vår Herre."* Eftersom vi alla har syndat, har vi alla gjort oss förtjänta av syndens lön, det vill säga döden. Men istället för att ge oss det straff vi förtjänade, valde Jesus att *benåda oss* – Han gav oss det eviga livets gåva! På samma sätt kan du och jag benåda dem som har handlat fel mot oss genom att förlåta dem, även om de inte förtjänar det.

Varför är det så viktigt att förlåta?
Varför är det då så viktigt att vi förlåter andra? Här är tre viktiga skäl som Bibeln pekar på:

1. *För att Gud förlåtit oss – och Han befaller oss att göra detsamma:*
   I Kol 3:13 skriver Paulus: *"Så som Herren har förlåtit er ska ni förlåta varandra."* Om vi har blivit förlåtna av Gud, är det naturligt att vi också förlåter andra. Hur har Gud förlåtit oss? Oförtjänt och totalt! På samma sätt behöver du och jag förlåta våra medmänniskor.

2. *För att vi ska kunna ta emot och tillgodogöra oss Guds förlåtelse:*
   Jesus säger i Matt 6:14-15: *"För om ni förlåter människorna deras överträdelser, ska er himmelske Far också förlåta er. Men om ni inte förlåter människorna, ska inte heller er Far förlåta era överträdelser."* Jesus kopplar alltså samman Guds förlåtelse av våra synder med vår villighet att förlåta andra deras felsteg. Att förlåta andra är ett villkor för att själv kunna ta emot Guds förlåtelse. Jesus säger också att *"med det mått ni mäter med ska det mätas upp åt er"* (Matt 7:2). Så som vi behandlar andra kommer Gud att behandla oss.

3. *För att det sätter oss fria – liksom det befriar den som sårat oss:*
   Förlåtelse är det bästa skyddet och det bästa botemedlet mot bitterhet och cynism. Genom att vara snabba med att förlåta, ger vi aldrig fiendens ogräs något tillfälle att slå rot i våra hjärtan. Därmed bevarar vi våra hjärtan rena och fria, samtidigt som vi sätter den som har sårat oss fri genom att vi inte håller någonting emot honom eller henne.

Att förlåta är att radera en skuld
I bönen *Fader vår* ber vi: "*förlåt oss våra **skulder**, såsom ock vi förlåta dem oss **skyldiga** äro*". Att förlåta någon är alltså detsamma som att radera en skuld som den personen har gentemot oss. Detta sätt att tänka gör det lättare att komma fram till vad det är vi behöver förlåta och hur vi ska gå tillväga. Frågan är: Vad har människor stulit från dig som du behöver förlåta? Det kan gälla din glädje, ditt självförtroende, ditt rykte, din oskuldsfullhet eller något annat.

Förlåtelse leder till befrielse
Vad människor än har stulit från dig genom sitt sätt att vara och agera, så är det dessa skulder du behöver radera från ”skuldkontot” i ditt liv. När du raderar någons skuld, ger du upp rätten att hämnas – du överlämnar den rätten till Gud, som är alla människors Domare och som en dag kommer att skipa total rättvisa – och sätter personen fri. Samtidigt befrias ditt eget hjärta från bitterhetens och cynismens lömska rötter. Det innebär inte automatiskt att alla ärr och att all smärta försvinner – förlåtelse är inte att glömma. Men det innebär att du blir fri att leva, att andas och att älska med ett rent hjärta och ett rent samvete.

Metod för att förlåta
Om du tycker det är svårt att förlåta, kan den här enkla metoden vara till hjälp:

1. Ta ett papper och skriv ner alla de saker som personen har stulit från dig – var specifik!
2. Läs noga igenom varje punkt på pappret och säg till dig själv: ”Ja, jag har blivit illa behandlad. Den här personen är skyldig mig massor. Jag har rätt att vara arg. Men jag tänker inte låta djävulen hålla mitt hjärta i kedjor. Jag väljer att *förlåta.* Jag väljer att radera dessa skulder och sätter den här personen fri, en gång för alla!”
3. Ta papperet, knyckla ihop det och bränn upp det – det kommer bli en befriande upplevelse!

Skillnaden mellan förlåtelse och försoning
Men tänk om personen inte vill bli förlåten? Går det ändå att förlåta? Ja! Det är skillnad mellan *förlåtelse* och *försoning*. Försoning handlar om att relationen upprättas och kräver två parter. Men förlåtelse handlar om att en skuld raderas och kräver bara en part. Därför kan du förlåta till och med den som inte vill bli förlåten. Det är *ditt val* att förlåta – det är *personens val* att ta emot förlåtelsen eller inte; det är en fråga mellan honom eller henne och Gud. Förlåtelse leder alltså inte automatiskt till att relationen helas och upprättas, men det ökar chanserna avsevärt; utan förlåtelse är upprättelse av relationen i princip omöjlig.

Tänk om Jesus hade väntat med att förlåta dig tills du bad om det eller tog emot Hans förlåtelse! Då skulle Han inte ha kunnat dö för dina synder för 2 000 år sedan. Men det gjorde Han! På samma sätt kan du och jag förlåta våra medmänniskor innan de ber om det, och även om de inte ens vill bli förlåtna. Då raderar vi deras skuld från ”vårt konto” och håller inte längre någonting emot dem, men det hindrar inte att de också behöver göra upp med Gud och ta emot Hans förlåtelse.

Utveckla en livsstil av nåd och förlåtelse
Om du vill leva i frihet, utveckla en livsstil av nåd och förlåtelse:

1. *Var snabb att be om förlåtelse.* Det gäller både när du tänker, säger eller gör saker som du vet är fel och när du struntar i att tänka, säga eller göra det som du vet är rätt.

2. *Var snabb att förlåta andra såsom Kristus har förlåtit dig.* Sätt på dig ”nådens glasögon” och bestäm dig för att alltid se på dina medmänniskor med Jesu ögon av kärlek och empati. Och när någon felar mot dig, vänta inte med att förlåta tills han eller hon ber om det – förlåt på en gång!

Utveckla en förlåtelsereflex
Du och jag kan utveckla en ”förlåtelsereflex”. Det innebär att vi gör förlåtelse till *den omedelbara reaktionen* på varje sårande eller kränkande ord eller handling som vi möter. Då tillåter vi inte något frö av bitterhet eller cynism att slå rot i våra hjärtan, och fienden får aldrig något grepp om våra själar. Vi blir verkligt fria, och vi kommer att reflektera vår himmelske Fars karaktär.

SAMTALSFRÅGOR

- Vad fick du för tankar av undervisningen? Vad talade starkast?
- Vad har Jesus förlåtit dig?
- Brukar du tänka på förlåtelsen som att ”avskriva en skuld”? Vad gör det synsättet för skillnad?
- Har du upplevt befrielsen i att förlåta någon som gjort dig illa?
- Brukar du förlåta på en gång eller vänta tills personen ber om förlåtelse?
- Finns det just nu någon person som du skulle behöva förlåta?

BÖNEÄMNEN

- Ta emot Guds obegränsade nåd och förlåtelse.
- Förlåt dig själv.
- Be om kraft att förlåta andra som står i skuld till dig.
- Valfria böneämnen.