

## Træning i gudsfrygt

***Nøglevers: "Træn dig selv i gudsfrygt, for legemsøvelse er kun af ringe nytte, men gudsfrygt er nyttig til alt, da den har løfte om det nuværende liv og også om det kommende liv."***

***1 Timoteus 4:7,8***

***Udvalgte skriftsteder:***

***1 Timoteus 4:7-16***

I Paulus' første brev til Timoteus kalder apostlen ham "min egen søn i troen" (1 Timoteus 1:1,2). Der er tegn på, at Timoteus manglede selvtillid, da Paulus først kaldte ham til at gå ind i tjenesten. Apostlen mindede ham efterfølgende om den tro, som hans mor og mormor havde vist, og at han ikke skulle underkaste sig "frygtens ånd" (2 Timoteus 1:5-7). Ved en anden lejlighed bad Paulus korinterne om ikke at skræmme Timoteus, når han kom på besøg, hvilket viser, at han var opmærksom på hans mulige usikkerhed (1 Korintherbrev 16:10). I vores udvalgte skriftsted formaner apostlen Timoteus: "Lad ingen se ned på dig, fordi du er ung" (1 Timoteusbrev 4:12). Selvom Paulus' opmuntring til Timoteus er personlig, kan den anvendes på alle medlemmer af menigheden.

I vores nøglevers opfordrer Paulus Timoteus til at overveje kontrasten mellem kropslig træning og gudsfrygt. En oversættelse lyder: "Kropslig træning har en vis værdi, men gudsfrygt har værdi for alle

ting og rummer løfter for både det nuværende liv og det kommende liv." Mange undersøgelser har vist de psykologiske fordele ved motion, herunder mindskede symptomer på både depression og angst, reduceret stressniveau og øget selvværd og selvtillid. Paulus afviser ikke fysisk træning som spild af tid, men roser den som værende af værdi. Andetsteds siger apostlen, at vores krop er Helligåndens tempel, givet af Gud og købt med Kristi dyrebare blod. Vi bør derfor ære Gud ved at holde os i form til hans tjeneste. 1 Korinther 6:19,20

Efter at have anerkendt den praktiske værdi af fysisk motion, understreger Paulus straks overlegenheden ved at udøve "guds frygt". Han minder Timoteus om hans pastorale forpligtelser, ikke fordi han har glemt eller forsømt at udføre dem, men for at opmuntre ham til at fortsætte på denne måde. Han beder Timoteus om at instruere menigheden om at afvise og forkaste alle profane og mytiske lærdomme og opfordre til udøvelse af ægte guds frygt. Han skal opmuntre brødrene til at anerkende Guds trofasthed og se det guddommelige budskabs acceptabilitet. Timoteus skal minde de troende om det privilegium, det er at arbejde og lide forhånelser for Kristi skyld. Han skal lære dem at "stole på den levende Gud, som er alle menneskers Frelser". 1 Timoteus 4:7-10

Paulus siger til den unge Timotheus, at han skal "være et forbillede for de troende" (1 Timotheus 4:12). Hans ord, adfærd, kærlighed, ånd, tro og renhed skal være et forbillede, ikke kun i offentlige taler, men også i hans daglige liv. Et sådant forbillede skal begynde indvendigt, i hans hjerte og sind. Derefter skal hans kristne karakters indre nåde komme til udtryk udadtil i hans tale, adfærd og

handlinger. Paulus afslutter sin formaning til Timoteus med at sige: "Indtil jeg kommer, skal du hellige dig læsningen, ... læren. Forsøm ikke den gave, der er i dig, ... Tænk over disse ting; hellig dig dem fuldt ud." 1 Timoteus 4:13-15

Hver kristens kald og trofasthed hviler på principperne om "retfærdighed og sand hellighed" (Efeserbrevet 4:24). De troende opfordres til at afspejle Guds karakter: "Som den, der har kaldet jer, er hellig, skal også I være hellige i hele jeres livsførelse." 1. Petersbrev 1:15