

# BEKYMMERS- LÖSHETSPÄRLAN

*DEN HIMMELSBLÅ PÄRLAN  
OM ATT NJUTA AV LIVET*

## **VAR KAN JAG VARA MIG SJÄLV?**

Livet är inte bara motgångar och öken. På andra sidan mörkret finns ljuset, hur svårt det än är att se det. Ibland går det att ana en ljusstrimma mitt i det mörka och svåra. Du kanske upplever ett lugn mitt i kaoset, åker till ett ställe där du tycker om att vara, träffar en människa som får dig att må bra eller hittar ett sammanhang där du kan vara dig själv.

Bekymmerslöshetspärlan är blå som himlen under en solig sommardag. Den vill säga till dig att vi ofta bekymrar oss i onödan och att allt kommer att ordna sig. Lita på att Gud är med dig och hjälper dig att leva varje dag. Vilka bekymmer eller svårigheter det än är som tynger dig, ta vara på möjligheten att lämna dem ett tag.

Bekymmerslöshet är ett härligt ord. På swahili säger man "hakuna matata". Det betyder "inga bekymmer". Man är glad, lycklig och härligt fri. Det handlar just om att vara sig själv och glädjas över varje dag.

## **KAN MAN LEVA UTAN BEKYMMER?**

Det går inte att leva helt utan bekymmer i längden. Alla människor kommer att gå igenom tider av öken och bekymmer. Bekymmer hör till livet som människa. Det behöver inte bara vara något dåligt. När man går igenom sådant som är besvärligt lär man sig ofta nya saker. Man blir starkare än man var innan.

Samtidigt är det viktigt att bekymren inte blir det enda i livet. Även när livet är som svårast finns det nästan alltid något att vara glad och tacksam för. Till exempel att träffa en bra kompis, att få vara frisk eller att man har en familj.

Det är därför både Ökenpärlan och Bekymmerslöshetspärlan finns med i Frälsarkransen. Bekymmerslöshetspärlan handlar om att ta vara på de bra sakerna i livet. Utmana dig själv att säga "hakuna matata" eller "inga bekymmer" lite oftare. Hur du skulle kunna möta det som är svårt i livet kan du läsa om i kapitlet om Ökenpärlan.

PSALM 773: KÄNN INGEN ORO



## VAR INTE RÄDD

"Var inte rädd." Det sägs att det står så på 365 ställen i Bibeln. "Var inte rädd", eller samma budskap med andra ord. Lika många gånger som antalet dagar på ett år. Gud säger det en gång varje dag till dig: "Var inte rädd."

Det kan vara skönt att höra, särskilt när man har svårt att våga vara sig själv. Varje gång någon ser ned på dig eller varje gång du själv funderar på om du vågar göra någonting, säger Gud: "Var inte rädd!" Gud har skapat dig och hela världen, allt som finns till. Det betyder också att Gud bryr sig om dig, precis som Gud bryr sig om allt skapat. Gud tar hand om dig och hjälper dig genom livet. Se berättelsen om fotspåren i sanden i kapitlet om Ökenpärlan.

En gång predikade Jesus om hur skapelsens blommor och djur visar oss att vi inte behöver vara rädda eller oroa oss. Vi behöver inte bekymra oss för vad vi ska äta eller dricka eller ta på oss. Det betyder inte att Gud vill förbjuda oss att fundera på sådant. Vi ska förstås ta ansvar för våra liv. Snarare handlar det om att vi kan lita på att Gud vet vad vi behöver. Vi måste också ta hand om oss själva och andra. Inget ramlar ned från himlen. Men Gud vill ge oss det som är viktigt i livet.

Samtidigt är det många människor som verkligen har anledning att oroa sig för om det kommer att finnas något att äta eller dricka överhuvudtaget. Men många fattiga och hungriga människor har en stark tro på Gud – trots allt. Att kunna lita på Gud trots allt ont som finns omkring oss, det är vad Bekymmerslöshetspärlan handlar om.



BIBELORD: MATTEUSEVANGELIET 6:25-34



FUNDERA MERA: DINA RÄDSLOR

Vad är du rädd för?

Vad kan du göra för att motverka dina rädslor?