

# PAULUS' BREV TIL ROMERNE

## Hilsen

**1** Paulus, Jesu Kristi tjener, kalt til apostel, utvalgt til Guds evangelium; <sup>2</sup> det Han på forhånd lovte ved profetene sine i Hellige Skrifter, <sup>3</sup> om Sin Sønn. Som menneske er Han kommet av Davids slekt, <sup>4</sup> og etter hellighets Ånd ble Han stadfestet å være Guds Sønn i kraft ved oppstandelsen fra de døde, Jesus Kristus, vår Herre.

<sup>5</sup> Ved Ham har vi fått nåde og apostel-tjeneste til troens lydighet blant alle folkeslag, for Hans navn. <sup>6</sup> Blant dem er også dere som er kalt av Jesus Kristus: <sup>7</sup> Til alle Guds elskede, kalte og hellige som er i Roma: Nåde være med dere og fred fra Gud, vår Far, og Herren Jesus Kristus.

## Lengsel etter å besøke menigheten i Roma

<sup>8</sup> Først takker jeg min Gud ved Jesus Kristus for dere alle, for deres tro forkynnes i hele verden. <sup>9</sup> Gud er mitt vitne, Han som jeg tjener i min ånd i Hans Sønnens evangelium, at jeg ustanselig minner om dere i mine bønner.

<sup>10</sup> Jeg ber alltid om at det en gang må lykkes for meg å komme til dere på en eller annen måte, ved Guds vilje. <sup>11</sup> For jeg lengter etter å se dere, slik at jeg kan gi dere del i en åndelig nådegave, så dere kan bli styrket – <sup>12</sup> det vil si at vi sammen kan bli opplevet i vår felles tro, deres og min.

<sup>13</sup> Nå vil jeg ikke at dere skal være uvitende, brødre, om at jeg ofte har planlagt å komme til dere for å høste noe frukt også blant dere, slik som blant de andre folkeslagene. Men inntil nå er jeg blitt forhindret. <sup>14</sup> Jeg står i gjeld både til grekere og barbarer, til vise og uforstandige. <sup>15</sup> Derfor, så langt det står til meg, er jeg villig til å forkynne evangeliet også for dere i Roma.

## Den som er rettferdig av tro, skal leve

<sup>16</sup> For jeg skammer meg ikke over Kristi evangelium, for det er Guds kraft til frelse for hver den som tror, for jøde først og så for greker.

<sup>17</sup> For i det blir Guds rettferdighet åpenbart av tro til tro, som det står skrevet: *Den som er rettferdig av tro, skal leve.*

## Guds vrede over all ugudelighet

<sup>18</sup> For Guds vrede blir åpenbart fra Himmelen over all ugudelighet og urettferdighet hos

menneskene, de som holder sannheten nede i urettferdighet. <sup>19</sup> Det en kan vite om Gud ligger åpent for dem, for Gud har åpenbart det for dem.

<sup>20</sup> Helt siden verdens skapelse har Hans usynlige egenskaper vært klart synlige; både Hans evige kraft og Hans guddommelighet; disse kan kjennes av de gjerninger som er gjort. Slik er de uten unnskyldning.

<sup>21</sup> For selv om de kjente Gud, æret de Ham ikke som Gud, eller takket, men de ble tomme i sine tanker, og deres dåraktige hjerte ble formørket. <sup>22</sup> Mens de gjorde krav på å være vise, ble de bare dåraktige, <sup>23</sup> og de byttet bort den uforgjengelige Guds herlighet med et bilde gjort lik et forgjengelig menneske, og bilder av fugler, firbeinte dyr og krypdyr.

<sup>24</sup> Derfor overga Gud dem også i deres hjerters lyster til urenhet, så de vanærer sine kropper seg imellom. <sup>25</sup> De byttet ut Guds sannhet med løgn og tilba og tjente skapningen i stedet for Skaperen, Han som er lovprist i all evighet. Amen.

<sup>26</sup> Derfor overga Gud dem til æreløse lidenskaper. For til og med deres kvinner byttet ut det naturlige samliv med et som er i strid med naturen. <sup>27</sup> Det samme gjorde også mennene. De forlot det naturlige samliv med kvinnen, og de ble opptent i sitt begjær etter hverandre, så menn drev skammelig utukt med menn. Og den velfortjente straffelønn for sin villfarelse fikk de på seg selv.

<sup>28</sup> Ettersom de ikke fant noen verdi i å kjenne Gud, overga Gud dem til et uverdigg sinn, så de gjør de ting som ikke sømmer seg.

<sup>29</sup> De er fulle av all slags urettferdighet, seksuell umoral, usselhet, grådighet og ondskap. De er fulle av misunnelse, mord, strid, svik og falskhet. De ble ryktemakere, <sup>30</sup> baktalere, gudshatere, voldsmenn, stolte, skrythaler, de finner på all slags ondt, de er ulydige mot foreldre, <sup>31</sup> uforstandige, upålitelige, uten naturlig kjærlighet, de vil ikke tilgi, de er ubarmhjertige.

<sup>32</sup> Disse kjenner Guds rettferdige dom, og de vet at de som driver med den slags, fortjener døden. Likevel gjør de ikke bare det samme selv, men de støtter også andre som gjør det.

### Guds rettferdige dom

**2** Derfor kan du ikke unnskyldes, du menneske, hvem du enn er som dømmer. For i hver sak du dømmer en annen, fordømmer du deg selv. For du som dømmer, gjør de samme ting. <sup>2</sup> Vi vet at Guds dom, den som er i samsvar med sannheten, hviler over dem som gjør den slags. <sup>3</sup> Regner du med, du menneske som dømmer dem som gjør slike ting, og som selv gjør de samme, at du skal kunne flykte fra Guds dom? <sup>4</sup> Eller forakter du Hans rikdom på godhet, overbærenhet og tålmodighet? Skjønner du ikke at Guds godhet leder deg til omvendelse?

<sup>5</sup> Men ved din hardhet og ditt hjerte som ikke vil vende om samler du deg vrede til vredens dag, den dag da Guds rettferdige dom skal åpenbares. <sup>6</sup> *Han skal gi enhver etter hans gjerninger:* <sup>7</sup> Han gir evig liv til dem som ved tålmodig utholdenhet i god gjerning søker herlighet, ære og uforgjengelighet. <sup>8</sup> Han lar harme og vrede komme over dem som søker sitt eget og er u lydige mot sannheten, men som derimot lyder urettferdigheten. <sup>9</sup> Trengsel og angst skal komme over hver menneskesjel som gjør det onde, over jøde først og så over greker. <sup>10</sup> Men Han gir herlighet, ære og fred til hver den som gjør det gode, til jøde først og så til greker. <sup>11</sup> For Gud gjør ikke forskjell på folk.

<sup>12</sup> For alle som syndet uten lov, skal også gå fortapt uten lov, og alle som syndet i loven, skal bli dømt ved loven – <sup>13</sup> for det er ikke de som hører loven, som er rettferdige for Gud, men de som lever etter loven, som skal bli rettferdiggjort. <sup>14</sup> Når hedningfolk som ikke har loven, av naturen gjør det loven lærer, er de sin egen lov, selv om de ikke har loven; <sup>15</sup> de viser at lovens gjerning er skrevet i hjertet deres; og samvittigheten deres vitner sammen med dem; det samme gjelder tankene deres, som innbyrdes enten anklager eller unnskylder dem <sup>16</sup> – på den dagen da Gud skal dømme det skjulte hos menneskene etter mitt evangelium, ved Jesus Kristus.

### Også jøden, som har loven, bryter loven

<sup>17</sup> Se, du som kalles jøde og setter din lit til loven og roser deg i Gud, <sup>18</sup> du som kjenner Hans vilje og som kan dømme om smått og stort, fordi du er opplært i loven, <sup>19</sup> og er overbevist om at du selv er en veileder for blinde, et lys for de som er i mørke,

<sup>20</sup> en oppdrager for uforstandige, en lærer for umodne, fordi du i loven har fått den rette form for kunnskap og sannhet.

<sup>21</sup> Du som lærer andre, lærer du ikke deg selv? Du som forkynner at en ikke skal stjele, stjeler du? <sup>22</sup> Du som sier: «Du skal ikke drive hor», driver du hor? Du som har avsky for avgudsbildene, utfører du tempelran? <sup>23</sup> Du som roser deg av loven, vanærer du Gud ved å bryte loven? <sup>24</sup> *For Guds navn blir spottet blant folkeslagene på grunn av dere, slik det står skrevet.*

### Hjertets omskjærelse

<sup>25</sup> Omskjærelse er jo nyttig dersom du holder loven. Men er du en lovbryter, da er din omskjærelse blitt som om du hadde forhud. <sup>26</sup> Hvis en som har forhud, holder lovens rettferdige krav, må ikke da hans forhud likevel regnes som omskjærelse? <sup>27</sup> Dersom den som fysisk har forhud, oppfyller loven, har han ikke da rett til å dømme deg, du som til tross for at du har bokstaven og omskjærelsen, er en lovbryter?

<sup>28</sup> For det er ikke den som er jøde i det ytre, som er jøde, og omskjærelse er ikke en omskjærelse i det ytre, på kjønnslemmet. <sup>29</sup> Men den er jøde som er det i det skjulte, og som har hjertets omskjærelse i Ånden, ikke i bokstaven. Den har sin ros, ikke fra mennesker, men fra Gud.

### Gud har rett til å dømme alle

**3** Hvilken fordel har da jøden, eller hvilket gagn er det i omskjærelsen? <sup>2</sup> Mye, på alle måter! Først og fremst det at Guds Ord ble betrodd dem.

<sup>3</sup> Hva da om noen var utro? Kan deres utroskap sette Guds trofasthet ut av kraft? <sup>4</sup> På ingen måte! Det står fast at Gud er sannferdig, men hvert menneske er en løgner. Som det står skrevet: *For at Du skal bli rettferdiggjort i Dine ord, og få rett når Du dømmer.*

<sup>5</sup> Men dersom vår urettferdighet framhever Guds rettferdighet, hva skal vi da si? Er Gud urettferdig, Han som lar vreden komme? Jeg taler nå bare på menneskelig vis. <sup>6</sup> Nei, på ingen måte! For hvordan skulle da Gud kunne dømme verden? <sup>7</sup> For dersom Guds sannhet er kommet tydeligere fram ved min løgn, og det har bidratt til Hans ære, hvorfor blir jeg da fortsatt dømt som en synder? <sup>8</sup> Hvorfor skal vi da ikke bare «gjøre det onde

for at det gode kan komme av det?» – slik de spottende sier om oss, og som noen påstår at vi lærer. Dommen over dem er rettferdig.

### Alle mennesker står skyldige for Gud

<sup>9</sup> Hva da? Har vi noen fordel? Nei, slett ikke! Vi har jo ovenfor anklaget både jøder og grekere for at de alle er under synd. <sup>10</sup> Som det står skrevet:

*Det er ikke én rettferdig, nei, ikke en eneste. <sup>11</sup> Det er ikke én som er forstandig. Det er ikke én som søker Gud. <sup>12</sup> De har alle bøyd av. Alle er de blitt fordervet. Det er ingen som gjør godt, nei, ikke en eneste. <sup>13</sup> En åpnet grav er deres strupe. Med sine tunger har de sveket, slangegift er under deres lepper.*

<sup>14</sup> *Deres munn er full av forbannelse og bitterhet. <sup>15</sup> Deres føtter er snare til å utøse blod. <sup>16</sup> Det er ødeleggelse og elendighet på deres veier. <sup>17</sup> Og fredens vei har de ikke kjent. <sup>18</sup> Det er ingen gudsfrykt for deres øyne.*

<sup>19</sup> Men vi vet at alt det loven sier, taler den til dem som er i loven, for at hver munn skal bli lukket, og for at hele verden skal stå straffskyldig for Gud, <sup>20</sup> siden ikke noe menneske blir rettferdiggjort for Ham gjennom lovgjerninger, for ved loven kommer erkjennelse av synd.

### Guds rettferdighet blir gitt ved tro alene

<sup>21</sup> Nå er Guds rettferdighet blitt åpenbart uten noen lov, den rettferdighet loven og profetene bevitnet. <sup>22</sup> Det er Guds rettferdighet ved tro på Jesus Kristus, til alle og over alle som tror. For det er ingen forskjell,

<sup>23</sup> for alle har syndet og mangler Guds herlighet. <sup>24</sup> Men de blir rettferdiggjort, ufortjent, av Hans nåde ved forløsningen, den som er i Kristus Jesus. <sup>25</sup> Ham stilte Gud fram som et soningssted, ved troen, i Hans blod, for å vise sin rettferdighet. For Gud i sin tålmodighet hadde båret over med de synder som tidligere var gjort. <sup>26</sup> Slik ville Han vise sin rettferdighet i den tiden som er nå, så Han kunne være rettferdig og rettferdiggjøre den som har troen på Jesus.

### All menneskeres er utelukket

<sup>27</sup> Hvor er så vår ros? Den er utelukket. Ved hvilken lov? Gjerningenes? Nei, ved troens lov. <sup>28</sup> Derfor holder vi fast på at det er ved tro mennesket blir rettferdiggjort, uten lovgjerninger.

<sup>29</sup> Eller er Gud bare jødernes Gud? Er Han

ikke også folkeslagenes Gud? Jo, også folkeslagenes, <sup>30</sup> for Gud er Én, Han som rettferdiggjør de omskårne av troen og de uomskårne ved troen. <sup>31</sup> Setter vi da loven ut av kraft ved troen? Langt ifra! Tvert imot stadfester vi loven.

### Abraham ble rettferdiggjort ved tro

**4** Hva skal vi da si at vår far Abraham har oppnådd etter kjøttet? <sup>2</sup> For dersom Abraham ble rettferdiggjort av gjerninger, har han jo noe å rose seg av, men ikke for Gud. <sup>3</sup> For hva sier Skriften? *Abraham trodde Gud, og det ble regnet ham til rettferdighet.*

<sup>4</sup> For den som arbeider, blir ikke lønnen regnet som nåde, men som fortjeneste. <sup>5</sup> Men den som ikke arbeider, men tror på Ham som rettferdiggjør den ugudelige, ham blir hans tro tilregnet som rettferdighet,

<sup>6</sup> slik også David uttaler saligprisningen over det menneske Gud tilregner rettferdighet uten gjerninger: <sup>7</sup> «*Salige er de som har fått sine lovbrudd tilgitt, og sine synder dekket over.* <sup>8</sup> *Salig er den mann som Herren ikke tilregner synd.*»

### Abraham ble rettferdiggjort før omskjærelsen

<sup>9</sup> Gjelder nå denne saligprisningen bare de omskårne, eller gjelder den de uomskårne også? Vi sier jo at troen ble regnet Abraham til rettferdighet. <sup>10</sup> Men når ble den da tilregnet ham? Da han var omskåret eller uomskåret? Ikke da han var omskåret, men mens han var uomskåret. <sup>11</sup> Han fikk omskjærelsens tegn som et segl på rettferdigheten ved tro, den han hadde mens han ennå var uomskåret, og slik ble han far til alle som ikke er omskårne, men som tror, så rettferdigheten kunne bli tilregnet dem også.

<sup>12</sup> Han ble også far til de omskårne, dem som ikke bare er omskårne, men også følger i fotsporene av den tro vår far Abraham hadde da han fremdeles var uomskåret.

### Løftet blir gitt ved tro

<sup>13</sup> For det var jo ikke ved loven løftet om å bli arving til verden ble gitt til Abraham eller til hans slekt, men ved troens rettferdighet. <sup>14</sup> For er det de som er av loven, som er arvinger, da blir troen uten innhold og løftet satt ut av kraft, <sup>15</sup> for det er jo slik at loven framkaller vrede. Men der det ikke er noen lov, der er det heller ingen overtredelse.

<sup>16</sup> Derfor er løftet av tro, for at det kunne

være av nåde, slik at løftet kunne stå fast for hele slekten, ikke bare for den som er av loven, men også for den som er av Abrahams tro. Han er far til oss alle<sup>17</sup> – slik det står skrevet: *Jeg har gjort deg til far for mange folkeslag* – overfor Gud, Ham som han trodde på, den Gud som gjør de døde levende og nevner det som ikke finnes, som om det finnes.

<sup>18</sup> Da alt håp var ute, trodde han med håp at han skulle bli far til mange folkeslag, etter det som var sagt: «*Slik skal din slekt bli.*»<sup>19</sup> Han ble ikke svak i troen og var ikke opptatt av sin egen utlevde kropp, selv om han snart var 100 år. Heller ikke var han opptatt av Saras døde morsliv.

<sup>20</sup> Han tvilte ikke i vantrø på Guds løfte, men ble styrket i troen idet han ga Gud ære.<sup>21</sup> Han var helt overbevist om at det Han hadde lovt, det var Han også i stand til å gjøre.<sup>22</sup> Derfor ble det regnet ham til rettferdighet.

<sup>23</sup> Nå ble det ikke skrevet bare for hans skyld at den ble tilregnet ham;<sup>24</sup> men også for vår skyld, vi som blir tilregnet rettferdighet og som tror på Ham som reiste vår Herre Jesus opp fra de døde,<sup>25</sup> Han som ble gitt for våre overtredelser og oppreist til vår rettferdiggjørelse.

### Fred med Gud

**5** Da vi altså er blitt rettferdiggjort av tro, har vi fred med Gud ved vår Herre Jesus Kristus.<sup>2</sup> Ved Ham har vi også ved troen fått adgang til denne nåde vi står i, og vi roser oss ved håp om Guds herlighet.

<sup>3</sup> Og ikke bare det, vi roser oss også i trengsler, for vi vet at trengselen virker tålmodighet,<sup>4</sup> tålmodigheten virker et prøvet sinn, og det prøvede sinn virker håp.<sup>5</sup> Håpet gjør ikke til skamme, for Guds kjærlighet er utøst i våre hjerter ved Den Hellige Ånd, som ble gitt oss.

### Kristus i vårt sted

<sup>6</sup> For da vi ennå var skrøpelige, døde Kristus til fastsatt tid for ugudelige.<sup>7</sup> Det er neppe noen som vil dø for en rettferdig. Eller kanskje for en som er god, ville noen våge å dø.<sup>8</sup> Men Gud viser sin kjærlighet til oss ved at Kristus døde for oss mens vi fortsatt var syndere.<sup>9</sup> Hvor mye mer skal vi da, nå som vi er blitt rettferdiggjort ved Hans blod, ved Ham bli frelst fra vreden!<sup>10</sup> For dersom vi ble forliket med Gud ved Hans Sønnens død da

vi var fiender, skal vi enda mer bli frelst ved Hans liv etter at vi er blitt forliket.<sup>11</sup> Ikke bare det, vi roser oss også i Gud ved Herren Jesus Kristus, Ham vi nå har fått forlikelsen ved.

### Død i Adam, liv i Kristus

<sup>12</sup> Derfor, slik synden kom inn i verden ved ett menneske, og døden ved synden, og døden slik trengte seg inn til alle mennesker, fordi de alle syndet.<sup>13</sup> For også i tiden fram til loven var det synd i verden, men synden blir ikke tilregnet når det ikke er noen lov.

<sup>14</sup> Likevel hersket døden fra Adam til Moses, også over dem som ikke hadde syndet i likhet med overtredelsen til Adam, han som er et forbilde på Ham som skulle komme.<sup>15</sup> Men med nådegaven er det ikke som med fallet. For om de mange døde på grunn av den enes fall, så er Guds nåde og gaven ved Det ene Mennesket Jesu Kristi nåde, i langt større grad kommet rikelig over de mange.

<sup>16</sup> Med gaven er det ikke som da den enes syndet. For dommen som kom av den enes fall, førte til fordømmelse. Men nådegaven som kom etter de mange overtredelser, førte til rettferdiggjørelse.<sup>17</sup> For om døden fikk herredømme ved den ene, ved denne enes fall, så skal da de som tar imot nådens overflod og rettferdighetens gave, desto mer ha liv og herske ved Den Ene, Jesus Kristus.

<sup>18</sup> Altså, slik fordømmelsen ved den enes fall kom over alle mennesker, slik blir Den Enes rettferdige gjerning for alle mennesker til livets rettferdiggjørelse.<sup>19</sup> For slik de mange ble stilt fram som syndere ved det ene menneskes ulydighet, slik skal også de mange bli stilt fram som rettferdige ved Den Enes lydighet.

<sup>20</sup> Men loven kom inn ved siden av, for at fallet skulle bli større. Men der synden ble stor, ble nåden enda mer overstrømmende rik,<sup>21</sup> for slik synden hersket ved døden, skal også nåden herske ved rettferdighet til evig liv ved Jesus Kristus, vår Herre.

### Død for synden, levende for Gud

**6** Hva skal vi da si? Skal vi fortsette i synden for at nåden kan bli desto større?<sup>2</sup> På ingen måte! Vi som døde fra synden, hvordan kan vi fortsette å leve i den?<sup>3</sup> Eller vet dere ikke at alle vi som ble døpt til Kristus Jesus, ble døpt til Hans død?<sup>4</sup> Vi ble altså begravd med Ham ved dåpen til døden, for at slik som Kristus ble oppreist fra de døde ved Faderens herlighet, skal også vi vandre i et nytt liv.<sup>5</sup> For hvis vi er

blitt forenet med Ham i likhet med Hans død, da skal vi også bli det med oppstandelsen. <sup>6</sup>Vi vet at vårt gamle menneske ble korsfestet med Ham, for at syndelegemet skulle bli fratatt sin makt, så vi ikke lenger skal være slaver under synden. <sup>7</sup>For den som er død, er rettferdiggjort fra synden. <sup>8</sup>Men døde vi med Kristus, da tror vi at vi også skal leve med Ham, <sup>9</sup>for vi vet at etter at Kristus er oppreist fra de døde, dør Han ikke mer. Døden hersker ikke lenger over Ham. <sup>10</sup>For døden Han døde, den døde Han for synden én gang for alle, men livet Han lever, det lever Han for Gud. <sup>11</sup>Slik skal også dere regne dere som døde for synden, men levende for Gud i Kristus Jesus, vår Herre.

<sup>12</sup>La derfor ikke synden ha herredømme i deres dødelige kropp, så dere skulle lyde den i dens lyster. <sup>13</sup>Still heller ikke lemmene deres fram som våpen for urettferdigheten til tjeneste for synden, men still dere selv fram til tjeneste for Gud som de som av døde er blitt levende, og still lemmene deres fram som våpen for rettferdigheten, til tjeneste for Gud. <sup>14</sup>Synden skal ikke herske over dere, for dere er ikke under loven, men under nåden.

### Fra syndens slave til Guds tjener

<sup>15</sup>Hva da? Skal vi synde siden vi ikke er under loven, men under nåden? På ingen måte!

<sup>16</sup>Vet dere ikke at når dere stiller dere fram som tjenere i lydighet mot noen, er dere tjenere under den dere lyder, enten det er under synden som fører til død, eller det er under lydigheten som fører til rettferdighet?

<sup>17</sup>Men Gud være takk! Selv om dere har vært slaver under synden, er dere nå av hjertet blitt lydige mot den lærdomsform dere ble overgitt til. <sup>18</sup>Etter at dere ble satt fri fra synden, ble dere tjenere for rettferdigheten.

<sup>19</sup>Jeg bruker uttrykk fra dagliglivet på grunn av deres menneskelige skropelighet. Slik dere før stilte lemmene deres fram som tjenere for urenheten og for lovløsheten, til lovløshet, skal dere nå stille lemmene deres fram som tjenere for rettferdigheten, til helligjørelse.

<sup>20</sup>For da dere var syndens slaver, var dere frie fra rettferdigheten. <sup>21</sup>Hva slags frukt hadde dere den gang? Frukt dere nå skammer dere over, slikt som har døden som mål. <sup>22</sup>Men nå, siden dere er satt fri fra synden og er blitt tjenere for Gud, høster dere frukt som fører til helligjørelse, og målet er

evig liv. <sup>23</sup>For syndens lønn er døden, men Guds nådegave er evig liv i Kristus Jesus, vår Herre.

### Fri fra loven i livssamfunn med Kristus

**7**Eller vet dere ikke, søsken – jeg taler jo til dem som kjenner loven – at loven hersker over et menneske den tiden det lever? <sup>2</sup>Den gifte kvinnen, er ved loven bundet til sin ektemann så lenge han lever. Men hvis ektemannen dør, er hun løst fra loven som bandt henne til ektemannen. <sup>3</sup>Hvis hun gifter seg med en annen mann mens hennes ektemann lever, skal hun kalles en horkvinne. Men hvis hennes ektemann dør, er hun fri fra loven, og er ikke en horkvinne selv om hun har giftet seg med en annen mann.

<sup>4</sup>På samme måte, mine søsken, døde også dere bort fra loven ved Kristi kropp, for at dere skal tilhøre en annen, Han som ble oppreist fra de døde, for at vi skal bære frukt for Gud.

<sup>5</sup>Da vi levde etter kjøttet, virket de syndige lystene som ble vekket ved loven, i våre lemmer, så vi bar frukt for døden. <sup>6</sup>Men nå er vi frigjort fra loven, siden vi er døde fra det som holdt oss fanget, slik at vi tjener i Åndens nye vesen og ikke i bokstavens gamle vesen.

### Synden og lovens bud

<sup>7</sup>Hva skal vi da si? Er loven synd? Slett ikke! Men jeg lærte ikke synden å kjenne uten ved loven. For jeg hadde ikke kjent til begjæret hvis ikke loven hadde sagt: *Du skal ikke begjære*. <sup>8</sup>Men synden, som utnyttet anledningen som budet ga, virket all slags begjær i meg. For uten lov er synden død.

<sup>9</sup>Jeg levde en gang uten lov, men da budet kom, våknet synden til live, og jeg døde.

<sup>10</sup>Slik fikk jeg erfare at det budet som skulle gi liv, ga meg død. <sup>11</sup>For synden tok anledning av budet og bedro meg, og ved dette drepte den meg. <sup>12</sup>La det da stå fast at loven er hellig, og budet er hellig og rettferdig og godt.

### Loven egger synden, men kan ikke frelse

<sup>13</sup>Har da det som er godt, blitt til død for meg? Slett ikke! Men det var synden, for at den klart skulle framstå som synd, som virket død i meg ved det som er godt, slik at synden kunne bli grenseløst syndig ved budet. <sup>14</sup>For vi vet at loven er åndelig, men jeg er kjødelig,



solgt under synden. <sup>15</sup> Det jeg gjør, forstår jeg ikke, for det jeg vil, det gjør jeg ikke. Men det jeg hater, det gjør jeg. <sup>16</sup> Hvis jeg da gjør det jeg ikke vil, samtykker jeg med loven i at den er god. <sup>17</sup> Men nå er det ikke lenger jeg som gjør det, men synden som bor i meg.

<sup>18</sup> For jeg vet at i meg, det vil si i mitt kjøtt, bor det ikke noe godt. For viljen har jeg, men å gjennomføre det gode kan jeg ikke. <sup>19</sup> Det gode jeg vil, gjør jeg ikke, men det onde jeg ikke vil, det gjør jeg. <sup>20</sup> Hvis jeg gjør det jeg ikke vil, da er det ikke lenger jeg som gjør det, men synden som bor i meg. <sup>21</sup> Jeg finner da denne loven i meg selv, at det onde ligger meg for hånden, jeg som vil gjøre det gode.

<sup>22</sup> For jeg fryder meg i Guds lov etter det indre menneske. <sup>23</sup> Men jeg ser en annen lov i lemmene mine. Den ligger i strid med loven i mitt sinn og tar meg til fange under syndens lov, som er i lemmene mine. <sup>24</sup> Jeg elendige menneske! Hvem skal fri meg ut fra denne dødens kropp? <sup>25</sup> Jeg takker Gud, ved Jesus Kristus, vår Herre! Så tjener jeg da Guds lov med mitt sinn, men syndens lov med mitt kjøtt.

### Ingen fordømmelse i Kristus

**O**Derfor er det nå ingen fordømmelse for dem som er i Kristus Jesus, de som ikke vandrer etter kjøttet, men etter Ånden. <sup>2</sup> For livets Ånds lov har i Kristus Jesus gjort meg fri fra syndens og dødens lov. <sup>3</sup> For det som var umulig for loven, siden den var maktesløs på grunn av kjøttet, det gjorde Gud ved å sende sin egen Sønn i syndig kjøtts lignelse og for syndens skyld: Han fordømte synden i kjøttet, <sup>4</sup> for at lovens rettfærdige krav skulle bli oppfylt i oss, vi som ikke vandrer etter kjøttet, men etter Ånden.

<sup>5</sup> For de som lever etter kjøttet, retter sinnet mot det som hører kjøttet til, men de som lever etter Ånden, retter sinnet mot det som hører Ånden til. <sup>6</sup> For kjøttets sinnelag er død, men Åndens sinnelag er liv og fred. <sup>7</sup> For kjøttets sinnelag er fiendskap mot Gud, for det bøyer seg ikke inn under Guds lov og har heller ikke evne til det. <sup>8</sup> De som da styres av kjøttet, kan ikke være til behag for Gud.

<sup>9</sup> Men dere styres ikke av kjøttet, men av Ånden, så sant Guds Ånd bor i dere. Hvis noen ikke har Kristi Ånd, hører han ikke Ham til. <sup>10</sup> Dersom Kristus er i dere, er vel

kroppen død på grunn av synd, men ånden er liv på grunn av rettfærdighet. <sup>11</sup> Hvis Hans Ånd som oppreiste Kristus fra de døde, bor i dere, da skal Han som oppreiste Kristus fra de døde, også levendegjøre de dødelige kroppene deres ved sin Ånd som bor i dere.

### Barnekår ved Ånden

<sup>12</sup> Derfor, søsken, skyldt vi ikke kjøttet noe, slik at vi skulle leve slik det vil. <sup>13</sup> For dersom dere lever etter kjøttet, skal dere dø. Men hvis dere ved Ånden dreper legemets gjerninger, skal dere leve. <sup>14</sup> For alle som blir ledet av Guds Ånd, de er Guds barn.

<sup>15</sup> Dere fikk ikke trelldommens ånd, så dere igjen skulle frykte. Dere fikk barnekårets Ånd, og i Ånden roper vi: «Abba, Far!» <sup>16</sup> Ånden selv vitner med vår ånd at vi er Guds barn, <sup>17</sup> og hvis vi er barn, da er vi også arvinger, Guds arvinger og Kristi medarvinger, så sant vi lider med Ham, for at vi også skal bli herliggjort sammen med Ham.

### Fra lidelse til herlighet

<sup>18</sup> Jeg er overbevist om at lidelsene i den nåværende tid er for ingenting å regne sammenlignet med den herligheten som skal bli åpenbart på oss. <sup>19</sup> For skapningen lengter i ivrig forventning etter åpenbaringen av Guds barn.

<sup>20</sup> Skapningen ble underlagt forgjengelighet, ikke frivillig, men på grunn av Ham som la den under forgjengelighet, men med håp. <sup>21</sup> For skapningen selv skal bli fridd ut fra forgjengelighetens trelldom og ført inn i herlighetens frihet, den som tilhører Guds barn. <sup>22</sup> Vi vet at hele skapningen stønner og sukker som i fødselsveer, helt til denne tid. <sup>23</sup> Ikke bare det, men også vi som har Åndens førstegrøde sukker med oss selv og venter med iver på barnekåret, vår kropps forløsning.

<sup>24</sup> For i dette håpet ble vi frelst, men et håp som blir sett, er ikke lenger noe håp. For hvorfor håper en fortsatt på det en ser? <sup>25</sup> Men hvis vi håper på det vi ikke ser, lengter vi etter det med utholdenhet. <sup>26</sup> På samme måte hjelper også Ånden oss i våre svakheter. For vi vet ikke hva vi skal be om slik vi burde. Men Ånden selv går i forbønn for oss med sukk som ikke kan uttrykkes med ord. <sup>27</sup> Han som gransker hjertene, vet hva Åndens sinnelag er, for Han går i forbønn for de hellige