



Was uns nach unten ziehen will:

1. Von außen:

**Versuchungen, Anfechtungen,
Verfolgung, Streit, Verleumdung,
Verführung, falsche Lehre, perverse
Bilder, Fernsehen, schlechte
Freunde, weltliche Musik**

2. Von innen:

**Unglaube, Ungehorsam, Angst,
Zweifel, Trotz, Müdigkeit,
Verbitterung, Enttäuschungen,
Depressionen, Augenlust,
Fleischeslust, Neid, Lieblosigkeit**

Was uns nach oben ziehen will:

1. Von außen:

**Jesus Christus, Lesen der Bibel,
Predigt, Gemeinschaft mit Christen,
Dienst füreinander, Fürbitte, Liebe,
christliche Bücher, gute Vorbilder,
geistliche Musik**

2. Von innen:

**Geist Gottes, Glaube, Hoffnung, Liebe,
Geduld, Gehorsam, Buße, Bekennen
von Sünde, Gebet, Bitte, Dank, Lob,
Anbetung, Enthaltbarkeit, Frieden,
Genügsamkeit, auf Jesus sehen**