

# BRUKSANVISNING


## 1. INTRO (CA. 5 MIN)


Et spørsmål som hjelper dere å komme inn på dagens tema. Ta gjerne en runde så alle får svare.

## 2. BIBEL (CA. 20 MIN)

Les teksten høyt en gang, og gi deretter alle tid til å lese gjennom for seg selv, enten på mobilen eller i en vanlig bibel. Bruk spørsmålene fra disse tre kategoriene for å få en god samtale.

 *Se: Hva sier teksten?*

 *Tenk: Hva vil forfatteren fortelle til sine lesere?  
Hvordan ville de første leserne forstått dette?*

 *Lev: Hva betyr teksten for oss i dag?*

## 3. BØNN (CA. 5 MIN)

Husk at folk er forskjellige. Noen er vant til å be høyt, andre liker best å be stille. Samtidig er gruppa en god arena for å prøve ut nye ting. Når dere ber for dagens bønneemne kan dere også gjerne be for hverandre og medstudenter.

## UKAS UTFORDRING (CA. 2 MIN)

Ukas utfordring er ikke en eksamen, men en valgfri øvelse. Så senk skuldrene, prøv det ut, og se hva som skjer!

# INNLEDNING

## HVA


En samtaleguide som bringer trossamtalen rett inn i hverdagen.


## HVEM


Studenter midt i studievirkeligheten.

## VISJON

En tro som settes ut i livet.

 2-5 personer

 30 minutter

 6-10 lunsjer

Finn flere hefter eller registrer din gruppe på [nkss.no/lagslunsj](https://nkss.no/lagslunsj).



Norges Kristelige Student- og Skoleungdomslag  
Holbergs plass 4, 0166 Oslo | [post@nkss.no](mailto:post@nkss.no)

# LAGSLUNSJ



*Bibelen forteller historier om mange ulike kvinner, og Gud har til alle tider brukt og utrustet kvinner til viktig tjeneste. I denne lagslunsjen skal vi dykke litt dypere i noen utvalgte bibelske kvinner og deres historie, og undersøke hva vi kan lære fra dem i dag.*

## 1 EVA – KVINNENS VERDI

Eva var en av de første menneskene Gud skapte.  
Nå skal vi se nærmere på hvorfor Gud skapte mennesket.

**Intro** Fortell om en bra dame du vet om, og hvorfor er hun bra.

**Les** 1 Mos 2,18-25.

**SE** Hva finner du i teksten om hvorfor Gud skapte kvinnen/Eva?

**TENK** Hvorfor var det viktig at Gud skapte Eva?

**LEV** Hvordan kan menn og kvinner utfylle hverandre?

**Bønn** Takk Gud for at vi er skapt med behov for hverandre.  
Be om at vi må få se kvinner slik Gud ser dem.

*Send en melding til en dame du vet om og fortell henne hva du setter pris på ved henne!*

## 2 MARIA MAGDALENA – VITNE

Et vitne er en person som forteller om det de har sett og hørt.  
Maria Magdalena ble vitne til Jesu oppstandelse.

**Intro** Visste du at kvinner på Jesu tid ikke ble ansett som pålitelige vitner?  
Deres ord ble sjeldnere tatt seriøst. Hvorfor tror du det var sånn?

**Les** Matt 28,1-10.

**SE** Hva fikk Maria Magdalena og de andre kvinnene i oppdrag fra engelen og Jesus?

**TENK** Hvorfor ble dette viktige oppdraget betrodd Maria Magdalena og de andre kvinnene? Hva gjør dette med troverdigheten til evangeliene?

**LEV** Hvordan kan vi vitne om Jesus i vår hverdag?

**Bønn** Be om visdom til å være et godt vitne og forbilde i hverdagen.

*Tenk på tre mennesker du kan be for, være en venn for og dele evangeliet med.*

## 3 JOMFRU MARIA – TJENESTEVILLIG

Hvordan kan vi både tjene og bli tjent?

**Intro** Historien om Jomfru Maria er blant de mest kjente, unike og spennende i Det nye testamente.

**Les** Luk 1,26-38.

**SE** Hva får Maria i oppdrag og hvordan responderer hun på dette oppdraget?

**TENK** Hva er forskjellen på Marias respons i begynnelsen og slutten?

**LEV** Hvordan kan Marias siste respons være til forbilde for oss?

**Bønn** Gud, hjelp oss å være ydmyke og tjenestevillig som Maria. Hjelp oss å se at ingenting er umulig for deg, Gud.

*Tenk gjennom hva du tror Gud kaller deg til. Hvordan responderer du?*

## 4 EN DYKTIG KONE

Finnes det en fasit på en god ektefelle?

**Intro** I Ordspåkene synger en mann en lovsang for å hedre sin kone.  
Hvordan tenker du at en kone skal være?

**Les** Ordsp 31,10-31.

**SE** Hva slags arbeid gjør kvinnen i teksten?

**TENK** Dyktig på hebraisk er «Eschet chayil» og betyr egentlig tapper, som en soldat klar til kamp. Hvordan vil du beskrive «en sterk kvinne» i dag?

**LEV** Hvordan lever man et liv som er verdt å se opp til i dag – for begge kjønn? Kom med to-tre eksempler!

**Bønn** Gud, vi ber om å få styrke til å arbeide for ditt rike.

*Hvordan kan du glede andre med dine egenskaper den neste uka?*

## 5 HANNA – TÅLMODIGHET

Noen ganger er det vanskelig å være tålmodig. Kjenner du igjen?

**Intro** Hva vil det si å være tålmodig? Er tålmodighet en viktig egenskap?

**Les** 1 Sam 1,1-20.

**SE** Hva står det i teksten at navnet Samuel betyr? Hvorfor gir Hanna det hun har fått tilbake til Gud?

**TENK** Hvordan kan det ha vært å være kvinne som ikke kunne få barn på denne tiden? Hvordan holdt Hanna ut mobbing og motgang?

**LEV** Er det ting i livet Gud har velsignet deg med som du kan gi tilbake av? Kan du følge Hannas eksempel gjennom å holde ut i tålmodighet?

**Bønn** Herre, hjelp oss å være tålmodige. Hjelp oss å finne de kvalitetene du har lagt ned i oss, slik at vi kan bruke dem til ære for deg!

*Øv deg på tålmodighet med en person eller situasjon denne uka.*

## 6 RAHAB – TROSHILT

Gud utrustrer uperfekte mennesker til å stå i tjeneste for han.

**Intro** Augustin sa: «Hver helgen har en fortid, hver synder en fremtid.»  
Rahab er en kvinne i Bibelen med en vanskelig bakgrunn, men som viser styrke og visdom.

**Les** Jos 2,1-4; 6,17-25 og Hebr 11,31.

**SE** Hvem er Rahab og hva skjer i bibelfortellingen som gjør henne til en helt?

**TENK** Hvorfor tror du Rahab beskrives som en troshelt i Hebreerne?

**LEV** Hvordan kan vi hjelpe og tjene de menneskene vi har i livene våre?

**Bønn** Hjelp oss, Gud, til å se i nåde til mennesker vi møter, knus hjertet vårt for det som knuser ditt, og la oss få dine øyne for de menneskene vi møter!

*Tenk på en person som har hatt stor betydning for din tro. Send en melding eller ring personen og fortell hva de har betydd for deg!*

## 7 JORDMØDRENE I EGYPT – ETIKK

Noen ganger havner vi i situasjoner som utfordrer vår etikk.

**Intro** Har du hørt historien om Moses? Hva husker du?

**Les** 2 Mos 1,9-22.

**SE** Jordmødrenes mot i denne historien kan først være lett å overse. Hvilken rolle har jordmødrene i historien om Moses? Hvorfor vil farao drepe de hebraiske guttebarna?

**TENK** Hvorfor velger jordmødrene å ikke følge faraos ordre? Hva vil det si å sette Gud høyere enn andre autoriteter i livet?

**LEV** Hvilke instruksjoner kan du ikke følge fordi du ønsker å følge Guds bud og vilje?

**Bønn** Hjelp oss å leve etter Guds standard, og hjelp oss å stå opp for rettferdighet i de situasjonene hvor det trengs.

*Kjemp for noen denne uka som opplever urett.*

## 8 MARTA OG MARIA – JESU DISIPLER

Hvordan være Jesu disipler?

**Intro** Marta og Maria har besøk av Jesus. Hvordan er du som vertskap når du får besøk?

**Les** Luk 10,38-42.

**SE** Hva er forskjellen mellom Marta og Maria i teksten og hva sier Jesus om deres ulike roller?

**TENK** Hvorfor tror du Jesus iredsetter Marta? Og hva betyr det at Maria har valgt den gode del?

**LEV** Hvordan kan du finne balansen mellom å tjene og å bli tjent av Gud?

**Bønn** Gud, hjelp oss til å velge den gode del, og hjelp oss å glede oss i det å være ditt barn.

*Les et kapittel av Bibelen hver dag denne uka, og skriv ned ting i livet du vil takke Jesus for.*