

# 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.

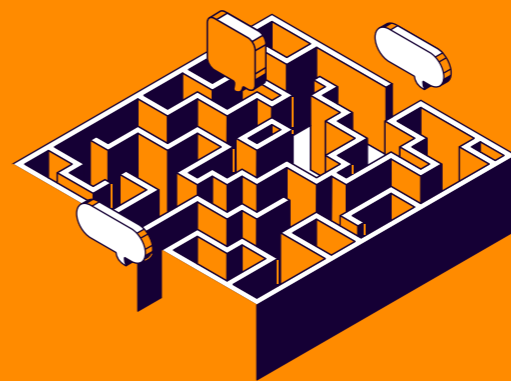
 2-5 personer

 30 minutter

 8 lunsjer

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

# LAGSLUNSJ



*Alle mennesker opplever motgang i livet. Det kan være helsemessige eller emosjonelle utfordringer, problemer i familien, at noen vi er glade i dør, i form av vår egen synd og utilstrekkelighet, eller ved at selve gudsrelasjonen vår forfaller. Hva sier Bibelen i møte med motgang? De følgende tekstene har vært til trøst og håp for Guds folk gjennom århundrer.*



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

# MOTGANG

## 1. HVOR LENGE, GUD?!

Hvor mange har ikke kjent at Gud virker til å ikke svare? Man ber for folk som ikke blir friske, som ikke får ønsker oppfylt eller opplever meningsløshet.

**Intro:** Opplever du til tider at Gud er fjern eller ikke virker å bry seg? Hvordan reagerer du da?

**Bibel:** Les Salme 13.

**SE** Hva gjør salmisten i møte med sin egen smerte (vers 1-4)?

**TENK** Hvordan tror du, tross alt, at salmisten i vers 6 kan si at han setter sin lit til Guds miskunn og midt i smerten sier han skal juble og synge for Herren?

**LEV** Hvordan kan du la din egen smerte føre til bønn, tilbedelse og tillit?

**Bønn:** Takk Gud for at han er der midt i smerten, men også for at vi får lov til å uttrykke hvordan vi har det og opplever det. Be om hjelp til å stole på ham når vi ikke ser ham.

Lag en liten liste over eksempler på at Gud har gjort godt mot deg midt i all eventuell motgang og smerte. Let fram listen på en dårlig dag.

## 2. GUDS FAMILIE

Relasjoner kan være utfordrende selv i «de beste familier». Mange av oss har også opplevd å vokse opp med bitre og utfordrende familierelasjoner.

**Intro:** Hvilke former for motgang har du opplevd i/med familien din?

**Bibel:** Les Romerne 8, 15-2.

**SE** Hvilke ord i teksten beskriver vår relasjon til Gud?

**TENK** Hva er konsekvensene av at vi er Guds barn og arvinger (både i dette livet og i evigheten)?

**LEV** På hvilken måte kan budskapet om at Gud er vår far og om håpet om herlighet være til håp og trøst i møte med utfordrende familierelasjoner her og nå?

**Bønn:** Be Gud om å vise seg for deg som din pappa og ev. hjelpe deg til å tilgi din egen familie. Be for familien din.

Bruk litt tid en dag på å tenke på hvordan du selv ønsker at din framtidige familie skal se ut. Hva skal til?

## 3. SVARET PÅ DØDEN

Døden er på mange måter sett på som vår siste fiende; i møte med døden kommer vi til kort. I dag skal vi se på Jesu eget svar på døden.

**Intro:** Har du opplevd å miste noen? Hvordan opplevde du sorgen og tiden rundt?

**Bibel:** Les Johannes 11, 1-44.

**SE** Både Marta og Maria møter Jesus med den samme anklagen: «Hadde du vært her...» Hvordan møter Jesus søstrene i sorg?

**TENK** Hvordan kan det ha seg at Jesus, som vet at han skal vekke opp Lasarus fra de døde, likevel blir opprørt, rystet i sitt indre og gråter i møte med vennens død?

**LEV** Jesu ord i vers 25 gir ikke løfter om at vi ikke kommer til å oppleve død eller smerte, men at Jesus er svaret og håpet i møte med døden. Hvordan gir det konkret håp og trøst for din del?

**Bønn:** Takk Jesus for håpet på andre siden av graven. Be for mennesker du kjenner som står i sorg eller savn.

Send et kort eller en oppmuntring til noen som har mistet noen. Les boken «A Grace Disguised» av Jerry Sittser.

## 4. NÅR JEG SELV ER PROBLEMET

Av og til er motgangen vi opplever selvforkylt og vi kan oppleve at vår egen synd hindrer oss i å leve eller stå i relasjonen vår til Gud.

**Intro:** Dett er kanskje svært nært eller personlig, men når opplever du at egen synd står i veien for livsutfoldelsen eller gudsrelasjonen din?

**Bibel:** Les Romerne 8, 1-4 og 35-39.

**SE** Hva kan skille oss fra Kristi kjærlighet?

**TENK** Hvordan kan Paulus si at det da ikke er noen fordømmelse? Hva innebærer det at Åndens lov har gjort deg fri?

**LEV** Kan vi nå bare gjøre som vi vil? Hvordan kan denne teksten være til både liv og trøst og samtidig til ledesnor i møte med egen (og andres) synd?

**Bønn:** Takk Jesus for det offeret han gjorde for oss. Be om at du må forstå mer av hans tilgivelse og kjærlighet og be samtidig om hjelp til å kjempe mot synden.

Les bibelteksten om og om igjen den kommende uken og la Kristi kjærlighet sakte, men sikkert sive inn i hjertet ditt.

## 5. MED GUD GJENNOM MOTGANGEN

Av og til kan det virke som om alt er umulig og at det ikke finnes noen vei rundt motgangen vi står i. Det er da Gud må ta oss gjennom det.

**Intro:** Har du vært på et sted der alt virket umulig? Hvordan påvirket det synet ditt på Gud?

**Bibel:** Les 1. Mosebok 22, 1-14.

**SE** I vers 14 kaller Abraham stedet for «Herren ser». På hvilke måter ser Gud Abraham og Isak i denne historien?

**TENK** Hva tror du gikk gjennom Abrahams tanker i det han la Isak på alteret? Hvordan blir ditt bilde på Gud utfordret av denne historien?

**LEV** Denne opplevelsen endret Abrahams relasjon til Gud for alltid. Hvordan kan denne historien oppmuntre deg i møte med desperate situasjoner du ikke ser en vei ut av?

**Bønn:** Be Gud om å hjelpe deg innrømme at du er forvirret, sint, såret, trist eller ikke skjønner hva Gud holder på med. Takk Ham for at han uansett er med gjennom det hele.

Ta deg tid de neste dagene til å reflektere over hvordan Gud kan snu forvandling til noe konstruktivt. Hvordan arbeider Gud i deg gjennom motgang?

## 6. JESU EGEN MOTGANG

At Jesus tok vår plass, er en kjent ting. I dag skal vi se at det også var kjent lenge før det hendte.

**Intro:** Hva var det Jesus egentlig tok på seg på korset?

**Bibel:** Les Jesaja 53.

**SE** Hva forteller teksten om hva rotskuddet, Jesus, opplevde, og om hva som rammet ham?

**TENK** Hva forteller teksten om hva Jesus gjorde for oss. Hva førte det til?

**LEV** Hva gjør dette bakteppet av hva Jesus opplevde og gjorde for deg med måten du lever på?

**Bønn:** Takk Jesus for at han tok våre lovbrudd, ble knust for våre synder og tok vår plass.

Feire det Jesus gjorde for deg; still i stand fest (seriøst, inviter venner og naboer for å feire Jesus!), syng av glede, ta deg en dans eller løp ut i gatene og del det med andre.

## 7. HVORDAN MØTER VI MOTGANG?

Paulus og Silas satte en dag en slavekvinne i Filippi fri fra en ånd hun var besatt av, men ble anklaget av de som nå ville tape penger på at hun ikke lenger kunne spå folk.

**Intro:** Har du opplevd motgang fra andre fordi du lever ut troen din? Hvordan har du reagert?

**Bibel:** Les Apostlenes gjerninger 16, 20-34.

**SE** Midt i mørket holdt Paulus og Silas, som salmisten i samling 1, lovsang. Hvordan tror du at de klarte det? Hva førte dette til?

**TENK** På hvilken måte påvirket Paulus og Silas sin holdning til egen motgang de andre rundt dem (fangevokteren og de andre fangene)? Hvordan kan vår holdning i møte med motgang påvirke andres forhold til Gud (og sin egen motgang)?

**LEV** Har du noen gang møtt motgang på samme måte som Silas og Paulus? Hva var konsekvensene for deg og andre rundt deg? Takk for at Jesus også etterlot oss et eksempel å leve etter.

**Bønn:** Be om å få samme innstilling som Paulus og Silas i møte med motgang. Be om at vår holdning i møte med egen motgang kan få være én måte Gud bruker til å lede andre mennesker til frelse.

Arranger bønn og/eller lovsang på skolen (gjærne på et eget rom, det trenger ikke være i kantina).

## 8. DAGEN DA ALL MOTGANG SKAL TA SLUTT

Midt i all vår motgang har vi et levende håp om en ny himmel og en ny jord.

**Intro:** På hvilken måte preger håpet om den nye jord din hverdag og opplevelsen din av motgang?

**Bibel:** Les Johannes' åpenbaring 21, 1-7.

**SE** Hva berører deg i det du leser om det som en dag skal komme?

**TENK** Hvordan tror du dette vil være, se ut og oppleves; et sted uten død, sorg, skrik eller smerte?

**LEV** Gå tilbake til introspørsmålet. Hvordan kan vi leve i dag, midt i vår falne verden med dette budskapet som håp og fremtidsvisjon?

**Bønn:** Ta tid i bønn der du reflekterer over «himmelen» og håpet vi har. La bønnene forme håpet og livet her og nå.

Øv deg på å ha et større «himmelperspektiv» i hverdagen.