

START

Vend blikket mot Gud; hva kan du takke for siden sist?

BIBELTEKSTER

- Jak 1,22-25
- Rom 10,9 og 12,10
- Jesus søker stillhet i bønn:
 - Mark 1,35 / 6,46
 - Luk 6,12 / 22,41-45

BØNN

Fellesbønn fra bønneark

Konfirmantene:

Guro, Miriam, Kristian,
Jonas, Ida, Ingrid

Utsendingene:

Laila og Jarle

Brobønn

Fri bønn

Disippelbønnen

Herre Jesus Kristus,
Du står her foran meg,
Du er også bak meg,
Du er på min høyre side,
Du er på min venstre side,
Du er over meg,
Du er under meg,
du omgir meg på alle sider,
du bor i mitt hjerte,
du gjennomtrenger meg helt
og du elsker meg,
Herre Jesus.
Amen

*«Den som vil møte Gud, skal
bare være stille. Da er det
møtet uunngåelig.»
Hjalmar Ekstrøm*

TROSPRAKSISER

Sier med munnen, tror med hjertet – det er nok. Da blir vi frelst. Så sier Jesus: Kom og **følg** meg! En som tror på Jesus, **følger** Jesus og **gjør** det Jesus gjorde. Dette kalles TROSPRAKSISER. I vår tid er trospraksiser kanskje det viktigste middelet i arbeidet med å gjøre disipler.

Trospraksiser innebærer:

1. **Å følge Jesus** – gjøre det han gjorde
2. **Øve** - praksisene trenger øving – hele livet.
3. **Gir mening** til troen – Tro uten praksis mangler mening. Særlig mange ungdommer forlater troen av den grunn.
4. **Gi videre** – Vi må lære bort våre trospraksiser, spesielt til barn og ungdom. Det kan være en kamp, som varer.

Trospraksisene hjelper oss med helhet og mening gjennom ord, tanker og tro – i hode, hjerte og kropp. Men de må aldri bli stående alene, som «døde gjerninger». Da ligner vi fariseerne som Jesus skjelte ut.

STILLHET var en av praksisene som Jesus gjennomførte stadig, til tross for pågangen av folk. Når Jesus trengte stillhet, kan vi da klare oss uten? Corrie ten Boom sa dette: «Hvis djevelen ikke kan få deg til å synde – så vil han gjøre deg travel.» Synd og travelhet har samme effekt: De kutter vår forbindelse til Gud, til andre mennesker og til vår egen sjel. Tenker vi over hva fraværet av stillhet gjør med vår relasjon til Gud, til andre mennesker og med oss selv? Hvem og hva skal få bestemme over min travelhet?

SAMTALE

1. Les bibeltekstene høyt, så hver for seg.
2. LYTT og noter gjerne ned tanker du får; hva taler Gud om til deg?
3. Hva er Guds invitasjon til deg i dette her og nå?
4. Innledningsteksten: Hva skaper reaksjon hos deg?
5. Hvordan kan du PRAKTISERE det du ble minnet om i hverdagen?
6. Hva vil du dele med de andre på gruppa?
7. Hvilke grep kan du ta i din hverdag for å gi rom for stillhet?
8. Kan en trospraksis å øve seg på framover, være å sette mobilen i flymodus og legge den helt bort, til faste tider hver uke?