



HAVDE DU MIG FOR ØJE

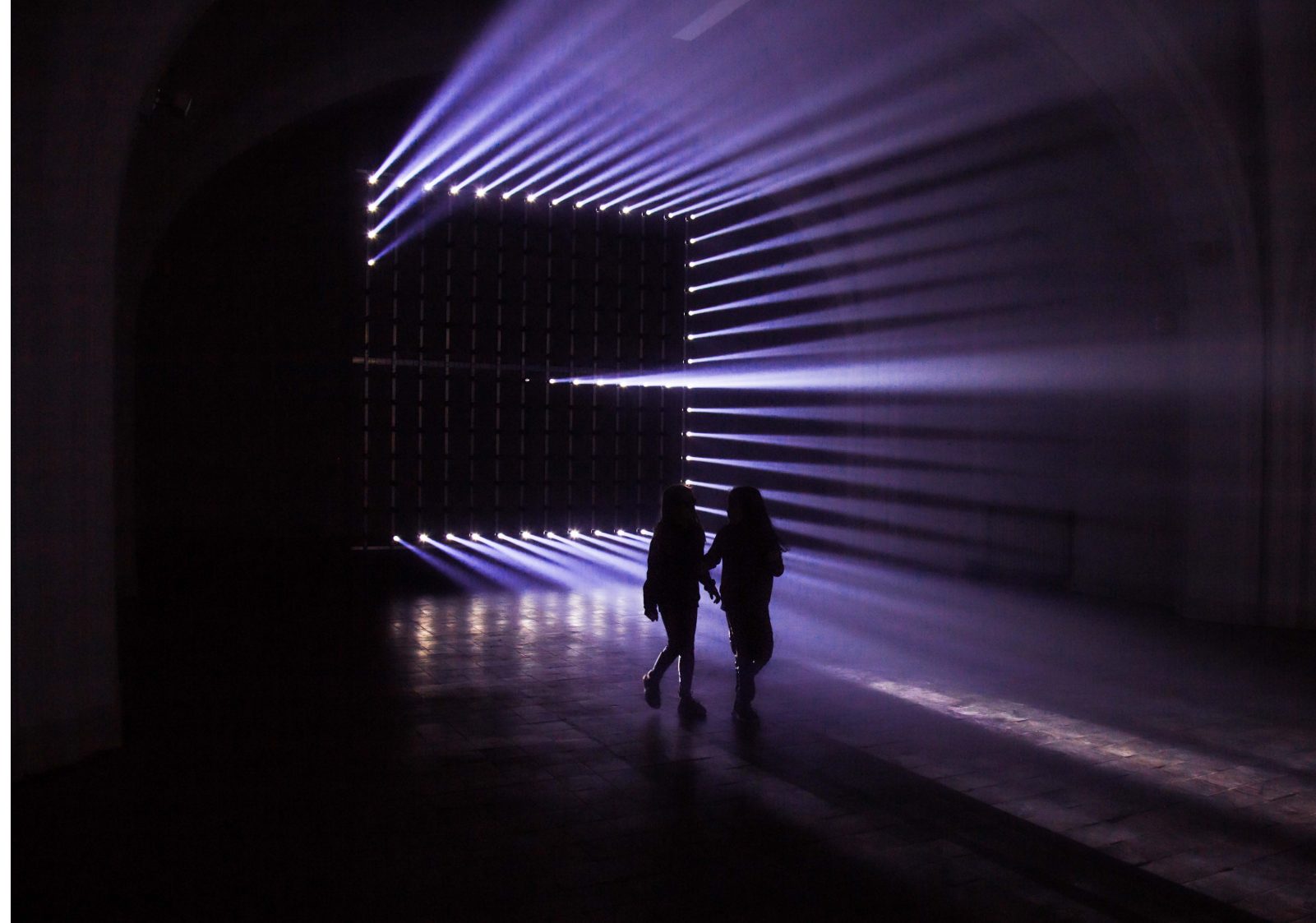
INSPIRATION TIL FASTETIDEN

FORFATTER: Maria Thaarup & Lasse Åbom
FOTOGRAF: Ana Cecilia Gonzalez
DESIGN OG OPSÆTNING: Maria & Morten Bræstrup Aaskov
KORREKTUR: Charlotte Thaarup og Mogens Hansen
UDGIVET: 2023 af Baptiskirken og Metodistkirken i Danmark

Uge 1 - Herre, du ransager mig og kender mig	side 002
Uge 2 - Det lysende ansigt - om at være set af Gud	side 010
Uge 3 - Det nøgne menneske - om at se dig selv	side 020
Uge 4 - Hvor er din bror? - om at se dem der er tæt på	side 032
Uge 5 - Hvem er min næste? - om at se det ukendte	side 044
Uge 6 - Forlig dig - om at se den du har det svært med	side 054
Uge 7 - Hvorfor har du forladt mig? - om ikke at kunne se Gud.	side 066
Forslag til gudstjenester	side 080

FØRSTE UGE

– Herre, du ransager mig og kender mig



Der er en gribende historie i begyndelsen af Bibelen om en kvinde ved navn Hagar (du kan selv læse den i 1. Mos 16). Hun er en ægyptisk slavinde hos Abraham og Sara. Desværre går det ikke så godt med Abraham og Saras drøm om at få et barn. Egentlig har Gud lovet at Abrahams efterkommere vil blive lige så talrige som himmelens stjerner, men indtil videre lader det vente på sig. Abraham er efterhånden i midten af firserne og både han og Sara bliver utålmodige og kommer i tvivl, om Gud nu også vil leve op til sit løfte. Derfor lægger Sara en plan. Hun vil have sin slavinde Hagar til at føde deres barn. Hun overtaler Abraham til at gå med på idéen, og snart efter gør Abraham Hagar gravid. Graviditeten sår splid mellem Hagar og Sara - måske fordi Sara, får kolde fødder og bliver jaloux, eller måske fordi Hagar begynder at føle sig hævet over Sara, fordi hun nu bærer Abrahams barn, som Sara aldrig har formået.

Sara behandler Hagar så brutalt, at hun til sidst flygter højgravid ud i ørkenen for at komme væk fra sine plageånder.

I ørkenen møder Hagar Guds engel ved en kilde. For første gang i historien er der nogen, der interesser sig for hende - hun bliver kaldt ved sit navn og spurgt, hvor hun kommer fra, og hvor hun er på vej hen. Da hun fortæller, at hun er på flugt, råder englen Hagar til at vende tilbage til dér, hvor hun kom fra og finde sig i behandlingen - for Gud har hørt hendes lidelse, og den søn, hun bærer, vil blive et helt særligt barn, og hans

efterkommere skal blive så talrige, at de ikke kan tælles. Han vil blive et vildæsel af et menneske - det ultimative billede på frihed modsat den slavetilværelse, som Hagar kun kender alt for godt.

Mødet med englen forvandler Hagar, hun får modet til at udholde sin situation og opgive sit selvmorderiske forehavende. Vi kan klare meget, når vi ved, vi ikke er alene om det, der er nogen, der ser os. Hun kan tage sin skæbne på sig, og - som den første i Bibelen - giver hun Gud et navn og kalder Gud for "Den Gud der ser" - for, som hun siger: "Har jeg virkelig på dette sted set ham, der ser mig?" (1. Mos 16, 13).

HAM, DER SER MIG

Det er et stærkt billede af Gud. Gud er den, der ser os. Den der gør, at vi går fra at være noget til at være nogen. Den der gør, at vi aldrig er alene om livet. Det er et hovedmotiv i Bibelen, at Gud ser og møder os, og at det blik gør noget ved os. Et blik kan sige alt - vi ved hvor meget det betyder, hvordan folk ser os og at vi bliver set. Det har afgørende betydning, helt fra vi er nyfødte, at vi bliver mødt af vores forældres øjne. Vi ved fra udviklingspsykologien, hvordan det former vores evne til at knytte os til mennesker, at mærke os selv og skabe sunde relationer. På samme måde ved vi, hvor meget et blik kan ødelægge og få os til at miste modet, føle os uelskede, oversete eller ligegyldige. Vi bliver til i hinandens blik - og derfor er det heller ikke ligegyldigt, hvilket blik vi står i.

AT SE OG VÆRE SET

I denne bog vil vi undersøge, hvordan vi ser og bliver set. Titlen "havde du mig for øje" har vi hentet fra salme 139 i Det gamle Testamente. Det er en salme, der handler om at være set og kendt af Gud. Den begynder med ordene: "Herre, du ransager mig og kender mig" (Salme 139, 1). En ransagning handler om at genemsøge noget, undersøge det grundigt for at finde eller forstå noget. Fastetiden er en tid for selvransagelse. Vi ser på os selv og vores liv - og vi kan alt for nemt ende i selvbefredelse og skam. Men i denne faste vil vi gerne invitere dig til at se på dig og dit liv med Guds øjne. Undersøge de blik vi kaster på os selv og hinanden. Hvad betyder det, hvilke øjne vi ser hinanden med, og hvilket blik Gud kaster på os? Hvad betyder det, at Gud er den Gud, der ser, og hvad vil det sige at leve for Guds ansigt? For det viser sig, at vores syn på Gud er uløseligt forbundet med vores syn på os selv, på de mennesker vi lever med, på dem vi ikke kender og på dem vi har det svært med. Vores relationer bliver formet af det blik vi ser på os selv og hinanden med.

VELKOMMEN TIL LÆSNINGEN

I bogen er der en læsning til hver dag i 40 dage - fra askeonsdag, hvor fasten begynder til påskedag (minus søndagene som traditionelt ikke er fastedage, men festdage). Uge 1, er kort: de første fire dage fra askeonsdag til den første søndag, og består af en bibelmeditation over salme 139 for at undersøge fastens fokus

på at ransage sig selv. Her vil de temaer, vi skal arbejde med gennem resten af fasten blive slået an. Herefter følger Uge 2 og den første egentlige læsning.

Hver uge indledes med en lidt længere læsning, der introducerer ugens tema og stiller spørgsmål til refleksion og eftertanke. Du kan læse indledningen om søndagen, som begyndelsen til den nye uge, eller du kan bruge det som oplæg til en gudstjeneste eller en gruppesamtale. Herefter følger 6 daglige læsninger. Hver dagslæsning indeholder et skriftsted, en kort refleksion og et blikfang - en lille konkret handling, du kan gøre for at huske på, at tro ikke bare er noget, vi læser eller tænker os til, men i høj grad også er noget, vi gør - en måde at være i verden på. Hver dags læsning slutter med en bøn.

Selvom bogen er skrevet til fastetiden, kan den også bruges på andre tidspunkter, hvis du har lyst til at læse den selv eller sammen med andre i en smågruppe eller lignende.

Vi dedikerer bogen til vores dejlige menigheder Betlehemskirken og Immanuelskirken i Aarhus - det er en gave at tjene med jer og se jer vokse og trives i troen og livet. Vi håber, du får glæde af bogen og bliver inspireret i dit liv med Gud. God fornøjelse med læsningen!

Maria Thaarup og Lasse Åbom
Fasten 2023

DAG 1 – Herre, du ransager mig og kender mig

*Herre, du ransager mig og kender mig.
Du ved, om jeg sidder eller står,
på lang afstand er du klar over min tanke;
du har rede på, om jeg går eller ligger,
alle mine veje er du fortrolig med.
Før ordet bliver til på min tunge,
kender du det fuldt ud, Herre;
bagfra og forfra indeslutter du mig,
og du lægger din hånd på mig.
Det er for underfuldt til, at jeg forstår det,
det er så ophøjet, at jeg ikke fatter det.*
Salme 139, 1-6

En ransagning er ofte noget politiet gør. Det er en gennemsøgning, en grundig undersøgelse - ofte for at finde noget ulovligt eller forkert. Det kan føles utrygt at vide sig gennemlyst på den måde. Der er intet, vi kan skjule og intet, vi kan fornægte overfor Gud. Hvordan har du det med den tanke? Er det truende eller trykt for dig at være kendt af Gud?

Det afhænger meget af, hvilket billede vi har af Gud. Hvad er det for et blik, Gud kaster på os, den Gud som ser os fuldt ud?

Oplever du Gud som en streng undersøgelsesdommer på jagt efter fejl. Eller er Gud en kærlig forælder, der fryder sig over sit barn?

Læs teksten en gang til langsomt og sid et øjeblik med tanken om at være fuldt ud kendt og set af Gud - hvilke følelser vækker det i dig?

BLIKFANG

Forestil dig de øjne Gud ser med dig på. Hvordan ser de ud? Prøv at beskrive dem for dig selv - jo mere detaljeret du kan være jo bedre. Måske ligner de en, du kender?

BØN

Det er en underlig følelse at være kendt af dig Gud
Nogle gange ved jeg ikke om jeg kender mig selv
Men her er jeg og her er du
Her er vi sammen

DAG 2 – Herre, du ransager mig og kender mig

*Hvor skulle jeg søge hen fra din ånd?
Hvor skulle jeg flygte hen fra dit ansigt?
Stiger jeg op til himlen, er du dér,
lægger jeg mig i dødsriget, er du dér.
Låner jeg morgenrødens vinger
og slår mig ned, hvor havet ender,
så leder din hånd mig også dér,
din højre hånd holder mig fast.
Siger jeg: »Mørket skal dække mig,
lyset blive til nat omkring mig,«
så er mørket ikke mørke for dig,
natten er lys som dagen,
mørket er som lyset.*
Salme 139, 7-12

Vi kan tale om gudsforladte steder, når vi skal beskrive de mest øde eller forfærdelige steder.

Der findes en historie om en jødisk dreng, der bliver henrettet i en nazistisk koncentrationslejr for at have stjålet et stykke brød. Mens drengen hænger i den sidste døds kamp i galgen, råber en af de øvrige fanger: "Hvor er Gud henne?" I det samme svarer en

anden fange: "Han hænger i galgen".

Salmen fortæller, at der ikke findes noget sted, hvor Gud ikke er. Intet undslipper Guds blik. Selv i døden er Gud allerede i gang med at redde op til os. Vi kan synes mørket er tungt og uigennemtrængeligt, men for den Gud, der skabte lyset ud af intet, er natten lys som dagen.

BLIKFANG

Opsøg i dag et sted hvor du oplever at Gud er tilstede. Måske er det en gåtur ved stranden eller i skoven, et smukt kirkerum eller en varmestue for hjemløse, måske er det fællesskab med familien eller gode venner. Tag dig et øjeblik til at erkende Guds nærvær og sige tak.

BØN

Jordens Gud
du ser mig
lad mig møde dit blik på dette sted
så jeg ser dig

DAG 3 – Herre, du ransager mig og kender mig

*Det var dig, der dannede mine nyrer,
du flettede mig sammen i min mors liv.
Jeg takker dig, fordi jeg er underfuldt skabt,
underfulde er dine gerninger,
jeg ved det fuldt ud!
Mine knogler var ikke skjult for dig,
da jeg blev formet i det skjulte,
blev vævet i jordens dyb.
Da jeg endnu var foster, havde du mig for øje;
alle dagene stod skrevet i din bog,
de var formet,
før en eneste af dem var kommet.
Hvor er dine tanker dyrebare for mig,
hvor stor er dog summen af dem, Gud!
Tæller jeg dem, er de flere end sandet,
bliver jeg færdig, er jeg stadig hos dig.*

Salme 139, 13-18

Salmen bevæger sig dybere ind i en nærmest nøgen sårbarhed overfor Gud. Gud går i kroppen og knoglerne på os. Den Gud, der i begyndelsen af salmen kunne synes stor og næsten lidt

truende har vist sig som et troværdigt livsvidne, og Gud er med i det inderste liv - helt ind i de skjulte og meste intime dele af os, som vi knap nok selv kender eller forstår.

Gud bliver aldrig færdig med os - ligesom vi aldrig bliver færdige med Gud. Sådan er vi vævet sammen. Her er intet at skjule - her er alt set og elsket.

BLIKFANG

Hvem er dine livsvidner? Prøv i dag at kontakte det menneske som har kendt dig i længst tid.

BØN

Gud du går i kødet på mig
for også min krop er dit sted
et hjem for dig
og for mig

DAG 4 – Herre, du ransager mig og kender mig

*Gid du ville dræbe forbryderne, Gud!
Vig fra mig, I mordere!
De spinder rænker mod dig,
de farer med løgn mod dig.
Hader jeg ikke dem, der hader dig, Herre?
Væmmes jeg ikke ved dem, der rejser sig mod dig?
Grænseløst er mit had til dem,
de er blevet mine fjender.*

*Ransag mig, Gud, og kend mit hjerte,
prøv mig, og kend mine tanker,
se efter, om jeg følger afgudsvej!
Led mig ad evigheds vej!*

Salme 139, 19-24

Der sker et underligt skifte i salmen her. Fra alle de smukke billeder om at være intimt forbundet med Gud vender vi nu blikket ud mod andre mennesker, og pludselig bliver tonen helt anderledes hård og uforsonlig. Det viser sig, at vores liv med Gud hænger sammen med vores liv med hinanden. Det er ikke alt i os, der er kønt eller tåler dagens lys. Guds grænseløse kærlighed bliver

alt for nemt erstattet af vores grænseløse had til hinanden.

Men den rå ærlighed tør vi godt. For det er her, helingen og det nye liv sker. Den lidt tilbageholdende indledende konstatering om at Gud ransager os og kender os, er nu blevet til en tillidsfuld bøn - en invitation til at Gud må ransage og kende os og en villighed til at lade os forme i Guds billede.

BLIKFANG

Tag dig i dag tid til at rydde op et sted i dit hjem, hvor du ellers aldrig får ryddet op. Det kan være sokkeskuffen, skabet under køkkenvasken eller den krog på loftet eller i kælderen, hvor tingene bare bliver stillet hen.

BØN

Herre hos dig er der godt at være
Her kan jeg være den jeg er
også det i mig der ikke er kønt
kommer frem i lyset hos dig
og det er okay
for her er trygt og uden fare

DET LYSENDE ANSIGT

– om at være set af Gud



INDLEDNING – Det lysende ansigt – om at være set af Gud

Der var klirrende kaffekopper omkring kakkelbordene i mange danske hjem en fredag aften i september 1970, da sangerinden Trille i underholdningsprogrammet "Musikalske venner" sang og spillede "Øjet i det høje" en sang om ham Gud, der "eddermame er svær at få smidt ud." Forargelsen var stor, da Trille og hendes tekstforfatter Jesper Jensen i den bedste sendetid fremmanede billedet af en Gud, der nærmest som et Sauronøje i det høje skuer misbilligende ud over verden for at finde fejl og slå ned på svaghed og alt, hvad vi mennesker synes kan være sjovt og spændende - særligt, når det har noget med sex at gøre.

Man kan mene, hvad man vil om sangen - og det var der også mange, der gjorde dengang, efter sigende druknede DRs klageafdeling nærmest i beskyldninger om blasfemi - ja Trille blev endda meldt til Politiet. Men som i al religionskritik er der interessante pointer at lære af. En ting havde Trille i hvert fald forstået omkring Gud: Der er noget med den bibelske Gud og synssansen.

GUD SÅ

Helt fra begyndelsen af Bibelen kan vi læse, at Gud er en Gud, der ser. Faktisk er det allerførste Gud gør efter skabelsen at se.

"Gud sagde: "Der skal være lys!" Og der blev lys. Gud så, at lyset var godt" (1. Mos 1, 4). Netop det udsagn, at Gud så ud over skabelsen og så, at det var godt, går igen som et ekko eller måske snarere et omkvæd gennem hele den første skabelsesberetning i Bibelen. "Gud så, at det var godt" gentages hele seks gange - lige så mange gange som skabelsesdagene. Det er ikke et hvilket som helst blik, Gud kaster på den nyskabte verden. Det er et blik fyldt med glæde, stolthed, anerkendelse, håb og mildhed. Gud så, at det var godt. Det er et blik fyldt med kærlighed. Gud ser, og Gud elsker. Kærlighed er ikke en romantisk følelse, men det er at se og anerkende det, som er. Det er at være opmærksom på den anden, glæde sig over, at den anden er til. Gud glæder sig og etablerer en relation med det skabte. Vi har Guds opmærksomhed lige fra begyndelsen. Vi bliver til i Guds blik. Blikket etablerer en relation, skaber en forbindelse, bygger en vej.

GUDS ANSIGT

Da Moses i Fjerde Mosebog skal instruere Aron i, hvordan han skal velsigne israelitterne, er det med ordene:

INDLEDNING – Det lysende ansigt – om at være set af Gud

*Herren velsigne dig og bevare dig,
Herren lade sit ansigt lyse over dig og være dig nådig
Herren løfte sit ansigt på dig og give dig fred.*

(4. Mos 6, 24-26)

Velsignelsen trækker tråde til skabelsesberetningen. Vi får billedet af Guds lysende ansigt, der ser på os og glæder sig. Velsignelse er igen at stå i Guds blik som dengang i skabelsen. Det er at se Gud i øjnene, for derfra begynder alt på ny igen.

DET VAR GODT

Guds blik er den grundlæggende velsignelse over verden. Teologer taler nogle gange om arvesynd som et udtryk for den grundlæggende skade, der er i verden og i os, som gør at verden og vi ikke er, som vi burde være, at der er noget grundlæggende galt, som har brug for at blive genoprettet. Det er rigtigt og vigtigt, at verden og vi er brudte og har brug for heling. Men måske har vi også brug for at tale om en "arve-velsignelse" - at minde hinanden om, at før synden og skaden blev en del af verden og af os, så er vi set og omsluttet af Guds kærlige opmærksomhed. Guds ansigt lyser stadig over

os og vores verden som en kærlig forælder der betragter sit elskede barn.

TIL EFTERTANKE

- Hvad betyder det for dig at være set af Gud?
- Kan du genkende billedet af Guds lysende ansigt som udtryk for Guds nærvær og velsignelse?
- Hvad tænker du på, når du hører ordet "velsignelse"? Hvad forbinder du med at være velsignet?

DAG 1 – Det lysende ansigt – om at være set af Gud

*Jeg har set mit folks lidelse i Egypten,
og jeg har hørt deres klageskrig over slavefogederne.
Jeg har lagt mig deres lidelser på sinde,
og derfor er jeg kommet ned for at redde dem fra egypterne*

2. Mos 3, 7-8

Gud er en Gud, der ser. Historien om Moses og den brændende tornebusk er en historie om at se og blive set. Moses får øje på noget mærkeligt, mens han vogter får. Men da han går tættere på den brændende busk, opdager han, at det er Gud, og han dækker sit ansigt til, for han tør ikke se Gud. Men Gud ser ham, og Gud har set folkets lidelse, og derfor sender Gud Moses.

Herren ser vores lidelse og vores kampe. Og historien om Moses viser os, at det er grunden til, at Gud handler. Det handler ikke om, at folket er noget specielt, eller at Moses er særlig from. Det handler alene om, at Gud ser, og Gud griber ind.

BLIKFANG

Hvad er svært for dig? I hvilke situationer er du presset eller har givet op? Er der særlige mennesker eller situationer, der

er en kamp for dig? Prøv at skrive det ned - uden at skulle finde løsninger men bare for at få sat ord på.

BØN

Gud der ser
og ser med kærlighed
se mig nu
jeg har brug for dig

DAG 2 – Det lysende ansigt – om at være set af Gud

*Jeg stoler på Gud og frygter ikke.
Hvad kan mennesker gøre mig?
De løfter, jeg har givet dig, Gud,
vil jeg indfri med takofre.
For du har reddet mit liv fra døden
og min fod fra at snuble,
så jeg kan vandre for Guds ansigt
i livets lys.*

Salme 56, 12-14

Bibelen bruger ofte billedet om at vandre for Guds ansigt som et udtryk for at stå i en relation med Gud, at være under Guds velsignelse. Salmen udtrykker en dyb tillid til Gud - for der er intet, der kan rive os ud af Kærlighedens blik. Selvom vi snubler og fejler er vi stadig i livets lys.

BLIKFANG

Gå en tur i dag. Gerne et sted hvor du kan være alene og uforstyrret. Sluk musik og mobiltelefon og tag dig tid til bare at gå i stilhed bevidst om, at du vandrer for Guds ansigt.

BØN

Herre vis mig din vej
og gør mig villig til at gå den
(Birgitta af Vadstena)

DAG 3 – Det lysende ansigt – om at være set af Gud

*Thi Gud, der sagde: "Af mørke skal lys skinne frem,"
han har ladet det skinne i vore hjerter
til oplysning og til kundskab om Guds herlighed
på Jesu Kristi ansigt.*

2. Kor 4, 6

Paulus kobler Guds skabelse sammen med Jesus. Han viser os, at den Gud, der skabte lyset og så udover verden i kærlighed, er den samme Gud, vi ser i Jesu ansigt. Det er hos Jesus, vi klarest ser, hvem Gud er og hvordan Gud er. Guds ansigt lyser over os i Jesus.

BLIKFANG

Prøv i dag at se på et billede af Jesu ansigt. Det kan være, du har et derhjemme, eller måske bor du tæt på en kirke, der har et flot krucifiks eller maleri med Jesu ansigt. Du kan også finde et på nettet. Hvordan ser Jesus ud? Hvilket billede af Jesus siger dig noget? Hvorfor tror du, det netop er det billede?

BØN

Jesus Guds søn
du lys i mit indre
lad ikke mørket få magten i mit sind
Jesus Guds søn
du lys i mit indre
luk mig op for din kærligheds Ånd
(Taizé)

DAG 4 – Det lysende ansigt – om at være set af Gud

*Folkenes gudebilleder er sølv og guld,
menneskehænders værk.
Nok har de mund, men de kan ikke tale,
nok har de øjne, men de kan ikke se,
nok har de ører, men de kan ikke høre,
der er end ikke åndedræt i deres mund.
Sådan bliver også de, der har lavet dem,
alle, der stoler på dem.*

Salme 135, 15-18

De bibelske profeter er stærkt kritiske overfor det, der gør os umenneskelige. Afguder der fylder i vores liv og som tager opmærksomheden, så vi nok har øjne, men ser ikke, nok har vi ører, men hører ikke. Når vi lader det materielle fylde for meget, når vi stræber efter det smukke og skinnende og ikke ser det, som faktisk er vigtigt. Læg mærke til hvor tit bliver døv eller blind, ser væk eller bevidst overhører andre. Har du tænkt over at det gør dig mere umenneskelig? Vi kan tænke at troslivet handler om at vi skal blive hellige lige som Gud i en livsfjern ophøjethed. Men det viser sig, at det der får os til at ligne Gud er, at vi hører og ser den verden vi er en del af og de mennesker vi lever sammen med.

BLIKFANG

Prøv i dag at gennemgå din bogreol, dit tøjskab eller dit køkken-skab og giv det videre til genbrug, som du ikke bruger.

BØN

Gode Helligånd
du giver liv og ånde
nærvær og opmærksomhed
alt det der faktisk betyder noget
alt det der gør mig rig
og det er nok

DAG 5 – Det lysende ansigt – om at være set af Gud

*Da Jesus så skarerne, gik han op på bjerget og satte sig,
og hans disciple kom hen til ham.
Og han tog til orde og lærte dem:*

*"Salige er de fattige i ånden,
for Himmeriget er deres.*

*Salige er de, som sørger,
for de skal trøstes.*

*Salige er de sagtmødige,
for de skal arve jorden.*

*Salige er de, som hungrer og tørster efter retfærdigheden,
for de skal mættes.*

*Salige er de barmhjertige,
for de skal møde barmhjertighed.*

*Salige er de rene af hjertet,
for de skal se Gud."*

Matt 5, 1-8

Prøv at lægge mærke til alle de gange der står i evangelierne, at Jesus så nogen. Jesus så skarerne, og derfor satte han sig og underviste dem. Han så dem og sagde, at alle de fattige i ån-

den, alle de sørgende, alle de, sagtmødige, alle de som hungrer og tørster efter barmhjertighed, alle de barmhjertige og rene af hjertet, de er set af Gud, salige og velsignede. Jesus må have set netop den slags mennesker i skarerne, og det er dem han taler til. Jesus kom for at se og for vise os, at Gud ser os - også det oversete og dem, som ikke regnes for noget.

BLIKFANG

Øv dig i at se nogen i dag som du normalt overser. Det kan være kassemedarbejderen i Netto, den hjemløse Hus-Forbi-sælger, buschaufføren eller en, du går forbi på gaden. Se dem i øjnene og smil - det betyder alverden, at vi anerkender hinandens tilstedeværelse.

BØN

Gud du ser
lad mig se
ligesom dig

DAG 6 – Det lysende ansigt – om at være set af Gud

*Han beder til Gud, og Gud viser ham godhed;
han ser Guds ansigt med jubel,
fordi Gud gengiver mennesket dets retfærdighed.
Han synger det ud for mennesker:
"Jeg syndede og gjorde, hvad der var uret,
men Gud gengældte det ikke.
Han fritog mig fra at gå i graven,
jeg lever og ser lyset."*

Job 33, 26-28

Jobs bog er ellers en bog om sorg og alt det svære i livet. Men her giver Job et billede af et menneske, der lever med Gud - en der i Jobs øjne er retfærdig. Igen er billedet af Guds ansigt centralt. Den retfærdige kan se Guds ansigt med jubel - ikke bundet af frygt eller skyld, men fri til at leve og se lyset. Hvor ser du lyset i dag?

BLIKFANG

Tænd et lys og sid i stilhed med det i dag. Betragt flammen og bemærk, hvad det gør ved dig på den måde at være i lyset.

BØN

Der skal være lys
sagde du
og lyset blev til
og lyset er dig
og lyset er hos mig
tak

DET NØGNE MENNESKE

– *om at se sig selv*



INDLEDNING – Det nøgne menneske – om at se sig selv

For nogle år lavede norsk tv ungdomsserien SKAM, der brød nyt land i at skildre unges liv og kultur. Seriens skaber Julie Andem har fortalt, hvordan hun som forberedelse til at skrive serien rejste rundt i Norge og studerede ungdomskulturen og interviewede unge for at få et indblik i, hvad der optog dem, og hvilke udfordringer og tanker de har. Ud fra den research hun lavede, konkluderede hun, at det gennemgående tema i unges problemer handlede om skam. Så hun gav serien den titel, og - måske ikke helt tilfældigt - hedder en af hovedpersonerne i serien Eva.

DE OPDAGEDE, AT DE VAR NØGNE

Men måske er skam ikke kun et ungdomsproblem. Den lammen- de følelse af at være uværdig er et grundvilkår for os som mennesker. Faktisk kan vi se, hvordan den sniger sig ind allerede hos de allerførste mennesker, vi møder i Bibelen. Du kan læse hele historien i 1. Mosebog kapitel 2 og 3. Først kan vi læse, hvordan mennesket lever i paradiset have med Gud:

Adam og hans kvinde var nøgne, men de skammede sig ikke.

1. Mos 2, 25

Men den tilstand ændrer sig, efter de har spist af frugten fra kundskabens træ - fordi slangen bedrog dem til at tro de kunne blive som Gud og skelne mellem godt og ondt.

Da åbnedes deres øjne, og de opdagede, at de var nøgne. Derfor syede de figenblade sammen og bandt dem om livet.

1. Mos 3, 7

Mennesket kaster et blik på sig selv og skammer sig. Kender du den følelse? Skam handler om at se og blive set både bogstaveligt og i overført betydning. Man ser på sig selv og finder sig uværdig. Man kan se det rent fysisk på en, der skammer sig, vi dukker hovedet, krymper sammen, slår blikket ned, dækker os til. For figenblade er ikke kun et bibelsk fænomen. Vi dækker os stadig dagligt med alt muligt for at skjule, hvem vi virkelig er.

ET ANDET BLIK

Der er to pointer, der er vigtige at lægge mærke til i historien: Skammen kommer ikke fra Gud. Det er ikke Gud, der skammer mennesket ud og tager værdigheden fra dem. Det kommer fra mennesket selv. Ofte bliver skam brugt i religionen - som om

INDLEDNING – Det nøgne menneske – om at se sig selv

Gud er så hellig, at vi burde skamme os endnu mere over at være dem, vi er. Men at bruge Gud til at skamme andre ud - er den værste misbrug af Guds navn, der findes. For skam kommer ikke fra Gud. Skam er faktisk den store bedrager. Skam kommer indefra. Skam handler om det blik, vi kaster på os selv, fordi vi er trådt ud af det blik, Gud kastede på os fra begyndelsen.

Faktisk kan man sige, at Gud ser menneskets skam og møder dem i det - det første Gud gør inden mennesket bliver sendt ud i verden er at give dem skindtøj på, der dækker deres nøgenhed og beskytter dem i det nye liv, der ligger foran dem. Gud ønsker at fjerne vores skam.

Den anden vigtige pointe er, at der ikke står, at de følte skyld over, at de havde gjort noget forkert. Der står, at de skammede sig. Skam er langt værre end skyld. For skyld føler vi på grund af noget, vi har gjort. Skam føler du på grund af den, du er. Skyld er en naturlig del af at være menneske, den kan vi gøre noget ved, den kalder os til handling, forsoning og forbedring. Skam lammer os, fordi vi bliver overbevist om, at der er noget grundlæggende galt med os. Skam gør, at vi ser os selv med et andet blik end Guds blik. Og det blik skriver sin egen historie på vores kroppe og udvisker den kærlighedshistorie, der blev skrevet i os

fra begyndelsen i Guds øjne. Evnen til at skelne mellem godt og ondt har givet os et kritisk blik - men det viser sig alt for tit, at vi selv er ofre for kritikken.

HER ER JEG

Gud møder det skamfulde menneske i haven med spørgsmålet: "Hvor er du?" Det er nok ikke fordi den almægtige Gud og verdens skaber ikke kan få øje på to nøgne mennesker, der gemmer sig bag en busk. Måske er det snarere fordi Gud ønsker at høre vores svar. Hvor er vi? Står vi stadig i Guds kærlige blik, eller gemmer vi os, fanget i et andet ødelæggende blik som et rådyr lammet i lygterne fra en bil?

Før noget andet kan ske, er vi nødt til at møde Guds blik, opdage og tage ansvar for, hvor vi er, og hvem vi er. Før Gud kan tale til os, er vi nødt til at være nok tilstede til at kunne høre og modige nok til at kunne svare.

I Det Gamle Testamente møder vi mange mennesker, der svarer på Guds kald og ser Gud i øjnene. Ofte gør de det med det interessante hebraiske ord hineini. Det er det, Moses siger, da han møder Gud i tornebusken (2. Mos 3, 4), det er Abrahams svar 3 gange i historien, hvor Gud kalder ham til at ofre sin søn Isak (1.

INDLEDNING – Det nøgne menneske – om at se sig selv

Mos 22, 1; 7 og 11), det er profeten Samuels svar, da Gud kalder ham tre gange om natten (1. Sam 3) og profeten Esajas' svar da han bliver kaldet til profet (Esajas 6, 8). Hineini oversættes ofte med "ja", men i virkeligheden betyder det "her er jeg". Her er jeg, send mig, brug mig. Her er jeg - sikke et svar på Guds spørgsmål. Det betyder, vi er færdige med at gemme os, skjule os bag figenblade og krympe sammen i et musehul. Hineini er at møde Guds blik igen og stå ved sig selv. Hineini er et oprør mod skammen - for i Guds blik har vi intet at skamme os over. "Her er jeg" - det er her alt nyt kan begynde.

TIL EFTERTANKE

- Kan du genkende beskrivelsen af, hvordan skam påvirker os fysisk?
- Hvornår har du sidst skammet dig?
- Hvilke tanker løber gennem hovedet, når du ser på dig selv? Er det tanker, der bygger op eller bryder ned?
- Kan du komme i tanke om situationer, hvor du har stået ved dig selv - hvilken følelse gav det i kroppen?

DAG 1 – Det nøgne menneske – om at se sig selv

Han tog den blinde ved hånden og førte ham uden for landsbyen, og han spyttede på hans øjne, lagde hænderne på ham og spurgte: "Kan du se noget?" Og han åbnede øjnene og sagde: "Jeg kan se mennesker, for jeg ser nogle, som ligner træer, men de går omkring." Så lagde han igen hænderne på hans øjne, og nu så han klart, og han var helbredt og kunne skelne alting tydeligt.

Mark 8, 23-25

I denne lille fortælling om Jesus, der helbreder en blind i Betsajda, kan vi se, at det kan være en proces at lære at se klart. Nogle gange ser vi tingene forvrængede og mærkede af det, vi har været igennem. Det gælder også, når vi ser indad. Vi kan ikke regne med, at vi altid ser klart. Men vi kan tro på, at Jesus ønsker at vise os, hvordan tingene egentlig er.

BLIKFANG

Puds dine vinduer i dag. Det kan godt være, du ikke altid kan se indad - men så kan du i hvert fald se ud!

BØN

Øjenåbnende Jesus
læg hænderne på mine øjne
så jeg ser
det du ser
som du ser

DAG 2 – Det nøgne menneske – om at se sig selv

Jeg vil stænke rent vand på jer, så I bliver rene.

Jeg renser jer for al jeres urenhed og for alle jeres møgguder;

jeg giver jer et nyt hjerte og en ny ånd i jeres indre.

Jeg fjerner stenhjertet fra jeres krop og giver jer et hjerte af kød.

Jeg giver jer min ånd i jeres indre,

så I følger mine love og omhyggeligt holder mine bud.

Ez 36, 25-27

Det er et stærkt billede at tale om et hjerte af sten og et hjerte af kød. Alt for nemt kan vores hjerte blive hårdt og uforsonligt overfor os selv eller andre. Men et hjerte af sten kan ikke bevæges eller pumpe liv rundt i kroppen, det er lukket for Helligånden og for vores næste. Et hårdt hjerte forhindrer os i at se klart.

BLIKFANG

Gå med en sten i lommen hele dagen. Hver gang du mærker stenen i løbet af dagen, så tænk på om du har været for hård overfor dig selv eller andre. Hvordan kan du møde verden med mildhed i dag?

BØN

Gud du er min klippe

så jeg behøver ikke være hård

overfor mig selv

eller andre

kom milde Helligånd

og fyld mit hjerte

med alt godt

DAG 3 – Det nøgne menneske – om at se sig selv

For jeg forstår ikke mine handlinger.

Det, jeg vil, det gør jeg ikke, og det, jeg hader, det gør jeg.

Men når jeg gør det, jeg ikke vil, giver jeg loven ret i, at den er god.

Men så er det ikke længere mig, der handler, men synden, som bor i mig.

Jeg ved, at i mig, altså i mit kød, bor der intet godt.

Viljen har jeg, men udføre det gode kan jeg ikke.

For det gode, som jeg vil, det gør jeg ikke, men det onde, som jeg ikke vil, det gør jeg.

Rom 7, 15-19

Kender du den oplevelse, som Paulus her sætter ord på? At vi ikke forstår os selv og bliver fanget i det alt for store mellemrum mellem det, vi egentlig gerne vil gøre, og det vi faktisk gør. Den vi egentlig gerne vil være, og den vi faktisk er. Nogle gange er de største mysterier inden i os selv. Det gode spørgsmål er, om vi kan rumme disse selvmodsigelser og se nådigt på os selv alligevel.

BLIKFANG

Prøv at skrive en liste over hvilke forventninger du har til dig selv. Hvad burde du være, og hvad burde du ikke gøre? Gennemgå nu

listen igen - er du enig i det, du har skrevet? Eller er det nogle idealer, du har hentet andre steder fra, eller som er blevet lagt over på dig af andre?

BØN

Himmelske Far

mit hjerte er uroligt

indtil det finder hvile i dig

(Augustin af Hippo)

DAG 4 – Det nøgne menneske – om at se sig selv

*Herren din Gud er hos dig,
helten, der bringer frelse.
Han fryder sig i glæde over dig
og viser dig sin kærlighed på ny.
Han jubler over dig med fryd
som på festens dag.«
Dem, der har påført dig skam,
fjerner jeg fra dig.*

Sef 3, 17-18

Engang imellem er det godt at blive mindet om det blik, Gud ser på os med. Han fryder sig i glæde over dig. Han jubler over dig med fryd. Guds blik er ikke en udskamning af alle vores fejl. Han viser os sin kærlighed på ny. Læs teksten fra Sefanias' bog flere gange og sid med den et øjeblik og lad den ånd der er i de vers fylde dig i dag.

BLIKFANG

Skriv en lille seddel med ordene: "Han fryder sig i glæde over dig" og hæng den på dit spejl, dit natbord, dit køleskab eller et andet sted, hvor du får øje på den jævnligt.

BØN

Jesus jeg glemmer så tit
at dit blik er kærlighed
for jeg slår øjnene ned
og ser ikke glæden i dine øjne
når du ser på mig

DAG 5 – Det nøgne menneske – om at se sig selv

*Kære børn, lad os ikke elske med ord eller tunge,
men i gerning og sandhed.
Deraf kan vi vide, at vi er af sandheden,
og over for ham kan vi bringe vort hjerte til ro,
hvad end vort hjerte fordømmer os for;
thi Gud er større end vort hjerte
og kender alt.*

1. Joh 3, 18-20

Kender du den stemme af indre selvkritik, der kan kværne i vores hoved hele tiden? Hvorfor gjorde du også det? Hvorfor er du altid sådan? Du kan heller aldrig finde ud af... Det kan være som en radio der kører uafbrudt i vores indre. Måske er det den stemme Johannes mener, når han taler om det, vores hjerte fordømmer os for. Nogle gange kan vi være vores egen værste dommer. Men den stemme er ikke større end Guds, faktisk har den måske endda ikke engang ret i alt.

BLIKFANG

I dag skal vi prøve en udfordrende øvelse. Stil dig nøgen foran et spejl. Se på din krop. Hvilke tanker løber igennem dit hoved?

Hvordan føles det i kroppen? Læg mærke til om du mærker skam, fordømmelse, kritik eller sorg. Hvor kommer de tanker fra? Hvordan ville det være at slippe dem?

BØN

Gud det er din stemme
jeg længes efter at høre
så mit hjerte kan falde til ro
og mit indre få fred

DAG 6 – Det nøgne menneske – om at se sig selv

Da Jesus nærmede sig Jeriko, sad der en blind mand ved vejen og tiggede. Han hørte, at en skare kom forbi, og spurgte, hvad der var på færde. De fortalte ham: "Det er Jesus fra Nazaret, som kommer forbi." Da råbte han: "Jesus, Davids søn, forbarm dig over mig!" De, som gik foran, truede ad ham for at få ham til at tie stille; men han råbte bare endnu højere: "Davids søn, forbarm dig over mig!" Og Jesus stod stille og befalede, at manden skulle føres hen til ham. Da han var kommet derhen, spurgte Jesus ham: "Hvad vil du have, at jeg skal gøre for dig?" Han svarede: "Herre, at jeg må kunne se." Og Jesus sagde til ham: "Bliv seende, din tro har frelst dig."

Luk 18, 35-42

Vi begyndte ugen med at læse en beretning om Jesus, der helbreder en blind, og vi ender ugen med en beretning om Jesus, der helbreder en blind. For blindhed findes ikke kun i øjnene. Vi kan også være blinde i hjertet. Den blinde tigger ved Jeriko viser os, at det vigtigste er ikke det vi ser med øjnene, men det vi ser med hjertet. Han så Jesus - selvom hans øjne var blinde.

BLIKFANG

Giv en gave til en hjemløs eller en tigger i dag.

BØN

Herre Jesus Kristus

Guds søn

forbarm dig over mig

(Jesusbønnen fra den ortodokse tradition)

HVOR ER MIN BROR?

– om at se dem der er tæt på



INDLEDNING – Hvor er min bror? – om at se dem der er tæt på

TV-serien Borgen fra DR har fået kritikken: "Sikke mange der kommer uanmeldt på besøg hos hinanden i den TV-serie". Og det er ganske korrekt. Hvis du har set serien eller kommer til det en dag, vil du lægge mærke til, hvordan folk kommer i tide og utide hjem til hinanden, fordi de lige var i nabolaget. Det er måske ikke så almindeligt i dag at komme på uanmeldt besøg, uden at havde sendt en sms og givet besked i forvejen. Vi har nogle forventninger til, hvordan det er at være på besøg hos hinanden, og hvordan vi skal være værter for hinanden.

Vi har nogle mere eller mindre ubevidste grænser og koder for, hvor tæt vi kommer på hinanden, hvornår vi træder ind i hinanden liv, og hvordan vi opfører os, når vi er sammen. For det kan være svært at have andre mennesker tæt på.

DET NÆRE ER DET SVÆRE

Nogle gange er de næreste faktisk de sværeste at håndtere i vores liv. Et vredt blik rammer oftest dem, der står tættest på os. Bibelen er fuld af beretninger om, hvor svært forholdet kan være mellem dem, der egentlig burde være de nærmeste, men som nogle gange kan synes at være dem, der er sværest at nå. Et gennemgående tema i 1. Mosebog er forholdet mellem

brødre. Lige fra begyndelsen i beretningen om Kain og Abel, hvor Gud spørger Kain: "Hvor er din bror Abel?" og Kain svarer: "Det ved jeg ikke. Skal jeg vogte min bror?" (1. Mos 4, 9) til historien om Isak og Ismael (1. Mos 21), Jakob og Esau (1. Mos 25, 19 ff), Josef og hans brødre (1. Mos 37 ff). Det viser sig, at svaret på Kains spørgsmål er et rungende ja. Vi er ansvarlige for hinanden. Vi kan ikke undgå at se hinanden i øjnene, for intet menneske er en øde ø - og vi bærer hinandens lykke i vore hænder. Grundbetydningen af ordet relation har faktisk at gøre med dem, vi bærer med os.

SØSKENDEKÆRLIGHED

I fortællingen om Martha og Maria (Luk.10,38-42) læser vi om de to søstre, der har en nær relation. Vi må gå ud fra, at de to søstre bor sammen og er unge, ugifte voksne kvinder, og dermed har passet huset sammen. Vi ved, at de har en bror, Lazarus, som senere dør og bliver kaldt ud af graven, ud i fællesskabet med Jesus (John. 11). Da Jesus kommer til deres hus, gør Martha, som det forventes af hende: Hun er en god værtinde. Hun forbereder, laver mad, gør rent og varter Jesus og det slæng af disciple og følgere, der følger med ham, op. Maria, den anden søster, sætter

INDLEDNING – Hvor er min bror? – om at se dem der er tæt på

sig ved Jesu fødder og lytter til hans ord. Og det irriterer Martha. Faktisk i så høj grad at hun beder Jesus om at rettesætte Maria. Marthas forventninger til Maria og det fællesskab de har i huset, den relation der er mellem dem, stemmer ikke overens med det der sker. Det kender vi jo fra vores egne liv i dag. Vi skuffes, når dem, der er tættest på os, opfører sig på en måde, som er uvant for os. Under pandemien så vi, hvordan de etiske og moralske spørgsmål som Covid-19 slæbte med sig kom imellem forældre, børn, kollegaer, menighedsmedlemmer, søskende, par og venner. Vi forventer, at vi er, tænker og ser tingene ens, især med dem vi kalder for vores nærmeste.

Martha har et problem med Maria, og det bliver så Marias problem. Og i stedet for at tale med Maria om det, så gør hun som vi mennesker så ofte gør, når vi er stressede i vores relationer, hun taler med Jesus OM Maria.

AT TALE OM OG MED

Læg mærke til hvad Jesus svarer: "Martha, Martha! Du gør dig bekymringer og er urolig for mange ting. Men ét er fornødent. Maria har valgt den gode del, og den skal ikke tages fra hende (Luk10, 41-42). Først ser Jesus Martha og anerkender hendes si-

uation og hendes bekymringer. Men derefter er det som om, han drager hendes blik hen mod Maria, der sidder for hans fødder og lytter til undervisningen. Se Maria, hun har valgt den gode del, se hvor optaget hun er af at lytte, se hvordan hun sluger hvert et ord, se hvordan hun er i sit es og se, hvordan hendes ansigt lyser af glæde. Det er, som om Jesus drager Martha med ind i Marias glæde. Glæd dig over din søsters glæde i stedet for at lade dig blinde af alle dine forventninger og tanker om, hvordan det skulle være. Jesus lærer Martha den kunst, det er at kunne glæde sig i den andens glæde, og samtidig sætter Jesus Maria fri af de kulturelle roller, hun ellers er fanget i, og han inviterer enhver til at sidde ved sine fødder og lytte. Jesus dømmes ikke hvad der er rigtigt eller forkert, men han italesætter, at Martha ikke skal forstyrre Marias glæde og åndelige oplevelse.

Paulus taler om noget lignende i sit andet brev til menigheden i Korinth: "Vi er ikke herrer over jeres tro, men medarbejdere på jeres glæde; I står jo allerede i troen." (2. Kor 1, 24).

NÆRSYNET

Vi kan blive så vant til dem, der er tæt på os, at vi slet ikke ser dem rigtigt længere. Vi ser bare vores egne forestillinger

INDLEDNING – Hvor er min bror? – om at se dem der er tæt på

af, hvordan de skulle være, eller hvordan vores relation burde være. Men hvad nu hvis vi lærte at se hinanden igen? Hvad nu hvis vi blev bedre til at lytte og spørge ind - for det kan godt være vi er tæt på hinanden - men vi må aldrig tro, vi kender hinanden helt og ikke længere behøver at være nysgerrige eller forundres over hinanden. Der er altid mere at opdage.

TIL EFTERTANKE

- Kan du genkende, at vi næsten kan blive fremmede overfor dem, der er tættest på os?
- Hvornår har du sidst oplevet at glæde dig i en andens glæde?
- Prøv at lave en liste over dem, der er dine nærmeste, dem du bærer et særligt ansvar for, og dem der bærer dig.

DAG 1 – Hvor er min bror? – om at se dem der er tæt på

*Ær din far og din mor,
for at du må få et langt liv på den jord,
Herren din Gud vil give dig.*

2. Mos. 20,12

I det femte bud læser vi om barnets rolle i forhold til forældrene. Barnet inviteres til at tage sig af og ære forældrene efterhånden, som barnet vokser op. At være forældre er en identitet og en titel, der hænger sammen med den gave, et barn er i forældres liv. Men at være barn af nogen er vel også en gave fra Gud, en relation Gud inviterer os ind i. Alle relationer er både en gave og en opgave. Men lige præcis relationen mellem barn og forælder er noget helt særligt, for det er det tætteste, vi kommer på den ubetingede kærlighed. Vi kan aldrig flygte fra den relation - ligegyldigt om det går godt eller skidt, så vil relationen til vore forældre præge os hele livet.

BLIKFANG

Er der noget, som står imellem dig og dine forældre? Hvad kan du gøre i dag for at styrke den relation? Måske er dine forældre her ikke mere, eller du har mistet forbindelsen til dem - hvad

kan du så gøre i dag for at mindes dem og sige tak for dit ophav?

BØN

Far i himlen

velsign mine forældre og de bånd vi har

helbred vores familie fra alt det der ikke er fra dig

DAG 2 – Hvor er min bror? – om at se dem der er tæt på

En af hans disciple, den som Jesus elskede, sad til bords lige ved siden af Jesus. Han gav Simon Peter tegn til at spørge Jesus, hvem det var, han talte om.

John. 13, 23-24

Relationer er svære, og det er noget af det, vi som menighed og menneskehed bruger allermest tid på livet igennem – måske var det derfor, Jesus brugte de fleste af sine vågne timer på at være sammen med mennesker. I teksten her sidder disciplene til måltid med Jesus for sidste gang, inden han dør på korset. Jesus har netop forudsagt, at en af dem vil forråde ham. Peter, som ellers er en markant nøglefigur i discipleflokkens, spørger disciplen, der er tættest på Jesus, hvem det er, måske fordi han er i tvivl om sin egen rolle i fremtiden – som når vi oplever et grib i kroppen, når en politibil kører forbi. Hvorfor tror du, at Peter ikke blot spørger Jesus direkte selv?

BLIKFANG

Tag kontakt med en af dine venner i dag. Det kan være en gammel relation, du ikke har set længe eller en nyere ven - men tag

dig tiden til at kontakte dem uden anden grund end fordi, det er en ven og tal med det menneske. Hør hvordan vedkommende har det.

BØN

Jesus tak for mine venner

Tak at du inviterer os til at være personlig og tæt ven med dig du kender og bevarer

alle vores hemmeligheder og usikkerheder

DAG 3 – Hvor er min bror? – om at se dem der er tæt på

Engang bragte Kain en offergave af jordens afgrøde til Herren. Også Abel bragte en offergave, fedtstykkerne af sit småkvægs førstefødte. Herren tog imod Abels offergave, men Kains offergave tog han ikke imod. Så blev Kain meget vred og gik med sænket hoved.

1. Mos 4, 3-5

Kender du det, når nogen lykkes med noget, som du ikke lykkes med? Måske var der nogen på arbejdet, der fik den forfremmelse, du gerne ville have haft? Eller måske kender du nogen, der bare altid synes at være heldig, og det virker næsten ikke, som om de ved, hvor nemt de har det.

Den gennemsnitlige dansker bruger 39 år på arbejdsmarkedet i løbet af en livstid ifølge dr.dk. Arbejdssællesskabet er en vigtig del af vores liv - her kommer vi tæt på mennesker i andre livssituationer end vores egen, og her kan vi skabe venner for livet. Men det kan også være en kamplads, hvor jungleloven råder, og enhver er sig selv nærmest. Hvilke arbejdsrelationer indgår du i? Det kan også være, du er færdig med arbejdsmarkedet, men måske er frivillig i en kirke, en genbrugsbutik eller

en sportsforening. Hvordan kan du være til velsignelse i dine arbejdsfællesskaber?

BLIKFANG

Ros en kollega eller anden du møder i dag for deres færdigheder. Find noget positivt at sige om det de gør og se, hvordan deres ansigt lyser op, når de bliver set i det.

BØN

Velsign mit arbejde Gud

så det bliver til velsignelse for flere

DAG 4 – Hvor er min bror? – om at se dem der er tæt på

Hans brødre gik til ham, faldt ned for ham

og sagde: "Vi vil være dine trælle."

Men Josef svarede dem: "Frygt ikke! Er jeg i Guds sted?

I udtænkte ondt mod mig, men Gud vendte det til det gode.

Han ville gøre det, der nu er sket:

holde mange mennesker i live.

Frygt derfor ikke! Jeg vil sørge for jer og jeres familier."

Og han trøstede dem og talte kærligt til dem.

1. Mos 50, 18-21

Teksten er fra det sidste kapitel i Første Mosebog og afslutningen på historien om Josef og hans brødre. De 12 drenge blev splittet og uvenner på grund af noget så banalt som jalousi. De så hinanden som konkurrenter fremfor som brødre. De var så optaget af at sammenligne sig, at de glemte at se hver enkelt brors styrker og glæde sig over hinanden. Bibelen er fuld af fejlfyldte mennesker - ligesom os. Men Bibelen er også fuld af historier om mennesker, der forsones og bærer over med hinanden, tilgiver og ser hinanden i et nyt lys. For ud af det brudte kan nyt liv spire frem.

BLIKFANG

Har du søskende, eller har du mennesker i dit liv, der er som en bror eller søster? I dag kan du ringe til dine søskende, sende en sms eller besøge dem og fortælle dem, at du elsker dem – på trods af de mange fejl, I har begået igennem årene, I har levet sammen.

BØN

Helligånd

helbred alt det uforløste der findes mellem os

Sæt os fri af alt det der kan komme mellem os som ikke er fra dig

Tak at vi alle er søskende i dig

Gud Fader forbarm dig over os

DAG 5 – Hvor er min bror? – om at se dem der er tæt på

Den, der ydmyger sig og bliver som dette barn,

er den største i Himmeriget;

og den der tager imod sådan et barn i mit navn,

tager imod mig.

Matt 18, 4-5

I teksten her er Jesus i gang med at undervise sine disciple i, hvordan de skal være overfor hinanden og i virkeligheden, hvordan vi alle sammen skal være sammen. Jesus peger endnu en gang på det magtfrie fællesskab, som Gud selv er. Jesus taler om ydmyghed, og måske er det, at ville give slip på retten til at have ret, nøglen til at være ligeværdige i selv de nærmeste relationer. Hvad betyder ydmyghed i dit parforhold eller i dine familierelationer?

BLIKFANG

Gør noget godt som ingen bemærker i dag. Måske kan du samle skrald i naturen, eller tage opvasken uden at brokke dig til din partner. Det vigtige er, at du ikke gør det for at blive bemærket eller anerkendt, men du gør det som en øvelse i ydmyghed.

BØN

Stærke Gud

Vi behøver ikke lade som om

i dine øjne er vi børn der forsøger og forsøger igen under din beskyttelse

Din vilje ske

DAG 6 – Hvor er min bror? – om at se dem der er tæt på

*Hvor er det godt og herligt,
når brødre sidder sammen!
Det er som den gode olie på hovedet,
der flyder ned over skægget,
over Arons skæg,
ned over kjortlens halsåbning.
Det er som Hermons dug, der falder
på Zions bjerge.
For dér giver Herren velsignelsen,
livet i al evighed.*

Salme 133

Ensomhed er en af vor tids største tabuer, måske især hvis man føler sig ensom i mængden. Ensomhed er ødelæggende for et menneske, for den fortæller os en løgn: At vi er uelskelige. Salmen i dag handler om fællesskab, og hvor godt det er at sidde sammen - det er dér, livet og velsignelsen er. Tænk over hvornår i dit liv du føler dig ensom. Kender du nogen i din omgangskreds, der måske er ensomme?

BLIKFANG

Invitér nogen hjem til dig i dag til et måltid mad eller en kop kaffe.
Bryd ensomheden.

BØN

Treenige Gud
Du er fællesskab
og du drager os ind i fællesskabet med dig
og med hinanden
så vi erfarer at vi alle tager del i dig

HVEM ER MIN NÆSTE?

– om at se det ukendte



INDLEDNING – Hvem er min næste? – om at se det ukendte

Er du mørkeræd? Nej, du er måske voksen og tænker, at det er et barnagtigt spørgsmål at tage stilling til. Men i virkeligheden findes der jo granvoksne mennesker, som stadig ER bange for mørke. Bange for at gå i mørke lokaler, for mørke parkeringspladser og stier, bange for mørke kirkegårde og utrygge ved kirkerummet når mørket falder på. Måske har du det privilegium, det er at skulle lægge et barn i seng og derfor kender til, hvordan nogle børn bare sover bedre, eller i hvert fald bedre falder til ro, med lidt lys eller en dør på klem. Som voksen kan et mørkt børneværelse være uendeligt besværligt: vi træder på legoklodser og går ind i sengeben, famler os frem gennem mørket.

SKABT TIL LYSET

Vi mennesker er skabt til at være i lys. Skabt til at opleve lyset og varmen fra solens stråler og lyset fra Guds ansigt. Vi ved, at det er usundt at mangle sollys, og vi kender til de almindelige vinterdepressions-tendenser i et mørkt og koldt vinterland som vores. Det er ikke altid småting, mennesker går igennem. Mørket kan skade os, med andre ord. Og måske ikke blot det mørke som er ude i naturen, måske også det mørke der kan opstå imellem os. For når vi møder ting, relationer, mennesker eller situationer, som vi ikke

kan genkende, forstå eller forklare, så er det lettere for os at forkaste selv samme som værende "forkert". Vi kan komme til, som de børn vi fortsat er, at forveksle badekåben, der hænger over stolen, med noget farligt, der lurar på os, også ude i verden: Andre religioner og kulturer, andre mennesker og nye problematikker. Nogle gange ønsker vi os at have det fulde og sande billede af tingene, for at kunne træffe en beslutning, men det er ikke altid, at vi kan få det. Det er ikke altid, vi kan se klart.

TVIVL OG TILLID

Bibelens måske bedste eksempel på et menneske, der ikke vil tro uden at have set er disciplen Thomas. Da de andre disciple efter korsfæstelsen Langfredag kommer og fortæller at de har mødt den opstandne Jesus, er Thomas skeptisk. "Hvis jeg ikke ser naglemærkerne i hans hænder og stikker min finger i naglemærkerne og stikker min hånd i hans side, tror jeg det ikke." (Joh 20, 25)

Thomas repræsenterer mange mennesker og måske netop derfor, er hans historie så vigtig. Thomas hører sine venner fortælle, meget livagtigt må vi tro, om at de har mødt den opstandne Kristus. Men Thomas vil selv se og røre, før han lader sin tvivl blive til tro. Hvad er det, der gør at Thomas tvivler? Er det frygten

INDLEDNING – Hvem er min næste? – om at se det ukendte

for at blive til grin og hoppe på en styg joke? Er det en sund fornøftig tro på naturens gang? Vi får ikke svaret umiddelbart, men vi ser Jesus, endnu engang invitere os til at give slip på vores menneskelige behov for absolut kontrol og så stole på det mystiske, magiske budskab at Kristus er Lyset selv. Og det vidunderlige og evangeliet i den historie er, at Jesus kommer også til den og dem, som tvivler og ønsker håndgribeligt bevis. Jesus går ind af alle døre og alle veje for at møde mennesker. Betyder det, at alle veje fører til Kristus? Nej, men det betyder, at Kristus kan møde os ad alle veje - også i det fremmede, det ukendte, det umødte.

AT MØDE DET UKENDTE

Faktisk viser det sig, at det oftest er i det ukendte, at vi møder Gud. En af de mest kendte lignelser, Jesus fortæller, handler om, hvordan Guds nåde og omsorg kan møde os gennem mennesker, vi ellers ikke regner for noget. En lovkyndig spørger Jesus, hvem der er hans næste. Jesus svarer ved at fortælle lignelsen om den barmhjertige samaritaner, om en mand der bliver overfaldet af røvere, men som bliver hjulpet af en fremmed, en samaritaner (Luk10, 25-37). Det forunderlige ved historien er, at Jesus blot i kapitlet før har oplevet at blive afvist af ugæstfrie samaritanere, alt-

så taler han ikke blot om jøders generelle mistro og fordømmelse af samaritanere, han taler ud af sin egen og hans disciples nylige erfaring, men han insisterer stadig på at det gode kan komme fra en uventet kant - endda fra en samaritaner. Og så vender han historien på hovedet: Han slutter lignelsen med at spørge, hvem der var en næste for ham der faldt i røverhænder. Normalt ville vi jo sige at det var ofret, der var en næste for samaritaneren, men Jesus vil have os til at se, at det er samaritaneren, der er en næste for offeret. Altså er det ikke en historie om, at samaritaneren har vist næstekærlighed, og at vi skal være perfekte i barmhjertighed, men det er en historie om, at vi aldrig ved, hvem der kan være kanal for Guds nåde for os. Gud møder os af ukendte stier. Vi falder aldrig uden for Guds blik.

TIL EFTERTANKE

- Hvad gør dig utryg? Er der noget bestemt, du ved, du er bange for?
- Hvordan har du det med tvivl? Tænker du, at det er noget vi skal undgå, eller er det en naturlig del af troen?
- Har du oplevet at møde Gud i en uvant situation eller et sted, du slet ikke havde forventet det?

DAG 1 – Hvem er min næste? – om at se det ukendte

Da sagde Moses: "Lad mig dog se din herlighed!"

Herren svarede: "Jeg vil lade al min skønhed gå forbi dig, og jeg vil udråbe Herrens navn foran dig.

Jeg viser nåde, mod hvem jeg vil, og forbarmer mig, over hvem jeg vil."

Men han sagde: "Du får ikke lov at se mit ansigt, for intet menneske kan se mig og beholde livet."

Og Herren sagde: "Her hos mig er der et sted; stil dig på klippen.

Når min herlighed går forbi, stiller jeg dig i klippespalten

og dækker med hånden for dig, til jeg er kommet forbi.

Derefter tager jeg min hånd væk, så du får mig at se fra ryggen.

Mit ansigt må ingen se."

2. Mos 33, 18-23

Ingen kan se Guds ansigt. Gud er for stor, for mystisk og for hellig til, at vi nogensinde kan se eller forstå Gud fuldstændig. Ligesom Moses bliver vi blændede hvis vi tror vi kan se Gud, men vi kan se, hvor Gud har været, vi kan se effekten af, at Gud har været nær. Hver gang vi tror, vi har forstået Gud eller formuleret, hvem Gud er, og hvordan Gud er, så har vi på en måde også været med til at begrænse Gud. For Herren er altid mere. Hvad gør det ved

dig at bruge ord om Gud som: Mystisk, ubegribelig, hellig? Er det ord, du plejer at bruge – hvis ikke, hvorfor? Gå på opdagelse i dit gudsbillede og den oplevelse Moses har med Herren, hvis ansigt ingen må se.

BLIKFANG

Sid i stille bøn i 15 minutter i dag. Prøv ikke at formulere nogen ord eller lade hovedet fylde med tanker, men bare vær stille over for Gud, sammen med Gud. Du kan eventuelt bruge bønnen herunder som en begyndelse og vende tilbage til den, hvis tankerne flyver.

BØN

Du er grænseløs

du er nær

du er lys

og jeg er din

(Martin Lönnebo)

DAG 2 – Hvem er min næste? – om at se det ukendte

Men de elleve disciple gik til Galilæa

til det bjerg, hvor Jesus havde sat dem stævne.

Og da de så ham, tilbød de ham, men nogle tvivlede.

Og Jesus kom hen og talte til dem og sagde:

"Mig er givet al magt i himlen og på jorden..."

Matt 28, 16-18

Vi er i slutningen af Matthäusevangeliet, lige før Jesus giver Missionsbefalingen. Jesus er opstået fra de døde og møder disiplene og alligevel er der nogen, der tvivler! Jesus er ikke bange for vores tvivl. Han sorterer ikke nogen fra og siger at den her nye befaling om at gøre alle folkeslag til hans disciple ikke lige gælder de der er tvivlere. Midt i deres tvivl viser han stadig tillid.

BLIKFANG

Giv nogen et uventet kompliment i dag. Det kan være en ekspedient i en butik, en nabo eller en anden, du møder. Sig noget opmuntrende og rosende og læg mærke til, hvad det gør ved dem og ved dig.

BØN

Jeg vil lovsynge for Herren så længe jeg lever

jeg vil lovsynge min Gud så længe jeg er til

Gid mit digt må være i ham til behag

jeg har min glæde i Herren

(Salme 104, 33-34)

DAG 3 – Hvem er min næste? – om at se det ukendte

Ve jer, skriftkloge og farisæere, I hyklere!

I giver tiende af mynte, dild og kommen,

men I forsømmer det i loven, der vejer tungere, ret og barmhjertighed og troskab.

Det ene skal gøres, og det andet ikke forsømmes.

I blinde vejledere, I sier myggen fra, men sluger kamelen.

Ve jer, skriftkloge og farisæere, I hyklere!

I renser bæger og gryde udenpå, men indeni er de fulde af rovlyst og griskhed.

Du blinde farisæer, rens først bægeret for det, der er indeni, så vil det også være rent udenpå.

Matt 23, 23-26

Jesus er gevaldigt ude med riven i dette stykke fra Matthæusevangeliet. Det er en lang omgang voksen-skældud til de ledere og skriftkloge, som Jesus synes, har gjort jødedommen mindre og mere snæversynet og fordømmende. Han kalder dem blinde, fordi de går op i regler og paragraffer, men glemmer ånden og livet: Troen kan ikke sættes på en formel, der skal overholdes. Dermed glemmer farisæerne at have øje for deres medmenesker og se, at Gud er på færde med noget helt nyt. Kender du det

fra dit eget liv, at du kan blive for snæversynet og forudindtaget?

Er der noget af det Jesus siger her, han også kunne sige til dig?

Hvornår bliver du for smålig?

BLIKFANG

Øv dig i en ny færdighed i dag, som du ikke mestrer helt. Måske spiller du et instrument eller er ved at lære at hækle eller lave espressokaffe - tag dig tid til at øve og fejle.

BØN

Kærligheds Ånd

lad mig være modig i dag

så jeg ser Dig på ny

DAG 4 – Hvem er min næste? – om at se det ukendte

For du, Herre, er mit håb,

fra min ungdom var du min tilflugt,

Herre, fra fødslen har jeg støttet mig til dig,

det var dig, der tog mig fra moders liv,

min lovsang gælder altid dig.

Salme 71, 5-6

Fasten er en tid til selvransagelse. Materialet her forsøger at indbyde til denne selvransagelse, som gerne skal foregå livet igennem, året rundt, men i fasten stiller vi skarpt på processen og går i åndelig træningslejr. Nogle gange forsøger vi i kirken at italesætte livet med Jesus, som noget vi skal gøre, noget vi skal opnå. Men hvis der er sandhed i de ord vi læser i Salme 71 i dag, så har Gud altid haft øjne på os, og vi kan falde ind i den relation: At VÆRE set, af Gud. Allerede fra vi er i vores mors mave og kommer til verden, har Gud øjne på os.

BLIKFANG

Se dig selv i øjnene i spejlet, i 3 min. Det er lang tid, men prøv at se dig selv, uden at bedømme det, du ser. Find 3 ting ved dig selv, som du er glad for. Ikke ting du kan præstere, men ting der er en del af dig.

BØN

Jesus min ven

Lad mig se mig selv med dine milde øjne

så jeg ser hvem jeg egentlig er

og at det er lige som det skal være

DAG 5 – Hvem er min næste? – om at se det ukendte

*Når I kommer ind i et hus,
så ønsk fred over det.*

Matt 10, 12

Dagens tekst er ord Jesus giver sine disciple, idet de sendes ud i Israel og Palæstina, for at fortælle om deres særlige ven: Jesus. De opfordres til at ønske fred, hvor de kommer frem. Har du oplevet at skulle være på et nyt sted og ikke kunne finde rundt, eller finde dig til rette i nye omgivelser? Noget af det mest stressende for os kan være, når vi ikke føler os hjemme og ikke kender de omgivelser, vi er i. Når vi kommer til nye steder, så kan vores førstehåndsindtryk afgøre, om vi vurderer stedet til at være rart eller godt. I denne tekst inviteres vi til at møde nye steder med fred. Ikke bedømmelse eller vurdering, kritik eller fejlfinder i – men fred.

BLIKFANG

Bed for et menneske du møder i dag, som du ikke kender. Du behøver ikke sige det til dem, men du kan bede i dig selv for det menneske du overhaler på cykelstien, vedkommende som du står ved siden af i køen, ungarbejderen på tankstationen eller

tjeneren på caféen. Ønsk fred og velsignelse for dem, selvom du ikke kender dem.

BØN

Jesus jeg beder for det som er nyt
du er alle vegne
må jeg være i din fred hvor jeg færdes

DAG 6 – Hvem er min næste? – om at se det ukendte

*Hvor var du, da jeg grundlagde jorden?
Fortæl det, hvis du har forstand til det!*

Jobs bog 38, 4

Under lockdown grundet corona-pandemien erfarede vi som samfund, den flotte gave som pilgrimsvandrere og spejdere har forsøgt at fortælle os i mange år: Glæden ved at gå tur. Ikke for at skulle et bestemt sted hen, men for at være i bevægelse og for at være i naturen. Når vi går tur, blot for at gå, kan vi få lov at opleve nye steder, både i skoven, på heden, på stranden, ved søen, og i byens parker. Vi kan som mennesker, opleve nyt hver dag, også i naturen, hvis og når vi giver os selv lov til at SE det, der er foran os. Måske skal vi hjælpe os selv på vej ved at vandre i stilhed, så vores sanser får frit spil til at opleve naturens helbredende stilhed, nærvær og foranderlighed, som sker døgnet rundt, året rundt – hele livet igennem.

BLIKFANG

Gå eller køør en tur et nyt sted. Læg distraktioner som eksempelvis telefoner, lydbøger, tankemylder væk og brug dine sanser. Måske ser du noget nyt, som du aldrig har oplevet før?

BØN

Tak SkaberGud
for naturens mysterium
Tak at vi får lov at være en del af denne grønne klode
hjælp os at se
passe på
og sætte pris på den

FORLIG DIG

– om at se den du har det svært med



INDLEDNING – Forlig dig – om at se den du har det svært med

I 2021 tog den koreanske tv-serie Squid Game verden med storm. På kort tid blev den verdens mest streamede serie, og overalt legede folk de koreanske børnelege, der var en del af seriens historie. Plottet handler om en skjult organisation, som tilbyder mennesker der trænger hårdt til penge, at de kan deltage i et spil, hvor de kan vinde en helt enorm pengepræmie. Men når de stakkels desperate mennesker melder sig til konkurrencen, finder de ud af, at de er med i et spil, der kan koste dem livet. 456 deltagere kæmper mod hinanden i en række traditionelle koreanske børnelege med et dødeligt twist, og kun én overlever og kan gå derfra som vinder.

Det er en voldsom og rå serie, der samtidig leverer en skarp kritik af vores konkurrenceprægede samfund og stiller interessante spørgsmål om, hvordan man bevarer sin menneskelighed i en brutal verden. Et slående træk ved serien er nemlig, hvordan alle deltagere og vagter, som er en del af konkurrencen, fratages al menneskelighed for at kunne være i den umenneskelige virkelighed. Deltagerne reduceres til et nummer og bliver klædt i ens fangedragter, alle vagter bærer masker, der gør dem uigenkendelige - selv for de andre vagter. På et tidspunkt kommer en flok rigmænd til øen, hvor det hele foregår, for at overvære kon-

kurrencen som underholdning. De bærer også masker - meget symbolsk lavet af solidt guld - for at skjule, hvem de er. I et spil, der er så umenneskeligt, må alle skjule deres menneskelighed for at kunne holde ud at være en del af det.

AT SE SIT MEDMENNESKE

Denne uge handler om, hvordan vi ser på de mennesker, vi har det svært med. Det kan være mennesker der har såret os, mennesker vi har en uløst konflikt med, mennesker der er gledet ud af vores liv, mennesker hvis holdninger eller livsførelse vi har svært ved at identificere os med, eller mennesker vi selv har dårlig samvittighed overfor, og som vi derfor kan have svært ved at se i øjnene. Jesus taler i Bjergprædiken om, at vi skal elske vores fjender, men det kan være svært ligefrem at identificere fjender i vores liv - men vi kan nok allesammen finde mennesker vi på den ene eller anden måde har det svært med. Hvordan ser vi på dem?

En af de interessante ting der sker i en konflikt situation, er at vi - ligesom i tv-serien - mister blikket for hinandens menneskelighed. Der kommer ligesom et filter ind mellem os og det andet menneske, så vi ser hinanden mere ud fra hvilken rolle, vi

INDLEDNING – Forlig dig – om at se den du har det svært med

indtager i konflikten, end hvem vi er. Det andet menneske bliver ikke længere "bare" et menneske, det bliver ham eller hende, der gjorde det og det. Vi så det, da krigen i Ukraine brød ud - pludselig inddelte vi alle i pro-russere og pro-ukrainere, og det kendetegn blev mere definerende end alt andet for, hvordan vi ser hinanden.

Men hvis vi fratager hinanden vores menneskelighed, og bare ser hinanden som de mærkater vi nu engang sætter på hinanden - så kan vi ende med at gøre det mest umenneskelige ved den anden.

INGEN ER KUN EN FJENDE

Når Jesus taler om at vi skal elske vores fjender, så minder han os om, at huske hinandens menneskelighed. At se hinanden som mere end bare fjender - for ingen er kun en fjende. Ingen er kun det, de har gjort mod dig, ingen er kun det, du ikke kan lide ved dem, ingen er kun - vi er altid mere. Når Gud i Moseloven minder israelitterne om at tage sig af enken, den faderløse og den fremmede - alle dem der er anderledes, besværlige, sårbare og som stikker lidt ud - så sker det altid med påmindelsen om, at israelitterne jo selv har været fremmede i Ægypten (2. Mos 22,

20-23). Så sker det med en identifikation. De er ligesom dig - de er også mennesker, de er medmennesker.

Hvad om du kunne bruge den samme tænkning over for de mennesker, du har det svært med?

"Når du derfor bringer din gave til alteret og dér kommer i tanker om, at din broder har noget mod dig, så lad din gave blive ved alteret og gå først hen og forlig dig med din broder; så kan du komme og bringe din gave. Skynd dig at blive enig med din modpart" siger Jesus (Matt 5, 23-25a).

KÆRLIG OPMÆRKSOMHED

Der er ingen, der kræver, at du med ét skal kunne hente kærlige følelser frem for dem, du har det svært med. Men kærlighed er mere end følelser. Nogle gange begynder det med, at du kan se din fjende som mere end en fjende. En måde, man kan forstå kærlighed på, er ved at tænke på det, som det at give kærlig opmærksomhed til nogen eller noget. Det du retter dit blik imod. Det kan godt være, du ikke er parat til at elske eller endda tilgive det menneske, du har det svært med, men måske du kan begynde med at se på dem. Måske du endda kan se dem i øjnene. Hvad gør det ved dig? Det kan være, det tager lang tid. Måske du stille

INDLEDNING – Forlig dig – om at se den du har det svært med

og roligt kan se dem som et andet menneske. Tænk på at de også har været børn engang, tænk på at de også har venner og indgår i relationer, hvor de har brug for at føle sig set og elsket. Vi kan ikke fremtvinge kærlighed, men at se hinanden som mennesker er et godt sted at begynde. Det er ikke sikkert tilgivelse eller forsoning altid er den lykkelige slutning, men det gør noget godt ved dig at begynde en proces, der river dig ud af fjendebilleder, nag og fastfrosset had. Den slags er gift for os på så mange måder, for det påvirker os langt mere, end vi aner - og alt for tit kommer vi til at lade det gå ud over dem, der lever tættest på os.

TIL EFTERTANKE:

- Kan du genkende det med at vi bliver blinde for hinandens menneskelighed, når vi står i en konflikt?
- Hvad tænker du om udsagnet "Ingen er kun en fjende"?
- Er der nogen relationer, som du havde regnet for døde, som du måske har brug for at genbesøge?

DAG 1 – Forlig dig – om at se den du har det svært med

I har hørt, at der er sagt:

"Du skal elske din næste og hade din fjende".

Men jeg siger jer:

Elsk jeres fjender

og bed for dem, der forfølger jer.

Matt 5,43-44:

Hvem eller hvad er dine fjender? Hvem vil du betragte, som nogen du rigtig godt kunne undvære i dit liv eller i verden generelt? Måske er du et af de mennesker der vil svare at Ruslands præsident, banjomusik og koriander skal tage en færgе ud af verden. De ord, Jesus giver os med på vejen her, er så simple og derfor så voldsomt provokerende. For når vi trænges op i en krog og føler foragt, vrede og had, vel netop overfor dem eller det, vi ikke begriber eller forstår, så vender Jesus verden på hovedet og inviterer os til at elske. Når vi oplever at andre menneskers handlinger er usympatiske, så skubbes vi over i de mørke og destruktive følelser. Jesus besvarer verdens ulykke med kærlighed fremfor had. Og hvordan svarer verden? Med endnu mere had: Med tortur og døden på et kors.

BLIKFANG

Lav en liste med tre personer som du har det svært med lige nu. Prøv at holde det personligt og konkret. Bare skriv deres navne ned og læg mærke til hvilken reaktion det fremkalder i dig. Kig på navnene i flere minutter og vær opmærksom på hvad der sker i dig i den tid.

BØN

Almægtige Gud

Du holder hele verden i din hånd
også dem jeg har det svært med
også mig når jeg har svært ved at elske
og dem der har det svært med mig

DAG 2 – Forlig dig – om at se den du har det svært med

Altså: Er nogen i Kristus, er han en ny skabning.

Det gamle er forbi, se, noget nyt er blevet til!

Men alt dette skyldes Gud,

som forligte os med sig selv ved Kristus

og gav os forligelsens tjeneste,

for det var Gud, der i Kristus forligte verden med sig selv

og ikke tilregnede dem deres overtrædelser,

men betroede os ordet om forligelsen.

2. Kor 5, 17-19

Hvad betyder forligelse for dig? Har du oplevet at blive forligt med nogen efter en svær konflikt? Hvad bragte jer tættere på hinanden? Var der noget, du skulle gøre for at række ud eller søge tilgivelse i den konkrete konflikt?

Vi kan aldrig kræve tilgivelse eller forsoning af en anden, men vi kan selv gøre det, vi kan, for at konflikten ikke skal ødelægge mere for os og i os. At forlige sig med noget eller nogen er også at gøre sig fri, at træde ud af den skygge der har været over dit liv, ikke længere at lade sig definere af det som er sket, men i stedet se frem mod det der kan være.

BLIKFANG

Gør noget helt nyt i dag du aldrig har prøvet før. Du vælger selv - mulighederne er mange.

BØN

Tilgivende Gud

dit blik er genoprettelse

nåde og fred

det er her jeg har hjemme

nu og altid

DAG 3 – Forlig dig – om at se den du har det svært med

Hold fred med alle mennesker,

om det er muligt, så vidt det står til jer.

Tag ikke retten i egen hånd, mine kære,

men giv plads for Guds vrede,

for som der står skrevet:

”Hævnen tilhører mig, jeg vil gengælde,” siger Herren.

Men ”hvis din fjende er sulten, så giv ham noget at spise,

hvis han er tørstig, så giv ham noget at drikke;

for gør du det, samler du glødende kul på hans hoved.”

Lad dig ikke overvinde af det onde,

men overvind det onde med det gode.

Rom 12, 18-21

”Hævnen tilhører mig, siger Herren” - En del af forligelsen er, at vi giver slip. Der er noget, vi ikke længere skal bære på og lade os præge af. Det kan være vores lyst til hævn, det kan også være vores identitet som offer eller forurettet, det kan være vores insistere på at have ret eller behovet for kun at se tingene fra vores eget perspektiv. Det kan være svært at give slip - men nogle gange er det nødvendigt for at vores hænder kan tage imod noget nyt.

BLIKFANG

Tag vare på dine hænder i dag. Det kan være neglene trænger til at blive rensset eller klippet. Måske skal de have en god hånd-creme, eller måske trænger de til at blive aktiveret med strikning, klaverspil eller en anden aktivitet, som du nyder. Prøv at have fokus på dine hænder i løbet af dagen og læg mærke til hvad det gør ved dig.

BØN

Gud vi er i gode hænder

dine hænder, gode Gud!

som alt ondt med visdom vender

så det godt må falde ud

trods al synd og død og pine

godt for dig og godt for dine.

(Salme af Grundtvig)

DAG 4 – Forlig dig – om at se den du har det svært med

Bjergene skal bære fred:

Bjergene skal bære fred for folket,

og højene retfærdighed.

Han skaffer folkets hjælpeløse ret,

han hjælper de fattige

og knuser undertrykkerne.

Han skal leve, så længe solen

og månen er til, slægt efter slægt.

Som regnen falder på nyslåede enge,

som regndråber væder jorden,

skal retfærdighed blomstre i hans dage

og freden være stor, til månen forgår.

Salme 72, 3-7

Fred er langt mere end ikke at være i konflikt. I bibelsk forstand er fred den ideelle tilstand for hele skaberværket. Der hvor alting er på sin rette plads, hvor mennesker, dyr og naturen er i harmoni. Derfor inddrager salmen her hele skaberværket. Bjergene skal bære fred, og den skal falde som regndråber på nyslåede enge. På samme måde som en uløst konflikt kan sætte sig i hele kroppen og påvirke vores relati-

oner til andre, sådan kan den dybe indre fred også føles i alt, vi gør.

BLIKFANG

Brug mindst en time i naturen i dag. Gå en tur, sid i solen og drik en kop kaffe eller spis din frokost, ånd dybt og mærk hvordan du tager del i Guds gode skaberværk.

BØN

Fredens Gud

jeg længes efter din varme omfavnelse

så jeg falder på plads

i mig selv

og i min verden

DAG 5 – Forlig dig – om at se den du har det svært med

Lad jeres mildhed blive kendt af alle mennesker.

Herren er nær.

Vær ikke bekymrede for noget,

men bring i alle forhold jeres ønsker frem for Gud

i bøn og påkaldelse med tak.

Og Guds fred, som overgår al forstand,

vil bevare jeres hjerter og tanker i Kristus Jesus..

Fil 4, 5-7

Vores åndelige modenhed kan ofte aflæses i hvor krænkelssparate, vi er, hvor hurtigt vi falder ind i offerrollen. Paulus taler her om en indre fred, der bevarer vores hjerte i Kristus på trods af bekymringer og modgang, konflikter og usikkerhed. Der er stor frihed at finde i det liv, som vi ikke hele tiden skal forsvare eller forbedre, og hvor vi kan tage tingene og andre mennesker, som de er. At opøve evnen til at kunne se med milde øjne på sig selv og på andre er en umistelig del af det at følge efter Jesus.

BLIKFANG

Reparér noget der er gået i stykker i dag. Det kan være en dør, der knirker og som trænger til at blive smurt, det kan være et

hul der skal lappes, en knap der skal syes i eller noget andet enkelt og konkret, hvor du kan gøre en forskel.

BØN

Milde Jesus

du så på verden med dit generøse blik

tilgiv hver gang jeg bliver smålig

og synker ned i offerrollen

og gør alting mindre

end det egentlig er

der er intet at forsvare

for du har vundet

DAG 6 – Forlig dig – om at se den du har det svært med

*Menneske, du har fået at vide, hvad der er godt,
hvad Herren kræver af dig:
Du skal handle retfærdigt,
vise trofast kærlighed
og årvågent vandre med din Gud.*

Mika 6, 8

Vi slutter denne uge med de stærke ord fra Mikas bog. Profeten spørger Gud, hvad man skal gøre for at kunne træde frem for Gud og lykkes i livet. Og Gud svarer med disse enkle ord, der bliver en slags overskrift for et liv med Gud: Du skal handle retfærdigt, vise trofast kærlighed og årvågent vandre med din Gud. Det er vores kald og opgave - alt andet er underordnet.

BLIKFANG

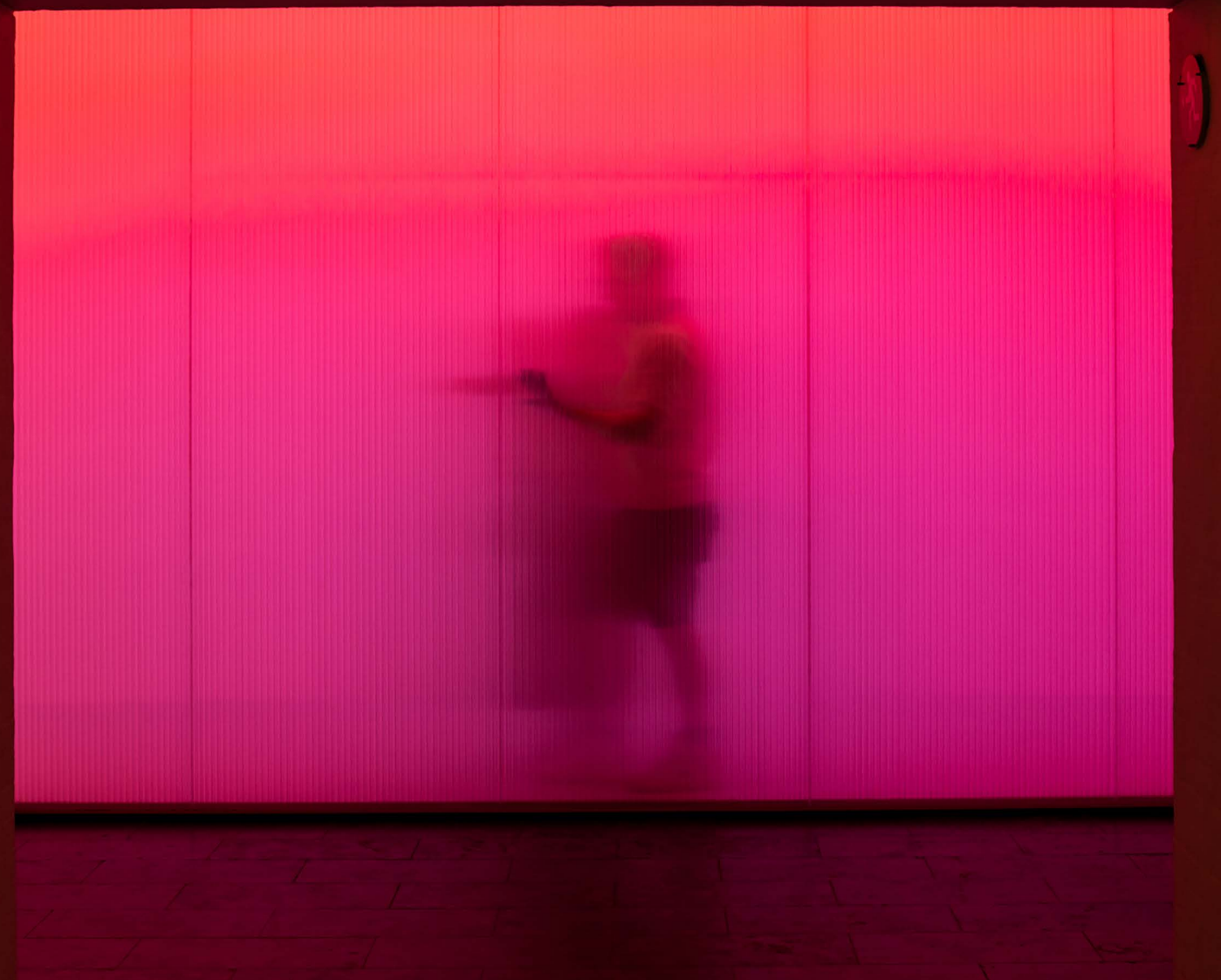
Lav et godt måltid mad i dag og invitér andre til at spise det sammen med dig. Måske kender du en, der er vant til at spise alene? Hvad om du inviterede vedkommende til at spise med dig i dag.

BØN

Herre hos dig
har jeg hjemme
her finder jeg hvile
her falder mit hjerte til ro

HVORFOR HAR DU FORLADT MIG?

– om ikke at kunne se Gud



INDLEDNING – Hvorfor har du forladt mig? – om ikke at kunne se Gud

At føle sig ensom er en invaliderende følelse. Som barn har du måske oplevet at blive væk fra dine forældre? Oplevelsen af at verden pludselig bliver så uendelig stor og fremmed som med et trylleslag, fordi ens tryghed forsvinder, er yderst ubehagelig. Og når man bliver væk, så har man netop oplevelsen af, at man er distanceret fra dem og det, der gør livet værd at leve. En følelse man absolut også kan opleve som voksen, enten når man fysisk bliver forladt af en ven, en ægtefælle eller kæreste, eller når vi mister mennesker, vi elsker. For i forladtheden oplever vi det ultimative kontroltab, vi bliver usikre og bange og alt andet, end at blive fundet igen, bliver ligegyldigt.

Da Jesus hænger på korset, råber han den gamle Salme 22, som bøn eller desperation efter Gud: "Min Gud, min Gud, hvorfor har du forladt mig?" (Matt 27,46). Han er bange og vil ha' sin Gud, sin Far, sin tryghed. Han har fået nok, bægeret er fyldt, han kan ikke bevare troen, modet eller håbet på, at Gud er hos ham. Han har mistet Gud af syne. For det kan ske i vores liv og vi kan føle det som om vi er ladt alene tilbage i verden.

DEN STILLE UGE

Hvis du begyndte din læsning askeonsdag, er den uge, der

ligger foran dig nu det vi i kirkens tradition kalder "Den stille uge" - ugen op til påske. Hvis du læser denne bog på et andet tidspunkt så lad også den kommende uge være en stille uge - også selvom det ikke lige er påsketid helt konkret. I denne uge er der en læsning til alle påskeugens dage fra Palmesøndag til påskedag. Påsken kan som julen blive en historisk højtid, hvis vi blot samles i kirker og til påskefrokoster for at genfortælle påskens begivenheder og mindes det som er sket. Det er der naturligvis ikke noget galt i, men påske er mere og større end det. For man kan ikke leve på noget der er sket engang. Det kan man bare tage til sig. Hvis ikke det kommer ind og bliver nyt liv i os og for os, så er der jo ikke håb i det. Tro handler ikke bare om noget der skete engang for 2000 år siden. Det handler om det, der sker i dag, det der sker i vores liv, og det der sker i mennesker omkring os. På den måde er påsken levende. Påsken er erfaringen af Guds mystiske væsen, som åbenbares for os på forunderlig vis, på voldsom vis. For ligesom Jesus der på korset ikke kan se Gud, ikke kan erfare at Gud er nær, på samme måde kan vi i vores hverdag og på hver vores kors være tynget og begravet i sorg, mørke og smerte, så vi slet ikke kan se Gud.

INDLEDNING – Hvorfor har du forladt mig? – om ikke at kunne se Gud

ER DER NOGEN?

Det er i grunden utroligt at der i kernen af den kristne tro er placeret den her dybe oplevelse af Guds fravær. Den trygge tillid vi begyndte med i Salme 139 om hvordan Gud havde os for øje selv da vi blev dannet i moders liv er blevet erstattet af et anklagende spørgsmål: "Ser du mig overhovedet?" "Er der nogen?" "Måske kender du også den følelse og det spørgsmål? Vi kan klare meget når vi ved vi ikke er alene - men når vi føler os alene, så kan alt ramle sammen om os.

AT BÆRE HINANDEN

De fleste danskere er åndeligt åbne, men vi taler ofte et andet sprog og bruger nogle andre ord om troen. "Vi tænker på jer", "vi håber på forbedring", "jeg sender gode tanker din vej". Det er som om, det at sige højt: "Jeg deler din smerte og jeg tager den med mig hjem i det der er min hverdag" er en måde at være sammen på i det svære. Det er en måde at mindske forladthedsfølelsen, som kan opstå i stor sorg. De gode tanker har måske erstattet bønnens sprog, men vi har stadig brug for at kunne bære hinanden i svære tider.

Alle mennesker søger fællesskaber: På festivaller, i bolig-

komplekser, i byerne, i foreningerne, i familierne, i kirkerne, til sportsbegivenheder osv. Når et menneske føler sig forladt, føler det sig afskåret fra den eller de mennesker, der før udgjorde menneskets virkelighed, ganske som barnet der er blevet væk fra sine forældre. Det er en stor og omsiggribende følelse at opleve ensomhed og forladthed. Og det er heller ikke det, der har været Guds mening med os - vi Guds elskede børn er skabt til at være i Kærlighed. Gud ER fællesskab: Fader, Søn og Helligånd. Men alligevel kan mørket få magten over os og få os til at tro, AT vi er ganske alene - forladt.

TRO ER OVERGIVELSE

I Den Stille Uge inviteres vi ind i fællesskabet med Gud på en ny måde. For Gud selv indbydes os til at gå i døden sammen med Jesus, for at opstå til nyt liv. I troen er overgivelsen den ultimative given slip på sig selv, den ultimative given slip på kontrollen og behovet for at sidde bag rattet, og lade Gud fylde mere i os. Kristentroen viser os kun en vej til nyt liv og den går gennem død og opstandelse. En øvelse der er cirkulær, ganske som årets gang, og som viser os at smerten og forladtheden aldrig er det, der skal ha' det sidste ord. På den måde er korset Guds ultima-

INDLEDNING – Hvorfor har du forladt mig? – om ikke at kunne se Gud

tive solidaritetshandling med os. Det vi gør ved hinanden når vi er allerværst - det er det Gud lader os gøre ved sig. Kristus døde for os, så det at dø nu for os er at møde Kristus. Akkurat som vi begyndte med at læse i Salme 139: "Lægger jeg mig i dødsriget, er du dér" (Salme 139, 8)

Du er skabt til et kærligt fællesskab, og du er så værdifuld, at du aldrig falder ud af Guds blik.

DAG 1 – Hvorfor har du forladt mig? – om ikke at kunne se Gud

PALME SØNDAG

*Sig til Zions datter: Se din konge kommer til dig,
sagtmodigt ridende på et æsel og på et trækdyrs føl*
Matt 21, 5

Palmesøndag er dagen, hvor vi fejrer Jesu indtog i Jerusalem. Dagen hvor verdens frelser, der i de forgangne år har vandret Israel og Palæstina rundt, for så pludselig at sætte sig op på et æselføl, for at en gammel profeti om frelserens komme til Jerusalem på et trækdyr, skulle opfyldes. Jesu væsen er sympatisk, for han sidder der, midt i hæderen og er sagtmodig altså eftertænsom, mild og stille. Måske fordi han ved, hvad der skal ske snart: Hans egen dom, ydmygelse, tortur og død. Måske er han sagtmodig, fordi han ved, at de mennesker han elsker så højt, nu i dette øjeblik fejrer ham, men kommer til at forkaste og kassere den flotte gave, han ønsker at give dem: Kærligheden og livet selv? Måske er han klar til at dø? Vi får ikke svar på vores spørgsmål, men kan se Frelserens ultimative sympati for verden.

Prøv at betragt indtoget i Jerusalem for dit indre øje: Hvor-

dan ser Jesus ud, sagtmodig på et æsel? Hvordan reagerer disiplene på at Jesus er stille midt i den store fest?

BLIKFANG

Brug 4 minutter på at reflektere over de gange du har oplevet at være sagtmodig. Er det tilbagevendende begivenheder der bringer denne stilhed frem i dig? Du kan skrive det ned i din åndelige dagbog, du kan skrive det i en note på din telefon, tegne det, gå en tur og tænke det eller tale med et menneske, du stoler på, om det.

BØN

Jesus du kommer
med din stilhed
midt i verdens larm
bærer du mig
uden ord
men fyldt med kærlighed

DAG 2 – Hvorfor har du forladt mig? – om ikke at kunne se Gud

MANDAG I DEN STILLE UGE

*Jesus siger: Der står skrevet:
"Mit hus skal kaldes et bedehus."
Men I gør det til en røverkule.*

Matt 21,13

Teksten her er endnu et eksempel på Jesu menneskelighed: Han er godt gal i skralden. For replikken her skal forstås i den kontekst, som kommer bagefter, nemlig at han med en pisk smadrer vekselernes boder, som står på tempelpladsen. Vekselererne handlede med penge, og de var almindeligt kendt for at snyde og narre fattige mennesker og tjene godt til sig selv. Templet var til bøn og ikke til pengefleri. Vi er ikke vant til at opdage Jesus som en vred Jesus. hvad gør det ved dig at Kristus er så udadreagerende?

Måske kan kirken i dag måske fortsat komme til at falde i samme fælde som dengang på tempelpladsen? Måske ikke at vi snyder folk, men når vi bruger alt for mange vågne timer og ressourcer på ting, der ikke har med Gud at gøre?

BLIKFANG

Prøv om du kan lade være med overhovedet at bruge penge i dag. Lev af det du har i skabene, udskyd andre indkøb og se om ikke, det godt kan lade sig gøre at leve uden.

BØN

Jesus
lær mig at bede

DAG 3 – Hvorfor har du forladt mig? – om ikke at kunne se Gud

TIRSDAG I DEN STILLE UGE

*Hvis hvedekonet ikke falder i jorden og dør,
bliver det kun det ene korn;
men hvis det dør, bærer det mange fold.
Den, der elsker sit liv mister det,
og den, der hader sit liv i denne verden,
skal bevare det til evigt liv.*

Joh 12,24b-25

Du skal dø for at leve evigt. En banal og dog kompliceret sætning. En af kristendommens største hemmeligheder er dette spændingsforhold vi inviteres ind i, at vi skal dø for at kunne leve. Ikke kun engang når vi skal fra denne jord, men også i dette liv. At give slip på os selv, vores egen ambitioner, vores egne liv, planer og kontrol, dér ligger det uendelige liv: den gave at være totalt afhængig af Helligånden. Dette budskab er i direkte modstrid med det, vi lærer i det moderne samfund. Her er et liv i uafhængighed, et liv med muligheder og frie valg, det som betegnes som det gode. Det er også et ensomt budskab. Tænk over at de store oplevelser i livet har vi alene: Fødsel og død, sygdom og store livsbeslutninger.

Det kan sagtens være, at du som læser finder dagens læsning for mærkelig – føl dig ikke forkert, hvis dette er tilfældet. Dagens påstand er at i sand åndelig udvikling findes den dimension, at vi skal dø, for at vi kan leve. Ikke fordi Gud gerne vil, at vi skal leve i smerte og mørke, nej det er helt modsat: Gud ønsker, at vi skal leve i det evige Lys. Men i den proces at give slip på os selv og på kontrollen, da vil vi erfare Kristi store hemmelighed: At et liv i totalt afhængighed med Herren, er en smuk og tryk gave.

BLIKFANG

Din krop er din sjæls tempel. Gør noget godt for din krop i dag. Du kan løbe en tur, lave en stræk-ud-øvelse, drikke rigeligt vand eller noget andet du ved er godt for din krop og som hjælper dig til at mærke den bedre.

BØN

Kristus du er
og nyt liv kommer fra dig

DAG 4 – Hvorfor har du forladt mig? – om ikke at kunne se Gud

ONSDAG I DEN STILLE UGE

*"Hvorfor gør I det svært for kvinden?
Hun har gjort en god gerning mod mig.
De fattige har I jo altid hos jer,
men mig har I ikke altid"*

Matt 26,10b-11

Hvad skal vi gøre ved det, Jesus siger? For han siger jo, at de fattige kommer i anden række, og at han er vigtigere. Ordlyden kan næsten skære i ørerne på os som kristne, der er vant til at bruge vores frivillige timer på at hjælpe andre.

Men det, vi skal huske på er, at Kristus ER vigtigere end vores ambition med missionen, for Kristus ER missionen. I denne tekst er Jesus til middag i Simon den spedalskes hus, og kvinden her overhælder ham med dyr dyr olie fra en alabastkrukke. I dag ville det svare til at sidde til middag, og nogen så hældte dyr parfume ud over en særlig gæst. Det kan have været en relativt akavet oplevelse, og vel næppe noget der er foregået i det skjulte, men noget som har fanget alles opmærksomhed. Kvindes hengivenhed viser, at hun så og forstod, hvem Jesus

er: Messias, den salvede. Hun giver det dyreste og fineste, hun havde, til Hans ære uden at lade sig stoppe af bekymringen om de andres holdning til hendes hengivenhed. En ensom handling, for hun distancerer sig fra sin omverden og lader sig være "anderledes", til Guds ære. Har du prøvet at være i hengivenhed til Kristus på en måde, som vakte andres opmærksomhed? Hvad gjorde du i denne situation?

BLIKFANG

Skriv en liste over dine værdier og reflekter over hvad der skal ske med det dyrebareste, materielle DU har, når du ikke er her mere.

BØN

Messias du salvede Konge og fredens fyrste

Modtag det jeg har

Det er ikke så flot som jeg kunne ønske mig

måske lidt kluntet

Men Jesus

jeg ønsker at du skal være min Herre

og at give dig det dyrebareste

DAG 5 – Hvorfor har du forladt mig? – om ikke at kunne se Gud

SKÆRTORSDAG

*I sin angst bad han endnu mere indtrængende,
og hans sved blev som bloddråber, der faldt på jorden.
Da han havde rejst sig fra bønnen
og var kommet tilbage til disciplene,
fandt han dem sovende,
overvældede af sorg,
og han sagde til dem: hvorfor sover I?
Rejs jer, og bed om ikke at falde i fristelse.*

Luk 22,44-46

Måske kender du til at blive skuffet over fællesskabet? Måske kender du til, at du troede, at dem, du var kirke og menighed med, "mente og ville" det samme som dig, for så at opdage at dette ikke var tilfældet? Det kan være teologiske spørgsmål, bibelsyn, relationer, missionen eller blot engagement i kirkens arbejde, der kan frembringe denne følelse. Dette er en følelse af ensomhed. Følelsen af at drømme om at vi som menneskehed og fællesskab ikke et ET, men går i forskellige retninger. Jesu ensomhed i dagens tekst viser os, at Jesus kender til den

følelse. Reflekter over hvordan det har været at være bange, bede for sit liv, og så finde sine nærmeste sovende, altså uden bevidsthed for at man står i sit livs nedtur.

BLIKFANG

Prøv at række ud til en fra din menighed eller kirke, som du ikke har talt med i lang tid eller endnu ikke kender. Bed for det menneske og jeres forbundenhed i Kristus.

BØN

Helligånd saml alle mennesker i dit navn

Lær os at tale med hinanden

fjern det som kommer mellem os

ikke for at undgå uenighed

men for at uenighed ikke skal være en hindring

for at elske

DAG 6 – Hvorfor har du forladt mig? – om ikke at kunne se Gud

LANGFREDAG

*Så gav de ham en purpurkrappe på,
og de flettede en krone af torne og satte den på ham.
Og de gav sig til at hilse ham: "Hil dig, jødekonge!"
De slog ham i hovedet med en kæp og spyttede på ham o
g lagde sig på knæ og tilbad ham.
Da de havde hånet ham,
tog de purpurkappen af ham og gav ham hans egne klæder på.
Så førte de ham ud for at korsfæste ham.*
Mark 15,17-20

Det kan være voldsomt at meditere og forestille sig påskens be-
retning, som om man var der: Pisen der smælder mod den
bare hud, blod der springer, tøj som flås af en villig Jesus, spyt
der flyver igennem luften og rammer Jesu ansigt, grin og latter,
korset som slæbes igennem Jerusalems små gader og til sidst:
lyden af søm som bankes i. Jesus betragtes Langfredag som
en forbryder, et menneske som har handlet forkert og derfor
skal straffes. Men Jesus er det eneste menneske, som ikke har
gjort noget forkert. Jesus går igennem smerte, ydmygelse, skidt,

snavs, klamhed, tortur og død for alle menneskers skyld.
Jesus erfarer den totale ensomhed og forladthed. Hans ven-
ner er stukket af, de benægter, at han findes, han er helt alene i
en mængde af mennesker, som hader og håner ham. Lad denne
langfredag være en sorgens dag. Måske kan en sådan meditati-
on være lærerig for dig og dit Guds billede? Reflekter over hvad
Jesus gik igennem – blot for at du skulle leve.

BLIKFANG

Lav en liste over alt det du sørger og skammer dig over. Bed over
listen og læg dens ord over til Jesus på korset. Brænd listen.

BØN

Du Gud lam, som bærer korsets skam
Min skam
Modtag min elendighed
Modtag min sorg
Modtag min forladthed

DAG 7 – Hvorfor har du forladt mig? – om ikke at kunne se Gud

PÅSKELØRDAG

*Meget tidligt om morgenen den første dag i ugen
kom kvinderne til graven med de vellugtende salver,
som de havde tilberedt.*
Luk 24,1-2

Vi kender godt historien om, hvad der sker den første dag i ugen.
Men vi vil bruge denne lørdag på at dvæle ved den usikkerhed,
som de mennesker, der levede allermest tæt med Jesus, var i
denne dag og reflektere over den lørdag, de gik igennem. Deres
fredag eftermiddag, før solen gik ned, har været hektisk: De fik
Jesus ned af korset og lagt i graven på under to timer. Hvad ske-
te der bagefter, tror du? Hvor gik de hen? Hvad lavede de? Lør-
dag har været en sabbatsdag, hvor Jesu tætteste venner højt
sandsynligt har holdt sig inden døre, på grund af sabbatten, men
også fordi de gemte sig fra det jødiske samfund. De har hver
især oplevet den forladthed, som vi oplever når vi mister nogen
vi elsker.

Brug din lørdag som var du der sammen med disciplene –
både kvinderne og mændene. Hvordan beder, taler og græder

de sammen? Hvordan foregår forberedelsen af de vellugtende
salver? Hvad spiser de? Hvad taler de om?

BLIKFANG

Hold sabbat. Prøv og lav så lidt som overhovedet muligt i dag, ud
over at være sammen med mennesker du elsker.

BØN

Du lidende Gud
Du kender til min ensomhed
Du ved hvornår jeg føler mig alene
selvom jeg er omringet af mennesker
Du er i min ensomhed sammen med mig

DAG 1 – Hvorfor har du forladt mig? – om ikke at kunne se Gud

PÅSKEDAG

*Og da de kom ind i graven,
så de en ung mand i hvide klæder sidde i den højre side,
og de blev forfærdede.*

Men han sagde til dem: "Vær ikke forfærdede!

I søger Jesus fra Nazaret, den korsfæstede.

Han er opstået, han er ikke her.

Se, dér er stedet, hvor de lagde ham!"

Mark 16,5-6

"Sé, dér er stedet" siger englen til kvinderne ved graven. Pludselig med et vendes påskens drama, sorg og mørke til undren, mystik og overvældende glæde på denne uges første dag. Kvinderne kommer til graven, som de tror er umulig at komme ind i, til liget af den døde Jesus, som de skal smøre ind i vellugtende salver, til det kaos der møder dem: Stenen der er væltet væk, en ung mand der tager imod dem i graven og fortæller dem, at Jesus er væk. Ikke stjålet, det hele er ikke noget, de har drømt: Han er virkelig opstået fra de døde, han er i live!

Det begynder med at de ser. Resten af påskens beretnin-

ger handler netop om disciplene der begynder at se Jesus midt iblandt dem. De ser verden på ny måde, de ser Gud er lige dér sammen med dem. Alting begynder med at Gud ser. Påskedag lærer os at se Gud lige her hvor vi er.

BLIKFANG

Fejr påsken! Vær sammen med mennesker du elsker. Gå i kirke. Spis god mad. Hold fest!

BØN

Kristus er opstanden

Ja Han er sandelig opstanden

Halleluja er det største lovprisning vi kan give

HALLELUJA

Ære være Gud i det højeste og på jorden

Kristus er opstanden

Ja Han er sandelig opstanden

Amen

FORSLAG TIL GUDSTJENESTER



FORSLAG TIL GUDSTJENESTER

Her ser du en oversigt over ideer og tekstforslag, som du kan bruge i forbindelse med fasten eller hvis du bruger materialet her på et andet tidspunkt i kirkeåret. Det er til inspiration, og du kan vælge og vrage i ideerne og tekststykkerne, som det passer dig.

Forslagene til bibeltekster er nogle andre end dem som er brugt i den resterende del af materialet. Derudover er der stikord til prædikenen eller andre dele af gudstjenesten samt et udblik, der er en konkret handling, man gør enten som enkeltperson eller som fællesskab i forbindelse med gudstjenesten. Mulighederne er mange.

Rigtig god fornøjelse!

GUDSTJENESTE 1 – Det lysende ansigt - om at være set af Gud

Bibeltekster: *Matt 17,1-8 og Salme 121*

Det er med Forklarelsen på bjerget, at Jesus viser sine tætte venner, hvem han i sandhed er.

Gud er på én gang almægtig og stor og samtidig nær og relevant. Det mysterium skal have lov at fylde. Vi kan ikke se direkte på Gud, ligesom vi ikke kan forstå alt ved Gud, og alligevel er hver af os draget ind i Guds blik og Guds omsorg. Den jødisk-kristne tanke er, at vi møder Gud, der, hvor vi er, når vi sover, når vi er vågne, i tornebuske, i babyer, i fattige og syge, i dem der hjælper os, og dem vi hjælper. Kristendommen er ikke historien om en fjern Gud, vi ikke kan se, men det er fortællingen om en levende Gud, der kommer verden i møde og leder efter os og råber "Hvor er du?" som hyrden og det tabte får, kvinden og den tabte mønt eller Gud Jahve, der går i Paradisets have og leder efter sin børn, der gemmer sig af frygt i busken.

Gud er ikke noget vi skal søge og finde, men det er først og fremmest nogen vi opdager og bliver fundet af. Udfordringen er, om vi bygger små hytter om vores tro og kapsler den inde i et minde, eller om Jesus hele tiden er en vi får øje på på nye steder. Forklarelsen på bjerget er ikke en unik hændelse, men den er

en påmindelse om at se efter Gud i vores liv, hvad enten vi er på bjerget eller i dødsrigets dal - ligesom i Salme 139.

Vejen til Gud er ikke en opstigning til et helligt bjerg, men det er en nedstigning i det virkelige liv, det er at turde se livet i øjnene med alt, hvad det indebærer. Det er ikke en flugt til det andet, men det er at møde livet ansigt til ansigt - i kærlighed. For at kende Gud er at lære kærlighed at kende.

UDBLIK

Brug et verdenskort eller billeder af mennesker fra forskellige steder i verden. Bed for hele skaberværket og alle de forskellige steder hvor Gud er til stede. I kan også bruge et ikon og fortælle om, hvordan de er et vindue til Guds rige midt i vores virkelighed.

GUDSTJENESTE 2 "Det nøgne menneske" – om at se sig selv

Bibeltekster: Luk 20,20-26 og Salme 8

Hvad vil det sige at være menneske? Bibelen arbejder med det spørgsmål helt fra begyndelsen, fordi det er noget af det, mennesker har spurgt sig selv om til alle tider. Vi læser i Skabelsesberetningen, hvordan Gud skaber mennesket i sit billede og til Guds lighed. Vi hører til i relation med Gud og med andre. Men alt for tit lader vi noget andet definere, hvem vi er. Det er det, Adam og Eva oplever, og derfor de gemmer sig og skammer sig. Hver gang vi lader nogen anden end Gud selv definere os, når vi bygger vores identitet på noget andet end Gud, fører det til skam. I historien om Jesus og de skriftkloge vil de fange Jesus i spørgsmålet om, hvis side han er på. Er du med os eller med romerne? Men Jesus vender spørgsmålet på hovedet. Er det sådan I lader jer definere? Er det, hvad det vil sige at være menneske? I bærer jo Guds billede!

Hvad lader vi os definere af? Partifarve? Nationalitet? Interesser? Ægteskab? Endda kirkevalg - alt dette er i grunden ligegyldigt, for der er kun en ting, der definere os, og det er, at vi bærer Guds billede - at vi er Guds barn. Vi er indpræget med Guds billede - ligesom mønten er indpræget med kejserens bil-

lede. Og Helligånden skammer sig ikke over os. Det kan godt være, vi skammer os over, hvem vi er, eller hvad vi er eller har gjort eller ikke fik gjort. Men Gud skammer sig aldrig! Vores gudsbillede kan vi ikke ryste af os eller dække til med figenblade eller gemme os for. Det er givet fra begyndelsen fra skabelsens morgen, at vi hører Gud til, og vores sande menneskelighed er at udtrykke det billede i vores liv og i vores verden. På intet tidspunkt er vi mere menneskelige, end når vi ligner Gud. Og jo mere umenneskelig verden bliver - desto mere menneskelige er vi kaldet til at være!

UDBLIK

Stil spejle ind i kirken, eller giv folk et stykke spejl med hjem, hvorpå der er skrevet kærlige ord. Lad menigheden SE sig selv samt skrive bønner på spejlene. I kan bede for mennesker med ødelagte selvbilleder, spiseforstyrrelser og lavt selvværd.

GUDSTJENESTE 3 – "Hvor er din bror?" – om at se sin næste

Bibeltekster: Mark 1, 9-11 og Es 43, 1-14

Beretningen om Jesu dåb er gennemsyret af billeder fra Skabelsen. Vi har vand, en ånd der svæver over vandene som en fugl, og vi har en stemme der lyder med ord der skaber nyt: "Du er min elskede søn - eller datter - i dig har jeg fundet velbehag". Sådan er Gud altid at finde i verdens vandige kaos for at skabe nyt liv og bekræfte det, der er godt, det, der er sandt, det, der er elsket. Det, der blev sagt over Jesus i hans dåb, siges over hvert enkelt menneske i dåben: "Du er Guds elskede barn" - det er herfra alting begynder.

I dåben lærer vi altså, hvem vi er, men vi lærer også hvorfor vi er her: For at tage del i den genoprettelse og nyskabning Gud er på færd med i vores liv og i vores verden. Når dåben på den måde knyttes sammen med skabelsen ser vi også at dåben bekræfter at alle mennesker er skabt i Guds billede og til Guds lighed.

Guds billede er vores umistelige identitet, det der aldrig kan tages fra os eller fra noget andet menneske. Derfor kan vi heller ikke tage den fra andre vi ikke bryder os om eller ikke forstår. Men vi er også skabt - til Guds lighed. Til at ligne Gud i det vi gør

- og det er ikke det samme. Det, vi gør, er noget, vi skal lære, og noget af det vi gør kan ligne Gud mere end noget andet, og nogle gange kan vi gøre fejl. Så lighed er noget vi skal lære. Billedet har vi, men ligheden er noget, vi vokser ind i.

Der har vi fået Jesus som forbillede - ligesom han er Guds barn, er vi alle Guds barn. Og ligesom han viser os, hvem Gud er, og hvordan Gud er, så er vi kaldet til at vokse til at ligne ham og gå med ham ud i den verden, der er brudt og længes efter heling. Derfor er dåbens perspektiv også større end os selv og vores egen navle, dåben peger udad mod den verden Gud elsker - derude hvor Jesus allerede er.

UDBLIK

Bed for jeres by og det lokalområde som I har kirke-hjemme i. Giv mulighed for at deltagerne til gudstjenesten kan lave skilte eller plakater, der kan hænges i kirkens vinduer og inviterer naboerne indenfor til kaffe eller fortæller forbipasserende at de er elsket og værdifulde.

GUDSTJENESTE 4 "Hvem er min næste?" – om at se det ukendte

Bibeltekster: Luk 19,1-10 og 3. Mos 19, 33-34

Politikere kan have det med at kravle op i høje træer nogle gange. Men ingen træer varer for evigt. Du kan ikke blive ved med at gemme dig. Du kan ikke blive ved med at sidde på din ret. Du kan ikke blive ved med at være tilskuer til livet. Du kan ikke bygge en mur, der er så høj, at du i længden kan holde livet ude. For som vi lærte i 1989 - ingen mure varer for evigt.

Det er også det, Zakæus oplever. Det er ikke bøn og sang, der får ham ned, men det er et enkelt udsagn: "Skynd dig ned fra træet! I aften vil jeg spise middag hos dig." Det er som om, Jesus hvisker evangeliets hemmelighed til ham: "Du er ikke den, du har muret dig inde som - eller den andre mennesker ser dig som. Du har potentialet til at gøre godt. Et nyt liv er muligt."

Forestil dig, hvordan det har været for de jøder, der har levet et korrekt og ordentligt jødisk liv, når de ser, at Jesus vælger Zakæus til. Ham som samfundet ved er en sjuft og snydepels og et tarveligt menneske. Pludselig inkluderer Jesus også ham i det Gudsrige, han går rundt og fortæller om. Hvad om du kunne være det menneske, der ligesom Jesus tilgiver - også selvom du er blevet dybt såret. Elske den, som ingen andre elsker. Vise

venlighed til den som ingen andre viser venlighed overfor - også til dem, der er lede. Være den som ser bagom fornærmelsen til den smerte, som motiverede den. Være den som kaster lys på dem som sidder i bælgmørke, og inviterer dem indenfor. For betydningen af at være den, der ser, er langt større, end du forestiller dig.

UDBLIK

Brug tid på at bede for dem, der er anderledes end jeres menighed. Dem I ikke forstår, og dem I ikke synes, I har noget til fælles med. Måske kan I lave en lille bønnestation med nogle billeder af nogen, I ved, I har svært ved at acceptere og skrive "Guds barn" på billederne.

I kan også som menighed aktivt arbejde for at skabe et samarbejde med en menighed I ikke kender, eksempelvis en baptistkirke hvis I er metodister, og en metodistmenighed hvis I er baptister. Lær hinanden at kende, spis sammen, bed sammen. Lav måske et missionsprojekt i jeres lokalområde sammen.

GUDSTJENESTE 5 "Forlig dig" – om at se den du har det svært med

Bibeltekster: Joh 15, 9-17 og Jer 29, 10-14

I Harry Potter historierne har de sådan nogle håndtasker, der kan rumme al verdens skrammel, samt telte, der indeni er store som et helt slot. Nogle gange kunne man godt bruge sådan en udvidelsesbesværgelse, når man møder et menneske, man synes, det kan være virkeligt svært at holde af. For nogle gange er hjertet bare ikke stort nok.

Det er lidt et problem, for vi kan komme til at tro, at det der med at være kristen betyder at man bare af sig selv skal kunne elske alle mennesker. Men så nemt er det bare ikke altid. Men selvom det altså ikke er kravet for at kunne følge Jesus så kan det nogle gange være resultatet af at følge Jesus. Så kan det faktisk ske, at vores hjerter kan blive revet i, udfordret og strukket og nogle gange endda ligefrem udvidet.

Ikke at det overhovedet er nemt! Men den kærlighed Jesus taler om her, når han byder os at elske hinanden. Det er ikke den der kærlighed, der står om i Valentinskort eller i søde beskeder på Facebook. Det er Agape. Det handler ikke om, at vi skal forsøge at have varme følelser for det irriterende. Eller at vi skal tvinge os selv til at holde af det umulige. Jesus er ikke interesseret i at vi skal kunne fremvise nok

flinkhed til at følge ham. Agape er ikke romantik, eller varme følelser eller endda venskab. Agape er den given af sig selv som Gud gør i kærlighed da han skabte hele vores verden og så udover den og glædede sig. Det er den kærlighed, der befriede slaver i Ægypten og gav dem mad og vand i ørkenen. Det er den kærlighed, der blev forladt af sine venner og korsfæstet, men som mødte dem med morgenmad og grillete fisk på stranden efter sin opstandelse. Den kærlighed som vi bliver påbudt at dele har en kilde og heldigvis er det ikke os selv!

Agape er den slags kærlighed som Skaberen skaber i os, når hun strækker og udvider vores hårde hjerter, så vi kan rumme mere, for Gud ønsker, at de mennesker, Hun har skabt skal være elskede.

Den slags kærlighed er ikke noget vi selv kan finde, det er kun noget vi kan få. Det er ikke noget vi selv kan fremtvinge, det er kun noget, vi kan åbne os for.

UDBLIK

Giv mulighed for at folk kan skrive deres konflikter, eller mennesker de har det svært med ned og lægge det over til Gud. Bed for de uforløste og svære ting - også i fællesskab. I kan måske også have nogle samtalekort under kirkekaffen med spørgsmål der tager fat på emner, som kan være svære at få hul på.

“havde du mig for øje” handler om at være set og kendt af Gud. Det er en undersøgelse af det blik, vi kaster på os selv og hinanden - hvad betyder det, hvilke øjne vi ser hinanden med, og hvilket blik Gud kaster på os?

“havde du mig for øje” er skrevet som fastemateriale for Metodistkirken og Baptistkirken i Danmark af de to Aarhuspræster Maria Thaarup og Lasse Åbom. Men det kan bruges af alle - også uden for fastetiden til personlig inspiration eller forløb i en smågruppe eller menighed.

Materialet er bygget op, så der er en læsning til hver dag i 40 dage - svarende til fastetiden fra Askeonsdag til Påskedag. Derudover er der syv indledninger til de enkelte uger, der introducerer tema og stiller spørgsmål til refleksion - de kan bruges som oplæg til prædikener eller gruppesamtaler. Sidst i bogen er der forslag til fem gudstjenester ud fra bogens temaer.



METODISTKIRKEN
KIRKE MED HJERTE, HOVED OG HÆNDER



Baptistkirken i Danmark