

## SAMLING 10

Oktober – 9. trinn

Tema: Bønn som en naturlig del av livet

«Vi må huske på Gud oftere enn vi trekker pusten» (St. Gregor av Nasians)

Bønnen tilhører alle, både troende av alle religioner og «sannsynligvis også de som ikke bekjenner noen tro». Johannes av Damaskus definerer bønn slik: Det er «å løfte sinnet og hjertet til Gud». Men bønn er også at Gud søker etter oss, Gud henvender seg til oss.

Hvis jeg skulle oppsummere bønn, så er det en samtale mellom venner. Bønn kan gjøre mange ting i livene våre.

### Å være nær Gud

Det er umulig å kjenne noen hvis du ikke tilbringer tid med dem. Bønn er en mulighet til å tilbringe tid med Gud. For å virkelig forstå Guds hjerte, må du be. I Johannes 15:15 sier Jesus at **han ikke lenger kaller oss sine tjenere, men kaller oss sine venner**. Å snakke med Gud utvikler et dypere forhold til Ham. Jo dypere forholdet blir, jo mer tid vil du tilbringe med ham. I 1. Korinterbrevet 3:9 **kaller Gud oss sine medarbeidere**. Hvordan kan vi være hans medarbeidere hvis vi nekter å snakke med ham?

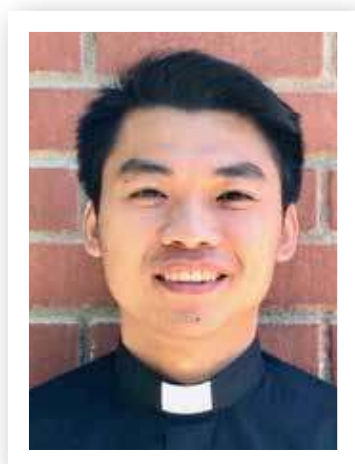
### Bønn bringer lys til mørket

Noen ganger glemmer vi hvor kraftig bønn er. Vi kjemper ikke mot noe imaginært. Våre bønner kjemper mot åndelige kamper som henger igjen på mørke steder. Efeserne 6:12 sier: **«For vår kamp er ikke mot kjøtt og blod, men mot herskerne, mot myndighetene, mot denne mørke verdens makter og mot ondskapens åndelige makter i himmelen.»** Bønnens kraft er så stor at den har makt til å beseire djevelen og hans makt over oss. Han ønsker å ødelegge oss, men Gud ønsker å bringe oss nærmere Ham. Bønn er vårt verktøy for å vinne den kampen. Bønn gir oss styrke og tro til å fullføre løpet seirende.

### Bønn forandrer oss

Vi tror ofte at bønn forandrer Gud. Dette er rett og slett ikke tilfelle. Bønn forandrer oss. Når vi tilbringer tid med Gud, jobber han med å forandre vårt hjerte til å bli mer likt hans. Jo mer tid vi tilbringer med ham, jo mer ligner vi ham. Våre vaner og livsstil endres. Vi lever ikke lenger et selvcentrert liv, men et som er fokusert på andre med et rent og oppriktig hjerte. Bønn forandrer oss ut og inn.

Jesus er den sanne Guds Sønn, han føler behov for å be til sin Far, hvor mye mer trenger vi som adopterte Guds sønner for å rope ut: «Abba, Far» (Gal 4:4–6)!



p. Hai Duy Nguyen

# HELLIGE TERESA AV AVILA

Les om denne helgenen på [katolsk.no](http://katolsk.no)



# Økt 1 – Tema: YOUCAT

## TEMA: Hvordan leve som kristen?

### MÅL:

- Å reflektere over hva som preger livet til en kristen
- Å bedre forstå hva bønn er

### DU TRENGER:

- Skrivesaker; evt. store plakater
- Nettressurser (R) med referanse til nettstedet ung.no
- Minifilmen «Hvordan vise at du er kristen?» del 1 og del 2
- Rollespillet «Fader Vår» (R)
- Presentasjon (R), inkl. YOUCAT Konfirmantbok og Katekismen, og Bibelen
- Noen slagere med viktige budskap: «Mercedes Benz» og «They Will Know We Are Christians» (R)
- Om Taizé (R)

### GJENNOMFØRING:

#### En kjapp oversikt:

- 1 – Hvordan lever en katolikk?
- 2 – Minifilmen «Hvordan vise at du er kristen?» (todelt)
- 3 – Rollespillet «Fader Vår»; + «Mercedes Benz» og «They Will Know We Are Christians»
- 4 – Presentasjon og oppgaveark: Bønn; inkl. YOUCAT Konfirmant og Katekismen, og Bibelen
- 5 – Rollespillet «Fader Vår»: Konfirmantene to og to
- 6 – Ekstra: En presentasjon om Taizé

---

## 1 – Hva er det som gjør at man blir oppfattet som en katolikk?

Du finner nettressurser (R) til dette første punktet. Der står det litt om nettstedet ung.no. Du kjenner kanskje til nettstedet ung.no, at det er en digital spørreportal for barn og ungdom i Norge. Den kan ofte gi mange viktige og nyttige svar for de/den som bruker det. **Når det kommer til en del etiske spørsmål får man ganske andre svar fra Ung.no enn det Den katolske kirke står for.**

### Her er et eksempel:

Ung.no må forholde seg til norsk lov, som sier at den seksuelle lavalder er 16 år. Det at sex tilhører ekteskapet, slik den katolske kirkes lære sier, blir ikke tatt hensyn til. Stiller ungdom spørsmål om når det er greit å ha sex får de dermed et helt annet svar enn det vi ønsker å gi dem.

Når du så stiller ung.no spørsmål om tro og livssyn, blir også svarene litt annerledes enn hvordan vi selv ville ha svart (hvis spørsmål(ene) dreide seg om den katolske kirke).

**I grupper eller i plenum:** I ressursene finner dere hva ung.no svarer på spørsmålet om hva katolisismen egentlig er. Les igjennom dette sammen. Still så følgende spørsmål:

- Synes dere at dette er et godt svar (fra ung.no) på hva katolisismen er?
- Hva ville du/dere svart hvis du jobbet for ung.no?

**Diskuter/del i plenum.** La dem tenke høyt rundt dette uten å korrigere for mye med mindre det blir helt feilaktige eller tullede svar.

## 2 – Minifilmen

### Se den første delen av minifilmen «Hvordan lever en kristen?» Del 1

Her er ungdommene litt uklare på hvordan det er å leve som kristen. Etter dere har sett del 1 av filmen, kan gruppene få følgende oppgave:

- Bli enige om mellom 5–10 ting som dere tenker er viktig (å gjøre, å leve etter) når man er en kristen.

Konfirmantene skriver disse punktene ned på en liten plakat eller et stor ark, og alle henger disse opp et synlig sted. Gruppene kan selv presentere det de har kommet frem til, eller du leser disse opp. Det kan være mye rart, kanskje mye likt.

Hør gjerne sangen «They Know We Are Christians». Still spørsmålet:

- Hva er det kristne kjennetegnes på her ifølge sangteksten?

**Se den siste delen av minifilmen**, der ungdommene nå er mer spesifikke i sine svar, og kommer inn på temaene **bønn og veldedighetsarbeid/det å gjøre noe for andre**.

## 3 – Rollespill

Før dere ser på rollespillet, så hør gjerne Janis Joplin synge «Mercedes Benz». Her er det helt tydelig at den som ber (sangeren) tror at bønn handler om materialistiske ting Gud skal skaffe oss.

I rollespillet «Fader Vår» (R) sitter en gutt/tenåring og ber, men det er helt tydelig at han ikke helt tenker over hva han ber om og hvem han snakker til når han ber. Denne gangen er det fint om du og en annen (ikke en av konfirmantene, men heller en assistent, en forelder som hjelper til eller kanskje presten hvis han er til stede) leser rollespillet sammen med deg. Det er kun to roller som trengs. I punkt fem skal konfirmantene fremføre dette rollespillet selv.

I ressursene finner du refleksjonsspørsmål (R) til dette rollespillet. Ta en titt på dette nå, slik at dere sammen kan finne ut av hva bønn egentlig er.

## 4 – En presentasjon av bønn

I ressursene ligger det en presentasjon av temaet bønn (R). Presentasjonen tar for seg både YOUCAT Konfirmant kapittel 8, en del av det som står i YOUCAT Katekismen om bønn, og det vi kan finne i Bibelen om bønn. Det følger et **oppgaveark** (R) til presentasjonen.

## 5 – Rollespillet igjen

Denne gangen kan konfirmantene selv få fremføre rollespillet «Fader Vår». Sett dem sammen to og to. Prosessen er svært viktig. Det handler om hvordan de lever seg inn i sin rolle, om de greier å ta det på alvor og forstå budskapet i rollespillet. Så kan det selvfølgelig bli litt humor i det at de evt. fremfører for hverandre til slutt.

## 6 – Ekstra: om Taizé

Helt til slutt i denne økta finner du en presentasjon om Taizé (R). Men, ikke gå for mye i dybden, eller kutt den helt, da Økt 3 også handler om Taizé.

## Økt 2 – Teori og aktivitet

### TEMA: Hvordan be?

#### MÅL:

- Å få innsikt i forskjellige måter å be til Gud på
- Å få et lynkurs i hvordan man kan be

#### DU TRENGER:

- YOUCAT Ungdomsbønnebok (helst en til hver), eller bønneressursene fra nettsiden (R)
- Steder å be både sammen og hver for seg/individuellt
- Skrivesaker
- Presentasjonen om forskjellige former for bønn, inkl. tidebønn (R)

#### GJENNOMFØRING

##### En kjapp oversikt:

- 1 – Refleksjon: Hvordan ber vi? Når? Hvorfor?
  - 2 – Presentasjon: forskjellige former for bønn (R)
  - 3 – Et lynkurs i hvordan man kan be: YOUCAT Ungdomsbønnebok
  - 4 – Å planlegge et to-ukers bønnekurs.
  - 5 – Avsluttende bønn
- 

### 1 – Hvordan, når og hvorfor ber vi?

I presentasjonen i forrige økt (hvis dere brukte den) ble noe av dette tatt opp:

- Hvorfor ber vi?
- Når og hvor ofte ber vi?
- Hvordan ber vi?

Det kan være fint å la konfirmantene sitte i gruppene sine og diskutere/tenke høyt rundt disse spørsmålene. Her kan det være det dukker opp flere spørsmål og ikke nødvendigvis svar. Be dem kanskje skrive ned hver for seg det de både tenker på og snakker om mens de samtaler i grupper.

Til slutt deler dere det de har snakket om i plenum. Målet nå er ikke at gruppa skal enes om et svar. Her er det lov å komme med alt de har på hjertet.

### 2 – En presentasjon om forskjellige måter å be på

I presentasjonen du finner på nettsiden blir konfirmantene introdusert for bønn fra hele verden, og for forskjellige former for bønn: tidebønner, forbønner i messen, Fader Vår, Hill deg, Maria, bønn til forskjellige tider på døgnet, bordbønn, tungetale, fribønn, nødbønner, takkebønner, med mer. Her kommer vi også innom forskjellige helgener og noen andre kjente personer og deres forhold til bønn.

### 3 – Et lynkurs i hvordan man kan be

Hvis du ikke har introdusert YOUCAT Ungdomsbønneboken før, og dere skal bruke denne, kan det være fint at du forklarer litt generelt rundt dette med hva en bønnebok (i den katolske kirke) er, og at du sier litt om YOUCATs bønnebok. Bruk gjerne det som står i ressursene om dette (R).

Les gjerne introduksjonen til YOUCAT sin bønnebok på side 6–9 før dere ser på «En liten bønneskole» (s. 12–15). Du finner den samme introduksjonen på side 70–74 i YOUCAT Konfirmant.

**Spørsmål til den lille bønneskolen:**

- En ikke katolsk/ikke kristen venn spør deg hva i alle dager bønn er, og hvorfor «dere kristne» i det hele tatt trenger å drive med «det tullet der»?! Hva svarer du? Basert på det dere nå har lest om og lært, prøv å finne et svar til denne vennen.

Viktig tilleggsinformasjon: Målet er ikke å lage et svar som du (kateketen) blir fornøyd med. **La dem derfor få dette tillegsspørsmålet:**

- Hvordan skulle du gå frem (hva skulle du si) for virkelig å overbevise dine venner om hvor viktig bønn er?

**Et siste spørsmål. Vennen din spør nemlig også om dette:**

- Hvordan ber du, da?

**Les dette for deg selv før konfirmantene svarer på spørsmålene:**

La konfirmantene bruke ressursene dere har til rådighet. Kanskje bør de sitte sammen to og to. Til det siste spørsmålet kan det være konfirmantene ikke har noe konkret svar med tanke på egne erfaringer med bønn. Mange har kanskje ikke noen tradisjon for å be.

Konfirmantenes forhold til bønn kan, som du sikkert vet, være svært varierende. Noen har vokst opp i aktive katolske familier der bønn er en del av hverdagen, mens andre ber kanskje aldri (hjemme/i familien). Akkurat nå skal de ta utgangspunkt i både det de har lest, og – for de som har erfaring med bønn – den erfaringen de evt. har fra før (med bønn). Det kan være en tanke å sette en (konfirmant) som du vet tilhører en aktiv katolsk familie sammen med en som kanskje ikke gjør det (med tanke på parene som skal jobbe sammen, så du ikke ender opp å sette noen til å jobbe sammen som har null erfaring med bønn).

Til slutt kan du gjerne la to og to par sette seg sammen og snakke om svarene de kom frem til, mens du går rundt og lytter til hva de snakker om, samtidig som du er tilgjengelig hvis de lurer på noe.

**4 – Bønn i vår hverdag: Å planlegge bønn over lengre tid**

Til dette punktet kan det være fint å bruke den første delen av **YOUCAT Ungdomsbønneboken**: «Jeg vil prise deg dag for dag – en to-ukers bønnebok (side 17–84). Du finner også tilsvarende ressurser (R) på nettet, men de er adskillig enklere. Her kan dere trenge noen tilleggsressurser (se hva som foreslås – R).

Målet her er for konfirmantene å prøve å se hvordan bønn kan bli en naturlig del av deres liv, men foreløpig bare som et prøveprosjekt i en eller to uker.

**Selve oppgaven – planleggingen – finner du også i ressursene (R)****5 – Avsluttende bønn for økta**

Det kan passe å avslutte en økt om bønn med nettopp en bønn. I bønnen «Vær du min lærer, Herre» på side 96 i **YOUCAT Ungdomsbønneboken**, ber man om hjelp til å rense seg slik at man lettere kan lytte til Guds ord.

## Økt 3 – Aktivitet

### TEMA: En Taizé bønnesamling

#### MÅL:

- Å planlegge en bønneandakt der sang (her: fra Taizé) er en viktig form for bønn

#### DU TRENGER:

- YOUCAT Konfirmant og YOUCAT Ungdomsbønneboka
- Bibelen
- Ressurser fra Taizé og fra nettsiden (R)
- Evt. salmebøker, noen som kan synge, band, kor og organist
- Gjerne en prest

#### GJENNOMFØRING

##### En kjapp oversikt:

1 – En presentasjon av Taizé (R).\* Se Økt 1, punkt 6) inkl. en video fra Taizé (R)

2 – Planlegging av Taizé-samlingen

3 – Gjennomføring

\*Har du allerede gitt dem en presentasjon om Taizé i Økt 1 (punkt 5) kan du hoppe over alt eller deler av dette punktet. Har de ikke fått sett noen videoer fra Taizé kan det være lurt å gjøre dette nå; kanskje et par videoer (R).

---

### 1 – Hva er Taizé?

Kanskje fikk dere gjennomgått det meste av dette i Økt 1, punkt 6? Det er lurt å gi konfirmantene en kortere eller lengre presentasjon/forklaring på hva Taizé er. Bruk litt tid på dette hvis det ikke har blitt gjort tidligere. Det står også litt om Taizé i kap. 7 i YOUCAT Konfirmant, på side 61. Så bør dere også se noen av videoene fra Taizé (R) slik at konfirmantene får en bedre forståelse for hva dette er og hvordan bønnesamlingene høres og ser ut.

### 2 – Planlegging av egen Taizé bønnesamling

I ressursene har vi laget noen forslag til gangen i en slik Taizé-bønnegudstjeneste (R). Velg en av disse, eller la dere inspirere til å lage deres egen. Det viktigste er at det er en blanding av sang (der alle kan delta, men også gjerne noe kor og forsanger, evt. instrumentalt), bønn, bibellesninger, lystenning og kanskje litt stilhet.

Her, som i messeplanleggingen i Samling 7 (mars, 8. klasse) må dere bestemme hvem som skal gjøre hva. **Alle bør få noen oppgaver.**

**Her er noen ting å tenke på** (mer finner du i ressursene – R):

- ✓ Hvem skal lede?
- ✓ Hva slags musikk skal det være? Trenger vi kor, organist, band, m.m.?
- ✓ Hvilke lesninger og bønner?
- ✓ Skal det ligne en messe?
- ✓ Skal det være en andakt?
- ✓ Skal presten være med?
- ✓ Hvem har ansvar for lysene/lystenning (brannansvarlig!!)?
- ✓ Skal det kjøpes inn noe annet (enn f.eks. lys)?
- ✓ Når og hvor mange ganger skal det øves?

- ✓ Skal vi involvere **ungdomsgrappa**, og kanskje **NUK** ( <https://www.nuk.no> ) skal bli involvert (komme på besøk/hjelpe til)?
- ✓ Skal noen inviteres til bønnesamlingen? Hvem?

### 3 – Selve gjennomføringen

Dette kan faktisk bli en ganske stor sak for konfirmantene. Det er mange muligheter. Hvor mye tid og ressurser dere skal bruke på dette er helt opp til deg. Det aller viktigste blir at de får gjennomført Taizé-kvelden om det så kun er konfirmantene selv som er til stede. Å gjøre noe fysisk har som regel en mye større virking og kraft enn kun å snakke om.

Det kan sterk anbefales at andre blir involverte på den måten at de deltar, er menighet. Da vil man oppnå både den fellesskapsfølelsen som er så viktig ved det å tilhøre en menighet, og konfirmantene vil få muligheten til å aktivt ha ansvar for noe i kirken. Dette siste gjør at de kanskje får lyst til å melde seg til ungdomslaget, kor, ministranttjeneste eller andre tjenester i kirken. Kanskje oppnår du ikke noe av dette, men det er så absolutt verd et forsøk.